

Vijf vragen aan.....

‘Het zeeklimaat doet echt iets met je’

Elke week stellen we vijf vragen aan bekende en minder bekende Noordwijkers, Noordwijkerhouters en Zilkers of van daarbuiten wat de heilzame badplaats Noordwijk voor hem of haar betekent.



Marlies Sobczak-Boumans

Wie bent u?

Ik ben Marlies Sobczak-Boumans, boardmember van de ESPA, de organisatie waar 20 Europese landen de sector health toerisme vertegenwoordigen, al in een zeer vroeg stadium betrokken bij de ambities van Noordwijk in de ontwikkeling naar heilzame badplaats. Nu zijn we concreet bezig met de doorontwikkeling en productontwikkeling voor de toekomst.

Wat maakt Noordwijk/Noordwijkerhout/De Zilk speciaal voor u?

Het brede strand in combinatie met de omringende natuur. Het natuurlandschap is overweldigend en bijna “on-Nederlands”. Daarnaast vele mogelijkheden om ergens naar te strijken voor een hapje en een drankje. Voor aanvang van het diner even shoppen en voordat ik weer huiswaarts keer natuurlijk altijd verse vis uit de Noordzee.

Wat is uw mooiste/favoriete plek in de natuur hier?

Langevelderslag en het duinlandschap rechts van de vuurtoren.

Wat is voor u actief werken aan gezondheid en een gezonde leefstijl?

Opletten wat ik eet. Niet te veel zoet, zout en koolhydraten. Veel groente, liever vis dan vlees en soms vega. Korte ketens en eten met de seizoenen mee. (H)eerlijk genieten. Maar ook regelmatig bewegen, bij voorkeur lekker lang wandelen in de natuur of in de branding. Twintig minuten wandelen in de branding is onderdeel van een kuurprogramma

aan de kust. Daar vind je de meeste aerosolen in de lucht, die het immuunsysteem versterken. Als het kan duik ik in het frisse zeewater. Dat geeft het immuunsysteem een enorme boost. Inmiddels weten we hoe belangrijk dit voor ons is.

Waar ligt volgens u de kracht van Noordwijk als gezonde en energieke gemeente?

In basis: de ligging aan de zee. Het sterke getij met eb en vloed geeft het lichaam een enorme positieve prikkel. Het zoutgehalte in de lucht met een hoge en stabiele luchtvochtigheid. Wind en zonneschijn bevorderen de aanmaak van vitamine D. Het zeeklimaat doet echt iets met je.

Hoe ziet een heilzame badplaats eruit als u droomt over de toekomst van Noordwijk?

De voordelen van een verblijf aan zee moeten we ons met z'n allen eigen maken en dat – ieder op zich- uitdragen. De zee heeft grote invloed op ons mentale en fysieke welbevinden. Op de juiste manier vertaald, biedt het ook economische kansen. Daarbij gaat het niet

om horden meer mensen, maar wel het hele jaar door gasten ontvangen die kiezen voor een duurzame en bewuste leefstijl. Die graag bereid zijn hierin te investeren.

Het gaat om bewustwording en het stimuleren van welbevinden. Zeker ook voor de bewoners. Het zou mooi zijn als we met een nieuw aanbod kunnen aansluiten bij de professionele Thalasso-filosofie*. In Duitsland en Frankrijk zijn mooie voorbeelden te vinden die ook in Noordwijk mogelijk zijn. Willen we écht een speler worden op de internationale markt, dan is het zeker vereist dat wij ons zeewater inzetten bij het uitvoeren van behandelingen. Hier verder aan werken en geloven in onze dromen.



NOORDWIJK
HEILZAME BADPLAATS

Member of ESPA: European Spas Association

www.noordwijk.info