

MEI 2021

# GLITZY LIFE MAGAZINE

**POWER WOMAN**

EVELYN

**OPBLAASBARE**

**JACUZZI**

**YES OR NO?**

**PARFUM  
REVIEW**

**HERMES**

**TWILLY**



*Don't forget to be yourself*



Hey lieve lezer,

Welkom bij de derde editie van Glitzy Life magazine.

In deze editie praat ik met powervrouw Evelyn die haar eigen huis kocht.

In het thema van huizen hebben we het over de opblaasbare jacuzzi, is dit nu de moeite ja of neen?

Bij skincare laat ik jullie kennismaken met Gua sha.

Natuurlijk ook de maandelijks affirmaties en een leuk maar simpel receptje.

Ik hoop dat jullie net zoveel genieten van dit magazine als ikzelf.

Ik wens jullie veel leesplezier en een prettige en vooral fantastische maand.



XOXO  
Kelly

# CONTENTS

*Find your style here.*



**6**

Power woman

**8**

Parfumreview

**10**

Gua sha, wat  
is dat nu  
eigenlijk?

**12**

Opblaasbare  
jacuzzi, yes or no?

**14**

Book club

**16**

Bloemen

**18**

Affirmations

**22**

Recept

**CONTENTS**

# WE stand strong together!

*Girl power*



## **Evelyn,**

Elke maand kies ik een power woman. Deze maand koos ik voor Evelyn. Ik leerde Evelyn kennen via een cursus die we beiden volgden. Ik was meteen onder de indruk van hoe sterk ze in haar schoenen staat, ze weet duidelijk wat ze wil. Ze kocht haar eigen huis en dit helemaal op haar eentje. Daar kan ik wel naar opkijken. Bovendien word je gelukkig van haar glimlach en de positieve vibe die ze uitsraalt. Laten we haar wat vragen stellen.

## **Wat zijn de voordelen om als vrouw je eigen huis te kopen en er een thuis van te maken?**

- Het zorgt ervoor dat je sterk in je schoenen staat, maar ook dat je met beiden voeten op de grond blijft.
- Je leert flexibel te zijn, veerkrachtig om te gaan met veranderlijke situaties, prioriteiten onderscheiden van details.
- Een hoge dosis zelfvertrouwen, en de onafhankelijkheid krijg je er zo bij.
- Ik ben mezelf nog nooit zoveel tegengekomen als in mijn eigen huis (letterlijk en figuurlijk).
- Je kan alles inrichten naar eigen smaak. Hallo roze, taupe en crèmekleurige dingetjes.

## **Wat zijn de struggles om dit alleen te doen?**

Vooral het financiële aspect kan vaak voor moeilijkheden zorgen als je net als mezelf voor een (bijna) totaalrenovatie kiest. Ik ben zelf niet de handigste, wou het veel 'in brand steken' door de frustratie. Maar uiteindelijk komt het allemaal goed en kom je er dubbel zo sterk uit.



Gelukkig had ik een superlieve stiefvader, vriendin en nog familieleden die vaak een handje kwamen toesteken waar nodig!

Als vrouw alleen in zo'n situatie wil je jezelf vaak sterker voordoen, maar door deze situatie heb ik hulp leren aanvaarden en vragen.

### **Wat is jouw girl power? Want elke vrouw heeft zo haar eigen krachten.**

Mijn girl power is vooral dat ik mezelf niet laat tegenhouden om iets te ondernemen. Zo laat ik me ook niet tegenhouden om te genieten van alles wat het leven te bieden heeft. Ik heb na een break up alleen vertrokken naar Kreta, heb veel alleen op restaurant vertoeft, heb mezelf op date meegenomen. Voor velen is dit al een drempel, alleen op restaurant gaan en het hele menu bestellen. Maar god, wat ben ik blij dit ik allemaal meegemaakt heb.

### **Wat is je favoriete parfum? Die kunnen we dan lekker eens reviewen.**

Twilly d'Hermès! Mijn omgeving linkt deze geur automatisch aan mij doordat ik deze dagelijks draag. Het is een tijdloze, elegante geur met een ondeugend kantje.

### **Als je de 16-jarige Evelyn één tip mocht geven, wat zou het dan zijn?**

Het is oké om nergens in te passen. Niet iedereen hoeft je leuk te vinden, enkel JIJ moet JEZELF leuk vinden!

### **This or that?**

**Skincare of make up?**

Skincare.

**Bloemen of planten?**

Bloemen.

**Tuin of terras?**

Terras.

**Badkamer of keuken?**

Keuken.

**Uit gaan of thuis vrienden vragen?**

Uit gaan.





# Twilly van Hermès

De parfum van de maand werd deze maand  
gekozen door onze power woman Evelyn.


Twilly is persoonlijk ook één van mijn favoriete parfums. Het is een parfum die past bij een sterke vrouw. Een vrouw die weet wat ze wil en geen schrik geeft om een volle parfum te dragen.

De parfum is het meest geschikt bij de winter- en herfstmaanden of een avondparfum om in het weekend op date te gaan.

Twilly is een geur die je snel zal herkennen, het is uniek van samenstelling en geloof me hij blijft de ganse dag lekker aan je zijde hangen. Het eerste dat je ruikt als je hem opspuit is de gember, eens de parfum wat gesetteld is, komt de Tuberroos naar boven en dankzij de vanille als basisnoot eindigt het met een zoete toets. Zeker een topper in je parfumcollectie.

Topnoten: Gember, Bergamot en Pomerans  
Middennoten: Tuberroos, Jasmijn en Oranjebloesem  
Basisnoten: Sandelhout en Vanille

*You are never  
fully dressed  
without perfume.*



# Gua sha wat is dat nu eigenlijk?

**IN DE VORIGE EDITIE HADDEN WE HET AL OVER DE FACE ROLLER. VANDAAG HEBBEN WE HET OVER DE GUA SHA, HIERMEE KAN JE NET NOG WAT INTENSER TE WERK GAAN EN JE FACE EEN ECHTE WORK OUT GEVEN.**

Gua sha is afkomstig uit de oude Chinese geneeskunde. Met behulp van een gua sha kan je jouw gezicht een echte work out geven en gezichtscontour verstrakken.

Je verbetert de bloedsomloop waardoor je minder snel ontstekingen in het gezicht zal hebben.

Door de masserende beweging ontspannen je spieren en kan je zelf hoofdpijn verlichten.

Het vertraagt het huidverouderingsproces en bovendien krijg je er een zalige glow bovenop.

Hoe ga je te werk?

Het is zeer belangrijk om eerst een serum op het gezicht te doen zodat je met de gua sha mooi over het gezicht glijden.

Werk altijd naar boven en naar buiten toe.

Begin in je hals zodat de lymfebanen van de hals openstaan en deze de nodige gifstoffen kan elimineren.

Hou je gua sha niet loodrecht vast maar in een hoek van 45 graden.

Maak hier een leuke routine van, eventueel met wat muziek en gedimd licht zodat je helemaal zen wordt.

*Self care*

*is not*

*selfish.*





De spieren in ons gezicht doen elke dag overuren, daarom is dit zeker een ware aanwinst in je skincare-routine. Geef je spieren na een ganse de dag lachen ook even dat relaxerend gevoel van een massage.



# Opblaasbare jacuzzi yes or no?

We kennen het allemaal :gespannen spieren, stress, geen tijd voor onszelf, noem het maar op. Daarom moeten we leren om tot rust te komen in eigen huis. Een opblaasbare jacuzzi is dus zeker een YES.

Wellness is iets dat al lange tijd een concept is. Het is iets dat we nodig hebben waar ons lichaam behoefte aan heeft. Soms denk je dat dit niet waar is en doe je gewoon verder, maar elk lichaam heeft een bepaalde vorm van wellness nodig om gezond en wel te blijven.

In de moderne tijd hebben we het geluk dat we voor wellness niet meer ver hoeven te gaan of hier geen duizenden euros moeten voor betalen. Er zijn namelijk al goedkope alternatieven die we in eigen huis of tuin kunnen toevoegen. Op deze manier kan je na een stressvolle dag lekker ontspannen in eigen huis. Dit kan zeker met de opblaasbare jacuzzi. Wat zijn nu de voordelen van een opblaasbare jacuzzi?

Ten eerste: het is betaalbaar voor iedereen.

Het feit dat je even tijd neemt om te ontspannen zorgt dat je cortisolniveau omlaag gaat en dit is zeker positief.

Het warme water en de bubbels zorgen voor een masserend effect waardoor je spieren ontspannen.

Bij gebruik van etherische olie kan je nog meer genieten en tot rust komen.

Dit is dus zeker een must voor je welzijn.

Wellness in eigen tuin, wat wil je nog meer?

*Fall in love with taking care of yourself.*

# Book club

## Omdat het kan

Omdat het kan is het derde boek van Eva Daeleman. Toen Eva nog voor de radio werkte had ik zo een klik. Je kent het wel: je hebt iemand graag of je moet ze niet. Toen Eva stopte met werken voor de radio vond ik het dan ook superjammer, maar dan kwam ze met haar eerste boek. Via haar boeken begon een nieuw avontuur. Ze heeft er ondertussen al 4 uitgegeven. Het eerste boek was Factor 25, daarna kwam het jaar van de hond en dan het laatste boek Woman Up.

In dit boek praat ze over haar reis doorheen de zelfontdekking. Ze praat over yoga, mediteren, body positivity en nog zoveel meer.

Het is een boek dat ze op haar eigen manier schreef en samenstelde. Het is een beetje van de hak op de tak, maar ik ben er wel fan van.

Er staan leuke weetjes in en het is een echte aanrader voor wie begint met een nieuwe start in hun leven.

Je kan meeleven met Eva haar verhaal en hier en daar zal je jezelf herkennen.

Een echte aanrader dus voor mensen die struggelen met het leven waarin ze zich nu bevinden en klaar zijn om een andere manier van denken en leven toe te passen.

Het is een boek dat ik nu en dan eens terug neem en een stukje in lees.

Het leest vlot en er staan leuke foto's in.

Ik vind het alvast een waardevol boek, dat ik te pas en te onpas eens uithaal om er opnieuw wat in te bladeren.



omdat  
**het kan**

boek over veerkracht, levenslust en ont-moeten

HORIZON

EVA  
DAELEMAN

# GREEN WAS ALWAYS HERE

*Stay connected to nature*







### stap 1

Plakband  
glazen bokaal  
rozen  
bloemenschaar



### stap 2

Neem de plakband  
en plak horizontaal  
en verticaal  
plakband met  
telkens hokjes die je  
vrij laat



### stap 3

Stop de rozen nu één  
voor één in de vrije  
hokjes zo kan je de  
bloemen mooi  
schikken en heb je  
een volle vaas rozen.

### stap 4

Zoek een  
mooi plaatsje  
in huis en  
geniet van je  
rozen.

Today will

be a

•  
good day!

*Start your day on a positive note.*



I am calm.

I am at peace.

I am relaxed.

I am free.

# EAT QUALITY, EAT HOMEMADE.

## Bagel for lunch.

Vandaag maken we iets "amerikaans", namelijk een bagel.

Op een bagel kan je eigenlijk alles doen zoals op een broodje.

Hier maakte ik gebruik van pompoenpitten.

Pompoenpitten zijn rijk aan omega 3 en dit is goed voor je hart.

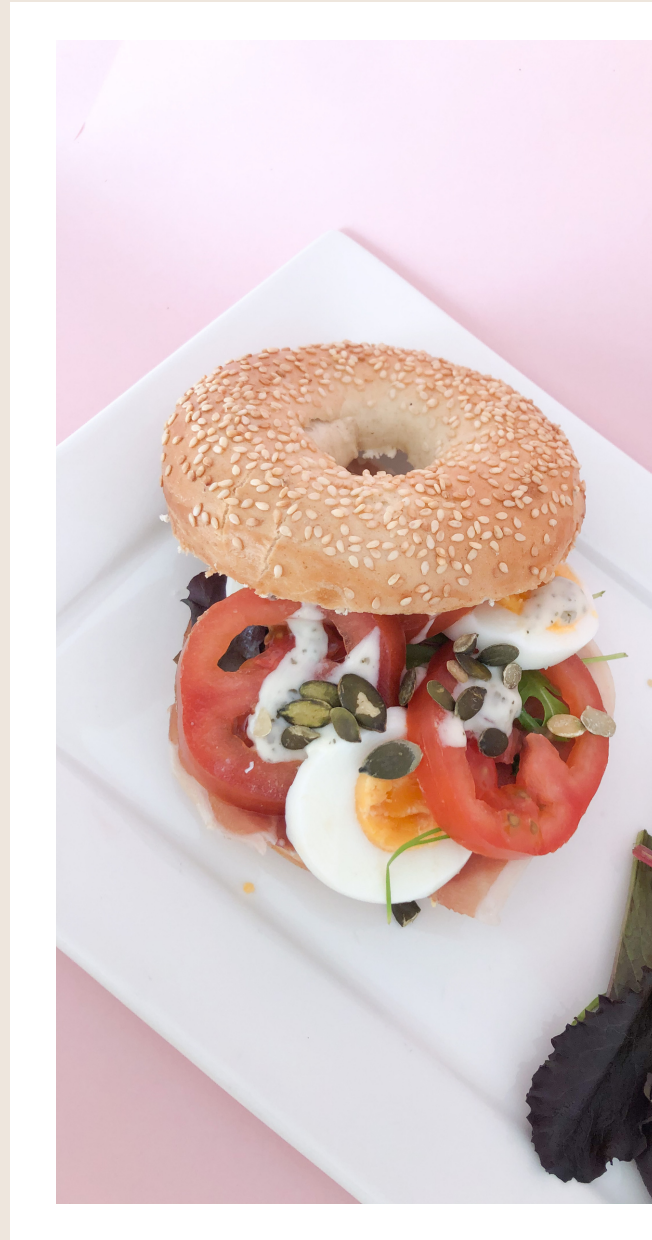
Ze zijn rijk aan vezels en proteïnen, dit zorgt dat je een voldaan gevoel hebt na je maaltijd.

Bovendien zitten ze boordevol magnesium, wat we nodig hebben voor ons spieren en botten.

Het is dus een powerfood dat je perfect in slaatjes of als topping op een bagels of broodje kan toevoegen.

### Benodigdheden

- 1 bagel
- gerookte ham
- ei
- tomaat
- sla
- dressing
- pompoenpitten



*Ingredients are  
only natural*

1

Bak je bagel in de oven.

2

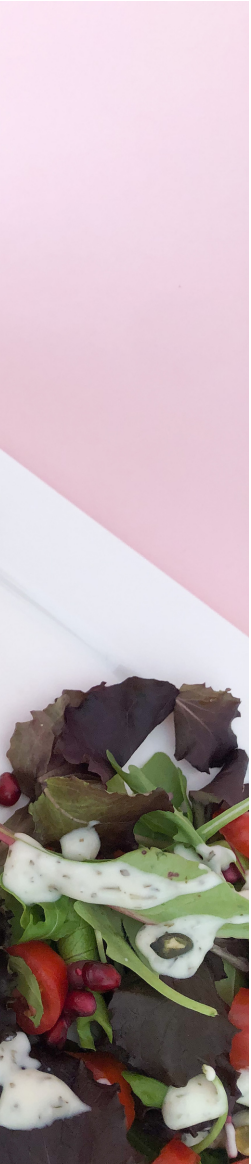
Beleg met gerookte ham, tomaat, ei en sla.

3

Als topping een beetje dressing en pompoenzaadjes om alles af te maken.

4

Serveer met wat extra sla en smakelijk.



*Spirit your life*

*E-mail*

glitzylifebykelly@hotmail.com

*Instagram*

glitzy\_life\_style\_

*Whats App*

0485 511 141

**CONTACT ME**