

HAARLEM HAARLEMMERMEER
EO



JULI 2021 GRATIS MEENEMEN!
WWW.HAARLEMBRUIST.NL

BRUIST



De vijf grote
voordelen
van ***water***

Frits Sissing
'De magie van
theater is heerlijk'

VAN MOSSEL ZEKERHEID #3:

DE SCHERPSTE PRIJS VOOR TOPKWALITEIT



kijk zelf op: www.vanmossel.nl/occasions voor meer dan 6000 occasions!

Van Mossel OCCASIONS

Stel je eens voor...

Ga eens voor de spiegel staan en zeg wie je bent en hoe je eruit ziet. En... stel je vervolgens voor hoe je eruit wilt zien. Een randje eraf of een rimpeltje minder? Hoe zie je er dan uit? Dat randje op je buik, net boven de broekriem of achter dat bh-bandje... Dat zat er eigenlijk al en is nu wat meer geworden ondanks het sportschoolabonnement.



Arts voor cosmetische ingrepen
Eric P. de Weerd

Dat kunnen wij nu voor jou weghalen met cryoslimming. IJskoud de beste oplossing. Vetcellen gaan dood, randje wordt milder en na twee maanden opnieuw laten behandelen. Cryoslimming duurt 50 minuten en kan vier plekken tegelijk behandelen. Dat scheelt een hoop tijd. De kosten zijn € 60 per plek en € 200 voor vier plekken. Vetverlies tot circa 24% per sessie. Stel je voor dat dat alles is wat je moet doen? Dan weet je ook dat er meer nodig is om het resultaat te behouden. Namelijk bewegen, meer groente en vezels eten en een goede mindset.

Ook de rimpeltjes en diepere rimpels bij de ogen, het voorhoofd en tussen de ogen zijn goed te behandelen zonder dat je helemaal strak staat, of misschien wil jij dat juist wel. Maar ook hier geldt: er moet meer gebeuren. Wij testen jouw vitaminen- en mineralenhuishouding, want onder andere gebrek aan vitamine C, wat vaak voorkomt bij rokers, geeft een slechte huid. Dus een botox, een filler of een verstrakker hebben allemaal meer zorg nodig. Tussendoor raden wij onze anti-agingcrème aan die op unieke wijze de functie van cellen in jouw huid kan herstellen. Dat is zo belangrijk dat wij deze crème aanbieden tegen de inkoopprijs van € 120.

Stel je eens voor dat jij er 25 jaar jonger uit ziet?

Dan kan ik jou verzekeren dat niemand dat voor elkaar krijgt. Wel kunnen wij jou er beter uit laten zien. Hoe? Dat bespreken wij in een gratis intakegesprek. Een CACI-behandeling, weghalen van de barcode bovenlip met Plexr, opvullen lip met hyaluronzuur.

Stel je eens voor wat er allemaal veranderen kan...

Bel 06-48774261, wij zijn er voor jou!



**Kijk uit. Jezelf mooier maken kan lelijk uitpakken.
Een geslaagde ingreep begint bij een geschikte arts.**

Ook Botox en fillers, pedicure, manicure en schoonheidssalon!

TheBodyManager

natuurlijk nog mooier

Zeewijkplein 33, 1974 PA IJmuiden, 06 - 48 77 42 61
Hogeweg 56a, 2042 GJ Zandvoort, 06 - 19 41 37 33

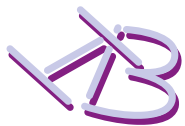
www.natuurlijknoegmooier.nl www.thebodymanager.com

Oma, hoort u mij nog?

Maak een afspraak voor een gratis hoortest of second opinion

Waarom naar Hoorbegrip?

- Echte aandacht voor uw wensen en behoeften.
- Altijd contact met dezelfde audicien.
- Tijdens openingstijden altijd een audicien aanwezig.
- Zeer vakkundige, gedegen hoortoestelaanpassing.
- Gebruik van de nieuwste meet- en aanpastechnieken.
- Bij elke aanpassing wordt een foto van uw trommelvlies gemaakt. Deze kan ter beoordeling aan de KNO-arts worden voorgelegd.
- Vijf jaar gratis service en garantie, dus vijf jaar zorgeloos verstaan.



Hoor begrip

Haarlem &
Haarlemmermeer

In Winkelcentrum PAX

Bernadottestraat 169 Hoofddorp

en

Generaal Cronjéstraat 123 Haarlem

023-5578090 | info@hoorbegrip.nl

www.hoorbegrip.nl

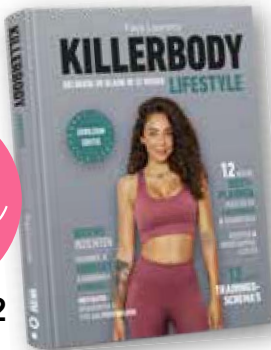




8



12



14



27



23

COLOFON

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

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
TRAFFIC Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Ramon Heeren
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Anouk Jacobs

f Like ons op Facebook.com/haarlembruist

ADVERTEREN? Mail nl@nederlandbruist.nl
 of bel René Moes 06-19629221 | 076-7115340

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2021. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Haarlem 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.**



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 't Gooi Bruist en De Zaanstreek 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 vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

Wij behandelen geen tanden, maar mensen!



Uit onderzoek blijkt dat mondgezondheidsproblemen een nadelige invloed hebben op de algehele gezondheid en een preventieve aanpak veel invloed heeft op het behouden van een gezonde mond.

Benieuwd wat wij voor u kunnen betekenen? Bel gerust voor het maken van een afspraak voor een vrijblijvend kennismakingsgesprek.



TandartsenaandeHerenweg

Herenweg 103^A Heemstede

Tel 023 - 7601320

info@tandartsenaandeherenweg.nl

Ervoor zorgen dat kinderen kennismaken met positieve rolmodellen in de kinderopvang zorgt voor het aanleren van breed scala aan sociale vaardigheden. Daar zijn wij ons volledig van bewust bij TopNanny.

Wees een rolmodel voor kinderen!



Het is zo stoer als een driejarige net als zijn of haar vader of opa wil timmeren en helpt met klussen. Het is schattig als een vierjarige mama helpt met boodschappen doen voor de oudere buurvrouw. Het imiteren van het gedrag van volwassenen en andere kinderen is gemeengoed vanaf de kinderjaren tot de volwassenheid. Het is verbazingwekkend hoeveel kinderen leren van het kijken naar acties en gedrag. Dit is belangrijk om rekening mee te houden als je werkt met kinderen. Ervoor zorgen dat kinderen kennis maken met positieve rolmodellen, zal hen helpen met het aanleren van een breed scala aan sociale vaardigheden.

Als nanny en ouders breng je een hoop tijd door met kinderen. De kinderen kijken naar je en zullen van jou leren.

Wees het goede voorbeeld, kies voor de rust in je gezin en kies voor een nanny via TopNanny.

**TOP
Nanny**
gastouderbureau&nannyservice

TopNanny staat garant voor 21 jaar ervaring in de kinderopvang en wij weten wat er belangrijk is in een goede nanny voor jullie gezin. Je kunt kiezen voor een nanny met recht op kinderopvang-toeslag of in loondienst. Wij rekenen jullie graag voor, wat in jullie geval het voordeligste is.

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.



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



HIPPE BUBBELS

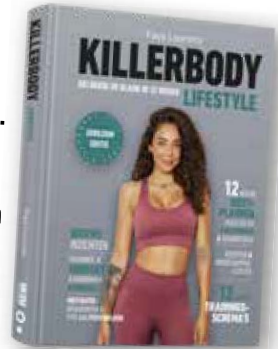
Kroatië als wijnland is hip. Deze bubbels zijn het Kroatisch antwoord op prosecco en laten zien (en proeven) dat er inmiddels een jonge generatie gepassioneerde wijnmakers aan het roer staat. Beide bubbels zijn verfrissend als aperitief en uitstekend geschikt voor zomerse wijncocktails. Fles 75cl vanaf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



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.

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.



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.

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



LEZERSACTIE

Maak kans op een Hawaiian Tropic Satin Protection SPF 50.

Deze luxe formule laat de huid stralen en biedt tegelijkertijd een effectieve bescherming tegen de zon.



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. #TROPIC naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.

Doe mee en win

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





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 en wie weet ben jij één van de gelukkigen!



Houd de
website en
onze socials
in de gaten!

Onze nieuwe website is online!

www.altraitalia.nl

*AltraItalia: Het vertrouwde adres waar
je de Italiaanse taal en cultuur echt beleeft!*



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.



Het uitzendbureau met een gezicht

BRUISENDE/ZAKEN

Kim Schultz, al jaren werkzaam in de uitzendbranche, had van jongs af aan de ambitie om ondernemer te worden. Begin 2019 waagde ze de stap en startte ze haar eigen uitzendbureau Profi-Workers in Heemstede.

Profi-Workers is actief in verschillende branches, o.a. bouw, transport, logistiek, office, techniek, horeca en zorg. “Voor bedrijven doen we veel aan werving, selectie en uitzenden, maar ook detachering en payrolling behoren tot de mogelijkheden”, vertelt Kim gedreven.

EEN ZORG UIT HANDEN Uit cijfers van Centraal Plan Bureau blijkt dat in de loop van het eerste kwartaal van 2021 282 duizend nieuwe vacatures ontstonden. Ondanks de crisis wordt het echter steeds moeilijker om deze te vervullen door krapte op de arbeidsmarkt. “Vind in deze tijd maar eens die goede, gemotiveerde en trouwe arbeidskracht waar jij als bedrijf zo naarstig naar op zoek bent.” De professionele recruiters van Profi-Workers nemen je die zorg graag uit handen. “Wij doen keihard ons best om op alle mogelijke manieren – van social media tot onze eigen netwerken – de juiste mensen te vinden.”

PERSOONLIJKE BENADERING “Wij onderscheiden ons door onze persoonlijke benadering. In het kader van de snelheid kiezen sommige andere uitzendbureaus er voor om kandidaten voor te stellen die ze nog niet eens gezien hebben. Wij nemen juist alle tijd om in een intakegesprek kennis te maken met potentiële kandidaten. Wat wil je? Wat zoek je? Wat zijn je sterktes en zwaktes? Door de goede vragen te stellen, weten we precies wie we voor ons hebben en kunnen we uitstekend inschatten in wat voor werkomgeving hij of zij het beste tot zijn of haar recht komt. Ook onze opdrachtgevers kennen we door en door. De match moet gewoon kloppen op zowel zakelijk als persoonlijk niveau.”



“Wij gaan op zoek naar de perfecte match”

NEEM GERUST CONTACT MET ONS OP, DAN GAAN WIJ KIJKEN WAT WE VOOR JE KUNNEN DOEN!

“De drempel is laag, we roepen zowel werkzoekenden als bedrijven dan ook op om vooral eens geheel vrijblijvend te bellen of om een afspraak te maken, om te zien wat we voor je kunnen betekenen!”

Profi-Workers | Dr. J.R. Thorbeckelaan 128, Heemstede | **085-1304185**
info@profi-workers.nl | www.profi-workers.nl

PW | PROFI-
WORKERS

HÉT HOTEL ★★★★★

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



HOTEL GARBI
IBIZA SPA ★★★★★

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!*



Ook jouw merk gespot onderweg?

We bestellen deze tijden meer dan ooit. Ben jij ook bezig met bestellingen te bezorgen? Heb je al eens gedacht om het bedrijfslogo of de huisstijlkleuren op jouw voertuig te laten wrappen? Zo wordt je merk gespot onderweg en ben je meteen herkenbaar voor je klanten die met smacht zitten te wachten op hun bestelling!



'Hey daar komt mijn bestelling!'



Onder
de Plak
BEESTICKERING



INTERIEURWRAP • RAAMFOLIE • BELETTERING • VOERTUIGEN

Onder de Plak – Keukenweb | Weerenweg 15C, Zwanenburg | 06-26654006 | ikzit@onderdeplak.nl
www.onderdeplak.nl / www.keukenweb.com

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

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.**

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 stildansen, 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 gemaild worden naar 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 en je komt geheel kosteloos in Bruist.

Scoren voor je vakantie kijk in onze webshop!

diEMode, dé damesmodezaak met kleding in zwart & wit,
maakt ruimte voor een prachtige wintercollectie!

Winkel of webshop

Maak uw zomercollectie compleet met prachtige items. Bij diEMode maken we ruimte voor een fantastische wintercollectie en dat doen wij door middel van een spectaculaire sale. Kijk in de online webshop of kom naar onze sfeervolle winkel.

Nieuw label

Zwart is de enige constante ... dat is het credo van **Studiob3** die nonchalance met avant-garde vakkundig combineert!

Verfijnde snitten, flatterende stoffen en het geheel verpakt in een casual look die maar één ding verelt: AUB NIET STRIJKEN!

Be
you
tiful!

diEMode

dare to be different



Zijdstraat 26a **AALSMEER** tegenover de molen | 0297 313 000
zo & ma gesloten | di t/m za 11.00-17.00 uur | + op afspraak
info@diemode.nl | www.diemode.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

‘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.

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 vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

Leid jij een druk bestaan en heb je weinig energie? Willen de overtollige kilo's maar niet verdwijnen? Ervaar je lichamelijke klachten? Roxanne van Olst, orthomoleculair voedingsdeskundige, leert jou in twaalf weken door middel van zelfreflectie, informatie, lekkere recepten en weekschema's een gezonde levensstijl vast te houden op een plezierige manier.

EEN KOOKBOEK EN BULLET-JOURNAL IN ÉÉN VAN ROX

Een unieke journal voor iedereen die een gezond, energiek en zoveel mogelijk klachtenvrij leven wil leiden. Je brengt je huidige levensstijl in beeld en gaat aan de hand daarvan op een praktische en vooral leuke manier aan de slag met de recepten, tips en het weekmenu.

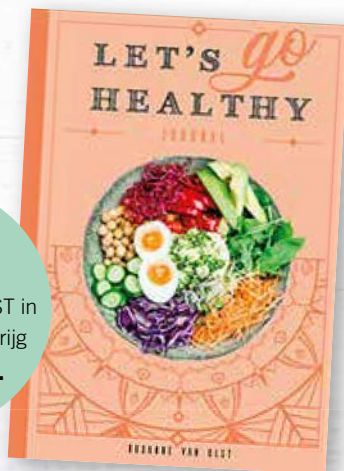
GA NAAR
WWW.GEZONDMETROX.NL
VOOR MEER INFORMATIE!

BE HAPPY, BE HEALTHY!

X ROX

Gezond met Rox | Noordervaart 52, Stompetoren | 06 419 961 39 | WWW.GEZONDMETROX.NL

32



ACTIE

Gebruik de kortingscode BRUIST in de maand juli en krijg **20% korting.**

Vakantie!

Het is weer zover. De vakantie staat voor de deur en er moet heel wat geregeld worden om op vakantie te kunnen. In coronatijd helemaal.

Vaccinatiebewijzen en/of pcr-testuitslagen moeten mee. Ga je als ouder met een minderjarig kind op vakantie dan moet je nog meer regelen. Vergeet namelijk niet dat je schriftelijk toestemming moet krijgen van de andere ouder met gezag. Zorg ervoor dat je de schriftelijke verklaring met een kopie van zijn/haar legitimatiebewijs bij je hebt, want anders kun je nog wel eens van een koude kermis thuiskomen en dat zou zonde zijn.

Fijne vakantie!

*Hartelijk groet,
Assia Krim*

COLUMN/ASSIA KRIM



Met dank aan Beauty en Lifestyle Portraits voor de make-up en de foto.

Krim
ADVOCaat
& MEDIATOR

Kick Smitweg 2 Haarlem
023-5737081
info@krimadvocaten.nl
www.krimadvocaten.nl

33

In verbinding?

Ben je op zoek naar
een fijn gesprek?

Dan is Ellen, met een open,
warm en betrokken hart
op zoek naar jou!



Ellen Goossens
ellengoossens69@gmail.com



Wil je jouw bedrijf ook presenteren in **Haarlem Bruist?**

Neem dan contact op en we komen
graag bij je langs om de unieke
mogelijkheden te presenteren.
Mail naar nl@nederlandbruist.nl
of bel **076-7115340**

BRUIST

Laat je
huisdier
tijdig
inenten!

Vraag er naar bij je dierenarts

STRIP/MEREL



Elsje Hercules & Valkema

••• knmvd.nl



LAAT JIJ
JE HUISDIER
TIJDIG INENTEN?

MERELS
DIERENKLINIEK

Zijweg 68 Haarlem
023 - 531 60 33
www.merelsdierenkliniek.nl

De schadevergoeding voor verdriet, pijn en verlies



Geertruid van Wassenaer

Smartengeld is voor onze cliënten met letselschade een belangrijke schadepost. Wat is smartengeld en hoe bereken je dit? De term 'smartengeld' staat voor immateriële schade: de schadevergoeding voor het verdriet, de pijn en het verlies dat iemand lijdt.

Iemand's pijn en verdriet is niet met een rekensom precies te berekenen. Smartengeld wordt daarom vastgesteld op basis van 'billijkheid', oftewel het gevoel van rechtvaardigheid. In de praktijk wordt gekeken naar rechterlijke uitspraken in zaken die vergelijkbaar zijn. De uitspraken worden jaarlijks gebundeld in de 'smartengeldgids'.

Daarnaast moet je als slachtoffer goed uitleggen hoe het ongeval jouw leven heeft veranderd. De medische situatie is daarvoor belangrijk, maar ook andere

gevolgen, zoals verlies van vrienden, werk, hobby's, enzovoort. Ook de oorzaak van het letsel kan van belang zijn: heeft iemand met opzet jou iets aangedaan of per ongeluk?

Wij helpen graag met het vaststellen van het smartengeld, het verzamelen van de juiste onderbouwing en het onderhandelen met de aansprakelijke partij. Dat kan voor de uitkomst veel uitmaken. Wil je hierover meer weten? Neem dan contact op met een van onze letselschadeadvocaten.

Complementaire Gezondheidszorg: fysiek, emotioneel, mentaal of spiritueel



"WERK PREVENTIEF
AAN JE GEZONDHEID"



Kreierhof 41
Nieuw-Vennep
023-2100157

helen@personaltouchnederland.nl
www.personaltouchnederland.nl

Gezondheidsklachten gaan vaak verder dan je denkt

Ken je dat? Allerlei vervelende lichamelijke klachten en de behandelend arts kan niets vinden. En soms wordt er zelfs gezegd dat "je er maar mee moet leren leven". Dat is in veel van de gevallen echt niet nodig.

Heb je hiermee te maken, neem dan contact op met mij, Helen Michaëlis van Personal Touch Nederland, om samen verder te kijken. En ben je aanvullend verzekerd, dan worden de behandelingen geheel of gedeeltelijk vergoed door de zorgverzekering. Personal Touch Nederland is namelijk aangesloten bij de beroepsvereniging BATC.

Helen Michaëlis kan behandelen op vier vlakken en zij bekijkt samen met jou wat nodig is en wat je wilt. De vier behandelingen zijn:

Laag 1. Fysiek, daarbij moet je denken aan diverse soorten massages, pijnbestrijding, triggerpoint therapie, voetrreflex.

Laag 2 en 3. Emotioneel en mentaal, zoals coaching, NLP-mastertraining, breintraining. Weer in je kracht leren staan. Aura Healing, energetisch weghalen van blokkades in plaats van 1 van de 7 chakra's. Dus heb je je hele leven last van iets, dan kun je nu eindelijk deze blokkade weghalen. Workshops in Mindfulness en Aura Healing en Intuïtieve Cursussen en Cursus leren Mediteren.

Laag 4. Spiritueel, zoals het geven van Healingen, Readings en Trance-workshops en Spirituele Coaching en Levenswegbegeleiding.

Interesse
in het Preventieve
Gezondheidspakket?
Bel (023) 210 01 57

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	1			
	3		5	6			2
	7	2	1	8	5		6
1	1	2		5	9	3	
	6			9			
6			8				
9		5		3	8	1	
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.haarlembruist.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.haarlembruist.nl

KOM JIJ SNEL PROEVEN?



Klanten
waarden
ons met een

9,5

Frederik Ambachtelijke Friet is met de vestigingen IJmuiden en Velsen-Noord wederom uitgeroepen tot Beste cafetaria in de gemeente Velsen. Zij hebben daar tevens een klantenwaarderingscijfer voor ontvangen van een 9,5.



FREDERIK
AMBACHTELIJKE FRIET

IJmuiden

Kennemerplein 21B, IJmuiden
0255-577565

Velsen-Noord

Pontweg 1d, Velsen-Noord
0251 296 552

frederik-ijmuiden@ziggo.nl
www.frederikversefriet.nl

