

HAARLEM HAARLEMMERMEER
EO



DECEMBER 2021 GRATIS MEENEMEN!
WWW.HAARLEMBRUIST.NL

BRUIST

Jouw huis in
kerstsfeer!

Dolf Jansen:
'Ouder publiek
terugveroveren'



Het stopt niet na de uitvaart...

Ankh Uitvaartzorg begeleidt mensen vanaf de dag van overlijden tot en met de dag van het afscheid. Daarna spreken wij minimaal nog één keer met de familie af voor het “nagesprek”. We willen weten hoe je het ervaren hebt, we willen weten hoe het met je/jullie gaat. Rouw kent geen tijd. Konden we maar zeggen: nu is het zes maanden geleden, zet de knop om en alles is anders!



Voor de één is het makkelijker dan de ander. Ankh Uitvaartzorg probeert hierin te ondersteunen en zoekt samenwerking op verschillende manieren, voor verwerking van rouw en verlies.

Wellicht heb je veel moeite met opruimen. En waar je denkt: “dat kan ik zelf wel”, kan het een hele steun zijn als je daar een zetje in krijgt, of het hele proces geholpen wordt. Maar verlies jezelf niet uit het oog. Vaak cijfer je jezelf weg, ten behoeve van bijvoorbeeld je kinderen, werkgever of vrienden. Ankh Uitvaartzorg denkt een mooie samenwerking aan te gaan met Joyce Rijkeboer van JoyVitality.

Joyce: “Als de dag van afscheid nemen voorbij is, wordt het nog stiller. De wereld draait door en voor jou is er zoveel veranderd. Je gaat op zoek naar een andere invulling van jouw leven. Met alle emoties en hobbels die op je pad komen. Daar waar de zorg van Ankh ophoudt, kan het heel fijn zijn om naar iemand toe te gaan om alle zorgen te uiten en die je op weg helpt.”

Samenwerking Ankh Uitvaartzorg en JoyVitality

“Het stelt ons gerust dat het geen open einde is als wij bij de familie zijn geweest voor het nagesprek. Joyce van JoyVitality is iemand die aanvoelt waar op dat moment behoefte aan is. Ze begeleidt je zowel fysiek als mentaal in deze nieuwe fase. Iemand een luisterend oor bieden, kan al verlichting geven”, aldus Brigitte.

JoyVitality heeft ervaring in het begeleiden van anderen op hun weg naar meer vitaliteit, veerkracht en levensvreugde. “Dit zijn zaken waar je niet direct bij stilstaat als je vervuld bent van verdriet, toch kan het goed naast elkaar. “Emoties mogen er zijn. Sterker nog, ze helpen je uiteindelijk verder”, aldus Joyce. Ook al lijken de dingen die je nu ervaart uitzichtloos, Joyce helpt als Gelukcoach en Stressmanager om het leven weer een positieve wending te geven. Dit doet zij één op één in gesprek al wandelend in de natuur of in haar praktijkruimte in Hoofddorp. Een holistische pulsing massage ondersteunt daarbij. Het nodigt uit om lichaam en geest te ontspannen, pijn en verdriet los te laten.



Joyce:
JoyVitality.nl



Brigitte:
AnkhUitvaartzorg.nl

Aarzel niet om vrijblijvend kennis te maken.

06-44622799 - Joyce Rijkeboer | 06-22893080 - Brigitte Otte | www.ankhuitvaartzorg.nl

Ankh Uitvaartzorg

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.

Wat zei ze nu?
Lachen maar en hopen
dat het geen vraag was!

Klinkt dit bekend in de oren?

Maak een afspraak voor een gratis hoortest of second opinion



Hoorbegrip
Haarlem &
Haarlemmermeer

Bernadottestraat 169 Hoofddorp
en
Generaal Cronjéstraat 123 Haarlem
023-5578090 | info@hoorbegrip.nl

www.hoorbegrip.nl



8



27



12



31



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 - Daniëlle Frishert
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Astrid Berkhout
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.**



DEZE WINTER STARTEN MET ADVERTEREN, MÉT SUPERVEEL EXTRA KORTING? Mail naar nl@nederlandbruist.nl of bel **06-19629221**

Veel mensen kijken er het hele jaar naar uit: de decembermaand. Families en vrienden komen samen om de feestdagen te vieren, er wordt genoten van dit samenzijn en dat alles meestal in een huis dat speciaal voor deze periode nog eens extra sfeer is aangekleed. Kun jij nog wel wat hulp gebruiken om ook jouw huis 'decemberproof' te maken? In deze nieuwste editie van Bruist geven we je een aantal nuttige tips.

Bruisende lezer,

Omdat er deze maand dus heel veel binnenshuis gebeurt, kunnen we ons maar al te goed voorstellen dat je ook weleens heerlijk de deur uit wilt. Een van onze aanraders (mits de restricties het toelaten): ga eens naar de oudejaarsvoorstelling van cabaretier Dolf Jansen: Het Jansen Vaccin. Dolf vertelt je er hier verderop zelf meer over.

Nog een tip voor wie er even uit wil: breng een bezoekje aan de lokale ondernemers bij jou in de buurt. Reken maar dat je daar de leukste cadeautjes voor onder de kerstboom vindt. Zij blij, jij blij... iedereen blij!

Alvast hele fijne feestdagen,
René Moes

Wist je trouwens dat wij nog meer magazines uitgeven in jouw regio? Zo hebben we ook 't Gooi Bruist en De Zaanstreek Bruist.

Inhoud

Jouw huis in *kerstsfeer!*

Sommige mensen kijken er het hele jaar naar uit: de decembermaand. Misschien niet eens zozeer vanwege de feestdagen, maar wel vanwege de sfeervolle aankleding die ze hun huis voor deze feestdagen kunnen geven. Kan jouw huis ook wel wat 'december' gebruiken? We geven je graag een paar tips.

Warm welkom Natuurlijk wil je je al meteen bij binnenkomst in de decemberse sfeer kunnen onderdompelen. Begin dan ook met decoreren bij je voordeur. Kies bijvoorbeeld voor een leuke krans aan je deur of sier je entree op met een lantaarn of kerstverlichting. Niet alleen leuk voor jezelf, ook je gasten zullen zich hierdoor meer dan welkom voelen.

De kerstboom Het ware decembergevoel creëer je natuurlijk nog steeds met een mooie kerstboom, gedecoreerd zoals jij deze het mooist vindt. Kun je hiervoor wel wat inspiratie gebruiken? Breng dan zeker eens een bezoekje aan een tuincentrum bij jou in de buurt. Reken maar dat je hier heel veel ideeën opdoet. Geen ruimte voor een grote kerstboom? Een kleintje op de vensterbank kan uiteraard ook.

Open haard Behoor jij tot de gelukkigen met een open haard in huis? Steek die dan deze maand regelmatig aan voor een instant warm en sfeervol gevoel. Geen open haard? Een gashaard, elektrische

haard of desnoods beelden van een smeulend haardvuur op je tv doen ook al wonderen.

Decoratie in huis Door wat (kleine) decoratie-elementen aan je normale interieur toe te voegen, kom je ongetwijfeld ook in de juiste sfeer. Een paar extra kaarsen, cadeautjes onder de kerstboom (desnoods puur ter decoratie), wat kerstballen en lichtjes in een vaas, veel rood, goud en groen. En het leuke is dat je hier in je eigen huis zo overdadig mee kunt zijn als je zelf maar wilt. Er is uiteindelijk maar één persoon die bepaalt wat jouw persoonlijke decembermaak is: dat ben jij zelf!

Muziek Muziek kan een sfeertje maken of breken, dus ook de decemberse sfeer. Maar ook voor muziek geldt dat smaak iets heel persoonlijks is. De een zweert deze maand bij kerstliedjes en zingt uit volle borst mee met Mariah Carey en Wham, de ander moet hier niet aan denken. Geen probleem, kies gewoon voor de muziek die jou het meest in de decembermood brengt.

Je huis de juiste sfeer geven? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

ER IS MAAR ÉÉN PERSOON
DIE BEPAALT WAT **JOUW**
PERSOONLIJKE DECEMBER-
SMAAK IS: DAT BEN JIJ ZELF!

KUN JIJ VAN AL HET SNOEPCOED AFBLIJVEN TIJDENS DE FEESTDAGEN?

Sinterklaas is weer in het land, samen met al zijn pieten en daarmee de pepernoten, taaitaai en chocoladeletters die ook om de hoek komen kijken. Voor veel mensen is dit een stressvolle periode. 'Zou het dit jaar wel lukken om van al dat snoepgoed af te blijven?' Vooral als je kinderen thuis wonen is dit moeilijk, dan ligt de snoeplade vaak vol met lekkers en is de verleiding groot om er even in te duiken en van te genieten.

Tegenwoordig liggen de schappen in oktober al vol en kun je er dan ook bijna niet omheen. Gezelligheid wordt geassocieerd met eten. In deze tijd van het jaar staat er dan ook vaak een schaalje pepernoten of een kopje chocolademelk bij visite op tafel.

Moet je dan van al dit lekkers afblijven? Nee! Jezelf verbieden dit te eten werkt namelijk averechts, maar laat je niet te veel gaan. Feestdagen betekenen niet automatisch dat je jezelf vol moet eten. Van tevoren denk je: oké ik neem één stukje chocolade en twee pepernootjes, maar zodra je hieraan hebt toegegeven is de rem er vaak al af en wordt dat één héle chocoladeletter.

Met mate wat lekkers eten is de oplossing, maar hoe pas je deze balans toe in het dagelijkse leven? Mij helpt het om goed te eten, zodat ik geen honger heb. Ik start dan 's ochtends met een maaltijdshake waarmee ik de dag goed start en hierdoor minder behoefte heb om te snoepen.

De MKBM Meal Shake is nu verkrijgbaar met gratis vetmeter!

MKBM
MYKILLERBODYMOTIVATION

Liefs, Fajah Lourens

Voor meer informatie, kijk op:

<https://mkbmshop.com/products/mkbm-meal-shake-vegan-cookies-cream>

WIL JIJ MOEITeloos EN EFFICIËNT LEREN ZWEMMEN?

Zwemcursussen voor volwassenen volgens de Shaw Methode



Meer info en online inschrijven:
www.swiminbalance.nl

swim
in
balance

“Leer in zes weken moeiteloos en efficiënt zwemmen. Extra gezond voor schouders, nek en rug!”

SCHRIJF JE NU IN VOOR:

★ individuele zwemles, slagverbetering, persoonlijke coaching ★ leren zwemmen voor volwassenen die niet kunnen zwemmen / watervrees hebben ★ basiscursus borstcrawl ★ level 2 cursus borstcrawl ★ schoolslag ★ vlinderslag

Witte Herenstraat 16E, Haarlem | 0858 771 505 | info@swiminbalance.nl | www.swiminbalance.nl

LEZERSACTIE**Maak kans op een Men care set van Mysterybox.**

Nieuw in Nederland: een box met premium verzorgingsproducten voor mannen, inclusief how-to-use informatie. Als member ontvang je iedere 2 maanden een unieke box voor € 34,95. Jij maakt met deze actie kans op de eenmalige introductiebox van

Mysterybox - Men care t.w.v. € 120.

www.mysterybox.nl

TAG #MISTERY

MISTERY BOX

MEN CARE

**DE WIJN SMAAKTEST**

Gusteau neemt je mee op ontdekkingsstocht om jouw favoriete wijn te vinden. Door middel van een korte smaaktest met duivelse dilemma's helpt de online wijngids je om je eigen smaakprofiel in kaart te brengen. Zodra de resultaten binnen zijn, zal Gusteau een wijnbox adviseren. Gusteau heeft een groot assortiment aan boxen, dus er is altijd een wijnbox die goed overeenkomt met jouw persoonlijke smaakprofiel. In de boxen zitten drie tot vijf wijntubes die elk gelijk staan aan een glas. De boxen en de adventskalender zijn ook heel leuk om cadeau te geven aan een ander of aan jezelf. www.drinkgusteau.com

**LEZERSACTIE****Maak kans op Good4fun giftcard**

Deze Good4Fun giftcard ter waarde van € 25,- is fun om te geven en krijgen! Circuit rijden, parfum, apart uitgaan en eten, unieke overnachtingen, sieraden, fashion en alle fun die er is. Online shoppen en te besteden bij fun mogelijkheden. Heel simpel, veilig en origineel. www.good4fun.nl TAG #GOOD4FUN

**HONING TANDPASTA**

De Manuka Honey Toothpaste 550+ van Manuka New Zealand is een hoogwaardige tandpasta gemaakt van 100% natuurlijke ingrediënten, waaronder rauwe Manuka honing. Naast de reinigende factor heeft de tandpasta ook een frisse muntsmaak die je de hele dag door fris laat voelen. www.manukahoning.nl



Doe mee en win

LEZERSACTIE**WIN een armband van Bockx**

Bockx armbanden Dutch, design en handgemaakt! De armbanden van Bockx zijn stoer, stijlvol en tijdloos. Het zijn echte eyecatchers van topkwaliteit. Ze zijn gemaakt van 100% natuurlijke edelstenen en Sterling zilver. Iedere armband wordt op maat gemaakt. Get beaded by Bockx. www.bockx.nl TAG #BOCKX

**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.

K

Geniet van december**RUDOLF'S RED NOSE GLUHWEIN**

Gemaakt van Spaanse druiven en winterse kruiden en likeuren en dit alles in een 'ugly' winterse trui. Dankzij het artisanale proces proef je de warmte van Spanje. De handgeselecteerde kruiden als kaneel, kruidnagel en anijs zorgen voor een uitgesproken karakter. www.jumbo.com

**VERANTWOORD BIER**

Lowlander Botanical Beers staan niet alleen bekend om hun lekkere biertjes die gebrouwen worden met Botanicals, maar ook om hun trotse lidmaatschap aan de '1% for the planet' beweging. Ze nemen verantwoordelijkheid voor hun acties. Voor elk van deze biertjes plant Lowlander zeegras in het waddengebied om zo klimaatverandering tegen te gaan. Het bier heeft een subtiele kick van citroengras, is glutenvrij en wordt ook verkocht als non-alcoholische variant. www.lowlander-beer.com

***LEZERSACTIES**

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van het magazine uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! Of stuur je gegevens o.v.v. de TAG bij de lezersactie naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.

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!*





JOSÉ KOSTER
verheldering & inzicht

Kom in je kracht!

Mijn naam is José Koster. Ik bied (relatie)coaching, ouderbegeleiding, supervisie en training. Ik ben gespecialiseerd in de psychologie van ouderschap en communicatie. Loop je rond met een vraag en wil je dat ik eens met je mee kijk? Welkom!

'Ja precies!, als zij zo boos is op mij, ben ik bang dat ze bij mij weg wil, dus om erger te voorkomen ga ik maar de deur uit. Van binnen ben ik bang om haar kwijt te raken maar ik snap nu pas dat, als ik dat niet uitspreek, zij denkt dat ik haar niet belangrijk vindt. Zij ziet alleen maar dat ik weg ga..'

Een relatie is prachtig en tegelijk een grote uitdaging. De liefde legt alles open: geen enkele relatie ontkomt hieraan. Zeker wanneer je al langer samen bent of er wellicht kinderen zijn die de ruimte voor jezelf en jullie samen onder druk zetten... Precies dan steken oude ingesleten patronen de kop op die leiden tot verwijdering en eenzaamheid. Soms lijken deze bijna niet meer te doorbreken.

Toen ze hem dit hoorde uitspreken kon ze hem opeens weer helemaal zien. Opeens voelde ze weer hoe graag ze hem ziet, en hoe ook zij bang is om hem te verliezen. 'Ik wist niet dat ik zo belangrijk ben voor jou. Hoe minder ik dat voel, hoe bozer ik wordt'

Emotionally Focused relatie Therapie (EFT) helpt je begrijpen wanneer je elkaar kwijtraakt en hoe de misverstanden ontstaan. Dan kan de liefde weer gaan stromen en kun je weer voelen waarom je ooit zo graag samen wilden zijn.

Tip

Deel met je partner hoe belangrijk hij/zij voor je is!



06-4101400 | contact@josekoster.nl | www.josekoster.nl

Vroeger werd **de schoen** gezet in kerken en de opbrengst werd aan de armen gegeven. **St. Nicholas** liet een zak met goud door een schoorsteen vallen. De zak viel in **een schoen** die toevallig bij de open haard aan het drogen was. Op 14 december is het **foute kersttruiendag!**

In Canada heeft de **Kerstman** zijn eigen postcode, namelijk HOH OHO. De **kerstkalkoen** verscheen voor het eerst bij Engelse diners **in de 16e eeuw.**

Coca Cola is verantwoordelijk voor het uiterlijk van de **Kerstman** zoals wij hem nu kennen. In november en december geven we het meest aan goede doelen.

HET ENNEAGRAM

Het Enneagram helpt je om op een diepere laag bewust te worden van wie je bent, wat je drijfveren zijn en hoe je jezelf gedraagt.
Dit keer behandelen we de drie types die primair denkers zijn.

BEN JIJ EEN ECHE DENKER, EEN SPECIALIST, OF EEN VISIONAIR?

BINNEN HET ENNEAGRAM HEB JE DRIE TYPES DIE GERICHT ZIJN OP DENKEN.

Type 5 de Stille Specialist

Type 5 is de stille specialist en wordt gemotiveerd doordat ze de wereld wil begrijpen. Het wereldbeeld van Enneagram type 5 is dat ze hun schaarse middelen moeten beschermen van de wereld, zodat ze zich kunnen focussen op het opbouwen van kennis en het begrijpen van de wereld. Ze bewaken hun grenzen stevig en zorgen ervoor dat ze niet achterlijk of dom overkomen.

Type 6 de Loyale Scepticus

Type 6 is de Loyale Scepticus en wordt gemotiveerd doordat ze veilig wil zijn en erbij wil horen. Het wereldbeeld van Enneagram type 6 is dat dat de wereld een onveilige plek is vol met dreiging. Daardoor zijn ze constant alert en op de uitkijk voor mogelijke dreigingen.

Type 7 de Enthousiaste Visionair

Type 7 is de Enthousiaste Visionair en wordt gemotiveerd doordat ze het leven volledig wil ervaren en de pijn wil vermijden. Het wereldbeeld van Enneagram type 7 is dat de toekomst vol zit met opwindende mogelijkheden en dat zij met hun visie de wereld een nog aangamere plek kunnen maken.

Kijk voor de video's van deze en de overige zes types op onze website: www.wenhcoaching.nl



**GA DE DIEPTE IN
MET HET ENNEAGRAM**





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

Registreer je dan via
theater.nl/bruist en
wie weet ben jij één
van de gelukkigen!

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 mooie 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!



Theater.nl is hét platform voor theaterliefhebbers. Wij brengen het theatergevoel rechtstreeks bij jou thuis.



Houd de website en onze socials in de gaten!

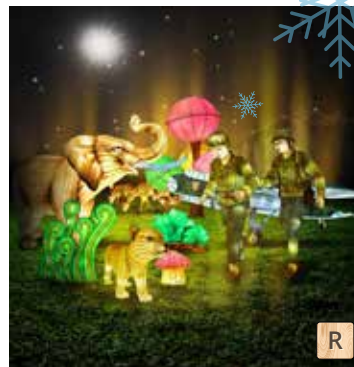
Leer Italiaans met AltraItalia!

www.altraitalia.nl

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



DAGJE UIT TWENTE LIGHT



R

"Nog één verhaaltje dan?", vraagt Sara (9) aan haar opa. "Een heel bijzonder verhaal", knikt opa, en hij begint te vertellen over de bevrijding van Nederland in de Tweede Wereldoorlog. Sara is geraakt door opa's verhaal en droomt die nacht realistischer dan ooit. De hele wereld is magisch verlicht. Ze ziet de militairen waar opa over vertelde, maar ook allemaal wilde dieren, bloemen en wolken. Nog nooit was de wereld zo mooi. In die wereld neemt Sara je deze winter mee op Vliegveld Twente, waar honderden lichtobjecten van 2 december tot en met 27 februari het verhaal van de vrijheid vertellen.

Meer info: www.twentelight.nl

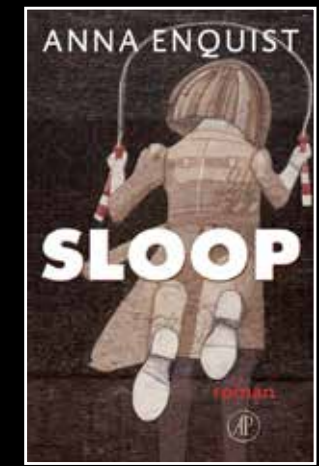
FILMPJE KIJKEN SOOF 3

Eindelijk heeft Soof haar leven lekker op de rit. Ze is gelukkig, de Kooksoof loopt prima en de kinderen zijn groot en klaar om uit te vliegen. Soof houdt als vanouds alle ballen in de lucht, voor iedereen. Op het moment dat ze slecht nieuws krijgt, komt dochter Sacha thuis en stelt haar verloofde voor. Soof grijpt het huwelijk van haar dochter met twee handen aan om haar kop in het zand te steken. Soof moet leren zelf ook eens hulp toe te laten, dat haar familie van haar houdt en dat ze die hulp waard is. **SOOF 3 is vanaf 9 december te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN ANNA ENQUIST



Componiste Alice Augustus heeft van het Koninklijk Symfonie Orkest de opdracht gekregen om een stuk voor een groot orkest te componeren ter gelegenheid van het aanstaande jubileum. Ze verkeert op het toppunt van haar kunnen en haar artistieke ambities drijven haar tot misschien wel een magnum opus. Ze wordt beschouwd als een belangrijk componist, maar vrijwel niemand weet dat ze onder pseudoniem haar geld verdient met het schrijven van platvloerse reclamedeuntjes. Wat ook niet helpt: het meezeulen van een moeilijke jeugd en een woelig liefdesverleden. En ondertussen tikt en dwingt de tijd. Alice is bijna veertig en heeft een knellende kinderwens. **SLOOP van Anna Enquist is vanaf 14 december verkrijgbaar.**

Mindfulness verdiepen met heartfulness

December, een maand van geven en ontvangen

Sinterklaas en mijn verjaardag kregen ieder een deel van de dag. Cadeautjes bij het ontbijt, na school een stukje taart en rond het eten liep de spanning op of we sinterklaas op zijn paard door de straat zouden zien. Éen keer wist ik zéker dat ik de staart van het paard nog net in de steeg zag verdwijnen. Mijn oudere broers kwamen niet meer bij.... herinneringen aan een kerstboom met echte kaarsjes.

Hoe beleef jij deze dagen, nu eind 2021?

Voor sommigen van ons kunnen deze dagen ingewikkeld zijn. Misschien is er een conflict, gemis aan contact, maak je je zorgen....



Je ontwikkelt een vermogen om met wijsheid en liefde betrokken te zijn bij moeilijke en stressvolle ervaringen, van onszelf en van anderen.

Vind veerkracht, verbinding, warmte en een fijne zelfzorg!

Met onderstaande trainingen in de mooie ruimte van praktijk Van Kind tot Ouder op het prachtige landgoed van Elswout (vlakbij Haarlem).

Compassietraining MBCL - Elswout, Overveen 2021

Start woensdagochtend 1 december 10.00 - 12.30 uur

Mindful Zelfcompassie training - Elswout, Overveen 2022

3x een hele zondag, 1x een hele zaterdag
6 maart, 27 maart, 24 april, 21 mei

Jaar-groep "Compassie in je dagelijkse leven" - Elswout,

Overveen 2022 Meditatie, inspiratie, uitwisseling en toepassing

10x een zondagmiddag. Start zondag 20 maart

Mail of bel gerust voor meer informatie!



Levenservaringen en nieuwsgierigheid brachten mij bewustwording en inzichten, bij verschillende tradities. Onder de naam 'De kracht van Compassie' geef ik met veel genoegen Compassie-trainingen in Alkmaar en Overveen.

Het is een rijkdom mensen hierin te ontmoeten.



de kracht van
COMPASSIE

BLIJLES

opnieuw
UITGEVONDEN

Heeft uw kind moeite met een schoolvak? Kan die wel wat extra hulp gebruiken? Wij bieden bijlessen aan die leerlingen vakinhoudelijk kan helpen en ondersteunen in deze moeilijke periode.

De laatste paar maanden van het schooljaar en eventuele eindexamens kunnen doorgaans voor veel stress zorgen onder leerlingen. Wij kunnen een deel van die zorgen op ons nemen en ook werken aan het vertrouwen in eigen kunnen.

Juist in deze tijd kan bijles van een van onze bijlesdocenten dé oplossing zijn als het even niet lekker loopt met school. Voor meer informatie kun u terecht op onze website: www.blijlesbollenstreek.com.

Goed onderwijs moet voor iedere leerling toegankelijk zijn. Dat is de overtuiging van Max Uphoff en Jesper van Loon, eigenaren van BLIJLES Bollenstreek. Vandaar dat deze twee enthousiaste jonge ondernemers met hun onderwijsplatform jongeren de juiste ondersteuning bieden voor een betaalbare en eerlijke prijs.



BLIJ
LES

BLIJLES Bollenstreek
06-48768577 / 06-18976102
www.blijlesbollenstreek.com

Schitteren tijdens *de feestdagen*

BEAUTY/LATIP

Yes! De feestdagen komen er weer aan. Alle reden dus om deze maand eens flink uit te pakken met make-up en voor een echte feestlook te gaan. Met deze tips zie jij er sowieso stralend uit tijdens het kerstdiner of nieuwjaarsfeest.

EEN GOEDE BASIS

Zorg eerst dat je de huid goed reinigt. Breng vervolgens een mooie foundation aan. Hierna zijn de poeders aan de beurt. Maak voor een perfecte teint gebruik van rouge, bronzer en highlights. Nu er een mooie basis gelegd is, kan het echte werk beginnen!

EEN ONWEERSTAANBARE OOGOPSLAG

De feestdagen zijn hét moment om te gaan voor glitter en glamour. Ga bijvoorbeeld eens voor een opvallende glanzende oogschaduw. Gebruik voor een liftend effect twee tinten oogschaduw. De donkerste kleur komt aan de buitenkant van je ogen en op de arcadeboog. Gebruik de lichtere kleur aan de binnenkant van je oog en onder de wenkbrauwen.

WIMPERS EN WENKBRAUWEN

Gebruik altijd een kwalitatieve mascara die niet brokkelt. Of laat nepwimpers plaatsen, voor een nóg feestelijkere look. Besteed ook de nodige aandacht aan de wenkbrauwen, want deze bepalen de uitdrukking van je gezicht. Borstel ze in model en zet ze aan met een wenkbrauwpotlood.

TIP! La Tip is ook te boeken voor make-up voor een speciale gelegenheid, beauty-arrangement voor bv. een vrijgezellendag, workshops, bruidsvisagie en business make-up. Neem contact op voor persoonlijk advies.



Makeup, hair en Styling: Muah Latip
Model: Jara Sjak-Shie
Assistent Styling: Ira Beeli de Belfort
Fotografie: Nico Garstman



La Tip | 06-39474707
latip@latip.eu | www.latip.eu



Xenia Design winterjas

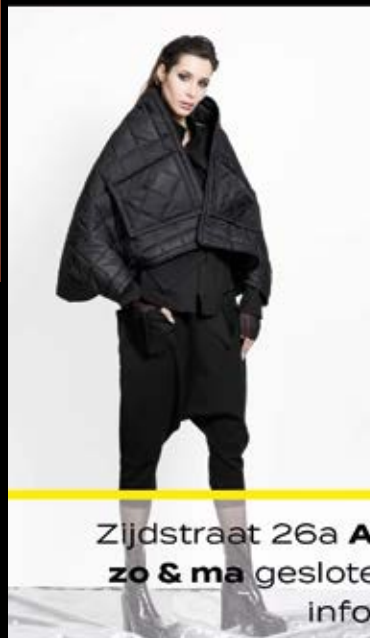
Geniet van het dragen van verschillende winterjassen, zonder dat het leidt tot meer consumeren. Dat is het voordeel van het huren van een winterjas bij diEMode.

Designer winterjas

Mensen op een andere en duurzame manier met kleding laten kennismaken, dat is een nieuw concept van diEMode. Het is daarom mogelijk om een prachtige winterjas van Xenia Design voor minimaal 4 weken te huren. Een echte win-win situatie, huur uw winterjas bij diEMode!

Vanaf € 1,50 per dag

Er hoeft geen fikse investering gedaan te worden voor de aanschaf van een winterjas, u kunt het gehele seizoen verschillende winterjassen dragen en het is goed voor onze planeet. Bent u geïnteresseerd in dit nieuwe concept? Loop dan eens bij ons binnen, of bel met 0297-313 000 / 06-23 65 94 63. Een mail naar info@diemode.nl is uiteraard ook mogelijk!



Be
you
tiful!
diEMode
have 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



B

Dolf Jansen:

‘Het oudere publiek blijft nog weg. Dat moeten we terugveroveren’

Cabaretier Dolf Jansen besluit ook dit jaar met een gloednieuwe oudejaarsvoorstelling: Het Jansen Vaccin. Hoewel zijn zalen weer bijna vol zitten, ziet Dolf dat er nog steeds een belangrijke groep mist. “Verspreid door mijn zalen zag ik voorheen altijd oudere echtparen, maar dat is nu veel minder.”

“Tot mijn vreugde heb ik een heel gemêleerd publiek. Jonge stellen, gezinnen met kinderen en het oudere publiek van 60, 70 en 80 jaar. Ik heb heel veel lol in het feit dat er tussen de scholieren en studenten ook zeventigers en tachtigers zitten die net zo hard meegaan op wat ik ze voorschotel. Voor mij is die breedte in het publiek heel belangrijk”, vertelt Dolf.

De comedian merkt dat sinds de coronapandemie zijn publieksamenstelling wel is veranderd. “Het oudere publiek blijft nog weg. Dat moeten we terugveroveren”, legt hij uit.

Terug in het theater

Dolf voelt dat er bij het publiek veel meer beleving is dan voor de coronacrisis. “Ik benoem dat bewust in die eerste minuten: ‘Lieve mensen, we zijn terug in het theater’. Dat levert altijd

gejuich op. Er is vreugde dat het weer kan en mag”, vertelt hij. De toeschouwers zijn blij, maar de theaters leven nog steeds in onzekere tijden. “Nu is het belangrijk om de zalen weer te vullen en overeind te houden. En mensen die twijfelen duidelijk te maken dat ze veilig kunnen komen.”

Meer empathie en medemenselijkheid

Tot slot hoopt de cabaretier dat iedereen zijn ‘Jansen Vaccin’ wil nemen. “Als dat bij je in de arm wordt gezet, dan loop je met meer empathie en medemenselijkheid naar buiten”, besluit hij.

Dolf trekt tot eind 2021 met zijn programma Het Jansen Vaccin door het land. Kijk op theater.nl voor de speellijst.

Theater.nl
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming. [Ga naar theater.nl/buist](https://theater.nl/buist)

VAN MOSSEL ZEKERHEID #1:

MET 6000+ OCCASIONS ALTIJD WAT U ZOEKT!



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

Van Mossel OCCASIONS

Het is weer herfst!



Geertruid van Wassenaer

Dat is u de afgelopen periode vast niet ontgaan. In het hele land neemt het stormachtige weer toe. Bij harde wind kunnen ongelukken gebeuren, bijvoorbeeld door omwaaierende bomen en takken. Daardoor kan behoorlijk letsel ontstaan. Dat roept de vraag op of iemand voor de daaruit voortvloeiende schade aansprakelijk kan worden gesteld. Het antwoord daarop is niet altijd eenduidig.

Bomen die zich op de openbare weg bevinden zijn in principe eigendom van gemeente of provincie. Een slachtoffer van een omgewaaide boom zal zich dus voor het verhalen van zijn of haar schade in eerste instantie tot deze instanties moeten richten. Voor de gevolgen van het omvallen van een boom of het afbreken van een tak daarvan, is degene die de boom onder zijn toezicht heeft alleen aansprakelijk als de aan de boom te besteden zorg onvoldoende is geweest en de toezichthouder daarvan een verwijt kan worden gemaakt. Er moet sprake zijn van onrechtmatigheid. Bijvoorbeeld dat een boom niet tijdig is gecontroleerd, of dat er een advies was om de boom te kappen of te snoeien.

Als de gemeente niet aan de zorgplicht voldoet en een boom valt om waardoor schade ontstaat, kan de gemeente daarvoor (dus) aansprakelijk zijn.

Mocht u het ongeluk hebben tijdens een heerlijke herfstwandeling slachtoffer te worden van bijvoorbeeld een vallende tak, neem dan vrijblijvend contact op met ons kantoor.

VOOR EEN STRALEND WITTE *lach*



Wit, witter, witst

Of u nou voor een natuurlijk resultaat of een extra wit gebit gaat. Het is allemaal mogelijk!

Online afspraak maken

U kunt direct via onze website een afspraak maken op het moment dat voor u het best uitkomt.



MIJN TANDENBLEKER
HAARLEM

Generaal Cronjéstraat 53, Haarlem | 06-48469230 | www.mijntandenblekerhaarlem.nl

Prins Heerlijk

Naschoolse opvang met dieren. Jouw warme tweede thuis. Bij Prins Heerlijk gaan we niet alleen maar sporten of spelletjes doen. Nee, wij gaan zoveel verschillende dingen doen, zodat jij jouw talenten kunt ontdekken.

Voor onze online Talent ontwikkeling en de 21ste eeuw skills hebben wij skillscollector opgericht.

Waarom Skillscollector? In deze eeuw hebben we met veel veranderingen en uitdagingen te maken. Hiervoor hebben we nieuwe Skills nodig! De 21ste eeuw skills. Wij gaan deze uitleggen, verzamelen en hier online beschikbaar maken, zodat uw kind kan leren wat nu belangrijk is!

Je vindt ons hier:
www.skillscollector.nl



UIT BOEKEN LEREN
IS ZO NIET 2021 !!

Geef voor een toekomst waarin we nierziekten kunnen genezen.

nierstichting.nl



NIERSTICHTING

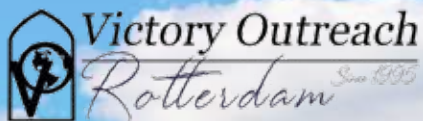
Je nieren zijn je leven.

JONGE
HELDEN
NIERSTICHTING



Your gift FOR A X-MAS MOMENT

Wat hebben we een veelbewogen jaar achter de rug. Een jaar waarin de gevolgen van COVID-19 nog steeds voelbaar zijn. Veel gezinnen zijn getroffen door werkloosheid en leven in een onzekere periode. Dit raakt met name de kinderen uit deze gezinnen. Niet alle ouders zijn in staat om cadeautjes te kopen en hun kinderen een onbezorgd kerstfeest te geven.



Ook de dak- en thuislozen hebben het zwaar doordat ze in de maand december extra getroffen worden door eenzaamheid. De afgelopen 26 jaar heeft Victory Outreach Rotterdam tijdens het Kerstfeest altijd succesvol uitgereikt naar de daklozen en minderbedeelden. Vorig jaar hebben we zelfs meer dan 1.000 mensen mogen trakteren op een heerlijke uitgebreide afhaalmaaltijd met daarin ook een boodschap van Jezus:

Er is hoop!

A X-mas Moment: 1.500 pakketten!

Ook dit jaar willen we kerstmaaltijden uitdelen. Op vrijdag 17 december voorzien we van 16.00 tot 20.00 uur maar liefst 1.500 mensen van een Kerstafhaalmaaltijd en een goedgevuld kerstpakket. Kinderen tot 12 jaar mogen zaterdag 18 december genieten van een middag met volop spel, eten, drinken en cadeautjes.

Hoe helpt u mee?

1. Ondersteun ons financieel: 1.500 maaltijden en pakketten uitdelen is een kostbare onderneming. Elke gift telt! U kunt uw bijdrage overmaken naar NL53 RABO 0159 039 525 t.n.v. Victory Outreach Rotterdam o.v.v. Gift Kerst 2021. Of geef gemakkelijk via onze website www.vorotterdam.nl/geven.
2. Ondersteun ons materieel: er is een lijst beschikbaar van de spullen die we nog nodig hebben om deze twee dagen tot een succes te maken.
3. Word vrijwilliger: we hebben extra handen nodig om deze dagen succesvol te laten verlopen. Registreer u via backoffice@vorotterdam.nl. Let op: dit jaar kunt u alleen als vrijwilliger meehelpen als u van tevoren geregistreerd bent en de briefing heeft bijgewoond.

Heeft u vragen?

Neem dan contact met ons op.

We zijn bereikbaar via telefoonnummer 06-840 48 962 of 06-471 61 481 en via e-mail backoffice@vorotterdam.nl.

Namens ons, de vele daklozen, minderbedeelden en de kinderen die we gaan bereiken: hartelijk dank voor uw hulp!

Met vriendelijke groet,

Jerry en Xannelou Mendeszoon en het leiderschapsteam

N.B. Victory Outreach Rotterdam is een ANBI.

Uw financiële gift is onder voorwaarden fiscaal aftrekbaar.

Draagt u ook uw steentje bij aan Gift Kerst 2021? Scan de QR code.



Varkenshaas met aardappelen uit de oven

Varkenshaas is ongetwijfeld een van de populairste stukjes vlees. En terecht: varkenshaas is superlekker, maar je moet wel weten hoe je het goed klaarmaakt. Volg dit recept en je zet vrij eenvoudig een feestelijk kerstdiner op tafel.

2 PERSONEN - 25 MIN.

INGREDIËNTEN BEREIDING

400 g krielaardappelen
2 el olijfolie
2 takjes tijm
peper en zout
10 g salie
300 g varkenshaasje
½ runderbouillonblokje
2 el boter
1 el mosterd
1 el bloem

Verwarm de oven voor op 200 °C. Halveer de krielaardappelen. Bedek een bakplaat met bakpapier en schik hierop de krielaardappelen. Besprenkel met de olijfolie en leg er de takjes tijm bij. Breng op smaak met peper en zout. Zet 12 minuten in de voorverwarmde oven.

Hak de salie fijn. Kruid de varkenshaas met peper en zout. Smelt de boter in een pan en voeg de varkenshaasje. Bak het vlees rondom. Haal de bakplaat met de aardappelen uit de oven, leg de varkenshaas erbij. Zet opnieuw 10 minuten in de oven.

Neem de pan waarin je het vlees gebakken hebt en zet deze opnieuw op het vuur. Strooi er bloem bij en meng goed. Voeg per persoon 100 milliliter water en de mosterd toe. Verkruiemel er de aangegeven hoeveelheid runderbouillon bij. Voeg de salie toe. Meng alles goed door elkaar en laat kort inkoken. Breng de vleessaus op smaak met peper en zout.

Haal het vlees en de aardappelen uit de oven. Snijd de varkenshaas in plakjes. Schep de aardappelen op borden en schik er de plakjes varkenshaas bij. Schenk er vleesjus over en serveer.

Smakelijk eten, fijne feestdagen en een goed begin van het nieuwe jaar.

PUZZELPAGINA

In de donkere decembermaand is het extra gezellig om thuis te genieten. Haal een boom in huis en leg er voor iedereen een cadeautje onder. En dan lekker op de bank (online) bladeren door deze feestelijke editie van Bruist en puzzelen voor mooie prijzen.

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	3	6	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	5	<input type="text"/>	8	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
9	3	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	1	4	<input type="text"/>	<input type="text"/>
2	9	1	4	8	3	6	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
8	4	5	2	3	7	1	<input type="text"/>	<input type="text"/>
1	8	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	6	2	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	6	<input type="text"/>	7	<input type="text"/>	5	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	8	9	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

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

Zoek de zes letters in 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 kerst. De oplossing van vorige maand was **vredig**.

Maak kans op Musk Extreme parfum

Musk Extreme eau de parfum 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 onder andere muskmoleculen, bergamot, vanille, rozen en civet. Voor dames en heren.

www.perrismontecarlo.com



100 ml
t.w.v.
€145,-

☀-z+🎮c=t📖-bo

📖-ur+z+🔍-i

🌹-os+🔍e=z💰-ld

📖d=g v+👂 j+🐄s=u

Wil jij kans maken op deze leuke prijs? Los de rebus op en vul voor 1 januari de oplossing in op onze site: www.haarlembruist.nl

Maak kans op een SodaStream bruiswater toestel

Maak in slechts enkele seconden van gewoon kraanwater heerlijk bruiswater.

sodastream



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

prik
bubbels
water
apparaat
drinken
smaakje
kerst
soda

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 januari de oplossing in op onze site: www.haarlembruist.nl

— NU BIJ SKINWORLD —

Meest snelle ontharing met Soprano ICE laser

De Soprano ICE laser is de minst pijnlijke, meest snelle en veiligste Diode laser, die gedurende het hele jaar gebruikt kan worden. De SHR-techniek (Super Hair Removal) maakt het ontharen nagenoeg pijnloos en bovendien geschikt voor alle huidtypes en haartypes. Gemiddeld heeft u 6 tot 8 behandelingen nodig voor optimale ontharing. Het exacte aantal behandelingen is afhankelijk van het te behandelen gebied en de kleur en dikte van de haren.

De uniek gekoelde kop van deze laser helpt de huid nog eens extra te beschermen door de huid te koelen tijdens het vrijkomen van de laserenergie. De laser is geschikt om het hele jaar door te behandelen, ook in de zomer.

- 100% Pijnloos
- Effectiever dan IPL
Wetenschappelijk bewezen.
- Gekoelde kop
Voor extra bescherming van de huid
- Meest veilige laserapparaat
Geen kans op verbrandingen
- Geschikt voor alle huidtypes
- Geschikt voor alle haarkleuren
- Ook zorgeloos laseren in de zomer
- Geen hersteltijd
U kunt direct uw normale activiteiten oppakken
- Snelle behandelingstijd
t.o.v. andere ontharingstechnieken

MEGA ACTIE

3 zones normaal €2640,-

nu slechts **€1750,-**

*geldig in december 2021

Vergoeding

Bij een aanvullende zorgverzekering wordt laserontharing (grotendeels) vergoed door uw zorgverzekeraar. Informeer bij uw zorgverzekeraar welke rechten op vergoeding u heeft en raadpleeg de polisvoorwaarden van uw zorgverzekeraar.

