

# BRUIST



De vijf grote  
voordelen  
van *water*

*Frits Sissing*  
'De magie van  
theater is heerlijk'

ASPESI

BARBA  
NAPOLI

JACOB COHEN

ETON

MOOSE  
KNUCKLES

PEUTEREY

TRUSSARDI

CARLO COLUCCI



STONE ISLAND

EMPORIO ARMANI

PAL ZILERI

PAUL & SHARK  
yachting

WALTS



*Met dit tasje heb je  
alles binnen handbereik*



STONE ISLAND

Het Italiaanse modemerkt staat bekend om zijn casual kledingstukken die naast stijlvol ook sportief en comfortabel zijn.



# JOUW ZOMER BEGINT HIER...

want jouw zomerset haal je natuurlijk bij Tijssen Mode



*Laat zien  
wie je bent!*



EMPORIO ARMANI

Ontdek bij het Italiaanse Emporio Armani verfijnde, tijdloze kleding van hoge kwaliteit.



Burchtstraat 22 en 30,  
Nijmegen | 024 322 24 81  
[www.tijssenmode.nl](http://www.tijssenmode.nl)  
 @Tijssenmode.nl

## 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.



info@marikenstraat.nl  
www.marikenstraat.nl



# Sissy-Boy: van outlet naar volwaardige store

Sissy-Boy had al circa anderhalf jaar een outlet winkel in de Marikenstraat. Tijdens de lockdown is deze omgetoverd tot een volwaardige, stijlvolle store van maar liefst 800 m<sup>2</sup>, waar je niet alleen terecht kunt voor de Fashion-collectie (dames, heren én kinderen) maar ook voor de Homeland-collectie.

"Als je hier binnenkomt, is het de bedoeling dat je wordt verrast door het aanbod én de totaalbeleving", vertelt storemanager Maarten. "We nemen mensen mee op reis en doen ons best om te laten zien wat er allemaal mogelijk is. De Fashion- en Homeland-collectie zijn volledig op elkaar afgestemd: ze vormen één samenhangend geheel en zo presenteren we het ook in de winkel."

### Vrolijke, uitbundige stijl

"Kenmerkend voor Sissy-Boy is de vrolijke, uitbundige stijl. Dat vertaalt zich in kleurrijke designs en bloemenprints. Deze stijl blijkt jong en oud aan te spreken, iedereen komt hier binnen, zelfs hele gezinnen. Het leuke is dat vader en moeder hier exact dezelfde outfit kunnen kopen als hun kinderen."

### Zeer uitgebreide collectie

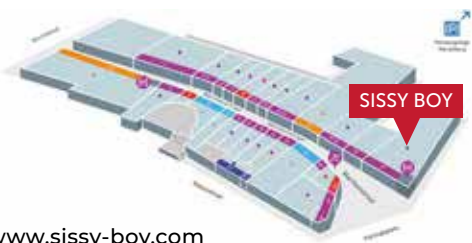
De Homeland-collectie omvat onder andere banken, kasten, tafels en stoelen. "Maar ook accessoires als sieradendoosjes, kandelaars, kaarsen en wijnkaraffen, evenals

keukenartikelen zoals serviezen en vele soorten olie en azijn. Je kunt het zo gek niet bedenken of we hebben het." Het enthousiaste, allround team van Sissy-Boy staat voor je klaar om je te helpen bij je keuze. "Of het nu gaat om je outfit of je interieur, we denken graag met je mee."

### Vier het leven

"Het mooie is dat er echt een verhaal zit achter de collecties. De komende tijd staat het thema 'Joie de vivre' centraal. We vieren dat het zomer wordt en dat er langzaam steeds meer mag. Daar spelen we ook op in met bijvoorbeeld een collectie feestelijke jurken. Iedereen heeft zin om weer een keer uit te pakken en dan wil je er natuurlijk op je best uit zien."

Breng snel een bezoek aan de nieuwe store in de Marikenstraat en laat je inspireren: Life designed with Sissy-Boy!



# SISSY-BOY

Marikenstraat 37 | 024-2047800 | www.sissy-boy.com

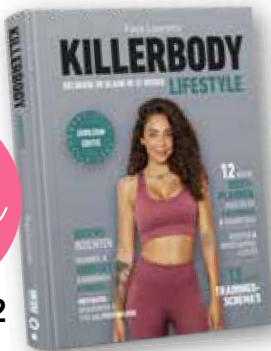
Betty Barclay  
Bever  
Broodje Ben Nijmegen  
Cape Cod Fashion  
Charlie & Goods  
Claudia Sträter  
Comma  
Cotton Club  
Daily Fresh  
Dekker v.d. Vegt  
Douglas  
Etos  
Galerie Zeven Zomers  
Gerry Weber  
Holland & Barrett  
Home Stock  
Hugo Boss  
Jack & Jones  
Kruidvat  
Name It  
New Dutch  
Oil & Vinegar  
Only  
OPEN32  
POP'HUB  
Purdey  
River Woods  
Riviera Maison  
Sandwich  
Scapino  
Sissy-Boy  
s.Oliver  
Specialty Store  
State of Art  
van Uffelen  
WAAR  
Ysveld Fysio  
Zeezicht



8



12



10



22



28



23

# COLOFON

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

**DIRECTIE** Marcel en Lea Bossers  
**TRAFFIC** Nederland Bruist 076-7115340  
**VORMGEVING** Nederland Bruist - Annemiek Jansen  
**THEMATEKSTEN** Nederland Bruist  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Astrid Berkhout  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Ingrid Hoogerdijk  
**EINDREDACTIE** Astrid Berkhout

f Like ons op Facebook/Rijk van Nijmegen Bruist

**ADVERTEREN?** Bel Frank van Geel op  
06-43093996 of mail fvangeel@nederlandbruist.nl

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2021. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. 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 is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



**ADVERTEREN?**  
Mail naar  
fvangeel@nederlandbruist.nl  
of bel  
06-43093996



Foto: Ron Eskens | soowpictures.nl

Je merkt het aan alles: de zomer is begonnen! De zon schijnt, de mensen zijn vrolijk en we hebben al de nodige 'rokjesdagen' achter de rug. Gelukkig kan en mag er ook weer steeds meer, dus in plaats van 'veilig' binnen te blijven verplaatst het leven zich weer naar buiten. Heerlijk naar het strand bijvoorbeeld, of gezellig barbecueën in de tuin met een lekker drankje erbij.

## Bruisende lezer,

Nu we het toch over drankjes hebben, de keuze is wat dat betreft enorm. Bier, wijn, cocktails, sapjes en... water! Vooral wat dat water betreft, raden we je aan om er elke dag genoeg van te drinken. Het kan namelijk zo ontzettend veel voor je lichaam betekenen, los van dat het natuurlijk ook de dorst lest. Je leest er verderop in deze nieuwste editie van Bruist meer over. En vind je zo'n glas water maar saai? Ook daar geven we je wat verfrissende tips voor.

En tips krijg je niet alleen van ons. Ook alle bruisende ondernemers die we voor deze editie spraken, hebben weer heel wat voor je in petto. Wat precies? Blader verder en ontdek het zelf...

Veel leesplezier,  
**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.**

# Inhoud

# De vijf grote voordelen *van water*

FRISDRANK  
VERVANGEN DOOR  
WATER SCHEELT  
VEEL CALORIEËN

Ons lichaam bestaat voor zestig procent uit water. Misschien is dat ook wel de reden dat we zo graag ontspannen aan zee of bij een meer. Maar ook het drinken van water is belangrijk voor onze gezondheid.

Wanneer je niet voldoende drinkt, kan het zijn dat je lichaam uitdroogt zonder dat je het in de gaten hebt. Het voedingscentrum raadt aan om zo'n anderhalve tot twee liter per dag te drinken. Dat geldt zeker voor warme dagen. Gebruik gewoon (kraan)water of een kruidenthee om de vochtbalans in je lichaam op peil te houden. Alcoholische dranken worden niet als drinkvocht meegerekend, omdat deze dranken juist vocht aan het lichaam onttrekken.

#### **Wat kan water voor ons lichaam betekenen?**

Water is goed voor je huid. Een van de eerste signalen van uitdroging is waar te nemen aan de huid. Als je de huid iets omhoog trekt en de huid blijft staan, is dat een teken van uitdroging. Door water te drinken houd jij je huid van binnenuit gehydrateerd. Hierdoor zal jouw huid er gezonder en stralender uitzien.

Ook jouw spieren hebben water nodig om goed te functioneren. Water drinken tijdens het sporten of

bewegen is daarom heel belangrijk. Je zorgt hiermee voor een goede aanvulling van het vocht dat je verliest door het zweten.

Water helpt je nieren om afvalstoffen kwijt te raken. Jouw nieren zorgen ervoor dat afvalstoffen je lijf kunnen verlaten via je urine. Drink je te weinig, dan kunnen deze stoffen moeilijker weg. Hoe helderder de urine, hoe beter. Troebele, donkergele urine is dan ook een teken dat je meer moet drinken. Het drinken van een extra glas water geeft bovendien een vol gevoel waardoor je minder snel zult snacken.

#### **Verfrissend: water met een twist**

Op een warme dag is het heerlijk om iets toe te voegen aan jouw water. Vul een kan met fris water, voeg hier het sap van een uitgeperste citroen aan toe en een paar blaadjes munt of plakjes komkommer. Zet deze kan in de koelkast en je geniet later van een verfrissend glas water met een heerlijke smaak.

Wil je meer weten over de vochtbalans in jouw lichaam? Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

# HÉT HOTEL ★★★★★

## WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



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

*Boek nu!  
Jouw vakantie  
begint hier!*



**HOTEL GARBI**  
**IBIZA SPA ★★★★★**



# BRUIST Deals

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



## TOFFE PEER

White Stork onderscheidt zich als eerste duurzame hard seltzer in Nederland. De roze variant met peer, hibiscus en lavendel is een verfrissende dorstlesser waarvoor afgekeurde peren een tweede leven krijgen. De unieke bereidingswijze maakt de drank niet alleen honderd procent natuurlijk en duurzaam, maar bovenal verrassend in smaak. Een ware zomertrend! [www.drinkstork.com](http://www.drinkstork.com)



## HIPPE BUBBELS

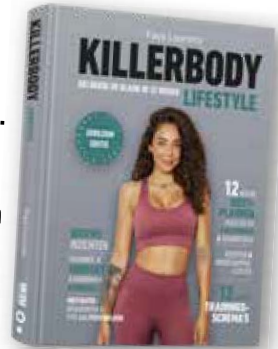
Kroatië als wijnland is hip. Deze bubbels zijn het Kroatisch antwoord op prosecco en laten zien (en proeven) dat er inmiddels een jonge generatie gepassioneerde wijnmakers aan het roer staat. Beide bubbels zijn verfrissend als aperitief en uitstekend geschikt voor zomerse wijncocktails. Fles 75cl vanaf € 12,95 [www.croatiangrapes.com/hipkroatie](http://www.croatiangrapes.com/hipkroatie)



## LEZERSACTIE

**Maak kans op het Killerbody Lifestyle boek van Faya Lourens.**

Ontwikkel jouw eigen killer body! In haar boek besteedt Faya niet alleen aandacht aan voeding, sport en persoonlijke verhalen van mensen die haar dieet hebben gevolgd, maar ook aan mindset.



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. #KILLERBODY naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**

win

# Daar is de zon!

## LEZERSACTIE

**Maak kans op Musk Extreme parfum van Perris Monte Carlo.**

Musk Extreme is één van de eerste geuren uit de Perris Monte Carlo Fragrance Collection en wordt ook wel geur van de verleiding genoemd. Dit parfum is warm, geraffineerd en zeer sensueel te noemen en verrijkt met o.a. musk moleculen, bergamot, vanille, rozen en civet. Voor dames en heren. [www.perrismontecarlo.com](http://www.perrismontecarlo.com).



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. #PERRIS naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**

## LEKKER SOEPEL

Wilkinson lanceert de Hi Audrey. Het Duo-Intense serum zorgt ervoor dat het mesje soepel over je huid glijdt. Tegelijkertijd verbetert het de vochtbalans tijdens het scheren om irritaties te voorkomen. Dat maakt de Intuition Hi Audrey ideaal voor de gevoelige huid. Voor een zorgeloze beautytreatment! [www.wilkinsonsword.nl](http://www.wilkinsonsword.nl)



## LEZERSACTIE

**Maak kans op een gratis fotoshoot van Sophia Fotografie**



Altijd al een dagje model willen zijn bij een professionele fotograaf? Dat kan! **Sophia Fotografie** geeft deze maand een fotoshoot weg.

Like de Facebookpagina 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. #FOTOSHOOT naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**

## HELLO SUNSHINE

Goede zonbescherming is belangrijk tijdens de zomer. De zon schijnt fel en we hebben niet altijd in de gaten hoe snel je huid beschadigd wordt. Dankzij Hawaiian Tropic Satin Protection SPF 50 bescherm je jezelf zonder de vervelende witte waas. De verfrissende lotion heeft een lichte textuur die snel intrekt. Ook verkrijgbaar in factor 15 en 30.

[www.hawaiiantropic.com](http://www.hawaiiantropic.com)





# Wij zijn weer volledig geopend!

Kom genieten van een  
ontspannen dag  
**WELLNESS** in Zutphen



8 heerlijke sauna's



Uitgebreide behandelingen



Culinair genieten



Opgietingen en klankschalen

Bronsbergen 27 Zutphen - [www.debronsbergen.nl](http://www.debronsbergen.nl) - 0575-820250



# Nieuwe collectie boxsprings!

Complete boxsprings vanaf € 399,-

Pocketveer matrassen vanaf € 89,-



Vlak € 2466,-  
**€1499,-**  
alle maten  
(140/160/180x200/210)



Wil ik net mijn **roze bril** afzetten, kom ik jou tegen.

**Water** dat je in een fles koopt, is soms wel  
**1.000 keer** duurder dan kraanwater.

**Barbecue** wordt heel vaak verkeerd gespeld,  
want nee, je schrijft het dus **niet met een q**.

Een **cabrio** wordt vaak als **droomauto** gezien,  
omdat het een vrij gevoel geeft wanneer je met open dak rijdt.

Een mens kan ongeveer 1 maand leven zonder voedsel,  
maar kan echt maximaal 1 week **zonder water**.

Tegenover elk mens op aarde zijn er 200 miljoen **muggen**.

Wanneer je met een andere bril kijkt, kan je  
**toekomst** er ineens heel anders uitzien.

De beroemde Aviator **pilotenbril** van Ray-Ban  
werd in 1936 op verzoek van het Amerikaanse leger ontwikkeld.

**Vrouwen** gebruiken 2 keer zo vaak **een smiley**  
in hun appjes als mannen.

**Bruisend water** reinigt de smaakpapillen.



De uit Sicilië afkomstige chefkok Angelo Petralia was dol op de Italiaanse keuken. Een keuken die hij vanaf jongens af aan door zijn moeder leerde koken. Sinds Angelo's overlijden in 2015, zetten zijn vrouw Wilma, dochter Gabriela en gedreven team van medewerkers het bedrijf in zijn geest voort.

# ITALIAANSE

## sferen in hartje Molenhoek

### Vernieuwde klassiekers

Gelukkig laten de coronamaatregelen het inmiddels weer toe om tot 22.00 uur zowel binnen als buiten neer te strijken en te genieten van onze Italiaanse lekkernijen. Onze koks zijn de afgelopen periode druk bezig geweest met de creatie van ons vernieuwde menu - waaraan de Italiaanse klassiekers uiteraard niet zullen ontbreken. Wees welkom om deze nieuwe smaken te ontdekken.

### Catering op maat



Da Angelo Delicatezza & Trattoria verzorgt ook catering. Er zijn geen standaard arrangementen; in overleg wordt er gekeken naar een passend menu zodat er ingespeeld kan worden op de wensen van de klant. Hiervoor kunt u telefonisch of per mail contact opnemen.



Wij accepteren de dinercadeaukaart,  
v.v.v. cadeau- en v.v.v. dinerkaart

## Da Angelo

Delicatezza  Trattoria

Da Angelo Delicatezza & Trattoria | Prinsenweg 3A, Molenhoek | [www.restaurant-da-angelo.nl](http://www.restaurant-da-angelo.nl)  
024-3880879 | [info@da-angelofood.nl](mailto:info@da-angelofood.nl) |  Da Angelo |  da\_angelodelicatezza

## Al ruim 13 jaar een succesvolle samenwerking!

Op bezoek bij Gremmen Footwear in winkelcentrum Malden

Hans en zijn vrouw Chrisan zijn al klant vanaf het eerste uur. Zij begonnen met adverteren in Land van Cuijk Bruist toen hun schoenenwinkel nog in Mill gevestigd was. Na de verhuizing naar winkelcentrum Malden zijn ze verder gegaan met adverteren in Rijk van Nijmegen Bruist. En inmiddels staan ze al ruim 13 jaar maandelijks naar volle tevredenheid in Bruist!



Uiteraard tijd om bij deze fantastische mijlpaal stil te staan. Hans en Chrisan bedankt voor jullie vertrouwen in Bruist en geniet van de heerlijke fles BRUT!

Ben je op zoek naar leuke betaalbare schoenen? Dan ben je bij Gremmen Footwear aan het juiste adres. Ze hebben een breed assortiment aan dames- en herenschoenen in alle prijsklassen. Daarbij bieden ze ook andere lederwaren en accessoires aan om jouw outfit nog completer te maken! Leuke betaalbare schoenen nodig? Kom eens langs! Gremmen Footwear | Winkelcentrum 21, Malden 024 - 7676555 | [www.gremmenfootwear.nl](http://www.gremmenfootwear.nl)

### Ben je ondernemer en wil je meer weten?

Ik heb inmiddels heel veel voorbeelden van succesvolle samenwerkingen die we zijn aangegaan en ik kan je helpen om op de juiste manier te adverteren.

**Bel mij en ik plan graag een afspraak in!**

*Frank van Geel*



Media-adviseur Frank van Geel is inmiddels alweer acht jaar werkzaam voor Nederland Bruist. Eerst als zelfstandige met zijn eigen bedrijf Frank van Geel Media, waarin hij samenwerkte met franchiser Fausto Sassen, en nu alweer een aantal jaren in loondienst.

De schat aan kennis en ervaring die Frank heeft opgebouwd gebruikt hij maar al te graag voor zijn klanten bij Bruist. "Ik houd van een persoonlijke benadering. Gewoon langsgaan bij de mensen en onder het genot van een bakje koffie een leuk gesprek voeren om te ontdekken wat we voor elkaar kunnen betekenen."

Interesse in een kennismaking met Frank én Nederland Bruist? Bel Frank van Geel via 06-430 939 96 of mail naar [fvangeel@nederlandbruist.nl](mailto:fvangeel@nederlandbruist.nl).



**Nuaddii**  
thaise massage

Markt 14c, Wijchen • 06-35314159 • [www.nuaddii.nl](http://www.nuaddii.nl)



**Veilig  
muziek  
beleven**  
met onze  
oordoppen

**Speel je in een bandje? Ga je graag naar concerten en muziek-evenementen? Wil je blijven genieten van je favoriete muziek zonder kans op gehoorschade? Dan zijn onze op maat gemaakte oordoppen de oplossing.**

Het aantal jongeren dat de diagnose 'levenslang blijvende gehoorbeschadiging' krijgt, neemt schrikbarend toe. Langdurige blootstelling aan te harde muziek is hiervan dikwijls de oorzaak. Niet alleen als gevolg van het dragen van mp3 oortjes, maar juist ook door het bezoeken van muziekfestivals waarbij de muziek steeds luider staat, met piepende oren tot gevolg.

Onze op maat gemaakte muziek-oordoppen zorgen dat het geluid gelijkmatig wordt gereduceerd terwijl de klankkwaliteit behouden blijft. De muziek-filters zijn leverbaar in verschillende vlakke demping zodat de oordoppen precies kunnen worden afgestemd op jouw muziekvoorkeur.

**Vraag vrijblijvend naar de toepassingen of gebruik onze agenda op de website voor het maken van een afspraak.**

motor – cabrio | werk – arbo | muziek – festivals | zwemmen | slapen | schietsport



**Welkom bij  
Arts Training & Advies  
UW ADVISEUR EN  
LEVERANCIER VOOR  
GEOHOORBESCHERMING  
OP MAAT**

Ons bureau is uw gesprekspartner voor praktische oplossingen om geluiden en trillingen beheersbaar te houden, binnen de wettelijke grenzen. Onder de naam Medico-otoplastics.nl leveren wij gehoorbescherming op maat. Door onze otometrist wordt een afdruk van de gehoorgang gemaakt waardoor het oorstukje perfect past.

Marc Arts  
Zanddijk 30, Escharen  
**06-20122109**  
[info@bureauATA.nl](mailto:info@bureauATA.nl)  
[www.bureauATA.nl](http://www.bureauATA.nl)

Pak de zon  
en straal  
met zomerse  
schoenen

Theo Jansen  
schoenen

Molenpoortpassage 2  
Nijmegen



[www.theojansenschoenen.nl](http://www.theojansenschoenen.nl)

## DAGJE UIT OVER HET IJ FESTIVAL



Van 9 tot en met 18 juli vindt alweer de 29e editie van het Over het IJ Festival plaats: tien dagen lang worden zo'n 25 theatershows opgevoerd door nieuwe en gevestigde makers op spraakmakende binnen- en buitenlocaties op de NDSM-werf, aan de oevers van het IJ en op diverse locaties dieper in Amsterdam-Noord. Het Over het IJ Festival laat je de stad met nieuwe ogen bezien. Inspireer, verrijk en verwonder jezelf, leer nieuwe plekken, mensen én hun verhalen kennen. Voor iedereen die erin gelooft dat kunst, verbinding en ontmoeting zorgen voor een betere en mooiere wereld.

Kijk voor meer informatie op [www.overhetij.nl](http://www.overhetij.nl)

## FILMPJE KIJKEN TINA

De documentaire Tina is de ultieme ode aan een superster en een intiem portret over een vrouw die veel tegenslagen moest overwinnen om haar carrière, identiteit en nalatenschap op haar eigen manier vorm te geven. Tina Turner vertelt in de documentaire haar eigen verhaal vanaf het begin van haar carrière tot haar uitverkochte stadionconcerten in de jaren tachtig. Voor het eerst geeft ze een kijkje in haar privéleven, waarin ze haar strubbelingen en meest persoonlijke momenten deelt. Een inspirerende documentaire over een van de grootste iconen van de moderne muziek-industrie. Met nooit eerder vertoonde beelden. **TINA is vanaf 1 juli te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

## BOEKJE LEZEN J.D. BARKER



Jordan is de koningin van de New Yorkse radio. Dagelijks deelt ze haar ongezoeten mening met meer dan vijf miljoen luisteraars. Op een dag spreekt ze beller Bernie die live een spelletje wil spelen. Jordan moet kiezen tussen Ubers of taxi's. Ze kiest taxi's en vergeet het gesprek al snel. Tot er vlak voor haar kantoor zeven taxi's ontploffen. Terwijl de hulpdiensten uitrukken en het aantal slachtoffers oploopt, hangt Bernie weer aan de lijn. Zo begint een kloppacht op een onzichtbare, volledig losgeslagen moordenaar, live gevolgd door vijf miljoen luisteraars. Is Jordan sterk genoeg om dit gruwelijke spel te winnen? **DE BELLER OP LIJN VIER van J.D. Barker is vanaf 6 juli verkrijgbaar.**



# Ben jij een theaterliefhebber?

Dan ben je bij Theater.nl aan het juiste adres! Of je nou gek bent op musicals, houdt van cabaret of wegdroomt bij een toneelstuk: je vindt jouw favoriete voorstelling in onze uitgebreide theateragenda. Je koopt gemakkelijk je kaartje en maakt je dagje uit compleet met een diner en/of overnachting bij een van onze partners. Dan zit die pluchen theaterstoel straks nog net even wat lekkerder.

Maar Theater.nl biedt meer. Lees alles over jouw favoriete artiesten en gezelschappen, duik in een van de vele biografieën, bekijk de mooiste beelden of geniet van interviews met onder meer Karin Bloemen, André van Duin en Stef Bos.

#### **Altijd op de hoogte**

Natuurlijk houden we je ook op de hoogte van het laatste theaternieuws en geven we wekelijks de leukste theatertips voor

de nodige ontspanning. Bovendien maak je als bezoeker regelmatig kans op leuke prijzen!

#### **Volg ons op social media**

Wil je echt niets missen? Volg ons dan op social media. Je vindt hier niet alleen het belangrijkste nieuws, maar ook bijzondere foto's, video's en weetjes. Daarnaast zetten we elke week een bijzondere artiest in het zonnetje. Thumbs up!

**Wil jij kans maken op mooie prijzen?**

Registreer je dan via [theater.nl/bruist](https://theater.nl/bruist) en wie weet ben jij één van de gelukkigen!

# SPORTIEVE FIETSEN

IN ALLE SOORTEN EN MATEN

Sinds maart 2019 beschikt Nijmegen over een Trek Bicycle store. Trek staat natuurlijk bekend om de high-end racefietsen, mountainbikes en E-MTB fietsen, maar je kunt er ook terecht voor een uitgebreide collectie sportieve e-bikes, stadsfietsen en zelfs kinderfietsen.

En uiteraard alle mogelijke accessoires van huismerk Bontrager.

In de winkel van 700 m<sup>2</sup> kunnen fietsliefhebbers hun hart ophalen. "Alles ademt hier fietsen", aldus storemanager Bob Janssen. De enthousiaste medewerkers van Trek Bicycle store zorgen ervoor dat iedereen zich welkom voelt. "We nemen alle tijd voor een persoonlijk advies. Door de juiste vragen te stellen komen we erachter wat voor jou de juiste fiets is."

## Een fiets op maat

Uniek is Project One, waarbij je je eigen droomfiets kunt samenstellen. "Dat doen we in samenwerking met Pedaalkracht, die de fietsmetingen voor ons verricht voor een optimale fietspositie. Kortom: een speciale en unieke fiets, er is er maar eentje van." Trek Bicycle Nijmegen verzorgt verder ook onderhoud en reparatie van alle merken en fietsen.

"Ook daarbij gaan we net een stapje verder. Alles om te zorgen voor een onbezorgde fietservaring."

## Kwaliteit én service

Trek staat voor kwaliteit én een uitstekende service. "We hebben Unconditional Bontrager Garantie. Iedere Bontrager helm wordt bovendien geleverd met Crash Replacement Garantie. Als je helm binnen een jaar na aanschaf beschadigd raakt bij een crash, dan vervangen we die kosteloos. En als je een bij ons gekochte kinderfiets binnen drie jaar inruilt voor een nieuw exemplaar, krijg je een korting van 50% op de oorspronkelijke aankoopprijs. Bij ons kan heel veel!"

**Tip: Trek Bicycle Nijmegen is zes dagen per week geopend.**

**TREK**  
BICYCLE STORE



'EEN GROOT  
HART VOOR  
CULTUUR'



# *Frits Sissing*

## 'Ik heb theater altijd een spannend medium gevonden'

Frits Sissing: je zou hem wel dé cultuurpresentator van Nederland kunnen noemen. Zo is hij onder meer het gezicht van AVROTROS-programma's *Maestro*, de *Op zoek naar*-reeks en *Tussen Kunst en Kitsch*. "Ik heb een groot hart voor theater en cultuur", vertelt Frits aan Theater.nl.

De liefde voor theater werd Frits al als klein jongetje met de paplepel ingegoten. "Ik heb theater altijd al een spannend medium gevonden. De magie van een avondje uitgaan, dat je in zo'n donkere zaal zit, jezelf heerlijk onderdompelen in een verhaal. Op toneel word je echt even meegenomen naar een andere wereld", legt Frits enthousiast uit.

### Extra dimensie

Voor de presentator is een theaterbezoek een echte beleving: "Het blijft mooi dat in het theater de mensen live voor je neus staan. Dat geeft een extra dimensie. Zij zijn bereid om speciaal voor jou in de auto te stappen, het land door te rijden en de hele avond voor jou op te treden. Dat blijft bijzonder."

### Cultuurambassadeur

Zijn passie voor cultuur deelt Frits maar wat graag met anderen. "Ik vind het heel leuk om op een amusementaire manier klassieke muziek, kunst en musical bij mensen thuis te brengen en dat dan iemand denkt: dát is leuk, laat ik naar een klassiek concert of een museum gaan."

Zelf geniet de presentator ook enorm van zijn werk. "De onderwerpen waarmee ik werk, geven veel plezier. Bij *Maestro* mag ik bij de repetities van klassieke muziek genieten, bij *Tussen Kunst en Kitsch* zie ik de mooiste schilderijen voorbijkomen en bij de *Op zoek naar*-reeks vind ik het ongelooflijk leuk om jong talent te zien", besluit hij.

# Laat je verrassen!

Door dé snoepwinkel in het centrum van Beuningen

Maak een keuze uit meer dan 250 verschillende soorten schepsnoep, oud Hollands snoep en meer dan 20 soorten zuur-stokken. Uiteraard hebben we ook suiker-, gluten-, lactosevrij en halalsnoep. Ook hebben wij gepersonaliseerde snoeppotten, een samengesteld cadeaupakketje én seizoensartikelen voor Valentijnsdag, Moederdag, einde schooljaar, 4-daagse, Sinterklaas en Kerst.

Alle snoepbakken worden schoongemaakt en aangevuld en onze cadeaupakketten worden ingepakt door fantastische medewerkers met een verstandelijke beperking. Ons bijzondere team helpt u graag bij het zoeken naar het perfecte snoepje.



Debbie van Haren

Leuke gepersonaliseerde snoeppotten

Bestel ze in onze vernieuwde webshop

Door dé unieke lunchroom in het centrum van Beuningen

Onze menukaart bevat een uitgebreid assortiment koude en warme lunchgerechten, van huisgemaakte soep en luxe belegde broodjes tot een rijkgevulde maaltijdsalade. Een chef-kok bereidt de gerechten, daarbij ondersteund door medewerkers met een beperking. Ook in de bediening helpen mensen met een beperking.

Op onze website [www.bijzonder-genieten.nl](http://www.bijzonder-genieten.nl) vind je onze afhaal- en bezorg taartenkaart, lunchkaart en avondkaart.



Guus van Haren - Leijten

Op vrijdag kan ons avonddiner ook op het terras genuttigd worden.

**BESTELLEN?**  
**WIJ BEZORGEN VANAF € 25,-**

Excl. bezorgkosten € 2,50.  
Alle gerechten van onze avondkaart zijn af te halen en bezorgen we op DO - VR - ZA tot 19.00 uur.

Bijzonderzoet  
snoepwinkel



Julianaplein 25, Beuningen | 024 - 20 60 403 | [debbie@bijzonderzoet.nl](mailto:debbie@bijzonderzoet.nl) | [www.bijzonderzoet.nl](http://www.bijzonderzoet.nl)

Bestel eenvoudig in onze vernieuwde webshop: [www.snoepwinkelbijzonderzoet.nl](http://www.snoepwinkelbijzonderzoet.nl)

Openingstijden Dinsdag t/m zaterdag 10.00 - 17.00 uur | [f](https://www.facebook.com/bijzonderzoet) bijzonderzoet

Bijzondergenieten  
lunchroom



Julianaplein 27, Beuningen | 024 - 20 60 403 | [guus@bijzonder-genieten.nl](mailto:guus@bijzonder-genieten.nl) | [www.bijzonder-genieten.nl](http://www.bijzonder-genieten.nl)  
Openingstijden Ma. gesloten. Di-do: 9.30-17.00 uur. Vr: 9.30-20.00 uur. Za: 9.30-17.00 uur. Zo. gesloten. | [f](https://www.facebook.com/bijzondergenieten) bijzondergenieten



# Ook voor interieuradvies!

Houd je van klasse en kwaliteit, dan kunnen we je zeker aanraden om eens een kijkje te gaan nemen bij meubelzaak HG Woonidee in Wijchen. "Bij ons vind je praktisch alles voor je woning", aldus eigenaar Roel van Elk. "Alleen voor de badkamer moet je ergens anders naartoe."

## Specialist in maatwerk

Voor de rest van je woning vind je bij HG Woonidee een zeer uitgebreid assortiment. "Wij staan voor kwaliteit en verkopen meubels die je niet op elke hoek van de straat tegenkomt. Bovendien zijn wij echt specialist in maatwerk. Kasten, keukens, salontafels en schuifdeuren voor kastenwanden, wij maken ze allemaal speciaal voor de klant op maat en dat geheel in eigen beheer om de hoogst mogelijke kwaliteit te kunnen garanderen."

Overigens kun je bij HG Woonidee ook terecht voor de styling van je woning. "Dat totaaladvies is zelfs een van onze specialismen; onze interieurstylisten helpen je maar al te graag met professioneel advies voor de inrichting van jouw woning."

## Kwaliteit en service

HG Woonidee bestaat inmiddels alweer 65 jaar en is daarmee uitgegroeid tot een waar begrip in de regio. "Al die jaren staan wij al garant voor een zeer hoge kwaliteit, een top service en een onderscheidend aanbod. Helaas willen mensen nog weleens denken dat we te duur zijn, maar dat is absoluut niet het geval. Goedkoop zijn we niet, maar bij ons krijg je als klant altijd echt waar voor je geld."

**Op zoek naar een nieuw interieur? Loop dan zeker eens binnen in de showroom van HG Woonidee in Wijchen en laat je inspireren.**



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



# En dan is het *zomer!*

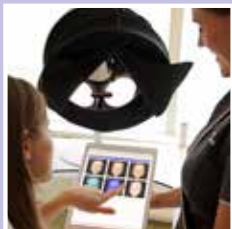
Wat hebben we lang moeten wachten op de zomer! We hebben gewoon het voorjaar overgeslagen. Daarom, geniet ervan!

1. Hyaluron tinted Lip™ van Indeed, € 19,95 [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)
2. Rouge Volupté Shine van YSL, € 38,75 [www.debijenkorf.nl](http://www.debijenkorf.nl)
3. Alibi van Oscar de la Renta, vanaf € 45,- 4. Nagellak van essie, € 9,99 [www.essie.nl](http://www.essie.nl)
5. Lip Laquer Luxe Matte van Tom Ford, € 57,- [www.debijenkorf.nl](http://www.debijenkorf.nl)
6. Vinted beach eyeshadow palette van essence, € 5,99 [www.essence.eu](http://www.essence.eu)
7. Bas Kusters x Zenner Borstel anti-klit TeeWee (vanaf 9 juli), € 9,99 [www.zenner.nl](http://www.zenner.nl)

8. Body Sunscreen SPF 50 van Patyka, € 33,- [www.skins.nl](http://www.skins.nl)
9. Mineral Sun Care Compact UVA/UVB 30 van Clarins, € 38,75 [www.clarins.nl](http://www.clarins.nl)
10. Cocktail edition van Pepe Jeans, For Him en For Her, vanaf € 26,95 [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)
11. Spritz Veneziano Doucheegel van Tutto Tondo, € 18,- [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)
12. Paula's Ibiza van Loewe, € 78,50 [www.debijenkorf.nl](http://www.debijenkorf.nl)
13. Refresh and Revive Aftersun van V-Sun, € 9,95 [www.skins.nl](http://www.skins.nl)

# Wij gaan voor huidverbetering

Wij creëren een moment voor u



Goede  
huidanalyse



Collageen  
lichtbehandeling voor  
huidverjonging



Bindweefselmassage  
voor  
huidverstevinging



Micro needling  
met de Skinpen

Wil jij een behandeling  
boeken? Neem dan  
contact met ons op.



**de**  
dermatologica  
EXPERT

**ANGELA SANDERS**

**HUIDVERZORGINGSSALON**

Kreytacker 22, Malden | [www.huidverzorgingssalon-angelasanders.nl](http://www.huidverzorgingssalon-angelasanders.nl) | 024-3582419



Joke Hubers en Annemiek Besselink

Aan de Dorpsstraat in Elst runnen Joke Hubers en Annemiek Besselink sinds 2008 hun Street One-store. In deze winkel verkopen zij vlotte dameskleding voor vrouwen vanaf pakweg 25 jaar.

Joke en Annemiek vinden het belangrijk dat hun klanten zich thuis voelen. De gemoedelijke dorps sfeer in de winkel draagt daar ontegenzeggelijk aan bij. Het verkoopteam neemt voor elke klant alle tijd en loopt over van enthousiasme, hetgeen door klanten vanuit de omtrek en ver daarbuiten zeer wordt gewaardeerd.

 Street One Elst

 streetone\_elst

Dorpsstraat 76, Elst  
[info@streetone-elst.nl](mailto:info@streetone-elst.nl)  
0481-353508

join  
us!

 **Street One**



# Puur



*Voor een puur, spontaan en stijlvol portret*

**Sophia Fotografie**

Roerdompstraat 74, Wijchen | 06 40 13 26 29  
info@sophiafotografie.nl | [www.sophiafotografie.nl](http://www.sophiafotografie.nl)

BEKIJK DE  
WEBSITE VOOR  
MEER INFO!

## Geniet van de zon, maar doe het *veilig*

Als je te lang en te veel in de zon zit, loop je niet alleen de kans dat je verbrandt en eerder rimpels krijgt, maar loop je ook meer risico op huidkanker.

Bruist geeft tips hoe je verstandig kunt zonnen.



Laat de huid eerst voorzichtig wennen aan de zon. Dit biedt een natuurlijke bescherming tegen verbranding. Zoek de schaduw op tussen twaalf en drie 's middags, de zon is dan het sterkst.

Draag beschermende kleding. Donkere en dicht geweven stoffen laten minder uv-straling door. Je kunt dit zelf controleren door de stof tegen het licht te houden. Draag in de volle zon een pet of hoed om een zonnesteek te voorkomen.

Bescherm je huid met een goede zonnebrandcrème. Ook wanneer je al een bruine teint hebt. Wees bovendien voorzichtig in de bergen, waar de stralen intenser zijn. Smeer onbedekte huid een half uur voordat je de zon ingaat goed in. Na het zwemmen en sowieso elke twee uur weer opnieuw insmeren. Houd kinderen jonger dan een jaar altijd uit de directe zon en gebruik voor hun tere huid minstens factor 30.

Zonnebrillen zijn meer dan een fashion item. Het dragen van een zonnebril met uv-werende glazen op zomerse dagen is belangrijk om onze gevoelige ogen te beschermen tegen de zon. En dat is voor ons weer een goede reden om deze zomer een nieuwe, hippe zonnebril aan te schaffen!

# LAGE RUGPIJN?

## WAT BETEKENT UW LAGE RUGPIJN?

Of u nu wilt zitten, liggen, lopen en lang moet staan, lage rugpijn belemmert u in elke activiteit. Spierspansing en wervelblokkades zorgen voor deze pijn maar wat vertelt deze rugpijn u eigenlijk?

Lage rugpijn is een van de meeste voorkomende klachten. Als u hier niets aan doet kunnen de gevolgen op latere leeftijd heel groot zijn. De pijn in uw rug ontstaat niet zomaar. Het kan wel heel veel uiteenlopende oorzaken hebben. Het vertelt u in ieder geval dat er iets mis is en er iets aan gedaan moet worden. Maar wat? Onze specialisten helpen u graag met het beantwoorden van die vraag. In veel gevallen zijn oefeningen al geprobeerd, zonder resultaat.

Onze fysiotherapeuten en chiropractoren doen een uitgebreid lichamelijk onderzoek en analyseren uw gewoontes. Op basis daarvan volgt een advies of behandelplan voor een blijvend resultaat.

**Benieuwd? Maak een afspraak voor een gratis screening door te bellen naar 024-358 5905.**

**GRATIS SCREENING**

**RESULTCare**

**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**

# Wil jij online opvallen?

Sinds 2018 zijn wij dagelijks bezig met het realiseren van creatieve projecten voor onze klanten. Het is een droom die uitkomt om elke dag bezig te mogen zijn met onze passie.

## Towards better communication

Wij helpen jou om je product of dienst op een duidelijke en simpele manier uit te leggen aan jouw doelgroep. Dit door middel van een goede website, duidelijke en persoonlijke video's en een goede presentatie. Met korte lijntjes en open communicatie zorgen we samen voor succes.

### Webdesign

Consumenten en bedrijven oriënteren zich steeds vaker online. Dat maakt een website de basis van ieder bedrijf, het online visitekaartje. Wij zijn gespecialiseerd in het bouwen van standaard en custom-made websites en shops.

### Videografie

Video is dé manier om jouw boodschap over te brengen. Bewegend beeld houdt de aandacht vast en geeft mensen een impressie die ze bij blijft. Of het nu gaat om een bedrijfsvideo, sfeerimpressie, instructievideo of een korte film, niets is ons te gek.

### Fotografie

De kans dat je concurrentie dezelfde stockfoto gebruikt is aanwezig. Met échte foto's breng je jouw product of bedrijf het beste in beeld. Wij maken foto's die spreken, een gevoel geven en bovenal ook heerlijk zijn om naar te kijken.

**TO COMFY**

Rogstraat 24a, Grave | info@tocomfy.nl | 024 799 8092 | www.tocomfy.nl

Laat ons je helpen:  
info@tocomfy.nl  
024 799 8092

Wij denken graag met je mee



Nina Willems



Jim Plaum



Eline Maas

# Schijnt de zon? Draag een *zonnebril!*

Eén van de populairste fashionitems: de zonnebril. Hoewel je zonnebril er natuurlijk ook cool uit moet zien, dient zo'n bril in de eerste plaats om je ogen te beschermen tegen de uv-stralen van de zon. Waar moet je rekening mee houden bij de aanschaf van een goede zonnebril?

MET EEN  
ZONNEBRIL  
VERMINDER JE  
DE KANS OP  
KRAAIENPOOTJES

Dat uv-straling schadelijk is voor de huid, weten de meeste mensen wel. Dat hetzelfde geldt voor de ogen is helaas nauwelijks bekend. Zonder goede bescherming kan uv-straling namelijk permanente schade aan de ogen veroorzaken. Een goede zonnebril heeft het kwaliteitslabel UV-400 of het opschrift 100% UV-bescherming. Check dit voor je een bril koopt.

## Ook goed voor je huid

Een goede zonnebril beschermt niet alleen je ogen, maar ook de tere huid eromheen. Let er bij het passen van een nieuwe zonnebril dus op dat deze breed genoeg is om ook de huid rond je ogen voldoende te beschermen. Dit verkleint de kans op huidveroudering.

## Sterk staaltje

'Had ik maar veel eerder een zonnebril op sterkte genomen.' Misschien wel de belangrijkste tip voordat je een zonnebril gaat uitzoeken: laat je ogen opmeten. Daarna kan de opticien bepalen of je

voldoende hebt aan een 'gewone' zonnebril of dat je juist een zonnebril op sterkte nodig hebt.

## Met een kleurtje

Wist je dat gekleurde glazen in jouw bril niet alleen mooi zijn, maar ook nog een reden hebben? Gele glazen verscherpen bijvoorbeeld het zicht. Bruine en grijze glazen verminderen de felheid van het licht. Groene glazen zijn vooral prettig wanneer je veel buiten bent. Ze zijn kleurneutraal en voorkomen vermoeide ogen. En roze glazen in een zonnebril maken het zicht veel helderder. Daarnaast staat een roze zonnebril natuurlijk geweldig bij jouw outfit!

## Voor de kids

In welke (speelgoed)winkel je ook kijkt, zodra het zonnetje schijnt, vind je overal vrolijke zonnebrillen voor kids. Heel leuk natuurlijk, maar vaak gaat het hier om goedkope brillletjes met plastic glazen zonder enige bescherming voor de juist zo tere kinderoogjes. Koop dus ook voor kinderen altijd een zonnebrilletje met uv-filter.

Ga jij deze zomer voor een nieuwe zonnebril? Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

Ook voor  
ballonnen en  
feestartikelen  
kun je terecht bij



Neem eens  
een kijkje  
in onze  
webshop



[www.typischjorissshop.nl](http://www.typischjorissshop.nl)

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

06-39816673 | [typischjorisevents@outlook.com](mailto:typischjorisevents@outlook.com) | [www.typischjorisevents.nl](http://www.typischjorisevents.nl)

## BRUIST

Heb jij ook  
zo'n behoefte aan  
vitamine *zee?*



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

## OPVALLEN? ADVERTEER IN BRUIST



[www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl)



Wat heb jij dit jaar met je tijd gedaan? Het is niet dat je te weinig tijd hebt, maar misschien weet je er niet goed mee om te gaan. Kun je geen prioriteiten stellen, kun je niet de juiste keuzes maken, durf je geen 'nee' te zeggen?

Het enige wat je hoeft te doen, is beslissen wat je doet met de tijd die je is gegeven. Wijze uitspraak van Gandalf (Lord of the Rings). Hoeveel zomers heb je nog te gaan, hoe vaak zul je nog kerst vieren?

Neem eens een paar minuten de tijd om er met aandacht over na te denken. Wat heb jij het afgelopen jaar gedaan met je tijd?

We hebben allemaal dezelfde hoeveelheid tijd. Het is dus van belang hoe jij ermee omgaat. En onthoud: dit leven heeft een deadline. Je toekomst wordt elke dag korter. Geniet van elk moment.

Hasta la proxima.

*Michael Pilarczyk*

[www.meditationmoments.nl](http://www.meditationmoments.nl)

# Vrijgezel Annelies stelt zich voor

Iedereen is op zoek naar de liefde. In december 2020 zijn we daarom van start gegaan met een nieuwe rubriek in onze magazines: onze Bruisende Vrijgezellen. In juli hebben we speciale aandacht voor: Annelies Doornbos.

“Single, maar zeker niet alleen of eenzaam”, zo omschrijft de goedlachse Annelies uit Hilversum zichzelf. Een vrouw met heel wat passies en vol creativiteit. “Ik houd van stijldansen, puzzelen, zwemmen, aquajoggen en lezen, om maar een paar voorbeelden te noemen. En hoewel ik enige tijd geleden gepensioneerd ben – ik heb 27 jaar als parfumeursassistente gewerkt – heb ik nog steeds meer dan genoeg om handen. Ik volg namelijk cursussen kunstgeschiedenis en ik werk nog een paar dagdelen per week als vrijwilliger in het ziekenhuis, inmiddels alweer zo'n vijftien jaar.”

## Aanvulling gezocht

Een bezige bij dus, die Annelies. Maar toch is er in haar leven nog meer dan genoeg ruimte voor iemand naast zich. “Ik heb twee kinderen en een aantal zeer dierbare vrienden die ik allemaal al heel lang ken. Maar ik ben er inmiddels ook wel weer aan toe om

mijn leven en mijn passies met iemand anders te delen. Waar ik naar op zoek ben? Naar iemand die mijn leven kan verrijken. In mijn eentje vermaak ik mij in principe prima, dus een man moet echt een aanvulling zijn. Zelf ben ik ontzettend trouw en eerlijk, dus dat verwacht ik ook terug van een man. Mijn voorkeur gaat uit naar een wat langere man van ongeveer mijn leeftijd. En laten we humor niet vergeten. Heel belangrijk in het leven! Ik lach ontzettend graag en gier het dan ook vaak uit van het lachen. Zo erg zelfs dat ik daarmee weer andere mensen aan het lachen maak...”

Annelies, een stralende dame met zoals gezegd heel veel passies. Zo veel zelfs dat we ze hier niet allemaal konden vermelden. Nieuwsgierig naar haar andere hobby's en bezigheden, wie weet vertelt ze je er binnenkort zelf wel meer over...

Inzendingen inclusief foto kunnen gemaaild worden naar [doornbosannelies@gmail.com](mailto:doornbosannelies@gmail.com).



**'GEVOEL VOOR HUMOR  
IS ECHT EEN MUST'**

LENGTE  
175 CM

LEEFTIJD  
66 JAAR

OGEN  
BLAUW-  
GRIJS

*Jij reageert  
toch ook?*

Wil jij ook in deze rubriek op zoek naar jouw grote liefde? Mail dan naar [contact@nederlandbruist.nl](mailto:contact@nederlandbruist.nl) en je komt geheel kosteloos in Bruist.



# Couscoussalade met gerookte zalm

Zin in iets lichts en voedzaams? Kies dan voor deze heerlijke, snelle en gezonde maaltijdsalade met couscous en gerookte zalm. Een heerlijk recept voor warme zomerdagen. In kleinere porties ook prima als bijgerecht te gebruiken.

4 PERSONEN - 15 MINUTEN

## INGREDIËNTEN

30 ml boter  
250 ml parelcouscous  
500 ml groentebouillon  
60 ml peterselie  
1 eetlepel dille  
60 ml grapefruitsap  
3 eetlepels olijfolie  
zout en peper  
1 kleine rode ui  
500 ml rucola  
100 gr fetakaas  
1/4 komkommer  
400 gr gerookte zalm

## BEREIDING

Smelt de boter in een pan op middelhoog vuur en bak de parelcouscous in 1 minuut bruin.

Voeg de groentebouillon toe en breng het aan de kook. Dek de pan af en kook op een laag vuur in 8 tot 10 minuten gaar. Roer af en toe in de pan tot de vloeistof volledig is opgenomen.

Leg de couscous op een bord en laat het afkoelen. Hak de peterselie en de dille en meng deze samen met het grapefruitsap en de olijfolie in een kom. Voeg naar smaak zout en peper toe.

Snipper de rode ui en voeg deze samen met de couscous, rucola, de verkruimelde fetakaas en de in schijfjes gesneden komkommer toe aan de slakom. Roer het geheel voorzichtig door en voeg tenslotte de zalm toe.  
Smakelijk eten!

# PUZZELPAGINA

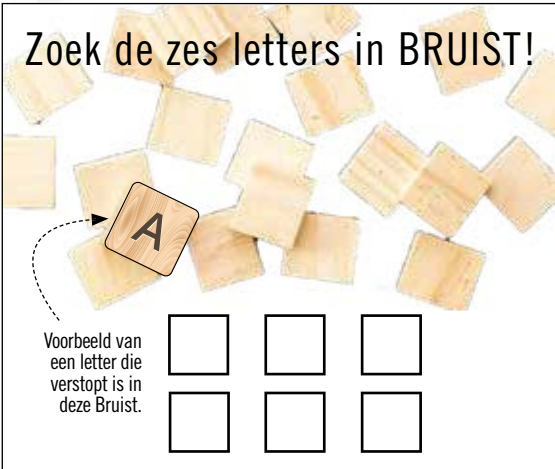


Ook in juli zorgt Bruist ervoor dat jij weer lekker kunt puzzelen. Op je balkon, in de tuin of heerlijk op je ligbedje aan het strand.

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **2-4-6**.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

Zoek de zes verborgen letters in deze editie van BRUIST en maak er een woord van. Het thema van het woord is deze maand zomer. De oplossing van vorige maand was **vaders**.

Maak kans op dit bruisende

## zomer- pakket



l+r=a    -ur

☀+🇺🇸 y=i🐮-it

🐛 b=z+🐜-mi

m+🐵 p=r    k+👁️ g=m

Wil jij kans maken op deze leuke prijs?  
Los de rebus op en vul voor 1 augustus de oplossing in op onze site: [www.rijkvanrijmegenbruist.nl](http://www.rijkvanrijmegenbruist.nl).

Maak kans op een

## Peach blossom Smoothing Body Wash

Begin de dag fris met deze heerlijke body wash op basis van perzikbloesem en geniet van een verzorgde en gehydrateerde huid door dit fijne product van O'right.



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

bloesem      schuim  
zacht        wassen  
perzik        lichaam  
zeep         aroma

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 augustus de oplossing in op onze site: [www.rijkvanrijmegenbruist.nl](http://www.rijkvanrijmegenbruist.nl)

# Ruim 30 jaar een begrip in Nijmegen en omgeving



*Dé SEAT dealer en Suzuki service dealer  
voor Nijmegen en omgeving*

**Microweg 32 Nijmegen**

**SEAT** **auto traas** 

T 024 - 37 33 131 | [auto-traa.nl](https://www.auto-traa.nl)