

**HAARLEM** HAARLEMMERMEER  
EO



JANUARI 2021 GRATIS MEENEMEN!  
[WWW.HAARLEMBRUIST.NL](http://WWW.HAARLEMBRUIST.NL)

# BRUIST

Met nieuwe  
lezersacties

In 2021 wordt  
alles anders!

# Redefining Yourself



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

The BodyManager heeft een nieuwe methode om spieren te versterken en vet te verliezen: **REDEFINING YOUR REAL SELF**; body-sculpting door middel van electromagnetische impulsen tijdens de behandeling.



De spiercontracties vragen veel energie, dus er wordt veel vet verbrand. Hier komen vetzuren vrij. Zoveel dat zelfs de vetcellen dood gaan.

Eric de Weerd, esthetisch arts, van The Bodymanager heeft het over behandelingen met prima resultaat: "Gemiddeld 19% vet verlies lokaal, spiermassa neemt toe met 16%, spierstevigheid met 11%. De buikomvang neemt af. Contracties geven geen schade aan de gewrichten of botten. Het is veilig, geschikt voor iedereen, minimumleeftijd 21 jaar, slechts 4-6 sessies nodig (max. 2 per week). Direct resultaat met optimaal effect na 12 weken en kan ook nog toenemen tot 6 maanden. Het is natuurlijk geschikt voor de buikspieren, billen, slappe armen. En dan komt het: in combinatie met de oefeningen van de Personal Trainer merk je dat oefeningen makkelijker gaan, uithoudingsvermogen beter is en dat de buikspieren steviger zijn.

In dit nieuwe jaar hebben wij een fantastische aanbieding: Boek een personal trainer-aanbieding en vier elektromagnetische behandelingen en krijg de vijfde gratis.

Wij werken samen met Club Vita van Jeroen Duin. De Personal Trainer met 10 jaar ervaring als PT. Mede eigenaar van Club Vita met 250 m<sup>2</sup> oefenruimte met uitzicht op de duinen. Met daarnaast een opleiding voedingsleer daagt hij u ook op een ander gebied uit. Natuurlijk kunt ook losse trainingen volgen en hoeft u uw voeding niet aan te passen.

Echter nu in combinatie met DE elektromagnetische behandelingen heeft Club Vita een geweldige aanbieding: een vijf weeks PT programma: 1x per week op locatie personal training, 1x per week thuisprogramma, wegen op de Tanita-weegschaal en voedingsadvies gedurende vijf weken: doel een negatieve energiebalans van rond de 300-500 calorieën.

Dus beter gewicht, stevige spieren, minder vet en goede conditie. Wat wil je nog meer!?

## VOOR PRIJZEN NEEM EEN KIKJE OP DE WEBSITE

Jeroen Duin, personal trainer en mede eigenaar Club Vita IJmuiden  
Club Vita | Amperestraat 1-G, IJmuiden | jeroen.duin@clubvita.nl | 0641207374

E de Weerd, esthetisch arts lid NVEG  
TheBodyManager  
Zeewijkplein 33, IJmuiden | infodeweerd@gmail.com | 0648774261



 TheBodyManager natuurlijk nog mooier

## 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](mailto:info@hoorbegrip.nl)

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

# Oma, hoort u mij nog?

Kom eens langs voor een gratis hoortest!

Haal- en brengservice voor 75+ gedurende de proefperiode voor vestiging Haarlemmermeer.

8



12

11



# Inhoud

21



19



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 - Carly Pastoors  
**THEMATEKSTEN** Nederland Bruist  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**EINDREDACTIE** Ron van Kuijk

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 grootste 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.**



VOORWOORD/JANUARI

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

Om te beginnen: de beste wensen voor 2021! We hopen dat jullie, ondanks alle restricties, toch mooie feestdagen achter de rug hebben en net als wij positief vooruitkijken naar het nieuwe jaar dat voor ons ligt. Een bruisend jaar, als het aan ons ligt, want dat hebben we met z'n allen wel verdiend!

## Bruisende lezer,

Net als heel veel andere mensen zijn wij dit jaar weer gestart met een aantal goede voornemens. Uiteraard de nodige 'standaard' voornemens, zoals de kerstkilo's eraf sporten, nog gezonder leven en nog meer omkijken naar de mensen om ons heen. Maar ook het voornemen om jullie dit jaar weer te blijven inspireren en informeren met onze magazines. Een voornemen dat de vele bruisende ondernemers met wie wij samenwerken ongetwijfeld met ons delen. Want ook zij staan weer te springen om je een kijkje achter de schermen te geven en vol enthousiasme te vertellen wat zij jou allemaal te bieden hebben.

Dit eerste magazine van 2021 staat dan ook weer vol bruisende verhalen, leuke tips en bijzondere weetjes. Dat belooft wat voor de rest van het jaar...

**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.**

# *Dit jaar* wordt alles anders!

Meestal gaan we aan het begin van een nieuw jaar nadenken over goede voornemens. Maar welke voornemens ga jij jezelf stellen na het bizarre afgelopen jaar, dat zo anders is verlopen dan we aan het begin ooit konden bedenken?

Veel mensen gaan nadenken over stoppen met roken, coronakilo's kwijtraken of simpelweg meer tijd voor leuke dingen vrijmaken. En zoals elk jaar beginnen hordes mensen op 1 januari vol goede moed, maar stranden die na enkele weken weer op de zandbank van Blue Monday.

## **Wat wordt jouw thema voor dit jaar?**

Een belangrijke oorzaak hiervoor zijn de onrealistische doelen die we onszelf stellen. Waarom zou je een lijst met meer dan vijf voornemens maken als je diep vanbinnen weet dat er slechts twee of drie haalbaar zijn? Door te kiezen voor een thema kun je een rode draad creëren in je leven. Stel geen specifieke doelen (zoals tien kilo afvallen), maar werk met een thema (zoals je gezondheid verbeteren). Op die manier kun je gedurende het jaar regelmatig even terugkoppelen naar je thema en zo je leven in de juiste richting duwen.

## **Haalbaar en concreet**

Goede voornemens zijn dus nog steeds een prima idee, maar neem er het hele jaar voor. Wil je het komende jaar meer aandacht voor je gezondheid, meer lucht in je longen of misschien meer balans? Kies dit dan als thema voor 2021. Onbewust zul je dan steeds meer keuzes in de goede richting maken. Denk ook na over kleine, concrete acties die bij jouw thema passen. Als je dan over een jaar terugkijkt, zul je tot je verbazing zien dat je enorm veel hebt bereikt.

## **Focus op het proces**

Soms zijn we zo aan het streven naar een bepaald eindresultaat, dat we vergeten te genieten van het proces. Terwijl de weg ernaartoe zoveel belangrijker is. En wanneer het iets minder gaat, kun je niets anders doen dan dat accepteren en het nog een keer proberen. Morgen is een nieuwe dag, waarop je gewoon weer met je thema aan de slag kan gaan.

Heb je een thema voor 2021, maar wil je toch wat hulp bij de uitvoering hiervan?

Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je genoeg ondernemers bij jou in de regio die je daarbij kunnen helpen.

CREËER EEN  
RODE DRAAD IN  
JE LEVEN



# Ontmoet de toekomstige professionals



Hoi, mijn naam is Esmee en ik zit in 5 VWO. Ik werk nu sinds juni in de praktijk. In het begin van het jaar heb ik hier een week stage kunnen lopen en ben hier nu in dienst als omloopassistent. Ik ben ook aan het leren om te assisteren bij behandelingen, waar ik dit jaar een opleiding voor ga doen. Mijn grootste droom is om later zelf Tandheelkunde te gaan studeren en daarna als tandarts te gaan werken. Mijn baan bij Tandartsen aan de Herenweg is hier een geweldige voorbereiding voor. Tot snel in de praktijk!

Mijn naam is Frank de Bruyn. Per 1 september loop ik stage bij Tandartsen aan de Herenweg, ik volg de opleiding Tandheelkunde in Groningen en studeer af als tandarts in februari 2021. Aangezien ik in de laatste fase van mijn opleiding beland ben, wil ik me zo goed mogelijk voorbereiden op het werk als tandarts. Door stage te lopen bij Tandartsen aan de Herenweg hoop ik veel praktijkervaring op te doen. Wellicht tot binnenkort in de praktijk!



Mijn naam is Meryam Bouskla en ik studeer dit jaar af als mondhygiënist. De aankomende maanden zal ik stage lopen bij Tandartsen aan de Herenweg. Na mijn succesvolle stage in 2018, heb ik ervoor gekozen om mijn stage nogmaals bij de praktijk te lopen. ik hoop op een mooie en leerzame ervaring, waarbij ik mijzelf verder zal ontwikkelen tot professional. Wellicht tot binnenkort

Gelukkig zijn is een keuze.

Met de kracht van je gedachten creëer je jouw eigen realiteit.

# MINDSET

Ik heb vaak gezien dat deelnemers aan het Killerbody Dieet weer terugvallen. De kilo's die zij zijn afgevallen zitten er na een bepaalde periode weer aan. Ze hebben stap voor stap het dieet gevolgd en een geweldig resultaat behaald. Toch vallen ze weer terug in hun oude voedingspatronen en gewoontes. Ik ben op onderzoek uitgegaan en kwam tot de conclusie dat de onderliggende mindset hiervan de oorzaak van is. De overtuigingen die mensen hebben over zichzelf zijn hetzelfde gebleven. Een positieve mindset en het hebben van de juiste overtuigingen zijn ontzettend belangrijk voor het behalen van de doelen in je leven, het bereiken van succes en de mate waarin je je gelukkig kunt voelen.

In mijn nieuwe boek Killerbody Lifestyle werk je in 12 weken niet alleen aan je lichaam, maar vooral ook aan je mindset en het doorbreken van patronen. Je leert van jezelf houden, naar je behoeftes luisteren en negatieve patronen doorbreken. Zo val je af, behoud je resultaat en het allerbelangrijkste; voel je je gelukkiger!



**MKBM**  
MYKILLERBODYMOTIVATION

BESTEL MIJN NIEUWE BOEK OP [WWW.MKBM.SHOP.COM](http://WWW.MKBM.SHOP.COM)



### INSPIRATIEBRON VOOR DESIGN

De collectie van ICON010 bestaat uit een kleurrijke sokkenlijn, luxe geurkaarsen, mokken, tote bags, onderzetters en posters. Architectonische Rotterdamse trekleisters worden vertaald naar stijlvolle iconen. Het minimalistische lijnenspel en de goede kwaliteit van de producten maken deze items echte musthaves, ook voor niet-Rotterdamers. [www.icon010.nl](http://www.icon010.nl)



### NATUURLIJK PUUR!

Goede huidverzorging kan ook met pure, natuurlijke producten. SustOILable biedt uitstekende verzorging voor het hele lichaam: verzorgende huid- en haarolie (in navulbare pipet flesjes), handgemaakte stukken zeep, heerlijke geuroolie en natuurlijk wasmiddel (wasnoten). [www.sustOILable.com](http://www.sustOILable.com)



## LEZERSACTIE

**Maak kans op deze warme plaid.**

Zo'n heerlijke zachte plaid is niet alleen praktisch om jezelf warm te houden, het is ook nog eens een echte sfeermaker voor jouw interieur.



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

*win*

# Geselecteerd voor jou!

## LEZERSACTIE

**Maak kans op een Peach Blossom Smoothing Body Wash.**

Begin fris aan het nieuwe jaar met deze heerlijke body wash op basis van perzikenbloesem. Geniet van een verzorgde en gehydrateerde huid met deze Body Wash van O'right.



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



### AYURVEDISCH GENIETEN

In de reep Turmeric Tulsi ontmoet rauwe cacao kurkuma en tulsi. Deze 'heilige basilicum' is al meer dan 5000 jaar populair in de Ayurvedische geneeskunde. Samen met de kurkumawortel vormt dit een unieke chocolade met fijne, kruidige tonen van zoethout en venkel. [www.lovechock.nl](http://www.lovechock.nl)

## LEZERSACTIE

**Maak kans op deze modieuze rugzak van Gaastra t.w.v. 119,-**

Deze stevige rugzak van duurzaam materiaal heeft een ritsvak aan de voorkant en stabiele draaghengsels.



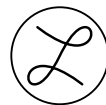
Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van het magazine uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. #GAASTRA** naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).

### SHAKE IT

Van margarita's tot martini's: met cocktailshaker Hepburn serveer jij de lekkerste drankjes thuis. De shaker is gemaakt van loodvrij kristal en de bovenkant van metaal met een finish van gepolijst koper. Een echte eyecatcher! **€ 59,-** [www.kookpunt.nl](http://www.kookpunt.nl)



# EEN ONVERGETELIJKE ERVARING



Hotel de Leijhof  
EST. Oisterwijk 1874

EST. 1874  
**THE  
GEORGE  
RESTAURANT**



**Verblijf in Hotel de Leijhof  
Oisterwijk met deze Bruist Deal.**

Overnacht in onze Comfort Room, geïnspireerd door de bosrijke omgeving, en laat u culinair verrassen door onze chef Dylan van Hirtum in Restaurant The George middels ons 3-Gangen Menu Du Chef. Beleef de geur van verse kruiden uit onze eigen kas en neem een kijkje in de wijnbibliotheek samen met onze sommelier Maikel Ginsheumer. Na een heerlijke nacht in dit luxe boutique hotel met de charme van een landhuis kunt u genieten van een heerlijk luxueus ontbijt.

P.S. Ontdek nu ook onze nieuwe PERK'S Treasure Lounge!

**BRUIST**  
*Deal*

**€ 79,50** P.P.\*

**PROMOCODE: BRUIST**

**RESERVEER NU VIA  
WWW.LEIJHOF.NL**

**Overnachting in een  
Comfort Room van één van  
de meest luxe boutique hotels  
van het bosrijke Oisterwijk**

**Culinair  
3-Gangen Menu Du Chef  
Luxueus ontbijt**

**Parkeren**

\* Bovenstaande prijs is op basis  
van minimaal 2 personen,  
exclusief lokale heffingen.

Heusdensebaan 7 Oisterwijk NL  
+31 (0)13 523 1123  
www.leijhof.nl

*Groeten uit Oisterwijk*





Een konijn moet de hele dag door eten. Als een konijn stopt met eten, dan kan het maagdkanaal snel stil komen te liggen. Het maagdkanaal van een konijn zit vol met bacteriën. De bacteriën vormen veel gassen. Als het maagdkanaal stil komt te liggen omdat een konijn niet eet, gaan de gassen in de buik ophopen. Doordat een konijn niet even lekker kan boeren zoals wij dat kunnen, kan dat gas er niet zomaar uit. Hierdoor kan je konijn ineens een erg dikke buik krijgen.

## KONIJN MET GAS

De gassen in de maag en darmen kunnen gaan drukken op organen en bloedvaten waardoor het konijn zich erg beroerd gaat voelen. Een beroerd konijn kruipt in een hoekje en stopt met bewegen en wil nog minder gaan eten. Het niet bewegen van het konijn zorgt er voor dat de gassen nog sneller gevormd gaan worden met als gevolg dat hij/zij in een negatieve spiraal terecht komt. Een konijn dat stopt met eten kan hierdoor in zeer korte tijd komen te overlijden.

Heeft u een konijn dat stopt met eten of in een hoekje wegkruipt? Of hoort u ineens borrelen in de buik? Of heeft uw konijn ineens een hele snelle ademhaling? Wacht dan niet af, maar trek aan de bel bij je dierenarts. Eén dag aankijken kan al te laat zijn bij een konijn.



IS JOUW KONIJN  
EEN GOEDE ETER?



**MERELS**  
DIERENKLINIEK

Zijlweg 68 Haarlem  
023 – 531 60 33

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

**Gelukkig** zijn is een kwestie van geluk.  
Maak tijd vrij voor de kleine **genietmomentjes** zoals  
dansen met je (klein)kinderen.

Wie **goede voornemens** 3 maanden weet vol te houden,  
slaagt er meestal ook in om dat de rest van het jaar te doen.

Ga de natuur in! Een **korte wandeling**  
helpt je bij het ordenen van je gedachten.

De 3e maandag van januari is het **Blue Monday**,  
de dag van het jaar waarop we ons het ellendigst zouden voelen.

Slechts **3 keer** per week **20 minuten** intensief  
bewegen zal je geluk met 15 procent verhogen.

Zie het leven als **een cadeautje** dat je iedere dag  
weer opnieuw mag uitpakken.

De meest effectieve manier om je geluksgevoel te verhogen  
is door iets voor een ander te doen. 

Stop met jezelf af te remmen door **negatieve praatjes**  
en ga er gewoon voor. Want **succes** is wél een keuze.

# Altraitalia al 15 jaar een begrip om snel en vakkundig Italiaans te leren

Ontdek onze veelzijdigheid en flexibiliteit op [www.Altraitalia.nl](http://www.Altraitalia.nl)

Neem contact met ons via [info@altraitalia.nl](mailto:info@altraitalia.nl).

Blijf op de hoogte van onze laatste nieuwtjes en schrijf je in voor onze nieuwsbrief of bezoek regelmatig onze website



## HET OUDERSCHAPSPLAN

Ouders die gaan scheiden moeten een ouderschapsplan opstellen waarin zij afspraken maken over hun kinderen. Dit geldt voor ouders die met elkaar getrouwd zijn, met elkaar een geregistreerd partnerschap hebben of een affectieve relatie met elkaar hebben en het gezamenlijk ouderlijk gezag over hun kinderen dragen. Het ouderschapsplan moet door beide ouders worden ondertekend.

In het ouderschapsplan moeten de volgende onderwerpen worden opgenomen:

- de zorgregeling voor de ouder waar de kinderen niet hun hoofdverblijf hebben
- de informatievoorziening,
- de verdeling van de kosten van verzorging en opvoeding van de kinderen.

Het ouderschapsplan is geen plan dat één keer wordt opgemaakt en geldt tot de meerderjarigheid van het kind. Een ouderschapsplan is aan veranderingen onderhevig. Wat nu een passend ouderschapsplan is, is over twee jaar misschien geen passend ouderschapsplan meer. Daarom is het goed om af te spreken om het ouderschapsplan jaarlijks onder te loop te nemen.

Wat er verder in het ouderschapsplan kan worden opgenomen, is per situatie verschillend. Ouders kunnen een meer algemeen plan opstellen maar er zijn ook ouders die gedetailleerd opnemen hoe de zorg en opvoeding van hun kinderen eruit moet zien tot aan het voedsel dat de kinderen mogen of moeten eten. Het is verplicht om in het ouderschapsplan op te nemen op welke wijze de kinderen betrokken zijn bij het opmaken van het ouderschapsplan. Hoe jonger het kind, hoe beperkter deze betrokkenheid. Hoe ouder het kind, hoe groter de inspraak van het kind.

*Hartelijk groet,  
Assia Krim*



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



Kick Smitweg 2 Haarlem  
023-5737081  
[info@krimadvocaten.nl](mailto:info@krimadvocaten.nl)  
[www.krimadvocaten.nl](http://www.krimadvocaten.nl)

# Looking good... 24/7

Wil jij er elk moment van de dag perfect uitzien? Heb je 's ochtends geen tijd (of zin) om je op te maken? Of ben je simpelweg allergisch voor gewone make-up? Dan is permanente make-up dé oplossing voor jou!

Permanente make-up, oftewel PMU, wordt steeds populairder. Maar wat is het precies? Permanente make-up is make-up die voor langere tijd blijft zitten. Dus niet permanent, zoals de naam misschien doet vermoeden. Om dit te bereiken wordt de make-up (of in het geval van PMU de pigmenten) niet op de huid aangebracht, maar in de (leder)huid door middel van een flinterdunne naald. Het heeft dus wat weg van tatoeëren, ware het niet dat bij tatoeëren de pigmenten in het onderhuidse bindweefsel worden 'geprikt' waar-door ze echt permanent blijven zitten. PMU komt terecht in de lederhuid waardoor de make-up na één tot vijf jaar zal vervagen.



Beauty Clinic Haarlem richt zich met name op huidverbetering met specialismen in acne, anti-aging en permanente make-up, maar je bent ook zeker welkom voor een ontspannen massage.

In de salon kun je in een prettige sfeer genieten van behandelingen die helemaal op jouw behoeften en wensen zijn afgestemd. Wij gaan voor de beste kwaliteit wat betreft huidverbetering en huidverzorging.

Ramplaan 50, Haarlem  
06-57671671 (Romina)  
06-22238966 (Danielle)  
info@beautyclinic haarlem.nl  
[www.beautyclinic haarlem.nl](http://www.beautyclinic haarlem.nl)

**BEAUTYCLINIC**  
HAARLEM



Geertruid van Wassenaer

**van Wassenaer  
Wytéma**  
Letse schade advocaten & Mediation

## Aansprakelijkheid voor dieren

In deze tijden van veel thuiswerken en thuis zijn, is het voor veel mensen aantrekkelijk een hond (of ander huisdier) te nemen. Niets gezelliger dan dat, zo ondervinden wij iedere dag! Maar weet u eigenlijk welke risico's dierenbezit met zich brengt?

Wat als uw hond op straat iemand aanvalt of bijt? En wat als u degene bent die wordt gebeten, kunt u zich dan richten tot het baasje?

In principe is de bezitter van een dier aansprakelijk voor de schade die dat dier aanricht. Het gaat om zogeheten "risicoaansprakelijkheid", de eigenaar is aansprakelijk, ook zonder dat hem of haar een verwijt kan worden gemaakt. De gedachte achter deze risicoaansprakelijkheid is dat een dier een eigen energie heeft en onberekenbaar kan zijn. Dat betekent dat een risico op schade bestaat, waar de dierenbezitter als het ware voor heeft "gekozen".

Toch kan deze aansprakelijkheid voor dieren veel ingewikkelde situaties opleveren. Zo is het van belang of de eigenaar controle heeft over het dier, denk bijvoorbeeld aan een paard dat wordt aangestuurd door een ruiter. Ook is soms sprake van "eigen schuld", bijvoorbeeld als een dier wordt opgehitst. Een op het oog simpele bepaling kan dus toch tot grote discussies leiden.

Wij helpen u graag verder indien u slachtoffer bent geworden van een incident met een dier. U kunt daarvoor vrijblijvend contact opnemen met ons kantoor. Ook onze kantoorhond Cato heet u van harte welkom.

Kleine Houtweg 113 Haarlem | **023-8200690**  
info@vanww.nl | [www.vanww.nl](http://www.vanww.nl)



Uitzenden | Detacheren | Werving & Selectie

www.profi-workers.nl info@profi-workers.nl

Tel.: 085 - 130 41 85

## DAGJE UIT NATIONALE TULPENDAG



Op zaterdag 16 januari is het alweer tijd voor de tiende Nationale Tulpendag. Deze dag markeert de start van het (snij)tulpenseizoen. In verband met corona kan de Nationale Tulpendag dit jaar helaas niet gevierd worden met een tulpenpluktuin op de Dam in Amsterdam, maar desondanks wordt de dag wel feestelijk ingeluid met als thema: 'Let's Connect!'. Hoewel verbinding tussen mensen nu moeilijk is, verlangen we meer dan ooit naar contact. Juist de tulp kan deze connectie maken, want ze staat symbool voor hoop en positiviteit. Dus laten we aan elkaar denken en tulpen schenken. Ze zijn vanaf Nationale Tulpendag weer overal te koop. **Kijk voor meer info op [www.tulpentijd.nl](http://www.tulpentijd.nl).**

## FILMPJE KIJKEN DE VEROORDELING

Televisiejournalist Bas Haan creëert zijn eigen monster wanneer hij in zijn onderzoek naar de Deventer moordzaak steeds meer in het kamp wordt gezogen van degenen die 'de klusjesman' van moord beschuldigen. Een mediahete is het gevolg, waardoor het leven van 'de klusjesman' en zijn vrouw verandert in een ware nachtmerrie. Onthutst door deze 'trial by media' besluit Bas de complotten te bestrijden met de feiten. Tot zijn frustratie blijkt de beeldvorming sterker dan de werkelijkheid. Is er iemand ten onrechte veroordeeld of is er sprake van een onschuldig slachtoffer? **DE VEROORDELING is vanaf 21 januari te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

## BOEKJE LEZEN DE FAMILIE WACHTMAN



De carrière van Philip Wachtman zit in een dip. Zijn promotieonderzoek over de anonimiteit van spermadonors is overbodig geworden en hij dreigt gepasseerd te worden voor een benoeming tot hoogleraar. Hoe anders vergaat het zijn succesvolle vriendin Freya. Maar er is een groot gemis. Freya is op haar negenendertigste nog kinderloos. Philip weet dat hij niet de oorzaak kan zijn. Hij heeft naar schatting 411 nakomelingen... Door een uitspraak van de rechter dreigt Philip zijn geheim prijs te moeten geven. Achtervolgd door zijn verleden en door een studente die zegt dat ze zijn dochter is, moet hij op zoek naar zichzelf.

**DE FAMILIE WACHTMAN van Christiaan Alberdingk Thijm is vanaf 21 januari verkrijgbaar.**

# 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 4 sterrenhotel 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!*



### Ziekte van Huntington

De ziekte van Huntington is een erfelijke hersenziekte. De symptomen lijken een combinatie van Alzheimer, Parkinson en ALS. Een kind van een ouder met de ziekte van Huntington heeft 50% kans om drager te zijn. Hierdoor heeft de ziekte een grote impact op het hele gezin.

### Wat Mijzo bijzonder maakt

De Kloosterhoeve, een locatie van zorgorganisatie Mijzo, biedt een unieke woonzorgcombinatie voor mensen met de ziekte van Huntington. In onze visie zijn en blijven mensen met deze vreselijke ziekte op de eerste plaats mens. Zij staan centraal, niet de ziekte. We bieden persoonsgerichte zorg en behandeling en stimuleren de eigen regie en zelfstandigheid.

### Silverfit 3D

Beweging is ontzettend belangrijk voor mensen met de ziekte van Huntington. Om dit te stimuleren willen we graag een SilverFit 3D aanschaffen. Deze zorgtechnologie draagt bij aan de beweging en ontspanning van cliënten. Helaas is hiervoor geen geld beschikbaar.



### Helpt u ons mee?

Uw donatie kunt u storten op rekeningnummer NL09 RABO 0301 5371 00 onder vermelding van De Kloosterhoeve ten bate van de Silverfit.

### Meer weten?

Op 7 januari 2020 zond RTL4 de indrukwekkende aflevering uit van Five Days Inside, waarin Natasja Froger vijf dagen verbleef bij zorglocatie De Kloosterhoeve in Raamsdonksveer. U kunt de aflevering terugkijken op Videoland.



Aangezien wij alle tijd en aandacht aan u willen besteden, vragen wij u voor beide salons een afspraak te maken via onderstaande telefoonnummers!

# Het totale plaatje

“Mijn haar zit niet.” Dit krijg ik vaak te horen van mijn klanten zodra ze uit mijn stoel opstaan na een gezichtsbehandeling. Maar dat hoeft bij ons geen probleem te zijn, want u kunt vanuit mijn stoel door naar de kappersstoel in onze damesheren-kapsalon.

Hier hangt dezelfde gemoedelijke, laagdrempelige sfeer waar u tevens alle tijd en aandacht mag verwachten van onze kapster. Juist in deze tijd van stress en altijd haast zal zij ervoor zorgen dat u met een tevreden gevoel bij ons de deur uit gaat.

Wij werken met de eerlijke en heerlijke producten van:

Hair: Eugène PERMA  
Beauty: Janssen cosmetics  
LOOKX skin care  
LOOKX make-up



INDIGO  
HAIR & BEAUTY

Truus Oversteegenstraat 261, Haarlem | 023-5362158 | 06-29002005  
info@indigobeautey.nl | [www.indigobeautey.nl](http://www.indigobeautey.nl)

Wat **mijzo**  
bijzonder maakt

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



# Sneeuw

In december was alles nog 'glitter and glamour', het jaar 2021 beginnen we met een pure, frisse, witte start. Met producten die ons door deze koude wintermaand heen helpen.

1. SMOOTH ME NOW ANTI-FRIZZ SHAMPOO van ELEVEN, € 16,99 [www.elevenaustralia.nl](http://www.elevenaustralia.nl)

2. Kaviar Gauche Highlighter van Catrice, € 5,99 [www.catrice.eu](http://www.catrice.eu)

3. Liquid Gold Midnight Reboot Serum van Alpha-H, € 79,95 [www.alpha-h.nl](http://www.alpha-h.nl)

4. Georganic Goat Milk Brightening Cream, € 47,- [www.laboratory-K.com](http://www.laboratory-K.com) 5. Twinkle in time van essie, € 9,99 [www.essie.nl](http://www.essie.nl)

6. Moisturizing & Sanitizing Hand Cream van Mani, € 29,- [www.skins.nl](http://www.skins.nl)

7. Mutiny Lipbalsem van Medik8, € 34,95 [www.medik8.nl](http://www.medik8.nl)

8. Body Butter van La Mysore, € 23,- [www.lamysorecosmetics.com](http://www.lamysorecosmetics.com)

9. Collagen Intravital Plus Nutritional Supplement van QMS, € 79,- [www.qcosmetics.nl](http://www.qcosmetics.nl)

10. Flowerbomb Dew van Viktor & Rolf, vanaf € 71,- [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)

11. Pure Blossom Micellar Cleansing Water van Team Dr. Joseph, € 28,- [www.carecosmetics.nl](http://www.carecosmetics.nl)

12. Lazy Sunday Morning van Maison Margiela, vanaf € 51,- [www.debijenkorf.nl](http://www.debijenkorf.nl)

13. Repairing & Youth Hand Balm van Guerlain, € 52,- [www.guerlain.nl](http://www.guerlain.nl)

# Vrijgezel Egon stelt zich voor

BRUISENDE/VRIJGEZEL

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



'STA STERK IN HET LEVEN,  
MAAR VERLIES NOOIT HET  
KIND IN JEZELF'



*Jij reageert  
toch ook?*

LENGTE  
183 CM

OGEN  
BRUIN

LEEFTIJD  
28 JAAR



Om te beginnen wil ik tante Lea en ooms Marcel en Rogier bedanken dat ik in dit prachtige blad mag komen. En dat ze mij steunen in de zoektocht naar de ware liefde.

Dit sluit perfect aan bij wat ik heel belangrijk vind in het leven, namelijk familie. Gezellig samen eten, feesten en herinneringen maken. Maar natuurlijk ook elkaar steunen in mindere tijden. Ik ben op zoek naar een vrouw met een soortgelijke visie. Ik zoek een dame die sportaan maar op de juiste momenten ook serieus is. Samen leuke dingen ondernemen zoals familiebezoek of lekker samen thuis voor de buis. Qua uiterlijk heb ik geen bepaald type voor ogen. Ik hecht namelijk vooral waarde aan de persoonlijkheid en het innerlijk.

## Wie ben ik?

Ik ben Egon Ronaldo Brakké. Ik ben 28 jaar oud met een lengte van 183 cm. Ik ben zelfstandig ondernemer en run een speciaalzaak in groente en fruit. Behalve verse groente en fruit verkoop ik ook veel maaltijden en rauwkost-salades. Ik ben een Indo en deze mengelmoes zie je terug

In mijn winkel. Daar verkoop ik heerlijke ambachtelijke stamppotten en Indische maaltijden. Dus je krijgt met mij het beste van twee werelden. Naast mijn werk ga ik graag naar de fitness en sta ik achter de draaitafel op feesten en partijen. Eten en vooral Indisch eten beschouw ik ook als één van mijn hobby's. Maar ja... zoals Ricky Risolles zegt: "Je lichaam is een tempel, dus je moet veel offeren." Men beschrijft mij als een betrouwbare, zorgzame en spontane jongen die graag op stap gaat. Hier sluit ik mij volledig bij aan. Omdat ik graag voor anderen zorg, sociaal ben en geniet van het leven.

**Egon zoekt  
de liefde van  
zijn leven!**

*Kortom: van plaatjes draaien  
tot satoetjes draaien.*



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.

Inzendingen inclusief foto kunnen gemaild worden naar [egonbrakke@live.com](mailto:egonbrakke@live.com)  
Facebook: [www.facebook.com/egon.brakke](https://www.facebook.com/egon.brakke)



# Complementaire Gezondheidszorg: fysiek, emotioneel, mentaal of spiritueel



"WERK PREVENTIEF  
AAN JE GEZONDHEID"

 **Personal  
Touch**  
*Therapeut Helen Michaëlis*

Kreilerhof 41  
Nieuw-Vennep  
023-2100157

[helen@personaltouchnederland.nl](mailto:helen@personaltouchnederland.nl)

[www.personaltouchnederland.nl](http://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, voetreflex.

**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



# Bruist wenst alle lezers een bruisend nieuw jaar



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

VOOR MOBILITEIT, VOOR IEDEREEN



www.vanmossel.nl

**Van Mossel**

## Mind & Thoughts by Magda



De verandering zit in jezelf, ik help je bij het aanleren van opbouwende, positieve gewoontes.

- Persoonlijke ontwikkeling
- Positieve verandering
- Zelfrealisatie
- Zelfvertrouwen

Voor meer informatie:

**Mind & Thoughts by Magda**  
Magda Gort  
Hertog Albrechtstraat 79, Bovenkarspel  
**06-49412960**  
mind.thoughts2019@gmail.com  
www.mindthoughtsbymagda.nl

MAGDA GORT/COLUMN

## *Zelfvertrouwen moet je bouwen*

*'De verandering die jij zoekt zit altijd in jezelf'*. Een mooie quote om over na te denken. Veel van mijn klanten die verandering willen, raken ontmoedigd als de verandering niet vlug genoeg gaat. Ze denken dan 'zie je wel het lukt niet'.

Deze negatieve gedachte maakt je erg onzeker. Dit is een geconditioneerde gedachte. Heel je leven draag je overtuigingen met je mee waarvan jij denkt dat ze waar zijn. En je negatieve ego gedachte wilt je dit ook doen geloven. Je bent en wordt gedurende je leven gevormd door opvoeding, je omgeving, door normen en waarden van je ouders, school, religie, sportclub, vrienden, sociale media. Dit zijn ingesleten gedachten en overtuigingen geworden. Deze gedachten en overtuigingen zijn opgeslagen in je onderbewustzijn.

En nu je eindelijk beseft dat de overtuiging die jij hebt, omgevormd moet worden om gelukkig in het leven te staan, lukt het niet! Heb vertrouwen in jezelf. Wordt niet onzeker. Het is een proces! Zelfvertrouwen moet je bouwen. Iedere dag wordt het vertrouwen in jouw veranderingsproces sterker en sterker.

Deze krachtige affirmatie zal je helpen; **"Ik laat met niet tegenhouden door mijn onzekerheid"**.

Wil je een coaching gesprek of brainstorm gesprek; mail me, bel me of bezoek mijn website voor informatie.

*Leef, zoals je eigenlijk zou willen!* *Magda Gort*

# Griekse *aardappelstoof* met sperziebonen

Na de waarschijnlijk overvloedige decembermaand wil je deze maand graag iets makkelijkis eten. Probeer dan dit heerlijke eenpansgerecht van aardappels en sperziebonen in tomatensaus met een snuf kaneel en oregano. Snel op tafel, vegetarisch, glutenvrij en heel gezond.

3 à 4 PERSONEN - 40 MIN

## INGREDIËNTEN

500 gr sperziebonen  
600 tot 700 gr aardappel of grote krieltjes (vastkokend)  
1 rode ui  
2 tenen knoflook  
olie om in te bakken  
1/2 theelepel kaneel  
1 theelepel paprikapoeder  
snuf oregano  
500 ml tomatensaus (gezeefde tomaten)  
1/2 theelepel suiker  
snuf peper en zout  
handje walnoten  
100 gr feta  
peterselie

## BEREIDING

Verwijder de uiteinden van de sperziebonen en kook ze circa twaalf minuten in een pan met water. Snijd de aardappels in gelijke, grote stukken of gebruik grote krieltjes en kook deze ook ongeveer twaalf minuten. Laat de sperziebonen en aardappels uitlekken.

Snipper de ui en knoflook en fruit ze in een grote (wok)pan in een beetje olie. Voeg de aardappels, kaneel, paprikapoeder en oregano toe. Bak dit een paar minuutjes en voeg dan de sperziebonen en tomatensaus toe. Voeg de suiker toe en breng op smaak met peper en zout.

Laat de Griekse aardappelschotel nog circa 15 minuten zachtjes stoven. Verdeel de walnoten, feta en peterselie erover voor het serveren. Lekker met wat pitabrood.

**TIP:** dit recept is vegetarisch, maar je kunt er ook stukjes (vega)kip aan toevoegen na het bakken van de ui en knoflook. Je kunt ook de aardappels en sperziebonen niet voorkoken, maar laten garen in de saus. Houd dan een stooftijd van circa 45 minuten aan.

# PUZZELPAGINA



Januari is de maand waarin we rustig thuis genieten van de fijne dingen in het leven. Van elkaar, van een goed boek en van dit bruisende magazine. Nestel jezelf lekker op de bank en blader (online) door deze editie van Bruist en puzzel mee voor mooie prijzen.

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **8-1-6**.

## 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 nieuwjaar. De oplossing van vorige maand was **cadeau**.

Maak kans op een:

## 20% korting

op het gehele assortiment

Geldig voor 1 patiënt.



**MERELS**  
DIERENKLINIEK

Zijweg 68 Haarlem  
023 – 531 60 33

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



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

kliniek	medisch
dieren	verzorging
artsen	chirurgie
echo	pensions

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

Maak kans op een:

## Lichaamsgerichte sessie op het gebied van persoonlijke groei t.w.v € 80,-



Sandra Klein is lichaamsgericht therapeut en coach in persoonlijke groei, stress- en traumaverwerking. Zij begeleidt mensen bij het vergroten van hun innerlijke veerkracht.

**Totem**  
Bodymind  
therapie | coaching | begeleiding

Raadhuisstraat 56a Heemstede  
06-12177155  
[info@totembodymind.nl](mailto:info@totembodymind.nl)  
[www.totembodymind.nl](http://www.totembodymind.nl)

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

trauma	compassie
ontspannen	verbinden
emotie	verdiepen
gevoel	gevoel

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

# BESTE CAFETARIA 2020 IN VELSEN

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 klanten- waarderingcijfer voor ontvangen van een 9,5.

KLANTEN-  
WAARDERINGS-  
CIJFER

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](http://www.frederikversefriet.nl)

FREDERIK  
AMBACHTELIJKE FRIET