

hik

HEEMSTEDE IN KAART

Nummer 23
maart
2021

MART SMEETS:

“SPORT IS EMOTIE, DAARIN SPEELT
PUBLIEK EEN BELANGRIJKE ROL”

MARC KAPTEIN, MEDISCH DIRECTEUR PFIZER:
“HET IS TIJD VOOR **IETS POSITIEFS!**”

LEKKER GEZOND **MET NEWFYSIC**

DE AMBASSADEURS VAN PODIA HEEMSTEDE

SPRING



FORWARD

250 FASHION BRANDS UP TO
70% SAVINGS ALL YEAR ROUND



BATAVIA STAD
FASHION OUTLET

Voorwoord

Daar is-ie dan: de eerste HIK van 2021. Bij deze lente-editie siert niemand minder dan Mart Smeets de cover. Sinds de corona-uitbraak heeft hij niet stilgezeten. Waarmee hij zich heeft beziggehouden, lees je op pagina 4.

Terwijl we alweer voorzichtig kunnen genieten van de eerste zonnestralen, zitten we helaas nog steeds in een moeilijke tijd. Máár er is licht aan het einde van de tunnel. Marc Kaptein, medisch directeur Pfizer, vertelt op pagina 32 wanneer we buiten weer een feestje kunnen vieren. Wij kunnen in ieder geval niet wachten!

Verder vertellen Batifol en Koster & Beijer over hun samenwerking, heeft Johan van Uden zijn eerste HIK column geschreven, laten de dames van Brokking & Bokslag Uitvaartbegeleiding weten hoe bijzonder hun vak is en doet bondsvoorzitter Just Spee zijn verhaal over de KNVB in coronatijd. Er is nog veel meer te lezen (én in te kleuren), dus geniet ervan!

Robbert-Jan Driessen



COLOFON

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

Redactie

Brigitte Biegstraaten

Vormgeving

Romy Zonderhuis, Frans Maes

Fotografie

Remco Meijer

Sales

Robbert-Jan Driessen, Remco Meijer

Contact

info@kidsmarketeers.com / www.hik-heimstede.nl

Gebouw Kennemerhaghe

Leidsevaartweg 99-0

2106 AS Heemstede

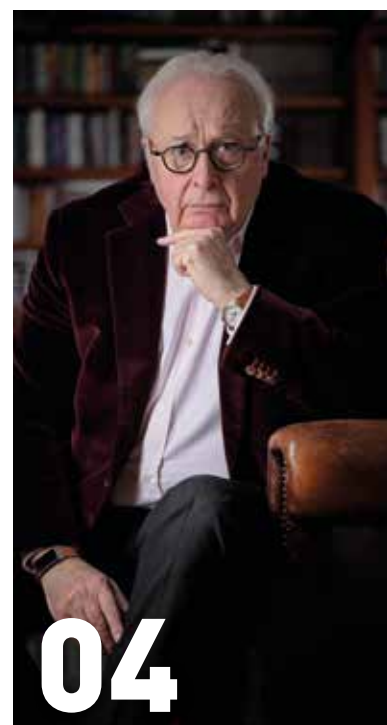
© Kids Marketeers, 2021

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 veeveelvoudigd of openbaar worden gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of welke andere wijze dan ook zonder vooraf schriftelijke toestemming van Kids Marketeers.

Adverteren? Suggesties? Neem vrijblijvend contact met ons op.

In deze HIK...



04



07



08



14



16



17



18



20

Cover Story 04

Mart Smeets

Wonen 06

Del Prado Maison

Wbos makelaars

Bellagio Spa's

Hoveniersbedrijf Van der Weiden

Maarten van Vliet Makelaars

Delta Planning

Business 12

Officez

Sport 13

Zwemschool de Drijver

Just Spee

Onderwijs 16

Crayenester Basisschool

Kids 17

Green House Kinderopvang

Uitvaartbegeleiding 18

Brokking & Bokslag Uitvaartbegeleiding

Reizen 20

Op reis met...

Greater China Air France-KLM

23 Culinaire

We Design Food

Aan tafel bij...

Batifol

Koster & Beijer

Chateaubriand

Sushi Traiteur Heemstede

31 Beauty & Gezondheid

Eaze

Pfizer Nederland

Vijf Meren Kliniek

NewFysic

Sint Jacob

Michel Wouters

39 Lifestyle

WCH

40 Kunst & Cultuur

Stichting Podia Heemstede

Heemstede viert Adriaan Pauw

42 Gemeente

Energiezuinige bedrijfspanden

Trouwambtenaar Edith Tiessen



23



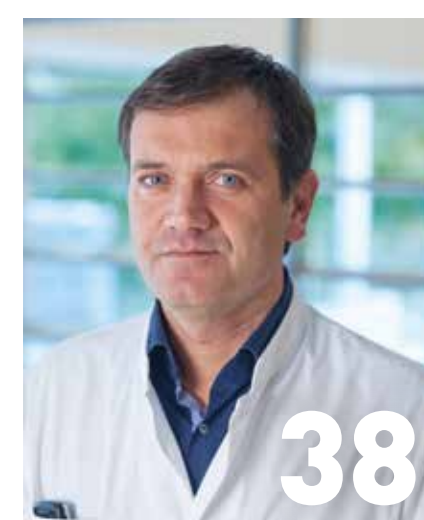
30



32



36



38



40



44

Mart Smeets:

“Dat we socialer zijn gaan denken en handelen, is een winst voor de mensheid”

Mart Smeets. Zo’n naam die eigenlijk geen nadere toelichting behoeft. Als anchorman van Studio Sport liet hij hele generaties opgroeien met het bord op schoot. Meer dan veertig jaar trok hij mee met de Tour de France en presenteerde hij grote sportevenementen. Inmiddels werkt hij – in het holst van de nacht – voor Ziggo Sport, maakt hij podcasts, geeft hij theatercolleges en schrijft hij, naast boeken, diverse columns. Ook in tijden van corona zit hij niet stil.

Allereerst: hoe gaat het met u?

“Het gaat goed, maar het is natuurlijk niet de leukste tijd van je leven. Sinds vorig jaar maart zit ik letterlijk opgehokt. Dat is niet fijn, maar ik heb hele nuttige dingen gedaan. Ik heb twee boeken geschreven; Stille Sport, dat in november is uitgekomen, en O Canada, dat hopelijk eind april in de winkels ligt. Verder heb ik vastigheden, zoals de artikelen die ik wekelijks schrijf voor de VARA Gids, het Haarlems Dagblad en voor de website van Radio 1. Toen de NBA weer van start ging, ben ik met regelmaat op en neer gereisd naar Ziggo Sport om de nachtwedstrijden te doen. Ik ben blij dat ik die vastigheden heb, maar het mag van mij snel weer normaal worden.”

Het verslag doen van de NBA-wedstrijden laat Smeets niet heel chic klinken. “Als ik ’s nachts door de taxichauffeur ben afgezet, is het doodstil. Het pand riekt naar de dagploeg en het toilet naar oudemannenzeik. De commentaar-ruimte is meer een washok te noemen, maar het bevat alles wat ik nodig heb. Om 04.30 uur staat de chauffeur mij weer op te wachten en om 05.30 ben ik weer thuis. Het leven van een veteraan-journalist. Waarom ik het blijf doen? Het is leuk, spannend en idioot. Op dat laatste word ik overigens meerdere malen gewezen door mijn vrouw.”

“Ook al brengen de lege kantoren en wegen een onheimisch gevoel met zich mee; zo’n nachtelijke reis zet je met beide benen op de grond. Je ziet alle facetten van de nachtelijke stilte. Van het alleen zijn. Ik voer bijzondere gesprekken met de taxichauffeurs die overdag niet snel gevoerd worden, bijvoorbeeld over het geloof en hun opvoeding.”

Wat mist u in deze tijd het meest?

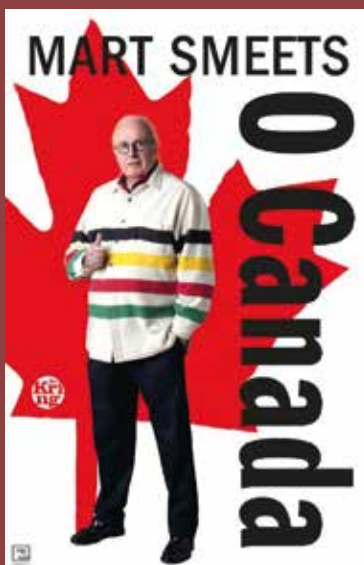
“Het knuffelen van mijn kinderen en klein-kinderen. Dat doen we al een jaar niet, maar ik heb te maken met twee onderliggende ziektes die geen goede combinatie zijn met corona. Ik geniet dus maar extra van het moment dat ik mijn kleinkinderen heel even met mijn ellenboog kan aanraken.”

“Wat ik bij de sport mis, is het publiek. Sport is emotie en daarin speelt publiek een belangrijke rol. Bij de voetbalwedstrijden zijn de bandjes met gejuich bijna hilarisch en bij de tennis-

wedstrijden is de stilte na een prachtige bal ronduit vreselijk. Het belang van publiek werd voorheen onderschat, maar nu zie je dat het een belangrijke functie heeft bij sportwedstrijden.”

“Het is wat het is. We zitten allemaal in dezelfde schuit, we wachten allemaal op een vaccin en op een leven dat normaler wordt. Ik heb de mazzel gehad dat ik me helemaal kon verdiepen in de research en het schrijven van O Canada. Daar ben ik veertien maanden zoet mee geweest. Het is een dikke pil geworden, maar er wordt dan ook veel in besproken.”

In de zomer van 1974 reisde Mart Smeets, voor Studio Sport, voor het eerst naar Canada. Daar begon de liefde voor een land dat wellicht op de USA lijkt, maar qua cultuur, politiek en temperament van de bevolking heel anders is. Via Montréal leerde hij Québec City, Toronto, Ottawa, Calgary, Edmonton, Hamilton, Vancouver en Sherbrooke kennen, evenals de (eigen)aardigheden van de Canadezen, hun keuken en hun drankjes, hun sportploegen, hun ijsbanen, hun malls, en vooral hun muziek. Hij heeft misschien wel vijfhonderd cd’s van Canadese muzikanten in de kast. Smeets bracht in totaal een klein jaar van zijn leven in Canada door. Hij is nog altijd fan van de Toronto Blue Jays, waar hij ooit met zijn zoon Tjerk ging kijken. Hij is waarschijnlijk de enige Nederlander die Yukon Jack drinkt (en overleeft), en hij draagt met trots de bekende Hudson Bay Company-duffel. Canada biedt van kust tot kust een rijk palet: Neil Young, prachtige bossen, de familie Trudeau, Shania Twain, Wayne Gretzky, Leonard Cohen, Glenn Gould, lange rivieren, vrieskou in het noorden, de Niagara Falls en ice-wine. Ooit Poutine gegeten? Mart Smeets wel. Hij was erbij toen Canada olympisch ijshockeykampioen werd en het publiek ‘O Canada’ zong. Kippenvel.



Hoe kijkt u naar de toekomst?

“Ik bekijk het per dag en volg over het algemeen de wetenschap, omdat ik ervan uitga dat de non-virologen van deze wereld weinig snappen van wat er aan de hand is. De talkshowtafels worden bevolkt door mensen die maar wat roepen, inclusief de vragenstellers. Je moet het overlaten aan de mensen die begrijpen waar ze het over hebben en dat zijn er weinig. De mensen die er wél verstand van hebben, zoals Diederik Gommers en Ab Osterhaus, zijn zowat een testbeeld in ons huis geworden en kan ik inmiddels uittekenen. Ik heb overigens meer televisie gekeken dan ooit, maar ik wilde dan ook veel volgen; de Amerikaanse verkiezingen, de coronatoestand, NBA, NFL en MLB. Nederlandse programma’s vallen niet in mijn interessesfeer, maar ik vind het geweldig om te kijken naar Winfried Baijens. Sinds jaren heeft Nederland er weer een superpresentator bij. Wat er zo goed is aan hem? Hij is natuurlijk, relativerend, heeft een goede blik en is een beetje cynisch. Ik herken veel van mezelf in hem, zo ook dat hij kan presenteren zonder autocue. Een goede presentator heeft zich voorbereid, kijkt in de camera en weet wat hij tegen het publiek gaat zeggen. Puur natuur is het beste.”

“Als ik naar de toekomst kijk, hoop ik dat onze attitude ten opzichte van zorgmedewerkers een blijvende verandering is. De waardering is sinds vorig jaar gestegen en dat is maar goed ook. Dat we socialer zijn gaan denken en handelen, is een winst voor de mensheid. Er was blijkbaar een pandemie voor nodig om die switch te maken.”

Wat kunnen we dit jaar nog van u verwachten?

“Er komt nog een boek aan en ik maak het basketbalseizoen af, daarna ga ik eens kijken wat er verder op mijn pad komt. Het hangt ervan af hoe vrij we zijn. Hoe dan ook komt het goed. Wacht maar op de krokussen en zonnestralen, en live by the day.”





Team wbos

Hoe vind je de juiste makelaar?

In Heemstede en omstreken is de keuze reuze op het gebied van makelaars. Een makelaar die past bij jou en jouw doelgroep kan een groot verschil maken. Waar moet je op letten vandaag de dag? HIK spreekt erover met Sjors ten Hacken van wbos makelaars.

De vraag overstijgt het aanbod en de huizenprijzen blijven stijgen; in deze tijden verkoopt een woning zichzelf. Deze stelling leggen we neer bij Sjors, waaruit blijkt dat dit volgens hem een stuk genuanceerder ligt. "De verkoopmarkt is inderdaad gunstig, dat wil echter niet zeggen dat je per definitie een goed verkoopresultaat behaalt in een prettig traject. De meerwaarde van de verkoopmakelaar is veranderd in de laatste jaren, uitgebreid zou je kunnen zeggen. Veel woningverkopers staan daar in eerste instantie niet direct bij stil, terwijl het een belangrijke rol zou mogen spelen in de keuze met welke makelaar zij in zee gaan. Werk aan de winkel om dat onder de aandacht te brengen!"

Makelaar en marketeer

Wellicht ben je voornemens jouw woning te verkopen. Waar je dan op moet letten in de zoektocht naar de juiste makelaar, licht Sjors toe. "Je bent natuurlijk al een heel eind als je met een vertrouwde plaatselijke naam te maken hebt, maar er komt meer bij kijken. Tijdens een eerste gesprek weet je al gauw of een makelaar voor jou het verschil gaat maken. De verkoopstrategie van makelaars ligt uiteen en kan juist in deze woningmarkt onderaan de streep grote verschillen maken."

Volgens Sjors moet je daarom goed kijken of de makelaar past bij de doelgroep van de woning en de wijze waarop de makelaar die doelgroep weet te bereiken. "Ons makelaarskantoor is bijvoorbeeld ijzersterk in (online) marketing. Als je als makelaar niet aan professionele

marketing doet, doe je de verkoper tekort. Door campagnes met data te combineren, bereiken wij iedere kandidaat-koper. Of de koper zich nu in Amsterdam of Tokio bevindt; als de woning bij de koper past, komt het daar terecht."

Hiermee wordt de gehele markt bereikt alvorens de bezichtigingen starten. Daarin speelt ook de beleving een grote rol, blijkt uit het gesprek. "De beleving start met de fotopresentatie, al dan niet met styling en een professionele video, wat vervolgens wordt voortgezet in het verdere proces." Nu er zoveel vraag is, is het zaak om als verkopend makelaar juist de tijd te nemen voor de kandidaat-kopers, iets dat niet elke makelaar doet. "Wij proberen hun wensen en profiel helder te krijgen en geven aan de hand daarvan een goede rondleiding. Bij een woning hoort een gevoel. Als je als makelaar een prettige ervaring neerzet en de kandidaat-koper heeft een goed gevoel bij de woning, dan werpt dat voor alle partijen z'n vruchten af. Kandidaat-kopers weten sneller of ze een bod willen doen en op welk niveau, zo komt er een beter verkoopresultaat. Een win-winsituatie dus. Het is goed om daar op voorhand al over na te denken."

Ook voor wbos heeft dat zijn weerslag. "Veel van onze verkoopopdrachten ontstaan na een bezichtiging. Een kijker denkt dan: ik wil dat mijn huis ook op deze manier wordt verkocht. Dat is een groot compliment, die kijker heeft immers diverse bezichtigingen gehad en doet daarmee automatisch een stukje warenonderzoek. Dan weet je dat je op de goede weg zit!"

Teamwork

Het gaat dus veel verder dan een bord in de tuin en afwachten tot de koper zich meldt. Naast de (online) verkoopstrategie en de marktbenadering van de makelaar, is ook de welbekende 'klik met de makelaar' essentieel. "Als makelaar moet je

een team vormen met de klant. Als je als klant dat gevoel hebt, weet je dat je een makelaar hebt gevonden die bij jou past en het beste voor jou nastreeft!" Sjors vindt dat een van de belangrijkste speerpunten van hun familiebedrijf. "We zijn sinds 1948 actief in Heemstede. Wij gaan voor de lange termijn, dat je positief over ons praat en over tig jaar weer bij ons terugkomt. Dat behaal je door altijd goed werk te leveren en drie stappen voorop te lopen."

HIK actie

Een goede afweging is dus essentieel. Sjors nodigt de HIK lezer met aanstaande verkoopplannen dan ook van harte uit voor een oriënterend gesprek. "Laten we kijken hoe ons team voor jou een succesvolle verkoop kan realiseren." Voor de HIK lezer is er in het voorjaar iets extra's*: benoem dit artikel in de kennismaking en ontvang kosteloos stylingsadvies + de video-marketing ten behoeve van de verkoop.

*Kosteloos bij verkoop via wbos makelaars, geldig tot 1 juni 2021.

YOUR HOME, YOUR STORY.

Kies uit meer dan 500 kwaliteitsstoffen voor uw gordijnen en stoffering, vanaf € 34,95 per strekkende meter.

Onze collectie meubels bestaat uit verschillende banken, fauteuils, voetenbankjes en headboards, handgemaakt in Spanje en Portugal en bekleed geleverd in de stof van uw keuze.

Voor uw gordijnen verzorgen wij het gehele proces van stof tot gordijn of vouwgordijn, inclusief raammeting en installatie.



DEL PRADO
BINNENWEG 79-C
2101 JD HEEMSTEDÉ
(023) 200-2864
OPEN: DI-ZA 10:00 – 17:00

DEL PRADO (SHOWROOM)
ROBERT PEERBOOMWEG 7
2031 BC HAARLEM
(023) 785-4220
OPEN: OP AFSPRAAK

Optimaal **relaxen** in je eigen **spa**

Je tuin omtoveren tot een wellnessresort? Bellagio Spa's kan van deze droom werkelijkheid maken. Met een ruim assortiment spa's en zwemspa's is er altijd wel een model dat bij jouw wensen past. Eigenaar Maarten Maarse: "Welk seizoen het ook is; genieten van je eigen spa is altijd een goed idee."

Voordat Maarten met de import en verkoop van spa's en zwemspa's begon, was hij actief in de logistieke dienstverlening. Hierbij was het transport en hijsen van spa's en zwemspa's een van zijn belangrijkste bezigheden. In 2015 besloot hij om zelf de import en verkoop te verzorgen. Dit doet hij voor twee merken: Bellagio Luxury en Allseas Spas.

"Beide merken staan bekend om de topkwaliteit, dus voor welke spa je ook kiest; je zit sowieso goed. Het verschil zit 'm in het design. Op de website staan de verschillende modellen gepresenteerd, een aantal is in onze showroom in Lisse te bewonderen."

Van a tot z

Heb je een spa op het oog, dan komt Bellagio Spa's bij je langs om de mogelijkheden te bekijken. Nadat je het gewenste model hebt uitgekozen, hoeft je nergens meer naar om te kijken. Alles wordt uit handen genomen en na de installatie krijg je een uitgebreide uitleg van de monteur. "Het reinigen heeft enige toelichting nodig omdat het belangrijk is, maar het is geen hogere wiskunde. De spa's van nu zijn steeds makkelijker schoon te maken, mede door ingebouwde filtersystemen."

Als je spa eenmaal geïnstalleerd is, kun je – als het water op temperatuur is – optimaal relaxen. Het zorgt voor meer dan alleen ontspanning en bubbelplezier. Het is ook nog eens goed voor je gezondheid; de bloedcirculatie wordt gestimuleerd, het geeft verlichting bij pijn aan spieren en gewrichten en het bevordert de nachtrust.

Hoe zit het met het energieverbruik? "De focus van spa's ligt steeds meer op energiebesparing. Ze zijn voorzien van een goede isolatie, waardoor er weinig warmteverlies en dus minder stroomverbruik is. Maar het is ook afhankelijk van de plek van de spa. Staat het op een beschutte plek of

onder een overkapping, dan zal het energieverbruik lager zijn. Zulke tips & tricks delen we in een vroeg stadium, zodat je goed kunt nadenken over de plek van de spa."

Zwemspa

"Steeds meer mensen kiezen een zwemspa boven een zwembad. Het is goedkoper en mocht je ooit verhuizen, dan kun je de zwemspa meenemen. Daarbij is het een stuk energiezuiniger, omdat een zwemspa minder water nodig heeft en daardoor makkelijker te verwarmen is. We hebben zwemspa's in allerlei soorten en maten, inclusief massagestralen."

Over de grens

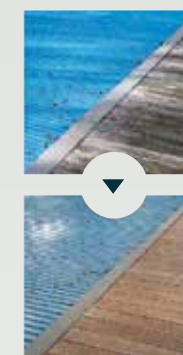
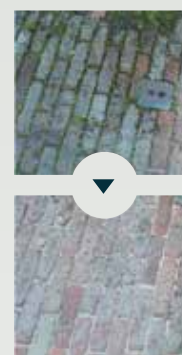
Bellagio Spa's verkoopt niet alleen aan particulieren, maar ook aan dealers in heel Europa. "Zweden, Frankrijk, Duitsland, Tsjechië, België en Roemenië; de spa's en zwemspa's gaan overal naartoe. Particuliere klanten hebben we van Texel tot Limburg, maar ook in Spanje en Suriname. Een tuin is niet meer alleen een tuin, maar een verlengstuk van je woning. Daarom wordt er steeds meer waarde aan gehecht, ook over de grens."



Meer en Duin 44
2163 HC Lisse
www.bellagio-spas.nl



Terrazza MC® specialist: Hoveniersbedrijf Van der Weiden



VOOR AL JE TERRASREINIGINGEN

- ✓ **Efficiënte en duurzame reiniging van je terras of oprit**
- ✓ **Verwijdert onkruid, mossen en bevuiling enkel met water**
- ✓ **Een perfect resultaat keer op keer**
- ✓ **Geen gebruik van hoge druk**
- ✓ **100% ecologisch**
- ✓ **Reinigingen van verschillende soorten oppervlakken:** terrassen, parkeergarages, opritten, etc.
- ✓ **Onkruid, mossen, korstmossen en andere vervuiling verwijderen van het oppervlak en de voeg**
- ✓ **Geschikt voor elke verharding:** kasseien, klinkers, beton, natuursteen, hardsteen, hout, composiet, asfalt, etc.
- ✓ **100% milieuvriendelijke reiniging:** geen gebruik van chemicaliën of hoge druk
- ✓ **Efficiënt en duurzaam reinigingen zonder schade, projectie of bevuiling**

Leidsevaartweg 69
2106NB HEEMSTEDÉ
Tel: +31 235 478 037
E-mail: info@vdweiden.nl



Terrazza MC® wereldwijd gepatenteerd
www.terrazzamac.be





Geef kleur aan jouw toekomst

Of je nu wil kopen, verkopen, of je huis wil laten taxeren, elke keuze luidt een nieuwe toekomst in. Wij helpen je hierbij. Ook kinderen kunnen kleur geven met onze kleurplaat in dit blad.

#Findyourfuture

023 80 80 555
MAARTENVANVLIETMAKELAARS.NL

De groei van Delta Planning



Het is alweer twee jaar geleden dat HIK een bezoekje bracht aan Delta Planning. Het blijkt dat de financieel adviseurs de afgelopen jaren niet stil hebben gezeten. Hoog tijd om dus weer eens een kop koffie te drinken met eigenaren Douglas en Ariaan.

Bij binnenkomst valt al één ding op: een groter team. "Dat klopt", bevestigt Ariaan trots. "Vorig jaar september hebben we de zakelijke portefeuille van Rood&Burgh Verzekeringen overgenomen. De oud-eigenaar vindt het werk nog te leuk om te stoppen, dus hij maakt nu deel uit van ons team. Het zorgt voor een verrijking van onze portefeuille, door de vele transportrelaties die we erbij hebben gekregen. Transportbedrijven die op zoek zijn naar financieel advies, zijn dus meer dan welkom!"

Reden van uitbreiding

Douglas: "Een andere aanwinst is Karin, die haar kunsten vertoont in de front office van Delta Planning. Verder willen we het team uitbreiden met een extra hypotheekadviseur. Waarom? Omdat Ariaan en ik nóg meer naar buiten willen om bestaande relaties en prospects te bezoeken."

Door de uitbreiding in het team, krijgen de heren meer hun handen vrij voor acquisitie en relatiebeheer. Douglas: "Dat deden we al, maar vooral vanuit kantoor. We willen fysiek onze relaties en prospects bezoeken en het gesprek aangaan. Al is het maar om even te checken hoe het gaat. Hiermee benadrukken we dat Delta Planning het persoonlijk houdt. Als relatie ben je geen nummer." Ariaan: "Dat hoort bij onze no-nonsense instelling. We beloven iets, en doen het vervolgens ook echt. Daar hebben mensen meer behoefte aan nu banken en verzekeraars zich steeds meer terugtrekken uit steden en dorpen. Mensen hebben liever persoonlijk contact dan online."

Wie zaait, zal oogsten

Op het visitekaartje van de heren staat: 'Alles begint met een goed gesprek'. "En daar nemen we dan ook graag de tijd voor", vertelt Ariaan. "Het zorgt ervoor dat we aan het begin wat meer tijd kwijt zijn aan een

relatie of prospect, maar uiteindelijk oogsten we wat we zaaien." Douglas haakt in. "Het blijkt dat we aan het oogsten zijn, daarom was de uitbreiding van het team nodig. Onze relaties hoeven echter niet bang te zijn dat we de persoonlijke aanpak laten varen. Je blijft één aanspreekpunt houden en er wordt nog steeds snel gecommuniceerd. Daarin maken we het verschil."

Delta Planning is nog niet klaar met uitbreiden. Douglas: "Natuurlijk blijven we vooruitkijken. Delta Planning wil gestaag blijven groeien, zonder de kernwaarden uit het oog te verliezen. Het voordeel van de uitbreiding in personeel is dat we de groei ook veel beter kunnen managen."

Ontwikkelingen in de branche

De relaties van Delta Planning kunnen erop rekenen dat de adviseurs op de hoogte zijn van de laatste ontwikkelingen. Ariaan: "Het lijkt misschien een stoffige branche, maar er gebeurt heel veel. Cyber-crime wordt bijvoorbeeld steeds belangrijker, zowel bij particuliere als zakelijke relaties. En autoverzekeringen; steeds meer auto's worden zelfsturend, dus hoe gaat dat in z'n werk? Vroeger was de wasdroger brandoorzaak nummer 1, nu is dat de oplader van de mobiele telefoon. Het zijn interessante ontwikkelingen waarin we ons graag verdiepen." Douglas: "We weten wat er speelt en wat de trends zijn. Zoals gezegd: alles begint met een goed gesprek, dus wees welkom!"



Jan van Goyenstraat 22
2102 CB Heemstede
www.deltaplanning.nl

COMFORTABEL ONDERNEMEN VANUIT EEN LUXE OMGEVING



Flexibele gemeubileerde
werkplekken vanaf

€ 320,-

per werkplek/mnd*

Een plek die zorgt voor synergie en dynamiek

- Direct aan de slag
- All-in en flexibel
- Stijlvol en luxe
- Perfect bereikbaar
- Goede koffie
- Vergaderfaciliteiten
- Huismeester

* exclusief € 30,- servicekosten.

OFFICEZ KENNEMERHAGHE HEEMSTEDE
020 - 644 22 20 | info@officez.nl | officez.nl | Leidsevaartweg 99

Meer dan zwemles bij Zwemschool de Drijver



Richard Timpen
Directeur

Zwemschool de Drijver

Al sinds 1998 geeft Zwemschool de Drijver elementaire zwemles aan kleine groepen, waarbij persoonlijke aanpak centraal staat. “Of het nu gaat om watergewenning, peuter-zwemmen, het Zwem ABC of zwemles voor volwassenen; we nemen in een ontspannen sfeer voor iedereen de tijd”, aldus directeur Richard Timpen. “Verder kun je bij De Drijver terecht voor een scala aan zwemactiviteiten.”

Toen Rinus Tieleman in 1998 begon, had De Drijver één vestiging die in de weekenden geopend was. Twintig jaar geleden hebben Richard Timpen en Debby Tieleman het stokje overgenomen en door de jaren heen zeven locaties geopend. Veel groter wil de zwemschool voorts nog niet worden. “Nu kunnen we alles nog zelf managen en hebben we het overzicht. Dat persoonlijke waar De Drijver om bekendstaat, willen we niet uit het oog verliezen.”

Twee nieuwe vestigingen zijn geopend tijdens de coronacrisis. Best bijzonder, volgens Richard. “In onzekere tijden als deze een locatie – of zelfs twee – openen, zie je niet veel. Maar omdat de lesgroepen nog kleiner moesten worden, leken de extra locaties ons een logische stap. We willen te allen tijde het contact met de klanten behouden en de kinderen blijven verwelkomen. Helaas zijn alle locaties op dit moment gesloten, maar we houden alsnog contact door updates en oefenfilmpjes op social media en de website te plaatsen. Ik mis het werk ontzettend, dus hopelijk kunnen we snel weer aan de slag!”

Automatisme

De lesgroepen bestaan uit vier tot zeven kinderen, maar ook privées is mogelijk. De Drijver is, als particuliere zwemschool, specialist in het geven van extra aandacht, zodat het beste resultaat behaald wordt. De zwemonderwijzer past het lesprogramma aan het kind aan, in plaats van dat het kind zich moet aanpassen aan de rest van de groep. De voortgang is te zien in het leerlingvolgsysteem. “Ook kan de zwemonderwijzer hierin bekijken wat de zwakke punten van elke individuele leerling zijn.”

“Dat persoonlijke is al vanaf het begin onze aanpak. Zwemmen is een vaardigheid die een automatisme moet worden, zodat je er je leven lang op kunt rekenen. Zeker in een waterland als Nederland. Wij focussen er echt op dat het kind instinctief op een juiste manier kan bewegen als de omgeving daarom vraagt. En ja, dat zorgt er vaak voor dat een kind sneller klaar is om af te zwemmen.”

Als er behoefte is aan meer dan één zwemles per week, dan is dat geen probleem. “Waar we wel naar kijken, is of dit het kind ligt. Stel dat het kind zwemles niet leuk vindt, dan moet je niet pushen. Je creëert dan een angst waar het kind later nog last van kan hebben. Dat is natuurlijk niet de bedoeling. Daarom raden we ook altijd aan: laat het kind eerst douchen voordat de zwemles begint. Het zijn kleine dingen die eventuele water- en/of zwemangst voorkomen.”

Trots

“Het mooie aan mijn werk is niet alleen de kinderen met een diploma in hun handen het zwembad zien verlaten, maar ook de betrokken zwemonderwijzers die we hebben. Zij geven onze klanten het gevoel wat wij willen overbrengen, namelijk dat hun kinderen de volle aandacht krijgen en dat ze gezien worden. Ik weet dat we een goed team hebben, maar dit wordt ook regelmatig bevestigd door de tevreden ouders. Dat geeft me zo’n goed gevoel.”



www.zwemschooledrijver.nl



“Dat ik nu bondsvoorzitter ben, is heel bijzonder”

Just Spee is sinds december 2019 bondsvoorzitter van de KNVB. Dat zijn voorzitterschap apart van start is gegaan, is een understatement. “In maart 2020 schudde ik honderden handen tijdens het UEFA-congres, tien dagen later zaten we in lockdown en een maand later werd de competitie stopgezet.” Hoe vergaat het de HFC’er tot nu toe?

De geboren en getogen Haarlemmer woont sinds een half jaar in Heemstede. “Mijn vrouw en ik hadden geen verhuisplannen, maar we werden verliefd op een huis dat te koop stond. We zijn blij met onze keuze; je woont hier zo mooi.”

“Je blijft HFC’er”

Spee is geen onbekende naam bij Koninklijke HFC. Zo is Just sinds 1974 lid, heeft zijn moeder jarenlang achter de bar van de club gestaan en heeft broer Jaap ruim driehonderd wedstrijden in het eerste elftal gespeeld. “Het is een mooie, traditionele club waar generatie na generatie blijft komen. Het is het Spanjaardslaan-gevoel; je bent onderdeel van de familie. Het maakt niet uit waar je naartoe verhuist, je blijft HFC’er. Ook de vriendschappen zijn blijvend. Ik ben nog steeds goede vrienden met mijn oud-teamgenoten, dat vind ik heel bijzonder.”

Door de liefde voor de club is Just tot de dag van vandaag verbonden aan HFC. Na twee keer penningmeester te zijn geweest, is hij nu voorzitter van de financiële commissie. “Een adviescommissie voor het bestuur en de leden. Nu zijn we erg druk met het nieuwe clubhuis. Als financiële commissie dienen wij het bestuur van advies. Het wordt prachtig en iedereen is er bevlogen mee bezig, dus het is aan ons om met beide benen op de grond te blijven staan en ervoor waken dat het geen molensteen om de nek van de club wordt. Het is een lang proces, maar het wachten wordt beloond met het eindresultaat.”

Jongensdroom

In maart 2019 werd Spee officieel benoemd tot de nieuwe bondsvoorzitter van de KNVB. Op 16 december volgde hij Michael van Praag officieel op. Na eerdere mooie functies, waaronder CEO bij Stage Entertainment en Endemol, ging nu een jongensdroom in vervulling. “Ik ben voetballer én voetballiefhebber in hart en nieren. Dat ik nu bondsvoorzitter ben, is dus wel heel bijzonder. De KNVB is een mooie bond die het goed voor elkaar heeft. Buitenlandse bonden kijken hoe wij innovatie en amateurvoetbal aanpakken, waarmee we tot de wereldtop behoren.”

Misschien gaat Spee nog een stapje verder, nu de KNVB hem voordraagt als kandidaat-lid van het UEFA Executive Committee. Spee moet Michael van Praag opvolgen in het hoofdbestuur van de UEFA. Als Just in april wordt gekozen, is hij de zesde KNVB’er in de UEFA Executive Committee; naast Michael van Praag gingen ook Lo Brunt, Jos Coler, Jo van Marle en Jeu Sprengers hem voor. “Het is wel een ander wereldje. Het is meer politiek en de belangen van meerdere bonden moeten worden behartigd.”

Voorzitterschap in coronatijd

“Natuurlijk is het een gekke gewaarwording dat een paar maanden na mijn benoeming de wereld compleet op z’n kop stond. Op 4 maart 2020 organiseerde Nederland voor het eerst het UEFA-congres, waar alle 55 Europese bonden bij elkaar kwamen. Mijn vrouw en ik hebben toen honderden handen geschud, dat kun je je nu bijna niet meer voorstellen. Tien dagen later zaten we in lockdown en in april werden de competities stopgezet, waarmee mijn rol veranderde. Ik had regelmatig contact met onder andere het kabinet en was veel bezig om de mensen binnen de KNVB te steunen. Wat daarin heeft geholpen, is dat ik jarenlang crisismanager ben geweest en dus redelijk weet wat we wel en niet moeten doen.”

“De keuze om de competitie als niet gespeeld te beschouwen, was geen gemakkelijk besluit om te nemen en niet iedereen was tevreden. Dat kun je helaas niet voorkomen. Ik heb toen onder andere De Graafschap en Cambuur bezocht en verteld dat ik met hen meelijd. Welke keuze je ook maakt; iedereen heeft een oordeel klaarstaan en daar loop ik niet voor weg. Toen ik CEO was bij Endemol heb ik te maken gehad met bedrijven in Hollywood die nog veel meer op je inhakken, dus ik ben wel wat gewend. En ik begrijp het natuurlijk, want voetbal is een van de belangrijkste bijzaken in het leven.”

Teruglopend ledenaantal

Hoe vergaat het HFC in coronatijd? “Het is natuurlijk voor elke vereniging heel lastig, of je nu een BVO of amateurclub bent. Als KNVB zien we dat we bij de mannen en jongens in ledenaantal iets teruggelopen zijn, terwijl we bij de vrouwen en meisjes verder gegroeid zijn. We vermoeden dat zich dat dit jaar gaat voortzetten, met name bij tienerjongens die niet in selectieteams spelen. HFC is daar niet immuun voor, maar behoort wel tot de sterkste verenigingen van het land. Het valt ons op dat grote, sterke verenigingen over het algemeen sterk blijven, wat ook geldt voor verenigingen in kleine dorpen. Alles wat daar tussenin zit, heeft het moeilijk.”

“KNVB is geen winstmakende organisatie, dus we hebben geen eindeloos diepe zakken waarmee we alle verenigingen kunnen verblijden, maar we doen wat we kunnen. Zo heeft de KNVB een stimuleringsbudget beschikbaar gesteld waar verenigingen aanspraak op kunnen maken. Dit budget is bedoeld voor het organiseren van voetbalaanbod bij de vereniging om bestaande en nieuwe doelgroepen aan de club te binden. Er moet vooral veel van gemeentes komen en dat doen ze goed. In veel gevallen hebben gemeentes bijvoorbeeld de huur van velden opgeschort of kwijtgescholden, iets dat veel zoden aan de dijk heeft gezet. Er zijn echter niet alleen financiële problemen. Sponsors trekken zich terug, vrijwilligers zoeken een plek waar ze wél iets kunnen doen en bestuursleden die aan het eind van hun termijn zitten, kunnen geen opvolger vinden.”

De effecten van de coronacrisis hebben de clubs aan het denken gezet. “Om als BVO een licentie van de KNVB te krijgen, moet een club een begroting inleveren. Heel wat clubs leefden van dag tot dag en hadden nauwelijks reserves. De coronatijd heeft aangetoond dat die reserves echt nodig zijn. Dit heeft clubs aan het denken gezet, maar de KNVB legt ook nog eens de nadruk op het belang van een noodvoorraad.”

Verbindende factor

“Ik zie voetbal als verbindende factor, iets wat in deze tijd extra nodig is. Het indirecte effect van corona is dat mensen vereenzamen. Het Sociaal en Cultureel Planbureau maakt zich ernstige zorgen over de achteruitgang van sociale interactie in de maatschappij. Het is de vraag of dit blijvend is of niet, maar voetbal kan een grote rol spelen in het oplossen of voorkomen ervan. Het verbindt om deel uit te maken van een team of naar een stadion te gaan. Je ziet het aan het thuisvoordeel dat clubs normaliter hebben, iets dat duidelijk aantoonbaar is. Het aantal thuisoverwinningen was voor corona groter dan uitoverwinningen, nu is dat ongeveer in evenwicht. Dit geeft aan wat publiek voor effect heeft. Gelukkig mogen we mondjesmaat wat tests doen, dus hopelijk kunnen we snel weer met een gerust hart genieten van evenementen.”

Fotografie: Pim Ras

Just Spee
Bondsvoorzitter
KNVB

Van het **bankwezen** naar de **schoolbanken**



Rob van Dam

Meester groep 8A

Crayenester

Rob van Dam, op de Crayenester bekend als ‘meester Rob’ is gek op zijn vak. Je zou niet denken dat hij pas een paar jaar geleden het onderwijs in is gegaan. “Ik ben als het ware gescout tijdens een gastcollege op een basisschool. Inmiddels kan ik me geen andere baan voorstellen.”

Rob is twintig jaar actief geweest in het bankwezen. Toen hij als gastdocent voor de klas stond, werd hij benaderd door de directrice van de desbetreffende basisschool. “Ze zei dat ik stond te stralen en dat ik moest nadenken over een carrièreswitch. De Rabobank, mijn toenmalige werkgever, was druk bezig met een reorganisatie en had tegen de werknemers gezegd om na te denken over een plan b. Het moest gewoon zo lopen.”

Man in een vrouwenwereld

“Tijdens en na de pabo heb ik een aantal invalklussen bij verschillende scholen gedaan, maar toen de Crayenester voorbijkwam, voelde het gelijk goed. Fijne collega’s, goede begeleiders en een topsfeer. Inmiddels werk ik vier jaar op de dependance aan de Overboslaan en geef ik les aan groep 8A, een klas met maar liefst dertig kinderen.”

Wat waren de reacties toen Rob deze stap besloot te zetten? “Eigenlijk alleen maar respect! Veel mensen om me heen zeiden dat ze ook zoiets wilden doen. Ik zei dan tegen hen dat ze de daad bij het woord moesten voegen. Ook werd er gezegd dat het onderwijs bij me past, omdat ik creatief en makkelijk in de omgang ben. Dat heb je wel nodig als je voor de klas staat. Maar natuurlijk niet té makkelijk!”

Zoals verwacht is het onderwijs een andere wereld dan het bankwezen. “Een ongedwongen sfeer en geen stropdassen en mantelpakjes. En natuurlijk is het onderwijs vooral een vrouwenwereld, maar daar heb ik als vader van twee dochters genoeg ervaring mee”, lacht Rob. Hij is blij met de switch naar het onderwijs. “Het voelt, in tegenstelling tot mijn job bij de Rabobank, niet als werk en ik ben nog geen een dag met tegenzin naar ‘de Cray’ gegaan. Dat is toch rijkdom?”

Opening scholen

Ten tijde van het interview waren de basisscholen gesloten. HIK heeft na opening van de scholen weer contact opgenomen met de blije meester. “Gelukkig mogen de kids weer naar school! Het zijn toch een beetje ‘mijn’ kinderen, dus ik heb ze gemist. De eerste schooldag stond in het teken van samenzijn en hebben we de leerlingen feestelijk verwelkomd. Ze zijn ook zo enthousiast dat ze weer naar school mogen, want het wordt steeds lastiger om thuis huiswerk te maken en goed te blijven plannen. Terwijl dat, nu het voortgezet onderwijs voor de deur staat, erg belangrijk is om te leren. Ik ben daar echt op aan het hameren, dus hopelijk nemen ze mijn advies ten harte.”

Samen het jaar afronden

“De musical en het kamp staan dit jaar uiteraard op de planning. Vorig jaar zijn we hier op een creatieve manier mee omgegaan, dus we weten hoe we er een aangepast feestje van kunnen maken. Maar hopelijk kunnen we het op de normale manier organiseren. Ik hoop zo dat die activiteiten doorgaan, want dat verdienen de leerlingen echt. Dan eindigen we het jaar zoals het hoort: met een feestje én met z’n allen.”

Crayenester

Crayenestersingel 37
2101 AN HeemstedeOverboslaan 32
2101 AM Heemstede

www.crayenester.nl

Leren is plezier

Elk kind is uniek met eigen wensen, talenten, eigen grapjes en een eigen achtergrond. Bij Green House Kinderopvang is elk kind welkom. Ze kijken naar kinderen en gezinnen met een holistische blik. Eigenaar Malou: “Dat houdt in dat we geïnteresseerd zijn in de sociale achtergrond van een kind.”

Green House Kinderopvang is een nieuwe kleinschalige kinderopvang gevestigd op de Zandvoortselaan 69 in Heemstede. Kleinschaligheid, individuele aandacht en natuur-educatie staan garant voor hoge pedagogische kwaliteit. Binnen de pedagogische visie van Green House vormt individuele aandacht, in een kleine groep waar plek is voor maximaal acht kinderen, de basis. De locatie is dagelijks geopend van 07.30 tot 18.30 uur. Ontbijt en een warme maaltijd tussen de middag zit bij de prijs inbegrepen.

Overstap naar ondernemen

Eigenaar en pedagoog Malou Kloet studeerde cum laude af nadat ze zelf jarenlang als pedagogisch medewerker werkte op de groep. Het is altijd een droom geweest om zelf een kleine opvanglocatie te openen. Malou runt naast Green House een adviesbureau voor kinderopvang-organisaties onder de naam Kinderopvangbeleid. Kinderopvangbeleid begeleidt onder andere bij inspectieprocessen en overnames, maar ook pedagogisch coaching en het vormgeven van protocollen. Naast pedagoog is Malou ondernemer, iets dat er altijd al in heeft gezeten. “Ik heb leerzame werkplekken gehad. Ik mocht bij

een middelgrote organisatie een nieuwe groep beginnen en kon zo mijn eigen pedagogische visie ontwikkelen met de focus op emotionele veiligheid. Later stapte ik over naar een kleinschalige kinderopvang waar de eigenaar mij veel liet doen: de groep runnen, roosters en protocollen maken, praten met inspecteurs. Waardvolle leerervaringen, maar ik ging wel denken: ik wil nu eindelijk eens dat mijn naam erop staat. Daarom ben ik voor mezelf begonnen.”

Gezonde, groene kinderopvang

Bij Green House staat vrije expressie hoog op de agenda, wat voor elk kind iets anders kan betekenen. Deze vrije expressie vindt meestal plaats met natuurlijke materialen. Wroeten met zand, bladeren, takken of een bak echte sneeuw. Het kind en de locatie mogen daarbij lekker vies worden, zolang de kinderen er maar voldoening uithalen. Ook de thema’s die worden behandeld zijn allemaal gerelateerd aan de seizoenen en de natuur. Een pictogram of afbeelding bij Green House zal eerder een levensechte natuurfoto zijn dan een tekening. “We hebben houten speelgoed, werken met natuurlijke materialen en kinderen slapen niet



Malou Kloet

Eigenaar

Green House Kinderopvang

in een kleine ruimte met slechte luchtkwaliteit, maar op matrasjes in de groepsruimte. Gezonde, groene kinderopvang.”

Ook aan de medewerkers worden bepaalde eisen gesteld. Zo vindt Malou het belangrijk dat een potentiële nieuwe medewerker interesse heeft in de natuur en dezelfde visie deelt met betrekking tot natuureducatie. In de buitenruimte zijn twee konijnen te vinden. De kinderen worden aan de hand meegenomen bij de verzorging van deze beestjes. “Dat vinden ze geweldig interessant. Lekker bezig zijn met levende elementen en er samen spelenderwijs voor zorgen. Zo kun je kinderen op heel jonge leeftijd bijbrengen dat mensen en dieren aandacht behoeven om te groeien. Een belangrijke les voor de rest van hun leven.”

Een afspraak inplannen voor een rondleiding kan via www.greenhousekinderopvang.nl of door een rechtstreekse mail te sturen naar info@greenhousekinderopvang.nl.



Zandvoortselaan 69
2106 CK Heemstede
www.greenhousekinderopvang.nl

Uitvaartbegeleiding vanuit het hart

Brokking & Bokslag Uitvaartbegeleiding is ruim twintig jaar geleden opgezet door Marry Brokking en Anne-Marie Bokslag. Als pioniers in een toenmalige mannenwereld, zorgden zij voor een frisse wind door goed te luisteren naar de nabestaanden en meer te bieden dan de doorsnee opties. Standaard protocollen werden hierbij achterwege gelaten, zodat elke uitvaart écht persoonlijk werd.

Bij binnenkomst krijgt HIK een rondleiding door het statige pand aan de Herenweg. De warme sfeer is direct merkbaar in elke kamer en de besneeuwde binnentuin geeft een magisch tintje aan het geheel. Boven zitten Marije Kok, Diederiec Smalbrugge, Jennifer Hoes, Fenna Geertsema en Monique Siers klaar met een kop koffie. Naast deze vaste uitvaartbegeleiders zijn er nog zeven freelancers en drie medewerkers achter de schermen die ervoor zorgen dat alles op rolletjes loopt: Marjan Versteeg, Christine Trossèl en Wilma van der Zalm.

De inmiddels gepensioneerde Marry en Anne-Marie kwamen er al snel achter dat een vrouwelijk team in de uitvaartbranche een andere toon zet. "Dat zit diep verweven in ons DNA en wij zetten dat met trots en overtuiging voort", aldus Diederiec.

De essentie van het leven

Elk afscheid is volgens Brokking & Bokslag een weerspiegeling van het leven, daarom is het vanzelfsprekend dat het een persoonlijke invulling krijgt. De begeleiders staan je bij en doen suggesties. Als familie heb je een vast aanspreekpunt. Diederiec: "We zien het niet zo dat we mensen alleen ontzorgen. We gaan uit van de eigen kracht van ieder mens, een innerlijk weten van wat nodig is om goed afscheid te kunnen nemen. Het mooie is dat samen te zoeken en vorm te geven." Marije: "Je kunt zo veel meer betekenen voor iemand en dat zit 'm vaak in de kleine dingen. Je bent met de essentie van het leven bezig en dat is wat het zo mooi maakt. Het contact is écht."

Fenna vertelt dat het creatieve proces een fijn aspect is van het vak. De vrouwen denken mee en reiken opties aan waar nabestaanden nog niet over hebben nagedacht. "Een familie kan dan zo blij zijn als ze ervaart dat alles samenvalt en klopt. Je leert elkaar kennen, omdat je de week voor de uitvaart samen met de familie in een bubbel zit. We horen weleens dat die aandacht bij andere uitvaartondernemingen niet altijd standaard is, maar volgens ons mag het niet ontbreken."

Rust en ruimte

Marije: "Na de uitvaart bespreken we met de nabestaanden hoe zij terugkijken op het afscheid en of wij nog iets voor hen kunnen betekenen. We worden dan bedankt voor de rust en ruimte die er was, waardoor de familie de uitvaart in haar eigen tempo kon voorbereiden." Dit nagesprek is het 'formele' moment, maar de feedback ontvangt het team vaak al bij het voorgesprek. "De reactie luidt dan vaak: 'Dit voelt goed.' Je hoort de last bijna letterlijk van hun schouders vallen."

Er wordt regelmatig contact opgenomen met Brokking & Bokslag vóórdat iemand is overleden, of iemand nu ziek is of kerngezond. De dames denken dat dit te maken heeft met het verdwijnende taboe rondom afscheid nemen en de dood. Fenna: "Wat natuurlijk ontzettend goed is, want hoe fijn is het dat je nu al een groot deel kunt regelen, zodat je naasten later een leidraad hebben?" Monique haakt in: "Dit zijn hele bijzondere, intieme gesprekken. Je wordt een beetje opgenomen in de familie en je kunt er echt voor hen zijn."

Zulke gesprekken gaan je niet altijd in de koude kleren zitten. "Maar de familie heeft niets aan ons als wij meegaan in de emotie. Het is aan ons om helder na te denken, hoewel dat niet altijd even makkelijk is", vertelt Monique eerlijk. "Sommige situaties zijn heel heftig of doen je denken aan iets wat je zelf hebt meegemaakt. Ieder heeft z'n eigen manier om hiermee om te gaan. Persoonlijk zoek ik graag de natuur op; even een lange wandeling maken, zodat ik weer vol nieuwe energie de familie kan bezoeken." Diederiec: "Gelukkig hebben we een topteam dat elkaar steunt. Je voelt je veilig en je kunt je verhaal kwijt. Niemand hoeft het alleen te doen."

Intiem afscheid

Fenna: "Er is steeds meer mogelijk op het gebied van uitvaarten, dus het is fijn dat we elkaar tijdens zulke gesprekken inspireren. Zeker in tijden van corona, waarbij elke uitvaart in kleine kring moet plaatsvinden."



V.l.n.r.: Jennifer Hoes, Monique Siers, Fenna Geertsema, Diederiec Smalbrugge, Marije Kok

Natuurlijk is het niet altijd even makkelijk geweest, maar we zien dat zo'n intiem afscheid een heel warm gevoel met zich meebrengt. Dit soort uitvaarten heeft ons geïnspireerd om te laten zien wat er allemaal mogelijk is, ook met een klein budget. Wij verwachten dat ook na de coronatijd de behoefte aan kleine uitvaarten zal blijven. Daarom hebben we nu een basisuitvaartpakket samengesteld."

Diederiec: "Dat kan bijvoorbeeld hier in huis óf in onze binnentuin, aangezien we merken dat natuur een steeds grotere rol gaat spelen. Denk aan natuurbegraafplaatsen, ecologische kisten en manden. Dit thema geeft ons meer verbreding en vinden we belangrijk. Kijk maar naar onze afscheidskamers, die vernoemd zijn naar de bomen rondom het pand. We hebben overigens niet alleen in Heemstede afscheidskamers, maar ook in crematorium Sterrenheuvel en Afscheidshuis Eksterlaan te Haarlem-Noord. Stuk voor stuk warme, fijne plekken met een eigen sfeer."

Waar een uitvaart ook plaatsvindt en hoe groot of kleine deze is, maakt de dames niet uit. "Zolang de familie maar het gevoel heeft dat het helemaal klopt. Dat ontroert ons telkens weer."



Herenweg 92
2101 MP Heemstede
www.brokkingenbokslag.nl
(023) 531 02 38
info@brokkingenbokslag.nl

BROKKING & BOKSLAG
Uitvaartbegeleiding



Op reis met een Heemstedenaar Zuid-Afrika

"Vlak voordat de coronacrisis uitbrak, studeerde en werkte onze zoon in Zuid-Afrika. In de kerstvakantie hebben wij hem een bezoekje gebracht en een prachtige rondreis gemaakt. We startten in Johannesburg, vanwaar we richting Krugerpark vertrokken. Hier vind je prachtige natuur en veel wildlife. In Swaziland hebben we genoten van de zeer authentieke cultuur. Je kan er raften, abseilen en verschillende wildparken bezoeken. Zeker de moeite waard om een aantal dagen te verblijven!"

"In St. Lucia hebben we mooie stranden bezocht en veel nijlpaarden in de delta gezien. Daarna was Kaapstad aan de beurt, waar we uiteraard Robbeneiland hebben bezocht en de Tafelberg hebben beklommen. Zwaar, maar een geweldige ervaring!"

"Na Kaap de Goede Hoop was het tijd om naar huis te gaan. We kijken terug op een prachtige reis; heerlijk weer, vriendelijke mensen, indrukwekkende wildparken, toprestaurants en niet te vergeten de bijzondere natuur. We gaan zeker nog eens terug."



Op reis met een Heemstedenaar Curaçao

Curaçao behoort al jarenlang tot de meest favoriete vakantiebestemmingen van Nederlanders in het Caribisch gebied. Da's niet zo gek; een aangenaam tropisch klimaat, prachtige stranden, vriendelijke mensen, lekker eten en een bijzondere onderwereld.

"Wij hebben nog even kunnen genieten van Curaçao voordat er een negatief reisadvies kwam. Ondanks de avondklok – die toen nog niet in Nederland geïntroduceerd was – hebben we genoten van al het moois dat Curaçao te bieden heeft. Veel verschillende stranden, maar ook een balletje slaan op de golfbaan, met de powerboat naar Klein Curaçao en struinen door het rustige Punda. Heel bizar om over de lege pontjesbrug te lopen."

"Hopelijk kunnen we snel weer het vliegtuig pakken, maar voor nu teren wij nog even op deze relaxte vakantie."



KLM's man in China

In China werd eind 2019 het coronavirus geïdentificeerd. In de maanden erna raakten wereldwijd miljoenen mensen besmet. Terwijl Nederland in een derde golf zit, lijken de Chinezen het dagelijks leven te hebben opgepakt. Iemand die het van dichtbij meemaakt, is Heemstedenaar Toon Balm, general manager Greater China bij Air France-KLM. Vanuit Beijing praat Toon ons bij.

Sinds januari 2018 is Toon Balm general manager Greater China van Air France-KLM, met als standplaats Beijing. Hij is verantwoordelijk voor de passage van Air France-KLM in China, Hongkong en Taiwan. Balm leidt een managementteam en daarnaast zo'n 140 medewerkers. Zij zorgen voor alle marketing en sales, de stations, Human Resources en finance. "Het is hele grote Air France KLM-winkel en dito operatie in Greater China." Een belangrijk deel van zijn werk bestaat uit het opbouwen en beheren van de relaties met de autoriteiten en de partner-airlines, maar ook uit het optimaliseren van de omzet, kosten, punctualiteit, NPS en EPS.

Op naar Beijing

"Voordat we met het gezin naar China verhuisden, woonden we in ons geliefde Heemstede. Daarvoor hebben we in Nigeria, Iran en Italië gewoond. Toen we echter weer in Heemstede waren gesetteld, besloten mijn vrouw Barbara en ik om niet meer naar het buitenland te gaan. Tenzij... het China zou zijn. Bloed kript waar het niet gaan kan, dus toen ik werd gepolst voor deze functie, waren we direct geïnteresseerd. Natuurlijk hebben we alles goed afgewogen, en half Heemstede heeft meegedaan in de discussie. Uiteindelijk hebben we 'ja' gezegd, zonder een dag spijt te hebben gehad."



Toon Balm
General manager
Greater China Air France-KLM

"Het gaat heel goed. Mijn werk is geweldig, ook in deze crisismodus. De kinderen hebben het naar hun zin op school en we hebben hier een hechte club vrienden. Maar het is niet fijn dat we het afgelopen jaar onze familie en vrienden niet in levende lijve hebben kunnen zien. Mijn ouders gaan niet geweldig en dan is de afstand lastig. Mijn broer en zus dragen de zorg nu, daar ben ik hen heel dankbaar voor."

China vs. Nederland

"De corona-aanpak gaat in China heel anders dan in Nederland. De overheid heeft, toen de ernst van de situatie duidelijk was, snel en effectief gehandeld. Een stad als Wuhan met 11 miljoen inwoners afsluiten van de rest van de wereld, is nogal een maatregel. Onze teamleden moesten maanden in hun appartement blijven. Boodschappen werden door de community geregeld en bij de deur afgeleverd, alles gecoördineerd door de overheid. Ik denk dat het krachtige handelen van de overheid, gecombineerd met het collectief denken van de Chinese burger, ervoor heeft gezorgd dat de gevolgen beperkt zijn gebleven voor China. Dat is in Nederland toch echt anders gegaan."

"Voor de crisis vlogen we op acht bestemmingen in Greater China, met 85 passagiersvluchten per week. Samen met onze drie partners China Southern, China Eastern en Xiamen Airlines waren het tien bestemmingen en 130 vluchten per week. Momenteel vliegen we maar op zes bestemmingen, achttien vluchten per week. Al onze Chinese routes zijn vanaf maart 2020 voor vier à vijf maanden opgeschort geweest. Om weer op te starten, moeten we de bestemming en frequentie een voor een aanvragen. Dat geeft een hoop gedoe, maar ook veel voldoening als het lukt. En we zijn weer de grootste Europese airline. Dat word je niet zomaar."

Gebeten hond

"De airline business, dus ook Air France-KLM, zit in de heftigste crisis ooit. Sla de krant open en je ziet KLM-blauw. Alle collega's werken hard om door deze crisis te komen. Denk aan zware kostenbesparingen en grote transformaties. Vlak voor kerst moesten we bijna een derde van onze Greater China-mensen laten vertrekken. Dat doet pijn. Na zo'n grote reorganisatie begint het echte werk. Veel onzekerheden, minder inkomen, minder mensen, dus meer werkdruk. Dan is het ontzettend belangrijk om de energie en motivatie op peil te houden. Niet makkelijk, maar wel een mooi project!"

"Persoonlijk frustreert het me enorm als ik de publieke opinie over KLM zie omslaan. Van een winstgevend bedrijf dat 100 jaar bestaat en de meest populaire werkgever van Nederland is, naar de gebeten hond. Ik werk nu 22 jaar bij KLM, mijn eerste en enige werkgever tot nu toe. Dit is absoluut voor iedereen het zwaarste jaar geweest. Ik ben blij dat ik hier kan bijdragen aan het bouwen van een duurzame toekomst van het bedrijf. In juni waren we de eerste Europese airline die weer op China vloog. Dat was een mooi moment en goed voor de moraal van de teams. Greater China is een van de grootste markten voor Air France-KLM en we denken dat China, als er weer min of meer normaal kan worden gevlogen, als eerste weer aan boord stapt."

We Design Food

Arne Ramak ken je misschien van Heerlijk Heemstede, waarin hij een overheerlijk mash-up gerecht heeft gedeeld. Als oprichter van We Design Food houdt hij zich dagelijks met zijn passie bezig: een goed, herkenbaar foodconcept neerzetten dat ook nog eens lekker is.

De Heemsteedse Arne, wonend in zijn ouderlijk huis op de Raadhuisstraat, heeft altijd een liefde voor eten gehad. Zo is hij jarenlang actief geweest in de horeca en heeft hij zijn eigen cateringbedrijf gehad. Zijn kennis over eten bleef bij zijn cateringklanten niet onopgemerkt. "Steeds vaker kreeg ik de vraag of ik mee wilde denken over foodconcepten, zoals het bedenken van assortimenten en het inspireren met producten. Ik was al bezig met doordacht eten aan de man te brengen en een visie eromheen te creëren, dus ik vond dat stukje advies heel leuk om te doen. Op een dag liep ik mijmerend door het Groenendaalse Bos en dacht: ik kan niet én een cateringbedrijf groot willen maken én druk bezig zijn met culinaire concepten voor andere bedrijven. Ik besloot om We Design Food op te richten. Wat een wandeling al niet met je kan doen!"

Wat is We Design Food?

We Design Food creëert foodconcepten die werken voor ondernemingen waar doordacht en goed eten een meerwaarde heeft. Hierbij bepaalt design de succesfactor. Denk maar eens aan McDonalds en Burger King. Je hoeft geen logo te zien om te weten welke burger bij welke fastfoodketen hoort. "Als je dat kunt bereiken, doe je het héél goed", zegt Arne vol bewondering.

Arne staat niet meer in zijn eentje aan het roer. Naast hem staat geboren Bourgondiër Louis Meisen of, zoals Arne hem noemt: "De projectmanager en het culinaire geweten van We Design Food." Arne houdt zich op zijn beurt bezig met de wetenschappelijke basis, bedenkt de receptuur en zorgt voor kennis over het eten. "Zo vullen we elkaar, samen met de rest van het team, perfect aan."

Good food is de norm

Een goed concept is niet neergezet als het design staat of als er een nieuw product is gecreëerd. Het moet deel uitmaken van het DNA van het bedrijf. "Executie, data en feedback zijn ontzettend belangrijk om voor continuïteit te zorgen. Dat bij eten de beleving steeds belangrijker wordt, is een gegeven. Maar het moet een strategie worden om echt te werken. We Design Food pakt dit op – desgewenst van a tot z – voor bedrijven in de retail en foodservice. Uiteraard houden we rekening met originaliteit,

duurzaamheid, toepasbaarheid en kwaliteit, terwijl alle zintuigen worden geprikkeld."

"We duiken helemaal in een project en willen alles weten. Soms komen we er dan achter dat een bedrijf geen visie heeft over het eten dat ze bieden. Naarmate we dieper tot de kern komen, blijkt er wel een rode draad te zijn die het bedrijf nog niet eerder had gezien. Om dit naar boven te kunnen halen en vervolgens uit te rollen in de vorm van food, is een van de coolste dingen van mijn vak. Dat, en het inspireren van mensen met lekker eten dat bij hen past. Good food is bij ons de norm. Daarbovenop komt de herkenning."

Voorbeeldcase

"Het valt ons op dat corona en de restricties die erbij komen kijken, toch voor meer creativiteit zorgen. Want: je moet wel iets veranderen, zeker in de horeca en bedrijfs catering. En daar helpen we graag bij. Een mooi voorbeeld hiervan is citizenM. Voor deze hotelgroep hebben we het concept 'frozen to plate' bedacht, dat alles behelst; van creatie van recept en design tot voedselkwaliteit en van implementatie tot training. No-waste staat hierbij centraal, omdat al het eten speciaal ontworpen is om bevroren te worden, maar wel binnen zes minuten opgewarmd moet zijn. Dit foodconcept draait nu dagelijks in citizenM hotels in Europa en binnenkort in Amerika. Het eten is nog nooit zo goed en voedzaam geweest, de gasttevredenheid is groeiende, de verkoop is gestegen en de waste is gedaald met 70%! Door deze positieve resultaten zijn er ambassadeurs in het bedrijf gecreëerd die trots zijn op het concept waarmee ze werken. Zo mooi om te zien."

**WE
DESIGN
FOOD**

www.wedesignfood.nl



Aan tafel bij... de familie Michel

Met wie hebben we te maken?

"Lonneke en Bas en drie kinderen Sara (6), Ties (4,5) en Puck (1,5)."

Wat eten we vandaag?

"Vandaag eten we poké bowl met garnalen en zalm."

Hoe kom je aan dit recept?

"Uit een supermarktmagazine. Als er een lekker gerechtje in te vinden is, scheuren we het uit en bewaren het in een map. De kinderen vinden het heel fijn om zelf te kiezen wat ze wel en vooral ook niet op hun bord leggen."

Wat eet je erbij?

"Omdat er al zo veel verschillende schaaltees op tafel staan om te 'bouwen', hoeft je er niet echt iets naast te eten."

Wat drink je erbij?

"Tijdens de borrel een glaasje Dow's Ruby Port, tijdens de poké bowl een lekker glaasje Jopen Adriaan Wit of Clearwater Cove, Malborough Sauvignon Blanc. Allemaal te koop bij Gall & Gall Blekersvaartweg."

Waar haal je de ingrediënten?

"We komen zo min mogelijk in de supermarkt, dus Albert Heijn bezorgt de grote boodschappen. Wel zijn we regelmatig bij Alexanderhoeve op de Raadhuisstraat om lekkere kaasjes en nootjes voor de borrel te kopen. Voor verse vis gaan we naar Vishandel Molenaar die op vrijdag en zaterdag op de Jan van Goyenstraat staat."

Waarom is dit gerecht geschikt voor een gezin?

"Omdat we hele kleine kinderen hebben, valt het woord 'vies' of 'dat lust ik niet' ook best regelmatig aan tafel. Bij de poké bowl is het gezellig aan tafel, omdat iedereen veel van de ingrediënten lekker vindt en zelf

invloed heeft op welke groenten uiteindelijk een gezichtje vormen op de noedels. De kinderen 'bouwen' hun eigen bowl, de een geniet enorm van garnalen, terwijl de ander liever nog wat mango of wortel opschept."

Hoe zijn de 'taken' verdeeld in de keuken?

"Bas werkte voor corona twee tot drie dagen in het buitenland en kwam vaak na het eten thuis. Lonneke probeerde dan bloemkool of iets dergelijks te maken met drie kleine kinderen om haar heen. Sinds corona staat Bas elke avond in de keuken, ook in het weekend. Een echt lichtpuntje in coronatijd! Hij vindt het leuk om te koken en het is nog lekker ook."

Waar kunnen we jullie nog meer voor wakker maken?

"Een mooi viergangendiner van Cheval Blanc, kinderen op bed en samen genieten van heerlijke gerechten aan je eigen eettafel. Ze bereiden het eten zo goed van tevoren, dat je zelf weinig hoeft te doen en toch het gevoel hebt dat je uit eten bent in een sterrenrestaurant."

En verder...

"We hebben de kinderen van jongs af aan laten eten wat de pot schaft. Een potje Olvarit is ons huis nooit ingekomen. Broccoli, wortelen, pompoen; alles werd eerst gepureerd met de staafmixer en later werden er uit knuistjes stukjes groenten gegeten. De kinderen aten al snel met de pot mee."

Borrelen is met onze jonge kinderen erg gezellig. We hebben Alexanderhoeve helemaal ontdekt, heerlijk vers gebrande macadamia-mix, chocoladerozijntjes en abrikozen voor de kinderen, en een lekker kaasplankje met Époisse, Brie de Meaux en een abdijkaasje."

Ingrediënten

Voor 4 personen

400 milliliter sinaasappelsap
4 eetlepels sojasaus
2 eetlepels vissaus
300 gram grote garnalen
200 gram zalm
300 gram (rijst)noedels
4 eetlepels sesamolie
1 bosui
150 gram geraspte wortel
2 avocado's in plakken
1 mango in plakken
4 eetlepels sesamzaad
Sojabonen



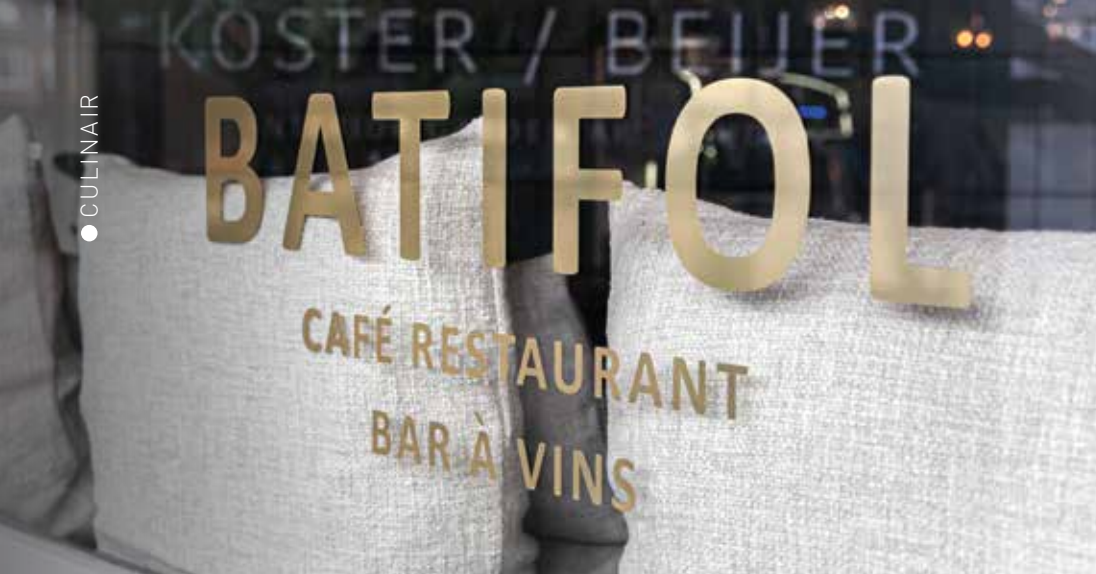
Bereiding

Meng de sinaasappelsap, sojasaus en vissaus. Voeg de garnalen toe aan deze marinade en laat vijf minuten staan. Kook de noedels.

Verhit een pan op een hoge stand en wok hierin de garnalen met de marinade in circa vijf minuten gaar en goudbruin.

Roer de sesamolie door de noedels en schep ze in een kom. Leg de bosui, wortel, mango, avocado, plakjes zalm en garnalen erop of serveer in aparte bakjes als je iedereen zelf iets wil laten pakken. Besprenkel met wat marinade en sesamzaad.

Tip: wasabi erbij is ook altijd lekker!



À bientôt a Batifol

Als een bekende Heemstedse hotspot is vernieuwd, wordt HIK al snel nieuwsgierig. Reden genoeg om eens een kijkje te nemen bij Batifol. Naast eigenaar Patrick van der Vooren, schuift Maaïke Koster van Koster & Beijer aan, die de volledige restyling op zich heeft genomen.

Bij binnenkomst waan je je in Parijs. Franse muziek, een uitnodigende wijnbar, sfeervol interieur, ingetogen kleuren en bijzondere kunst. “Toen we voor de tweede keer de deuren moesten sluiten, zat ik eerlijk gezegd in zak en as”, vertelt Patrick. “Hoe moet ik nu verder? Ik belde Maaïke om te sparren.”

Verschillende stijlen

Maaïke kwam regelmatig bij Batifol en miste eenheid. “Het was gezellig, maar qua uitstraling een groot contrast in verschillende stijlen. Dat matcht niet goed met de ontwerpen van Koster & Beijer, die gebaseerd zijn op rust, ritme en balans.” Paris chic werd het uitgangspunt en resulteerde tot een compleet concept van logo tot een nieuw interieur, terras en menukaart. Ook op de Instagrampagina alsmede de Batifol playlist op Spotify is de specifieke sfeer doorgevoerd. Maaïke: “Door mijn ervaring in de reclame, weet ik hoe belangrijk het is om een totaalconcept neer te zetten en Patrick geeft me daar alle ruimte in.”

Op de menukaart staan Franse klassiekers als steak tartaar, escargots, poulet roti, oesters en meer. Patrick: “Niet alleen diner, maar ook de lunch wordt naar een hoger niveau getild en voor alles hebben we uiteraard bijpassende wijnen. Ik kan niet wachten totdat onze gasten al het lekkers kunnen proeven. Het vernieuwde terras zal het paradepaardje worden. Omringd door veel groen, gedekte bistrotafeltjes waan je je straks in een Parijse binnentuin.”

Tot in detail

Naast Koster & Beijer, is Maaïke kunstenares en eigenaar van My Deer Art Shop. Een art shop waarop een uitgebreide collectie originele en gedrukte kunst te vinden is. De art prints die bij Batifol aan de muur hangen zijn ook van haar hand en zijn verkrijgbaar via www.mydeerartshop.nl.

Patrick en Maaïke kijken tevreden terug op hun samenwerking. “Het heeft geresulteerd in een van de mooiste zaken van Noord-Holland”, zegt Patrick voldaan. “De eerste complimenten stromen binnen, dus dat belooft veel goeds. Het eindresultaat heeft mij weer de energie gegeven die ik door de coronacrisis even kwijt was. En wat de toekomst betreft: we gaan ervoor!”



BATIFOL

CAFÉ RESTAURANT | BAR À VINS

Binnenweg 140
2101 JP Heemstede
www.batifol.nl

@batifol_heemstede



Kunst

Naast Koster & Beijer, is Maaïke ook kunstenares en eigenaar van My Deer Art Shop, waar een uitgebreide collectie originele en gedrukte kunst te vinden is. De art prints die bij Batifol aan de muur hangen zijn verkrijgbaar via mydeerartshop.nl.



Rust, ritme en balans

Maaïke Koster en Dick Beijer, een perfect duo in minimalistische binnenhuis- en tuinarchitectuur. Twee totaal verschillende werelden, binnen en buiten, die samen één harmonisch geheel uitstralen. Het lijkt alsof de twee nooit anders gedaan hebben. Het werk dat ze samen creëren lijkt van één ontwerper af te komen in plaats van twee aparte designers.

Hun ontwerpen zijn minimalistisch, functioneel en gaan terug naar de essentie van het huis en/of de tuin. “Al tijdens de eerste ontmoeting ontstaan de ideeën, zien we waar we de schoonheid vandaan kunnen halen en kunnen benadrukken.”

Koster & Beijer geloven in het centraal stellen van de mens en passen hier de ruimte op aan. Zo creëren ze een plek vol inspiratie, praktisch en slim ingericht, een plek waar je tot rust kunt komen en waar je energie van krijgt. Gericht op de wensen en levenswijze van de bewoners. “Ieder project is een uitdaging. Ieder ontwerp is het resultaat van een zoektocht naar de juiste balans tussen leven en omgeving.”

De tuinontwerpen kenmerken zich door de sobere, strakke en symmetrische vormgeving. Een ongebonden losse beplanting benadrukt de heldere belijning. Uitgangspunt bij elk tuinontwerp is de architectuur van het huis.

Zowel Maaïke als Dick mijden overdreven kleur-, accessoire- en materiaalgebruik. “Het mag allemaal wat soberder.” Hun stijl kenmerkt zich dan ook door het gebruik van natuurlijke, pure materialen, maar ook in het kleurgebruik met een mooie natuurlijke overloop van binnen naar buiten en andersom. De beide stijlen passen zo goed bij elkaar, je zou het als één stijl kunnen zien.

KOSTER / BEIJER

INTERIOR GARDEN ART STUDIO

Industrieweg 12s
2102 LH Heemstede
www.kosterenbeijer.nl
@kosterenbeijer

“Onze ontwerpen kenmerken zich door hun sobere uitstraling en moeten qua schoonheid alle seizoenen trotseren”



Jong voorjaarslam uit Holland

Als slager krijg ik van klanten regelmatig vragen over lamsvlees. Helemaal als het voorjaar aanbreekt, een seizoen waarin lam weer volop op de culinaire agenda staat. Wat is het lekkerste lamsvlees? Hoe bereid je het? En hoe zit het ook alweer met de leeftijd van het perfecte voorjaarslam?

Zelf ben ik groot liefhebber van Hollands lam, het liefst van jonge leeftijd. Jong lamsvlees is heel zacht en licht ziltig van smaak. Dat komt door het gras waarop de dieren grazen. Dit gras neemt water op vanuit de zee en hierdoor krijgt het lamsvlees zijn ziltige smaak. Jonge lammeren zijn echte buitendieren die veel buiten lopen op de typisch Nederlandse weides, uiterwaarden en in de buurt van de dijken. Door de grote hoeveelheid moedermelk en de verse grassoorten met uiteenlopende soorten kruiden, is het vlees heel verfijnd en vol en zacht van smaak. Jong lamsvlees heeft maar weinig kruiden nodig om op smaak te komen. Een beetje peper en zout is genoeg. En ook fijn: jong lamsvlees heeft niet veel vet. Het is relatief mager, licht verteerbaar en is rijk aan eiwitten, zink en vitamine B12. Dat past dus perfect in een gezonde en fitte lifestyle.

Voorjaar

De periode maart tot eind mei is de ideale periode voor jong Hollands lamsvlees. In de voorafgaande maanden (van juni tot februari) lopen de lammeren veel buiten en krijgt het vlees meer kleur en een sterkere smaak. Als een lam ouder is dan elf of twaalf maanden, wordt de smaak van het vlees meer uitgesproken, net zoals schapenvlees dat nog ouder is. Jong lamsvlees is echter een échte allemansvriend. Een must-eat en zeker de moeite waard om eens (vaker) uit te proberen.

Lentegerechten

Lam is bij uitstek een gerecht om met Pasen te maken. Een echte paasklassieker is een lekkere lamsbout. Braad een lamsbout met het been (circa 1,5 kilo) in de oven tot het vlees mooi rosé gegaard is. Lekker om te combineren met gemengde voorjaarsgroenten (denk aan raapstelen, tuinbonen, jonge wortelen). Zo zet je heel eenvoudig een fantastische paasmaaltijd op tafel. In het voorjaar beginnen ook de asperges weer op te komen.

Wist je dat...

Jong lamsvlees een fantastische entrecote heeft met een dun vetrandje erop? Als je zo'n entrecote helemaal rosé bakt of grilt, wordt het vetrandje krokant en is het voor iedereen een culinair feest op tafel.

Binnenweg 163
2101 JH Heemstede
www.chateaubriand.nl
f @ChateaubriandVlees
@_chateaubriand

Gebruikelijk is om bij verse asperges beenham te eten, maar zachtgekookte lamsham is misschien nog wel lekkerder. Samen met gekookte eieren, peterselie en een botersausje is dit een ultiem lentegerecht.

Variatie

Met jong lamsvlees kun je eindeloos variëren. Denk aan lamsgehakt, perfect om door een lekkere pasta te doen. Of shoarma van lamsvlees, een echte crowdpleaser. Voor de liefhebber van spareribs is lam ook een heerlijk alternatief. Lamsborst is uitermate geschikt voor mooie en zachte spareribs. Kruid de lamsborst met peper, zout en een klein beetje knoflook. Laat het vlees vervolgens rustig garen op 130 °C, gedurende ruim een uur, op een gesloten BBQ. En je tovert de lekkerste en sappigste spareribs op tafel.

Lamsnietjes

Een veel minder courant, maar oh zo lekker gerecht, is lamsnietjes in vet. En natuurlijk door jouw eigen slager schoongemaakt. Het is wat mij betreft het lekkerste orgaanvlees om te bereiden. Even kort grillen met het vet tot een rosé kleur. Lamsnietjes van jong lam drogen niet uit en blijven vol van smaak. Voeg een licht mosterdroomsausje toe voor een optimale smaaksensatie. Met lamsvlees kun je, kortom, alle kanten op. Denk ook eens aan lamschenkel voor in stoofgerechten, zoals we veel zien in de momenteel populaire keukens van de Midden-Oosten. Of een complete, superfeestelijke lamsrack uit de oven.

Ik wens je veel kook- en eetplezier!

Johan van Uden



Over het betere eten en drinken en culinair genieten. Branche-erkende Meesterslager Johan van Uden (Chateaubriand) deelt regelmatig zijn inspiratie in een persoonlijke column.



Een échte voorjaarsklassieker!

Lamsschouder in braadzak
per kilo €15,95



Slow & easy Lamsschouder in braadzak

Lamsschouder heeft heel veel smaak en ziet er indrukwekkend uit. En met deze braadzakmethode kun je 'm heel eenvoudig in de oven zelf bereiden. Een échte voorjaarsklassieker.

Zó bereid je de perfecte lamsschouder uit de oven:

- Verwarm de oven voor op 170 °C. Plaats de lamsschouder, met de braadzak eromheen, in een ovenschaal in de oven. Laat de lamsschouder in de oven 90 minuten garen.
- Haal de lamsschouder uit de braadzak. Vang het vocht uit de ovenschaal en braadzak op in een steelpannetje, samen met de groenten. Houd de lamsschouder warm in de oven (in een gesloten oven met temperatuur uit).
- Reduceer op halfhoog vuur het lamsvocht met de groenten. Schep al roerend een royale lepel honing door de saus tot de saus indikt en lobbijg wordt.
- Breng de lamssaus eventueel nog op smaak met verse tijm, peper en zout.
- Presenteer de lamsschouder op een plateau of een groot bord aan tafel. Snijd met een scherp mes de lamsschouder van het bot af, in plakken van circa 1 centimeter en schenk de saus over het vlees heen.
- Lekker om te combineren met bijvoorbeeld pommes gratin, risotto en voorjaarsgroenten.

Lamsschouder in braadzak
per kilo €15,95



“Het grootste risico als ondernemer, is dat je geen risico durft te nemen”

Tjong Pang is geen onbekende naam in Heemstede. Als eigenaar van restaurants Red Orchids en Seafoodbar Salt laat hij menig gast kennismaken met heerlijke gerechten. Als entrepreneur blijft hij zich ontwikkelen, zo ook met zijn meest recente onderneming: Sushi Traiteur Heemstede.



Tjong Pang
Eigenaar
Sushi Traiteur Heemstede

“Sushi staat al langere tijd op de kaart van Red Orchids en Salt, en onze gasten zijn er gek op”, begint Tjong. “Twee jaar geleden zijn we begonnen met het bezorgen van sushi, maar dit liep zo goed, dat we het niet meer konden combineren met de restaurants. Er zat dus wel in mijn hoofd dat het los van elkaar moest, maar ik had er simpelweg geen tijd voor om het goed neer te zetten en op zoek te gaan naar een pand. Toen de coronacrisis aanbrak, wist ik: het is nu of nooit.”

Lokale steun

Tjong wist dat hij een risico nam en kreeg om zich heen te horen dat het misschien beter was om zijn idee uit te stellen. “Maar als ondernemer moet je af en toe de gok wagen en niet bij de pakken neerzitten. Eigenlijk is het grootste risico als ondernemer, dat je geen risico durft te nemen. Daarbij mag ik in mijn handen knijpen dat mijn ondernemingen lokaal erg goed gesteund worden. Zonder die steun had ik het niet gedaan.” Het gewenste pand vond Tjong op de Binnenweg. Na twee maanden verbouwen is Sushi Traiteur Heemstede zo goed als af. “Het echte decoreren doe ik pas als de winkels weer volledig open zijn, maar sinds januari 2021 zijn we geopend voor afhalen.”

Over Sushi Traiteur Heemstede

Bij Sushi Traiteur Heemstede kun je vanaf 12.00 uur vanzelfsprekend terecht voor sushi, maar ook voor andere Aziatische gerechten, zoals poké bowls, warme Japanse sandwiches en donburi; gestoomde rijst of noedels met groenten, vlees of vis en allerlei lekkere toppings. De gerechten kun je afhalen, maar je kunt ook – als het weer mag – aan een van de tafels of aan de bar plaatsnemen om jouw bestelling op te peuzelen.

De focus van Sushi Traiteur Heemstede ligt nu louter op afhalen, maar als de horeca weer open mag, verschuift de volledige sushi business naar de Binnenweg. “Natuurlijk blijft sushi bij Red Orchids en Salt op de kaart staan, maar dat worden gewoon weer de restaurants zoals ze bedoeld zijn; lekker kunnen tafelen zonder dat er steeds mensen binnenkomen om hun bestelling op te halen. De kaart is nu nog overal hetzelfde, maar zal straks verschillen per gelegenheid. Uiteraard blijven de hardlopers op elke kaart staan, die zou ik er nooit af durven halen”, lacht Tjong.

De volgende stap

“Het lijkt me geweldig om Sushi Traiteur uit te breiden. De naam is Sushi Traiteur Heemstede, maar in principe kan elke plaatsnaam eronder. Er is vraag naar onze kwaliteit, dus ik zou gek zijn als ik er niet op zou inspelen. De positieve reacties zorgen er ook wel voor dat ik ervan droom om het uit te breiden, maar voor nu denk ik voornamelijk aan de korte termijn. Ik kan niet wachten totdat Sushi Traiteur Heemstede helemaal open kan, zodat mensen echt kunnen kennismaken met het concept.”



Binnenweg 31
2101 JB Heemstede
www.sushi-traiteur.nl

Dit doet een mantelzorgmakelaar

Als mantelzorger ben je er voor degene voor wie je zorgt. Dat doe je met liefde, maar mantelzorg is intensief en er komt meer bij kijken dan zorgen alleen. Gelukkig hoef je het niet alleen te doen en kun je dingen uit handen geven. Mantelzorgmakelaar Willemijn Roest helpt hierbij. Maar wat doet een mantelzorgmakelaar precies?

Na ruim twintig jaar in de fashion retail te hebben gewerkt, gooit Willemijn het roer om. “Ik wilde betekenisvoller bezig zijn na al dat rennen en vliegen in de retail.”

Ontzorgen

“Organiseren, overzicht creëren en mensen ondersteunen geeft mij energie. Dit doe ik nu al als professional organizer op het gebied van opruimen en timemanagement. In mijn rol als mantelzorgmakelaar staat ontzorgen van de mantelzorger centraal. Een mantelzorger is iemand die op vrijwillige basis regelmatig voor een naaste zorgt. Bijvoorbeeld een partner met MS, een zus na een hersenbloeding, een gehandicapt kind of een moeder met Alzheimer.”

Wat doet een mantelzorgmakelaar?

Een mantelzorger heeft veel ballen in de lucht te houden. Vaak is de zorg al intensief terwijl daarnaast nog veel zaken geregeld moeten worden. “Je verdwaalt gemakkelijk in het ingewikkelde zorglandschap. Als je de zorg dan ook nog moet combineren met je werk en gezin, wordt het snel te veel en is de balans zoek. Mijn ondersteuning als mantelzorgmakelaar kan als een enorme verlichting voelen. Ik ken de weg in het woud van wetten en regels en neem regeltaken tijdelijk over. Dit doe ik op het gebied van zorg, welzijn en wonen. Maar ook op het vlak van financiën en werk. Ik vind het prachtig dat mantelzorgers door mijn ondersteuning weer balans in het leven krijgen en daardoor de zorg kunnen volhouden. Ook op de lange termijn!”

“Zo moet er bijvoorbeeld opeens veel geregeld worden als een partner uit het ziekenhuis komt en thuis nog veel zorg en ondersteuning nodig

Mantelzorg in cijfers

- Er zijn circa 4,5 miljoen mantelzorgers
- Slechts 25% beschouwt zichzelf als mantelzorger
- 17% helpt langdurig en intensief
- 9% voelt zich zwaar belast
- 20% van de jongeren groeit op met een chronisch ziek gezinslid
- Ruim 40% van de mantelzorgers werkt
- 16% kan dit slecht tot heel slecht combineren



Willemijn Roest
Eigenaar
Eaze

Fotografie: Vandijkfotografie

heeft. Denk aan thuiszorg, een traplift en misschien zelfs aanpassingen aan de badkamer. Waar begin je? Bij welk loket moet je zijn? Wat zijn de financiële consequenties? Waar haal je de tijd vandaan om dit te regelen? En wat komt er allemaal op je af als je naaste niet meer zelfstandig thuis kan wonen? Of hoe kunnen ouders worden verlicht in de zorg voor een zorgintensief kind in combinatie met hun andere kinderen en werk?”

“Na een intakegesprek breng ik de situatie in kaart. Ik kijk naar de zorgvraag en waar de knelpunten en de prioriteiten liggen. Vervolgens bespreek ik de mogelijkheden en de financiële consequenties. Daarna ga ik aan de slag.”

Contact met werkgevers

Willemijn ondersteunt niet alleen mantelzorgers, maar ook hun werkgevers. “Maar liefst een op de vier werknemers voert mantelzorgtaken uit naast een huidige job. Dit kan leiden tot een verminderde productiviteit, (grijs) verzuim of zelfs uitval. En dan te bedenken dat het aantal mantelzorgers door toenemende vergrijzing en het beroep op zelfredzaamheid alleen maar stijgt. Ik help werkgevers uitval van hun mantelzorgers te voorkomen.”

Meer informatie?

Wil je weten wat Willemijn voor je kan betekenen als mantelzorgmakelaar (óf als professional organizer)? Of wil je als zorgprofessional mantelzorgers doorverwijzen naar een mantelzorgmakelaar? Bezoek de vernieuwde website www.eaze.nu.

eaze
Zorg voor mantelzorg

Narcissenlaan 21
2106 BK Heemstede
www.eaze.nu
06 – 51 90 19 90

“Nog even doorbijten!”

Marc Kaptein heeft op z'n zachtst gezegd een interessant jaar achter de rug én voor de boeg. Kaptein is medisch directeur van Pfizer Nederland, de farmaceut die samen met het Duitse BioNTech de race om het coronavaccin heeft gewonnen. Vanuit zijn expertise doet hij een aantal (positieve!) voorspellingen.



Marc Kaptein
Medisch directeur
Pfizer Nederland

Je bent een soort BN'er geworden. Heeft het je overvallen?

“Dat valt wel mee. Vorig jaar heb ik babystapjes gemaakt in de media. Quote hier, interview daar. Op een gegeven moment voelde ik me een surfer op een steeds groter wordende golf. Ik schoof aan bij Jinek, Op1 en Goedemorgen Nederland, had contact met andere media en sliep hierdoor soms maar een paar uur per dag. Deze gekte vind ik vooral leuk en ontzettend dynamisch.”

Ben je het nog niet zat om continu over vaccins te praten?

“Dat moment heb ik nog niet bereikt, simpelweg omdat er elke dag iets nieuws gebeurt en het daardoor interessant blijft. Daarbij draag ik graag m'n steentje bij op het gebied van voorlichting. Ik doe m'n best om zoveel mogelijk vragen te beantwoorden, zelfs van wildvreemden die me benaderen via LinkedIn. Dat is de manier om duidelijkheid te scheppen en mensen echt te helpen. Het draait allemaal om vaccinatiebereidheid; als we allemaal bereid zijn, krijgen we groepsimmuniteit en zijn we sneller van de maatregelen af. Als ik door middel van voorlichting, via welk kanaal dan ook, daaraan kan bijdragen, waarom zou ik het dan niet doen?”

Hoe sta je tegenover de twijfelaars?

“Ik begrijp de twijfel heel goed. Bij complexe materie als deze, wordt vaak informatie op onbetrouwbare plekken gezocht. Als je één keer zoekt op 'bijwerkingen van vaccins', dan zorgt het algoritme ervoor dat je in een bubbel met eigen waarheid terecht komt. Daarom is het zó belangrijk dat je zoekt naar betrouwbare informatie. Deze vind je niet op social media, maar bijvoorbeeld op de website van Rijksoverheid of gewoon bij je eigen huisarts. Als je je niet wilt laten vaccineren, is dat ook een keuze, maar baseer deze dan wel op basis van gedegen informatie.”

“De manier van uitleggen kan ook al zoden aan de dijk zetten. Van origine ben ik arts. Als arts begin je met luisteren en is het niet jouw taak om iemand te overtuigen. Ik laat iemand zijn zorgen uiten en stel daarna de vraag of het goed is dat ik, vanuit mijn expertise, iets vertel over vaccins. Als daarop positief geantwoord wordt, kunnen we een gesprek voeren. Eerder niet. Is het antwoord nee, dan is dat ook goed. Zo'n aanpak komt op iemand die twijfelt heel anders over dan de dringende toon die soms bij een persconferentie of in de Tweede Kamer te horen is.”

Wat is de grootste fabel tot nu toe?

“Niet per se de grootste, maar de meest kwalijke fabel die wordt verspreid, is dat het vaccin effect kan hebben op de fertiliteit. Als je kinderen wilt of zwanger bent, raakt zo'n bericht je enorm. Begrijpelijk, ik zou dat zelf ook heel eng vinden. Het is echter niet waar. Messenger-RNA kan jouw DNA niet aantasten. DNA zit in je celkern, opgesloten in een kluis. RNA heeft de code van de kluis niet. Het is een scabreuze manier van twijfel zaaien, dus ik ontkracht dit verhaal graag. Heb je alsnog twijfels, check dan de website van het RIVM of praat met je huisarts.”

De vaccinatiecampagne is niet zo soepel verlopen, maar hoe gaat het nu?

“In Nederland gaat het sneller dan je denkt en het wordt alleen maar beter! Ja, het begin is niet zonder horten of stoten verlopen, maar laten we ons nu focussen op wat wél goed gaat. Laten we het positieve sentiment meer naar buiten brengen. In het tweede kwartaal van 2021 worden 17 miljoen vaccins geleverd, waarmee we 10 miljoen mensen kunnen vaccineren. Dat is bijna de hele volwassen bevolking van Nederland! Let op mijn woorden: op 21 juni kunnen we met z'n allen buiten een feestje vieren.”

21 juni? Dat hebben we Rutte nog niet horen zeggen...

“De politiek is afhankelijk van vaccinleveranties en houdt daarom een slag om de arm. Ik beredeneer vanuit Pfizer en weet dat wij, zoals beloofd, gaan leveren. Onze productiecapaciteit staat als een huis en we hebben weer opgeschaald; vanaf 1 april gaan we drie keer meer leveren. Dat heeft echt impact. De volgende stap is groepsimmuniteit. Als er genoeg mensen gevaccineerd zijn, is de kans zó klein dat iemand het virus overdraagt. Het virus heeft een nieuwe bron, dus een nieuw persoon nodig om zichzelf te vermenigvuldigen. Als het virus die bron niet kan vinden, gaat het snel de goede kant op.”

Wat verwacht je van de derde golf?

“Het hangt helemaal van ons eigen gedrag af. Na de laatste persconferentie is er kritiek geweest op het aantal versoepelingen, maar alles wat je versoepelt, geeft extra kans op infecties. Dan moet je accepteren dat die derde golf hoog wordt en er dus meer druk op de zorg komt. De mensen in de zorg functioneren al een jaar op de top van hun kunnen. Hoe kunnen we dat als maatschappij van hen blijven verwachten? Als we het nog twee maanden onder controle

weten te houden, gaan we zien dat de vaccinatiecampagne z'n vruchten afwerpt. Nog even doorbijten dus.”

En positief blijven!

“Precies. Het is goed nieuws dat Pfizer de beloofde doses gaat leveren. We zijn zo'n beetje de hofleverancier van de Nederlandse overheid geworden, iets dat ik zeg met gepaste trots. Iedereen heeft keihard gewerkt en doet dat nog steeds. We hebben niet alleen een vaccin ontwikkeld en uitgerold. Daarnaast heeft de productie van onze andere geneesmiddelen niet stilgelegen, zijn we met vaccins bezig tegen mogelijke mutaties én zijn we doorggegaan met andere innovatieve studies. Een mooi voorbeeld van zo'n studie, is gentherapie voor de ziekte van Duchenne, een erfelijke spierziekte die spieren aantast en verzwakt. Het treft altijd jongens. Op hun 6^{de} lopen ze al met een rollator en in hun pubertijd zitten ze in een rolstoel. Ze worden zelden ouder dan 25 jaar. Met gentherapie kunnen we het DNA zodanig veranderen, dat iemand geen patiënt meer is en gewoon 80 kan worden. Daar krijg ik echt kippenvel van.”

Wat doe je om je hoofd leeg te maken?

“Wielrennen! Heemstede is het perfecte vertrekpunt omdat je alle kanten op kunt gaan. Een ander ontspanningsmoment is het bezoeken van mijn favoriete Heemstedse winkels. Verswinkels als Slagerij Bood – je kunt me wakker maken voor hun grillworst, Boulangerie Oscar, Al Baraka, Chateaubriand en Alexanderhoeve, maar laat ik zeker Shine Kapper niet vergeten. Die heb ik de afgelopen maanden echt gemist! Toen bekend werd dat de kappers weer de deuren mochten openen, belde eigenaar Vijay me gelijk op. Hij had mij gezien op televisie en vond dat ik zo snel mogelijk langs moest komen. 3 maart was ik de eerste die door Vijay werd geknipt. Zo bijzonder dat je in Heemstede een band opbouwt met de winkeliers.”



www.pfizer.nl

Kno-zorg op z'n best

Wanneer de huisarts je verwijst naar de keel-neus-oorarts, kan je zomaar bij de Vijf Meren Kliniek terecht komen.

Bij dit zelfstandig behandelcentrum staan acht kno-artsen voor je klaar om jouw probleem te verhelpen. Een van deze artsen is Juliette Driessen, sinds 2018 mede-eigenaar van de Vijf Meren Kliniek.



Juliette Driessen
Kno-arts & mede-eigenaar
Vijf Meren Kliniek



www.vijfmerenkliniek.nl

Juliette vertelt over het ontstaan van de Vijf Meren Kliniek. "De kliniek is een gezamenlijk initiatief van de kno-artsen en het Spaarne Gasthuis. Het is ontstaan uit de wens van de kno-artsen om een kleine, flexibele en daadkrachtige zorgorganisatie te kunnen zijn voor patiënten met kno-aandoeningen. Bij de Vijf Meren Kliniek staan de kno-artsen zelf aan het roer; ze combineren het vak met het ondernemen. Dat maakt ons een beetje een vreemde eend in de bijt, aangezien veel ZBC's in handen zijn van grote ondernemingen."

Elke kno-arts heeft bij de Vijf Meren Kliniek z'n eigen specialisatie in zijn vakgebied, waardoor extra kwaliteit geleverd kan worden. "We zijn groot genoeg om alle kno-zorg te bieden, maar klein genoeg om ieder z'n eigen subvak te laten uitoefenen. Hierdoor hoeven we nooit patiënten weg te sturen en kunnen we echt goede zorg leveren."

De samenwerking met het Spaarne Gasthuis is belangrijk omdat de Vijf Meren Kliniek het volledige palet aan kno-zorg biedt, ook voor kwetsbare patiënten zoals jonge kinderen, ouderen en patiënten met andere aandoeningen. Door de intensieve samenwerking met het Spaarne Gasthuis kan deze zorg geboden worden. Patiënten die meer dan alleen kno-zorg behoeven, vinden op deze manier eenvoudig hun weg in het Spaarne Gasthuis. De kleinschaligheid van de zelfstandige kliniek en de zekerheid van een groot ziekenhuis zijn zo optimaal geborgd.

"De kliniek is gesitueerd in alle locaties van het Spaarne, maar we hebben nog vijf andere locaties in de regio waar we ons bedrijf exploiteren. Daarnaast werken we op Sint Maarten. Het eiland kampte al langere tijd met de afwezigheid van een kno-arts. Aan de hand daarvan zijn we een collectief gestart dat wordt gecoördineerd vanuit de Vijf Meren Kliniek. Al snel werd duidelijk dat er steun was van verschillende samenwerkingsverbanden om gezamenlijk een uitgebreid schema op te stellen, zodat er altijd een kno-arts aanwezig is. We hebben het zo opgezet dat elke maand een andere kno-arts naar het eiland gaat. Het is een ontzettend leuk onderdeel van m'n werk, ik zou het niet willen missen. Het is leuk om je vak uit te voeren op een totaal andere plek met andere mogelijkheden en faciliteiten, maar het klimaat is natuurlijk ook heerlijk!"

Ondernemen in de zorg

Juliette komt uit een gezin van zorgondernemers en kreeg het vak dus met de paplepel ingegoten. Toen haar vader, orthopedisch chirurg, te horen kreeg dat Juliette geneeskunde ging studeren, was hij echter niet enthousiast. "Hij was zelfs fel tegenstander, omdat ziekenhuizen toen grote collectieven werden en ondernemen in de zorg steeds moeilijker werd. Hij wilde niet dat ik in een keurslijf ging zitten. Eigenwijs dat ik ben, ben ik toch geneeskunde gaan studeren. Uiteindelijk inspireerde dit mijn vader om zelf uit dat keurslijf te breken en heeft hij het zorg-ondernemerschap – tegen de stroom in – vormgegeven. Daardoor zag ik alle mogelijkheden die er wél zijn als ondernemer in de zorg."

"Ik ben dokter in hart en nieren, maar ook echt een ondernemer. Ik gedij goed als eigen baas en juist slecht in een bedrijf met politieke verhoudingen en afhankelijkheden, waar veranderingen traag doorgezet worden. Daar ben ik veel te koppig voor", lacht Juliette. "Daarbij gaan in mijn optiek zorg en commercie goed samen. Als je iets heel efficiënt regelt, waardoor kosten dalen en effectiviteit stijgt, maak je gelijk een kwaliteitsslag."

Goed fundament

Waarom de keuze voor kno? "Omdat ik graag wilde snijden en ik klein-chirurgische vakken heel leuk vond. Daarmee bedoel ik ten eerste dat ik niet met een groot orgaan bezig ben, maar met een klein deelgebied van het lijf. Ten tweede is kno heel specifiek. Ik vind het geweldig om één klein ding tot in perfectie te kunnen. Plastische chirurgie heeft me ook altijd getrokken. Bij mijn subspecialisme aangezichtschirurgie komt dat heel erg samen. Ik opereer mensen met ademhalingsproblemen, maar ook mensen die niet blij zijn met hun neus. Het is een extra uitdaging ten opzichte van louter cosmetiek."

Het valt Juliette op dat niet veel mensen weten dat cosmetische en reconstructieve neus- en gezichtsoperaties onderdeel zijn van kno. "Ik zeg altijd: je kunt pas een huis bouwen als het fundament goed is. Als kno-arts zorg ik eerst voor dat fundament, dus de binnenkant van de neus. Uit dat functionele stukje haal ik extra uitdaging, waar ik heel blij van word. De afwisseling is ook zo fijn, niet alleen de verschillende soorten klachten en ingrepen, maar ook de patiënten van jong tot oud."

Ook corona zorgt in de kno voor afwisseling. "Er komen meer mensen met kno-klachten dan voorheen. Momenteel is er een groot stigma rondom neusklachten. Als je last hebt, kun je nergens meer over de vloer komen. Daarom zoeken mensen nu meer dan ooit naar een oplossing. Veel van hen hebben een reukstoornis, aangezien corona kan leiden door uitval van de reukzenuw. Cosmetische zorgvragen nemen ook toe. Mensen zien zichzelf vaker, bijvoorbeeld door de online meetings. We zien juist een afname bij infectieziekten, mede door de anderhalvemeterregel en de sluiting van de scholen. Het klinkt gek, maar corona maakt ons vak ontzettend dynamisch. Gelukkig lukt het ons om op alle locaties de poliklinische zorg te kunnen bieden zonder lange wachttijden. Ook op het gebied van operaties hebben we een zo optimaal mogelijke planning gemaakt, zodat ingrepen kunnen doorgaan. We zijn blij dat we kunnen blijven doen waar we goed in zijn: mensen helpen."



Eveline Alho
Vestigingsmanager
NewFysic Heemstede

Lekker gezond met NewFysic

Het verbaast je misschien niet: bijna de helft van de Nederlanders is zwaarder geworden sinds de lockdown. Waar de een juist meer is gaan bewegen, grijpt de ander sneller naar een zak chips. Om deze coronakilo's kwijt te raken, staan de coaches van NewFysic Heemstede voor je klaar. "Lekker en gezond eten, zonder honger", aldus vestigingsmanager Eveline.

De Heemstedse vestiging maakt deel uit van een landelijk netwerk met 36 vestigingen, met overal dezelfde methodiek: een persoonlijk voedingsplan met gerechten om van te smullen en persoonlijke begeleiding. Dat deze methodiek werkt, is te zien aan het aantal klanten: meer dan 150.000.

Hoe werkt NewFysic?

NewFysic is een persoonlijk voedingsplan dat volledig wordt afgestemd op jouw situatie. Tijdens het afslanktraject heb je wekelijks een coach tot je beschikking voor deskundige begeleiding. Eveline: "Tijdens een eerste gesprek vragen we hoe jouw leven eruitziet. Wat voor werk doe je, hoe vaak sport je, wat is je doel? Vervolgens word je gewogen en worden je BMI en BMR vastgesteld. Aan de hand van deze intake wordt je streefgewicht bepaald en krijg je jouw persoonlijke voedingsplan. NewFysic levert tevens honderden heerlijke recepten en voor de liefhebber is er zelfs een kookboek ontwikkeld."

"Ook krijg je een handig boodschappenboekje mee waarin staat welke producten we aanraden en welke je beter in de schappen kunt laten liggen. Hier hoort een stukje voorlichting bij. Wist je bijvoorbeeld dat er langzame en snelle koolhydraten zijn en dat je witte rijst dus beter kunt vervangen door volkoren rijst?"

Je voedingsplan wordt ondersteund door supplementen die ervoor zorgen dat je bloedsuikerspiegel stabiel blijft en je dus minder snel trek hebt. "De supplementen helpen ook om de spiermassa in stand te houden en zorgen voor een efficiënte stofwisseling. Op een gegeven moment bouw je de supplementen af en breid je het plan uit. Zodoende heb je jezelf een gezond voedingspatroon aangeleerd."

Tegen de verwachtingen in

Het voedingsplan is makkelijk te implementeren in het gezinsleven, ook voor vegetariërs of mensen met een glutenallergie. NewFysic maakt afvallen voor iedereen plezierig én haalbaar.

Eveline: "Je eet gewoon normaal, maar gezonder. En soms meer dan je gewend bent! Bij het eerste weegmoment krijgen we regelmatig te horen: 'Ik denk niet dat ik ben afgevallen, omdat ik zó veel mocht eten.' Ze linken afvallen aan honger hebben. Uiteindelijk blijkt dat ze toch wat kilo's zijn kwijtgeraakt."

"Het komt weleens voor dat mensen terugkomen voor een 'reset', bijvoorbeeld na een bourgondische vakantie. Samen pakken we de draad dan weer op. Want dat is het: beginnen is makkelijker dan volhouden. Daarom waarderen onze klanten de wekelijkse begeleiding en de persoonlijke aandacht zo erg."



Binnenweg 49 (ook geopend tijdens lockdown)
 2101 JB Heemstede
www.newfysic.nl
 088 323 00 04

V.l.n.r.: Danielle Stroobach, Eveline Alho, Paola Goldsteen

HIK actie!

Eveline: "Speciaal voor de HIK lezers hebben we een mooie actie: laat bij je afspraak dit artikel zien en krijg 10% korting op het vierwekenpakket. Het is al geweldig als je die eerste stap zet. We zien onze klanten veranderen. Niet alleen lichamelijk, maar ook mentaal. Dat gunnen we iedereen!"

Actie loopt tot 15 april 2021

Sint Jacob
 » Hart voor zorg

**Wij zien wie u
 nu bent. En wie
 u ooit was.**

Bij Sint Jacob begrijpen we dat één levensfase niet uw hele verhaal vertelt. En dat wij beter voor u kunnen zorgen als we u goed kennen. Want uw leefwereld vormt onze zorg.

sintjacob.nl

Heemstedenaar nieuwe hoogleraar ‘Kwaliteit van de oncologische zorg’ aan Leidse universiteit



Michel Wouters

De zorg voor patiënten met kanker beter maken door te leren van gegevensverzamelingen uit de dagelijkse praktijk; dat is de leeropdracht van Heemstedenaar en kersverse hoogleraar Prof. Dr. Michel Wouters. Hij is per 1 december 2020 benoemd aan het Leids Universitair Medisch Centrum (LUMC) als bijzonder hoogleraar ‘Kwaliteit van de oncologische zorg, in het bijzonder datagedreven verbetering van patiëntuitkomsten’.

De bijzondere leerstoel is ingesteld in opdracht van het Nederlands Kanker Instituut – Antoni van Leeuwenhoek ziekenhuis (NKI- AvL), waar Wouters praktiseert als oncologisch chirurg, gespecialiseerd in de behandeling van melanoom, een agressieve vorm van huidkanker. Met het hoogleraarschap van Wouters, streeft het LUMC ernaar om een internationaal toonaangevend centrum te worden op het gebied van kwaliteitsmeting en datagedreven verbeteringen van de zorg.

Behandeling steeds tumorgericht

“Dit behoeft enige uitleg”, zegt Wouters. “Tot nu toe worden patiënten behandeld volgens het type tumor dat bij hen is vastgesteld, zoals borst-, darm- of huidkanker. Hiervoor hebben wij dokters richtlijnen die beschrijven wat volgens de laatste stand der wetenschap de beste aanpak is om de tumor te bestrijden. Naarmate we steeds betere technieken hebben om het DNA van tumoren te ontrafelen, zien we echter steeds meer verschillen tussen tumoren van hetzelfde ‘type’. En ook in de behandelingskeuze worden mutaties in het DNA steeds belangrijker, want we hebben meer en meer ‘doelgerichte’ medicijnen die bij het bestaan van een mutatie heel effectief kunnen zijn. We noemen dit dan ook ‘precision medicine’.”

Zorg steeds persoonlijker

Tegelijkertijd willen patiënten steeds vaker weten welke behandelingsalternatieven er zijn en mee kunnen beslissen over welke behandeling voor

hen het meest geschikt is. “De tijd dat de dokter besliste en daarbij blindelings de richtlijn volgde, is echt voorbij”, vertelt Wouters. “Patiënten met kanker zijn vaak op leeftijd, hebben allerlei bijkomende ziekten en kunnen al hulpbehoevend zijn. Voor hen staat het verlengen van het leven niet altijd voorop, maar is vooral de kwaliteit van leven van belang. De huidige kankerbehandelingen kunnen heel belastend zijn en ten koste gaan van het dagelijks functioneren. Belangrijk is dat dokters samen met hun patiënten vooruit kunnen kijken, op basis van gegevens van patiënten die hen voorgedaan zijn en gerapporteerd hebben over hun ‘uitkomsten’.”

Patients like me

Om toekomstige patiënten goed voor te kunnen lichten over de verwachte resultaten van de verschillende behandelingskeuzes in hun specifieke situatie, zijn grote dataverzamelingen nodig. ‘Big data’ van patiënten die eerder werden behandeld en van wie niet alleen leeftijd, geslacht, type tumor et cetera bekend zijn, maar ook allerlei kenmerken van de tumor, inclusief de mutaties in het DNA. Het gebruik van die data in de spreekkamer, bij het bepalen van behandeling die het meest past bij de individuele patiënt noemen we ‘personalized medicine’. “We staan echt op een revolutionair punt in de zorg”, stelt Wouters. “De beschikbaarheid van data neemt snel toe en ook de technieken om die te analyseren, zoals AI en machine learning, vinden hun toepassing in de zorg.”

Kwaliteit verbeteren

“Nederland heeft een unieke positie in de wereld om de genoemde kwaliteitsverbeteringen in de zorg te realiseren”, vindt Wouters. “In de vorm van kwaliteitsregistraties, die landelijk dekkend zijn en waar alle ziekenhuizen in ons land aan deelnemen, hebben we heel betrouwbare dataverzamelingen.” Dokters krijgen nu al feedback uit die registraties over de kwaliteit van de behandelingen in hun ziekenhuis. Door die gegevens ook geschikt te maken voor behandelbeslissingen in de spreekkamer, kan persoonsgerichte zorg gerealiseerd worden. “Dat gaan patiënten merken in de ziekenhuizen. Enerzijds zal hen gevraagd worden vragenlijsten in te vullen over hoe het hen vergaat na de behandeling; of ze alles weer kunnen doen of dat er toch beperkingen zijn in het dagelijks leven. Anderzijds zal de dokter in staat zijn hen steeds meer informatie te verschaffen over wat ze van de behandeling en het leven daarna kunnen verwachten, gebaseerd op ‘patients like me’ informatie.”

Beter dokteren

Vorig jaar verscheen het boek ‘Beter dokteren, hoe patiënten profiteren van big data in de zorg’ van de hand van Wouters en drie medeauteurs (Prometheus). In zijn nieuwe rol als hoogleraar kan hij nu gaan werken aan het realiseren van deze visie. “De zorg voor patiënten met kanker kan nog beter, en dat is goed nieuws!”

Dank je wel dat je ons trouw blijft!

De klanten van Winkelcentrum Heemstede zijn de winkelstraat gelukkig niet vergeten! Iedere ondernemer is blij als alle winkels in het centrum hun winkeldeuren weer volledig kunnen openen. Ze doen niets liever dan de klanten verwelkomen en weer hun vertrouwde service te bieden. Heel blij zijn we dat vele klanten ons ook tijdens de lockdown trouw gebleven zijn, zodat we ook na corona een mooie winkelstraat met unieke winkels blijven.

In maart vorig jaar verwachtte de WCH een bruisend jaar 2020 tegemoet te gaan. Niets bleek minder waar. Toen de HIK van maart 2020 uitkwam, brak corona uit en kon het ene na het andere evenement niet georganiseerd worden.

In 2021 begint het al met het afgelasten van het Bloemencorso Bollenstreek, dat sinds 2019 door de Raadhuisstraat & Binnenweg rijdt. Een evenement waarop we als winkeliersvereniging trots zijn dat we dat binnengehaald hebben en waaromheen we een feestje met muziek en een wijnloop wilden organiseren. Volgend jaar bestaat het Bloemencorso 75 jaar. Extra reden om er dan een superfeest van te maken.

We gaan ervan uit dat we in 2021 nog wel leuke dingen in de winkelstraat kunnen organiseren voor onze klanten. We zullen van maand tot maand de mogelijkheden bekijken. Volg ons op Facebook en op www.WCH.nl.

BIZ

Momenteel wordt er hard gewerkt aan de vorming van een BIZ (Bedrijven Investeringszone). In een BIZ doen alle ondernemers mee en werken ze samen aan de toekomst van hun winkelgebied. Dit initiatief van de WCH heeft de volledige steun van de gemeente Heemstede. In april 2021 vindt hierover een stemming plaats onder de bijna tweehonderd ondernemingen in het centrum.



Woordzoeker ‘shoppen in Heemstede’

Geen evenement, wel een leuke puzzel! Streep de genoemde woorden weg en je houdt een slagzin over. Vul de slagzin in en stuur de goede oplossing met je naam en telefoonnummer voor 9 april 14.00 uur in naar events@wch.nl. Uit alle goede inzendingen worden er tenminste tien gekozen en zij krijgen bericht via e-mail of telefoon. Er zijn leuke prijzen te winnen, gesponsord door vele winkels in Heemstede centrum. Veel succes!

Streep de 34 opgegeven woorden weg en vind de oplossingszin.

Bakker	Damesmode	Koek	Supermarkt
Bloemen	Doehetzelf	Mooi	Tassen
Boek	Eten	Patisserie	Vegan
Boekhandel	Herenmode	Reisbureau	Vis
Broodjeszaak	Homedecoratie	Schoenen	Vlees
Cadeau	Horeca	Schoenmaker	Wijn
Cafetaria	Horloge	Slager	Woonwinkel
Chocolaterie	Juwelier	Sleutelspecialist	
Cosmetica	Kapper	Slijterij	

K	O	O	P	M	O	O	I	D	R	R	L	O	R	K	S	A
A	B	A	K	K	E	R	C	E	A	L	E	E	I	U	N	H
S	I	V	T	E	H	B	G	A	E	M	I	P	P	E	O	R
M	S	U	A	C	O	A	O	S	F	L	E	E	P	M	T	E
E	D	A	S	O	L	B	L	E	E	E	R	S	E	A	U	K
H	B	E	S	S	C	I	J	F	W	K	M	T	D	M	A	K
O	R	D	E	M	T	H	U	L	A	H	E	A	E	O	C	M
R	O	A	N	E	W	J	O	R	E	C	A	R	R	E	D	N
L	O	C	R	T	O	K	K	C	O	Z	U	N	R	I	A	E
O	D	I	J	E	I	O	T	E	R	O	B	T	O	D	G	A
G	J	E	N	C	N	S	A	O	S	L	H	E	E	E	U	H
E	E	P	V	A	W	T	P	I	K	O	A	V	H	R	L	C
T	S	I	L	A	I	C	E	P	S	L	E	T	U	E	L	S
T	Z	Y	E	E	N	R	O	B	L	O	E	M	E	N	O	U
R	A	L	E	T	K	S	C	H	O	E	N	E	N	R	I	J
O	A	C	S	E	E	H	E	R	E	N	M	O	D	E	I	W
A	K	L	S	N	L	E	I	R	E	S	S	I	T	A	P	E

Door deelname aan de puzzel geef je toestemming voor opname van jouw gegevens in het mailbestand van Winkelcentrum Heemstede.

Nog even pauze, maar niet achter de schermen!

We staan natuurlijk te popelen om je weer te ontvangen in Theater De Luifel of De Oude Kerk. Helaas moeten we nog even geduld hebben. Achter de schermen gebeurt er wel van alles en dat laten we hier graag zien! Zo heeft Podia Heemstede twee fantastische ambassadeurs. Zij steunen ons door onze voorstellingen en concerten onder de aandacht te brengen. Dat doen ze op verschillende manieren, bijvoorbeeld door onze voorstellingen te bezoeken en erover te schrijven, of door het zelf aan te kondigen op hun eigen (sociale media) kanalen. Op de website www.podiaheemstede.nl kun je interviews lezen die we met hen hebben gehad. Hier alvast een gedeelte uit beide gesprekken.

Wij hopen snel weer onze deuren voor je te openen!



Sjamke de Voogd: schrijfster en cabaretière, bekend van VET kindercabaret. Zij is sinds december 2020 ambassadeur en zal Podia Heemstede vooral ondersteunen bij de kindervoorstellingen. Daar ligt haar passie en daar heeft ze ook heel veel ideeën over. "Wat ik echt heel graag zou willen doen, is kinderen een rondleiding geven door het theater. De magie van theater laten ervaren. Wat is een coulisse? Wat zie je eigenlijk vanaf het podium? Antwoord: je ziet helemaal niks, net de voorste rij. Je doet alsof je iedereen ziet, maar je ziet alleen maar zwart. Dat soort dingen vertellen, vind ik ontzettend leuk. Dat geeft een ander plaatje. En dat werkt ook weer verbredend voor de kinderen."

"Ik denk ook aan inleidingen of nagesprekken. Het mooiste zou zijn met een acteur of regisseur van de voorstelling zelf en dat ik dan het interview doe. Er is zo veel meer dan alleen naar het theater gaan. Of een workshop geven, waarbij je de kinderen al nieuwsgierig maakt naar wat gaat komen. Of na afloop kinderen zelf laten proberen te spelen. Er zijn genoeg mogelijkheden, afhankelijk van de voorstelling die speelt! Per voorstelling kan je ook een kinderambassadeur aanstellen, die backstage mag en bijvoorbeeld filmpjes kan maken in de trant van 'Welkom bij Theater De Luifel'. Kinderen spreken elkaar het beste aan. Ik wil de kinderen een belangrijke rol geven. Ze kunnen ook de kaartjes controleren, onder begeleiding van een volwassenen natuurlijk. Blijft veel leuker. Blijpen kan tegenwoordig iedereen."

Arno Koek: niet alleen eigenaar en boekenspecialist van onze Boekhandel Blokker, maar ook onze ambassadeur voor voorstellingen en concerten. Hij onderstreept het nut van Podia Heemstede. "Het is natuurlijk belangrijk dat mensen in hun eigen woonplaats naar culturele evenementen kunnen, dat het aanbod divers is en waar iedereen iets voor zichzelf kan vinden. Ik vind het lokale juist belangrijk; dat de mensen in Heemstede niet per se naar de stad moeten voor een voorstelling of concert. Het kleinschalige zorgt ervoor dat de mensen elkaar daar ontmoeten. Even met elkaar in gesprek zijn en genieten van de mooie kunst die er is."

"Kleinschaligheid wordt vaak geassocieerd met dat het 'dan wel niet zo goed zal zijn', maar dat is flauwekul. De kwaliteit is in Heemstede heel erg goed en die kan soms in een kleinere omgeving nog beter tot zijn recht komen. Gewoon, omdat je dichterbij de personen en artiesten zit. Het is prachtig om in Carré of in het Concertgebouw te zitten, maar dat is wel afstandelijk, mooi en ver weg. Iets intiemers en kleins kan je geluksmoment veel groter maken dan in een grote zaal. Maar de kwaliteit, daar gaat het uiteindelijk om. En daar zorgen de mensen die bij Podia Heemstede programmeren, daar bovenop zitten en alles van weten, heel goed voor."



De Oude Kerk
Wilhelminaplein
2103 GS Heemstede

Theater De Luifel
Herenweg 96
2101 MP Heemstede

www.podiaheemstede.nl

Heel Heemstede viert 'Adriaan Pauw'

2018: tijdens de nieuwjaarsreceptie van de gemeente krijgt Marianne Wever te horen dat haar idee is uitgeroepen tot 'het beste idee van Heemstede': een Adriaan Pauwjaar. Een hele eer, want voor dit initiatief van de gemeenteraad waren maar liefst 47 mooie plannen ingediend.

In 2020 is dat Adriaan Pauwjaar gevierd. Vierhonderd jaar eerder, in 1620, kocht de Amsterdamse koopman, bestuurder en diplomaat Adriaan Pauw (1585-1653) de heerlijkheid Heemstede. Pauw heeft veel betekend voor Heemstede. Hij liet de Zandvaart en de Blekersvaart graven, bevorderde de blekersindustrie, liet de duinen beplanten om verstuivingen te voorkomen en heeft op het Wilhelminaplein de huidige Oude Kerk laten bouwen. En hij heeft internationaal veel betekend. Zijn finest hour was toen hij namens ons land de vredesbesprekingen met Spanje succesvol wist af te ronden met de Vrede van Münster. Pauw woonde op het Oude Slot, met speciale vertrekken voor zijn indrukwekkende boeken- en wapenverzameling.

Diverse activiteiten

Pauw verdiende het dus om in het zonnetje gezet te worden. Ondanks alle coronamaatregelen is het gelukt om diverse activiteiten te organiseren, vooral door de inzet van de Heemstedse bevolking zelf: van individuele burgers tot middenstand en culturele instellingen. Het begon al in december 2019 toen HBC het traditionele zaalvoetbaltoernooi naar Adriaan Pauw vernoemde. Verder waren er: een kunstwedstrijd (Lions Heemstede-Bennebroek), een verhalenwedstrijd (Boekhandel Blokker), lezingen (Historische Vereniging), een Adriaan Pauwlied (Ampzing Genootschap), Adriaan Pauwbier (Café De 1ste Aanleg), kaas (Alexanderhoeve), een schermtoernooi (door Holland Schermen), en in samenwerking met Podia Heemstede een concert met lezing in de tuin van Huis te Manpad. En er waren stripboeken (van Bianca van Loon en van Eric Coolen en Bies van Ede) en een Pauw-theater (LilaLuna Verteltheater).

In het centrum van Heemstede waren onze 'eigen' Pauw (Fred Rosenhart) en zijn vrouw Anna van Ruytenburgh (Ada Vinken) regelmatig aanwezig, onder meer op de Adriaan Pauwmarkt die de WCH op de Binnenweg organiseerde.

Adriaan Pauw 2021

Een aantal activiteiten is doorgeschoven naar 2021. In mei aanstaande organiseren de Stichting Adriaan Pauw en de Stichting Podia Heemstede een concert en symposium 'vanuit' de Oude Kerk. Het thema zal zijn: de betekenis van Pauw voor Heemstede, Nederland en Europa. Beide stichtingen gaan ervan uit dat er gestreamd zal worden. Een geluk bij een ongeluk is dat daarmee heel veel inwoners van Heemstede bereikt kunnen worden. Er zal de komende maanden via diverse communicatiekanalen worden opgeroepen om er via een linkje bij te zijn!

Het houdt dus niet op met het levend houden van een prominente Heemstedenaar. Er zijn zelfs plannen om elk jaar een Adriaan Pauwdag te organiseren...



Fotografie: Jaap Verschoor
Het Adriaan Pauwjaar begon met het zaalvoetbaltoernooi van HBC



Fotografie: Theo Out
Het praalgraf van Adriaan Pauw in de Oude Kerk aan het Wilhelminaplein



Fotografie: Marianne Wever
De Alexanderhoeve verkocht eigen Adriaan Pauwkaas



Het Huis te Heemstede (Oude Slot), in 1660 geschilderd door Gerrit Berckheyde (London Picture Archive)



Fotografie: via Fred Rosenhart
Adriaan Pauw en Anna van Ruytenburgh tijdens de uitreiking van de prijzen van de kunstwedstrijd van de Lions Heemstede-Bennebroek

Bedrijfspannen energiezuiniger maken:

“Er kan meer dan ondernemers denken”

De overheid maakt werk van verduurzamen, maar heeft daarvoor ook de inzet van ondernemers nodig. De gemeente Heemstede ondersteunt bedrijven bij het maken van duurzame keuzes, bijvoorbeeld door gratis energiescans aan te bieden.

Net als alle andere Nederlandse gemeenten is Heemstede gebonden aan het Klimaatakkoord en daarmee aan het streven naar nul CO²-uitstoot in 2050. Bijna dertig jaar lijkt lang, maar voor zo'n mega-energietransitie is het niks. Het behalen van de klimaatdoelen lukt alleen als inwoners en bedrijven ook bijdragen. De overheid kiest hierbij deels voor een sturende rol. Zo moeten kantoren groter dan 100 m² op 1 januari 2023 minimaal energielabel C hebben. Voor panden die gebouwd zijn vóór 2000 en nog niet verduurzaamd zijn, zal veelal een investering nodig zijn, bijvoorbeeld in isoleren en energiezuinigere verlichting.

Maar Heemstede wil meer dan alleen handhaven op regels. “Liever informeren en stimuleren we bedrijven om te verduurzamen”, zegt wethouder Nicole Mulder. Zij heeft zowel Economie als Duurzaamheid in haar portefeuille. “Er kan vaak meer dan ondernemers denken. Energiebesparende maatregelen leveren behalve milieuwinst meestal ook een flinke besparing in geld op.”

Investeren levert op

Hoewel de gemeente niet zelf bedrijfspannen kan verduurzamen, biedt ze wel ondersteuning. Om de daad bij het woord te voegen, gaf Heemstede samen met de provincie in 2020 veertig energiescans weg aan ondernemers. Medewerkers van Klimaatroute, een bedrijf dat

gespecialiseerd is in verduurzamen, gingen bij hen langs met het aanbod om te kijken hoe ze energie kunnen besparen.

De actie sloeg aan, vertelt de wethouder. “Veel ondernemers vonden het een sympathiek initiatief. De scans waren zo vergeven.” Wat de gemeente hieraan heeft? “Het is voor ons een opening om met bedrijven in gesprek te gaan over verduurzamen. Zodat we horen wat ondernemers nodig hebben om vervolgstappen te zetten. Een scan alleen is niet genoeg, daarna komt het aan op concrete maatregelen treffen.” Zeker voor kleine ondernemers is investeren in duurzaamheid aantrekkelijk, benadrukt ze. “Zij vallen niet onder de regeling voor grootverbruikers, waardoor ze de volle prijs betalen voor energie.”

Enthousiaste reacties

Op basis van de scan kregen de deelnemers advies op maat over besparingsmogelijkheden. Te beginnen met maatregelen die weinig investeringen vragen en veel opleveren. Na de scan mogen ondernemers nog een jaar lang aankloppen bij Klimaatroute voor onafhankelijk advies. Mireille Middendorp, programmamanager Duurzaam Heemstede bij de gemeente, is positief verrast over de resultaten van de actie. “Vanwege corona hebben veel ondernemers momenteel andere zorgen dan het klimaat. Des te opvallender zijn hun enthousiaste reacties.

Van tevoren hadden we, gebaseerd op de ervaringen in andere gemeenten, als doel gesteld dat 50 procent van de deelnemers daadwerkelijk maatregelen zou treffen. Zoals het er nu naar uitziet, gaat dat lukken. De bereidheid is groot om op korte termijn te investeren in verduurzamen. We hopen dat de vaart erin komt zodra de lockdown voorbij is. Wellicht kan HeemSteeds Duurzamer, de coöperatie van ondernemers en inwoners, daar ook bij aansluiten.”

Kleine moeite, groot effect

Deze maatregelen leveren met een bescheiden investering al veel op:

- Verlichting vervangen door led
- Buitendeuren dichthouden of een tochtgordijn ophangen
- Leidingen isoleren
- Radiatorfolie aanbrengen
- Alleen verwarmen als er mensen in het pand zijn
- De cv-ketel instellen op 60 °C in plaats van 80 °C
- Tochtstrips aanbrengen

Besparingskansen

Twee ondernemers vertellen wat de energiescan heeft opgeleverd:

Carla van der Meer, Safe & Secure Van der Meer op de Binnenweg:
“Ons bedrijfspand bestaat uit een winkel, magazijn, kantoor en bovenwoning. Eigenlijk zijn we altijd bezig met energie besparen. Ik heb de oude energienota's er eens bij gepakt. Daaruit blijkt dat we sinds 2015 20 procent minder stroom verbruiken, vooral omdat we toen de halogeenlampen hebben vervangen.”

“Dat de gemeente een gratis energiescan aanbood, zagen we als een kans om iemand met verstand van zaken te laten meekijken. In het rapport staat per maatregel wat het je oplevert aan besparing per jaar in geld en kilowattuur, de benodigde investering en het rendement. Dat maakt het concreet.”

“In het verleden waren onze tl-bakken vervangen door t5-verlichting. Uit het rapport begrijp ik dat de nieuwere led-tl nog veel energiezuiniger is. Aan de achterkant van het pand hebben we een plat dak. Dat daarop zonnepanelen kunnen had ik verwacht, maar dat je er ook een groen dak van kunt maken, was nieuw voor me. Dat isoleert beter en je kunt het zelfs combineren met zonnepanelen. Ik had ook nog nooit gehoord van radiatorventilatoren die warmte beter over een ruimte verdelen.”

“Het dubbelglas in de woning is onlangs vervangen door HR++. Wat een wereld van verschil, je voelt helemaal geen tocht meer. Aanwezigheidsdetectie hebben we ook op verschillende plekken. Of het zinvol is in meer ruimtes, kunnen we onderzoeken. Zonnepanelen leveren de meeste besparing op, maar vragen een forse investering. Die stellen we vanwege corona noodgedwongen uit. De ledverlichting gaan we sowieso doen en ik zou iedereen aanraden ook te kijken naar leidingen in ruimtes die niet verwarmd hoeven te worden. Met simpele isolatiemiddelen van de bouwmarkt voorkom je onnodig warmteverlies. Zulke kleine ingrepen leveren vaak al veel op.”



Paul de Looze, Autobedrijf De Looze op de Nijverheidsweg:
“Vooropgesteld: ik ben geen ‘groene’. Toch heb je als ondernemer een verantwoordelijkheid. Toen ik dit pand kocht, was het vrijwel rijp voor de sloop. Ik heb de bovenverdieping laten strippen, het dak vervangen en alles laten isoleren. Later zijn de kozijnen in de werkplaats vervangen en voorzien van HR+++ glas. Ook al gaat de deur vaak open, de warmte blijft beter binnen.”

“Aangekondigde sloopplannen voor dit bedrijfengebied weerhielden me van verder investeren. Nadat daar geen vervolg op kwam, heb ik zonnepanelen laten aanleggen. De energiescan leek me nuttig om te checken of ik geen kansen over het hoofd zag. Dat was wel zo: de verlichting blijkt met led in de bestaande armaturen veel zuiniger te kunnen. Dat opende mij de ogen: led bespaart 1.286 watt per uur en dat vijftig uur per week. De investering van € 600,- verdient ik in anderhalf jaar terug, waarna ik jaarlijks € 450,- bespaar én bijdraagt aan de klimaatdoelen. Het was dus de moeite waard om met de energiespecialist door het pand te lopen.”

“Een volgende stap kan zijn: de radiatorkraan in het kantoor vervangen door een thermostaatkraan. Aangezien de radiator altijd openstaat, omdat het kantoor moeilijk warm te krijgen is vanwege een te kleine capaciteit, twijfel ik. Het tweede punt is de toegangsdeur naar het trappenhuis. Een enorm kozijn met enkel glas. Maar in een trappenhuis is 14 °C warm genoeg en zo'n deur kost duizenden euro's. Ik zie energiebesparing, maar te weinig rendement – uiteindelijk blijf ik ondernemer.”

“Mijn tip voor anderen is: kijk bij subsidie-regelingen goed naar de voorwaarden. Die zijn ingewikkeld. Ik dacht er bij de zonnepanelen voor in aanmerking te komen, maar viel buiten de boot. Aan de andere kant heb je wel de investeringsaftrek en rendement, en spaargeld op de bank doet ook niets.”



Gratis energiescan voor jouw bedrijf?

De gemeente stelt twintig extra scans beschikbaar voor Heemsteedse ondernemers. Wil je ook weten hoe je kunt verduurzamen met energie- en geldbesparende maatregelen? Mail dan naar programmamanager Mireille Middendorp (M.Middendorp@Heemstede.nl). Aan haar kun je het ook aangeven als je interesse hebt in de collectieve inkoop van zonnepanelen. Voor (technische) vragen en onafhankelijk advies over subsidieregelingen kun je terecht bij het Duurzaam Bouwloket.

Fotografie: Willy Slingerland





Fotografie: Raisa Zwart Photography



Fotografie: PaulMac Photography



Edith Tiessen



Fotografie: Lotte Koster



Fotografie: Gerben Pul Trouwfotografie

Unieke verhalen aan de keukentafel

Ruim zes jaar geleden werd Edith Tiessen beëdigd als buitengewoon ambtenaar van de burgerlijke stand (babs) in de gemeente Heemstede. Voor HIK blikt zij terug op de vele huwelijken die zij sindsdien heeft gesloten en op de bonte stoet van koppels bij wie zij mocht aanschuiven aan de keukentafel.

“Ding, dong! Het is 19.30 uur als ik aanbel bij een statig herenhuis in Leiden, waar ik een aanstaand bruispaar ga ontmoeten. Ik ben onder de indruk van de grandeur van het pand en razend benieuwd naar de bewoners. De deur gaat open en een chique zakenman laat mij binnen. Op oosterse pantoffels met een krulletje. Want hij is thuis en zijn Iraanse verloofde heeft ze hem voor zijn verjaardag geschenken.”

“Of ik verdwaal hopeloos in Velserbroek, waar ik maar niet de woonwagen kan vinden waarbij ik heb afgesproken. Waar zijn de wielen dan? Als een van de dochters in pyjama mij van de straat plukt, ontmoet ik een verliefd stel dat voor de tweede keer met elkaar gaat trouwen. Want de eerste keer gooide een gevangenisstraf roet in het eten. Snapt u?”

“Ieder paar is uniek”

“Het allerleukste aan het beroep van babs is de ontmoeting met bruidsparen van diverse pluimage. Jong, oud, homo, hetero, Nederlanders, buitenlanders, met of zonder kinderen, hoog of laag opgeleid, royaal of zuinig, gereserveerd of uitbundig. Ieder paar is uniek. Maar allemaal staan ze aan de vooravond van een nieuwe stap in hun leven en stralen ze liefde en levenslust uit. En dat geeft mij heel veel positieve energie!”

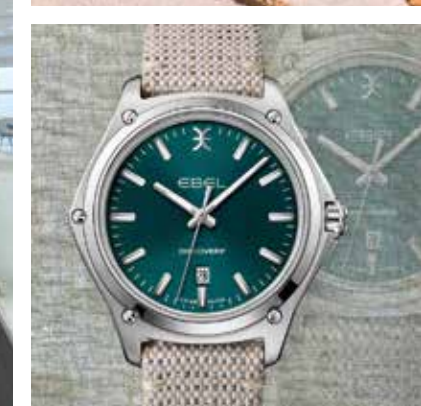
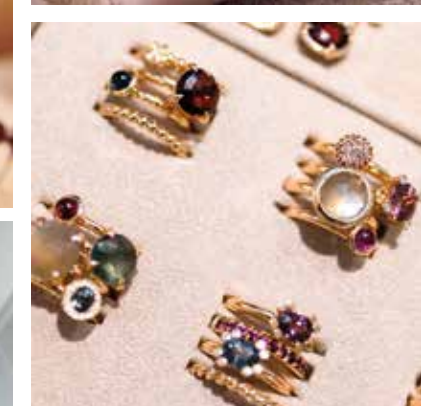
Vriend van de familie

“Ik neem uitgebreid de tijd om de aanstaande bruid en bruidegom goed te leren kennen.

En elke keer ben ik weer verbaasd over de openhartigheid waarmee zij mij een kijkje laten nemen in hun leven. Omdat ook zij willen dat het beeld voor mij compleet is en de ceremonie straks zo persoonlijk mogelijk wordt. En een feestje zal zijn voor iedere gast! Daarom houd ik mijn speeches ook in het Engels en Frans en heet ik in de andere talen de gasten welkom. Soms regelen we hand-outs in een andere taal of een tolk, zodat niemand zich buitengesloten hoeft te voelen.”

“Voor even ben ik een vriend van de familie. En dus komen de kinderen mij alvast een handje geven. Veeg ik de minuscule plasjes op die een papagaaitje achterlaat op mijn schrift. Glip ik met de bruid naar boven om de trouwjurk te bewonderen. Lachen we ontzettend veel. Blijf ik mee-eten als de chef-kok me uitnodigt. Bekijk ik fotoalbums met kostbare herinneringen. Kiezen we samen mooie muziek uit. En droog ik af en toe ook een traantje.”

“Inmiddels ben ik eveneens babs in de gemeente Bloemendaal en leg ik de laatste hand aan mijn website Trouwambtenaar Holland. Want al hebben Heemstede en Bloemendaal prachtige trouwlocaties, af en toe een ander behangetje is ook wel eens leuk. Maar waar ik het ook vertel, het unieke verhaal van twee unieke mensen klinkt overal precies hetzelfde: als muziek in de oren!”



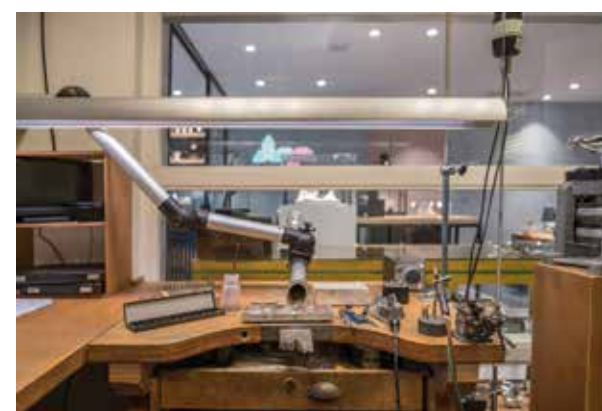
Afspraakje maken?

Uw en ons geduld wordt beloond.

Van dinsdag tot en met zaterdag staan we weer voor u klaar van 9:30 tot 17:00 (op afspraak)! Onze sieraden- en horlogecollecties zijn up-to-date en liggen te stralen in onze lente-etalages. Ook onze exclusieve sale-objecten zijn te bewonderen in de etalage en op onze website/shop.

We verwelkomen u graag!

Team Van Velthoven Juweliers



VAN VELTHOVEN
JUWELIERS

Binnenweg 11 | 2101 JA Heemstede | T 023 5477077
vanvelthoven@xs4all.nl | www.vanvelthovenjuweliers.nl

Dennis Cornelisse uw postbezorger



Business Post



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