

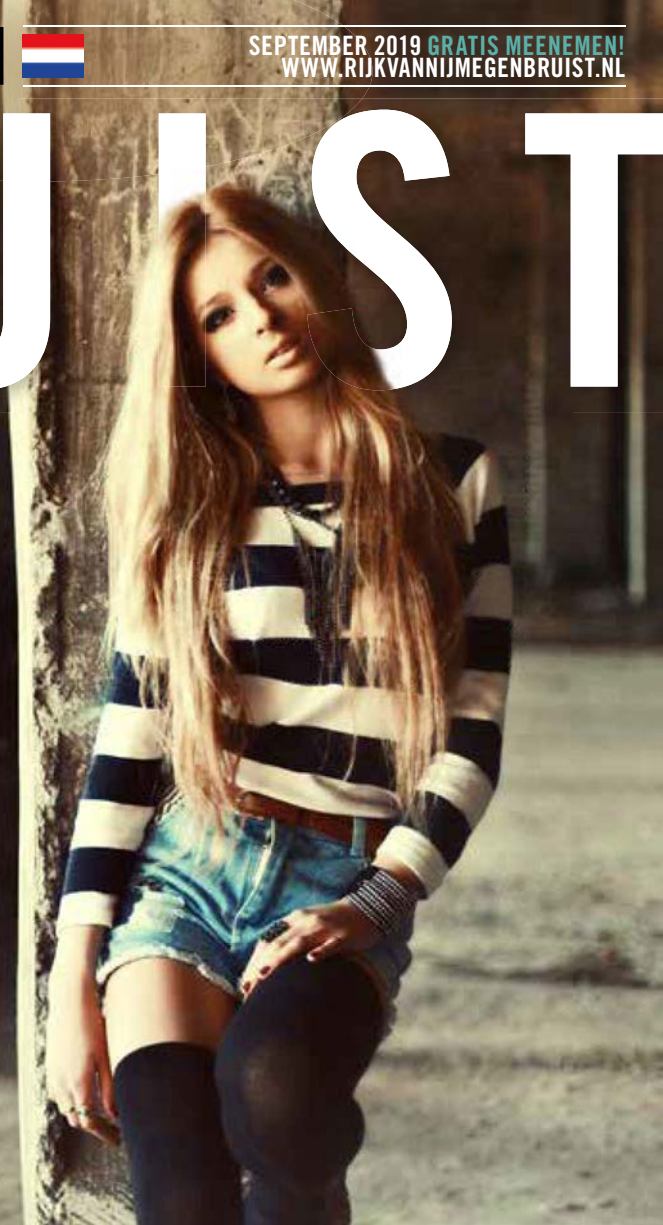
RIJK VAN NIJMEGEN 

SEPTEMBER 2019 GRATIS MEENEMEN!
WWW.RIJKVANNIJMEGENBRUIST.NL

BRUIST

Heerlijk
Wazomeren
in september

Bruisende stad:
dwalen door
Dordrecht



Taart & vlaai
Voor 13:00u besteld,
de volgende dag gratis
bezorgd op het werk
of bij u thuis.

Zin in taart
Feestje

IEDERE DAG IS ER
WEL EEN REDEN
OM TE TRAKTEREN.
**ONZE SUPER
LEKKERE LUXE
GEBAKJES AL
GEPROBEERD?**



Vlaaien, taarten, gebak & meer

Genieten ook van een heerlijke kop koffie bij ons in onze winkel
in combinatie met een punt vlaai, bonbons of een verse smoothie.



MARIKENSTRAAT

Dé mooiste winkelstraat van Nijmegen

In de Marikenstraat bevind je je op de perfecte locatie voor een heerlijk dagje shoppen! Het zeer diverse aanbod van winkels is verdeeld over maar liefst twee niveaus.

Het unieke aan de Marikenstraat is de verdeling van winkels over de twee verdiepingen die door bruggetjes aan elkaar verbonden zijn. Dit maakt het een sfeervolle locatie voor winkelend publiek. In de gehele straat kun je gebruikmaken van gratis WiFi en er zijn voldoende parkeergelegenheden. Wat hier zeker niet mag ontbreken is de verlichting die het hele jaar door te zien is, wat winkelen in de Marikenstraat nog gezelliger maakt!



Via www.marikenstraat.nl houden we je op de hoogte van alle evenementen, activiteiten, nieuwtjes & gebeurtenissen in de meest bruisende straat van Nijmegen!

De leukste kleding in hartje Nijmegen

Na het halen van haar master in Nederlands recht, besloot Charlotte om te doen waar ze écht blij van wordt: Werken in een kledingwinkel. Tijdens haar studie werkte ze in verschillende winkels en vond dit super leuk om te doen. Nadat Charlotte de nodige ervaring had opgedaan, besloot ze de stap te wagen en haar eigen winkel te beginnen aan de Marikenstraat, de bekendste winkelstraat van Nijmegen. Dat is hoe Charlie & Goods begon.

Scandinavische merken

Van een leuke outfit voor aan het schoolplein tot aan iets moois om naar het werk of op een feestje te dragen, bij Charlie & Goods vind je kleding voor elke gelegenheid. In de winkel komen veel vrouwen die een druk leven hebben. In plaats van uren door de stad te slenteren, heb je bij Charlie & Goods binnen een uur een aantal leuke sets gescoord.

“Ik wil mensen inspireren door ze te laten zien hoe ze een bepaald item op verschillende manieren kunnen dragen.”

In de winkel hangen veel Scandinavische merken. Deze kleding is gemaakt van mooie materialen en bestaat uit veel effen items, maar ook opvallende prints. De collectie wisselt wekelijks. Alle reden om regelmatig eens binnen te stappen!



Charlie & Goods

Een outfit waar je blij van wordt

Wanneer je langsgaat bij Charlie & Goods word je altijd goed geholpen. Charlotte en haar team geven advies en helpen jou bij het kiezen van een outfit die goed bij je past. Samen met jou gaan ze op zoek naar kleding waar jij je fijn bij voelt, maar ook vernieuwende items. Het is niet voor niets dat veel mensen steeds weer hun weg naar de Marikenstraat weten te vinden voor Charlie & Goods.

Minder online en meer stenen winkels

Tegenwoordig winkelen steeds meer mensen online. Dat is zonde, vindt Charlotte, want het is juist zo leuk om in een stenen winkel te shoppen. Daarom is het haar doel om mensen weer enthousiast te maken om naar de winkel te komen, de sfeer te proeven en geïnspireerd te raken door het advies van de medewerkers.

Breng jij binnenkort een bezoekje aan deze winkel in de Marikenstraat?



Betty Barclay
Bever
Cape Cod Fashion

Charlie & Goods

Claudia Strater
Comma
Cotton Club
Daily Fresh
Dekker v.d. Vegt
Douglas
Etos
Galerie Zeven Zomers
Gerry Weber
Holland & Barrett
Home Stock
Hugo Boss
Jack & Jones
Kruidvat
La Ligna
Name It
New Dutch
Oil & Vinegar
Only
OPEN32
Purdey
River Woods
Riviera Maison
Samo Fashion
Sandwich
Scapino
s.Oliver
State of Art
van Uffelen
Ysveld Fysio
Zeezicht



8



win

12



10

Inhoud



21



14



23

COLOFON

BRUIST

UITGEVER Nederland Bruist B.V.
MANAGER Marcel Bossers
OPERATIONEEL MANAGER Lea Bossers
TRAFFIC Nederland Bruist
VORMGEVING Nederland Bruist - Rowan Graafland
THEMA'S Nederland Bruist - Annemiek Jansen
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
FOTOGRAFIE BZ Ingrid Hoogerdijk, Kim Brugman
EINDREDACTIE Astrid Berkhout
ACQUISITIE Rick van Bijnen - 06-42720775

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

CONTACT HOOFDKANTOOR
 Nederland Bruist B.V.
 Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda
 T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl
 www.nederlandbruist.nl | www.belgiebruist.be
 Like ons op facebook.com/nederlandbruist

ABONNEMENT Ontvang de Bruist uit jouw regio(s) iedere maand in je brievenbus voor € 1,49 p.m. **Meer weten?** Stuur een e-mail naar abonnement@nederlandbruist.nl

Copyright Nederland Bruist B.V. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. ©2019 Nederland Bruist B.V. Merknaam Rijk van Nijmegen Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootste 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: Alkmaar, Almere, Belgische Grensstreek, Bergen op Zoom, Brasschaat, Breda, Drechtsteden, Eindhoven, Etten-Leur, Ginneken, 't Gooi, Haarlem, 's-Hertogenbosch, Ibiza, Kapellen, Land van Cuijk, De Langstraat, De Maashorst, Nijmegen, Oisterwijk, Oosterhout, De Peel, Prinsengebied, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schilde-Schoten, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.

ADVERTEREN?
 Mail naar
nl@nederlandbruist.nl
 of bel
 06-42720775



Foto: Ron Eskens | soowpictures.nl

Het is september, de scholen zijn begonnen en veel mensen hebben de vakantie alweer achter de rug. Kortom, de zomer loopt langzaam aan op zijn eind. Hopelijk pakken we deze maand nog een flink aantal nazomerse dagen mee, maar dat weet je maar nooit in Nederland.

Bruisende lezer,

Gelukkig is er in ons landje ook voldoende te beleven als de zon iets minder hoog aan de hemel staat. Wat dacht je bijvoorbeeld van een bezoekje aan een mooie, historische stad als Dordrecht? Dé plek bij uitstek om heerlijk te dwalen langs historische havens, idyllische hofjes en fijne winkeltjes.

Ook voor degenen bij wie een bezoekje aan Dordrecht niet heel hoog op de to-dolijst belandt, biedt september volop keuze aan activiteiten. Misschien is opruimen meer jouw ding, dan kun je 21 september ongetwijfeld je hart ophalen tijdens World Cleanup Day. Ook hebben we deze maand lekker veel winacties voor jou als trouwe lezer.

En voor de ondernemers in de regio valt er deze maand uiteraard weer genoeg te doen. Zo vertellen Klomp Keukens & Interieurbouw en Lunchroom Bijzonder Genieten wat hen zoal bezighoudt en geeft ook Vista Bella Bungalows een kijkje in de keuken. Kijk jij mee?

Lea en Marcel Bossers

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

Historische stad met een rijke geschiedenis

Dordrecht is de plek bij uitstek om heerlijk te dwalen langs historische havens, idyllische hofjes en fijne winkeltjes. Er valt van alles te beleven en dat maakt Dordrecht tot de perfecte bestemming voor een dagje of een weekendje weg.

Dordrecht

DRECHTSTEDEN/BRUIST

NATIONAAL PARK DE BIESBOSCH

Regelmatig wordt Nationaal Park De Biesbosch de achtertuin van Dordrecht genoemd. Een wandeling of rondvaart door de Biesbosch is



dan ook een prachtige manier om te genieten van rust en natuur. Op deze manier voeg je volop afwisseling toe aan je verblijf in Dordrecht of één van de andere Drechtsteden.



Heb je een weekendje weg gepland om de omgeving van Dordrecht te verkennen, boek dan een overnachting in Het Wapen van Alblasserdam. Heerlijk overnachten, sfeervol lunchen of dineren en genieten van de Alblasserwaard. Het Wapen van Alblasserdam is authentiek en beschikt over uitstekende (zakelijke) faciliteiten om je verblijf zo gemakkelijk mogelijk te maken. www.wapenvanalblasserdam.nl



WANDELEN DOOR DORDT

De beste manier om Dordrecht te ontdekken is te voet. Het centrum is vrij compact, waardoor alles goed te lopen is. Zodra je door de oude binnenstad van Dordrecht slentert, merk je het gelijk: deze stad ademt geschiedenis. Van de ouderwetse kades zoals de **POTTENKADE** tot aan de vele monumenten. Niets van de hoogtepunten van Dordrecht missen? Breng tijdens je wandeling sowieso een bezoek aan de **GROTE KERK** en het Hof.

SHOPPEN

In Dordrecht kun je heerlijk shoppen. De bekendste winkelstraat van Dordrecht is de Voorstraat. Kijk goed rond wanneer je door deze straat loopt, want naast grote winkelketens vind je er ook talloze leuke speciaalzaken. Hippe winkeltjes vind je in de trendy Vriesestraat. Wandel ook zeker door de straten daaromheen, want ook daar zijn parels van winkels te vinden. Van kleding en woon-accessoires tot cadeaus en lekkernijen, in Dordrecht vind je het allemaal.



CULTUUR

Cultuurliefhebbers kunnen hun hart ophalen in Dordrecht. Met meer dan duizend monumenten is de stad een levensgroot museum. Dankzij een bewogen handelsverleden en een rijke verzameling aan verhalen en legenden, is er op cultureel gebied meer dan genoeg te beleven. Voor de liefhebbers van musea is het **DORDRECHTS MUSEUM** een echte must. In de collectie komt de rijke historie van Dordrecht naar voren. www.dordrechtmuseum.nl

DORDRECHT TOURS

Ontdek Dordrecht en omgeving op een originele manier! Dordrecht Tours biedt de mogelijkheid om door middel van HOP ON HOP OFF de binnenstad van Dordrecht te beleven. Je kunt een enkele rondrit van een uur maken, maar ook een dagkaart kopen waarmee je de hele dag kunt in- en uitstappen. www.dordrecht-tours.nl

Met 37 uitgaven is Bruist een succesvolle formule in diverse regio's in Nederland en België, op Ibiza en in Marbella. Naast de glossy uit jouw regio, brengen we ook een stadsmagazine uit in de Drechtsteden. JA, OOK DRECHTSTEDEN BRUIST!



HET HOF VAN NEDERLAND

In Het Hof van Nederland komt de geschiedenis van de stad Dordrecht én die van Nederland tot leven. In 1572 vond hier de Eerste Vrije Statenvergadering plaats, welke uiteindelijk leidde tot de Onafhankelijke Nederlanden. Deze plaats vol karakter is een echte must bij een bezoek aan Dordrecht. www.hethofvannederland.nl



Bij MaxStudios Nijmegen dans je met passie!



Wat is belangrijk in je leven? Eten, drinken, slapen én bewegen. Dansen dus! Dansen bij MaxStudios.

Bij MaxStudios kun je terecht voor de bekende dansstijlen als Hiphop, Breakdance en Modern Jazz, maar ook voor nieuwe hippe danslessen zoals Afrodance en Female Hiphop.

MaxStudios staat erom bekend een aantal keer per jaar beroemde nationale- en internationale dansdocenten uit te nodigen om workshops te geven. Op de Facebookpagina van MaxStudios vind je meer info over wie er dit jaar langs komen. Wil jij ook gaan dansen?

Neem maar eens een gratis proefles!

Schrijf je in voor een **GRATIS** proefles!

Dansen bij MaxStudios is puur. Jong of oud, beginner of gevorderd, er zijn lessen voor iedereen. Geef je een kinder-, verjaardagsfeestje of organiseer je een feest voor jouw bedrijf? Of ga je trouwen en wil je een openingsdans die je gasten niet snel zullen vergeten? Ook dan ben je bij MaxStudios aan het goede adres!

Meer informatie staat op de website. MaxStudios werkt ook samen met Stichting Leergeld.



MAXSTUDIOS
learn how to dance... for real

MaxStudios | Van Rosenburgweg 6, Nijmegen | info@maxstudios.nl | www.maxstudios.nl

Klachten door **ARTROSE** *Chiropractie helpt!*



Artrose is een slijtage van de gewrichten en is in principe helaas niet te genezen. Het is echter zeker wel mogelijk wat te doen aan de gewrichtsklachten en de pijn. Een van de bekendste pijnpunten van mensen met artroseklachten is de nek. Door specifieke behandeltechnieken toe te passen kan de pijn afnemen en kunnen uw gewrichtsklachten worden verminderd.

De unieke **Cox®Techniek** waar we in onze praktijk mee werken, is uitermate geschikt voor het behandelen van artroseklachten aan de rug en nek. Jarenlang onderzoek in verschillende studies heeft bewezen dat deze manier van behandelen echt resultaat heeft!

Wilt u meer weten over deze techniek of ontdekken wat het voor u kan betekenen, neem dan contact met ons op. Wij zijn bereikbaar op 024-3558830



Hatertseweg 665 | Nijmegen | 024-3558830 | www.chiro-fysio.nl

LO LO LO LO LOLA

De Lola is een trendy bank met een vintage uitstraling. Heerlijk om op uit te rusten na een lange werkdag, want het zitcomfort is uitstekend. De Lola is verkrijgbaar in verschillende afmetingen, kleuren en stoffen.

Uit te proberen en te koop bij Liv'in Room 121 in Antwerpen.

www.livinroom121.be



HAAL BRUIS IN HUIS

Draag bij aan een wereld zonder wegwerpplastic. Met een SodaStream-toestel wordt kraanwater in een handomdraai bruisend water. En met de toe te voegen smaken maak je jouw drankje extra bijzonder.

SodaStream, vanaf € 99,99
www.sodastream.nl



OPLAADBAAR BOLLEKE

Geniet optimaal van de nazomer met dit originele lampje van Fatboy. Makkelijk overal op te hangen, zowel binnen als buiten! Binnen 3 uur opgeladen waarna je er 8 uur lang plezier van hebt. Laat het Bolleke 'shinen' aan een tak van een boom of onder je overkapping.
het Bolleke van Fatboy, o.a. bij www.meijswonen.com

LEZERSACTIE

Maak kans op een sterke, stoere rugzak t.w.v € 49,99

Maak de blits dit nieuwe schooljaar met deze rugzak gemaakt van soepel canvas, stijlvol met subtiele details. En... waterafstotend!



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy 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. #RUGZAK naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

LEZERSACTIE

Maak nu kans op het boek van Walter Vermeer.

Walter heeft op vierjarige leeftijd brandwonden in zijn gezicht opgelopen. Zijn boek geeft ouders en kinderen een 'instrument' om het onderwerp zelfvertrouwen bespreekbaar te maken.

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy 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 JONGEN MET HET BAARDJE naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**



win

Back to Business!

BRUIST Deal

Bij Hotel de Leijhof in Oosterwijk

Overnachting in een Comfort Room van één van de meest luxe boutique hotels van het bosrijke Oosterwijk. Culinair 3-Gangen Menu Du Chef. Luxueus ontbijt - Parkeren.

Reserveer via www.leijhof.nl met promocode BRUIST

€79,50 p.p.*

*excl. lokale heffingen. Op basis van min. 2 pers.

LEZERSACTIE

Maak kans op één van de 10 Hop On Hop Off tickets van Dordrecht Tours.

Ontdek Dordrecht en omgeving op een originele manier. Aangeboden door:



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy 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. #DORDRECHTTOURS naar prijsvraag@nederlandbruist.nl**



BACK TO SCHOOL

Lima heeft niet een, maar twee nieuwe tussendoortjes die je een energy boost geven als je tijdens een school- of werkdag even een dipje hebt. Proteïnewafels op basis van kikkererwten en linzen en raw bars in vier verschillende smaken. **Meer info, o.a. over verkooppunten vind je op www.limafood.com**

Het is geen toeval dat ondernemster Miranda van Amersvoort begon met haar bedrijf Werkbewust. Ze komt namelijk uit een echt ondernemersgezin en was altijd nieuwsgierig naar mensen met bijzonder gedrag. Daarnaast zorgde ze na een zware rugoperatie van haar moeder al op jonge leeftijd voor haar moeder en zusjes. Dankzij de waardering die ze kreeg door het zorgen, wist ze als snel dat ze iets in de hulpverlening wilde gaan doen.

Hoe je als hulpverlener het verschil kunt

Deze achtergrond in zowel het ondernemen als het werken in de GGZ, heeft zich geuit in het bedrijf Werkbewust. En met succes, want Miranda mag zich Ondernemer van het jaar 2019 – 2020 noemen bij Jong MKB Arnhem-Nijmegen.

FRUSTRATIES IN HET WERKGEBIED

Tijdens haar werk als hulpverlener in de GGZ kreeg Miranda te maken met steeds meer frustraties. Ze kwam steeds dezelfde patronen tegen bij hulpverleners. Enerzijds zag ze dat hulpverleners steeds harder gingen werken en daarin doorschoten, en steeds minder gingen overleggen met andere collega's. Ook gingen hulpverleners hierdoor steeds meer klagen over de cliënten en/of kwamen ze in een bevroeringsstand, waardoor ze steeds minder grenzen durfden aan te geven aan de cliënten. "Daar moet iets voor zijn!", dacht Miranda. Waar Miranda altijd al het idee had om 'iets voor zichzelf te gaan doen', was dit het moment om dat ook daadwerkelijk te gaan doen. Ondertussen is Miranda alweer 10 jaar ondernemer van haar bedrijf Werkbewust.

NOG STEEDS MET DE VOETEN IN DE KLEI

Lange tijd heeft Miranda als trainer & coach van Werkbewust nog zelf gewerkt als hulpverlener.

Toen ze twee jaar geleden haar baan opzegde, begon ze het werken met cliënten al snel te missen. Daarom besloot ze om als zzp'er in de hulpverlening te gaan werken. Doordat Miranda nog steeds met de voeten in de klei staat, brengt dat haar als trainer & coach in een unieke positie. Juist hierdoor kan ze tijdens een traject snel aansluiten bij de deelnemers wat zorgt voor veel impact.

EVENTS EN GRATIS VOORLICHTING

Miranda zit niet stil. Naast haar trainingen en (team)coaching en werk als hulpverlener, organiseert ze ook een maandelijks GGZ-café bij Bibliotheek Wijchen. Tijdens deze gratis voorlichting wordt op een laagdrempelige manier het hoe en wat van een psychiatrisch probleem uitgelegd. Ook organiseert Miranda workshops/cursussen & events om meer bewustwording te creëren van eigen handelen rondom psychiatrische problemen. **Houd haar website in de gaten om op de hoogte te blijven van de aankomende activiteiten, zoals een korte cursus 'Borderline' die gaat starten op 14 september!**

Als hulpverlener kun je zelf het verschil maken. Wanneer je jezelf als hulpverlener goed weet in te zetten als instrument, heeft dat veel effect op het contact met de cliënt. Met training, individuele- of teamcoaching helpt Werkbewust jou om situaties waar je tegenaan loopt effectief te tackelen en de communicatie binnen het team te verbeteren.

maken

ALS JE ECHT CONTACT
WIL MAKEN MET EEN
CLIËNT, KAN DAT
ALLEEN DOOR OOK
IETS VAN JEZELF TE
LATEN ZIEN



Eigenaresse: Miranda van Amersvoort
Aalsburg 1830, Wijchen | 06 44318801
Miranda@werkbewust.nl | www.werkbewust.nl

Speciaal voor de lezers van Rijk van Nijmegen Bruist

1 persoon voor € 15,00

2 personen voor € 25,00

Actie code: Nijmegenbruist

Geldig t/m 30 september 2019



8 heerlijke sauna's



Uitgebreide behandelingen



Culinair genieten

Bronsbergen 27 Zutphen - www.debronsbergen.nl

September. De vakantie is voorbij en de scholen zijn weer begonnen. Jammer? Plan dan nu alvast je volgende vakantie, dan heb je wat om naar uit te kijken.

Op 13 en 14 september is het gratis toegankelijke festival **Appelpop** op de Waalkade in Tiel, dé afsluiter van het festivalseizoen.

Spinnen hebben een hekel aan de geur van citroen. Meng citroensap met water in een sprayfles en spray deze in alle hoeken en kieren om spinnen buiten de deur te houden.

Pepermuntolie heeft hetzelfde effect.

Probeer eens te rijmen op het woord **herfst**.

Ehhh... klerfst, bederfst? Lukt het jou wel?

Zaterdag 21 september gaat de hele wereld weer opruimen tijdens **World Cleanup Day**. Doe je mee?

Op Prinsjesdag rijden normaal gesproken onze koning en koningin in de Gouden Koets naar het Binnenhof. Deze wordt momenteel echter gerestaureerd, daarom wordt nu de **Glazen Koets** gebruikt. De restauratie van de Gouden Koets duurt zo'n zeven jaar.

De meest *bijzondere* *lunchroom* van Beuningen

Toen Guus van Haren vijf jaar geleden zijn opleiding in de zorg afrondde, besloot hij om het anders te doen. Tijdens zijn opleiding deed hij ervaring op in onder andere de gehandicaptenzorg. Voor deze groep wilde hij graag iets extra's doen. Dat is hoe Guus vijf jaar geleden zijn lunchroom Bijzonder Genieten begon. Hij geeft een bijzondere groep de begeleiding die ze nodig hebben en draagt zo bij aan een betere maatschappij.

Bijzonder personeel

Het meest bijzondere aan Bijzonder Genieten is het personeel. In de lunchroom werken mensen met een beperking. Zoals Guus aangeeft: "Ik kijk niet naar wat iemand niet kan, maar juist naar wat iemand wél lukt om te doen hier in de lunchroom." Deze doelgroep vindt het ontzettend leuk om in de horeca te helpen. Zo vertelt Guus dat medewerkers 's morgens met een big smile op het werk verschijnen en 's middags ook dolgelukkig weer naar huis gaan.

Genieten van verse producten

Er wordt bij Bijzonder Genieten uitsluitend gewerkt met verse producten. De doelgroep helpt zoveel mogelijk mee met het maken van gerechten. Vervolgens wordt het eten met veel enthousiasme geserveerd. Voor bedrijven in de regio is het ook mogelijk om broodjes te laten bezorgen. En wist je dat je tegenwoordig ook broodjes kunt afhalen bij Bijzonder Genieten? Geef vooraf je bestelling door, dan staat jouw lunch op de gekozen tijd klaar.

Bijzonder Zoet

Je kunt binnenkort niet alleen genieten van een smakelijke lunch, maar ook om te snoepen. In oktober opent de vrouw van Guus in het pand naast Bijzonder Genieten haar eigen snoepwinkel: Bijzonder Zoet. Dit wordt een snoepspecialzaak waar je terecht kunt voor onder andere glutenvrij, lactosevrij en gelatinevrij snoep, maar ook gewoon schepsnoep. Ook vind je er allerlei leuke cadeau artikelen voor diverse gelegenheden. Bijzonder Genieten heeft een eigen koffie- en theelijn. Ook deze worden in cadeauverpakkingen verkocht in de snoepwinkel.

Breng een bezoekje aan Bijzonder Genieten en geniet van een lekkere maaltijd en een gezellige sfeer!

Bijzonder Genieten | Julianaplein 27 Beuningen | www.bijzonder-genieten.nl
024 - 2060403 | guus@bijzonder-genieten.nl



**"IK HEB EEN TOPTeam MET
ENTHOUSIASTE MEDEWERKERS"**

Portugese tegels?

JE VINDT ZE BIJ ONS!



Voor zowel binnen als buiten

Wegens ons 50-JARIG BESTAAN tot 50% JUBILEUMKORTING op ons héle assortiment aan voorraadtegels.

Tegelshop Doddendaal

Dé tegelspecialzaak van Malden, Nijmegen en omstreken

50%
KORTING

40%
KORTING

30%
KORTING

20%
KORTING

Tot 50%
jubileumkorting!



Frans & Josje Koolen



Xsensible®
stretchwalker



Traditie en technologie komen samen in de unieke balanszool van de Stretchwalker. Deze zorgt voor een natuurlijke lichaamshouding

GREMMEN

FOOTWEAR
Winkelcentrum 21, Malden

Al 11 jaar genieten van de échte Italiaanse keuken.

Met elke dinsdag tot en met donderdag ons trattoriamenu voor maar € 26,50



Da Angelo

Delicatezza  Trattoria

Prinsenvweg 3a (winkelcentrum), Molenhoek | 024 - 38 808 79 | info@da-angelofood.nl | www.da-angelofood.nl

DAGJE UIT NATIONALE OPEN MONUMENTENDAG

PLEKKEN
VAN
PLEZIER

HET IS WEER SEPTEMBER. TIJD VOOR DE NATIONALE OPEN MONUMENTENDAG. Meer dan 4000 monumenten door heel Nederland openen hun deuren. Het thema van 2019 is 'Plekken van Plezier': naar welke monumentale plekken gingen en gaan mensen voor hun plezier? Of dat nu het theater, het museum, een park, een sportclub of een café is, het barst in ons land van de monumenten van ontspanning, vermaak en vrije tijd. **Open Monumentendag vindt plaats in het weekend van 14 en 15 september. Kijk voor meer informatie en het complete programma op www.openmonumentendag.nl**

FILMPJE KIJKEN ANNA

De Russische Anna werkt als verkoopster op de markt wanneer ze wordt gescout als topmodel en het helemaal maakt als internationaal mode-icoon. Achter de opvallende schoonheid van Anna Poliatova schuilt echter een geheim dat haar de onuitwisbare kracht geeft om één van de meest gevreesde geheimagenten van de wereld te worden. 'Anna' is geregisseerd door Luc Besson, met rollen vertolkt door o.a. Sascha Luss, Helen Mirren, Luke Evans en Cillian Murphy.

ANNA draait vanaf 12 september in de bioscoop.



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN WIL SCHILDERS



DE SUDOKU... vrijwel iedereen zal er weleens een hebben opgelost of een poging gedaan hebben tot. Heb je daar wat moeite mee of zou je je sudokukwaliteiten willen verbeteren, dan is het boek 'Los elke sudoku op' een aanrader. Wil Schilders: "Ik heb er al zoveel opgelost dat ik inmiddels door heb hoe sudoku's werken. Kennis die ik graag wil delen." Vandaar dat hij enkele jaren geleden dit boek schreef dat zelfs al in meerdere talen is vertaald. "Als je dit boek stap voor stap doorloopt, leer je steeds moeilijkere sudoku's oplossen." **LOS ELKE SUDOKU OP van WIL SCHILDERS is voor € 19,95 te koop via www.loselkesudokuop.nl**

Alles voor jouw nieuwe keuken

Klomp Keukens, een echt familiebedrijf, is al meer dan dertig jaar een begrip in Mill en omstreken. Roland Klomp nam het bedrijf over van zijn vader Rein Klomp en staat vandaag de dag samen met zijn vrouw Miranda aan het roer. Je bent bij dit bedrijf aan het juiste adres voor een maatwerk keuken of interieurbouw van hoge kwaliteit.



KEUKEN EN INTERIEURBOUW OP MAAT

Bij Klomp Keukens en Interieurbouw ben je zeker van een keuken die aan al jouw wensen voldoet. Daarnaast verzorgt het bedrijf ook op maat gemaakte interieurbouw, zoals inloopkasten. Wat jouw wensen voor je nieuwe keuken ook zijn, Roland Klomp en zijn team maken het mogelijk. Bepaal zelf welke stijl het beste bij jou past, selecteer de materialen en kies de gewenste kleur. Zoals Roland zelf aangeeft: "Bij ons is bijna alles mogelijk."

ONTZORGING VAN ONTWERP TOT OPLEVERING

Je wordt bij Klomp Keukens en Interieurbouw van ontwerp tot oplevering ontzorgd. Allereerst worden jouw wensen in kaart gebracht. Dit is de basis voor de nieuwe keuken. Vervolgens wordt een ontwerp gemaakt en wordt de keuken geproduceerd in de eigen werkplaats. Tijdens de productie ben je van harte welkom om alvast een kijkje te komen nemen. Wanneer de keuken klaar is, wordt deze bij jou thuis geplaatst en geïnstalleerd. Ook ná de realisatie van de keuken gaat de service verder.

VOORUITSTREVENDE IN MATERIALEN EN PROCESSEN

Klomp Keukens en Interieurbouw is vooruitstrevend in zowel materialen als processen. Er wordt gebruik gemaakt van hoogwaardige en duurzame materialen. Ook wordt er bij het realiseren van keukens en interieurbouw op een zo milieuvriendelijk mogelijke manier gewerkt. Ga voor een mooie en kwalitatieve keuken of interieurbouw met oog op een betere toekomst.

Zaterdag 28 september vindt het Klomp Lifestyle event plaats. Deze open dag staat geheel in het teken van interieur en lifestyle. Er zijn diverse partners aanwezig, zoals een binnenhuisarchitect en een kleur- en stylingadviseur. Onder het genot van een goede kop koffie of glaasje wijn maak je kennis met Klomp Keukens en Interieurbouw en doe je wooninspiratie op.

**Wil jij ook een maatwerk keuken van hoge kwaliteit?
Lop dan eens binnen in onze ruime showroom!**



"Wij ontzorgen mensen van ontwerp tot oplevering tijdens het drukke bouwproces"



Klomp Keukens & Interieurbouw | Eigenaar: Roland Klomp
Lijsterstraat 33, Mill | www.klompkeukens.nl



Plaatselijk afslanken? Het kan!

Beautyfirm bied afslank-behandelingen en silhouetverbeteringen aan met het meest geavanceerde apparaat op dit gebied. Wij maken gebruik van ultrasound en elektrostimulatie, wat leidt tot spectaculaire successen. Gemiddeld verlies je al 10 cm tijdens de eerste proefbehandeling.

De volgende zones kunnen behandeld worden:

- ✓ buikrol boven of onder de navel
- ✓ lovehandles
- ✓ knieën
- ✓ taille
- ✓ binnenkant dijbenen
- ✓ billen
- ✓ achter- of bovenkant armen

Een
proefbehandeling
nu voor € 35,-

Kom je samen dan
betaal je € 30,-
per persoon!



Marieke Lindsen weet uit eigen ervaring hoe moeilijk afslanken is. Ze ging op zoek naar een methode die wél werkt en vond die in een bijzonder geavanceerd apparaat dat je helpt centimeters te verliezen op de plekken waar jij dat wilt. In oktober 2016 opende zij de deuren van **BeautyFIRM** om ook anderen de kans te geven deze innovatieve behandeling te ondergaan.

Plaatselijk afslanken is mogelijk!

“Sindsdien loopt het storm!” vertelt Marieke enthousiast. “Ik was zelf sowieso al overtuigd, maar de positieve reacties van de mensen – zowel mannen als vrouwen – bevestigden hoe effectief het apparaat is.”

Wetenschappelijk onderbouwd

“Uit wetenschappelijk onderzoek is gebleken dat het apparaat zonder chirurgische ingreep of eindeloos sporten je vetcellen afdrijft, je spieren versterkt en je huid verstevigt. Tevens wordt de bloedsomloop geactiveerd, de lymfe-circulatie gestimuleerd, de afvalstoffen verwijderd en zuurstof teruggegeven aan de huid.”

Hoe werkt het?

“Het apparaat werkt met ultrasound en elektrolyse. Iedere sessie duurt 40 tot 55 minuten. De eerste sessie raak je gemiddeld 10 centimeters kwijt. Daar hoeft je niets voor te doen. Terwijl je onder het apparaat ligt, kun je gewoon tv kijken, een boek lezen of een praatje maken. Deze methode is echt een uitkomst als je op specifieke plekken van je vet af wilt komen of gewicht wilt verliezen.”

Behandeling op maat

“In een persoonlijk intakegesprek geef je aan welk gebied van je lichaam je precies wilt aanpakken. Op basis daarvan stellen we een op jou afgestemd programma op. Het aantal behandelingen hangt af van de hoeveelheid (en type)

lichaamsvet. Veel mensen kiezen voor een 10-rittenkaart.” BeautyFIRM onderscheidt zich verder door de persoonlijke aandacht én de huiselijke sfeer. “Bij BeautyFIRM vinden wij het belangrijk dat jij je op je gemak voelt. Daardoor is het ook nog eens gewoon leuk om hier te komen!”



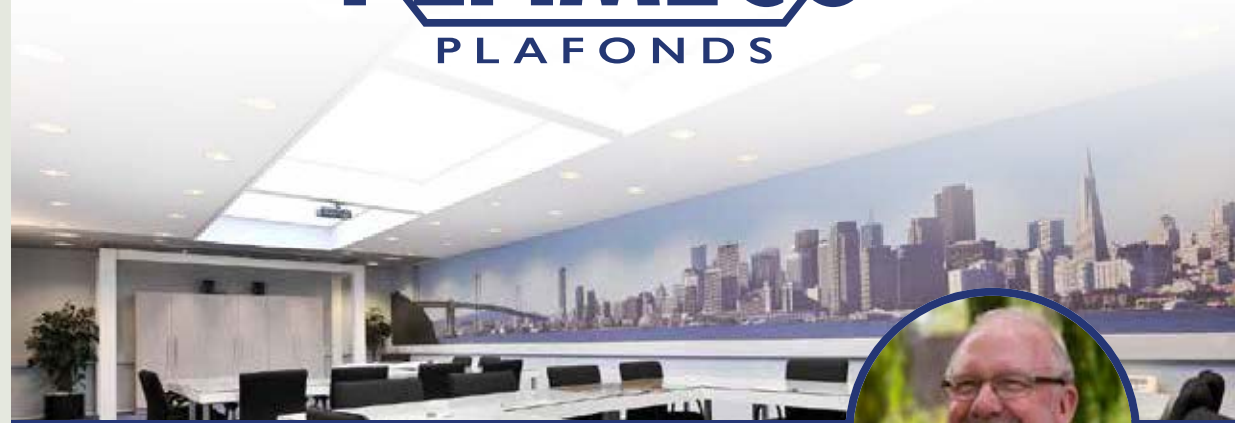


STRALEND ONTWAKEN

IEDERE DAG JE MAKE-UP AL KLAAR
VOORDAT JE VOOR DE SPIEGEL STAAT



PERMANENTE MAKE-UP & HUIDVERBETERING



DÉ PLAFOND SPECIALIST

Toe aan een nieuw plafond? zowel zakelijk als particulier. Met een Plameco spanplafond heb je gegarandeerd een plafond waar iedereen naar opkijkt. De ideale oplossing voor elke ruimte en dat binnen één dag. Maak een afspraak en krijg vrijblijvend advies voor een oplossing op maat.



For *glamour* girls

In september heb je nog een lekker kleurtje van de zomer, dus benut deze maand om er extra glamorous uit te zien. Een mooi glansje op je huid en fijne kleuren laten je bronzen tint nog mooier uitkomen!

1. Lady Million Empire Eau de Parfum, vanaf € 60,- www.pacorabanne.com
2. Nourishing Serum Kerasil Revitalize van Goldwell, € 58,50 www.goldwell.nl/salonfinder
3. Love Me Lipstick van MAC Cosmetics, € 19,50 www.maccosmetics.nl
4. Bronzing Compact Sunset Dunes van Clarins, € 47,50 www.clarins.nl
5. Chiara X Lancôme Ferragni Palette van Lancôme, € 65,- www.lancome.nl
6. Eyeshadow palette summer days and nights, € 7,99 www.essence.eu

7. Lancaster SUN 365 Gradual Self Tanning Oil Body van Lancaster, € 34,- www.douglas.nl
8. Shalimar Souffle d'Oranger van Guerlain, € 104,- www.guerlain.nl
9. Hello happy Velvet Powder van Benefit Cosmetics, € 29,- www.douglas.nl
10. Heavy Metal Glitter Eyeliner, € 22,- www.iciparisxl.nl
11. Nail enamel van essie, € 9,99 www.essie.nl
12. Vernis à Lèvres van Yves Saint Laurent, € 38,50 www.ysl.com

een heerlijke en ontspannen

Vakantie onder de zon

RUST, LUXE EN EEN
ADEMBENEMEND UITZICHT




VISTA BELLA
BUNGALOWS

Gran Canaria is het eiland waar de zon vrijwel het hele jaar schijnt en waar je heerlijk kunt genieten van zon, zee en strand. In vier uur vlieg je al naar deze ideale vakantiebestemming.

Vista Bella Bungalows

De familie Van Lanen kocht en renoveerde het afgelopen jaar zes bungalows in Maspalomas, naar de wensen en eisen van deze tijd. Het resultaat is een prachtig complex van zes bungalows met een zwembad en een geweldig uitzicht (zie vistabellabungalows.eu). De bungalows zijn van alle gemakken voorzien en beschikken over twee slaapkamers, een woonkamer, een badkamer, een volledig uitgeruste keuken en een privéterras. Daarnaast vind je aan de voorkant het gezamenlijke terras met een heerlijk zwembad. Elke bungalow is geschikt voor vier personen.

Perfekte locatie

Het complex is gelegen op een heerlijke, rustige plek, maar toch dicht bij alle voorzieningen (o.a. clinic, tandarts, etc.). Het strand van Maspalomas is op loopafstand en er zijn ook voldoende mogelijkheden om te shoppen of iets te eten en te drinken. Om het eiland verder te bezichtigen is het handig om een auto te huren. Voor onze gasten is er een privéparkeerplaats beschikbaar in de parkeergarage die bij het complex hoort.

Ben je dus op zoek naar een mooie en gezellige vakantie waarbij het je aan niets ontbreekt? Boek dan een bungalow bij Vista Bella Bungalows!



Vista Bella Bungalows | Eigenaren: Familie Van Lanen
Calle Nestor de la Torre 4, Maspalomas, Gran Canaria | +34 669 801 079 | www.vistabellabungalows.eu

Venetië is de ultieme stad voor een romantisch uitje. Hier lijkt de tijd stil te staan. In plaats van drukke wegen en auto's heeft deze stad enkel prachtige kanalen met romantische gondels en watertaxi's. Met deze tips wordt jouw bezoek aan Venetië gegarandeerd een onvergetelijke belevenis.

Ga mee op reis over de grachten van *Venetië*



DE SAN MARCO BASILIEK

Het San Marco plein is het kloppende hart van Venetië. Aan dit plein ligt de gelijknamige San Marco basiliek. Deze historische basiliek is al bijna duizend jaar oud. Dankzij de mozaïeken, bronzen beelden en marmer, behoort hij tot de mooiste basilieken van Europa. In het Dogenpaleis naast de basiliek maak je kennis met de Venetiaanse gotiek.

CANAL GRANDE

Het Canal Grande in Venetië staat bekend als de mooiste straat ter wereld. Wanneer je met de gondel door dit kanaal vaart, heb je een prachtig zicht op de schoonheid van de Italiaanse architectuur.

VIER CARNAVAL IN VENETIË

Wil je Venetië op een extra bijzondere manier beleven? Bezoek Venetië dan tijdens het carnaval. Twaalf dagen lang staat de stad in het teken van rijkversierde Venetiaanse maskers en chique carnivalsoutfits. Een authentieke traditie die je écht niet wil missen!



VAAR ROND OP EEN TRAGHETTI

Vroeger was de gondel het belangrijkste vervoersmiddel in Venetië. Tegenwoordig is het slechts een dure toeristische attractie gericht op romantische zielen. Voor honderd euro vaar je zo'n veertig minuten rond in de stad. Ga in plaats daarvan voor de Traghetto. Deze veerbotten hebben dezelfde uiterlijke kenmerken als een standaardgondel, maar zijn vele malen goedkoper.

EEN AVOND UITGEBREID TAFELN

Venetië staat bekend om haar heerlijke vis- en zeevruchtengerechten. Voor een goed restaurant verlaat je de toeristische paden en sla je een willekeurig straatje in. Zie je een restaurant waar veel Venetianen zitten? Dan weet je dat je goed zit!

.....
WORD OOK
VERLIEFD OP
DE HEERLIJKE
SFEER VAN
VENETIË
.....

Zondag 15
september 2019

11.00 tot 16.00 uur

Open dag Park Dekkerswald

Kom ook en ontdek de veelzijdigheid van dit mooie bosrijke park!

Wij nodigen u van harte uit op deze bijzondere plek. Maak kennis met de diverse organisaties op Park Dekkerswald en doe mee aan de diverse activiteiten voor jong en oud.

Iedereen is van harte welkom! Of u nu bewoner, cliënt, medewerker, vrijwilliger, mantelzorger of familie van cliënt of geïnteresseerde bewoner uit de omgeving bent. Park Dekkerswald bestaat inmiddels al meer dan 100 jaar en is een 'begrip' in Nijmegen en omstreken. Het is een uniek en bosrijk park in Nederland, een bijzondere plek om te wonen, werken en genieten.
Aanmelding vooraf is niet nodig.

Park Dekkerswald
Nijmeegsebaan 29 - 6561 KE Groesbeek - 024 - 301 78 95 - vastgoed@zzzorggroep.nl

36



Kliniek
Heyendael

Cosmetische Plastische Chirurgie

Betrouwbaar, professioneel en persoonlijk: dat is Kliniek Heyendael. Een begrip als het gaat om cosmetische plastische chirurgie.

Bij Kliniek Heyendael houden we ons iedere dag bezig met professionele behandelingen om mensen hun zelfvertrouwen terug te geven.

Onze behandelingen

- Borstvergroting
- Neuscorrectie
- Liposculptuur/Lipofilling
- Ooglidcorrectie ▶**
- Facelift (MACS-lift)
- Borstverkleining
- Rimpelbehandeling met fillers
- Armlift
- Halslift
- Contourverbetering
- Oorcorrectie
- Rimpelbehandeling

**We hopen je
binnenkort te mogen
verwelkomen!
Plastisch chirurg
Dr. Frans Straten**



Parklaan 70, Groesbeek (Nabij Nijmegen) | info@kliniekheyendael.nl | 024 - 845 05 06 | www.kliniekheyendael.nl

37

Ooglid- correctie?

Stoor jij je aan je oogleden? Heb je bijvoorbeeld een vermoeide uitstraling of hoofdpijnklachten? Een ooglidcorrectie kan dan een goede oplossing zijn. Na een ooglidcorrectie heb je weer een open en frisse blik.

Bovenooglidcorrectie

Door het slapper worden van de huid gaan je oogleden hangen. Hierdoor beperken ze je zicht en geven ze een vermoeide of een verouderde uitstraling. Verslapping van het bovenooglid kan worden gecorrigeerd tijdens een bovenooglidcorrectie.

Onderooglidcorrectie

Ook de huid onder je ogen kan gaan hangen, zo ontstaan de zogenoemde wallen. Stoor je je hieraan? Dan kun je een onderooglidcorrectie overwegen. Deze behandeling geeft je een uitgeruste en frisse uitstraling. Deze ingreep kan eventueel gecombineerd worden met een bovenooglidcorrectie.

Overweeg je een ooglidcorrectie?

Tijdens een persoonlijk consult met onze plastisch chirurg worden je wensen uitgebreid besproken en al je vragen beantwoord.

Neem gerust contact op met onze consulente voor het inplannen van een vrijblijvend en kosteloos consult via 0248450506 of door middel van ons contactformulier.

**Betrouwbare
en betaalbare
ooglidcorrectie.**
Voor meer info
024 - 845 05 06





Meerwaarde voor ondernemers

Het administratie- en belastingadvieskantoor
geïnteresseerd in het verhaal achter de cijfers.



Wijchenseweg 132, Nijmegen
024 - 379 22 66
info@bloklandduin.nl

WWW.BLOKLANDDUIN.NL

De Bouwkamp 1c, Ooij
024 - 204 20 74
ooij@bloklandduin.nl



GENIETEN VAN BlixEMSE KWALITEIT!

BliXem is een maatschappelijke onderneming met een eetcafé, waar je ook mooie cadeaus vindt, en een cateringbedrijf.

BliXem heeft een uitgebreid assortiment aan cadeaus, ansichtkaarten, boeken, en meer. Ook verzorgt BliXem relatiegeschenken en kerstpakketten. Liever een ander laten kiezen? BliXem heeft ook een cadeaubon, waarvan je zelf de waarde kunt bepalen.

De kracht van BliXem? Die zit in onze mensen!

BliXem verkoopt meerdere producten van het merk 'Mooi door Mij', deze producten worden gemaakt door mensen met een beperking en geven de makers een eigen rol in de maatschappij.



Het favoriete product van Mark: Kaars van het merk 'Mooi door Mij'.

"Ik heb de kaars gekozen omdat ik bij een kaars aan mensen en aan gezelligheid denk."



CATERING



EETCAFÉ



CADEAUS

Groesbeekseweg 75, Nijmegen | 024-388 86 78 | info@blixemnijmegen.nl | www.blixemnijmegen.nl



LUXE FAMILIEHOTEL

*there is
always
a story
to tell*

De naam van Ela Quality Resort in Belek zegt het al: dit hotel straalt één en al kwaliteit uit. Het hotel is uitstekend geschikt voor koppels, maar ook voor gezinnen. Het ligt direct aan het strand en is ruim opgezet. De kamers, van de standaardkamers en Lake Side kamers tot aan de Presidential Suites, zijn werkelijk prachtig.



VOOR ECHTE LEVENSGENIETERS

In de suites liggen in de kamers zelfs voor de kinderen badjassen klaar. Daarnaast heeft de Presidential Suite een extra verdieping met bovenop het dak een eigen jacuzzi. Ook de badkamer is voorzien van een jacuzzi. De Family Suites hebben eveneens een extra verdieping. Deze kamers zijn volledig ingericht voor families.

Er zijn in het Ela Quality Resort meerdere zwembaden met glijbanen en uiteenlopende faciliteiten afgestemd op verschillende leeftijden. Voor kinderen van 1 tot 17 jaar is er Everland Q Kids Club. Binnen deze club zijn vier verschillende leeftijdsgroepen. Voor tieners is er een apart gedeelte met eigen bar, waar natuurlijk geen alcohol wordt geschonken. Hier is het bijvoorbeeld mogelijk om dj-lessen te volgen. Ook heeft het Ela Quality Resort een open Q City: een nieuw opleidings- en entertainmentcentrum, waar kinderen verschillende beroepen kunnen ontdekken.

Het hotel heeft 8 restaurants, waarvan 7 à la carte. Een van deze restaurants is uitsluitend voor volwassenen. Ook in het hoofdrestaurant is een gedeelte uitsluitend

voor volwassenen ingericht. Voor ouders die graag tijdens hun vakantie even vrije tijd voor zichzelf willen hebben, is het mogelijk om een oppas te regelen. Ook kun je er een personal trainer inhuren.

Wil je even een momentje voor jezelf? Dat kan in de hammam, sauna of boek een van de verschillende massages in het wellnesscenter. Neem daarna een duik in het binnenzwembad waar ook een Vitamin bar aanwezig is. Hier kun je elke dag mixdrankjes nuttigen van vers geperste groenten en fruit. Of doe elke dag mee met de sportactiviteiten zoals crossfit training.

De service van de obers in de restaurants is ongekend. Vooral in het Italian restaurant weten ze de gasten goed te verwennen. Niks laten ze aan het toeval over, want zelfs als het een keer regent, krijg je poncho's mee. Wil jij met het gezin wat meer privacy hebben? Dan is het Family Lake House de oplossing. Deze is geschikt voor maximaal 18 personen en je krijgt er persoonlijke bediening. **Kortom: het Ela Quality Resort is een echte aanrader als je een all-inclusive resort in Turkije zoekt.**

Bedankt voor de goede service en graag tot de volgende keer.

Marcel en Lea Bossers en kinderen.




E L A
QUALITY RESORT BELEK

Voor meer info en reserveringen: www.elaresort.com

Iskele Mevkii, Belek, Antalya, Turkije, +90 444 1 352



Kom langs voor een kop koffie, een lunch of een diner in het restaurant onder de Thornsche molen! Geniet van de perfecte ligging, het mooie uitzicht en uiteraard het heerlijke eten en drinken. U kunt bij ons ook a la carte dineren.

Onze pannenkoeken worden gebakken van meel dat in eigen molen gemalen is.

ER ZIJN
WEER
MOSELEN!



DAGELIJKS
OM
10.00 UUR
GEOPEND

JE VINDT ONS IN PERSINGEN, OP SLECHTS 4 KM VAN NIJMEGEN!

Thornsestraat 20 • Persingen • tel. 024-6792399 • info@dethornschemolen.nl

www.dethornschemolen.nl

Moment

VAN OVERDENKING

Wees een inspiratiebron voor anderen,
wees het licht in de duisternis,
wees de lach om een traan op te vrolijken,
wees een student van het leven
en wees vooral wie je diep vanbinnen bent: jij.
Omring jezelf met mensen die in je geloven,
die eerlijk en oprecht tegen je zijn.
Mensen die je aanmoedigen als jij bijna wilt opgeven
en die jou tot de beste versie van jezelf kunnen
maken.

Leef Je Mooiste Leven

Michael Pilarczyk

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

Bezieling, beleving en emotie



AK
Arts Keukens
Maatwerk maakt mooier!

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

Beauty & Wellnesscare Luna
'The Health & Lifestyle
Salon' biedt een totaalpakket
aan behandelingen, voor
de innerlijke en uiterlijke
schoonheid. Van verzorgende
gelaatsbehandelingen gericht
op huidverbetering tot luxe
wellnessbehandelingen om
even te ontsnappen aan alle
stress en drukte van alledag.



Eva van Kollenburg



Wanneer begin je met harsen voor de vakantie?



De meeste mensen bedenken kort voor de vakantie om bepaalde zones te laten harsen. Maar eigenlijk is een keer harsen voor de vakantie niet voldoende.



Onze haargroei gaat in drie verschillende fases. Dus als je op korte termijn voor de vakantie besluit om te gaan harsen, ontstaan er eigenlijk alweer heel snel stoppeltjes. Ons advies is om uit te gaan van wanneer je met vakantie gaat en dan zeker twee à drie keer van tevoren te harsen. Zo groeien de haartjes in dezelfde groeifase en ga je zeker met een glad en zacht resultaat op vakantie!

De zones van de speciale actie bestaan uit:

- bovenlip: 1 zone
- kin: 1 zone
- kaaklijn: 1 zone
- wenkbrauwen: 1 zone
- armen: 1 zone
- benen: 1 zone
- oksels: 1 zone
- bikinilijn: 1 zone (geen Brazilian wax)
- rug: 1 zone
- borst: 1 zone

NU 50% KORTING
op de 2de zone
(korting is op de meest
voordelige zone)

Lavendel 256, Cuijk | 06-48086594

info@beautyandwellnesscareluna.nl | www.beautyandwellnesscareluna.nl

Zuster Evie Wijchen
Lokaal & Ambachtelijke
gemaakte lekkernijen

[www.facebook.com/
zustereviejichen](https://www.facebook.com/zustereviejichen)

Zuster Evie



Lokaal & ambachtelijk
gemaakte lekkernijen

Interesse?

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

BRUIST

Deal

Bij Hotel
de Leijhof in
Oisterwijk

Overnachting in een Comfort
Room van één van de meest
luke boutique hotels van
het bosrijke Oisterwijk.
Culinair 3-Gangen Menu Du Chef
Luxueus ontbijt | Parkeren.

€79,50
p.p.*

Reserveer via www.leijhof.nl
met promocode BRUIST

*excl. lokale heffingen en op basis van min. 2 personen.

BRUIST

De *koffie*
loopt, sportiever
word ik
vandaag niet



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

PRACHTIGE KASTEN OP MAAT

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



HG WOONIDEE®

HG Woonidee | Edisonstraat 4, Wijchen | 024 641 99 19 | www.hgwoonidee.nl

bock- bier- dag

20 OKTOBER 2019
NIJMEGEN - CENTRUM

MEER INFO: WWW.NIJMEEGSEBIERFEESTEN.NL

CARDO THEATER KILLER QUEEN 'S WERELDS BESTE TRIBUTE BAND 25 SEPTEMBER

Queen: helemaal terug of nooit weggeweest? Met twee Golden Globes en vier Oscars voor de film Bohemian Rhapsody, een tournee door Noord-Amerika en een musical blijft Queen de wereld boeien.

En Killer Queen, verkozen tot World's best tribute band en beschouwd als de allerbeste Queen tribute band ooit, komt weer naar Cardo Theater! Killer Queen heeft op hun website www.killerqueenonline.com melding gemaakt van het optreden in Cardo. Daarom: Wees er snel bij!

Datum: Woensdag 25 September
Plaats: Nijmeegsebaan 9, Groesbeek
Tijd: 20:30
Kosten: € 19,50
www.cardotheater.nl



Kidsproof Nijmegen verzamelt de leukste tips voor ouders en kids in en om Nijmegen!



15 SEPTEMBER KION KINDERFESTIVAL

Tijdens het KION Kinderfestival kun je met je hele gezin genieten van een gezellig festival in Openluchttheater de Goffert. Er zijn leuke shows, spelletjes, workshops en nog veel meer. Daarnaast is er ook een festivalmarkt en kun je bij de foodtrucks veel lekkers te eten en drinken kopen.

Locatie: Openluchttheater de Goffert
tijd: 10:00 - 19:00

toegang gratis (speelkaart te koop voor bepaalde programma onderdelen).



21 EN 22 SEPTEMBER | ZOEK 8+

Bregje is een meisje dat al een tijdje niet goed kan slapen. Elke nacht heeft ze het koud. Echt ijskoud. Haar ouders verzinnen het ene na het andere sprookje om haar in slaap te krijgen. Helaas, niks helpt. Benieuwd naar hoe het afloopt? Kom naar deze mooie voorstelling van Theatergroep Kwatta in Theater het Badhuis. Zoek is een spannende, muzikale voorstelling over verlies, vol rondslingerende wijsheden en bijzondere figuren.



Locatie: Theater het Badhuis
Kijk voor openingstijden en tarieven op de website.

Kijk voor alle leuke #kidsprooftips op www.kidsproof.nl

Als de vakantie weer voorbij is, ga je voor snel en makkelijk, maar ook voor voedzaam.
Waarom niet voor dit eenvoudige maar heerlijke broodje kipsaté?

Broodje met *kipsaté*

4 STUKS - 25 MINUTEN

INGREDIËNTEN

300 gr kipfilet in blokjes
boter of olie om te bakken
peper en zout
1 portie satésaus
4 pistoletjes
1 komkommer
125 gr taugé
gebakken uitjes
1 rode peper

Bak de stukjes kip in een pan met een beetje olie of boter en bestrooi tijdens het bakken met wat peper en zout. Schep als de kip gaar is deze door de satésaus. Snijd de pistoletjes open en beleg met plakjes komkommer.

Schep hier wat van de kipsaté op en verdeel wat taugé en gebakken uitjes erover. Snijd de rode peper in dunne ringen en verdeel deze naar smaak erover.

Houd als maaltijd 2 broodjes per persoon aan en als lunch 1 per persoon.



ijssalon
Passione

Proef Italië in hartje Groesbeek (Kerkstraat 16)
ZONNIG TERRAS - 'T LEKKERSTE IJS - KOFFIESPECIALITEITEN

HIELSPOOR: PIJNLIJK BIJ ELKE STAP

Heeft u pijn aan uw hak? Grote kans dat u hielspoor heeft! Wees een langdurige behandeling voor en kom snel langs bij Result Care om chronische hielspoor te voorkomen.

Veel mensen lopen te lang door met hielspoor. Een klein beetje pijn aan uw hak dat aan het einde van de dag met een beetje rust weer wegtrekt? Waarschijnlijk heeft u hielspoor. Hielspoor is een verkalking van het hielbeen en geeft pijn in uw hiel, bij elke stap. Hoe langer u blijft rondlopen met deze klachten, hoe langer het behandeltraject is om de pijn weg te nemen.

Met **shockwavetherapie** hebben fysiotherapeuten van Result Care al honderden mensen van hielspoor afgeholpen.

Maak een afspraak voor een gratis screening om samen met een fysiotherapeut of chiropractor te bekijken wat wij voor u kunnen betekenen.

HIELSPOOR



GRATIS SCREENING



9,1



✓ WIJ HEBBEN AFSPRAKEN MET ALLE ZORGVERZEKERAARS!
✓ GRATIS MEDISCHE FITNESS TIJDENS HET BEHANDELTRAJECT

• FYSIOTHERAPIE • CHIROPRACTIE • SPORT

Middelweg 10b • Molenhoek • 024 3585 905 • info@resultcare.nl

WWW.RESULTCARE.NL



DE
NIEUWE
COLLECTIE
KOMT VOLOP
BINNEN!

Theo Jansen

www.theojansenschoenen.nl

Molenpoortpassage 2 Nijmegen
www.theojansenschoenen.nl