



Aynalarla barışın... Çatlaklara son!

Doğumdan sonra vücudunuzda hoş görünmeyen çatlaklar mı oluştu? Göğüsleriniz eskisi kadar estetik görünmüyor mu? Sık kilo alıp vermek vücudunuzda sarkmalara mı neden oldu? Belki de akıp giden yıllar yüzünüzde her geçen gün bir iz daha bırakıyor... Hanımlar şimdi sıkı durun, çünkü size harika bir haberimiz var! Benu Poliklinik'te uygulanmaya başlayan Bi-one yöntemi sizi aynalarla küstüren tüm sorunların üstesinden geliyor. ■ Zeynep AKAR'ın haberi 3'te



Amaranda'yı görmelisiniz

Geçtiğimiz günlerde Bozcaa'da kısa bir tatil yapan genel yayın koordinatörümüz Serpil Çolak, uzun zamandır görmeyi planladığı bu sempatik adaya hayran kaldı. Bozcaada tatili sırasında Mustafa

Tınc ve İzmitli eşi Özlem Hanım'a ait olan, 'Amaranda Ada Evi' isimli eski bir Rum evinde kalan Çolak, 3 odadan ibaret bu rüya gibi pansiyonda birbirinden keyifli günler geçirdi. ■ Serpil ÇOLAK'ın haberi 6'da



CUMARTESİ 28 EYLÜL 2013

Bizim Kocaeli Gazetesi'nin ücretsiz ekidir

Kocaeli'nin en büyük yapı marketi;

GÜLERYÜZ NALBURIYE



Bir nalbur dükkanı ne kadar sık olabilir diye düşünüyorsanız, Çarşı Yapı AVM'de bulunan Gülerüz Nalburiye'yi görmeyi öneririz. Ayhan Gülerüz, Erhan Gülerüz, Emre Gülerüz ve Tolga Gülerüz kardeşlere ait olan Gülerüz Nalburiye vitrini, pırıl pırıl reyonları, açık ofisleriyle büyük yapı marketlerini komplekse sokacak kadar şık ve sıra dışı bir mağaza. Sadece 2 bin 500 metrekarelik modern binasıyla değil, aynı zamanda 20 bini aşkın ürün çeşidi ve stok sistemiyle de benzerlerinden çok farklı olan Gülerüz, deyim yerindeyse bu sektörde Kocaeli'ye çağ atlattı. ■ Tolga TAMER'in haberi 4'te



Aşkınizi dansa dökün

Kocaeli'nin başarılarıyla ünlü dans okulu Armelit, bir süre önce ülkemizin en başarılı dans öğretmenlerinden Yasemin Güler ile ortak olarak adını La luz-Armelit olarak değiştirdi. La luz-Armelit, tüm dans türlerinin eğitimini verdiği gibi evlilik hazırlığında olan çiftlerin hayallerini de gerçekleştiriyor. Düğünlerinde yaşadıkları aşkı dansa dökmek isteyen çiftler, La luz-Armelit'in özel düğün dans dersleriyle unutulmaz bir 'ilk dans' deneyimi yaşıyor. ■ Şive BAĞDİKEN'in haberi 6'da

Farklı bir sistem... Farklı bir eğitim... Mutlu çocuklar...



NAR MONTESSORİ KREŞ

Lüks değil, samimiyet arayanlara

Bir akşam üzeri işten çıkın... Atlayın arabaya, rotayı Körfez'e doğru çevirin. Şirinyalı'ya geldiğinizde kayalıkların üzerinde, denizin neredeyse içinde şipşirin bir balık restoranı göreceksiniz... İşte, orası, Mobidik. Lüks yerine samimiyet arayanlara nefis mezeler, tazecek balıklar ve muhteşem bir manzara vaat eden Mobidik'i keşfetmekte geç kalmayın. ■ 7'de



■ 2013-2014 eğitim öğretim dönemiyle beraber minik öğrencileriyle buluşan Nar Montessori Kreş, farklı eğitim sistemiyle şaşırtıyor. İtalyan Montessori metodunu benimseyen kreşte oyuncak yerine özel materyallerden yararlanılıyor; çocukların her gün farklı sorumluluklar alması sağlanarak öz disiplinlerinin gelişmesi hedefleniyor. ■ Zeynep AKAR'ın haberi 8'de

SÜREYYA'NIN DAMAK TADI

Lahana turşusu ■ 2'de

Op. Dr. ADEM AYDIN

Tenisçi dirseği ■ 2'de

SİNEKEŞ

Vizyondan ■ 7'de

ZUHAL ÇAMLIÇA GERÇEK

Tarzınızı gömleğiniz belirlesin ■ 8'de

TOLGA'NIN TAVSİYESİ



Arkaşımız Tolga Tamer'in bu haftaki tavsiyesi, Red Paprika'nın pizzası. Hamuru, mekanın sahibi ünlü şef Hasan Özveri tarafından açılan bu incecik, bol malzemeli pizza alışkanlık yaratacak kadar lezzetli. ■ Tolga TAMER'in köşesi 5'te

AVRUPA'NIN EN BÜYÜK, TÜRKİYE'NİN İLK FUTBOL MERKEZİ



samuray
since 1985

Tel: 0850 222 444 8 - 0262 325 15 15 Faks: 0262 332 24 24
Sanayi Mh. Çarşı AVM E-Blok No: 14 İzmit samuraysport.com