

BRUIST



Hoe houd je de *passie*
in je *relatie*?

Kasper van Kooten:

'We delen alleen nog
maar om te krijgen!'

Impressie **Haarlem**



**Wil je kans
maken om jouw foto
in Haarlem Bruist
terug te zien?**
Stuur deze dan naar
ontwerp@nederlandbruist.nl
o.v.v. Foto Haarlem

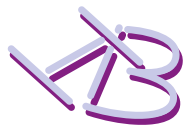
Waarom naar Hoorbegrip?

- 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

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

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



10

COLOFON



31

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
CUSTOMER CARE Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Daniëlle Frishert
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Anouk Jacobs

f Like ons op Facebook.com/haarlembruist



26

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2022. 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.**



12



28



23

Zeg eens eerlijk, hoeveel van jouw goede voornemens zijn er al gesneuveld? Een groot deel? Of zelfs allemaal al? Dat is niets om je voor te schamen, want uit onderzoek blijkt dat 25 procent van de goede voornemens al faalt binnen twee weken en dat op de lange termijn nog geen tien procent van de mensen hun goede voornemens weet vol te houden. Je bent dus niet de enige!

Bruisende lezer,

Ook wij hebben al heel wat van onze goede voornemens laten varen. Maar in eentje gaan we zeker weer slagen: jou elke maand voorzien van een mooi magazine vol inspirerende verhalen van bruisende ondernemers. En meer natuurlijk... Zo lees je in deze nieuwste editie van Bruist onder andere meer over hoe je passie in jouw relatie houdt, óók op de lange termijn. Daarnaast vertelt Kasper van Kooten je meer over één van zijn passies, het theater, en hoe hij daar in zijn nieuwste voorstelling in de huid van politicus Hugo de Jonge kruipt. Benieuwd naar de rest? Blader dan snel verder en ontdek zelf of wij ons goede voornemen inderdaad waarmaken.

Vier het leven en vier de liefde!
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

Breng de *passie* terug!

Valentijn is natuurlijk vooral een dag voor nieuwe liefdes. Elkaar een anoniem kaartje sturen in de hoop dat er iets uit voortkomt. Maar juist als je al langer bij elkaar bent, is het vieren van de liefde voor elkaar iets wat je in ere moet houden. Op Valentijnsdag, maar eigenlijk iedere dag. Hoe houd je die passie in je relatie?

DE GROOTSTE VIJAND VAN PASSIE IS GEMAKZUCHT.

Je vindt het steeds vanzelfsprekender dat de ander er is en neemt elkaar voor lief. Wat je eerst bijzonder vond aan de ander, zie je misschien niet eens meer. Zie elkaar weer staan. Probeer je bewust te zijn van de ander en de dingen die hij of zij doet. Geef een extra lange zoen als je elkaar weer ziet na een lange werkdag. Bedank voor het heerlijke eten dat hij of zij gekookt heeft. Geef elkaar complimenten. Zorg dat deze kleine momenten van aandacht extra belangrijk blijven en niet wegvallen na verloop van tijd.

WANEER JE RELATIE NIET LEKKER LOOPT, DENK JE AAN DE DINGEN DIE JE PARTNER VERKEERD DOET.

Vaak verwijt je elkaar van alles, zonder te kijken naar wat je zelf misschien verkeerd doet. De passie is dan ver te zoeken. Kijk eens kritisch naar je eigen gedrag in de

relatie. Ben je wel liefdevol genoeg? Luister je wel naar je partner? Het mooie is dat het veel makkelijker is om je eigen gedrag te veranderen, dan dat van een ander. Stop met het maken van verwijten en ga zelf aan de slag. Doe moeite voor je partner en je zult zien dat er een wisselwerking op gang komt.

ALS JE LANG SAMEN BENT, KAN DE SLEUR IN JE RELATIE SLUIPEN.

De ene dag lijkt op de andere dag, je weet al wat je partner gaat zeggen voor hij of zij het zegt. Niets is meer verrassend of nieuw en die sleur is dodelijk voor passie. Het is goed voor je relatie om samen iets spannends te beleven. Dat hoeft heus niet meteen een cursus afbeilen te zijn. Zorg voor kleine verrassingen. Dat hoeven echt geen dure cadeaus te zijn. Schrijf een lief briefje of geef de ander een schoudermassage na een drukke dag. Doe de dingen eens anders dan verwacht.

Ook op zoek naar de passie? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

WAARDEER
ELKAAR ELKE
DAG WEER!

D

LEZERSACTIE *

Maak kans op DryShampoo van That'so

Moet je haar gewassen worden, maar ontbreekt het je aan de tijd? De Perfect Hair Dry Shampoo van That'so biedt uitkomst! Deze shampoo reinigt het haar zonder dat er water aan te pas komt. De formule is verrijkt met groene thee, wat het haar verfrist en zuivert.



www.thatso.nl TAG #DRYSHAMPOO



MANUKA SNAPPAKS

De handige, kleine Snappaks zijn met 5 gram Manuka honing ideaal om voor, tijdens of na het sporten een energieboost te geven en om te hydrateren. In de afgelopen jaren is Manuka honing veelvuldig onderzocht op haar unieke wetenschappelijk onderbouwde kwaliteiten door vele wetenschappers wereldwijd. De Manuka honing zorgt ervoor dat water sneller wordt opgenomen in het lichaam. www.manukanewzealand.eu/nl

LIBBEY'S VALENTINE

Verwacht je voor Valentijn een date of geef je een romantisch etentje thuis? Een mooi gedekte tafel maakt écht het verschil. Schitterende glazen zijn daarbij natuurlijk onmisbaar. Goed nieuws: al het mooie glaswerk van LIBBEY kan je supersnel in huis halen dankzij een eigen webshop, rechtstreeks bij de glasproducent. Daarmee geef je iedere gelegenheid een feestelijk tintje. Want ook als je geen gasten op bezoek krijgt, kun je genieten van het mooie design en hoogwaardige glaswerk. www.libbey.eu



LOWLANDER LOVE ALE (5%)

De flirterige Love Ale van Lowlander is gebrouwen met de natuurlijke afrodisiaca aardbei, geurige roos en damiana, met haar dromerige, gelukzalige werking. Het resulteert in een onweerstaanbaar flirterig en fruitig bier met een bloemige afdronk. www.lowlander-beer.com



Vier de liefde!



BRUIST Deals

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

I-DID - LINDA SHOPPER

I-did maakt designproducten van textielafval en zorgt voor sociale inclusie door middel van werk. Gebruikt textiel krijgt bij i-did een tweede leven, zoals bij de veelzijdige Linda shopper. Een handige, ruime tas voor elke dag. Bij elk product in de webshop wordt ook inzichtelijk gemaakt hoeveel water is bespaard doordat de levensduur van het materiaal een stuk langer is geworden. shop.i-did.nl



UNION E-LANE

Maak kennis met de nieuwste e-bike van het oer-Hollandse merk Union: de E-Lane. Iedereen kan op pad met deze bijzondere fiets, waaraan je meteen ziet dat elektrische fietsen helemaal niet saai zijn. De E-Lane ziet eruit als een stadsfiets en de accu is onopvallend in het frame weggewerkt. www.union.nl



LEZERSACTIE * Self Tan 125ml van That'so t.w.v. € 27,-

De vegan self tan spray van That'so is ongekend goed en geeft direct een prachtige egale en echt bruine kleur die zich 2-3 uur na het aanbrengen doorontwikkelt. Geen vlekken, geen oranje/gele kleur of zwarte puntjes in je poriën. Ook verzorgt en hydrateert dit product je huid door toevoeging van onder andere aloë vera. Het perfecte product voor een verantwoorde bruine tint.



www.thatso.nl TAG #SELF TAN

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

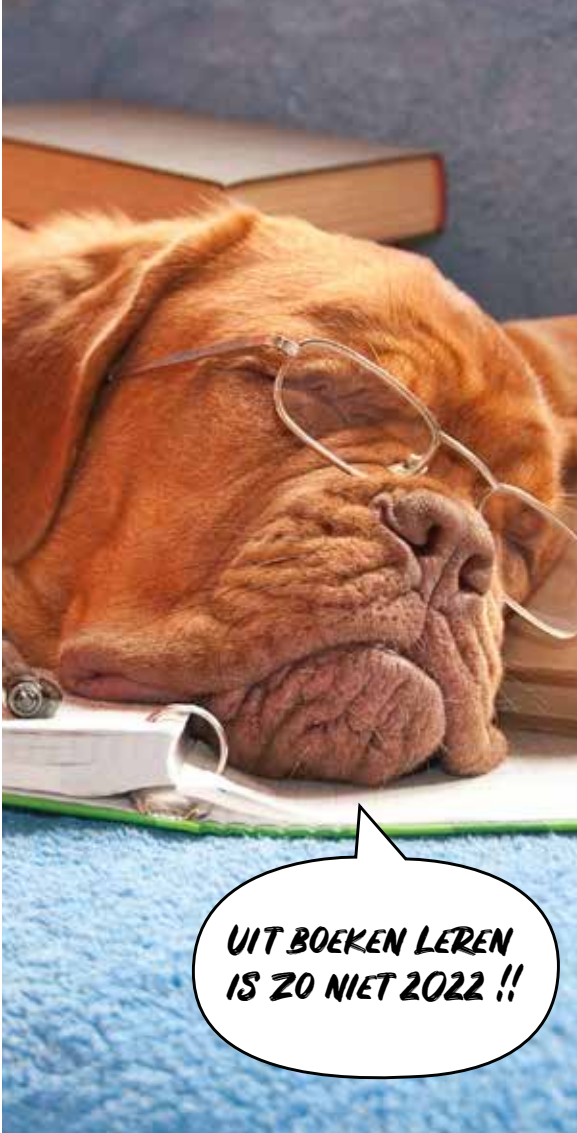
Prins Heerlijk

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 2022 !!

VAN MOSSEL ZEKERHEID #1:

MET 6000+ OCCASIONS ALTIJD WAT U ZOEKT!



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

Van Mossel OCCASIONS

Uitvaartverzekeringen



Waarschijnlijk niet het meest populaire onderwerp, maar wel heel belangrijk. Wij vragen ons al langer af waarom een uitvaart niet in de basisverzekering zit van onze ziektekostenverzekering... Het is één ding wat we allemaal gemeen hebben: we gaan allemaal dood!

Dat klinkt natuurlijk niet leuk, maar het is de realiteit. Als we ermee te maken krijgen, zijn er ook kosten en die kosten kunnen hoog oplopen.

Vaak wordt gezegd: Ik hoef niet veel, doe maar zo goedkoop mogelijk! Dat kan, maar ook dat brengt kosten met zich mee. Heb je er wel eens over nagedacht hoe een afscheid moet zijn voor de nabestaanden.....? Een goed afscheid is het begin van een rouwperiode.

Goed hoeft niet duur te zijn. Ieder mens is anders en ieder mens verdient ook een waardig en mooi afscheid.

Vaak kom ik bij mensen die zeggen: Ik ben bij maatschappij X verzekerd, dus daar moet ik heen. Dat is onzin! Je hebt **altijd** de mogelijkheid om te kiezen wie je als

uitvaartondernemer wilt. Echter is het wel wijs van tevoren je verzekering te checken, want soms staat in de kleine letters: als je naar een andere onderneming gaat krijg je minder uitgekeerd...

Maar let op! Het hoeft niet altijd goedkoper te zijn bij deze maatschappij X, want vaak krijg je nog met kosten te maken onder de noemer 'prijscorrecties'!

Belachelijk! Maar helaas waar. Maar dan is het nog aan jou wie en wat jij wilt.

Wil je meer weten? Wij kunnen je helpen uitzoeken wat in ieder geval het voordeligst is. Aan jou de keuze wie je gaat begeleiden.

Als je een verzekering wilt afsluiten, is misschien een kapitaalverzekering met vrije keuze een goede optie!

...omdat ieder mens anders is.

Ankh Uitvaartzorg

Mannen denken nog altijd dat een openingszin werkt. **Mensen die tevreden** zijn in een relatie leven gemiddeld vier jaar langer dan een vrijgezel. **31%** van de **VROUWEN** doet research op internet om gegevens te vinden over de persoon van wie ze houden. Een gezamenlijke **parachutesprong** is een manier om **je relatie nieuw leven in te blazen**, want het gevoel van verliefdheid ontstaat voornamelijk tijdens 'spannende' situaties. **Maar liefst 76%** van de cadeaus die op Valentijnsdag worden gegeven, zijn gekocht door mannen. Elk jaar worden er wereldwijd meer dan **50 miljoen rozen** gegeven voor Valentijnsdag. De oudste valentijnskaart dateert uit **1415**.



De klant staat op *nummer één*

Toen Marcel van Ikelen gevraagd werd om als salesmanager aan de slag te gaan bij Louwman Toyota Haarlem, hoefde hij daar niet lang over na te denken. Sinds januari jl. is hij terug in dezelfde straat waar hij eerder twaalf jaar lang voor een ander automerk werkzaam was. “Met de uitdaging om het allemaal nog beter en gezelliger te maken voor onze klanten”, aldus Marcel.

Bij Louwman Toyota kun je terecht voor de aankoop van een nieuwe of gebruikte auto, maar ook voor onderhoud en reparatie van je auto. “Bij ons kun je terecht voor alles op het gebied van mobiliteit, inclusief schadeherstel, autohuur, private lease en verzekeringen”, vervolgt Marcel.

De mensen maken het verschil

Toyota staat bekend als een van de meest betrouwbare automerken (in 2019 kreeg het zelfs

nog het predicaat ‘meest betrouwbare automerk’ van de Consumentenbond). “Daarnaast vinden wij het belangrijk dat klanten het ook naar hun zin hebben als ze hier komen. Je wordt altijd welkom geheten door iemand van ons team, bestaande uit zestien enthousiaste medewerkers. We doen ons werk allemaal met plezier, dat voel je als klant hopelijk ook.”

Service van hoog niveau

Naast de mensen is de uitstekende service een grote kracht van het bedrijf. “Voor planbaar werk kunt u het beste een afspraak maken bij onze werkplaats maar als er onverhoopt iets is, kun je altijd bij ons langskomen. En als je het jaarlijkse onderhoud bij ons laat doen, krijg je ieder jaar een mobiliteitspas voor gratis pechhulp in heel Europa, 24 uur per dag. De klant staat bij ons voorop.”



VOOR ALLES OP
HET GEBIED VAN
MOBILITEIT

LOUWMAN
DEALER GROUP

Louwman Toyota
Eysinkweg 73, Haarlem
Tel.: 023-5533000
toyota.haarlem@louwman.nl
www.louwman.nl

Tip:
Doe een
wintercheck,
dat geeft extra
gemoedsrust!

Actie: Bij een private lease contract voor een Toyota Yaris (al v.a. 299 euro per maand) krijg je nu drie maanden lang gratis brandstof

Ons team

MEER DAN EEN TRAINER

WIE HEEFT ER NOU GEEN GOEDE HERINNERING AAN DE GYMLES VAN DE BASISCHOOL?

Wij werken alleen met professionals op het gebied van lichamelijke opvoeding. Tijdens de lessen bieden wij uiterst veilige, gestructureerde en vooral leuke sportlessen aan. Onze lessen worden op basis van twee maal per week aangeboden.



GYM VAN TOEN | 06-22663775
INFO@GYMVANTOEN.NL | WWW.GYMVANTOEN.NL

SCHRIJF JE NU IN
VOOR EEN
PROEFLES



HET IS DE KUNST OM IN DE LESSEN VOLDOENDE UITDAGING TE BIEDEN op ieder niveau, voor jong en oud. Ieder lichaam is immers anders. Mede om die reden worden onze lessen verzorgd door geschoolde docenten. Trefbal, touwklimmen, bokspringen, ringzwaaien, handstand, basketbal, volleybal... Het komt allemaal terug. Door te zorgen voor veel variatie in de lessen, houden we je gemotiveerd en kost het je geen enkele moeite om het vol te houden. Heb jij ook goede herinneringen aan de gymles van vroeger?

Ewoud van Dulken



SAMENWERKEN

Door goede samenwerking kunnen wij nieuwe lesstof snel toepassen in het programma.



PROFFESIONEEL

Wij werken alleen met de beste docenten vanuit het basis- en voortgezet onderwijs.



VARIATIE

Elke week bieden wij andere lesstof aan waardoor het voor iedereen leuk is en leuk blijft!



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 FRIDA IN ASSEN CITY EXPERIENCE



De Frida in Assen city experience is een extra expositie, niet in het Drents Museum, maar overal in de stad Assen. Tot en met 27 maart 2022 loop je als bezoeker een wandelroute die je tegelijkertijd door de prachtige stad met versierde straten en langs bijzondere kunstwerken van lokaal talent leidt. Het gaat om levensgrote muurschilderingen en kunstobjecten van Frida Kahlo op gebouwen en in de openbare ruimte. Bezoek het museum, wandel de route en ontdek Frida in Assen. De wandelroute is bij het Drents Museum of de VVV Assen verkrijgbaar.

Check www.ditisassen.nl voor meer info.

FILMPJE KIJKEN THE DUKE

In 1961 stal Kempton Bunton, een zestigjarige taxichauffeur, Goya's portret van de hertog van Wellington uit de National Gallery in Londen. Het was de eerste (en nog steeds de enige) diefstal uit de geschiedenis van het museum. In zijn losgeldbrieven schreef Bunton dat hij het schilderij zou teruggeven op voorwaarde dat de overheid ermee in zou stemmen om gratis televisie te verstrekken aan ouderen. Pas vijftig jaar later zou de volledige geschiedenis achter de diefstal bekend worden.

THE DUKE is vanaf 24 februari te zien in de bioscoop.



BOEKJE LEZEN FONS DELLEN



Amsterdam, 1982. Tegen het decor van de alternatieve scene volgen we als lezer Tom Derckx, een verslaggever van het muziekblad Modern. Zijn boezemvriend Mink – met wie hij voortdurend op zoek is naar nieuwe bands en spraakmakende kunstenaars – krijgt op een gegeven moment een relatie met kunstenaar Jessa XX die wereldwijd roem vergaart met haar installaties van dode dieren. Tom Derckx ziet hoe zijn vriend steeds verder wegzakt in deze toxische relatie met de kunstenaar en de drughandel. Het leidt uiteindelijk tot Sid & Nancy-achtige taferelen met fatale afloop... **DE KUNST, HET MEISJE, DE STAD** van Fons Dellen is vanaf 1 februari verkrijgbaar.

Wat draagt bij aan vreugde en dankbaarheid?

Zoveel veranderingen hebben we het afgelopen jaar (en langer) meegemaakt. Dichtbij, in en om het huis, en veraf - tot in alle hoeken van het land - en tot over de landsgrenzen.

Ik hoop dat het onderstaande voor jou bijdraagt aan een ontwerp voor een windmolen, vol met mogelijkheden.

Bewust vaker stilstaan bij vreugdevolle momenten draagt bij aan geluk, aan het ervaren van vreugde. Het kan ons verbonden doen voelen met anderen die wellicht verbonden zijn met het vreugdevolle moment.



Wanneer de wind van verandering waait, bouwen sommigen een muur, anderen een windmolen.
- Chinees gezegde

Genieten en nagenieten via de zes zintuigen

- Zien
- Horen
- Ruiken
- Proeven
- Tast, voelen
- Gedachten en emoties

Neem tijdens een wandeling eens bewust het zintuig horen met je mee. Het geritsel van bladeren, het ruisen van de wind, het gezang van een vogel. Geef jezelf een adempauze om de ervaring helemaal in je op te nemen. Sta even stil. Geniet. Van top tot teen. Misschien voel je dankbaarheid voor dit moment.

We kunnen dit nog uitbreiden door thuis nog eens na te genieten.

Geïnspireerd door 'Compassie in je leven', het werkboek van de compassie-training.



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

De nieuwste make-uptrends voor 2022!

KLEURVERLOOP

Zo kun je het midden van je lippen lichter of juist donkerder maken. Alles draait hier om vervagen. Het gaat om een samenspel van lippenstift en lippotlood. Je kunt allerlei combinaties bedenken. Breng wat rode lippenstift met je vinger op het midden van je lippen aan en vervaag de kleur richting de contouren. Of omlijn je lippen met een lippotlood en vervaag deze kleur richting het centrum van je lippen.

LIPPOTLOOD

Lippotlood is weer een key item. We gaan onze lippen weer contouren en dat is mooi meegenomen, want dit gaat uitlopen tegen. We mogen zelfs een beetje over onze natuurlijke liplijn heengaan. Sterker nog, dat mag gezien worden. Maar dan moet er wel een vernisje overheen.

GLOSS

En dat vernisje is: gloss. Als je net even over je liplijn heen gaat en er dan een flinke hoeveelheid glos op loslaat, creëer je een supersensueel effect (alsof je je lippen met je tong bevochtigd hebt). Gloss – hoogglanzende lippen – is bovendien ideaal voor iedereen die graag volle lippen wil. Met een gloss lijken je lippen direct voller en meer 3D. Hier sla je twee vliegen in één klap: gloss is corrigerend en anti-aging.

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



GEVOEL VOOR HUMOR
IS ECHT EEN MUST



LENGTE
183 CM

LEEFTIJD
47 JAAR

OGEN
GRIJS-
BLAUW

*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.

Vrijgezel Jurjen stelt zich voor

Iedereen is op zoek naar de liefde. Vandaar dat we in deze rubriek graag aandacht besteden aan onze Bruisende Vrijgezellen. In februari hebben we speciale aandacht voor: Jurjen Bakker, woonachtig in het prachtige Grave. “Toen ik de rubriek zag, heb ik me meteen aangemeld. Al komt er maar één reactie binnen, dan is het al geslaagd.”

Het is tekenend voor de positieve instelling van de 47-jarige Jurjen, vader van een 17-jarige zoon die bij zijn ex woont. “Ik zeg altijd: ik ben een 37-jarige met tien jaar levenservaring. Ik voel me jong van lijf en geest.” In het dagelijks leven is hij ondersteunend administratief medewerker bij chipfabriek NXP. “Het is leuk en uitdagend werk en ik heb fijne collega’s. Het enige wat in mijn leven nog ontbreekt, is een nieuwe liefde.”

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

Van onenightstands houdt hij niet, hij is op zoek naar een langdurige relatie. “Ik ben zo trouw als een hond en dat verwacht ik ook van een toekomstige partner.” Zijn hobby’s zijn onder andere lezen, USB-sticks en dvd’s verzamelen, televisiekijken, muziek luisteren

(van Frank Boeijen tot Sarah Brightman), hardlopen en fietsen. “En natuurlijk mijn driejarige kater Joris bezighouden. Die houdt gelukkig wel van een knuffel.”

Attent, sportief, eerlijk, betrouwbaar, opgewekt, optimistisch, creatief en een natuurmens, dat zijn de woorden die Jurjen het beste omschrijven. “Ik zoek een vriendelijke, gezellige dame met, net als ik, een goed gevoel voor humor. Met wie ik kan lachen en huilen en met wie ik samen leuke dingen kan ondernemen: een terrasje pakken, uit eten gaan, een avondje bankhangen. Maar ook iemand die mij in mijn waarde laat en me accepteert zoals ik ben. En nu maar hopen dat de bliksem inslaat tijdens onze eerste ontmoeting!”

Inzendingen inclusief foto kunnen gemaild worden naar jurjenbruist@gmail.com.



Kasper van Kooten:

'We delen alleen nog maar om te krijgen'

Wie naar Kasper van Kootens nieuwste voorstelling *Deeltijd* gaat, komt oog in oog te staan met Hugo de Jonge. Zoals een goede politicus betaamt, heeft hij namens Kasper een belangrijke boodschap voor zijn publiek: wees open en deel!

Hugo staat er niet écht natuurlijk, het is Kasper zelf die in de huid van de politicus kruipt. Compleet met het juiste kapsel, een strak pak en uiteraard de blitse schoenen. Door middel van een ingelaste persconferentie biecht hij zijn liefde voor theater op. "Wanneer Hugo in het theater staat, is hij zo blij dat hij daar alles kan zeggen, kan schelden of van zich af kan zingen. Ik vond dat een heel leuk idee voor mijn voorstelling", vertelt Kasper lachend.

TWEE GEZICHTEN Krijgen we Kasper ook zelf te zien? "Jazeker! Het is niet de hele voorstelling Hugo. Ik stap er soms ook uit. Als er bijvoorbeeld iemand reageert op de eerste rij, dan antwoord ik gewoon als Kasper. Maar ik kan op elk willekeurig moment weer Hugo zijn. Zo kan ik steeds op twee manieren reageren, dat is heel leuk."

EERLIJKHEID De titel *Deeltijd* staat niet op zichzelf, het is het thema van de voorstelling. "We delen alleen nog maar om te krijgen", zo spreekt Hugo op het toneel. "Zoals dat je op Instagram alleen maar iets plaatst om likes te verzamelen. Ik vind dat iedereen eerlijker en meer open over zichzelf mag zijn", duidt Kasper.

De theatermaker stelt zichzelf in ieder geval op het podium graag open op. "In de kern is dat wat ik het allerliefste doe: het beste van jezelf delen om iemand een mooie avond te bezorgen."

Kasper van Kooten trekt tot mei 2022 met zijn voorstelling Deeltijd 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/bruist

Voel de liefde in februari

Ram 21-03/20-04

Je zelfbeheersing is deze periode van een hoog niveau. Ga je eigen weg en je zult probleemloos verder komen.

Stier 21-04/20-05

Februari zal voor de Stier een maand vol werk worden. Uw motivatie om te werken zal zich vermenigvuldigen en werk zal uw belangrijkste levensactiviteit worden.

Tweelingen 21-05/20-06

Laat je niet overspoelen door een negatieve levenshouding; Je zou iets belangrijks kunnen missen.

Kreeft 21-06/22-07

Februari betekent succes voor Kreeften. Je zal eruit springen in je werk en je superieuren zullen echt onder de indruk zijn van de ideeën die je presenteert.

Leeuw 23-07/22-08

Je zal deze maand je niet jezelf voelen, jezelf afzonderen van anderen kan hierin helpen. Gun jezelf de tijd met je eigen ik.

Maagd 23-08/22-09

Februari is hét moment om contact met vrienden aan te halen, dit zal ten goede komen van je vriendschappen.

Weegschaal 23-09/22-10

Sarcasme zal deze maand je sterkste punt zijn. Zorg daarbij voor ontspannende activiteiten en onderschat je pijnpunten niet.

Schorpioen 23-10/22-11

Communicatie en onderhandelen is in februari de kracht van alle Schorpioenen. Zorg ervoor dat je je successen ook viert.

Boogschutter 23-11/21-12

Je zal te weten komen wie een echte vriend is en wie eerder uit persoonlijk gewin met je bevriend is. Zorg dat je je focust op degene die echt om je geven.

Steenbok 22-12/20-01

In de maand februari zullen veel van je vrienden zich dicht bij jou voelen en ze zullen geneigd zijn jou om raad te vragen.

Waterman 21-01/19-02

Deze maand zullen je gevoelens sterker zijn, je zult elk moment van je leven veel intenser beleven. Zorg dat je hier gebruik van maakt en geniet van ieder moment.

Vissen 20-02/20-03

Je moet goed op je gezondheid letten, want je zult vatbaar zijn voor problemen. Neem genoeg rust en zorg goed voor jezelf

Waterman

Een sterke vriendschap zal gaan ontstaan

Ik ben dankbaar

Zeg vaker 'dank je wel', al is het in stilte. Drie kleine woordjes met een grote betekenis. Wees dankbaar voor wat je hebt. Wees niet ongelukkig over wat je niet hebt. Dankbaarheid geeft een gevoel van verlichting en geluk.

Je kunt je staat van bewustzijn en je energieniveau verhogen door dankbaarheid te tonen. Wanneer je oprecht dankbaar bent, is dat een blijk van waardering en een uiting van vriendelijkheid.

Dankbaarheid kun je elke dag beoefenen. Bijvoorbeeld 's avonds. Neem voordat je gaat slapen tien minuten tijd en rust voor jezelf. Sluit je ogen en adem een paar keer ontspannen diep in en uit. Voel wat er in je lichaam gebeurt. Vervolgens vraag je aan jezelf: waar ben ik vandaag dankbaar voor? Stel die vraag vanuit je hart. Waar ben ik vandaag dankbaar voor? Elke dag zijn er dingen om dankbaar voor te zijn.

Met een positieve gedachte je dag afsluiten, beïnvloedt je onderbewustzijn positief. Als je dat elke avond doet, zul je ontdekken dat je met een prettig gevoel gaat slapen. Wees dankbaar en je zult je gelukkiger voelen.

Hasta la proxima.

Michael Pilarczyk

www.meditationmoments.nl

BEWEGEN IN DE LOCKDOWN

Het nieuwe jaar is weer begonnen, maar wel met beperkte sportmogelijkheden. Wat nu met je goede voornemens? Gelukkig hangt je gewicht en gezondheid voor 80% af van je voeding. Wil je afvallen of je gewoon wat fitter voelen? Dan kun je veel doen met behulp van voeding.

Begin eens met op te schrijven wat je allemaal naar binnen werkt. Zo word je bewust van je voeding. Misschien eet je bijvoorbeeld veel te veel suiker of krijg je te weinig eiwitten binnen. In mijn boeken vind je meer informatie over de verschillende lichaamstypen, welke voeding en hoeveelheid calorieën past bij jouw lichaam. Wat voor de een werkt, werkt namelijk niet altijd bij de ander.

Hoe blijf je in beweging tijdens deze lockdown?

- Pak de trap in plaats van de lift.
- Maak buiten een wandeling van minstens 30 minuten per dag.
- Gebruik wat vaker de fiets.
- Schrijf je in voor een leuke bootcamp in het park.

Met deze tips blijf je toch lekker in beweging. Blijf je liever binnen? Op de website van mykillerbodymotivation.com vind je voldoende inspiratie voor trainingen in huis, zonder benodigde sportattributen. Geen energie om te sporten? Dan raad ik je toch echt aan om in beweging te komen! Door te sporten krijg je juist de energie die je nodig hebt. Als het je niet lukt om je ertoe te zetten, dan biedt een scoopje MKBM Slimming Powder een helpende hand. Dit poedertje zit boordevol cafeïne en guarana voor extra energie, terwijl het groene thee extract ondersteunt bij de vetverbranding.

Succes!

Liefs, Fajah Lourens

BLOG/FAJAHLOURENS

MKBM
MYKILLERBODYMOTIVATION



BRUIST

Valentijnsdag

“Zullen we samen
nieuwe **herinneringen**
maken”



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

KOM IN CONTACT MET JEZELF!



Dans met je ogen dicht en ervaar het gevoel van thuiskomen.

DANCEmandala stelt je in staat te luisteren naar jezelf en je gevoelens, gedachten en verlangen of uitdrukking te brengen. Dit leidt tot mooie, nieuwe inzichten.

Kijk voor het GRATIS online aanbod op school.DANCEmandala.com

DANCEmandala w. Mirte

mail@mirte.yoga | mirte.yoga | Mirte.DANCEmandala

**VOOR EEN STRALEND
WITTE lach**



Wit, witter, wits!

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



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

de Opening tot

Op weg naar je eigen verhaal Wie ben ik? Waar kom ik vandaan? Waarheen ben ik op weg?

In deze verwarrende tijd zoeken we meer dan ooit naar onze eigen koers. De aantrekkingskracht van de buitenwereld is zó groot geworden dat we onze eigen stem vaak niet meer horen. Als je dit pad zelf even niet kunt vinden zijn deskundige richtingwijzers een uitkomst!

Astrologie gaat over de verbinding tussen de zichtbare en de onzichtbare wereld: wie ben ik en hoe laat ik dat zien? Wat jou bezielt, schrijft jouw verhaal.

specialisatie is: de ander in de spotlight zetten en dat kan zowel letterlijk als figuurlijk plaatsvinden. Als een creatieve ruggengraat ondersteunt ze jou om jouw proces (verder) vorm te geven.

Zo werken zij ieder vanuit hun eigen 'gereedschapskist' om jouw verhaal helder te krijgen.

Ben je benieuwd hoe jouw geboortehoroscoop je de weg kan wijzen om steeds meer jezelf te worden en kun je wellicht hulp gebruiken om beter uit de verf te komen?

Kijk dan op : www.deopeningtot.nl en www.devrouwachterjou.nl

Geraldine Pontenagel

Vermeerlaan 13N, Hilversum
035-5316379 / 06-54373416 | www.deopeningtot.nl



Geraldine is Evolutionair Astroloog en coach en zij is gespecialiseerd in de zoektocht naar wie je werkelijk bent: de verbinding met je Ziel en het verruimen van je bewustzijn. Charlotte is Theatermaker en haar

Wentelteefrolletjes met aardbeien

Deze opgerolde wentelteefjes zijn niet alleen heerlijk, maar ook leuk en makkelijk te maken. Om je geliefde te verrassen bij het ontbijt op bed of een zoete versnapering tijdens een romantische avond.

8 PERSONEN - 25 MIN.

INGREDIËNTEN

- 1/2 kopje melk
- 1 eetlepel bloem
- 1/2 eetlepel edelgistvlokken
- 1/4 theelepel gemalen kaneel
- 2 theelepels pure ahornsiroop
- 1/2 theelepel vanille-extract
- snufje zout
- 8 sneetjes wit sandwichbrood
- 1 eetlepel boter
- poedersuiker
- gesmolten chocolade
- fruit naar keuze

BEREIDING

Klop in een ondiepe schaal de melk, bloem, edelgistvlokken, kaneel, ahornsiroop, vanille-extract en zout door elkaar.

Rol elk sneetje brood met een deegroller iets plat. Beleg elk sneetje met vulling naar keuze langs de onderkant van het sneetje brood en rol het vervolgens stevig op.

Smelt de boter in een grote pan op middelhoog vuur. Dompel elke rol in het melkmengsel en zorg ervoor dat elke kant volledig bedekt is. Druppel het overtollige water eraf en leg het in de pan, met de naad naar beneden. Bak ze rondom goudbruin (ongeveer 5 minuten).

Om te serveren, stapel de roll-ups op elk bord op een stapel en bedek ze met vers fruit. Bestrooi met poedersuiker en besprenkel met gesmolten chocolade of ahornsiroop.

Je kan de wentelteefjes ook vullen met roomkaas, ijs, chocoladepasta of een ander soort fruit.



PUZZELPAGINA

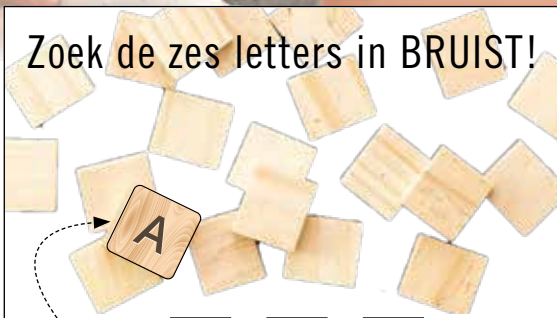


Wat is er fijner dan zo af en toe samen met je partner op de bank weg te kruipen met een magazine? Pak de kaarsjes uit de kast en zet heerlijk warme chocolademelk klaar. Samen lekker knus op de bank blader je (online) door deze editie van Bruist en maak je kans op mooie prijzen.

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **8-7-8**.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

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

Maak kans op

**Good4fun
giftcard
t.w.v. € 25,-**

Deze Good4Fun giftcard is fun om te geven en krijgen! Circuit rijden, eten, unieke overnachtingen, fashion en alle fun die er is. Online shoppen en te besteden bij fun mogelijkheden. Heel simpel, veilig en origineel. www.good4fun.nl



w+🐵p=r

g+🐵-ap

🍳e=j+j

h+🍳i=m

🐔-h

🔔-l+★r=d+📺-y+?

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

Maak kans op een

**Men care set
van Mysterybox**

Nieuw in Nederland: een box met premium verzorgingsproducten voor mannen, inclusief how-to-use informatie.



www.mysterybox.nl

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

verzorging	kwaliteit
mannen	parfum
merken	shampoo
box	body

Streef 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 maart 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

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.

