

NIJMEGEN



FEBRUARI 2024 WWW.NIJMEGEN-BRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST



Vier de liefde tijdens
Valentijnsdag!

Lees het interview met
Tobias Nierop

Fongers. Een echt Hollands fietsmerk dat haar oorsprong vindt in Groningen. Fongers was vanaf 1884 gevestigd aan de Hereweg in Groningen en pionier in de ontwikkeling van de klassieke Nederlandse toerfiets. Fongers legde zich vanaf 1884 toe op de fabricage van hoogwaardige rijwielen, die zeker in de jaren tot 1910 alleen waren weggelegd voor de koopkrachtige bovenlaag van de bevolking. Het bedrijf ontwikkelde een eigen productenlijn met veel specifieke details. Zo introduceerde het merk een eigen velgremstangensysteem en een Fongers stuurstop. De onverminderde keuze voor kwaliteit en duurzaamheid van alle Fongers modellen maakt dit merk ongekend populair binnen Nederland en België. Inmiddels is Fongers gevestigd aan de Gompensstraat in Waalwijk, waar de drang naar het leveren van een kwalitatief hoogwaardige fiets voor een eerlijke prijs onverminderd groot is.



FONGERS. Een oerhollands fietsmerk met meer dan 80 verschillende e-bikes!

NUEVO Motinova Plus Disc



FONGERS®
Distributed by Matrabike

Nuevo FM

- Hydraulische schijfremmen
- Maximaal 150 km actieradius
- Shimano Nexus 7 naafversnelling



Vanaf:

€ 1499,-



Fongers Basic LCD

- LCD Display met 5 ondersteuningsstanden
- Maximaal 150 km actieradius
- Shimano Nexus 3 naafversnelling



Vanaf:

€ 999,-



Fongers RTR

- Hydraulische schijfremmen
- Maximaal 150 km actieradius
- 7 Shimano versnellingen



Vanaf:

€ 1699,-



★ Trustpilot



TrustScore 4.7
4.480 reviews

Matrabike Waalwijk (NL) Online (NL + BE)

Gompensstraat 21, 5145 RM Waalwijk,
Nederland. Tel. 0416-342012

Matrabike Sint-Martens - Latem (BE)

Kortrijksesteenweg 70, 9830 Sint Martens
Latem, België. Tel. 038880990

Matrabike Rumst (BE)

Antwerpsestraat 83, 2840 Reet
(gemeente Rumst), België.
Tel. 038880990



Matrabike Experience Center Waalwijk (NL)

matrabike
AL 30 JAAR VAN FABRIKANT NAAR KLANT!

Heeft u vragen of wilt u meer informatie?
Stuur dan een email naar:
klantenservice@matrabike.nl

Kijk voor uw FONGERS fiets op:
www.matrabike.nl



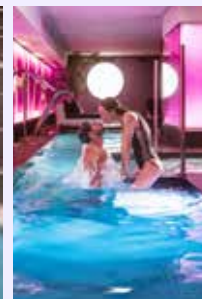
HOTEL **GARBI**
IBIZA SPA ****

HÉT HOTEL****

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel in Playa d'en Bossa, aan 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!



8



24



40



23



12



28

Foto: Kiki Heus

Inhoud

COLOFON

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

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 Groothuijs

f Like ons op Facebook.com/NijmegenBruist

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2024. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Nijmegen Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. **Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 35 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



Foto: Ron Eskens
soowpictures.nl



VOORWOORD/FEBRUARI

Februari is dé maand van de liefde. Heel leuk als je een relatie hebt of (stiekem) verliefd bent, maar voor de singles kan het wat gevoeliger liggen. Veel van hen zouden graag zelf ook een leuke partner vinden. Maar... waar vind je die? Online natuurlijk! Verderop in deze nieuwste editie van Bruist geven we daarom een aantal tips om je online datingprofiel een boost te geven.

Bruisende lezer,

En als je dan eenmaal een match hebt gescoord – of je al bestaande liefde wilt vieren – is het wel zo leuk om samen op date te gaan. Nu kun je natuurlijk de kroeg induiken of een hapje gaan eten, maar minstens even leuk is het om samen naar een voorstelling te gaan. Onze tip van deze maand: 14 de musical! We spraken met hoofdrolspeler Tobias Nierop die in deze bijzondere musical meerdere keren per week de rol van Johan Cruijff vertolkt.

Ben je niet zo'n liefhebber van musicals, maar wil je je geliefde of (blind) date deze maand wel verrassen? Blader dan snel verder, lees de verhalen van onze bruisende ondernemers en laat je inspireren.

Lea en Marcel Bossers



Adverteren?

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

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

Alles wat je moet weten *over online daten*

Online daten heeft de romantische horizon verbreed en is nu een populaire manier geworden om verbindingen aan te gaan. Met talloze platforms beschikbaar kunnen mensen over de hele wereld nu potentiële partners ontmoeten met vergelijkbare interesses en doelen. Door middel van de volgende tips creëer je een aantrekkelijk profiel waarmee je beslist opvalt te midden van de duizenden mensen die op zoek zijn naar liefde.

EEN AANTREKKELIJKE FOTO Het klinkt misschien voor de hand liggend, maar voor een kwart van de online singles is de gekozen foto het belangrijkste aspect van iemands profiel. Een aantrekkelijke foto met een goed zichtbaar gezicht en een glimlach doet wonderen. Een lachend gezicht oogt niet alleen aantrekkelijker, maar moedigt ook andere singles aan om contact te zoeken.

DE WAARDE VAN TEKST Een zelfbeschrijving blijft een uitdagende taak bij het invullen van je online profiel. Tip: houd het kort en bondig. Vertel over je interesses, ambities en ultieme dromen; deze onthullen vaak meer dan algemene termen als enthousiast en spontaan.

MIJN NAAM IS... Veel datingsites worden bevolkt door Barts en Sofies, waarbij gebruikers vaak hun echte naam als gebruikersnaam kiezen. Wil je opvallen, kies dan voor een grappige en makkelijk te onthouden naam die iets zegt over je hobby of persoonlijkheid. Je echte naam komt later wel.

DIT BEN IK, ECHT! Op elke datingsite moet je vragen beantwoorden over zaken als je lengte, gewicht, oog- en haarkleur, levensstijl en gezinssituatie. Belangrijk is dat je eerlijk bent op je datingprofiel. Met liegen verspil je andermans tijd en het komt onfantsoenlijk over.

Wil jij meer tips om een partner te vinden? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

Briljant Vloerverwarming denkt met u mee!

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

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

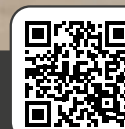
Joseline

De voordelen van vloerverwarming

✓ AANGENAME WARMTE

✓ ENERGIEBESPREND

✓ ONZICHTBARE VERWARMING



 BRILJANT
VLOERVERWARMING

Onze methoden met vloerverwarming zijn erop gericht om u maximaal comfort te geven met minimale overlast. Wij gaan snel en systematisch te werk, zodat u binnen de kortste keren geniet van de voordelen van een verwarmde vloer. Wij hebben verschillende soorten vloerverwarmingssystemen, namelijk: infrezen, fermacell, krimpnetten, noppenplaten en tackerplaten. Welke installatie het meest geschikt is voor uw woning hangt af van het beschikbare budget, type woning en persoonlijke voorkeuren. Vraag nu geheel vrijblijvend een offerte aan voor advies op maat.

INFREZEN

KRIMPNETTEN

NOPPENPLATEN

OPRITVERWARMING

TACKER-SYSTEEM

FERMACELL-PLATEN

WIJ ZIJN VERHUISD!

Briljant vloerverwarming bv
Lange Beijerd 14, Cuijk
085 – 130 63 41
info@briljantvloerverwarming.nl
www.briljantvloerverwarming.nl

DE SLIMME REISTAS*

voor trendy vrouwen

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

BODABAGS
FASHION
BY SILVIA BODA

BodabagsFashion | @bodasilvia

www.bodabagsfashion.myshopify.com
**PRINGLES**

Pringles heeft de vertrouwde koker vernieuwd met een papieren bodem in plaats van metaal. De 165-grams koker bestaat nu voor 90% uit papier en is recyclebaar. Na gebruik kan de verpakking in de papierbak worden gedeponeerd. De nieuwe look sluit aan bij de recyclebare verpakking. De smaak blijft onveranderd goed en deze stap is belangrijk voor Pringles in het behalen van duurzaamheidsdoelen.
www.pringles.com

**HALLMARK VALENTIJN**

Stuur een ander iets liefs met dit hartvormige doosje met daarin een smakelijk chocoladehart! Leuk voor Valentijnsdag, om te bedanken, te feliciteren of een hart onder de riem te steken. Extra attent dankzij het persoonlijke kaartje dat ze voor je meesturen met dit cadeautje. Wie verras jij? www.hallmark.nl

**KENWOOD KEUKENMACHINE**

De Kenwood MultiPro Go maakt koken eenvoudig en plezierig met diverse functies zoals hakken, snijden, raspen, pureren en deeg kneden. Deze compacte en gebruiksvriendelijke foodprocessor is verkrijgbaar in twee kleuren en is een must-have voor elke thuischef, beoordeeld als 'beste koop' en 'beste uit de test' door de Consumentenbond in de categorie foodprocessors.
www.kenwoodworld.com



Het mooiste avontuur is *liefde!*

**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.

**TOSKANI AMPULLEN**

De Vitaflash Ampullen geven een doffe huid direct een natuurlijke glans. Het diepgaande effect is meteen zichtbaar, waardoor ze ideaal zijn voor speciale gelegenheden. Gevuld met vitamine C, elastine, collageen en plantaardige tensor, bevorderen ze een liftend effect op de huid.
www.toskani.nl

INNOVATIEVE FOUNDATIONSPRAY VAN THAT'SO

Face Up, een innovatieve foundationspray aan te brengen met een make-up kwast, creëert een prachtige en egale glowy teint met een filtereffect op het gezicht. Het vermindert zichtbaarheid van onvolkomenheden en bevordert een heldere, uniforme look. Beschikbaar in Perfect, Light, Medium, Dark en Extra Dark Nude, won het onlangs de Best Innovation Make Up 2023 award. 75 ml, € 38,-, www.thatso.nl

**LEZERSACTIE***
Maak kans op het boek van Lisa Staal

De mannen van Staal is een boek dat je in één adem uitleest. Het is grappig, herkenbaar, inspirerend en leerzaam. Staal evolueert van een pleaser in bed tot een sterke, liefdevolle, onafhankelijke vrouw die anderen begeleidt naar een gelukkig liefdesleven.

www.lisastaal.nl TAG #STAAL
**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

Bent u op zoek naar de ideale relaxfauteuil die aan al uw comfortbehoeften voldoet? Bij Gaertner realiseren we ons dat een fauteuil meer is dan slechts een stoel; het vertegenwoordigt uw persoonlijke oase van ontspanning en comfort.

Gun uzelf de topkwaliteit van Fitform

Het woord "relax" zegt het al: in een relaxfauteuil moet u volledig kunnen ontspannen! Naast het genieten van pure ontspanning is het echter ook van groot belang dat u comfortabel zit, zodat u moeiteloos uit de fauteuil kunt opstaan. Als u op zoek bent naar de perfecte balans tussen heerlijk ontspannen en verantwoordelijk comfort, nodigen we u graag uit om onze showroom te bezoeken.

Hier kunt u zelf ervaren hoe onze fauteuils zich aanpassen aan uw behoeften en wensen. In de maanden februari en maart verwelkomen we het voorjaar met een speciale voorjaarsactie. Van 1 februari tot en met 15 maart kunt u profiteren van exclusieve aanbiedingen op de relaxfauteuils van Fitform.

Gaertner
ergonomische meubelen

Heyendaalseweg 165, Nijmegen
024 356 8390 | info@gaertner.nl | www.gaertner.nl



MAXIMAAL
€ 600,-
korting

ALLEEN VAN
**1 FEB. T/M
15 MRT.**



Recharge yourself



**Betaalbaar
elektrisch rijden.**

Zoek uw dichtstbijzijnde MG vestiging op www.vanmossel.nl/mg

Van Mossel

De oorsprong van **Valentijnsdag**

gaat terug naar het oude Rome, waar het werd gevierd ter ere van **Juno**, de godin van huwelijk en vruchtbaarheid.

Studies suggereren dat paren die elkaar **online** ontmoeten gemiddeld **18,5 dagen** communiceren voordat ze elkaar voor het eerst in persoon zien.

In **sommige culturen** wordt geloofd dat **vogels** op 14 februari beginnen te paren, wat de romantische associatie van de dag versterkt.

De eerste gedrukte **Valentijnskaart** dateert uit de 18e eeuw.

In Japan geven vrouwen op 14 februari **chocolade** aan mannen op, terwijl mannen op 14 maart geschenken teruggeven.



IS UW VLOER AAN ONDERHOUD TOE?

OF ZOEKT U EEN NIEUWE VLOER? DAN BENT U BIJ ONS AAN HET GOEDE ADRES



Ontdek de ultieme samenwerking tussen Booiiparket en onze geselecteerde vloerverwarming leverancier 'Parket en Vloerverwarming'. Samen brengen we meesterlijk vakmanschap en geavanceerde technologie samen voor prachtige parket- en pvc-vloeren met efficiënte vloerverwarming. Stap binnen in een wereld van ongeëvenaard comfort en tijdloze stijl.

PARKET
en vloerverwarming
Koost meer koude voeten

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

BOOIIPARKET
WONEN MET LEF

Booiiparket, voor de beste kwaliteit vloeren!

Industrieweg Oost 5b,
Elst (GLD)

0481 745 296
06 303 60 855

info@booiiparket.nl
www.booiiparket.nl

Openingstijden
Donder- en vrijdag: 10.00-17.00
Zaterdag: 10.00-16.30





DE NIEUWE MINI COUNTRYMAN



VANAF
€45.990,-

PRIVATE LEASE
VANAF €835,-*

OPERATIONAL LEASE
VANAF €799,-*



STORYMINI.NL

*Op basis van 48 maanden en 10.00 km per jaar

Velgen beschadigd?

Breng ze langs bij de dokter

0413 257 366

Wij zijn De Velgendokter, gespecialiseerd in het repareren en richten van lichtmetalen velgen. Al onze medewerkers zijn professionals en zorgen ervoor dat uw velgen weer in topconditie zijn na de reparatie.

Al ruim 30 jaar zijn wij gespecialiseerd in het herstellen van lichtmetalen velgen. Denk hierbij aan werkzaamheden, zoals:

- **Reparatie**
- **Velgen richten**
- **Velgen lassen**
- **CNC Afdraaien**
- **Poedercoaten**
- **Rimco herstel (kleur op maat)**

Dankzij onze jarenlange ervaring vinden we voor iedere velg een passende oplossing.

Vraag een offerte aan op www.develgendokter.nl



OPENINGSTIJDEN

Maandag – vrijdag:

9:00 – 17:00 uur

Zaterdag:

9:00 – 13:00 uur



De Velgendokter

Loopkantstraat 22, Uden | 0413 257 366 | info@develgendokter.nl | www.develgendokter.nl

DAGJE UIT HET NEDERLANDS IJSBEELDEN FESTIVAL



De beste ijskunstenaars ter wereld zijn tot en met 25 februari te vinden in Zwolle tijdens Het Nederlands Ijsbeelden Festival. In een grote vrieshal gaan ze aan de slag met 350.000 kilo ijs en 250.000 kilo sneeuw, waarmee zij een magische wereld van sneeuw- en ijssculpturen tot wel zes meter hoog bouwen. Om het aantal bezoekers van het Ijsbeelden Festival goed te reguleren, wordt er gebruikgemaakt van tijdsloten. Bij het bestellen van de tickets kies je zelf het tijdslot waarin je wilt binnenkomen. Hoelang je vervolgens in de vrieshal blijft, mag je helemaal zelf bepalen. **Kijk voor meer info op www.ijsbeelden.nl.**

FILMPJE KIJKEN POOR THINGS

Poor Things vertelt het ongelofelijke verhaal van Bella Baxter, een jonge vrouw die weer tot leven is gewekt door de briljante en onorthodoxe wetenschapper Dr. Godwin Baxter. Bella leeft een beschermd bestaan bij Baxter en is heel leergierig. Ze is hongerig naar kennis over de wereld die ze mist en gaat er daarom vandoor met Duncan Wedderburn, een gladde en losbandige advocaat. Ze beleven een wervelend avontuur over de hele wereld. Bella groeit standvastig in haar doel om op te staan voor gelijkheid en bevrijding. **POOR THINGS is vanaf 8 februari te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN MURAT ISIK



Zomer 2001. Metin Mutlu gaat internationaal strafrecht studeren in San Francisco, maar het idee dat hij de rest van zijn leven zal slijten als jurist benauwt hem. Hij stort zich daarom vol op het keuzevak Creative Writing, waar hij de mysterieuze Joan Springfield ontmoet, een briljante doch getroebleerde studente voor wie hij als een blok valt. Zijn nieuwe vrije leven lijkt Metin goed af te gaan. Totdat onaangename ontwikkelingen in San Francisco én op het familiefront zijn verblijf in een heel ander licht plaatsen.

IN DE MIST VAN GOLDEN GATE PARK is vanaf 27 februari verkrijgbaar.

We zijn verheugd om jullie op de hoogte te brengen van enkele opwindende veranderingen en uitbreidingen binnen onze salon. Onze toewijding aan het leveren van hoogwaardige kapsels en een uitstekende klantenservice blijft ongewijzigd, maar we streven er altijd naar om te groeien en te innoveren.

Er komen vernieuwingen aan bij Salon

Flor

Vernieuwingen in de salon

Binnenkort mogen jullie enkele opwindende vernieuwingen in onze salon verwachten. We willen onze klanten altijd de nieuwste en beste diensten bieden, en deze veranderingen zijn ontworpen met jullie comfort en tevredenheid in gedachten.

Tweede vestiging in Arnhem

In ons streven naar uitbreiding zijn we verheugd om aan te kondigen dat we binnenkort een tweede pand openen, en wel in het prachtige Arnhem! We kijken ernaar uit om nog meer klanten van dienst te zijn en onze passie voor haarmode te delen met de gemeenschap van Arnhem.

Nieuwe vacatures

Met de opening van ons tweede pand komen er ook nieuwe kansen voor getalenteerde en gepassioneerde kappers en stylisten. We zijn op zoek naar teamleden die onze toewijding aan excellentie delen. Houd onze website in de gaten voor de nieuwste vacatures en deel jouw passie voor haarstyling met ons groeiende team.

We zijn opgetogen over deze nieuwe fase van groei. Houd onze website in de gaten voor de laatste ontwikkelingen.



Op zoek naar transport van en naar Spanje?

Wij regelen het graag voor u!

Transport van inboedel, auto, motor, boot of caravan van en naar Spanje?

Ook voor de horeca leveren wij goederen van Makro, Sligro, et cetera!

Ook voor kleinere zendingen zoals huisraad, kleding of koffers en dergelijke bent u bij ons aan het juiste adres.

Wij rijden naar Spanje (zowel binnenland als de Costa's), Frankrijk, België, Duitsland en Nederland.



COSTA SPRINTER

Transport van en naar Spanje

Vraag naar de mogelijkheden en onze tarieven, bel of whatsapp (+31) 6 27 23 27 26

Tobias Nierop is Johan Cruyff in 14 de musical: ‘Het spelen van een hoofdrol is net topsport’

Tobias Nierop vertolkte al ruim driehonderd keer de rol van Johan Cruyff in *14 de musical*. Ook in 2024 kruipt de acteur in de huid van de Nederlandse topvoetballer. “De rol van Cruyff kan ik inmiddels dromen, maar keer op keer blijft het bijzonder om iemand te spelen die zoveel voor mensen heeft betekend.”

Tobias heeft zelf niet op hoog niveau gevoetbald en is ook niet de grootste voetbalfan, maar hij is Cruyff in de loop der jaren wel gaan volgen. Waarom? Vanwege zijn uitspraken. “Ik ken zijn uitspraken bijna allemaal. De meest bijzondere vind ik ‘Voetballen is heel simpel, maar het moeilijkste wat er is, is simpel voetballen’.”

EVALUEREN De 35-jarige acteur staat meerdere keren per week op het podium. In het weekend zelfs twee keer per dag. “Ik blijf zo wel lekker in het ritme, want als ik even een pauze heb gehad, moet ik er toch weer inkomen. Na iedere voorstelling evalueer ik. De ene voorstelling is de andere namelijk niet.”

Tobias probeert ook de actualiteit op een creatieve manier in de musical te verwerken. “Ajax presteerde

in november 2023 bijvoorbeeld buitengewoon slecht. Ze stonden zelfs laatste. Ik stelde mijzelf als Cruyff en Ajax kwetsbaar op. Dat is iets wat normaal niet bij het imago van Cruyff of Ajax past, maar ik vond dat het moest. Dat kon het publiek wel waarderen.”

TOPSPORT Tobias merkt dat er soms lacherig wordt gedaan over het vertolken van de hoofdrol in een musical. “Het spelen van een hoofdrol is net topsport. Ik let heel goed op mijn voeding, conditie en rust. Ik ga laat naar bed, maar sta uitgerust én vroeg op. Ik ben ook op tijd in het theater. Voorbereiding is alles”, sluit Tobias af.

14 de musical is nog t/m 6 juli te zien in het AFAS Theater in Leusden. Kijk voor 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





Wijn met een verhaal

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.



Op het web van *liefde* vindt het *hart* zijn eigen *connectie*



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist



Genieten **lachende mensen** echt veel meer?

Wist je dat lachen je een betere conditie bezorgt? Dat lachen stress verdrijft? Dat lachen mensen dichterbij elkaar brengt? Kortom, lachen is echt gezond! Stuk voor stuk ook nog eens hele goede redenen om voor je gebit te zorgen! ;-)

Als je lacht wil je graag je gebit laten zien, en het voelt veel prettiger als dat er stralend uitziet. Uw uitstraling wordt mede bepaald door uw lach en dus ook door uw tanden. Hebben je tanden niet de gewenste witte kleur? Wat zijn de mogelijkheden?

Bleaching kan een uitkomst bieden. Gezonde tanden kunnen we verfraaien met facings, scheve tanden zetten we recht en 'slechte' of niet meer aanwezige tanden kunnen we meestal zonder problemen vervangen door kronen of bruggen.

Kronen en bruggen zijn duurzame vervangers voor een of meer tanden of kiezen. Een kroon wordt als een soort dopje over de oude tand vastgelijmd.



Een persoonlijke benadering
Mondzorgcentrum Takenhofplein is een heel laagdrempelige praktijk. "Iedereen is hier welkom. Het is geen 'meneer de tandarts', maar 'je' en 'jij'. Het hele team doet zijn best om ervoor te zorgen dat onze patiënten zich bij ons op hun gemak voelen en de beste mondzorg krijgen."

Scan de QR-code en maak een afspraak



Mondzorgcentrum
Takenhofplein 

Takenhofplein 6, Nijmegen
024 212 212 8
balie@mctp.nl

www.mondzorgcentrumtakenhofplein.nl



Een culinaire ontdekking in een legendarisch onderkomen

In de voormalige gevangenis Schutterswei in Alkmaar vind je nu **The Fallon Hotel**. Een luxe hotel met 102 kamers, vele vergaderzalen, een fitnessruimte en een in-house restaurant: D'arrêt.

Een onvergetelijke ervaring

In het restaurant kan je genieten van een heerlijk diner of een goede lunch. Dit unieke hotel heeft een prachtige bar waar je een heel speciaal biertje kunt proberen! Het hotel heeft namelijk zijn eigen Boevenbier, gebaseerd op een succesvolle ontsnappingspoging in de gevangentijd.

Ben jij meer van de cocktails of de sterke drank? Dan is er nog het gloednieuwe Jail Gin wat je kunt proberen. Bereid met lokale ingrediënten!



The Fallon Alkmaar
HOTELS BY SHEETZ



RESTAURANT D'ARRÊT

The Fallon Hotel | Prins Bernardlaan 16, Alkmaar | Tel. 072 762 0752 | www.sheetz.nl/thefallonalkmaar



Scan de QR-code en ga naar de website voor meer info of om meteen te reserveren

Een ontspannen verblijf!

Dankzij de uitstekende bereikbaarheid, een voortreffelijke verbinding en voorzieningen zoals een fitnessruimte, een uitgebreid ontbijtbuffet en de mogelijkheid tot fietsverhuur, garandeert The Fallon Hotel Alkmaar een ontspannen verblijf.

Ontdek deze mysterieuze plek zelf en laat je adviseren door ons vakkundige team over de beste drankjes, gerechten en bezienswaardigheden!

HOTELS BY SHEETZ



Happy Valentine

Rood is de kleur van passie, liefde en hartstocht. Met Valentijnsdag gaan we dus voor heel veel rood!

1. Nail Polish Kallyménia van Le Rouge Francais, € 28,- www.retreat.nl
2. Eye Shadow x 6 Lovestruck Luck van Mac, € 50,- www.maccosmetics.nl
3. Baccarat Rouge 540 Extrait de Parfum van Maison Francis Kurkdijan, vanaf € 210,- www.skins.nl
4. Delilah Color Intense Cream Lipstick Floozy van Delilah, € 33,- www.babassu.nl
5. Rouge Smoking van BDK Parfums, € 190,- www.retreat.nl
6. Heart Affair Highlighter van Catrice, € 6,49 www.catrice.eu
7. Infaillible Matte Resistance Lipstick van L'Oréal Paris, € 18,99 www.kruidvat.nl
8. LOEWE candle Tomato Leaves, € 175,- www.debijenkorf.nl
9. Lipbalm Cherry van Loveli, € 6,50 www.loveli.care
10. Feryn x Miglot Formula 854 Limited Edition, € 108,50 www.miglot.com
11. Black Opium Eau de Parfum Over Red, vanaf € 103,- www.ysl.com
12. Lip Suede Les Rouge van Westman Atelier, € 91,- www.skins.nl
13. Lingerie set Fleur van Rosa Faia, tailleslip € 29,95 en BH € 69,95 www.anita.com/nl/merken/rosa-faia.html
14. SUPERGLOSS Eau de Parfum van CoSTUME NATIONAL, € 79,- www.thecofcosmetics.com

De vier kernwaarden van Bens & vd Hurk Zonwering

- ✓ We werken alleen met **A+ kwaliteit materialen** en originele producten van Nederlands en Duits fabricaat
- ✓ We zijn dealer van gerenommeerde fabrikanten en bieden **de beste producten voor concurrerende prijzen**
- ✓ We hebben **meer dan 25 jaar ervaring** in het vakkundig monteren van buitenzonwering en raamdecoratie
- ✓ We zijn met name **gespecialiseerd** in luxe terrasschermen en design jaloezieën (hout, bamboe, aluminium)

“Actieprijzen voor maatwerkproducten”

- Gratis advies (op locatie)
- Gratis inmeten
- Gratis montage

Volg onze producten en projecten op Facebook en Instagram



Meer info?
T 06 15964008
E info@bvdh-zonwering.nl
bvdh-zonwering.nl



Zonwering

- Terrasschermen
- Markiezen
- Screens
- Rolluiken



Raamdecoratie

- Jaloezieën (Houten & Bamboe)
- Plissés (Duette & Multishades)
- Gordijnen (Vouw & Rol)
- Horren (Deuren & Ramen)

ANNA

SKINCARE & BEAUTY

Boek snel een afspraak!

High end beauty treatments in **Nijmegen Centrum**

Gelegen in Nijmegen-centrum aan het bruisende Haberplein is de salon van ANNA Skincare & Beauty te vinden. Kom helemaal tot rust in de stijlvol ingerichte ruimte. Er wordt uitsluitend gebruik gemaakt van High end producten, het resultaat is namelijk wat telt



hannah®

Lycon
Professional Waxing

RefectoCil

MRS HGH BROW

pe cosmetics

ANNA Skincare & Beauty
Van Broeckhuysenstraat 9, Nijmegen | 06-38260670 | info@annaskincare.nl | www.annaskincare.nl



LOOKING/GOOD

Een mooie huid *in de winter*

Nu de buitentemperaturen dalen en we ons bij de verwarming nestelen, verandert de behoefte aan huidverzorging. Winterse invloeden maken de huid snel droog en soms schraal. Bescherming is essentieel! Hier zijn enkele tips van Bruist:



GEBUIK DE JUISTE DAGCRÈME. Bescherm je huid tegen invloeden van buitenaf met een intense, vochtinbrengende dagcrème.

VOORKOM GESPRONGEN LIPPEN. Gebruik altijd een goede lippenbalsem om je lippen voldoende te hydrateren.

EET DE JUISTE VOEDINGSMIDDELEN. Dit is heel belangrijk. Goede vetten zorgen ervoor dat de vochtbalans in je huid op peil blijft.

EET VOLDOENDE VITAMINES. Vitamines B, C én D zijn de toppers voor een gezonde huid tijdens de winter.

ZORG VOOR EEN GOEDE NACHTRUST. Een goede nachtrust doet écht wonderen! Probeer elke nacht ongeveer acht uur te slapen. Daardoor zie je er fris uit en het helpt om donkere kringen onder je ogen tegen te gaan.




curasano®

instant self tanning system

*De snelste en veiligste manier om een egale
en natuurlijke bruine teint te krijgen.*

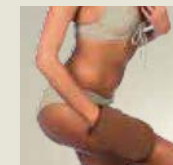
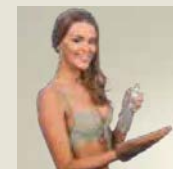
BRUIST TANNING TIPS

BY JOHN BEERENS

JOHNBEERENS
— .COM —

Voordelen van Curasano

- Biedt snel een natuurlijke, gebruinde teint, die 5 tot 7 dagen aanhoudt.
- Verrijkt met Aloë Vera, Vitamine E en D, en Ginseng, voedend voor de huid.
- Eenvoudig aan te brengen voor een gelijkmatige, streepvrije dekking.
- Aanbevolen door dermatologen, geschikt voor alle huidtypes en geurloos.



TIP
VAN
JOHN



Maak eventueel gebruik van onze speciaal ontworpen Curasano Spraytan Sentz (Mini). Spray hierbij Curasano Spraytan Express rechstreeks op de handschoen en breng aan op het gezicht.



Voor verschillende basisscholen in Nijmegen en regio zijn wij op zoek naar

ENTHOUSIASTE OVERBLIJFKRACHTEN

Als overblijfskracht begeleid je kinderen tijdens de lunchpauze bij het eten en buiten spelen. Je ontvangt hiervoor een vrijwilligersvergoeding van € 10,- per keer. Verder bieden wij studenten mogelijkheden voor een stageplaats.

Ben je enthousiast en heb je tussen de middag tijd voor een leuke functie bij jou in de buurt? Stuur dan een mail naar info@stichtingsoos.nl



Kijk op www.stichtingsoos.nl of scan de QR-code. Je kunt ook bellen naar: 024-3503874



'Ieder mens verdient medische zorg. In oorlogsgebied, tijdens een epidemie, na een natuurramp. Wie je ook bent. Daarom zet ik Artsen zonder Grenzen in mijn testament. U kunt dat ook doen. Met uw bijdrage blijven we mensen in crisissituaties helpen. Nu en in de toekomst.'

*Jacques de Milliano
Mede-oprichter Artsen zonder Grenzen
Huisarts in Haarlem*



Scan de QR Code en ontvang vrijblijvend de gratis eenmalige uitgave **Lifeline**. Of ga naar artsenzondergrenzen.nl/lifeline



Een onvergetelijk feest dankzij Typisch Joris Events!

Neem eens een kijkje in onze webshop

Ook voor ballonnen en feestartikelen kun je terecht bij

TYPISCH Joris Shop
Ballonnen & Feestartikelen



www.typischjorishop.nl

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

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



BRUISENDE HOTSPOTS

Legenda

- | | | |
|-----------------|-----------------------------|--|
| Winkelstraten | Gemeentelijk gebouw Politie | Bezienswaardigheid |
| Parkeergarage | Postkantoor | 1. Labyrint |
| Parkeerplaats | Busstation | 2. Protestants Weeshuis |
| Fietsenstalling | Treinstation | 3. Synagoge |
| Bibliotheek | Bioscoop | 4. Commanderie van St. Jan/ Stadsbrouwerij |
| VVV | Casino | 5. Historische gebouwen / St. Stevenskerk |
| | | 6. Brouwerhuis |
| | | 7. Besiendershuis |
| | | 8. St. Nicolaaskapel |
| | | 9. Barbarossaruïne |
| | | 10. Kruittoren |
| | | 11. Rondeel |
| | | 12. Bedriegertjes |
| | | Museum |
| | | 13. Arsenaalpoort |
| | | 14. Marienburgkapel |
| | | 15. Keuperstoren |
| | | 16. Belvédère |

AUTHENTIEK INDISCH

met de smaak van vroeger

Wij verzorgen catering voor elke gelegenheid voor particulieren en bedrijven vanaf 15 personen.

Voor verjaardagen, personeelsfeesten, bruiloften en jubilea leveren wij complete buffetten inclusief tafels, aankleding, eetmandjes, bestek en servetten. U hoeft dus niets te doen en kunt volop van het feest genieten.

RESERVEER OP TIJD de datum van uw feest!

06 22 38 21 25
contact@salascatering.nl
www.salascatering.nl

Catering op locatie verzorgen wij op alle dagen van de week.



SALAS
Indische catering



Wanneer kom ik bij u op de koffie?

Zou het niet geweldig zijn als de opticien naar u toe komt? Net zoals u de boodschappen thuis laat bezorgen? Een afspraak is zo gemaakt!



Neem contact met ons op en we plannen een afspraak.

06 51 21 23 86  Of scan de QR-code.

06 51 21 23 86 | info@opticienopdekoffie.nl
www.opticienopdekoffie.nl



#Ren tegen kanker



KWF

Waar ren jij mee?
Ga naar rentegenkanker.nl

Spaghetti met gehaktballen

Wie kent niet de klassieke scène uit *Lady en de Vagebond*? Misschien beleef jij jouw romantische hoogtepunt door het gerecht uit deze film te maken. De combinatie van hartig gehakt en weelderige pasta vormt een heerlijke symfonie van smaken en texturen die samen een geruststellend en voldoening schenkend gerecht creëren. Het is comfortfood op zijn best, eenvoudig te bereiden en geliefd bij velen.

4 TOT 6 PERSONEN • 50 MIN.

INGREDIËNTEN

- 1 groot ei
- 3 eetlepels fijngehakte verse basilicum
- 3 eetlepels fijngehakte verse peterselie
- 1 theelepel gedroogde oregano
- $\frac{3}{4}$ theelepel zout
- $\frac{1}{4}$ theelepel versgemalen zwarte peper
- 2 teentjes knoflook, fijngehakt
- $\frac{1}{4}$ kopje water
- 1½ pond gemalen 'gehaktbroodmix'
- $\frac{3}{4}$ kopje gedroogde broodkruimels in Italiaanse stijl
- $\frac{1}{2}$ kopje geraspte kaas
- grote pot marinara saus
- 1 pond spaghetti

BEREIDING

Verwarm de oven voor op 180° C en plaats een ovenrek in het midden. Klop in een grote kom ei, basilicum, peterselie, oregano, zout, peper, knoflook en water. Voeg vlees, broodkruimels en kaas toe, meng alles met je handen door elkaar.

Rol het mengsel in gehaktballetjes en leg deze op een niet ingevette bakplaat. Bak 10 minuten in de voorverwarmde oven, draai dan met een metalen spatel om. Bak nog ongeveer 10 minuten, haal dan de bakplaat uit de oven en gebruik een metalen spatel om de gehaktballetjes om te draaien. Zet de gehaktballetjes terug in de oven en bak nog 10 minuten, tot ze mooi bruin en bijna gaar zijn.

Breng de marinara saus aan de kook in een grote koekenpan, breng op smaak met peper en voeg de gehaktballetjes toe. Dek losjes af met een deksel en laat 10 minuten sudderen. Kook ondertussen de spaghetti in gezouten water al dente. Giet af en meng met de saus en de gehaktballen. Serveer met basilicum en extra kaas.





Heb jij al nagedacht over Valentijnsdag? Het is dé gelegenheid om de liefde te vieren en samen intens te genieten. Hoe klinkt een avond vol qualitytime met jouw speciale persoon? Speel samen spelletjes of los gezellig de puzzel van Bruist op en maak kans op prachtige prijzen.

PUZZELPAGINA

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

Los de sudoku op

De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was 4-4-2.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

Zoek de zes verborgen letters

Vind de letters en maak er een woord van. Woordthema deze maand is 'Valentijn'. Oplossing van vorige maand was **gezond**.

Maak kans op deze set van drie Tupperware

Wonderkommen

t.w.v. € 85,-

Ontdek de praktische Tupperware kommetjes van 600 ml, 1,4 liter en 7,8 liter. Met een handige greep om moeiteloos de deksel te verwijderen. Perfect voor chips, cornflakes bij het ontbijt en meer. Veilig opbergen is ook gegarandeerd, aangezien deze kommetjes van Tupperware luchtdicht en lekvrij zijn.



www.emielias-tupperware.nl

z g h u j v s l s y s	koken
a z m j r t e m l x y	deksels
u i h y a i r j e a h	bakken
e k h o b e v b s d i	garantie
n o z u e t e f k k o	kwaliteit
a m t u w i r i e o d	bewaren
m m x m a l e n d k g	serveren
z e g a r a n t i e p	kommen
g n s t e w p l l n r	
z c x f n k n w j g b	
m t t a l t i x j i x	

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing.

Wil jij kans maken op deze leuke prijs?

Stuur de oplossing in voor 1 maart 2024 op www.nederlandbruist.nl/nijmegen/puzzelen of via QR-code.



Maak kans op

Pizzolato rose

De Pizzolato Spumante Rosé is, naast dat het een hele gave fles is, een mooie, zachte en droge wijn met een fraaie roze kleur. In de smaak proef je een zachte aanhoudende mousse. Deze mousserende wijn is gemaakt van de Glera-druif. Een feestelijke fles, die het goed doet op een borrel, feestje of gewoon een klein momentje genieten.



NIX10

p m w s b q z m k v i	rose
f b v r o s e b e u c	wijn
a k z f z l s n w g w	mousse
h h z f l e s l p b k	fles
r m z f d r u i f w d	borrel
j i d s z r o t c i g	zacht
u d w c a o m z d j b	pizzolato
l s t u c b r n e n z	druif
c b c i h h u q c m c	
z n p e t w a o y w q	
v w o l q y z r y q a	

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing.

Wil jij kans maken op deze leuke prijs?

Stuur de oplossing in voor 1 maart 2024 op www.nederlandbruist.nl/nijmegen/puzzelen of via QR-code.





2024 TIJD VOOR EEN MOOI FIGUUR EN EEN GEZOND GEWICHT

Gun jij jezelf ook een mooi figuur en een gezond gewicht? Bij Contoura vind je alles onder één dak. Bel of mail ons vandaag nog voor een vrijblijvende en kosteloze kennismaking met één van onze mogelijkheden!

CONTOURA
FIGUURBEHEERSING

- Persoonlijke begeleiding
- Huidverbetering in de Ozon-cabine
- Cryolipolyse, vet bevroren
- Sporten in de warmtecabine
- Energiemeting & voedingsadvies
- Bodywrap & compressietherapie
- EMS, training zonder inspanning
- AVI-SLIM, relaxen terwijl je 800 Kcal verbruikt

