

hik

HEEMSTEDE IN KAART

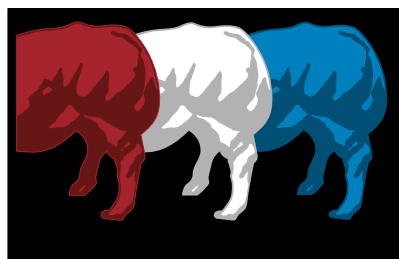
Nummer 14
december
2018

ALEXANDER RINNOOY KAN
ERVARINGEN VAN EEN **OPTIMIST**

DE DIVERSITEIT VAN **WIJ HEEMSTEDE**

HOCKEY REPUBLIC: HET HOCKEY-WALHALLA

EEN VORKJE PRIKKEN BIJ **BISTRO DEUX**



Chateaubriand

TRAITEUR - CATERING - VLEESSPECIALITEITEN



CHATEAUBRIAND HEEMSTEDE OPENDE HAAR DEUREN IN 1993 ALS SLAGERIJ, GESPECIALISEERD IN TOPKWALITEIT VLEES.

In ruim twintig jaar is Chateaubriand van Adele Teekens en Johan van Uden uitgegroeid tot een van de meest inspirerende eetwinkels van Nederland. Met een scherp oog voor vernieuwing en mét behoud van aandacht voor het slagers-ambacht. Zoals de eigen worstmakerij met huisgemaakte charcuterie en de dry-aged rijpingskast waarin topkwaliteit Schots rundvlees ligt te rijpen. Maandelijks rijdt het team op en neer naar de Parijse nachtmarkt Rungis voor het inkopen van exclusieve delicatessen. Niet voor niets wordt de winkel door vakgenoten en publiek regelmatig bekroond met prijzen.

FEESTDAGEN

Een heerlijke winkel om de komende feestdagen uw inkopen te doen. Denk aan een feestelijke côte de boeuf of côte de veau, vijf weken in eigen huis gerijpt. Of kies voor wild of gevogelte, waaronder acht soorten Label Rouge kippen. Op zoek naar gemak? Probeer eens het inspirerende vleesgourmet-assortiment of een van de kaasfondues, geheel op maat samen te stellen. Of kijk rond op de traiteursafdeling met verrukkelijke gerechten, voor ieder wat wils, die u thuis in een handomdraai op tafel zet.

BESTELLEN

Bestellen kan tot de laatste dag voor Kerst. Op zoek naar een origineel kerstcadeau? Voor de ware carnivoor hebben wij een pakket met dry-aged côte de boeuf, huisgemaakte bearnaisesaus, inclusief het boek De Perfecte Steak, verpakt in een houten kist.

WWW.CHATEAUBRIAND.NL

ADRES

BINNENWEG 163
2101 JH HEEMSTEDE
TELEFOON: 023 528 2655
06 5204 7125
MAIL: WINKEL@CHATEAUBRIAND.NL

Voorwoord

Op dit moment heb je de laatste HIK van het jaar in je handen. En voor deze editie hebben we niemand minder dan rasoptimist Alexander Rinnooy Kan op de cover. Hij vertelt ons zijn geheim over hoe je optimistisch kunt blijven – iets wat wel zo handig is als je je voorbereidt op de drukke feestdagen –, maar ook alles over zijn nieuwe boek 'Bordjes draaien'.

Lekker eten en drinken is iets dat tijdens de feestdagen altijd centraal staat. Het komt dus voor de visliefhebber goed uit dat Salt Seafood Bar & Wines sinds kort de deuren heeft geopend, waar je terecht kunt voor de heerlijkste visgerechten. Speciaal voor de HIK-lezers hebben eigenaar Tjong en chef-kok David een lezersmenu samengesteld, dus blader gauw naar pagina 24!

Nog op zoek naar de juiste fles wijn die je kunt schenken tijdens Kerst? Check dan eerst pagina 26, waar Grapedistrict tien tips geeft voor het perfecte kerstdiner. Heb je de wijn al in huis, maar ben je op zoek naar een mooi cadeau? Boekhandel Blokker heeft deze keer niet drie, maar vier aanraders op een rij gezet. En ja, onder het mom van de kerstgedachte is er wederom een winactie te vinden op pagina 38...

Het HIK-team wenst alle lezers fijne feestdagen en een geweldig 2019!

Robbert-Jan Driessen
Mediadam



COLOFON

HIK is een uitgave van Mediadam en verschijnt 4 keer per jaar in een oplage van 8.000 exemplaren.

Redactie

Brigitte Biegstraaten

Vormgeving

Petra van der Werf - Wortman, Romy Zonderhuis

Fotografie

Remco Meijer

Sales

Robbert-Jan Driessen, Remco Meijer

Contact

info@mediadam.nl / www.hik-heemstede.nl

(023) 303 03 60

Gebouw Kennemerhaghe

Leidsevaartweg 99-0

2106 AS Heemstede

© Mediadam, 2018

De uitgever kan op generlei wijze aansprakelijk worden gesteld voor eventueel geleden schade door foutieve vermelding in het blad of een ander onderdeel van HIK. Niets uit deze uitgave of uit andere onderdelen mag worden verveelvoudigd of openbaar worden gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of welke andere wijze dan ook zonder vooraf schriftelijke toestemming van Mediadam.

Adverteren? Suggesties? Neem vrijblijvend contact met ons op.

In deze HIK...



04



09



10



13



14



16



23



24

Cover Story 04
Alexander Rinnooy Kan

Straatfeesten 06

Financieel 07
Rabobank Haarlem & Omstreken

Wonen 08
Hoveniersbedrijf Van der Weiden

Business 09
Jaap van Andel Producties

Sport 10
Houtsche RFC
Fit20
Jelle Duin

Onderwijs 14
Kindcentrum de Molenwerf

Kids 16
Kinderboerderij 't Molentje
BE-Kindercoaching

Reizen 19
Roots-trip
Op reis met...

Culinair 22
Bakker Van Maanen
Bistro Deux
Salt Seafood Bar & Wines
Red Orchids
Grapedistrict

27 Fotografie
Vincent van Dijk Fotografie

28 Beauty & Gezondheid
Jan Alle Bokma
Swim to Fight Cancer
Blitz Wellness

32 Mode
Styled BY ARP

33 Lifestyle
Hockey Republic
Autobedrijf Van Schagen
Kiebert Natuurlijk
Van Velthoven Juweliers
WCH

38 Kunst & Cultuur
Boekhandel Blokker
Stichting Podia Heemstede
Bart Jonker Productions
Piet-Heijn van Mechelen
WIJ Heemstede

43 Wist je dat

44 Gemeente

46 Society

48 Agenda



27



28



30



34



36



39



40



44



Alexander Rinnooy Kan kent de Nederlandse circuits van macht en invloed van binnenuit en gaf deze jarenlang mede vorm. Het ontwikkelen en overdragen van kennis heeft hem van jongs af aan als ideaal voor ogen gestaan en dat is wat hij in zijn boek ‘Bordjes duiken, ervaringen van een optimist’ doet.

Alexander deelt zijn vele ervaringen en belijdt zijn liefde voor de kunst van het voorzitten en het onderhandelen, muziek, literatuur, reizen en koken. Het boek is een zoektocht naar wat de jaren in de wereld van de wetenschap, het bedrijfsleven, de politiek en de cultuur Alexander hebben opgeleverd. Geen afstandelijke analyse, maar een openhartig persoonlijk verslag. "Het schrijven van dit boek, bestaande uit selectieve memoires, was al langere tijd mijn ambitie. Ik vind namelijk dat het goed is om rekenschap te geven van wat je doet en laat als je een publieke functie vervult. Daarbij hoort ook daarover verantwoording afleggen. Ik was op zoek naar de balans van wat ik wel en niet kon vertellen over mijn privéleven en ik denk dat ik daarvan een goede mix gevonden heb."

Carrière door de jaren heen

Rinnooy Kan is een naoorlogs kind, geboren te Scheveningen in 1949. "De eerste 18 jaar van mijn leven woonde ik in Den Haag, vervolgens ben ik wiskunde gaan studeren in Leiden, waar ik een fijne studententijd

heb beleefd. Via die studie ben ik van de zuivere wiskunde beland in de toegepaste wiskunde, waar ik een benoeming kreeg in Rotterdam tot hoogleraar aan het Econometrisch Instituut. Dat was een mooie stap in mijn carrière."

Rinnooy Kan bleef in Rotterdam en werd een aantal jaren later rector van de Erasmus Universiteit. "Aan het einde van die periode, in 1989, verhuisde ik met mijn gezin voor een jaar naar Amerika. Dit was voor een studieverlof in Philadelphia. Daar kreeg ik een verrassende kans om voorzitter te worden van het toenmalige VNO, inmiddels VNO-NCW. Dat was een buitenkans die ik mij niet wilde laten ontgaan en zodoende verhuisden wij terug naar Nederland. Na afloop van die periode ben ik lid geworden van de Raad van Bestuur van ING. Na die functie tien jaar vervuld te hebben, ben ik teruggegaan naar de wereld van werkgevers en werknemers als voorzitter van de SER. Dat ben ik van 2005 tot 2011 geweest. Na afloop van die periode ben ik teruggekeerd naar de Universiteit, deze keer de UvA, en ben ik lid van de Eerste Kamer voor D66."

Alexander Rinnooy Kan:

“De enorme kwaliteit van dit woongebied is iets om te waarderen”

Waarom is Alexander teruggegaan naar het onderwijs? "Omdat uiteindelijk de Universiteit een rode draad in mijn leven is geworden en met name de hele wereld van kennis, onderwijs en onderzoek. Het onderhouden van contacten met studenten met elk hun eigen ambitie en nieuwsgierigheid vind ik elke keer weer een feest."

Blijven zwemmen

Is het een verrassing dat Alexanders leven zo is gelopen? "Deels niet, want als ik terugblik op mijn jeugd, had ik altijd al belangstelling voor organiseren en voorzitten. Mijn allereerste voorzitterschap was van een organisatie genaamd HAAK: Hulp Aan Arme Kinderen. Ik was toen 7 jaar. Het bestuur van de vereniging bestond uit mijzelf als voorzitter, twee buurmeisjes als secretaris en penningmeester en mijn jongere broer als lid. We vergaderden urenlang en gingen fondsen werven voor de arme kinderen. We haalden ruim 14 gulden op bij familieleden en trokken Scheveningen in om arme kinderen gelukkig te maken met dit bedrag. Al gauw kwamen we erachter dat we, naar eigen overtuiging, zelf de allerarmste kinderen van Scheveningen waren en besloten het geld in eigen zak te steken. Dat was het einde van de HAAK."

"Dat mijn carrière zo gelopen is, komt mede doordat ik de kansen die ik kreeg met beide handen aanpakte en het risico durfde te lopen. Dit is dan ook het advies dat ik aan mijn studenten geef: als er een buitenkans op je pad komt, pieker dan niet te lang. Heb vertrouwen in het beoordelingsvermogen van degene die je de kans biedt, waag de sprong en blijf zwemmen. Lukt het niet, dan vist iemand je wel uit het water."

Kennemerland: een bijzonder woongebied

Dat Alexander een optimist is, is te merken aan alles wat hij zegt. "Ik denk dat ieder die een publieke taak op zich neemt dat wel in zekere mate moet zijn. Je doet dat omdat je hoopt iets bij te dragen en te verbeteren. Als je dan niet optimistisch bent ingesteld, is het een onbegonnen zaak. De kunst is uiteindelijk om optimistisch te zijn, maar niet naïef. Probeer het positieve te ontdekken in de dingen om je heen en ontleen daar het vertrouwen aan dat problemen er zijn om opgelost te worden."

"Een positieve instelling is het begin van optimisme en dat past bij de bewoners van regio Kennemerland. De enorme kwaliteit van dit woongebied is iets om te waarderen. Mijn gezin en ik zijn er beland vanuit Rotterdam, toen ik ging werken voor ING. Ik kende de streek nog niet goed, maar ik ben blij dat we 23 jaar geleden de stap hebben gezet. De comfort van alle gemeentes eromheen, de toegankelijkheid, het groene wonen, de architectuur... het is echt een bijzonder woongebied."

Stapje terug?

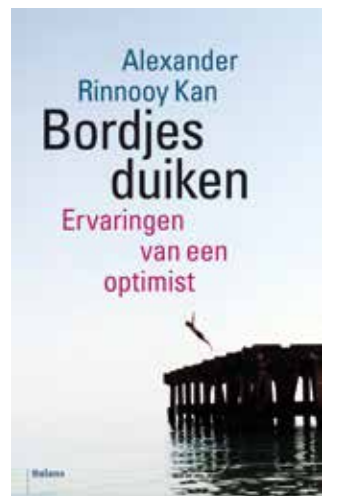
"Naast mijn werk bij de UvA en de Eerste Kamer, vervul ik nog een hoop nevenfuncties. Nu werk ik nog minimaal zestig uur in de week, maar volgend jaar word ik 70 en ga ik het wat rustiger aan doen. Er wordt door mijn gezin ernstig aan getwijfeld of dat rustiger aan doen mij wel gaat lukken," lacht Rinnooy Kan, "maar het wordt simpelweg tijd voor een jongere generatie."

"We hebben een gezin dat gelukkig heel goed en harmonieus groot is geworden. Er lagen natuurlijk genoeg opgaven, maar deze heeft mijn vrouw Eva disproportioneel voor haar rekening genomen. Daar ben ik haar heel dankbaar voor. Ik ben heus niet vervreemd van mijn kinderen, maar ik heb wel minder tijd met hen doorgebracht dan ik had moeten en willen doen. Ze nemen me het gelukkig niet kwalijk. Sinds 2013 ben ik grootvader, inmiddels van twee kleinkinderen, en dat is prachtig om mee te maken. Het is een enorm voorrecht. Ze staan voor de voortzetting van iets dat ik van mijn ouders heb gekregen en aan mijn kinderen heb gegeven."

"Tijdens de opvoeding van mijn kinderen wilde ik, meer dan mijn eigen vader, hen vrijlaten in wat zij wilden doen. Mijn vader had hele duidelijke ideeën over wat hij van mij verlangde en dat stak hij niet onder stoelen of banken. Hij wilde graag dat ik maatschappelijk zichtbaar en actief zou worden. Daarin is hij denk ik goed bediend, maar hij had ook de neiging om bij elke volgende stap in mijn loopbaan snel te informeren naar wat de daaropvolgende stap zou kunnen zijn. Hij was niet snel tevreden, maar wel een vader die, net als ik, trots is op zijn kinderen."

Bordjes duiken bij Boekhandel Blokker

Rinnooy Kan is regelmatig in de Heemstedse winkelstraat te vinden, waaronder bij Boekhandel Blokker. Hier is dan ook Alexanders boek verkrijgbaar. Benieuwd waar de titel vandaan komt? Het antwoord daarop is te lezen in 'Bordjes duiken, ervaringen van een optimist'.



www.alexanderrinnooykan.nl



LAAN VAN BLOEMENHOVE



CLIVIALAAN



LIEVEN DE KEYLAAN



Growing a better world together



Growing a better world together, dat is de missie van Rabobank Haarlem en Omstreken. Een betere wereld kun je uiteindelijk alleen maar samen maken. Dat klinkt wellicht ver van je bed, maar wordt door de medewerkers van het kantoor aan de Binnenweg 93-95 in Heemstede heel concreet ingevuld. Door betrokken te zijn bij allerlei initiatieven die Heemstede een stukje leuker, leefbaarder en duurzamer maken!

- Op 13 september was Rabobank Haarlem en Omstreken de host van de barbecue van de Winkeliersvereniging Centrum Heemstede. Slagerij Ton de Wit leverde een heerlijk uitgebreide barbecue. Ondernemers hebben uitgebreid met elkaar kunnen spreken en er werden mooie nieuwe verbindingen gelegd. Tijdens het eten waren er korte pitches, onder meer van Bibliotheek Heemstede en HeemsteedsDuurzamer.
- Op 5 oktober werd het nieuwe gebouw Plein1 geopend. Rabobank Haarlem en Omstreken steunt de visie van een multidisciplinair gebouw en doneerde daarom zeven iPads aan de Bibliotheek. Deze worden voor meerdere doeleinden ingezet. Daarnaast is er vanuit het Rabobank Stimulerings Fonds een bedrag gedoneerd om de Voorleesexpress mogelijk te maken. Dit initiatief is door WIJ Heemstede en de Bibliotheek gezamenlijk ontwikkeld en heeft tot doel kinderen door middel van voorlezen het plezier van lezen bij te brengen. Een prachtig initiatief.
- Op 10 oktober werd de Dag van de Duurzaamheid in Heemstede gehouden. In de ochtend waren vertegenwoordigers van de bank aanwezig bij een ondernemersontbijt bij De Heerlijkheid. Overdag stond de foodtruck van Rabobank op de weekmarkt, waarin lokale hapjes van Van Streek werden geserveerd. In de avond werd er bij College Hageveld een film vertoond over de plastic soep, met een inleiding van de maker.



Rabobank

Binnenweg 93-95
2101 JE Heemstede
www.rabobank.nl/haarlem

Uw tuin is ons visite- kaartje!

Heemstede staat bekend als een groene gemeente. Bomen, plantsoenen en bossen zijn in overvloed aanwezig. Maar hoe staat het met het groen in uw tuin? Hoveniersbedrijf Van der Weiden laat uw tuin eruitzien zoals die bedoeld is!



www.vdweiden.nl

HOVENIERSBEDRIJF
VAN DER WEIDEN



Jaap van Andel
Eigenaar
Jaap van Andel Producties



Event The Sting - 20052018

“It’s all about people”

“Je kunt alles vieren, en als er iets te vieren valt, is er een feest van te maken”, aldus Jaap van Andel, eigenaar van evenementenbureau Jaap van Andel Producties. Jaap heeft toegang tot een groot netwerk van betrouwbare partners en vaste leveranciers, om zo van elk evenement een succes te maken.

“Ik ben opgegroeid aan de Herenweg. Toen ik 8 was, verkocht ik tijdens het Bloemencorso al koffie, thee en koekjes. Het jaar daarna verkocht ik zitplaatsen aan de mensen die met de touringcar kwamen. Het bracht een hoop gezelligheid met zich mee en ik heb daar mooie herinneringen aan. Toen wilde ik al van elke gelegenheid een feestje maken.”

Van a tot z

Voordat Jaap voor zichzelf begon, was hij werkzaam bij The Sting op het gebied van evenementen en marketing. “Vervolgens maakte ik een uitstap naar een ander bedrijf, maar daar kwam ik tot de conclusie – die eigenlijk diep van binnen al bekend was – dat het tijd was om mijn eigen bureau te starten. Voordat ik bij The Sting werkte, lag mijn focus meer in de technische hoek en deed ik veel voor ID&T en Joop van den Ende Producties. Hierdoor breng ik een totaalpakket aan ervaring met me mee en kan ik elk evenement van a tot z neerzetten. We starten met een concept wat we doorontwikkelen en vervolgens compleet organiseren en produceren. Ik hou er niet van om ‘nee’ te zeggen tegen een opdrachtgever, ik kom liever met een creatieve oplossing of een ander idee.” In een korte tijd heeft Jaap al een mooi portfolio van klanten opgebouwd, met namen als Radio 538, de Lichtfabriek in Haarlem en The Sting.

It’s all about people

Dat Jaap geen ‘nee’ kan en hoeft te zeggen, komt door het team dat hij om zich heen creëert. “Ik draai nooit een productie alleen. Door het netwerk dat ik door de jaren heen heb opgebouwd, weet ik precies welk persoon bij welk project past en kan alles dus op maat organiseren.”

“Ik ben gek op mensen. Voor nu ben ik eenpitter, maar ik kijk enorm tegen grote bureaus op. Ik vind het ontzettend gaaf en bijzonder dat je met creatief en logisch nadenken zulke grote dingen kan doen. Het is dan ook uiteindelijk mijn doel om een team te creëren en zoiets met z’n allen te gaan doen. Hoe gaaf is het om met mensen te werken die elk veel kennis hebben van hun eigen niche, zodat je altijd op elk project de juiste persoon kunt zetten. Daar wordt het eindproduct alleen maar beter van en dat tovert een glimlach op de gezichten van de mensen waarmee én waarvoor je het doet. It’s all about people!”

Nieuw in Heemstede: de Kerstparade!

“Een jaar geleden richtte ik Jaap van Andel Producties op, wat begon als evenementenbureau. Ik kwam er echter achter dat ik ook veel kan betekenen op het gebied van live communicatie.” Die live communicatie is op 16 december tijdens de Kerstmarkt te bewonderen

op de Binnenweg en Raadhuisstraat. Organisator WCH zag in Jaap, Heemstedenaar in hart en nieren, de juiste persoon om iets extra’s toe te voegen aan het evenement.

“Er komt een Kerstparade naar Heemstede! Ik wil er niet te veel over verklappen, maar uiteraard hoort bij zo’n parade – die voor alle leeftijden bedoeld is – de Kerstman, muziek én cadeaus. Ik wil met de mensen om me heen iets vernieuwends brengen wat bezoekers zullen onthouden en ervoor zorgen dat bezoekers van buitenaf zeggen: ‘in Heemstede gebeurt iets, daar gaan we nog een keer naartoe’. Heemstede heeft zoveel potentie, dus wie weet wat de toekomst gaat brengen.”



JAAP VAN ANDEL PRODUCTIES

www.jaapvanandelproducties.nl

Houtsche RFC: de rugbyclub van iedereen

DE FEITEN OP EEN RIJ

- 1 Bij de Houtsche RFC kunnen jongens en meiden tussen 4 en 14 jaar kennismaken met de rugbysport. Iedereen is welkom om een aantal keren gratis mee te spelen. Plezier en saamhorigheid staan voorop.
- 2 Er wordt één keer in de twee weken op zondagochtend van 10.30 tot 12.00 uur getraind en iedere woensdag voor de oudere groep van 16.30 tot 17.30 uur op het Eindhout Sportpark, Wagenweg 240B in Haarlem.



Het begon allemaal heel onschuldig op een zondag in het park. Vijf vrienden, allemaal oud-rugbyers, gingen een balletje gooien met hun kinderen in de Haarlemmerhout. Nu, twee jaar later, is dit initiatief uitgegroeid tot officiële rugbyvereniging Houtsche RFC met tachtig jeugdleden tussen 4 en 14 jaar oud.

"We wilden kinderen kennis laten maken met de mooie sport rugby", zegt Gerald Smith, mede-oprichter van de Houtsche RFC. "Zelf heb ik 25 jaar gespeeld, vanaf mijn studententijd in Rotterdam tot en met de jaren dat ik in Azië woonde, waar ik in een internationaal expat-team speelde. Rugby heeft mij heel veel gebracht; naast het plezier en kameraadschap op het veld, is rugby ook een sport waar de traditionele waarden van sportiviteit nog hoog in het vaandel staan. Er is respect voor elkaar, de tegenstander en de scheidsrechter. Dat zijn zaken die ouders graag willen meegeven aan hun kinderen."

Een initiatief van iedereen

"De start in de Haarlemmerhout was, nu we eraan terugdenken, soms best behelpen. De dag na een concert lagen de glasscherven soms nog op het veld en op zonnige dagen moesten we om de zonnebadende mensen heen spelen. Het was echter ook een prachtige plek met het imposante provinciehuis op de achtergrond. Veel mensen zagen ons daar rugbyen op de zondagochtend, wat weer andere kinderen aantrok."

"Voordat we het wisten, groeide het ledenaantal explosief. We bleven veel lol hebben met de kinderen en iedereen droeg zijn steentje bij. Heel no-nonsense; geen clubhuis met tosti's en cappuccino's, maar een thermoskan vol koffie en een zak broodjes. Dat gaf meteen een bijzondere sfeer, omdat het initiatief van iedereen is. Iedereen doet en helpt mee."

"We hebben veel hulp gehad van onze rugbывrienden van Rugby Club Haarlem. Toen de behoefte aan trainingsmateriaal groeide, sprongen zij meteen bij met rugbyballen, oude tackle bags, pionnen en veel meer. Dat is zo mooi aan deze sport; we zijn één grote familie en we helpen elkaar om de sport verder uit te dragen."

Verhuizing naar Eindhout

Dat was het begin. Inmiddels is de Houtsche RFC gegroeid als kool en zijn er tachtig leden, verdeeld over drie leeftijdsgroepen. "Door de groei was er meer structuur nodig. Zodoende is vorig jaar een officiële vereniging opgericht, inclusief eigen outfits volledig in clubkleuren met het logo erop. Toen we de shirts voor het eerst zagen, waren we als kinderen zo blij", aldus Gerald. "Het vijfhoekige bestuur bestaat nog steeds uit dezelfde vrienden die in het park zijn begonnen en we zijn verhuisd naar een 'echt' veld. Dit veld bevindt zich op het sportcomplex Eindhout, waar tevens voetbalclub THB en cricketclub Rood en Wit zich bevinden. Het sportcomplex is de afgelopen tijd flink ontwikkeld en met dank aan de gemeente krijgt Houtsche RFC vanaf volgend jaar een eigen rugbyveld met palen. Daar zijn we zó trots op!"

There is no 'I' in team

"Niet alleen kinderen, maar ook ouders zijn dolenthousiast, en dat terwijl niet veel ouders de sport kennen. Gelukkig hebben we ervaren trainers, zoals Kees Eskes en Lambert van der Pols, die ons vanaf het begin fantastisch geholpen hebben. Ook jonge talenten helpen graag mee, zoals jeugdinternational Mike Broekman. Tevens leren ouders die geen ervaring met rugby hebben om training te geven. Dit alles maakt het een prachtig collectief."

"Iedereen is welkom. Rugby is een mooi spel. Sportief en fysiek heeft het alles in zich: rennen, gooien, vangen, kicken en tackelen. Maar je leert misschien wel meer wat teamgeest en kameraadschap is. Je kan rugby niet alleen doen. De Engelsen zeggen dat mooi: *There is no 'I' in team.*"



HOUTSCHE RFC

www.houtscherugbyclub.nl
www.facebook.com/HoutscheRFC



ik ben fit in 20 minuten per week

gratis
kennismakingstraining

- altijd met Personal Trainer
- omkleden niet nodig
- merk- en meetbaar resultaat
- altijd op afspraak

ERVAAR
HET ZELF!



fit20 Heemstede
023 - 205 23 95
heemstede@fit20.nl
www.fit20heemstede.nl

fit20
Fit in 20 minutes per week



Jelle Duin
Voetballer Jong AZ



“Ik hoop de succesvolste spits ter wereld te worden”

De 19-jarige Jelle Duin startte op zijn 6^e met voetballen bij Koninklijke HFC en werd al snel gescout door HFC Haarlem. Zijn talent bleef niet onopgemerkt en al gauw toonden de grote clubs interesse in hem. Inmiddels speelt de centrumspits acht jaar bij AZ en is dit jaar zijn contract verlengd tot 2022.

“Het is altijd mijn droom geweest om prof-voetballer te worden, maar dat is natuurlijk de droom van bijna elke jongen. Toen ik nog bij HFC speelde, merkte ik echter dat ik beter dan de rest was en dat die droom dus ooit werkelijkheid kon worden.”

Na twee jaar bij HFC Haarlem gespeeld te hebben, ging de club failliet. Ajax en AZ hadden Jelle al in het vizier, waardoor Jelle een luxe-positie had. “Ik had een veel beter gevoel bij AZ dan bij Ajax, dus ik besloot voor AZ te gaan. Ik ben nog steeds blij met mijn keuze. Het is een fijne club waar een goede sfeer hangt.”

Sport & school

“Toen ik bij AZ startte, zat ik nog op basisschool Icarus en moesten mijn ouders vaak met mij heen en weer rijden. Het jaar daarna was het tijd om naar de middelbare school te gaan, wat een LOOT-school in Alkmaar werd, zodat voetbal goed gecombineerd kon worden met school. Een LOOT-school richt zich op jonge sporttalenten en heeft bijvoorbeeld een flexibel lesrooster en biedt vrijstelling van bepaalde vakken. Ze houden rekening met wedstrijden van AZ, maar ook met die van het Nederlands elftal, waar ik in Onder 16 en Onder 19 heb gespeeld.”

Inmiddels heeft Jelle de middelbare school succesvol afgerond en focust hij zich volledig op voetbal. “Ik volg wel een online studie: Topsportmanagement en Ondernemerschap. Tot nu toe is dat prima te combineren, maar

mocht dat niet meer zo zijn, dan stop ik met mijn opleiding. De droom die ik vroeger had, is niet veranderd; mijn prioriteit ligt volledig bij voetbal.”

Contractverlenging na blessure

“Toen ik in de buurt kwam van mijn debuut in het 1^{ste} team, scheurde ik mijn kruisbanden, waardoor ik bijna een jaar uit de roulatie ben geweest. Ik moest geopereerd worden en een lange tijd revalideren. Dat was erg frustrerend. Sinds november 2017 sta ik weer op het veld en heb ik gelukkig nergens meer last van. Dit seizoen sta ik tot nu toe niet in de basis, maar door elke dag hard te werken en mezelf te bewijzen, hoop ik binnenkort mijn plek af te dwingen.” Begin dit jaar heeft Jelle zijn contract bij AZ tot 2022 verlengd. “Dat laat wel zien dat de club vertrouwen in me heeft.”

Jelle omschrijft zichzelf als een snelle en slimme speler. “Ik probeer de tegenstander altijd een stapje voor te zijn, zowel fysiek als mentaal, waardoor ik eigenlijk altijd vrij kom te staan. Een ander voordeel is dat ik sterker en explosiever ben geworden, doordat ik tijdens mijn blessure veel krachttraining heb gedaan.”

Waar hoopt Jelle over een paar jaar te staan?

“Natuurlijk kijk ik op tegen clubs als Real Madrid en FC Barcelona, maar ik heb geen uitgesproken club waar ik wil gaan spelen. Mijn droom is om veel prijzen te pakken en de succesvolste spits van de wereld te worden.”



Karen Schildwacht
Directie
Kindcentrum de Molenwerf

Priscilla Haringsma
Directie
Kindcentrum de Molenwerf

Kindcentrum de Molenwerf: het mooiste wat je kunt worden, **ben je zelf!**

Bij Kindcentrum de Molenwerf zijn onderwijs en kinderopvang onder één dak te vinden en krijgen kinderen van 0 tot 13 jaar de ruimte om hun talenten te ontdekken en te ontwikkelen in een veilige en plezierige omgeving. Dit komt mede door het Unitonderwijs, een unieke onderwijsmethode die De Molenwerf sinds een aantal jaren hanteert.

Het Unitonderwijs is een eigentijds concept dat elk kind de mogelijkheid biedt zich te ontwikkelen met behulp van een individueel passend aanbod. Uit recent onderzoek is gebleken dat kinderen die het Unitonderwijs volgen meer gemotiveerd zijn, meer zelfvertrouwen hebben en zelfstandiger zijn. Het uitgangspunt bij deze vorm van onderwijs is dat het bij ieder kind en de verschillende niveaus past. Ouder, kind en school kijken met elkaar hoe het onderwijs zo passend mogelijk gemaakt kan worden.

Karen: "Drie jaar geleden zijn we gestart met het doorvoeren van deze onderwijsmethode. Tijdens de voorbereiding is samen met het team en de medezeggenschapsraad gekeken naar wat er behouden en veranderd moest worden.

De doelen hadden we helder voor ogen: goed gedegen en gepersonaliseerd onderwijs bieden, kinderen meer hun talenten laten ontdekken en nog meer aansluiten op de 21^{ste}-eeuwse vaardigheden."

Les in domeinen

Een onderdeel van het Unitonderwijs is dat kinderen in kleine groepen in verschillende domeinen les krijgen. Priscilla: "Zo is er het Kleuterdomein, waarin kinderen kleinschalig en vertrouwd van een eigen leerkracht onderwijs krijgen. Vanaf groep 3 krijgen kinderen les in het Taaldomein en het Rekendomein. Door het werken in verschillende domeinen kunnen zij regelmatig bewegen, wat ervoor zorgt dat ze veel geconcentreerder te werk gaan."

"De leraren die in het Taal- en Rekendomein lesgeven, zijn gespecialiseerd in hun vakgebied, waardoor ze het met plezier uitvoeren", vertelt Karen. "We kijken dus niet alleen naar de talenten van de kinderen, maar ook naar die van de leerkrachten. Dat maakt dat hier ontzettend enthousiaste mensen als één team aan één visie werken."

Resultaten zijn direct zichtbaar

Om de resultaten per kind goed te kunnen monitoren, werkt De Molenwerf met Snappet, een wetenschappelijk onderzochte methode die tot doel heeft de kwaliteit van het onderwijs te verbeteren. "Ieder kind heeft vanaf groep 4 een tablet of Chromebook waarop opdrachten voor rekenen, taal en spelling worden gemaakt. Na



het maken van de opdracht ziet de leerkracht direct hoe goed de leerstof is gemaakt en kan zodoende direct terugkoppeling geven. Het kind zit nog in de materie, waardoor feedback sneller wordt opgepakt."

Talente Tijd & Wereldtijd

Priscilla: "De kernvakken die in de domeinen worden gegeven, vinden 's ochtends plaats. In de middag richten we ons op de ontdekking en ontwikkeling van talenten middels Wereldtijd en Talente Tijd. In de onderbouw ontdekken de kinderen hun talenten, in de bovenbouw worden deze talenten ontwikkeld. Vakdocenten van buiten het onderwijs geven tijdens Talente Tijd musicallessen, extra sport, programmeren, houtbewerking, tekenen en meer. Ook zijn er Talentenweken, waarbij we gebruikmaken van de talenten van ouders en huren we specialisten in die workshops geven."

"Tijdens Wereldtijd krijgen kinderen vanaf groep 1 Engels aangeboden en krijgen kinderen via TopOndernemers een geïntegreerd aanbod voor aardrijkskunde, geschiedenis, natuur en techniek. Bij deze methode wordt gewerkt rondom een thema. Kinderen gaan met

verschillende onderzoeksvragen aan de slag en eindigen hun opdracht altijd met een presentatie in de vorm van bijvoorbeeld een PowerPoint, muurkrant of maquette."

"Op De Molenwerf wordt niet gepest"

"Het ontwikkelen van talenten, maar ook van cognitieve en sociale vaardigheden, gebeurt pas echt als kinderen zich in een veilige omgeving bevinden", legt Karen uit. "Daarom is De Molenwerf een KiVa-kindcentrum geworden. KiVa is een zeer effectief programma dat zich richt op de preventie van pesten. Wekelijks krijgen kinderen KiVa-les, waarin verschillende omgangsvormen aan bod komen. Daarnaast vullen kinderen twee keer per jaar een vragenlijst in, waardoor de effectiviteit van het programma gemonitord wordt. Door de uitkomsten hiervan hebben we een toename gezien van het welbevinden van kinderen en vermindering van het pestgedrag. Het KiVa-programma heeft ervoor gezorgd dat er op De Molenwerf niet wordt gepest."

Vorig jaar november heeft de onderwijsinspectie De Molenwerf bezocht. Dat de inspecteur meer dan tevreden was, blijkt uit het inspectieverslag: 'Het team slaagt erin op een professionele manier

met elkaar om te gaan. De school heeft de afgelopen periode een flinke verandering door-gemaakt. Naast de overgang in een integraal kindcentrum, vond ook een overgang plaats naar het werken in units en gepersonaliseerd leren. De leraren besteden nadrukkelijk aandacht aan het ontdekken van talenten en werken aan vaardigheden.' Karen: "Zulke mooie woorden in combinatie met blijde kinderen en tevreden ouders... dit voelt als de kroon op ons werk!"



Molenwerfslaan 7
2103 TC Heemstede
www.kcdmolenwerf.nl

Beestenboel bij 't Molentje

Kinderboerderij 't Molentje; welke Heemstedenaar is er niet geweest? Een kleine geschiedenis: in 1913 kocht de gemeente Heemstede het landgoed Groenendaal, wat oorspronkelijk van een welgestelde heer was, die op zijn verblijf dieren hield. In de loop der jaren groeide het aantal aanwezige dieren enorm, waardoor in 1951 werd besloten een stal genaamd 'de stomp' te bouwen. Dit is het begin van de kinderboerderij en hiermee is 't Molentje de oudste gemeentelijke kinderboerderij van Nederland.

HIK wandelt met beheerder Ingrid Schenk over de boerderij, waar zij meer vertelt over de geschiedenis. "In de jaren die volgden, werd de boerderij uitgebreid met een volière, duiventil, educatief centrum, hooibergstal en een grote ezelstal waar ook onze kleine huisdieren een plekje hebben gekregen."

De cijfers op een rij

"Dertig jaar geleden begon ik als stagiaire bij 't Molentje en ben er nooit meer weggegaan. In 1999 ging de vorige beheerder weg en heb ik de functie overgenomen, die ik nog altijd met veel plezier vervul. Als ik 's ochtends de ezelstal open, doe ik de lichten aan en word ik begroet door keihard gebalk. Een mooiere 'goedemorgen' is er niet. De combinatie van werken met mens en dier is geweldig. Het team telt 55 mensen en bestaat onder andere uit een groep cliënten van de Hartenkamp, vrijwilligers en stagiaires."

"De kinderboerderij, die 2,5 hectare grond in beslag neemt, beschikt nu over ruim tweehonderd dieren, verdeeld over zo'n veertig rassen. De bevolking bestaat uit dieren die in Nederland op de boerderij te vinden zijn, zoals geiten, schapen, kippen, varkens, herten, ezels, duiven en diverse andere vogels. Dagelijks kan men van 10.00 tot 16.30 uur een bezoekje komen brengen. Vaak wordt zo'n bezoek dan gecombineerd met de speeltuin en het pannenkoekenhuis, beiden dicht bij de boerderij. Door deze combinatie kan het heel druk zijn op de boerderij en trekken we zo'n 160.000 bezoekers per jaar. Het is een heerlijke plek voor een dagje uit. We zijn dan wel een kinderboerderij, maar leuk voor elke leeftijd!"

22 december: Kerst bij 't Molentje!

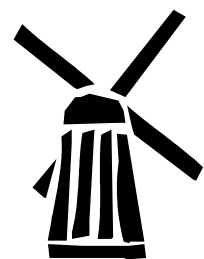
Om mensen zo'n leuk dagje uit te kunnen bieden, organiseert de stichting Vrienden van de Kinderboerderij activiteiten om extra inkomsten te genereren. "De gemeente zorgt bijvoorbeeld voor het onderhoud van de boerderij en het eten voor de dieren, maar voor andere zaken hebben we extra budget nodig. Daarom hebben we Stichting Vrienden van de Kinderboerderij. Elk jaar organiseren we activiteiten, zoals het Lentefeest met een kleine markt met biologische streekproducten, handgemaakte artikelen, eten, drinken, knutselen en schminken. Ook het Midzomerfeest is in trek, waarbij een sprookjestocht door het bos en over de boerderij voor jong en oud wordt georganiseerd. Op 22 december om 19.00 uur hebben we een kerstsamenzang voor de kinderen om de kerstvakantie in te luiden. Het is de eerste keer dat we dat organiseren, dus ik heb er erg veel zin in!"

Ook op maatschappelijk gebied zit 't Molentje niet stil. "Een aantal keren per jaar gaan onze vrijwilligers op pad met cavia's, konijnen en onze tamme kip Dolly. Ze bezoeken met deze dieren enkele verzorgingstehuizen in de regio en geven de bewoners de gelegenheid om de dieren te knuffelen. Het is prachtig om elke keer weer die stralende gezichten van de bewoners te zien."

Nieuw op de boerderij

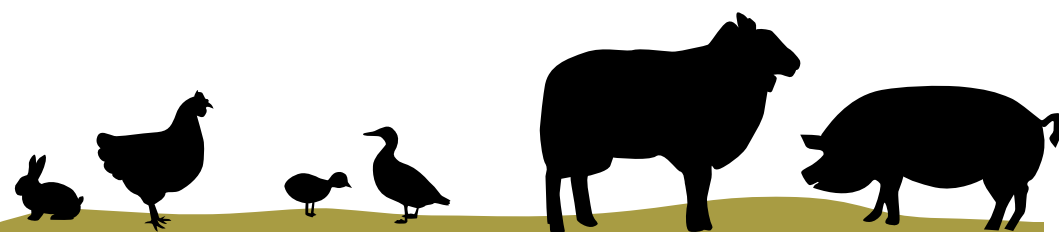
"Sinds kort heeft de kinderboerderij een nieuw kippenhok. Een betrokken bezoeker heeft haar erfenis nagelaten, waardoor we onder andere dit nieuwe hok konden financieren. De afgelopen jaren hebben we landelijk veel last gehad van de vogelgriep. Dan heb je als boerderij een ophokplicht, wat inhoudt dat we vorig jaar vijf maanden lang alle kippen en vogels moesten ophokken en het jaar daarvoor zelfs zes maanden. Normaliter lopen al onze dieren buiten, behalve 's nachts in verband met de vossen die ons terrein betreden. Voor een aantal uren zijn die hokken prima, maar niet om maanden in te zitten. Nu hebben we een mooi groot kippenhok, waardoor de kippen nu een fijne, ruime plek hebben om tijdens het uitbreken van de vogelgriep te verblijven."

"Iets anders nieuws wat op de boerderij te vinden is, is de weertuin. Hier leren kinderen op speelse wijze meer over zonne- en windenergie. Het is nog in ontwikkeling, we hopen de tuin van het voorjaar af te hebben. De weertuin is zo'n aspect dat laat zien dat we als kinderboerderij met de tijd meegaan en dat is iets wat ons bijzonder maakt. Dat, gecombineerd met de diervriendelijkheid, betrokken vrijwilligers, prettige sfeer en open karakter, maakt van 't Molentje echt een speciale plek."



Kinderboerderij 't Molentje
Heemstede

www.kinderboerderij-heimstede.nl



Help de kinderboerderij

De ultieme kerstgedachte: help de kinderboerderij door jaarlijks een bedrag van € 15,- te doneren! Meld je aan bij Ingrid of vul het formulier in op de website!

Ook op het gebied van vrijwilligers is 't Molentje op zoek naar wat extra handen. Ben je 12 jaar of ouder en heb je nog wat vrije uren in de week? Kom langs of mail naar kinderboerderij@heimstede.nl.



Ingrid Schenk

Beheerder

Kinderboerderij 't Molentje



Fotografie: Dirk Teeuwen

“De positieve ontwikkeling

die ik zie, is altijd zo mooi om mee te maken!”



Ellen Messagie
Eigenaar
BE-Kindercoaching

Ellen Messagie van BE-Kindercoaching gelooft dat kinderen puur en vrij in het leven horen te staan. Mocht dit (even) niet het geval zijn, dan kan zij als kindercoach op een toegankelijke manier uitkomst bieden.

Na haar studie aan de Pabo, heeft Ellen tien jaar bij KLM gewerkt. “Toch kwam ik erachter dat mijn passie ligt bij het werken met kinderen. Ik besloot me te laten omscholen tot kindercoach, om in deze snelle wereld persoonlijke aandacht te kunnen geven en zo per kind te zien wat zijn of haar kwaliteiten en talenten zijn.”

Zonder mening

“Ik heb zelf twee kinderen en loop ook weleens tegen dingen aan. In de loop der jaren heb ik gemerkt dat het echt kan helpen als een buitenstaander naar een bepaalde situatie kijkt. Kinderen kunnen heel goed aangeven hoe ze zich voelen en kunnen dat ook goed uiten als je zonder meningen of adviezen naar hen luistert. Er simpelweg voor hen zijn is al heel waardevol en heeft me al veel open gesprekken opgeleverd.”

Als coach bepaalt Ellen niet het pad wat een kind moet bewandelen, maar begeleidt hen vanuit hun eigen kunnen. “Tijdens het traject ben ik er niet alleen voor de kinderen, maar ook voor de ouders. Ouders kennen hun kind het beste en daarom zijn zij een onmisbare schakel in het geheel.”

Hoe gaat Ellen te werk?

Ellen begint met een intakegesprek met de ouders. Deze vindt bij voorkeur plaats bij de ouders thuis. “Samen nemen we het aanmeldingsformulier door, zodat er een duidelijk beeld ontstaat van waar ik hulp kan bieden. Daarnaast vertel ik mijn werkwijze, zodat de ouders weten wat ze van mij kunnen verwachten. Ik ben een mensen-mens en hecht dus veel waarde aan persoonlijk contact.”

Na het intakegesprek wordt het eerste gesprek met het kind ingepland. “Alles is heel laagdrempelig. Dit kan in mijn praktijk, maar ook bij de mensen thuis. Sommige kinderen ervaren het als zeer prettig als ze in hun eigen omgeving zijn, waardoor ze zich meer open durven te stellen. Het eerste gesprek zal voornamelijk een kennismakingsgesprek zijn, zodat het kind weet wie ik ben en waarvoor hij of zij bij mij is. De meeste kinderen ontvang ik tijdens schooltijd, omdat ik uit ervaring heb geleerd dat ze anders te moe zijn en hun aandacht snel verslapt.”

Voor wie?

Kinderen die Ellen begeleidt, komen voor uiteenlopende redenen bij haar. “Faalangst, gepest worden of pestgedrag vertonen, negatief zelfbeeld, slaapproblemen, verdriet na het veranderen van de gezinssituatie, ADHD en meer. Ik ben geen psycholoog en stel dus geen diagnoses. Kinderen die bijvoorbeeld ADHD hebben, komen bij mij nadat hun diagnose is gesteld. Want dan rijst de vraag: wat nu? Daarbij is elke situatie anders en is dus geen aanpak hetzelfde. Tijdens een sessie wordt er gepraat, maar er worden ook activiteiten uitgevoerd, zoals spelen en wandelen. Het is voor mij van belang om een fijne sfeer te creëren, zodat je kind zich bij mij op zijn gemak voelt.”

“Een traject duurt gemiddeld tussen de vijf tot tien sessies, waarna een evaluatiegesprek met de ouders zal plaatsvinden. Tijdens dit gesprek bespreken we de vorderingen die er gemaakt zijn en bekijken we samen of er nog meer sessies nodig zijn of dat het traject afgerond kan worden.”

“Het is mooi om te zien hoe kinderen en ouders tijdens en na het traject omgaan met de situatie. De positieve ontwikkeling die ik zie, is altijd zo mooi om mee te maken!” Wil je meer weten? Neem dan vrijblijvend contact op met Ellen via ellen@be-kindercoaching.nl.

bij Ellen

BE Kindercoaching

www.be-kindercoaching.nl



De buurmannen van
Dr. P. Cuyperslaan

Hoe speciaal is het om samen met een aantal van je buurmannen op ontdekkingsreis te gaan naar je eigen roots? In de Dr. P. Cuyperslaan doen ze dat, inmiddels alweer voor de derde keer. Het zijn stuk voor stuk bijzondere trips van een gemêleerd gezelschap. Dit jaar bracht hun zoektocht ze naar Schotland.



Het idee voor de ‘roots-trips’ ontstond enkele jaren geleden tijdens de afterparty van het jaarlijkse running dinner, een andere gezellige traditie in de Cuyperslaan. Een van de buurmannen heeft zijn wortels in het Engelse Cirencester en wilde graag zijn geboortegrond laten zien. Enkele maanden later staken zeven buurmannen voor een lang weekend de Noordzee over en bezochten ze het stadje en zijn omgeving in de wonderschone Cotswolds. De trip was zo’n succes dat het jaar erop de keus viel op Terschelling, de vertrouwde omgeving van een andere buurman. Het werd een prachtige zeiltocht over de Wadden en een fietstocht over het eiland. De groep reislustige buurmannen groeide in dat jaar naar dertien personen.

Clan MacLean

Ook dit jaar rees de vraag: gaan we nog op pad? En ja, als een van de buurmannen MacLean als achternaam heeft, is het reisdoel snel gevonden. Op naar Schotland dus, dit keer maar liefst met z’n vijftien. Het hoogtepunt van de trip was een bezoek aan Duart Castle op het Isle of Mull, de zetel van de 800 jaar oude Clan MacLean. Een deel van het kasteel is ingericht als museum met heel veel interessante informatie over de Clan MacLean. In een ander deel woont de 28e Chieft of the Clan MacLean, de 76-jarige Sir Lachlan MacLean. Een heel speciaal moment tijdens het bezoek van de Cuyperslaaners vormde dan ook de min of meer toevallige ontmoeting

tussen de Heemsteedse Sander MacLean en de leider van zijn wereldwijde familie, Sir Lachlan MacLean. De Chieft nam alle tijd voor een aangenaam gesprek.

Whisky

Een bezoek aan Schotland is natuurlijk niet compleet zonder een uitstapje naar een whisky-distilleerderij. Daarvoor toog de groep naar het pittoreske plaatsje Tobermory op het Isle of Mull, waar zich de gelijknamige whiskystokerij bevindt. De whisky bij de proeverij smaakte best.

Een dag wandelen door de West Highlands en overnachten in de 300 jaar oude en door geesten geplaagde herberg The Drovers Inn bij Loch Lomond maakten de trip compleet. Ook hier lieten de mannen zich de whisky (te) goed smaken onder muzikale begeleiding van singer-songwriter Stuart MacFarlane. Het werd al met al een trip om niet snel te vergeten.

Tradities

Een bijzondere laan, die Dr. P. Cuyperslaan. Hoewel de bewoners nog weleens wisselen, zijn de tradities altijd een constante: het jaarlijkse straatfeest, het running dinner, regelmatig een burenborrel in de Eerste Aanleg, de ‘roots-trips’... De laan heeft zelfs een eigen straatlied. En met burenen met wortels in landen als Zuid-Afrika en IJsland liggen er vast nog hele mooie reises in het verschiet.



Op reis met een Heemstedenaar Schoolbus

De familie Burlage (Roos, Job, Seb, Hermi en Danny) uit Heemstede besloot drie jaar geleden, naar aanleiding van een camperreis in Amerika, een schoolbus te kopen en die om te bouwen naar een camper. Hun doel? Europa verkennen! Hermi: "Een groot avontuur. Inmiddels hebben we diverse schitterende reizen gemaakt, onder andere naar Denemarken en de Noordkaap in Noorwegen. Ook hebben we een surfroute in Bretagne gereden."

"Om ook andere mensen het avontuur te laten beleven, is het mogelijk om de schoolbus te huren! Vragen of interesse? Bezoek onze Facebookpagina: www.facebook.com/onzeschoolbus."



Op reis met een Heemstedenaar Cuba

Als onze redactrice niet druk bezig is met HIK, pakt zij graag het vliegtuig naar zonnige bestemmingen die op haar bucketlist staan. Cuba is een van die bestemmingen. Authentiek, kleurrijk, vol historie, vriendelijke bevolking en overal muziek!

"Het land is zo gevarieerd, waardoor elke plek weer iets nieuws te bieden heeft. Havana bekijken vanuit een oldtimer, paardrijden door de groene valleien van Viñales, duiken in de blauwe wateren van Playa Giron, salsadansen met locals op Casa de la Musica in Trinidad en zonnen op de parelwitte stranden van Varadero. En natuurlijk mochten de cocktails en sigaren niet ontbreken! Het was een reis om nooit te vergeten."

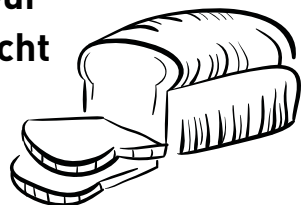




Lisette van der Wal
Bedrijfsleider
Bakker Van Maanen Heemstede

De smaak van Van Maanen

Van Maanen is de grootste ambachtelijke bakkerij van Nederland en sinds 2014 ook te vinden op de Heemsteedse Binnenweg. Nu de feestdagen voor de deur staan, kon HIK de geur van versgebakken speculaas niet weerstaan en bracht dus gauw een bezoekje aan Bakker Van Maanen.



We worden ontvangen door bedrijfsleider Lisette, die al een aantal jaren werkzaam is bij Van Maanen. "Voorheen stond ik al in het Heemsteedse filiaal, maar ik ben er 2,5 jaar tussenuit geweest omdat ik overstapte naar de Leidse vestiging. Toen daar alles op orde was, kreeg ik de kans om terug te komen naar Heemstede. Ik kom zelf uit Hillegom en vind Heemstede het leukste filiaal, dus die kans pakte ik met beide handen aan. Na die 2,5 jaar zie ik nog steeds dezelfde gezichten binnenkomen en herkennen klanten mij nog steeds. Ik vind het heerlijk om terug te zijn op mijn oude stek!"

Handgemaakt assortiment

Van Maanen werkt met drie verschillende concepten: de bakkerswinkel, de supermarktwinkel en de bakery cafés. Heemstede behoort tot het laatste concept. "Bij een bakery café haal je niet alleen je dagelijks brood, maar kun je ook even tot rust komen en iets lekkers nuttigen. Wij hebben er ook nog een stuk handgemaakt assortiment bij, waar ontzettend veel vraag naar is. Heemstede was zelfs het eerste filiaal waar dit werd geïntroduceerd. Handgemaakt staat voor puur, eerlijk en echt desembrood en banket. Heemstede is er gek op. Voor de bereiding van zowel brood als banket gebruiken we, waar mogelijk, biologische ingrediënten, vrij van toevoegingen. Zo weten we precies wat we de klant aanbieden."

Een andere hardloper is het Duinenbrood, het eigen brood van Van Maanen. "Niet alleen de ingrediënten maken het brood zo lekker, maar juist ook de samenstelling van de ingrediënten en het bakproces. Het brood bevat zonnepitten die eerst worden geweekt en geroosterd voordat deze in het brood gaan. Hierdoor wordt er extra smaak afgegeven en dat proef je direct."

Respect voor elkaars vak

Bakker Van Maanen Heemstede opende in mei 2014. "Vanaf dag 1 was het druk. Dat, gecombineerd met de variatie, maakt van elke dag een uitdaging. Het is zowel druk in het horecagedeelte als in de winkel. We verkopen zelfs net zoveel koffie als brood! Ik ben bekend met elke afdeling, want ik wil graag kunnen bijspringen waar nodig. Momenteel ben ik bezig dit ook aan het team over te dragen, zodat de horecaspecialisten kunnen bijspringen bij de winkel en vice versa. Zo worden klanten nog sneller geholpen, maar krijgen de collega's ook meer respect voor elkaars vak. We hebben een hecht team dat bestaat uit 37 mensen, dus ik heb er vertrouwen in dat dit goed gaat komen!"

Decemberdrukte

"De decembermaand is een van onze favoriete en drukste maanden. Buiten ruik je al dat we bezig zijn met het bakken van pepernoten en speculaas. Het lokt mensen echt naar binnen, dat is zo leuk om te zien. Wat in december ook bij ons te verkrijgen is, is erwtensoep. Dit wordt uiteraard geserveerd met ons eigen roggenbrood."

Van Maanen probeert zo weinig mogelijk voedsel te verspillen. "Dat doen we onder andere door samen te werken met Too good to go, een concept wat voedselverspilling tegengaat. Als wij aan het einde van de dag producten overhebben, zetten wij een aantal tassen klaar voor de mensen die zich via www.toogoodtogo.nl hebben ingeschreven. Zo'n gevulde tas heeft een waarde van € 15,- maar gaat weg voor € 5,-. Een ander gedeelte van wat wij overhouden aan brood, geven we aan de voedselbank. Wat niet meer goed is, wordt vermalen tot diervoeding, dus we verspillen heel weinig. Van Maanen heeft het hele jaar door de kerstgedachte!"



BAKKER VAN MAANEN

Binnenweg 103
2101 JE Heemstede
www.bakkervanmaanen.nl



Marco & Tanja Rupert
Eigenaren
Bistro Deux

Een kijkje in de keuken van Bistro Deux

Op de Binnenweg bevindt zich al 31 jaar **Bistro Deux**. Het restaurant staat al jaren bekend om hun prachtige gerechten die om te smullen zijn. Broer Marco en zus Tanja staan aan het roer nadat zij het restaurant hebben overgenomen van hun moeder. Tanja: "Wij zijn erg trots dat we **Bistro Deux** mogen voortzetten, maar dan in een modernere jasje!"

Tanja startte twintig jaar geleden in het restaurant en Marco vertoont al bijna dertig jaar zijn kunsten in de keuken. Vijf jaar geleden besloot Raymond Peters hem als kok te vergezellen. Het duo maakt van elk gerecht een feestje. Marco: "We zien regelmatig dat gasten foto's maken van de gerechten op hun bord. Zo krijgen we de bevestiging dat we er weer iets moois van hebben gemaakt!"

De keuze is reuze

Elke avond zien Marco, Tanja en hun team een breed publiek binnenkomen. Niet zo gek, want er is voor ieder wat wils; van hertenbiefstuk tot kaasfondue en van gamba's tot spareribs. Meer trek in een klein hapje? Bij **Bistro Deux** kun je genieten van een shared bites plateau – vanaf twee personen – met verschillende lekkere kleine voorgerechten erop. "Tijdens dit seizoen nog lekkerder met een goed glas wijn bij het haardvuur of gezellig aan de bar!"

Blijven vernieuwen

Marco, Tanja en Raymond kijken continu naar wat er vernieuwd kan worden. Zo verandert het à-la-carte menu elk kwartaal en verandert het keuzemenu, waarbij je voor drie gangen € 28,95 betaalt, elke maand. Marco: "In de keuken wordt gewerkt met verse producten en we maken vrijwel alles zelf. We willen onze gasten blijven verrassen. Dat doen we door het menu te blijven veranderen, maar ook door de prijs-kwaliteitverhouding die we bieden."

Ook met Kerst heeft **Bistro Deux** genoeg lekkers voor de gasten in petto. "Tijdens beide kerstdagen serveren wij een overheerlijk kerstmenu, bestaande uit zeven gangen."

Tanja: "Onze gasten passen bij ons: laagdrempelig, spontaan en gezellig. Sommige nieuwe gasten vertellen dat ze hier nog nooit eerder zijn geweest, terwijl ze al jaren in Heemstede wonen! Gelukkig zeggen ze dit in combinatie met een positieve opmerking, namelijk dat ze zeker terug zullen komen."

Decembarmenu € 28,95

Keuze uit drie voorgerechten
Gamba's - knoflookolie - champignons - Spaanse peper

Aardappel - truffelsoep - paddenstoeltjes

Gegrilde eendenborst - Japanse salade - soja-vinaigrette

Keuze uit drie hoofdgerechten
Varkenshaas - Camembert - Serranoham

Rundersukade - aardappelpuree - wintergroenten

Gebakken zalmfilet - dille - mosterd - rivierkreeftjes

Dessert van de chef

7-gangen kerstmenu*
€ 59,50

★ ★

Proeverij kalf – dun gesneden – kwarteleitje – steak tartar – bitterbal – mosterdmayonaise

Gevogelte crèmesoep – shiitake – kervel

Tonijn – licht gegrild – wakamé – sesam – teriyaki

Eendenbout – gekonfijt – zuurkool – madeira

Coquilles – sake – soja – knoflook – prosciutto

Ossenhaas – in z'n geheel gebraden – bearnaisesaus – rosevalpastei – asperge

Chocolademousse – cheesecake – vanille ijs – brownie ★

*Vergeet niet te reserveren!
*Op zoek naar een origineel kerstcadeau?
Geef een dinerbon van **Bistro Deux** cadeau!

★ ★ ★



Binnenweg 25
2101 JA Heemstede
www.bistrodeux.nl
www.facebook.com/bistro.deux

Werken bij Bistro Deux?

Bistro Deux is nog op zoek naar gezellige collega's voor de bediening en de afwas.

Wellicht is het je al opgevallen: Salt Seafood Bar & Wines heeft afgelopen september de deuren geopend op de Zandvoortselaan. Een aantal meters verder vind je het welbekende Red Orchids. Wat deze restaurants gemeen hebben? Gerechten om je vingers bij af te likken én eigenaar Tjong Yin Pang.

“Vanaf het moment dat Salt de deuren opende, is het restaurant geen weekend leeg geweest”, steekt een trotse Tjong van wal. “Het voordeel is dat ik de gasten van Red Orchids al op de hoogte kon brengen van mijn plannen. Veel van hen zijn dus een kijkje komen nemen. De rest ging eigenlijk vanzelf. Ik miste een écht visrestaurant in Heemstede en kreeg bij Red Orchids al vaak de vraag naar visgerechten. Toen deze kans op mijn pad kwam, moest ik er wel voor gaan.”

De chef aan het woord

Terwijl Tjong zich richt op het restaurant, zwaait chef-kok David Bakker in de keuken de scepter. David: “De afgelopen weken hebben we door middel van een try-out menu de gasten een selectie van onze keuren kunnen laten proeven. Het begon met acht gerechten op de kaart, vervolgens werden dat er 24 en nu staat alles wat we in gedachten hadden op de kaart. De reacties zijn ontzettend positief en we zien na zo’n korte tijd zelfs al mensen terugkomen. De menukaart gaat met de seizoenen mee, dus nu is winter het thema en hebben we een aantal vegetarische- en vleesgerechten aan de mogelijkheden toegevoegd.”

Dagelijks verse vis

Van de 23 jaar dat David kok is, focust hij zich al tien jaar op het bereiden van visgerechten. “Bij Salt kan ik veel meer mijn creativiteit kwijt. Ik krijg van Tjong de vrijheid om te experimenteren en iets van mezelf in het gerecht te doen.” Dat vis de core business is, is bij binnenkomst al te zien aan de vitrine, waar verse vissen, schelpdieren en kreeften worden gepresenteerd. David komt graag aan tafel vertellen hoe jouw gerecht wordt bereid en wijst precies de vis aan die daarvoor gebruikt gaat worden. “De vis komt van Vishandel Tel, waar ik al negen jaar zaken mee doe. Elke dag levert Tel verse vis, waarvan ik weet dat de kwaliteit top is, en dat proef je terug in elke hap.”

Genieten met de grote G

Tjong: “Het concept van Salt biedt de mogelijkheid om evenementen te organiseren. Zo is om de week op zondag de kreeft extra scherp

geprijsd en is vrijdagmiddag de oestermiddag, waarbij je tijdens een gezellige netwerkbordel kunt genieten van oesters voor € 1,- met een lekker glas wijn of goede gin tonic.” Niet zo’n fan van oesters? Geen probleem, want andere hapjes, zoals garnalenkroketten en kaviaar, behoren ook tot de mogelijkheden. Daarnaast is de bar groter gemaakt, waardoor je om 16.00 uur prima langs kunt komen voor een glas wijn. David: “Keuze genoeg, er staan namelijk twintig flessen open!”



David Bakker
Chef-kok
Salt Seafood Bar & Wines

Tjong Yin Pang
Eigenaar
Salt Seafood Bar & Wines
en Red Orchids



Zandvoortselaan 139
2106 CM Heemstede
www.seafoodbarsalt.nl

Als een in het water

Red Orchids

Een greep uit de menukaart

Voorgerechten

Crispy pancake duck
Sashimi zalm & zeebaars
Beef tataki

Tussengerechten

Salmon Saffron kokos
Gamba's Salt & Szechuan pepper
Codfish Nam Jim

Hoofdgerechten

Nam prik poa
Szechuan trio chicken beef prawns
Steamed seabass



De groei van Red Orchids

Het is alweer drie jaar geleden dat HIK een bezoekje aan Red Orchids bracht. Nu we Tjong toch spreken, zijn we eigenlijk wel benieuwd hoe het gaat. Tjong: “Er is in die drie jaar wel het een en ander veranderd! Er is een gezellig terras op de binnenplaats gekomen, we zijn dit jaar voor de derde keer op rij onderscheiden met een Bib Gourmand, we staan in de Lekker Top 500 en we bezorgen onze vers gemaakte sushi nu ook thuis. Ik kwam erachter dat veel mensen thuis van de sushi willen genieten, dus daar is voor gezorgd! Via bestellen.redorchids.restaurant kun je van 14.00 tot 21.00 uur een sushibox bestellen of er zelf een samenstellen!”

Team Salt Seafood Bar & Wines
en Red Orchids



Zandvoortselaan 145
2106 CM Heemstede
www.redorchids.restaurant
bestellen.redorchids.restaurant

10 wijntips voor het perfecte kerstdiner

#1 Ga voorproeven

Laten we maar meteen beginnen met het leukste: voorproeven. Veel wijnwinkels hebben nu proeverijen of flessen in de winkel openstaan om te proeven. Probeer je tijdens het proeven een beetje te verplaatsen in de avond en het gerecht, maar kies vooral een wijn waar je zelf van overtuigd bent.

Kom voorproeven op zondag 9 december

Meld je aan via heemstede@grapedistrict.nl

#2 Denk na over de line up

Net als op de dansvloer begin je ontspannen en bouw je het op naar het hoogtepunt. Dat geldt niet alleen voor de wijn, maar ook voor de volgorde van de gerechten. Smaakpapillen kunnen goed opschakelen, maar hebben geen achteruit. Dus begin met een bubbel of een lichte witte wijn en werk dan geduldig toe naar de zware rode uitsmijter van de avond of eventueel de dessertwijn.

#3 Combineren is niet moeilijk

De basis van wijnen met gerechten combineren is niet moeilijk en je komt er al heel ver mee. Het uitgangspunt is dat je de elementen van het gerecht terug laat komen in de wijn. Is het bijvoorbeeld een licht en fris gerecht (zoals een salade of viscarpaccio), zoek daar dan ook een frisse witte wijn bij. En andersom geldt ook dat een vol gerecht met veel smaak vraagt om een stevige wijn die daar tegenop kan. Peper en pittige smaken maken de tannines in een rode stevige wijn zachter en kies bij een zoetig gerecht eerder een aromatische volle witte wijn. Zo, wijn/spijs in vijf zinnen, maar als je dit als leidraad gebruikt, zit je altijd in de goede richting.

#4 Wijnen met een verhaal zijn lekkerder

Niets moet en iedereen heeft een eigen smaak, maar het leuke van wijn is dat elke fles anders is. Dat geldt zeker voor flessen die door echte wijnboeren gemaakt zijn en niet uit een fabriek komen. Het verhaal van de streek, de druif en de wijnboer laten de wijn gegarandeerd meer leven aan tafel.

#5 Vis en rode wijn kan prima

Kan jouw kerstdiner wel wat opschuldiging en discussie aan tafel gebruiken? Schenk dan eens een rode wijn bij de vis; dat kan heel goed. Kies hier wel een lichte rode wijn bij uit met niet te veel tannines. Zet de fles even een half uur voor het uitserveren in de koelkast, zodat de wijn iets kouder wordt en daardoor ook lichter aanvoelt in je mond.

#6 Zet een volle rode wijn van te voren open

Eigenlijk is geen mooi diner compleet zonder een mooie volle rode wijn waar iedereen even moeilijk bij kan kijken. Volle rode wijnen bevatten vaak veel tannines als ze nog jong zijn (en bijna alle rode wijnen worden tegenwoordig jong verkocht). Die tannines worden zachter als je het geduld hebt om de wijn een paar jaar te laten liggen. Maar als je die tijd niet hebt, of gewoon ongeduldig bent, dan is het een goed idee om de wijn ruim van tevoren open te maken en daarmee lucht te geven. Haal gewoon de kurk eruit, of, eigenlijk nog beter, giet de fles in kan of karaf. Je zult proeven dat de wijn veel zachter wordt.

#7 Niet te warm en niet te koud

Temperatuur is belangrijk bij wijn, en het is goed om daar rekening mee te houden, vooral ook omdat het relatief weinig moeite kost. De basisregel dat witte wijn uit de koelkast in je glas gaat, is prima, maar het is vaak beter om de wijn toch net een paar graden warmer te drinken dan de temperatuur in de meeste koelkasten (6 graden). Hierbij geldt: hoe voller de wijn, hoe minder ijskoud hij gedronken moet worden. Haal de witte wijn dus net van tevoren al uit de koelkast, zodat hij een paar graden kan bijkomen.



#8 Kaasplank loves wit

Het klinkt logisch om na het hoofdgerecht bij een kaasplank door te gaan met een volle rode wijn of misschien een port. Vaak is een volle, zachte witte wijn een veel beter idee, zeker als je kaasplank onder meer bestaat uit witte, romige kazen. Ook hier geldt dat het geen kwaad kan om zo tegen het einde van het diner de boel wat op te schudden.

#9 Gekoeld bewaren

Wie wat bewaart, heeft wat, maar dan moet je het wel goed doen. Het kan natuurlijk een keer gebeuren dat de fles niet helemaal leeg gaat. Sluit dan in dat geval de fles goed af zodat er geen zuurstof meer bijkomt of, liever nog, vacumeer de wijn met een dop en een pomp. Zet daarna de fles in de koelkast, ook de rode wijn. De wijn verliest bij lage temperatuur minder snel zijn fruit. Drink de fles wel de volgende dag gezellig op, want langer dan een dag houden de meeste wijnen het niet vol.

#10 Zorg dat je gezellig zit

Je kunt nóg zo hard je best gedaan hebben op de lekkerste gerechten en de beste wijnen, maar het is natuurlijk net zo belangrijk dat het ook gezellig is aan tafel. Als je de gastenlijst niet helemaal zelf kunt bepalen, zorg er dan voor dat je strategisch goed zit. En anders in ieder geval dicht bij een fles wijn, want je hebt genoeg om over te praten na het lezen van deze tips.

échte smaak is persoonlijk.
grapedistrict

Binnenweg 200A
2101 JS Heemstede
www.grapedistrict.nl

Alles voor fotografie bij jou in de buurt

Foto Vincent van Dijk is dé Heemsteedse fotospeciaalzaak. Eigenaar Vincent van Dijk opende vier jaar geleden de winkel om goed en persoonlijk advies te verschaffen, of het nu gaat om het aanschaffen van fotografische artikelen of het afdrucken en inlijsten van jouw eigen foto's. "Ik wil niet zo'n ondernemer zijn die niets van zijn eigen zaak meekrijgt, maar juist in de winkel staan en persoonlijk contact hebben."

Vincent van Dijk

Eigenaar

Foto Vincent van Dijk



Van kleins af aan is fotograferen Vincents grootste hobby. "Toen ik 11 jaar was, fotografeerde ik met de analoge camera van mijn moeder op allerlei feestjes. Het was dus niet zo gek dat ik naar de Fotovakschool in Amsterdam ging. Tijdens deze opleiding heb ik veel geleerd, maar ik kwam erachter dat de combinatie van fotografie en retail mij meer aansprak. Zodoende besloot ik daarvoor de nodige opleidingen te volgen en ben ik vervolgens gaan werken bij Fotovak Engel, eerst in Amsterdam en vervolgens in Heemstede. In 2014 sloot deze zaak echter haar deuren en zag ik de kans om een droom die ik al jaren had waar te maken; het openen van mijn eigen fotospeciaalzaak."

"Deze beslissing ging gepaard met de nodige twijfels, maar mijn vader, die zelf ondernemer is geweest, gaf mij het zetje in de rug. Hij sprak de wijze woorden: 'Waarom zou je het niet doen?'. Hij had gelijk. Na een lange voorbereiding en hard werken was het op 2 december 2014 dan eindelijk zover: Foto Vincent van Dijk opende haar deuren!"

Grootste assortiment lijsten van Noord-Holland

Bij Foto Vincent van Dijk kun je terecht voor alles rondom fotografie, van camera's tot accessoires, maar ook voor het afdrucken van foto's, wat onder andere mogelijk is via de Foto Vincent van Dijk app. Of het nu standaard maten zijn of juist grote formaten; de professionele printapparatuur weet er raad mee. "Ook hebben we een ruim assortiment fotolijsten. Ik durf wel te zeggen dat we zelfs het grootste assortiment van Noord-Holland hebben. Een deel van de fotolijsten is te vinden in onze webshop, maar het grootste gedeelte is te bewonderen in de winkel. De lijsten bestaan uit standaardmaten die variëren van 10 bij 15 centimeter tot wel 70 bij 100 centimeter. Zit de gewenste maat of kleur er niet bij? "Geen probleem. Wij leveren lijsten op maat. Daarnaast starten we in het nieuwe jaar met een eigen merk fotolijsten. In die lijsten zit een ingevul met de geïllustreerde Oude Kerk aan het Wilhelminaplein erop. Helemaal Heemstede dus!"

"Los van het afdrucken op fotopapier bieden we ook vele andere materialen aan, zoals het drukken op canvas, aluminium, plexiglas en hout. Natuurlijk hebben we ook fotoalbums in het assortiment om foto's in te plakken, maar ook digitaal gemaakt."

Workshops

Heb je zelf interesse in de wereld van fotografie en zou je er meer over willen leren? "Mijn collega Archie is een geweldige fotograaf en deelt graag zijn kennis. Daarom bieden we fotografie-cursussen voor zowel beginners als gevorderden. Een workshop duurt zeven weken en is erg in trek. Ook organiseren wij fotowandelingen waarbij we samen met klanten eropuit gaan om met mooie foto's thuis te komen. Inschrijven kan door een mailtje te sturen naar info@fotovincenvandijk.nl."

Professionele LinkedIn-foto's

"Men kan bij ons terecht voor officiële pasfoto's, bijvoorbeeld voor een rijbewijs of paspoort, maar je kunt ons ook inhuren op locatie. Dit is iets waar wij ons steeds meer in willen gaan ontwikkelen. Wij zijn dan ook te boeken voor een bruiloft, feest, familie-fotoshoot of een andere gelegenheid die je bijzonder vindt. Ook neemt de vraag naar een goede LinkedIn-foto steeds meer toe, dus bieden we de mogelijkheid om een professionele profielfoto te schieten. De fotografie is door de jaren heen veel veranderd. Wij vinden het leuk om met die ontwikkelingen mee te gaan."

FOTO VINCENT VAN DIJK

Binnenweg 137
2101JE Heemstede
www.fotovincenvandijk.nl



“Ik heb goede hoop dat we uiteindelijk diabetes kunnen genezen”

Jan Alle Bokma studeerde geneeskunde aan de Vrije Universiteit in Amsterdam. Hij is sinds 1987 werkzaam bij het Spaarne Gasthuis. “Kindergeneeskunde is ontzettend divers. Ik werk met patiënten van klein tot groot. Kinderen groeien, ontwikkelen zich en komen steeds weer in een andere levensfase. Dit vak gaat daardoor nooit vervelen.”

“Toen ik in 1987 bij het Diaconessenhuis aan de slag ging, was dit nog een klein ziekenhuis. Door de fusies is het Spaarne Gasthuis inmiddels een groot opleidingsziekenhuis, waardoor kinderartsen elk hun eigen aandachtsgebied kunnen ontwikkelen. Bij mij is dat endocrinologie – een specialisme dat zich richt op ziekten, waarbij er een verstoring is in de hormonen en/of de groei –, de diabeteszorg voor kinderen en toepassingen van ICT in de gezondheidszorg.”

KinderDiabetesCentrum Heemstede

In de Heemsteedse locatie van het Spaarne Gasthuis bevindt zich sinds 2011 het KinderDiabetesCentrum (KDC). Hier worden kinderen met diabetes in teamverband begeleid door drie kinderartsen, drie kinderdiabetesverpleegkundigen en drie diëtisten. “Diabeteszorg vergt een specifieke expertise. De laatste twintig jaar heb ik mij daarop toegelegd, omdat ik het interessant vind om kinderen met een chronische ziekte te begeleiden. Vooral in de

puberteit is het een uitdaging om kinderen te coachen. Pubers hebben soms andere prioriteiten in het leven dan het managen van een chronische ziekte. Als arts probeer ik naast hen te blijven staan en samen oplossingen te bedenken om zo gezond mogelijk te kunnen blijven.”

De feiten op een rij

Diabetes type 1 is een ziekte waarbij de alvleesklier niet meer voldoende insuline aanmaakt, daardoor kan het lichaam de bloedsuikerspiegel niet meer in evenwicht houden. Het merendeel van de diabetespatiënten van 0 tot 18 jaar heeft diabetes type 1. “Een kind met diabetes moet zichzelf altijd insuline toedienen, dit kan met een insulinepen of met een insulinepomp. Daarbij moeten kinderen hun eigen bloedsuiker kunnen controleren, sinds dit jaar kan dit met een speciale meter zonder in de vinger te hoeven prikken. Door een smartphone bij dit apparaat te houden, is de bloedsuiker af

te lezen. De ontwikkelingen in de technologie gaan op dit moment heel hard.”

“Diabetes is een aandoening waarmee je prima kunt leven, maar je moet er 24/7 rekening mee houden. Als je eet, moet je je afvragen hoeveel koolhydraten de maaltijd bevat en hoeveel insuline daarvoor nodig is. Dat vergt veel discipline. Technisch kan iedereen het leren, maar om het dag in, dag uit ook te doen, is voor een kind best lastig. In het KDC zijn ook kinderpsychologen bij de begeleiding betrokken om hen te helpen met deze aandoening om te gaan. Ook bieden we onze patiënten 24-uurs bereikbaarheid, waardoor met goed advies problemen snel kunnen worden opgelost.”

De carroussel en de groepen

“Het volledige team van het KDC werkt nauw samen, zodat een kind tijdens een bezoek in één keer bij alle hulpverleners terecht kan. Dit wordt de ‘carroussel’ genoemd. Daarnaast

hebben we ook groepsbijeenkomsten voor ouders en kinderen apart. Een voordeel daarvan is, dat je kennismaakt met andere kinderen met diabetes en ervaringen dus gedeeld kunnen worden. Deze bijeenkomsten hebben steeds een ander thema, passend bij de leeftijd en worden deels ook geleid door de kinderpsycholoog.”

Diabetes door de jaren heen

“De diabeteszorg is door de jaren heen enorm veranderd. Vroeger konden kinderen alleen de urine op suiker nakijken en moest de insuline met een injectiespuitje worden toegediend. Nu hebben we geavanceerde apparatuur om dat te vergemakkelijken. Een insulinepomp is bijna net zo makkelijk te bedienen als een mobiele telefoon, kinderen hebben de gebruiksaanwijzing meestal razendsnel door. Het KDC maakt op indicatie ook gebruik van continue glucosesensoren. Deze sensor meet continu de bloedsuiker en geeft deze waarde

door aan de insulinepomp. Als het bloedsuikergehalte te laag dreigt te worden, schakelt de insulinepomp vanzelf uit. Dit jaar is er zelfs een pomp op de markt gekomen die ook extra insuline toedient als de bloedsuiker te hoog wordt.”

“Door alle ontwikkelingen is het makkelijker geworden om met diabetes te leven dan 25 jaar geleden. Uiteindelijk verwacht ik een min of meer automatische insulinepomp die je bloedsuikergehalte bijstelt, zonder dat je er zelf nog veel aan hoeft te denken. Ook lopen er onderzoeken waarbij gezocht wordt naar oplossingen om diabetes echt te genezen. Het is toekomstmuziek, maar het begin is er. Als de veranderingen in hetzelfde tempo door blijven gaan als voorgaande jaren, heb ik goede hoop dat we diabetes uiteindelijk kunnen genezen.”



Jan Alle Bokma
Kinderarts
Spaarne Gasthuis

Kinderen met diabetes worden in teamverband begeleid door kinderartsen, kinderdiabetesverpleegkundigen en diëtisten. Het diabetes team heeft na afloop van het spreekuur altijd een nabespreking.

Spaarne  Gasthuis

Spaarnepoort 1
2134 TM Hoofddorp

Boerhaavelaan 22
2035 RC Haarlem

Händellaan 2a
2102 CW Heemstede

www.spaarnegasthuis.nl
(023) 224 00 00

Ook Heemstede zwemt tegen kanker

Swim to Fight Cancer Haarlem heeft dit jaar maar liefst € 481.192,50 opgehaald voor stichting Fight cancer. De opbrengst die is binnen-gehaald door de 757 deelnemers en een groot aantal sponsors, wordt gedoneerd aan de onderzoekers van Fight cancer/KWF. 16 september 2018 startten deelnemers van jong tot oud hun tocht in het Spaarne.

Deelnemers konden zich bij de tweede editie van Swim to Fight Cancer Haarlem inschrijven voor een individuele tocht van twee kilometer en als een estafette- of businessteam. Voor de gevorderden was er een tocht van vier kilometer uitgestippeld. Omdat kanker alle leeftijden raakt, was er tevens een Kids Obstacle Swim georganiseerd, waar onder andere leerlingen van de Heemsteedse Prinses Beatrix School aan meededen. Van de 757 deelnemers deden er 112 kinderen mee om geld in te zamelen voor onderzoek naar kanker.

Klaar voor de start

De afgelopen maanden werden er wekelijks gratis trainingen gegeven om deelnemers klaar te maken voor de Swim to Fight Cancer. Ook werden er diverse open-watertrainingen gegeven. Kortom: er is alles aan gedaan om iedereen zo fit mogelijk te laten starten.

Onder de zwemmers was ook Dennis Warmerdam aanwezig, de aanvoerder van de nationale Jong Oranje hockeyploeg. De muzikale warming-up werd verzorgd door voormalig judoka Dennis van der Geest, Gaston Starreveld (HIK9) en Dick Kol praatten de dag aan elkaar en de Heemsteedse zangeres Marleen Bijleveld (HIK8) onthaalde de laatste zwemmers met een speciaal nummer voor de swim.

Over Fight cancer

Fight cancer is een jonge en eigenzinnige stichting die fondsen werft voor KWF Kankerbestrijding. Onder het motto 'Love life. Fight cancer' laat de stichting zien dat de strijd tegen kanker resultaat oplevert en inspireert de stichting mensen om mee te doen. Fight cancer wil mensen bewustmaken van de noodzaak van kankerbestrijding, betrekken bij de strijd tegen kanker en vooral: aansporen tot actie.



De opbrengsten Swim to Fight Cancer Haarlem gaan naar een van de jonge talentvolle onderzoekers van Fight cancer in het Antoni van Leeuwenhoek die onderzoek doen naar immuuntherapie. Ook Heemstedenaren hebben hun steentje bijgedragen. HIK heeft deze helden op de foto gezet.

haarlem.swimtofightcancer.nl



Met de huidcomputer is het mogelijk de gezichtshuid onder invloed van vijf verschillende huidanalyse-modi te bekijken en direct vast te leggen. De gepatenteerde technologie, die gebruikmaakt van speciale fluorescentie en gepolariseerd licht, maakt de kenmerken van de huid en eventuele huidaandoeningen direct zichtbaar.

Afgestemde behandeling en producten

Veel huidaandoeningen beginnen in de diepere huidlagen en worden pas in de loop van de tijd zichtbaar. De huidscanner analyseert ook diepere huidlagen en brengt deze aandoeningen haarscherp in beeld. Het wordt mogelijk om de behandeling en huidverzorgingsproducten af te stemmen op de toekomst en eventuele problemen voor te zijn.

De huidscanner maakt verschillende foto's van de huid. De specialiste kan samen met de cliënt direct een behandelplan opstellen en een gepast productadvies geven. De cliënt ontvangt de foto's met het advies direct per mail. Alle resultaten worden opgeslagen en kunnen later worden vergeleken met de voorafgaande sessies. Zo kan het resultaat van een behandeling direct zichtbaar worden gemaakt.

Wat wordt er zoal zichtbaar gemaakt tijdens de huidanalyse?

- Pigmentatiestoornissen
- Verdeling van melasmapigmentatie
- Huidschade door zonlicht
- Overmatige talgklierproductie/ vet huidtype (porfyryne)
- Verstopte poriën
- Lage talgklierproductie/droog huidtype
- Verhoorde huid
- Huidveroudering zoals rimpels en huidverslapping
- Gevoelige, dunne, kwetsbare huid
- Huidoppervlaktetextuur
- Vasculaire gebieden (roodheid, couperose en rosacea)
- Verminderde bloedcirculatie
- Huidirritatie
- Gedehydrateerde huid

Het laatste punt is zelfs een van de meest onderschatte, maar tevens een van de grootste veroorzakers van huidveroudering. Neem samen met de huidspecialiste van Blitz een kijkje in de toekomst van de huid, want voorkomen is beter dan genezen.



Blitz neemt een kijkje in de toekomst van je huid

Blitz Skincare presenteert de revolutie in huidanalyse; de huidscanner. De huidscanner ziet dingen die we met het blote oog niet kunnen zien. Een goede huiddiagnose is de basis voor een goed en compleet huidadvies, dus wacht niet langer en breng een bezoekje aan Blitz voor deze unieke en complete huidscan!



Raadhuisstraat 19-21
2101 HC Heemstede
www.blitzwellness.nl
www.blitzcosmetics.nl



Karin Arp
Eigenaar
Styled BY ARP



FASHION FOOD LIFESTYLE

Toddler's Kinderwinkel is na 21 jaar verleden tijd geworden en heeft plaats gemaakt voor Styled BY ARP. Door de kindwinkel is een frisse wind gegaan. Zowel de dames- als herencollectie breidde steeds meer uit, waardoor het tijd werd voor een metamorfose en een nieuwe naam. "We zitten hier al 21 jaar, maar het voelt weer als nieuw", aldus eigenaresse Karin Arp. "Moderner en hipper, maar nog net zo gezellig!"

Styled BY ARP is een winkel waar iedereen, van baby's tot volwassenen, terecht kan voor de tofste outfits. In de winkel vind je een hip aanbod van verschillende merken, zoals: Les Favorites, Fifth House en 10DAYS voor dames. Heren kunnen bij Styled BY ARP terecht voor de merken Colmar, Purewhite en binnenkort de nieuwste Vespa sneakers en meer. "Wij willen dat iedereen tevreden onze winkel verlaat, daarom geven wij dan ook een eerlijk advies en bij twijfel kun je gewoon een volgende keer terugkomen!"

Naast de dames-, heren- en kinderkleding heeft Styled BY ARP ook leuke lifestyleaccessoires. De geurkaarsen van Voluspa, heerlijke producten van Nicolas Vahé en de leuke sieradenmerken maken het helemaal compleet. En dan ook nog heerlijke cappuccino's. "We willen onze klanten in de watten leggen."

Styled BY ARP komt naar je toe!

Binnenkort gaat Styled BY ARP haar concept uitbreiden. "Het is toch heerlijk voor de mensen die het druk hebben om 's avonds thuis te kunnen shoppen? Vooral met stylingadvies en een bij jou passende collectie in je eigen woonkamer!" Rond half januari komt de Styled BY ARP bus naar je toe. Neem nu alvast contact op door te bellen naar (023) 528 28 40 om de gepersonaliseerde kledingrekken bij jou thuis te ontvangen.

STYLED
**BY
ARP.**

Binnenweg 85A
2101 JD Heemstede
www.facebook.com/styledbyarp
www.instagram.com/styledbyarp
(023) 528 28 40



Laura van Keller & Patricia Kaars Sijpesteijn
Filiaalmanagers
Hockey Republic Heemstede

Hockey Republic opende in 2003 in Haarlem de deuren om aan de behoefte aan een specialistische hockeywinkel voor jong en oud te voldoen. Hier kun je niet alleen terecht voor een advies op maat, maar ook producten uitproberen op het indoor hockeyveld. De formule blijkt succesvol, waardoor filialen in Bussum, Breda, Utrecht en Rijswijk volgden. Afgelopen zomer is het Haarlemse filiaal verhuisd naar de Heemstedse Raadhuisstraat, waar trotse filiaalmanagers Patricia en Laura voor je klaarstaan.

Door de verhuizing kon het Heemstedse filiaal gelijk in een nieuw jasje worden gestoken. Bij binnenkomst word je begroet door een grote rode neushoorn, die terug te vinden is in het vernieuwde logo van Hockey Republic. De kernwaarden van Hockey Republic zijn echter onveranderd gebleven. Laura: "Wij staan voor deskundig en persoonlijk advies, waarbij we luisteren naar jouw wensen en meedenken met welke producten jij het meeste plezier uit hockey kunt halen."

Terug naar de roots

Patricia: "Laura en ik zijn ontzettend blij met de verhuizing naar Heemstede. De parkeermogelijkheden zijn hier veel beter, waardoor men toch wat makkelijker langskomt, het is een fijne winkelstraat en we voelen ons hier thuis. Ik woon namelijk in Heemstede en Laura is hier geboren." Laura: "Het was voor mij dan ook pure nostalgie toen ik sinds lange tijd over de Raadhuisstraat liep!"

Hockeyend personeel

"Hockey Republic Heemstede opende vlak voor de start van het seizoen, dus het was een gekkenhuis. Zo merkten we gelijk dat de winkel goed bij Heemstede past. Het is een echt hockey-dorp. Daarbij zitten veel hockeyclubs hier in de buurt, waardoor we een regiofunctie hebben", aldus Laura. "De vaste klanten uit Haarlem bezoeken ons nu in Heemstede. Door de jaren heen hebben Patricia en ik een vertrouwensband met hen opgebouwd, waardoor de klanten weten dat we een eerlijk advies geven."

"Met de persoonlijke aandacht en die eerlijke adviezen willen we ons onderscheiden van de gewone sportwinkel", haakt Patricia in. "Het is een voordeel dat we allebei hockeyers zijn en dat onze kinderen hockeyen. We weten dus waar we het over hebben. Sowieso werken hier louter mensen met verstand van zaken. Elke zomer breiden we ons team uit met hockeyers van Dames 1- en Heren 1-teams. Kinderen vinden het ontzettend leuk om te zien dat de spelers waar zij tegenop kijken, hier in de winkel staan."

Samenwerking MHC Alliance

"We ontvangen erg veel positieve reacties. Men vindt het een betere plek en een mooie, overzichtelijke winkel geworden waarin echt alles voor hockey te vinden is. Je vindt hier merken als Adidas, Dita, Asics, Grays en natuurlijk ook Osaka, het merk van MHC Alliance." Hockey je bij MHC Alliance? Dan moet je zeker naar Hockey Republic, waar het gehele tenue verkrijgbaar is. Laura: "Osaka heeft speciaal voor Alliance een nieuw shirt ontworpen, dat uiteraard ook bij Hockey Republic verkrijgbaar is."



Van 2 november tot en met 8 december wordt er 20% tot 25% korting gegeven op diverse artikelen. Meer informatie over Hockey Republic en eventuele kortingsacties vind je op de website.

**HOCKEY
REPUBLIC**

Raadhuisstraat 26
2101 HG Heemstede
www.hockeyrepublic.com



Geert Jan Waardenburg
Eigenaar
Autobedrijf Van Schagen



Autobedrijf Van Schagen kijkt altijd vooruit

Autobedrijf Van Schagen is gestart in 1890. Toen lag de focus nog op paard en wagen, maar door de jaren heen bleef het bedrijf met de veranderingen meegroeien en is daarmee het oudste autobedrijf van Heemstede. Wat niet veranderd is, is de locatie waar het autobedrijf te vinden is, namelijk op de Achterweg, het oude gedeelte van Heemstede vlak bij het Wilhelminaplein.

Huidige eigenaar Geert Jan Waardenburg begint vol trots te vertellen. "Vroeger zat er nog een benzinepomp bij Van Schagen. Ik fietste er toentertijd regelmatig langs en telkens dacht ik: wat zou het leuk zijn om daar te mogen werken als ik later groot ben. In 2007 stond het pand plotseling leeg, dus vroeg ik aan meneer Van Schagen of het mogelijk was om het pand te huren. Daar ging hij gelukkig mee akkoord. Dromen komen soms toch wel uit."

Belofte aan meneer Van Schagen

"Door de lange geschiedenis die aan de naam Van Schagen vastzit, wilde ik graag de naam verder blijven gebruiken. Meneer Van Schagen ging hiermee akkoord, mits ik dezelfde kwaliteit en service bleef leveren als hij. Daar doen wij dus als team elke dag ons best voor. We zien nog steeds klanten van vroeger binnenkomen, dat is voor ons een bevestiging dat we het goed doen."

Compleet dienstenaanbod

"Voordat ik het overnam, hield Van Schagen zich met name bezig met het automerk Peugeot. Ik besloot om dit te veranderen, zodat alle auto-merken bij ons terecht kunnen. Ik begon met tien auto's voor de verkoop en inmiddels is dat aantal flink gegroeid. Ook zit er een werkplaats bij en de autoverhuur Autohopper. Je huurt bij ons een personenauto voor een dag vanaf € 32,- inclusief 100 kilometer vrij rijden. Het huren van andere typen auto's, zoals busjes en verhuurwagens, behoort ook tot de mogelijkheden. Je kunt online of telefonisch een afspraak maken, maar langskomen kan uiteraard ook."

"Voor kleine reparaties, zoals het verwisselen van een lampje of het bijvullen van ruitloeistof en/of olie, kan men altijd even langsrijden. Voor diverse onderhoudsbeurten plannen wij meestal meer tijd in. Wij bieden onze klanten de service om hun auto's thuis op te komen halen en later weer retour te brengen als deze gerepareerd is. Deze service stellen mensen zeer op prijs."

Klaar voor de toekomst

Drie jaar geleden is Autobedrijf Van Schagen aangesloten bij Bosch Car Service, de grootste merkonafhankelijke serviceformule voor garage-bedrijven in Europa. "Dit is service in de breedste zin van het woord. Van apk-keuringen tot regulier onderhoud en seizoenscontroles. Ook kun je met een leaseauto bij ons terecht."

"Verder biedt Bosch Car Service niet alleen voordelen voor de klant, maar ook voor onszelf als bedrijf. De techniek rondom auto's blijft voortdurend veranderen en als wij geen cursussen blijven volgen om op de hoogte te blijven, lopen wij als autobedrijf niet met de tijd mee. Dit kunnen en willen wij ons niet veroorloven. Via Bosch Car Service volgen onze automonteurs verscheidene cursussen per jaar. Hierdoor kan elk soort auto bij ons terecht."

"Ik ben trots op mijn team. De monteurs zijn ontzettend gemotiveerd en ik zie dagelijks groei in hun ontwikkeling. Dit maakt mij blij. Er komt zoveel meer bij kijken dan wat mensen denken en uiteindelijk zorgen de monteurs toch ervoor dat de auto's van onze klanten weer veilig thuiskomen."

Achterweg 38
2103 SX Heemstede
www.autovanschagen.nl
info@autovanschagen.nl
(023) 547 85 78



Susan Kiebert & Frank Hutzezon
Eigenaren
Kiebert Natuurlijk

GEZOND eten, leven, voelen

Gezond eten, leven, voelen. Dat is de leus van Kiebert Natuurlijk.

Hier kun je terecht voor alles wat met gezondheid te maken heeft: eten, drinken, supplementen, maar ook cosmetische producten zonder chemische toevoegingen. Bij dit alles hoort natuurlijk een goed advies. En dat is precies waar eigenaren Frank en Susan graag de tijd voor nemen.

Kiebert Natuurlijk kent een lange geschiedenis. De vader van Jan Kiebert had een melk- en kaasboerderij in Leimuiden. Door een brand vertrok hij in 1928 met zijn gezin naar Heemstede, waar hij aan de Binnenweg 72 de melkhandel van Jansen overnam. In 1942 kwam de Friesche Kaaswinkel aan de Binnenweg 119 vrij, waarop Jans vader besloot deze zaak over te nemen. Al gauw veranderde hij de naam naar Kiebert en breidde het assortiment levensmiddelen uit.

Jan en zijn vrouw Agnes namen jaren later de zaak over en in 1967 sloot Kiebert zich aan bij de Vereniging van Nederlandsche Reformhuizen. Een aantal jaren later behaalde Agnes haar Drogisterij vakdiploma, in 1995 gevolgd door haar twee dochters. Na het overlijden van Jan Kiebert in 2001 zette dochter Susan als derde generatie de zaak voort. In 2005 kwam Frank Hutzezon erbij, die ook de nodige opleidingen heeft gevolgd op het gebied van voeding en voedingssupplementen.

Susan: "Mijn ouderlijk huis is direct boven de winkel, waardoor ik in de zaak ben opgegroeid. Ik speelde ook altijd winkeltje. Op mijn 18^e ben ik hier komen werken en ben nooit meer weggegaan. Inmiddels wonen Frank en ik boven de winkel, dus het voelt als thuis. Het is een fijne omgeving om te zijn."

Nóg beter: biologisch-dynamisch

Alle versproducten van Kiebert Natuurlijk zijn minimaal van biologische kwaliteit. Susan: "We streven naar een kwalitatief goed product voor een eerlijke prijs. Dit doen wij door groente en fruit zoveel mogelijk van het seizoen in te kopen. Ons brood wordt gebakken en elke dag vers geleverd door Bakkerij Verbeek."

Door de jarenlange ervaring van Frank en Susan, weet het stel precies wat goed voor je is. "Veel mensen denken dat biologisch altijd goed is, maar er zit zeker kwaliteitsverschil in verschillende producten. Wij weten inmiddels

het kaf van het koren te scheiden en hebben de juiste producten in het assortiment. Een groot deel hiervan is biologisch-dynamisch, iets wat niet in de supermarkt te vinden is. Dit is een speciale vorm van biologisch met extra hoge eisen op het gebied van ecologie, dierenwelzijn en meer." Meer lezen? Bezoek www.stichtingdemeter.nl.

Experts in voedingsadvies

Frank: "Veel mensen eten gezond en toch houden zij klachten. Gezond eten is ook heel persoonlijk. Wat voor de één goed is, hoeft dat voor de ander niet te zijn. Wij proberen hier duidelijkheid in te creëren door met de klant de dagelijkse voeding door te nemen. Ook factoren als beweging, ontspanning en stress nemen wij hierin mee. Voedingsadvies is ons specialisme, kom langs in de winkel voor een eerlijk advies."

Sportvasten

Bij het nieuwe jaar hoort het voornemen om wat beter op je gezondheid te letten. Frank kan je daarbij helpen. "Ik ben ook Sportvasten-coach. Sportvasten is een tiendaagse trainingsmethode waarbij de spieren en lever worden getraind om vet te verbranden in plaats van suiker. Om dit te bewerkstelligen ga je sporten tijdens de vastenkuur. Hierdoor ga je meer vet verbranden en nemen overtollige vetreserves – met name het buikvet – af. Mannen vallen gemiddeld 4 tot 6 kilo af in tien dagen, vrouwen 2 tot 4 kilo. Daarbij wordt de behoefte aan snacks na de kuur veel minder. Voor meer informatie kun je kijken op www.sportvasten.nl of een bezoekje brengen aan de winkel."

Speciaal voor de feestdagen

Lijkt het je leuk om iets uit de winkel cadeau te doen aan een dierbare? Speciaal voor de feestdagen maakt Kiebert geschenkmanden. Susan: "Dit kunnen bestaande manden zijn, maar ze kunnen ook door de klant zelf samengesteld worden. We hebben kennis van elk product dat in de winkel te vinden is, dus we denken graag met je mee!"



Volgend jaar is Van Velthoven Juweliers twintig jaar op de Binnenweg te vinden. Door de jaren heen is het een en ander veranderd. Zo is het pand een flinke metamorfose ondergaan en is het merkenbestand uitgebreid. Reden genoeg voor HIK om een bezoekje te brengen aan een van de toppers van de Heemstedse winkelstraat.

Nog even exclusief als altijd

Een kleine twee jaar geleden startte de verbouwing bij Van Velthoven. Henk: "De winkel straalt nu echt uit wie wij zijn; Brabantse gezelligheid! Het fijne is dat de winkelruimte nu twee keer zo groot is en het atelier zichtbaar is geworden, waar goudsmid Ernst zijn ambacht uitvoert. Ook kon door de verbouwing zowel het merkenpakket als het team uitgebreid worden. We zijn van vijf naar acht collega's gegaan, waardoor er meer kennis in huis is gehaald."

Paradepaardje: Ole Lynggaard Copenhagen
Naast Baume et Mercier en Georg Jensen is Ole Lynggaard Copenhagen een nieuw merk in het pakket Van Velthoven. Ole Lynggaard staat voor exclusiviteit en is daardoor bij maar negen verkooppunten in Nederland te vinden. "Omdat Van Velthoven exclusiviteit hoog in het

vaandel heeft staan, past het merk perfect bij ons. Ole Lynggaard is een echt familiebedrijf uit Denemarken dat al jaren voor het Deense koningshuis werkt en zich onderscheidt door de kwaliteit van de afwerking van elk product. De stijl herken je uit duizenden; het is verfijnd."

"Elk juweel van Ole Lynggaard weerspiegelt de inspanningen van de ontwerpers en goudsmiden. De perfecte samenwerking tussen vakmanschap en creativiteit zorgt voor minutieus gedetailleerde kunstwerken; met de hand gesatineerde oppervlakken en zachte organische vormen."

Weloverwogen beslissing

Wist je dat een nieuw merk niet zomaar aan het merkenpakket van Van Velthoven wordt toegevoegd? Het team kijkt altijd eerst met oog

voor detail naar elk sieraad: hoe is het gemaakt? Zit er een fout in? "Pas als we helemaal tevreden zijn, voegen we het toe aan ons assortiment. Hierdoor staan we achter elk item dat in de winkel te vinden is."



VAN VELTHOVEN
Juweliers
Binnenweg 11
2101 JA Heemstede
www.vanvelthovenjuweliers.nl



Winkelen in Heemstede in gezellige wintersferen

December is de leukste maand van het jaar. Cadeautjes kopen, spullen inslaan voor je kerstdiner, een mooie outfit aanschaffen voor de Kerst of oudejaarsavond... Heemstede is er klaar voor!



Het aanbod van winkels in de 1,2 kilometer lange winkelstraat Raadhuisstraat & Binnenweg is enorm en gevarieerd. Mode, schoenen, brillen, sportzaken, woonwinkels en woonaccessoires, delicatessen-, luxe food- en drankwinkels, speelgoed en boeken; de keuze is reuze! En bij dit unieke winkelaanbod staat de eigenaar vaak zelf in de winkel. Bij elk van hen staan kwaliteit in producten en dienstverlening hoog in het vaandel.

Het kan allemaal in Heemstede!

Kopen op Internet is weliswaar een optie, maar er gaat toch niets boven de producten zelf voelen, ruiken, passen en kiezen. Gezellig winkelen, een kop koffie drinken of een lunch pakken in een van de vele gezellige horecabedrijven, dat is toch ontspannen en genieten! Het zijn de mensen die ons dorp gezellig maken. De ondernemers aan de Raadhuisstraat & Binnenweg rekenen op jouw komst!

Winkel en geniet in Heemstede centrum.

Zondag 16 december: Kerstmarkt!

De winkeliersvereniging van winkelcentrum Heemstede organiseert ook dit jaar weer een Kerstmarkt op zondag 16 december van 11.00 tot 17.00 uur. Er zullen onder andere een levende kerststal en een kerstparade met Kerstman zijn. De muzikale omlijsting wordt verzorgd door een Kerst-dweilorkest en een prachtig koor. Daarbij kunnen kinderen geschminkt worden.

Het noordelijke deel van de Binnenweg wordt afgesloten om plaats te bieden aan meer dan zestig kramen. Op het middendeel van de Binnenweg staan kramen op de stoep. Hier blijft de straat open en blijven de parkeerplaatsen beschikbaar.

Koopavonden

Het merendeel van de winkels is geopend op zondag 16 en zondag 23 december. Deze winkels hebben een poster op de ruit waaraan de klanten kunnen zien welke winkels zondag geopend zijn.

Blijf op de hoogte

Voor het laatste nieuws betreffende de Raadhuisstraat & Binnenweg kun je WCH volgen via Facebook en de website www.wch.nl. Daar staan foto's en filmpjes van de diverse activiteiten welke door de winkeliersvereniging worden georganiseerd. Wil je geregeld op de hoogte gehouden worden van de activiteiten en ben je nieuwsgierig naar de winkel van de maand, meld je dan ook aan voor de nieuwsbrief. Dit kan ook op www.wch.nl.

De bereikbaarheid van Heemstede is goed en er zijn vele parkeerplaatsen, ook voor de deur van de winkels! Waar vind je dat tegenwoordig nog?

HEEMSTEDE
RAADHUISSTRAAT & BINNENWEG

Winactie!

Boekhandel Blokker geeft van elke boekentip drie exemplaren weg!

Wat moet je doen?

Mail tot 14 december 2018 naar info@boekhandelblokker.nl met de mededeling 'HIK Hemel', 'HIK Wereldgeschiedenis', 'HIK Kerstmis' of 'HIK Van Boven'.*

*Eén boek per e-mailadres!

Boekentips van Boekhandel Blokker

Niets is fijner dan tijdens de koude wintermaanden met een boek op de bank te kruipen. Arno Koek van Boekhandel Blokker heeft daarom voor de HIK-lezers zijn vier favorieten op een rij gezet.

Tip!

Olo Giordano
De hemel verslinden

Teresa verruult iedere zomervakantie samen met haar vader hun woning in het drukke Turijn voor het huis van haar jeugd op het Italiaanse platteland. Het zijn saai, bloedhete vakanties, totdat ze op een dag drie jongens bespiedt die naakt in het zwembad zwemmen: Nicola, Tommaso en de zonderlinge maar charismatische Bern. Ze zullen Teresa's leven voor altijd tekenen. De drie halfbroers worden samen opgevoed door Nicola's religieuze ouders en hebben een complexe en intieme band. Maar Teresa zal snel ontdekken dat niets is wat het lijkt en haar idyllische zomers, die ze steeds vaker met Bern doorbrengt, komen tot een abrupt einde. De jongens worden volwassen en hun vriendschap wordt tot het uiterste getest door hun tegenstrijdige visies op de wereld en hun conflicterende overtuigingen.

Arno: "De hemel verslinden' omspannt twintig jaar en vier levens. Het is een epische en intense roman over verbondenheid, liefde, familie en de eeuwige zoektocht naar zingeving. Het is een echte pageturner. Vanaf de eerste pagina's ben je geraakt. Vele thema's komen voorbij: liefde, vriendschap en verbondenheid. Een allerbest cadeau voor Sint en Kerst."



Tip!

De wereld-geschiedenis van Nederland

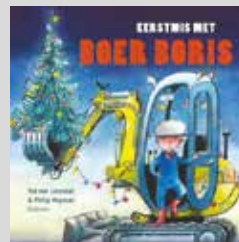
In 'Wereldgeschiedenis van Nederland' vertellen meer dan honderd aanstormende en gevestigde Nederlandse onderzoekers op het gebied van geschiedenis en cultuur het wereldwijde verhaal van onze geschiedenis. In dit verhelderende en prikkelende boek, onder redactie van onder anderen Marjolein 't Hart en Karel Davids (woonachtig in Heemstede), laten zij zien hoe Nederland de wereld door de eeuwen heen mede heeft vormgegeven, en andersom: hoe Nederland zich onder invloed van verre en nabije burens heeft ontwikkeld. Aan de hand van talloze grote en kleine historische ontwikkelingen en gebeurtenissen laat 'Wereldgeschiedenis van Nederland' zien hoezeer Nederland verbonden is met de wereld, en de wereld met Nederland. 'Wereldgeschiedenis van Nederland' is een uitgave van het Huygens Instituut voor Nederlandse Geschiedenis.

Arno: "Dit is een echt lekker bladerboek. Je leest het waarschijnlijk niet van a tot z, maar je kunt het juist heel fragmentarisch doen. De hoofdstukken zijn in jaartallen en aan het eind vind je een verwijzing naar andere jaartallen en onderwerpen, en daarmee wordt het een geweldige ontdekkingsreis door de tijd. Het ultieme cadeauboek voor onder de kerstboom!"



Tip!

Ted van Lieshout en Philip Hopman
Kerstmis met Boer Boris



'Kerstmis met Boer Boris' is het elfde deel in de reeks van het succesvolle duo Ted van Lieshout en Philip Hopman. Een mooi ontroerend boek over leven en afscheid. Samen met Berend en Sam heeft Boer Boris een joekel van een kerstboom uitgegraven in het bos. De boom staat mooi versierd buiten op het erf en alle dieren komen kijken. Behalve het oude varken... Dat blijkt van ouderdom stilletjes te zijn gestorven. Boris organiseert een mooie begrafenis in het bos. En als ze terugkomen in de stal krijgt Kerst toch nog een mooi staartje... **Arno:** "Het grootste plezier van de boeken van Boer Boris beleef je door het voor te lezen aan kinderen samen met de tekeningen. Het zien van de preetjes van die kleuters is een groot geschenk."

Tip!

Yvette van Boven
De grote oven van Van Boven



Wat komt er allemaal uit de oven van Yvette van Boven? Soufflé van waterkers met roquefort, gevulde zeebaars, worstenbroodjes met ui en venkel, rabarber-amandelplaatcake - krijg je al honger? Twee jaar lang bedacht Yvette voor Volkskrant Magazine elke week een ovenrecept. Meer dan vijftig van de lekkerste en leukste gerechten uit de serie zijn nu gebundeld in dit fijne boek. Een heerlijk nieuw boek vol inspiratie.

Arno: "De recepten van dit boek zijn een feest en natuurlijk ook van het bezoek van Yvette van Boven gaan we een feestje maken! Zaterdag 15 december is er een ontmoeting met haar van 15.00 tot 16.00 uur bij Boekhandel Blokker. Toegang vrij."



Binnenweg 138
2101 JP Heemstede
www.boekhandelblokker.nl
(023) 528 24 72
WhatsApp: 06 18 33 63 20

Jouw lokale boekhandel zorgt voor een mooie winter met heerlijke boeken!

Bestel ook online via www.boekhandelblokker.nl en laat je boeken thuisbezorgen of haal ze op in de winkel. E-books downloaden? Ook dat kan op de website.

"Ik haal zoveel mogelijk topnamen naar Heemstede"



Adriaan Bruin
Programmeur Cabaret & Toneel
Stichting Podia Heemstede

Adriaan Bruin is professioneel programmeur van de succesvolle cabaret- en toneelvoorstellingen van Podia Heemstede. De meeste van zijn voorstellingen vinden plaats in Theater de Luifel aan de Herenweg. Een enkele keer kiest hij de Oude Kerk als locatie, zoals onlangs bij het succesvolle en drukbezochte optreden van Maarten van Rossem.

"Ik ben inmiddels acht jaar programmeur van voornamelijk cabaret- en toneelvoorstellingen bij Podia Heemstede. Een enkele voorstelling in mijn programma past beter in de Oude Kerk. Daarom stem ik goed af met mijn collega-programmeur Cathelijne Noorland, die haar programma vooral in de Oude Kerk heeft. Kindervoorstellingen passen ook heel goed in Theater de Luifel, dus die neem ik altijd in de seizoenplanning mee."

Ben je altijd al gek op cultuur geweest?
"Zeker weten, maar het zal je misschien verbazen dat ik van origine Econoom ben. Ik heb aan de Universiteit van Amsterdam Internationale Financiële Economie gestudeerd. Tijdens mijn studie ben ik gaan werken als assistent-programmeur in Cultuurcentrum VU Griffioen in Amstelveen. Zo ben ik in het werk gerold. Momenteel ben ik werkzaam als programmeur van vier theaters in Noord-Holland; zoals gezegd Theater de Luifel en Cultuurcentrum VU Griffioen in Amstelveen, maar ook bij Theater Het Postkantoor in Bovenkarspel en Theater De Kunstgreep in Oostzaan. Tevens ben ik artistiek leider van het grootste straattheaterfestival van Noord-Holland in Purmerend, genaamd 'Reuring'."

Wat vind je zo leuk aan jouw werk?
"Een zo mooi en afwisselend programma samenstellen met blije artiesten en volle zalen, maar natuurlijk ook enthousiaste bezoekers een goede voorstelling voorschotelen. Gelukkig lukt dat in Heemstede goed; de gemiddelde bezetting van Theater de Luifel behoort tot de hoogste in Nederland."

Hoe kijk je aan tegen het programma van Podia Heemstede?
"De sterke kanten zijn een zeer gevarieerd en kwalitatief hoogwaardig programma, voor elk wat wils en voor jong en oud. De uitdaging is nog meer jong publiek naar de Podia in

Heemstede krijgen! Als ik favorieten mag noemen in het huidige programma 2018-2019, zijn dat Joris Linssen, een muzikaal feest met heerlijke verhalen, en Nathalie Baartman, een frisse, originele en authentieke cabaretière."

Kun je al wat vertellen over seizoen 2019-2020?
"Ik ben inmiddels met de planning van het nieuwe seizoen bezig, dus ik kan wel een kleine tip van de sluier oplichten. Vanzelfsprekend probeer ik weer zoveel mogelijk topnamen naar Heemstede te halen, maar ik wil ook het beste jonge talent een podium geven. Verder is er weer een mooie afwisseling, door het aanbod van diverse genres. De bekende namen houden we nog even als verrassing..."

"De bekende namen voor 2019 – 2020 houden we nog even als verrassing..."



Herenweg 96
2101 MP Heemstede
www.podiaheemstede.nl



Bart Jonker
Tekstschrijver

“Als je schrijft, moet de lezer een mening vormen”

Bart Jonker is freelance journalist, tekst- en content-schrijver en columnist. Een gesprek over schrijven en verbinden, Heemstede en Italië.

“Raar eigenlijk dat je zelf nu geïnterviewd wordt en aan de andere kant van de tafel zit: dat gebeurt zelden. Schrijven is echt een prachtig vak, ik doe het al van jongs af aan. Ik heb altijd al een passie en interesse voor taal gehad en dat gaat me ook makkelijk af. Het leuke van journalist en correspondent zijn, is dat je heel veel leert van de gesprekken en interviews. Je raakt hierdoor breed algemeen ontwikkeld. Ik denk dat het belangrijkste van dit vak is dat je interesse in mensen dient te hebben.”

Verbindende rol

“Het vak beslaat vooral luisteren en het kweken van vertrouwen. Mensen moeten zich op hun gemak voelen tijdens het gesprek. Je vertaalt eigenlijk hun verhaal naar de lezer en haalt de bijzonderheden uit het gesprek naar voren. Door de vele gesprekken hoor je veel en kun je ook een verbindende rol hebben en mensen bij elkaar brengen. Dat gebeurt regelmatig en vind ik een van de mooiste kenmerken van dit vak. Mijn vader was ook journalist, maar dan op het financiële vlak. Zo gaat dat: zo vader zo zoon. Hij gaf me af en toe waardevol advies. Zo zei hij eens: ‘Als je schrijft, moet de lezer een mening vormen, niet jij.’ Dat heb ik altijd onthouden en dat pas ik nog altijd toe.”

Heemstede als hoofdonderwerp

“Ik schrijf vooral over theater en muziek. Dat vind ik echt geweldig. De eerste artieste die ik ooit mocht interviewen was Angela Groothuizen, die in Theater de Luifel kwam optreden. Ik had gewoon brutaal bij haar management om een interview gevraagd. Ik was eigenlijk een beetje beduusd dat ze daar direct mee instemde. Zo is het balletje gaan rollen. Inmiddels heb ik Angela al drie keer mogen interviewen. Ze is echt een leuk mens. Ik begon tevens klassieke musici te interviewen en te recenseren. Denk bijvoorbeeld aan violistes Liza Ferschtman, Emmy Verhey en pianist Wibi Soerjadi. Zo leerde ik de theater- en

(klassieke) muziekwereld kennen en ging ik me daarin specialiseren. Met het Italiaanse Quartetto di Cremona heb ik zelfs een leuk interview in het Italiaans gedaan. Zij komen op 28 december optreden in de Oude Kerk.”

“Ik doe veel schrijfwerk over Podia Heemstede en Theater Haarlem. Natuurlijk wekelijks in de Heemsteder en tevens schrijf ik voor het magazine Leven!. Bij de Heemsteder ben ik ooit als dichter begonnen met een dichtbundel. Ik wist twee dichtbundels uit te brengen en dicht nog steeds af en toe. Wekelijks schrijf ik een luchtige column in de Heemsteder. Daarin kan ik echt mijn ei kwijt en dat vind ik heerlijk om te doen. Door mijn passie voor reizen schrijf ik regelmatig reisartikelen voor de 50 Plus-wijzer. Daarnaast doe ik allerlei schrijfp opdrachten en communicatieprojectjes. Zo had WIJ Heemstede mij gevraagd om de tweede editie van het Groot Heemsteder Dictee te schrijven, dat op 22 november plaatsvond in Theater de Luifel. Dat vond ik een grote eer. Wethouder Sjaak Struijf heeft dit dictee voorgelezen.”

Op naar Italië

“Ik woon nu nog in Heemstede, maar ik ben het liefste in Italië. Daar wil ik ook gaan wonen, het leven is gewoon anders daar. Geen enkel ander land inspireert mij zo als Italië. Ik kan niet uitleggen waarom, het land heeft iets speciaals. Ik heb daar mijn netwerk en Italiaanse vrienden en kom al 15 jaar in de Bloemenriviera, zo’n dertig kilometer van Sanremo. Ik zou graag daar de verbinder willen zijn tussen klassieke musici in Italië en Nederland. Daar kan iets heel moois uit bloeien. Daarnaast ben ik bezig met het schrijven van een komisch toneelstuk, dat ik daar uitwerk. Ik blijf mijn Nederlandse journalistenwerk in Italië gewoon doen en behoud mijn band met Heemstede op afstand. Met WiFi en de digitale techniek is dit tegenwoordig gewoon mogelijk.”



Piet-Heijn van Mechelen

Piet-Heijn van Mechelen: **RIDDER** in de Orde van **ORANJE NASSAU**

Oud-Heemstedenaar Piet-Heijn van Mechelen

is afgelopen oktober benoemd tot Ridder in de

Orde van Oranje Nassau.

Een benoeming in de orde wordt verleend wegens

bijzondere verdiensten voor de samenleving. Van

Mechelen zet zich al jaren in voor mensen met de

slaapstoornis Apneu. Deze

benoeming vond plaats tijdens het apneusymposium

voor professionals, dat

op 5 oktober in Doorn

werd gehouden.

Piet-Heijn is sinds 2008 voorzitter van de ApneuVereniging, maar zwaait dit jaar af. Het doel van deze patiëntenvereniging is te bevorderen dat iedereen met apneu tijdig de juiste diagnose en behandeling krijgt. “Wanneer je last hebt van slaapapneu, stikt je adem tijdelijk tijdens je slaap. Hierdoor kom je niet in een diepe slaap en krijg je met elke ademstap zuurstoftekort. Het lastige is dat het stellen van de diagnose vaak jaren duurt, omdat de verschijnselen je niet gelijk aan apneu doen denken. De een is vaak moe, de ander heeft regelmatig last van woede-uitbarstingen, maar het kan ook serieuzere gezondheidsrisico’s met zich meebrengen, zoals hart- en vaatziekten.”

Ervaringsdeskundige

Bij Piet-Heijn werd in 2002 de diagnose ‘slaapapneu’ vastgesteld. Daar is een lange periode van onderzoeken aan voorafgegaan. Datzelfde jaar heeft hij zich aangemeld als vrijwilliger bij de landelijke vereniging.

Vanaf 2008 is Van Mechelen voorzitter van de ApneuVereniging en sindsdien is het ledenaantal van 800 naar 8.500 leden gegroeid. “We zijn een ontzettend leuke club en hebben ook al ruim honderd vrijwilligers.” De basis voor het succes zijn de jaarlijkse onderzoeken waarmee het hele proces in beeld gebracht wordt, van verwijzing tot behandeling en de resultaten daarvan. Dit blijkt waardevolle kennis voor de verzorgers, medische staf bij slaapklinieken, leveranciers, fabrikanten en overkoepelende organisaties. De ApneuVereniging wordt daardoor vaak om advies gevraagd, zoals bij richtlijnontwikkeling, projecten en contractering.

Voorzitterschap Heemsteeds Philharmonisch Orkest

Ook zijn voorzitterschap van het Heemsteeds Philharmonisch Orkest (HPHO) speelde een rol bij de riddering. “Ik ben zo’n negen jaar voorzitter van het orkest geweest en dat was een gedenkwaardige periode. Het HPHO is opgericht door

Iman Soeteman, die veertig jaar dirigent geweest. Het was dus echt zijn orkest. Toen hij daarmee ophield, was het maar de vraag of het orkest zou blijven bestaan. Ik werd gevraagd om voorzitter te worden en het orkest zozeggd bij elkaar te houden, wat gelukt is. Inmiddels ben ik geen voorzitter meer, maar speel ik nog wel viool in zowel het Heemsteeds Philharmonisch Orkest als het Symfonieorkest Haarlem.”

“In het verleden zijn we met het orkest zes keer naar Japan geweest en worden nog steeds uitgenodigd in Bad Pyrmont, Duitsland. Daar staan wij in een prachtige concertzaal tussen een serie van beroepsorkesten, wat voor een amateurorkest iets is om trots op te zijn. Het blijft ontzettend leuk om te doen, omdat we zien dat de muziek die wij spelen nog steeds mensen ontroert.”

Pinksterkerk als thuisbasis

“We repeteren met het orkest in de Pinksterkerk en geven daar ook concerten. Maar toen de kerk in de verkoop ging, zouden we deze helaas niet meer kunnen gebruiken. Daarbij is er in Heemstede geen zaal met én genoeg zitplaatsen én ruimte voor een heel orkest, dus dat was even een probleem. Nu wordt de kerk verbouwd door Stadsherstel, dat ons heeft laten weten dat wij daar mogen blijven repeteren en optreden. Gelukkig maar, want het is een bijzondere kerk.”

Kroon op het werk

De riddering kwam voor Piet-Heijn als een verrassing. “Totdat de burgemeester van Zandvoort en mijn kinderen binnen kwamen lopen, had ik nog niets door. Het is een prachtige kroon op mijn werk en ik ben de mensen die mij hebben voorgedragen ontzettend dankbaar.”

www.apneuvereniging.nl
www.hpho.nl

WIJ Heemstede, heel divers!

WIJ Heemstede is een professionele welzijnsorganisatie die mensen van alle leeftijden kansen biedt, met elkaar verbindt en hen sterkt in het behoud van eigen regie op een zinvol en plezierig leven. WIJ Heemstede stelt de inwoners van Heemstede centraal en organiseert samen met inwoners en andere maatschappelijke organisaties activiteiten gericht op vorming, educatie, cultuur, ontspanning en ondersteuning in wijken en buurten.

Heemstede start in 2019 met de VoorleesExpress

Ieder verhaal begint met taal

De VoorleesExpress is een landelijk project waarbij enthousiaste vrijwilligers twintig weken iedere week op een vast moment voorlezen aan kinderen in de leeftijd 2 tot en met 8 jaar. Het gaat om kinderen die moeite hebben met taal en opgroeien in een taalarme thuisomgeving.

WIJ Heemstede en de Bibliotheek Zuid-Kennemerland hebben de handen ineen geslagen om dit project in Heemstede te starten. Samen werven zij gezinnen en vrijwilligers. In februari 2019 zal het project van start gaan. Vrijwilligers krijgen een training 'interactief voorlezen'.



Het doel is om de taalomgeving thuis te verrijken en taal te stimuleren door leesplezier. Ouders maken een belangrijk deel uit van het project en worden ondersteund door de vrijwilliger om het voorlezen een blijvend plekje in het gezin te geven. Daarnaast versterkt het project het partnerschap tussen school en ouders.



Meer weten of meedoen?

Ga naar www.voorleesexpress.nl voor meer informatie.

Heb je een vraag of wil je meedoen als vrijwilliger?

Neem dan contact op met projectleider Els Boon.

WIJ Heemstede: 06 14 95 67 31/ heemstede@voorleesexpress.nl

WIJ Heemstede: altijd iets te doen!

Wist je dat er bij WIJ Heemstede elke dag wel iets te beleven is? In de donkere feestmaand december staan er veel gezellige ontmoetingsactiviteiten gepland voor jong en oud! Hierbij een aantal van die activiteiten op een rij:

- Kunstliefhebbers kunnen hun hart ophalen bij de lezingen over de Goden van Egypte en over Frans Hals en de Modernen.
- Of wil je liever genieten van een klankschaalenconcert of meezingen met kerstsongs? Of even ontspannen en creatief bezig zijn door een eigen dromenvanger te maken? Dat is allemaal mogelijk!
- Houd je van films? De film The Big Sick draait met aansluitend diner. Ook worden de films The Mountain Between Us en Wild vertoond. Tot slot bieden WIJ Kedi, een speciale film & kerstlunch.
- Traditioneel is er ook het jaarlijkse 5-gangen kerstdiner.
- Kinderen kunnen kerstversieringen maken bij de Knutselclub of naar de Winterwonderland kinderdisco.

Voor meer info of reserveren kijk je op: www.wijheemstede.nl, bel je (023) 548 38 28 of kun je bij De Luifel naar binnenlopen. WIJ Heemstede helpt graag om iets te vinden wat bij je past!



Wist je dat...

Er iedere eerste donderdag van de maand een overlastspreekuur is voor inwoners van Heemstede? Dit is van 14.00 tot 15.00 uur in De Luifel, Herenweg 96 in Heemstede.

Heemstede 12.562 (2018) woningen heeft?

Heemstede 88 kilometer aan landwegen en 4 kilometer aan waterwegen telt?

Het Bloemencorso volgend jaar ook door de Raadhuisstraat en Binnenweg rijdt?

Heemstede er de afgelopen maanden weer twee 'geridderden' bij heeft gekregen:

Ahold Delhaize-topman Dick Boer werd in september benoemd tot Officier in de

Orde van Oranje-Nassau, internist-oncoloog Koos van der Hoeven werd in november

benoemd tot Ridder in de Orde van Oranje-Nassau.

Adriaan Pauw de Heerlijkheid Heemstede en het Huis te Heemstede in de 17^e eeuw kocht voor f 36.000,-? (Omgerekend naar euro's is dat iets meer dan € 16.000,-.)



Stadsherstel Amsterdam de Pinksterkerk in de Camplaan heeft aangekocht? De Pinksterkerk is een rijksmonument. De orkesten die hier al repeteren blijven dat doen, daarnaast kunnen anderen de zaal huren voor verschillend gebruikt, zoals buurtactiviteiten of vergaderingen. In het souterrain komt vanaf januari 2019 Rozemarijn, een antroposofische zorginstelling.

WeHelpen Heemstede - Online Platform Vrijwillige Inzet

Tijdens het 15-jarig jubileum van het Vrijwilligerspunt Heemstede op 18 oktober 2018 heeft wethouder Sjaak Struij de website WeHelpen Heemstede gelanceerd. Een platform van en voor alle inwoners van Heemstede, die een hulpvraag of -aanbod hebben. Waar burgerinitiatieven een plek kunnen krijgen, waar organisaties in kunnen spelen op vragen van bewoners en hun eigen vraag en aanbod kunnen plaatsen.

Landelijk is WeHelpen al een succes! Inmiddels hebben tienduizenden mensen zich al aangesloten. Oprichter Coen van de Steeg: "Mensen zijn snel bereid om iemand een keer te helpen. Met WeHelpen kun je kiezen wat bij je past en wanneer het je uitkomt. Het resultaat: een goed gevoel omdat je de dag van iemand anders wat mooier hebt gemaakt!" Inmiddels wordt er door inwoners en organisaties vraag en aanbod geplaatst op WeHelpen Heemstede. Neem een kijkje op www.wehelpen.nl/heemstede.

Voor vragen of het maken van een afspraak kun je terecht bij Vrijwilligerspunt Heemstede, maandag tot en met donderdag tussen 10.00 en 13.00 uur. Bel of mail voor een afspraak: (023) 548 38 24 / heemstede@wehelpen.nl



Veiligheid in en rond het huis

De donkere december dagen... Gordijnen dicht, kaarsje aan. Dé periode om het binnen gezellig te maken. Maar een ongeluk zit in een klein hoekje. En de donkere dagen zijn ook bij inbrekers populair. Gemeente Heemstede geeft tips voor veiligheid in en om het huis.

10 TIPS voor brandveiligheid



Vluchten bij brand

Bij brand is snelheid geboden. Zorg dat je deuren snel en makkelijk open kunt maken van binnenuit en dat jouw huisgenoten weten hoe ze moeten handelen bij brand. Maak een vluchtplan.

Rookmelders

Rookmelders redden levens. Als je ligt te slapen, word je niet wakker van de rook. Koop een rookmelder en test deze maandelijks.

Vlam in de pan

Gebruik bij vlam in de pan geen water. Schuif een passende deksel van je af over de pan. Zet het vuur en de afzuigkap uit. Laat de pan een half uurtje staan. Blijf tijdens het koken altijd in de keuken.

Stekkerdozen

Op een stekkerdoos kun je niet eindeloos apparaten aansluiten, er kan brand ontstaan door overbelasting. Rol kabelhaspels altijd helemaal uit.

Stand-by TV

Een oudere TV in de slaapstand is een veel voorkomende oorzaak van brand. Zet de TV uit als dat kan. Je kunt ook een TV stand-by killer aanschaffen.

Sigaretten

Rook nooit in bed. Zorg voor goede asbakken en gooi sigarettenpeuken niet zomaar in de vuilnisbak. Vraag bij aanschaf van nieuwe meubels naar de brandveiligheid van het materiaal.

Lucifers en aanstekers

Kinderen vinden lucifers en aanstekers heel interessant. Wees daar alert op en zorg dat ze er niet bij kunnen.

Koolmonoxidevergiftiging

Koolmonoxidegas is een sluipmoordenaar. Sluit in woningen nooit de luchtaanvoer en -afvoer af, want dan komt er geen frisse lucht meer binnen en kan koolmonoxide ontstaan. Laat de installaties regelmatig controleren.

Een veilige schoorsteen

Stook je hout, gas of olie, laat de schoorsteen dan eens per jaar vegen. Een goede schoorsteenveger vind je bij de Algemene Schoorsteenvegers Patroons Bond (ASPB).

Elektrische apparaten

In het filter van de wasdroger blijft stof achter. Stof kan bij hoge temperaturen zorgen voor brand. Maak daarom het filter van de wasdroger regelmatig schoon.

Laat jouw huisnummer zien

Kunnen de hulpdiensten jouw huis in noodgevallen vinden? Is het huisnummer leesbaar en goed zichtbaar vanaf de openbare weg?

Het komt voor dat huisnummers niet leesbaar of overwoekerd zijn door klimplanten. Hierdoor kunnen de hulpdiensten soms moeilijk het huisnummer vinden en daarmee kostbare tijd verliezen. Daarnaast weten veel mensen niet dat iedereen in Nederland verplicht is ervoor te zorgen dat het huisnummer vanaf de openbare weg duidelijk leesbaar is. Je bent dus zelf verantwoordelijk voor het aanbrengen, onderhouden en goed zichtbaar houden van jouw huisnummer.



Jouw straat, jouw wijk, jouw Heemstede



Meld je aan voor ons digipanel
www.heemstede.nl/digipanel
en ontvang maximaal drie keer
per jaar een enquête over
verschillende onderwerpen in
de gemeente.

Wat vind je belangrijk, wat zijn jouw ideeën?

Meld je aan via:

www.heemstede.nl/digipanel

**Laat
jouw stem
horen**

Fotografie: Robert van Koolbergen

HFC

Sponsor-
borrel met
gastspreker
Martin Hersman



Alliance Aliance

Sponsorbijeenkomst

Fotografie: N. Braams



DE GROENE DRUIF

Jubileum
Closing Party



RAADHUISSTRAAT & BINNENWEG

Bella Italia



Agenda

- 1 december Thuiswedstrijd Koninklijke HFC – HHC Hardenberg
- 7 december Alex Ploeg – Theater de Luifel
- 8 december Mathilde Santing – Podium Oude Kerk
- 15 december Thuiswedstrijd Koninklijke HFC – GVVV
- 16 december Kerstmarkt – Heemstede centrum
- 21 december Jan Beuving – Theater de Luifel
- 3 januari Dividivi3 – Podium Oude Kerk
- 18 januari Joris Linssen – Theater de Luifel
- 20 januari Thuiswedstrijd Koninklijke HFC – De Treffers
- 2 februari Thuiswedstrijd Koninklijke HFC – Barendrecht
- 2 februari Arosa Trio – Podium Oude Kerk
- 15 februari Nathalie Baartman – Theater de Luifel
- 17 februari Thuiswedstrijd Koninklijke HFC – Jong Vitesse
- 17 februari Marianne van Houten – Theater de Luifel
- 22 februari Fresku – Theater de Luifel

Van Wonderen Thuis in Spaarneborgh

www.spaarneborgh.nl



Wij kennen Spaarneborgh als geen ander

Van oudsher is Van Wonderen Makelaars dé makelaar voor Heemstede en omstreken. Wij weten wat er speelt. Zo kennen wij, als specialist van Spaarneborgh, dit prachtige appartementengebouw in Heemstede als geen ander. Alle voordelen zijn ons bekend, zoals de unieke ligging, de mooie terrassen, het prachtige uitzicht, de staat van onderhoud; het gebouw heeft voor ons geen geheimen meer en wij zijn daarnaast een goede bekende van de meeste bewoners.

Omdat wij regelmatig vragen krijgen over de beschikbaarheid van appartementen hebben wij de site www.spaarneborgh.nl geopend. Op deze site vindt u niet alleen alle informatie over het gebouw, zoals plattegronden en veel foto's maar natuurlijk ook een overzicht van het beschikbare aanbod.

Op de site kunt u zich tevens als belangstellende melden. Indien een appartement beschikbaar komt, brengen wij u hiervan persoonlijk op de hoogte.



Jan van Goyenstraat 16
2102 CB Heemstede
Tel. 023 - 528 76 76
www.vanwonderen.nl

Van Wonderen
makelaars

Muhteren en Mehmet, uw postsorteerders



Business Post



Business Post Kennemerland is een bedrijf van sociale onderneming Paswerk.
Wij bieden werk aan mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt.