

NAAR EEN NIEUW BESTUUR...

We zijn zeer verheugd met het initiatief van diverse leden om zich kandidaat te stellen voor een functie in het bestuur. Op 11 november zullen de kandidaten geïnstalleerd worden en heeft u allen de gelegenheid om nader kennis te maken met het nieuwe bestuur. Vanaf deze plaats dankt de redactie het huidige bestuur voor haar inzet en de prettige samenwerking in de afgelopen periode en wenst de nieuwe ploeg alvast heel veel succes en vooral veel clubplezier...

VERDER IN DIT NUMMER O.A.:

In Memoriam: Cor Barbier

Nieuw! 'Het Kaashoekje'

De wereld van de Mandala

Agenda ledenvergadering
met kandidatenlijst

Haikoes uit de regio

en nog veel meer...





Buenaventura Villas

Ctra. Moraira – Calpe, 27
Edificio "Vistalmar"
03724 Moraira – Teulada

Tel./Fax: 96 649 03 85

info@buenaventuravillas.com
www.buenaventuravillas.com

Uw Nederlandse makelaar met meer dan
25 jaar ervaring in Spaans onroerend goed

OP TOP LOCATIE!!!

Riant appartement van 175 m2 op eerste
lijn in "Edificio Vistalmar", gróte living, in-
bouw keuken, 4 terrassen, 3 ruime slaap-
kamers en 2 badkamers, parkeerplaats en
berging in garage .

Mooi uitzicht op zee, Senillar-park, en Ave-
nida de la Paz. "Value for Money"
REF. A311

PETER EN BOB CROUGHS



GIPE n° 2290



Ons kantoor is open van maandag t/m vrijdag van 9:30 – 13:30 uur, 's middags op afspraak.



SOLPARK TENIS

de tennis centrum van
DE LAGE LANDEN

15 % KORTING

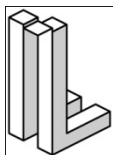
**VOOR ALLE RESERVERING IN HET HOTEL
VAN UW FAMILIE OF BEZOEKERS**



C/Lérida, 2 03724 MORAIRA Tfno: 965 740 947 - www.solparktennis.com

BAR - RESTAURANT - HOTEL - TENNIS - MINI GOLF

Foto voorpagina: Vijgenboom op Benimarco, gemaakt door Dolf Bergmans (zie ook pagina 41)



BESTUUR	6
COMMISSIES & CONTACTEN	7
WEEKKALENDER.....	9
MAANDKALENDER EN EVENEMENTEN IN 2010.....	11
VAN DE VOORZITTER	13
IN MEMORIAM: COR BARBIER.....	13
DANKBETUIGING.....	15
BERGSTAPPERS NAAR CANOR.....	17
GENIETEN VAN DE MUZIEKAVOND.....	19
HET KAASHOEKJE	21
BERGSTAPPERS IN NOVEMBER	23
FILMCYCLUS	23
WELKOM IN DE WERELD VAN DE MANDALA!	25
ALGEMENE LEDENVERGADERING	29
BOEKENVERKOOP	31
WIJNPROEFAVOND.....	31
KLASSIEKE MUZIEKAVOND 30 NOVEMBER 20.00 UUR.....	33
DAGTOCHT VALENCIA	35
ZOMERZOTHEID.....	37
HAIKOE VANAF BENIMARCO	39
HAIKOES VANAF CANOR	41
DE MEDITERRANE TUIN	43
VRAAG EN AANBOD.....	44
JASON GAST OVER: DUIZELIGHEID	45
BELANGRIJKE ADRESSEN EN TELEFOONNUMMERS	46
KERKDIENSTEN.....	46



De Medische diensten aangeboden door IMED TEULADA:

• **Eerste Hulp**

365 dagen per jaar (geopend 12 uur per dag: 8.00-20.00 uur)

• **Medische Specialiteiten**

- Cardiologie
- Algemene Chirurgie
- Dermatologie
- Gastroenterologie
- Gynecologie en Verloskunde
- Inwendige Geneeskunde
- Neurologie
- Pediatrie
- Traumatologie
- Urologie

• **Afdeling Radiologie:**

- Open Magnetische Resonantie (0,35T)
- Computer Scintigrafie
- Digitale Mammografie
- Multifunctionele Echografie
- Zaal Digitale Radiologie
- PACS-RIS systeem, beeld van de laatste generatie

• **Laboratorium klinische analyse**

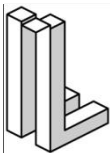
• **Fysiotherapie en revalidatie**

• **Ziekenwagen (24uur)**

• **Parking**

- Wij werken met alle buitenlandse verzekeringsmaatschappijen
- We behandelen alle soorten ongevallen op het werk
- Wij werken met de meeste spaanse verzekeringen

We zorgen voor U



NEDERLANDS-VLAAMSE ONTSPANNINGSCLUB 'DE LAGE LANDEN'

**NIEUWSBRIEF
NOVEMBER 2010**

Correspondentieadres:

NVOC 'De Lage Landen'
Buzón T 733
03724 Moraira-Teulada
Spanje

Bezoekadres:

Residencia Arnesol
Calle Cigüeña 10
Moraira-Teulada
Tel. 965 745 206

Routebeschrijving:

Net zoals er vele wegen naar Rome leiden, zijn er bijna evenzoveel manieren om ons clubgebouw te bereiken. Voor hen die nog niet vertrouwd zijn met het rijk gevarieerde stratenplan van Moraira is het verreweg het handigst om de volgende route te volgen:

U begint in het dorp bij de rotonde die het dichtst bij het benzinstation ligt. Volg van hier uit de borden richting 'El Portet'. Volg deze weg, bovenlangs de jachthaven, tot u na een ruime kilometer aan uw rechterhand een bordje 'Farmacie' ziet. Hier gaat u linksaf de 'Camino de la Viuda' op en volgt deze weg tot u wederom na een ruime kilometer het bord met 'NVOC Arnesol' ziet. Hier gaat u rechtsaf de 'Calle Cigüeña' in en ziet u het clubgebouw rechts van u beneden de weg liggen. Houdt u tijdens het parkeren rekening met het vrijhouden van de uitritten van buurtbewoners?

Internet: <http://www.nvoc-delagelanden.com>

E-mail: info@nvoc-delagelanden.com

Lidmaatschap: Aspirant leden kunnen zich aanmelden bij de gastvrouwen of de penningmeester.

Contributie: De contributie voor 2010 is vastgesteld op € 75,00 per persoon.

Bankrekening: IBAN ES 32 2090 0464 96 0200029771 BIC: CAAMES2A

Colofon: Deze nieuwsbrief verschijnt 9x per jaar en ligt steeds voor u klaar in de bar van ons clubgebouw. Vanaf januari 2006 zijn alle nieuwsbrieven digitaal gearchiveerd op onze website en kunnen daar onbeperkt worden geraadpleegd.

Redactie: Dolf Bergmans (drbspain1@telefonica.net)

Lay-out: Arie Grootenboer (arie.grootenboer@gmail.com)

Advertenties: Dolf Bergmans

Kopij: Uiterste inleverdatum volgende nummer: **28 november 2010**

E-mail: redactie@nvoc-delagelanden.com

Drukker: MarySan - Teulada

Voorzitter

Roel de Jong

966 499 382

658 028 015

roelenpauline@hotmail.com

biljarten
externe zaken
kkk

Secretaris

Vacant

**Penningmeester
& vice-voorzitter**

Thom Karremans

965 747 093

thomkarremans@hotmail.com

accommodatie
klaverjassen

Bestuurslid

Louk Clavan

966 494 182

626 708 200

loucaloco@hotmail.com

evenementen
publicatiebord
schilderen

Bestuurslid

Monique Croughs

699 985 116

moniquecroughs@gmail.com

leestafel/bibliotheek
evenementen
Spaanse les
externe zaken

Bestuurslid

Cora Dekkers

965 974 941

nicorateulada@gmail.com

bridge
bergwandelen
tuinclubs
ziekencontact

Bestuurslid

Ria de Jong

677 729 509

chrdejong@gmail.com

horeca
jeu de boules
tennis
zangkoor Alegría

Bestuurslid

Marianne Willeboordse

606 421 111

mariannevilleboordse@hotmail.com

evenementen
fietsclub
naald en draad

Testamenten maken in Spanje
Begeleiding "Afwikkeling Nalatenschappen"
Juridische bijstand bij aan- en verkoop
onroerend goed



S E R V I T U R S . L .
Ed J. Richelle Angemeer

Bezoekadres:
Edificio SERVITUR
Urb. El Planet 7
Ctra. de Finestrat (CV758)
03502 BENIDORM

Correspondentie-adres:
Apartado de Correos 216
03508 BENIDORM
(Alicante)
España

E-mail: servitur@servitur.es
Internet: www.servitur.es
Telefoon: (+34) 965 850 891
Telefax: (+34) 965 866 988

COMMISSIES & CONTACTEN

Accommodatie:	Peter Croughs Roel de Jong Thom Karremans	966 490 385 966 499 382 965 747 093
Bergwandelen:	Frans en Mary van de Steenoven	966 491 459 620 363 580
Bibliotheek:	Beatrijs Bachman	667 441 720
Biljarten:	Theo Oudendijk Stef Wets	965 745 628 659 813 701
Bridge:	Ron van den Brakel Joany en Coos Hübscher	965 747 322 659 674 974
Computerlessen:	Mohan Mehta	joanyhubscher@hotmail.com 965 745 054 mohan.mehta@gmail.com
Evenementen:	Louk Clavan Monique Croughs Cora Dekkers Jacqueline Hulleman Marianne Willeboordse Annette Wijnen	966 494 182 699 985 116 965 974 941 965 748 156 606 421 111 965 973 546
Externe zaken:	Dolf Bergmans Roel de Jong	965 748 579 966 499 382
Fietsclub:	Nico Huikeshoven	966 495 579 & 629 982 551
Fotokopiëren:	Elly Huikeshoven	
Gastvrouwen:	Zus van der Have Marijke Zaar	966 497 580 965 744 733
Horeca:	Monique Croughs Ria de Jong	699 985 116 966 236 986 & 677 729 509
Jeu de Boules:	Rietje de Knegt Frank de Swert	966 491 232 966 490 199
Keramik	Lenie Heefer	965 748 321
Keuken:	Kok Kroef	
Klaverjassen:	Vacant	
Koffie-Kletsen-Kuieren	Chris Halleman Annús-Adriaansens-Witkamp	965 973 454 966 490 832
Leestafel:	Beatrijs Bachman	667 441 720
Naald en draad:	Coby Hilgeman	965 748 459
Publicatiebord:	Louk Clavan	966 494 182
Redactie / advertenties & lay-out nieuwsbrief:	Dolf Bergmans Arie Grootenboer	965 748 579 659 573 879
Schilderen:	Louk Clavan Anna Kerkhoven	966 494 182 966 491 834
Spaanse les:	Trudi van Dorp	965 973 199 & 639 361 999
Technische zaken:	Dolf Bergmans	965 748 579
Tennis:	Theo Tappen (voorzitter) Wim Witteveen (vice voorz.) Domy Roël (administrateur)	691 126 570 966 197 261 & 669 454 373 966 491 237
Tuinclub I:	Gré Daenen	965 744 005
Webmaster:	Arie Grootenboer	arie.grootenboer@gmail.com
Zangkoor 'Alegría'	Marijke Herben Adinda Venekamp	678 172 119 965 745 528
Ziekencontact via:	Beatrijs Bachman	667 441 720



Schoonheidssalon, Kapsalon, Mode en Accessoires

Vraag naar onze aanbiedingen!

Plaza de la Constitucion, 1
TEULADA (tegenover de CAM bank)

Telefoon 965 740 296

Geopend van maandag t/m vrijdag van 10:00 - 14:00

BOB CATS

CORREDURIA DE SEGUROS SL



Verzekeringen

Als enige in Spanje "de europeesche reisverzekeringen" voor residenten in Spanje.
Woonhuis + inboedelverzekeringen inclusief uitgebreide aansprakelijkheidsverzekering.
Autoverzekeringen, ook voor nederlands gekentekende auto's die permanent in Spanje verblijven.
Fiscaal vriendelijke oplossing voor bestaande Nederlandse koopsommen en lijfrenten.

Hypotheken

Oversluiten van uw Spaanse hypotheek mogelijk.
Aflossingsvrije hypotheken via Nederlandse banken met rentevaste periode tot 15 jaar.
Indien er ook nog onroerend goed in Ned. is, is volledige financiering inclusief kosten mogelijk.
De leeftijd van de aanvrager is niet belangrijk, ook al bent u 90 jaar!!!

BOB CATS VERZEKERINGEN DEGELIJK, BETROUWBAAR EN DESKUNDIG

Bob Cats Correduria de Seguros sl
Calle Sardinal 4 03590 Altea
Telefoon 965 843 861 Fax 965 841 818
E-mail b.catsseguros@ctv.es

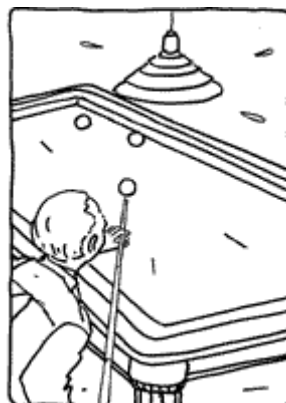
Stoof Assurantiën Breda bv
Stadionstraat 15 1815 NC Breda
Telefoon +31 765 213 771 Fax 765 200 991
E-mail kees.stoof@stoofass.nl

www.bob-cats.com

Maandag

Hele dag
 10:00 - 13:00
 12:00 - 14:00
 14:30 - 16:00
 16:15 - 17:30
 19:00 - 19:20
 19:30 - 23:00

Biljartclub
 Jeu de boules
 Zangkoor Alegría
 Spaanse les
 Dru yoga
 Inschrijven bridge
 Bridgedrive



Dinsdag

Hele dag
 10:00 - 12:00
 13:00 - 15:00
 14:30 - 16:30

Biljartclub
 Tennisclub Solpark
 Creatief met Bernadetta
 Kleding maken met Coby

Woensdag

Hele dag
 20:00

Biljartclub
 Klaverjassen



Donderdag

Hele dag
 10:00 - 13:00
 15:00
 16:00 - 20:00
 15:00 - 17:30

Biljartclub
 Teken en schilderen
 Jeu de boules
 Clubmiddag
 Bibliotheek en geldzaken

Vrijdag

Hele dag
 10:00 - 12:00

Biljartclub
 Tennisclub Solpark



**Uw Nederlandse
 makelaars in
 kwaliteits o.g.**

Henk en Marcel Otten

966497030 www.realis.es



Marike den Dulk

Avenida del Portet 42, Edificio El Forti,
Local I te Moraira
(tegenover de Peugeot garage).
Telefoon en fax: 966 490 347
E-mail: mail@marikedendulk.com

Voor al uw Spaanse problemen zoekt Marike een oplossing!

Bel Marike voor vrijblijvende verzekerings-offertes
tussen 9.30 en 13.30 uur.

Marike kan u ook begeleiden met o.a.:

auto import, auto overschrijving, notaris begeleiding bij aan en
verkoop van uw huis, testamenten, nalatenschappen,
mondeling-vertaalwerk, medische begeleiding bij specialisten.

Openingstijden: 9.30 tot 13.30 uur en (op afspraak) van 16.30
tot 18.30 uur van maandag tot vrijdag.

GEEN INTERNET? GEEN TELEFOON LIJN ? GEEN PROBLEEM !

BREEDBAND INTERNET VANAF 24,99€ PER MAAND

Voortaan verzorgen wij ook de internetverbinding in het clublokaal van de NVOC

	Pakket A	Pakket B	Pakket C
Snel Internet	●	●	●
NL / B nummer		●	●
Spaans 96 nummer		●	●
200 min gratis naar vast EU*		●	
1000 min gratis naar vast EU*			●
Prijs per maand	29,99€ 24,99€*	39,99€	49,99€

NL Support 7 dagen /week
Gratis en snelle installatie*
Flexibel pakket voor vakantiehuizen
Spaanse CMT licentie



Dekking van Gandia tot Murcia

96 583 22 78
www.telitec.com

Bart Stoffels
uw lokale agent

TELITEC

OKTOBER

31 oktober 10:30 uur KKK

NOVEMBER

4 november	16:00 uur	'Kaashoekje'	21
6 november	09:30 uur	Bergstappers	23
8 november	19:30 uur	Lustrum Bridgedrive	
9 november	20:30 uur	Filmvoorstelling: 'City of no Limits'	23
11 november	15:00 uur	Algemene ledenvergadering met stampot	29
14 november	10-15 uur	Internationale manifestatie Moraira	
18 november	16:00 uur	Boekenverkoop en 'Kaashoekje'	31
21 november	09:30 uur	Bergstappers	23
23 november	20:00 uur	Wijnproefavond	31
28 november	10:30 uur	KKK	
30 november	20:00 uur	Klassieke muziekavond	33

DECEMBER

2 december	16:00 uur	Sinterklaas borrelmiddag met tapas	
4 december	09:30 uur	Bergstappers	
7 december	08:00 uur	Dagtocht naar Valencia	35
19 december	09:30 uur	Bergstappers	

Wijzigingen voorbehouden. Houdt u het mededelingenbord, prikbord en - indien van toepassing - onze website in de gaten voor nadere details, wijzigingen en eventuele overige activiteiten! Deelname aan onze clubactiviteiten is geheel voor eigen risico.



 Clinica Benissa

Avda. País Valencià 19, Benissa
 Tel.: 965733157
www.clinicabenissa.com

cuidamos de ti

Uw moderne gezondheidscentrum met de nadruk op zorg



Verhuizen naar of vanuit Spanje?

Kuiper verzorgt meerdere malen per week kleine en grote verhuizingen naar en vanuit Spanje. Met opslagmogelijkheden in Nederland of Spanje. Tevens frequent naar andere Europese en Overzee bestemmingen. Bel voor een vrijblijvende offerte gratis in Spanje 0900-993 131 of bel direct Kuiper Calpe, Rob Meisl, Tel/fax 96 583 0353 / 3575 of 629 691 847.



Kuiper
DE INTERNATIONALE VERHUIZER

Van Houten Industriepark 12
Postbus 348, 1380 AH Weesp
Tel. +31 (0)294 418080
Fax +31 (0)294 418157
Email info@kuiperbv.nl
Internet www.kuiperbv.nl



ERKENDE
VERHUIZERS

*U pakt uw koffertje...
wij de rest!*



Thuiszorg - Wijkverpleging - Thuiszorgwinkel Joannes de Deo

ZEKER VAN ZORG AAN DE COSTA BLANCA

Wat kunnen wij u bieden?

- Huishoudelijke zorg
- Verhuur en verkoop van hulpmiddelen
- Verkoop comfort schoenen (Aeropedico en Romus)
- Maatschappelijk werk (rouwverwerking, ondersteuning bij omgaan ziekte, relatieproblemen, etc.)
- Begeleiding (hulp bij invullen formulieren, aanvragen van AWBZ-vergoeding, bemiddeling, etc.)
- Gespecialiseerde zorg (stoma-diabetes-wondverzorging)
- Palliatieve zorg (terminale zorg, afstemming zorg op wens patiënt ten aanzien van kwaliteit van leven, nachtwake)
- Hulp bij plaatsing in een verpleeghuis en na opname begeleiding in het verpleeghuis (activiteitenbegeleiding)
- Organiseren van uitstapjes voor zorgontvangers en verpleeghuispatiënten

Wij werken van Denia e.o. t/m Alicante e.o., voor zowel residenten als voor overwinteraars of vakantiegegers. Anbz-gerechtigden (ook vakantiegegers) betalen alleen de wettelijke eigen bijdrage. Voor wie geen verzekering heeft geldt een uurtarief (op aanvraag).

Teulada, Plaza de la Constitucion, 1-bajo
telefoon: 966487001 & 965741120 - fax: 965741528
e-mail: info@joannesdedeo.nl - website: www.joannesdedeo.nl
Buiten kantooruren: 630207976

Winkel en kantoor geopend maandag t/m vrijdag 10:00 - 14:00 uur

VAN DE VOORZITTER

In het oktobernummer van de nieuwsbrief schreef ik al dat wij bevoorrechte mensen zijn. Als ik kijk naar het weer in Nederland en wat wij hier hebben! Erg blij ben ik met de activiteiten van vele leden, die alles in het werk stellen om tot een nieuwe bestuursamenstelling te komen.

De namen van de aspirant bestuursleden vindt u in de agenda van de ledenvergadering d.d. 11 november op pagina 29 van deze nieuwsbrief. U ziet daarin dat het overgrote deel bestaat uit dames en daar is helemaal niets mis mee, integendeel wij nemen daarmee in Europa het voortouw en doen beter dan de meeste politieke partijen. Het gaat er immers om dat we goede bestuurders krijgen en als ik het lijstje met de kandidaat-bestuursleden bekijk, dan krijgt de NVOC een sterke ploeg met heel wat bestuurlijke ervaring aan het roer.

Na 2 jaar in het bestuur als voorzitter te hebben gefunctioneerd ga ik de hamer overdragen en is dit dus mijn laatste artikeltje als voorzitter. Ook vanaf deze plaats wil ik mijn medebestuurders hartelijk dank zeggen voor hun inzet in deze periode en tevens voor de fijne samenwerking. Het nieuwe bestuur wens ik toe dat zij onderling op eenzelfde prettige wijze de belangen van onze club zullen kunnen behartigen. Onze leden roep ik op hen daarbij te steunen. U dient zich te realiseren dat zij hun krachten aanwenden voor u en zich belangeloos inzetten!

Met vriendelijke groet,

Roel de Jong

IN MEMORIAM: COR BARBIER

Op 1 oktober 2010 overleed Cor Barbier op 75-jarige leeftijd. Op 5 oktober 2010 vond onder grote belangstelling een afscheidsbijeenkomst plaats in het crematorium van Javéa, waar Cor in verschillende toespraken door respectievelijk zijn kinderen, Piet Luyken en Roel de Jong, werd herdacht. Na afloop van de crematie volgde een samenzijn in 'Arnesol'. Tijdens de afscheidsbijeenkomst sprak Roel de Jong de volgende woorden namens de leden van onze club:

"Lieve Gerda, kinderen en kleinkinderen.

Dit is een dag waarvan je zou hopen dat hij nooit zou komen. Dit is wat een van de kinderen van Cor en Gerda tegen Pauline en mij zei, tijdens ons condoleance bezoek, afgelopen zaterdag. Maar helaas, zo zit het leven niet in elkaar en zijn we hier om afscheid te nemen van Cor Barbier.

In de eerste plaats wil ik jullie allemaal, namens de leden van de NVOC 'De Lage Landen', condoleren met dit verlies. Maar daarnaast wil ik jullie ook feliciteren, en dat klinkt bijzonder op een moment als dit! Ik wil jullie namelijk feliciteren met het geluk dat jullie samen dit verdriet zo liefdevol en saamhorig ondergaan en zoveel steun aan elkaar hebben!

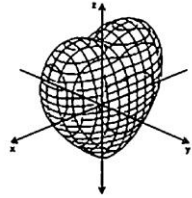
Hartproblemen aan de Costa Blanca? Tel: 679 928 383

Kies voor moderne cardiologie en optimale begeleiding in en buiten het ziekenhuis in uw eigen taal. Gratis telefonisch spreekuur ma-vrij van 8:45-9:15 uur.

Dr. E.W. van den Toren

Collegiado 03-0308851

(Opgeleid in de USA, gepromoveerd in Groningen)



Biedt aan:

- snelle diagnostiek, meestal in 1 bezoek, met hoogwaardige apparatuur
- geen wachtlijst
- samenwerking met de beste hartteams
- samenwerking met uw cardioloog thuis
- service voor 'second opinion'
- service 'behandeling op de rails' (snelle diagnostiek en behandelplan ter vermijding van lange wachtlijsten en taalproblemen)
- preventie polikliniek: 'APK' voor uw hart
- lagere kosten dan in het ziekenhuis bij dezelfde onderzoeken

Carretera Moraira-Calpe 7, Edificio Norte 1B (naast BBVA bank)

Apollonia Dijksman

Tel: 965 745 817

Centrum voor fysiotherapie en intensieve revalidatie in Moraira

Collegiado Nr 7889

Fysiotherapeute

Aandachtspunten van deze praktijk:

- persoonlijke en gerichte benadering van uw klachten na gedegen diagnostiek
- resultaatgerichte behandeling (niet eindeloos doorbehandelen)
- goed contact met (verwijzende) huisartsen en specialisten
- kennis die up-to-date is, om een optimale behandeling te kunnen waarborgen

Naast de bekende voor fysiotherapie in aanmerking komende klachten, wordt in deze praktijk verder aangeboden behandeling voor:

- ademhalings problematiek
- neurologische verschijnselen (bijvoorbeeld na hersenbloeding)
- duizeligheidsklachten
- intensieve postoperatieve nabehandeling / revalidatie

Carretera Moraira-Calpe 7, Edificio Norte 1B (naast BBVA bank)

Over het leven van Cor en Gerda, voor zij naar Spanje verhuisden, is of zal ongetwijfeld het nodige worden gezegd. Zelf weet ik dat Cor, naast zijn agrarisch bedrijf, een grote hobby had, te weten lucht fotografie, wat hij ondermeer deed ten behoeve van het blad 'De Boerderij'. Dit blad kende ik goed doordat ik op mijn bankkantoor daar een abonnement op had en mij de foto's niet onbekend waren. Gedurende een van onze bezoeken, tijdens de ziekte van Cor, hebben we samen met veel plezier naar de foto's gekeken.

Gerda en Cor hebben zich, net als wij, ongeveer 10 jaar geleden permanent in Spanje gevestigd en zijn actieve leden van onze club geworden. Gerda is jarenlang bestuurslid geweest en wist op voortreffelijke wijze reisjes te organiseren. Cor steunde haar op alle mogelijke manieren. Met veel plezier denk ik terug aan de momenten dat we als kokshulpjes, onder leiding van Piet Luyken, in de keuken aan het werk waren om lekkere maaltijden voor onze leden te bereiden. Actief nam hij ook deel aan het jeu de boules en was niet te beroerd om na afloop daarvan achter de bar te gaan staan om een kop koffie, of ander drankje in te schenken.

Lieve Gerda, je kinderen en kleinkinderen vertrekken straks weer naar Nederland en moeten hun leven weer oppakken. Jij blijft hier achter, maar niet alleen! Onze club wil er niet alleen zijn voor de plezierige dagen in het leven maar ook voor de tijden dat het minder goed gaat want we dienen zorg voor elkaar te hebben.

Ik wil mijn toespraak besluiten met enkele woorden, met als onderwerp herinnering:

Als dit het einde is en verder niets, dan is er leegte, gemis, verdriet en tranen om wat eens was en niet meer is. Maar, er is meer dan lijf en leden, veel meer wat een mens bezielt. Ik denk daarbij aan alle gaven van zijn hart, zijn goedheid, de sterkte van zijn woord en zijn hartelijk gebaar. Dat alles leeft voort in die hem kenden, die van hem hielden en blijven houden, omdat zijn geest nooit, nooit vergaat!

De redactie

DANKBETUIGING

Hiermee wil ik graag, mede namens mijn kinderen en alle andere familieleden, vrienden en kennissen bedanken voor de geweldige belangstelling in verband met het overlijden van Cor. De enorme opkomst bij zijn crematie en de vele persoonlijke gesprekjes, telefoontjes en bezoeken waren een grote steun voor ons.

Gerda Barbier

Bij Alex parkeert u veilig. En nu ook tijdelijk gratis.



Alex heeft een zonnige aanbieding dit voorjaar: als u nú gaat beleggen betaalt u de rest van 2010 geen bewaarloon. Daarmee boekt u meteen al de eerste winst!

Deze actie loopt van **23 april tot 1 juli** en geldt voor nieuwe én bestaande klanten, op onze site vindt u meer informatie.

En behalve dat u dit jaar geen bewaarloon betaalt, staat uw geld bij Alex ook veilig. In tegenstelling tot andere banken heeft Alex nooit belegd in risicovolle producten en heeft dus ook geen schulden. Bovendien kunt u bij ons rekenen op persoonlijke begeleiding. Het team van Alex Spanje neemt graag de tijd om samen met u uw portefeuille door te nemen, uw strategie te bepalen en al uw vragen te beantwoorden.

Wilt u ook voordelig en veilig beleggen? Open dan online een rekening of neem contact met ons op voor meer informatie.

Meer informatie over Alex:

www.alexspanje.com, info@alexspanje.com of bel +34 952 924 011

AlexVermogensbank is een handelsnaam van BinckBank N.V. - Vergunninghouder DNB - Geregistreerd bij de Autoriteit Financiële Markten - K.v.K. Amsterdam 33162223

BERGSTAPPERS NAAR CANOR

Ongeveer 25 sportieve stappers verzamelden zich op 2 oktober om 9:30 uur bij Pan Pan y Jamón Jamón. Zelf had ik als nieuweling net op tijd deze plaats gevonden voor de groep vertrok naar het startpunt. Ik had me al neergelegd dat deze wandeling voor mij niet door zou gaan. Dan had ik wel het volgende gemist...

Er werd in een rustig tempo gelopen en er was alle ruimte om te genieten van het uitzicht. Na een uur gingen we rusten om wat te eten en te drinken. Ieder deed één euro, in de pot, als bijdrage. Het weer was gewoon lekker om te lopen. De terugweg voer over hetzelfde paadje, smal, kronkelig, vol met stenen en stekelige planten. De herfstschroeforchidee werd bewonderd. Het is ongeveer herfst, de plant heeft een duidelijke schroefvorm, dus een naam die zijn eer aandoet.



Na de wandeling ging de helft van de groep naar een zeer geschikte picknickplaats. Schaduw, tafels, toiletten aanwezig, kortom een plaats om lekker uitgebreid te lunchen. Ieder had van thuis wat meegenomen o.a. kirsch, zalmzalade, haring, brood, balletjes gehakt, tomaten wijn, bier. De sfeer werd steeds beter en als hoogtepunt zongen Pieter een Engelse limerick en Harrie zijn moordballade. Tegen vieren werd deze geslaagde wandeling en picknick afgesloten.

Voor mij als nieuweling van deze club een ervaring die ik niet graag gemist zou willen hebben. Ieder, die zich hebben ingezet voor deze happening als voorbereiding o.a. Mary en Frans zeg ik: het was gewoon een geslaagde en goed voorbereide dag.

Gerard van Keulen

Clínica Moraira



Dra. Maria Alfaro (huisarts)
Dr. Walter van Harmelen (gynaecologie)
Els van Houwelingen (PELVISAN)

ALGEMENE GENEESKUNDE
BLOEDONDERZOEK
KLEINE POLIKLINISCHE BEHANDELINGEN
ELEKTROCARDIOGRAM

ESPAÑOL

ENGLISH

DEUTSCH

NEDERLANDS

FRANÇAIS



Ctra. Moraira-Teulada, 42 – 03724 Moraira
Tel.: 966 490 707
Tel. Urgencias (24 horas): 629 673 070
info@clinicamoraira.com

GENIETEN VAN DE MUZIEKAVOND

Er zijn dagen, avonden waarop je denkt een bijzondere ervaring te beleven. Voor mij was dat de muziekavond op 12 oktober in het clubgebouw van de NVOC. Erik Hulleman had er weer iets prachtigs van gemaakt:

Het vioolconcert van Bruch, gespeeld door het Berliner Philharmoniker in de zaal van het Tchaikowski Conservatorium Moskou met als solist Vadim Repin en dirigent Simon Rattle. Een indrukwekkend muziekstuk, waar Erik, alvorens het werd uitgevoerd, op bijzondere wijze de specifieke omstandigheden van de componist sympathiek wist te omschrijven voor de meer dan 35 belangstellenden.

Het tweede deel van de muziekavond was het 3e Brandenburger Concert van Bach

waarbij het eerste deel gespeeld werd door het Freiburger Barokorkest, wat toch altijd een bijzonder klank en sfeer oproept, het 2e deel werd omlijst door het 'Groosland Ballet' van het Nationaal Ballet en was erg humoristisch om te zien. Het zet de muziek ook in een bijzonder kader, je kunt je veel meer inleven in



de muziek als er beelden bij worden getoond, zoals bijvoorbeeld van het ballet tijdens het Nieuwjaarsconcert te Wenen.

Het derde en absoluut mooiste deel van de avond was de 'Messe Solenelle' van Berlioz. De dirigent was John Eliot Gardiner, Orkest Orchestre Revolutionnaire et Romantique. Het koor: het Montoverdi Choir. Erik vertelde zijn toehoorders dat Berlioz nog maar 20 jaar oud was, eigenwijs en extravagant en dat ook in bepaalde delen van zijn muziek uit liet komen. Hij was zelf (Berlioz) niet echt tevreden met zijn compositie, maar... ik en anderen met mij zaten te stuiten op onze stoel. de verschillende delen van de Messe werden zo uitbundig en groots opgevoerd, dat de aanwezigen, stil, maar toch meegesleept deze muziek over zich heen lieten komen!

Wat is het toch fantastisch dat wij in het knusse Moraira voor 50 cent een werelduitvoering aan muziek kunnen meebeleven. Jacqueline Hulleman verwenne de muzikliefhebbers ook nog met een aantal heerlijke hapjes. Het weer was afgrijselijk, maar alleszins de moeite waard om de deur uit te gaan.

Bedankt NVOC, bedankt Jacqueline en Erik!

Marijke Herben

TAPindo



COMIDA INDONESIA PARA LLEVAR - INDONESIAN TAKE-AWAY

Van RAMES tot RIJSTTAFEL

complete
Maaltijden vanaf

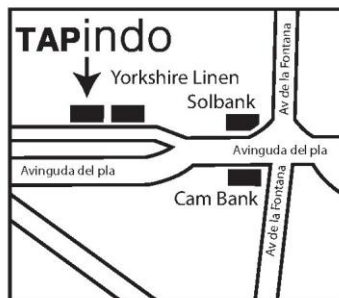
€ 5.95

Nu af te halen in Jávea

Vind ons aan de Ctra Cabo la Nao
naast Yorkshire Linnen

Ma t/m Za 11:00 - 22:00

Zo 12:00 - 20:00



www.tapindo.com

HET KAASHOEKJE

Vanaf **donderdag 4 november** a.s. zal er in onze club elke 14 dagen gelegenheid zijn om Hollandse kaas te kopen bij 'Het Kaashoekje' uit L'Alfáz del Pi. De kaasboer stelt zich hieronder verder zelf even voor:

Mijn naam is Gerard en samen met mijn vrouw Marianne staan wij in de 'Supermercado Costa Blanca' aan de Cami de La Mar 30 te L'Alfáz del Pi. Wij zijn 3 jaar geleden naar Spanje gekomen om het eigenlijk een beetje rustiger aan te doen. Maar dit waren wij snel zat, zodat de draad van ons werk, hetgeen wij in Nederland deden, weer werd opgepakt.

De werkzaamheden die wij hier uitvoeren zullen sommigen van u bekend zijn (wij hebben diverse klanten uit Moraira), want wij verkopen nationale en internationale kaas. Dit onder de naam 'Het Kaashoekje'. Onze slogan is dan ook: 'Voor de lekkerste Noord-Hollandse en Beemster kaas gaat u naar Het Kaashoekje'. Daarnaast hebben wij uitsluitend op bestelling en rekening houdende met de levertijd ook buitenlandse kaas. Verder hebben wij ±60 soorten kaas, variërend van volvette en een aantal magere kazen. Onze boerenkazen komen uit Stolwijk, het voor u bekende 'Groene Hart'. Daarnaast zijn er ook een aantal kruidenkazen.



Om te kijken of er voldoende belangstelling bestaat zal ik met ingang van 4 november (in overleg met het bestuur), de komende maanden om de 14 dagen, op de donderdagmiddag van 16:00 uur tot ± 18:30 uur met mijn producten naar de NOVC komen om een stukje kaas aan u te verkopen, zodat u een ritje kunt uitsparen naar L'Alfáz Del Pi.

Indien er interesse bestaat voor speciale kazen, kunt u dit altijd kenbaar maken via mijn e-mailadres. Mocht u vragen hebben omtrent andere producten, schroom niet te mailen of bel mij.

Met vriendelijke groeten en tot ziens bij u op de club,

'Het Kaashoekje'
Marianne en Gerard
Supermercado Costa Blanca
Cami de La Mar 30
03580 L'Alfáz del Pi
Alicante, España
Mobiel: 690 786 963
E-Mail: info@kaashoekje.es





24 uur 649 795 640

zorggroep spanje s.l.

Postadres: Zorggroep spanje
 Apdo. de correos 112
 03724 Moraira

Bezoekadres: Prolong. Dr Calatayud 12
 03724 Moraira

Tel./fax: 966 491 641

E-mail: info@zorggroepspanse.com

Website: www.zorggroepspanse.com

Kantoortijden: 9.30 tot 14.00 en van 16.00 tot 1800 uur

BERGSTAPPERS IN NOVEMBER

Zaterdag 6 november wandelen we in Javea. Aan het einde van de haven gaat het even bergop, dat is een kleine klim van nog geen 10 minuten en daarna een pad, dat ons uiteindelijk bij de vuurtoren brengt. We hebben de keuze om dezelfde route terug te gaan ofwel langs de 'Molens'; dat zien we wel ter plekke, beiden prima! Het is een wandeling - met mooie uitzichten - van ongeveer maximaal 2 uurtjes. Daarna lunchen we op de boulevard van het 'Arenal'-strand in Javea, indien u daar bij wilt zijn dient u zich bijtijds op te geven.

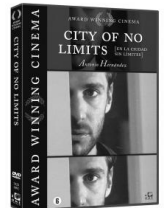
Zondag 21 november willen we naar Finestrat, daar heb je een mooi 'stiltegebied'. Het is een prachtige wandeling van 3½ tot 4 uur, er zit een beklimming in en daarna lopen we door een mooi stuk bosperceel. Het is een heel afwisselende wandeling met spectaculaire uitzichten, zeker de moeite waard voor diegenen die hem nog nooit wandelden.

Voor beiden wandelingen dient u zich op te geven bij Loek of Frans (respectievelijk 965748187 of 966491459). Als altijd verzamelen bij Pán Pán y Jamón Jamón om 9:30 uur. Wij hopen u voor een van deze wandelingen, of misschien wel voor beide te kunnen 'strikken'.

De bergstappers

FILMCYCLUS

Op **9 november** zetten we de filmcyclus van dit seizoen voort met de Spaanse film 'City of no Limits' (En la Ciudad sin Límites) uit 2002 van de regisseur Antonio Hernández. In de hoofdrollen ziet u o.a. Leonardo Sbaraglia, Fernán Fernando Gómez, Geraldine Chaplin en Ana Fernández. De aanvang is om 20:30 uur en de film duurt 113 minuten. Er is een pauze en introducés zijn van harte welkom.



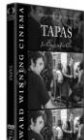
De stervende Max (Fernando Fernán Gómez) gedraagt zich vreemd. Zijn afstandelijke vrouw (Geraldine Chaplin) en drie zonen wachten op zijn naderende einde, maar de doodsbange Max probeert steeds weer uit het ziekenhuis te vluchten. Terwijl de rest van de familie zich vooral bezighoudt met de erfenis wil zijn jongste zoon Victor (Leonardo Sbaraglia) weten wat zich afspeelt in het hoofd van zijn vader. Waarvoor is hij zo bang? Victor gaat op onderzoek uit en ontdekt dat achter de verwardheid van zijn vader een vreselijk familiegeheim schuilgaat...

De filmcyclus ziet er in 2011 als volgt uit:

13 januari



8 februari



8 maart



12 april





Computersupport

Marysan is gespecialiseerd het oplossen van al uw computer problemen. Wordt uw computer traag? Werkt uw internet niet? Heeft u een virus? Heeft u een computer in Spanje gekocht maar zou u Windows graag in het Nederlands hebben? Ook kunnen wij uw huurders helpen met hun computer- en internet problemen.

Wij kunnen u helpen met onder andere:

- Windows support (XP, Vista, Windows 7)
- Omzetten van de taal van uw Windows 7/Vista naar Nederlands / Engels / Duits / Spaans
- Aanvraag, installatie en support m.b.t. internet aansluitingen
- Aanschaf en installatie van randapparatuur en onderdelen
- Reparatie van computers



(+34) 96 574 0330

(+31) 85 785 8591

Kijk op onze website
voor al onze diensten
en tarieven of bel!

I: www.marysan.com

E: info@marysan.com

MOFIN

MOBIEL FYSIOTHERAPIE INTERNATIONAL

Roberto (Pepe) Groothuis

Fysiotherapeut
Manueel therapeut
Sportmedisch adviseur

Bel voor een behandeling aan huis: 618 607 858
of in Clinica Perlamar in Calpe: 965 838 754

Spaans gecertificeerd
E-mail: mofin1@hotmail.com
Internet: www.mofin1.turincon.com

WELKOM IN DE WERELD VAN DE MANDALA!

Begin dit jaar is tijdens mijn aanwezigheid op de schildersclub het idee ontstaan een aantal schilderijen te exposeren in de ruimte die daarvoor beschikbaar is. Een aantal mensen hadden met deze Mandala's al eens kennis gemaakt op een uitnodiging van mij eens langs te komen bij mij thuis om ze te bezichtigen, wat overigens een hele gezellige ochtend was.

Als kind was ik al zeer geboeid door kleuren en weet nog dat ik op de kleuterschool de mooiste mozaïekfiguren kon maken met de daarvoor geschikte houten vormen. En gekleurde potloden spraken zeer tot mijn verbeelding. Deze tendens heeft zich later voortgezet en uiteindelijk zijn er, tevens door het volgen van een aantal cursussen, deze Mandala's ontstaan.



De cirkel, of de Mandala, behoort tot een van de eerste scheppingsvormen der aarde: Het is de oervorm van alles. Het woord 'Mandala' stamt uit het Sanskriet, een oud Indische taal, en betekent 'magische cirkel' of 'wiel'.



De meest bekende Mandala's zijn de Tibetaanse. Ze werden gemaakt van gekleurd zand. Ze kunnen oeroude symbolen bevatten. Elke vorm, teken of kleur heeft een specifieke betekenis.

Een Mandala heeft een midden, een kern of bron, en vandaar uit begin je te kleuren. De cirkel geeft de begrenzing aan. Met behulp van een passer en liniaal

NEDERLANDSE TANDARTSEN



EURO CLINICA DENTAL

TEL. 96 649 5006

9.00-17.00 uur



Dr. B.A.A. Kesselring

Eigen Mondhygienist

Ctra. Benitachell - Moraira, 22
In Clinica Assistel

MEDISCH PEDICURE

komt aan huis voor behandeling van likdoorns, ingegroeide nagels, eelt, etc.

Inclusief voetmassage en eventueel speciale voetverzorging voor diabetici.

Bel voor een afspraak met Mary Leason op 626 967 367.

GLADYS *SCHOONHEIDS-SALON*

*Gezichts- en Lichaamsbehandeling - Manicure - Pedicure
Lymfendrainage - Sportmassage
Harsen - Wenkbrauwen en wimpers verven*

GLADYS

Carrer la Clotxina Nº 86

Tel. 96 649 7306 - Movil 610 987 614

Rest.

Tico

Tico

Calpe

Rest.

Tico

Tico

Calpe

Moraira

Rest.

Tico

Tico

Calpe

Moraira

Rest.

Tico

Tico

Calpe

Moraira

Rest.

Tico

Tico

Calpe

Moraira

Rest.

Tico

Tico

Calpe

Moraira

Rest.

Tico

Tico

Calpe

Moraira

Rest.

Tico

Tico

Calpe

Moraira

Rest.

Tico

Tico

Calpe

Moraira

Rest.

Tico

Tico

Calpe

Moraira

Rest.

Tico

Tico

Calpe

Moraira

Rest.

Tico

Tico

Calpe

Moraira

Rest.

Tico

Tico

Calpe

Moraira

Rest.

Tico

Tico

Calpe

Moraira

Rest.

Tico

Tico

Calpe

Moraira

Rest.

Tico

Tico

Calpe

Moraira

Rest.

Tico

Tico

Calpe

Moraira

Rest.

Tico

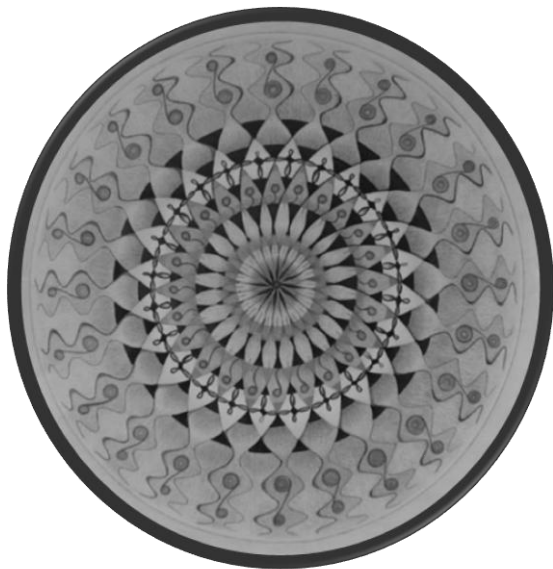
Tico

Calpe

Moraira

kun je prachtig harmonisch werken, waardoor er fraaie figuren kunnen ontstaan. Ritme en herhaling in het tekenen kunnen van groot belang zijn, deze structuur geeft rust en helderheid.

In de natuur komen veel Mandalavormen voor, bijvoorbeeld sneeuwkrystallen, jaarringen van bomen, slakkenhuizen, spinnenwebben, enz.



Ook in onze westerse cultuur vind je talloze Mandalafiguren terug. Veel steden werden oorspronkelijk in een cirkel gebouwd en ter verdediging omsloten door een muur of een gracht. Het centrum van Amsterdam met zijn grachtengordel is een voorbeeld van deze cirkelvormige bouw. Denk ook aan de roosvensters met het gebrandschilderde glas in met name Gotische en Romaanse kerken en kapellen. Mandala's komen over ter wereld voor.



Al spelenderwijs kom je tot een resultaat dat je iedere keer weer versteld doet staan. Ook kleuren werken genezend en helend. Niet voor niks wordt een Mandala ook wel 'heelbeeld' genoemd.

Getallen, kleuren en beelden kunnen in de Mandala een symbolische waarden hebben en iets van je eigen wezen uitdrukken. Al met al een boeiend spel en tevens een stimulans om je eigen creativiteit te ontdekken.

Mocht u het leuk vinden om nog eens te komen kijken, dan kunt u mij bellen op telefoonnummer 966 495 697.

Ik wens u veel kijkplezier toe.

Ankie Broeren

F&R

SEGUROS

Ferrer Rodríguez e Hijos, S.L.

 **AXA winterthur**

Uw eigendommen zijn bij ons verzekerd bij:
BRAND, INBRAAK, WATERSCHADE, GLASSCHADE ETC.
Tevens verzorgen wij uw WA-verzekering voor
personen en huisdieren
Rechtsbijstand- en Autoverzekering

Uw agentschap, een zaak van vertrouwen

KANTOOR IN BENISSA

C/. Nou 7

Tel. 965 731 995 en 965 730 785 – Fax 965 731 980

KANTOOR IN CALPE

C/. La Goleta 9, Edificio La Linea

Tel. 965 838 938 – Fax 965 832 859

Ma. t/m Vr. 09:30 – 13:30 uur en 16:30 – 20:00 uur



E-Bikes Holanda

Elektrische fietsen: eens geprobeerd wilt u nooit meer anders.

Door elektrische ondersteuning net dat extra zetje in de rug zodat u nu ook aan de Costa Blanca kunt genieten van comfortabel fietsen met Nederlandse kwaliteit.

• Nieuwste technologie

• Kleinste accu's

• Actieradius tot 120 km



• Nederlandse topmerken

• Comfort

• Beste kwaliteit

Laat de auto eens staan en ga sportief genieten!

Avda. Del Pla- Edificio Caribe, 10
Ctra Cabo de la Nao- Pla, 125 - 4
03730 Jávea - Xàbia (Alicante)

Open van dinsdag t/m zaterdag
van 09:30 - 13:30 uur
Of bel nu voor een afspraak!

info@ebikesholanda.com
www.ebikesholanda.com
(+34) 665 226 728

ALGEMENE LEDENVERGADERING

De vergadering vindt plaats op **11 november 2010**, aanvang 16:00 uur. Indien er niet voldoende leden aanwezig zouden zijn om rechtsgeldige besluiten te nemen, wordt een tweede vergadering gepland om 16:30 uur, waarbij geen minimum quorum is vereist.

Agenda:

1. Opening
2. Eventuele mededelingen
3. Notulen ledenvergadering 18 mei 2010
4. Ingekomen- en verzonden stukken
5. Begroting 2011
6. Bestuursverkiezing:

Aftredend- en niet herkiesbaar

- Louk Clavan
- Ria de Jong
- Roel de Jong
- Thom Karremans
- Marianne Willeboordse

Zittend en herkiesbaar

- Monique Croughs
- Cora Dekkers

Nieuwe kandidaten

- Anneke Blokland
- Joany Hübscher
- Chris Jacobs
- Anne-Lize Jaspers
- Paul van Leersum
- Liesbeth Nijman
- Wim Witteveen

Kandidaten kunnen zich tot aanvang van de vergadering melden bij het bestuur.

7. Presentatie nieuw bestuur
8. Rondvraag
9. Sluiting

Aansluitend op de vergadering kunt u genieten van een heerlijke stampotmaaltijd!

Het bestuur



**Dr. J.van Nikkelen Kuijper
en zijn assistentes zijn verhuisd**
Altea: Ctra. de Callosa 21, naast de optica
Moraira: Ctra. Moraira - Benitachell,
C.C: Los Pinos, naast Global Cars

TANDARTS

Altea la Vella 96 584 75 34

Moraira 96 574 33 30



**Costa Blanca
Party Service**
Catering & Verhuur

You meet us everywhere



Catering

- Koude en warme buffetten
- Salades en hors d'oeuvres
- Warme en koude bittergarnituren
- Carvery's en barbeque's
- Paella's op locatie bereid
- Speenvarken van de grill
- Indonesische buffetten
- Walking dinners of lunches

Wij kunnen ook zorgen voor al uw party benodigdheden en wensen, zoals: tafels, stoelen, borden, bestek, glazen, buffet- en keukenmaterialen, bar en toebehoren, partytenten, artiesten en muziek, maar ook de gehele organisatie van uw feest of speciale gelegenheid. Tevens verhuren wij onze professionele keuken in Benissa.

Wij hebben ook diverse nieuwe party locaties!

Tel 965 731 546 - mob. 689 237 235 - e-mail: mail@costablancaparty.com
of surf naar onze vernieuwde website: www.costablancaparty.com

BOEKENVERKOOP

Op donderdagmiddag **18 november** organiseert het bibliotheekteam in de grote van zaal Arnesol weer een grote boekenverkoop. Er is een keur aan gebruikte boeken beschikbaar voor zeer aantrekkelijke prijzen. Voor de kunstliefhebbers is er tevens een grote collectie kunstboeken in de aanbieding. De verkoop begint om 16:00 uur.



Het biebteam

WIJNPROEFAVOND

Weer nieuwe wijnen ontdekt? Gedacht: daar wil ik anderen ook van laten genieten? Ook dit jaar wordt er weer een wijnproefavond georganiseerd en wel op **dinsdag 23 november**. Met plezier neem ik het stokje van Louk over, al laat ik mij graag in raad en daad door hem bijstaan.

Hebt u een lekkere wijn ontdekt onder de prijs van 6 euro, breng hem dan onder de aandacht. Cava, wit, rosé, rood, alle soorten zijn welkom.

Onder voorbehoud laten we die avond een achttal wijnen proeven. Kleine tapas zullen uw smaakpapillen weer neutraliseren.

De promotors van een bepaalde wijn vragen we hun keuze te presenteren.



Mail voor 10 november de naam van de wijn en soort, met prijs en leverancier naar joep.wijnen@hetnet.nl. Telefonisch doorgeven kan ook: 669 376 361.

De proevers kunnen zich opgeven bij onze gastvrouwen. Na 30 gegadigden sluit de inschrijving! De prijs voor deze avond bedraagt € 8,50. Aanvangstijd 20:00 uur.

Joep Wijnen

Uw huis aan de Costa Blanca verhuren?

Neem contact op met Heidi Missinne.



100%
persoonlijke service & samenwerking
verfijnde klantvriendelijkheid

- Villa's
- Appartementen
- Finca's

Turinca Vacation

Tel: 966 480496 / 686 831 391

turinca.vacation@hotmail.com

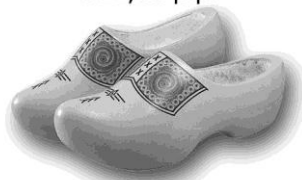


Daar gaan we weer!!!

maandag 29 en dinsdag 30 november

Stamppotten Buffet

€ 12,50 p.p.



*Aanvang 19:00 uur. Om teleurstelling te voorkomen,
vragen wij u tijdig een tafel te reserveren.*

Restaurant Chillers

Ps. del Senillar 17 - Moraira
(aan de grote parkeerplaats bij het strand)

Bert: 617 139 649

Mariska: 671 662 016



**CLÍNICA
OFTALMOLÓGICA**
Dr. Carlos Infantes

De toekomst probleemloos tegemoet zien

Dankzij onze up-to-date technologie kunnen we vele oogcondities herstellen.
We voeren de meeste oogcorrecties in onze eigen kliniek uit.
We besteden directe professionele aandacht aan U.

Laserbehandelingen voor myopie, hyperoepia, astigmatisme.
Operaties voor myopie (bijziendheid) en hyperoepia (verziendheid)
Cataract, Glaslichaam van het oog- netvlies, Diabetische oogziekte,
Glaucoom, Functionele en cosmetische ooglid-chirurgie

Wij verlenen U een individuele service
Na iedere ingreep, kunt U ons 24 uur per dag telefonisch bereiken.
Calle Arquitecto Urteaga, 22 JAVEA.
Tel. 96 579 1229. We spreken Spaans, Duits en Engels.

DEBUSSY - Fêtes

De avond wordt gestart met een kort werk van Claude Debussy (1862-1918): 'Fêtes'. Debussy was van arme, niet-muzikale komaf en was door een paar invloedrijke beschermers op het muzikale paard getild. Hij liet zich scheiden van zijn eerste vrouw die hem liefdevol en voorbeeldig had bijgestaan tijdens zijn moeilijke jaren, om te kunnen trouwen met een zangeres die hem in de mondaine kringen bracht. Volgens sommigen begonnen daarna zijn muzikaal beste jaren; volgens anderen was zijn muziek daarvoor beter. Misschien schuilt hierin méér een moreel waardeoordeel? Debussy schreef muziek zoals de impressionisten schilderden: hij roept een sfeer op die hij in muzikale kleuren weergeeft. In 'Fêtes' (overigens van vóór zijn scheiding!) is dat de sfeer van een Spaans feest, waarbij soms iets van Javaanse muziek herkenbaar is: niet zó verwonderlijk, want Debussy was hevig onder de indruk geraakt van de Spaanse en de Javaanse (gamelan) muziek die hij op de Parijse wereldtentoonstelling had gehoord. Pierre Boulez dirigeert de Berliner Philharmoniker bij dit werk.

GERSHWIN - An American in Paris

'What a beautiful noise (coming up from the street)' zong Neil Diamond in de 70'er jaren over de straat in New York. Vijftig jaar eerder liet Gershwin zich inspireren door het straatrumoer van Parijs. Die stad was in die tijd het walhalla van Amerikaanse kunstenaars, schrijvers en componisten, en óók Gershwin toog daarheen. In zijn 'An American in Paris' hoort u hoe hij die obsederende metropool onderging, en wel met de typisch Amerikaanse instelling: zó veel te zien, zó veel te doen, en zó weinig tijd voor dat alles! U hoort 'Paris by day', het claxongetoeter van de Parijse taxis op de lawaaierige boulevards; de drukte en de hectiek van al dat volk op straat. En u hoort 'Paris by night', de romantiek en de sensaties van het Parijse nachtleven. Van het lome slenteren in een verlaten maanverlichte steeg tot de opzweepende sfeer in een rokerige Jazzclub. Ook Gershwin was een impressionist op zijn manier! Hier uitgevoerd in een leuke 'historische' opname van Leonard Bernstein met de New York Philharmonic.

MOZART - 20ste pianoconcert

'Mijn pianoconcerten', schreef Mozart aan een vriend 'houden het midden tussen te zwaar en te licht, ze zijn aangenaam voor de oren, sommige stukken zijn bestemd voor kenners maar zó dat ook niet-kenners ze mooi vinden zonder te weten waarom...'. In zijn '20ste Pianoconcert' brak Mozart met deze stijl: hij verruilde de gemakkelijk in het gehoor liggende, lichtvoetige Style Galant voor een spanning en dramatiek, die je vanaf het dreigende Don Giovanni-achtige begin niet meer loslaat. Piano en orkest gaan hier niet langer 'gezellig samen' maar vechten zich a.h.w. een eigen weg. Beethoven sublimerde dat later in zijn pianoconcerten tot wat Simon Vestdijk 'het pianoconcert als veldslag' noemde. Maria Joao Pires is de soliste met de Berliner Philharmoniker o.l.v. Pierre Boulez.

Erik Hulleman

**De grootste zorgaanbieder
aan de Costa Blanca**

★

**De Thuiszorg
Costa Blanca**

Benidorm - Benissa - Javea - Torrevieja
tel: 966.807.844 (24 uur) www.thuiszorgspanje.com

Bezoek ons nieuwe verpleeghuis op www.annekeresidence.org

Camarot, c.b.

**VERZEKERING EN
HYPOTHEKEN**

Anita Schöningh

**VERZEKERD
ONDER DE
SPAANSE
ZON**

Ziektekosten Doorlopende reis enz!
Opstal Inboedel
Ongevallen
Auto

C/. Manuel Sanchis i Guarner, 9c
03700 Dénia (ALICANTE)
Tel. 965 785 603 · Fax 966 430 092
www.anaschoningh.com
Mail: anita@anaschoningh.com

Op veler verzoek zal op **7 december** ons jaarlijks uitstapje naar Valencia plaatsvinden. We vertrekken vanaf de grote parkeerplaats in Moraira, achter 'Espai la Senieta'. Instappen vanaf 08:30uur, vertrek bus 08:45uur.

Eenmaal aangekomen in Valencia kunt u dan op eigen houtje de stad verkennen, te voet, per fiets ('s ochtends), of aan de stadswandeling deel nemen waarbij het 'Palacio y Baños del Almirante' bezichtigd zal worden. Eveneens bestaat de mogelijkheid om in restaurant Shiraz, welke bekend staat om zijn verfijnde Valenciaanse keuken, te lunchen. Om 18:00uur wordt u op de Plaza del Ayuntamiento verwacht vanwaar de bus ons om 18:15 uur moe, maar hopelijk voldaan, terug zal brengen naar Moraira waar wij zo rond 19:45uur weer hopen aan te komen.

De kosten voor de bus bedragen, evenals vorige jaren slechts € 10,- per persoon. Bijkomende kosten, indien u hier gebruik van maakt en vooruit betaald dienen te worden i.v.m. reservering zijn:

- € 10,- fietshuur voor 4 uurtjes. Ter plaatse dient u een depot van € 50,- te laten.
- € 16,- 3 gangen lunch, keuze voor- hoofd- en nagerecht door te geven bij uw reservering, inclusief 2 glaasjes wijn, water en na thee of koffie (max. 26 personen)
- Gratis Stadswandeling met bezoek aan 'Palacio y Baños del Almirante' (max. 2 x 20 personen)

Inschrijven is mogelijk tot en met donderdag 25 november!

De evenementencommissie

VERBEEK VERZEKERINGEN

**AL 30 JAAR EEN NAAM VAN VERTROUWEN
NR.1 VOOR NEDERLANDSTALIGE RESIDENTEN**

Kantoor maandag t/m vrijdag 09:00 – 14:00

AVENIDA LEPANTO 37

03726 BENITACHELL

WWW.PIETERVERBEEK.COM



Tel.: 966 493 295



Coca-Cola
Coke

MARCA REG.

Distribuidor oficial

SanMiguel
especial

INDUSTRIAS Y DISTRIBUCIONES

SEVISAL, S.L.
VINOS Y CERVEZAS

Felices Fiestas

C/ Ondara, 10 - Tel. 96 574 09 96
03725 **TEULADA** (Alicante)

ZOMERZOTHEID

5 uur in de ochtend. Ze schoot omhoog in bed: 'De 20e, schrok ze' haar verhaal. Vergeten!!! Een beetje duf vloog ze achter de pc. Ze had het beloofd, jeetje, inspiratie? Oef!!! Waar haalde ze dát vandaan? Al weken broeide het in haar hoofd maar er kwam niks uit, waarover moest ze schrijven? De zomer was lang en heet. Het clubgebeuren sudderde wat na, velen naar Nederland om te genieten van familie, vrienden, regen en kou. Wat overbleef lag al vroeg in de ochtend in de zee, bleef overdag koel in de schaduw, met of zonder logees. In het dorp gonsde het van de badgasten; de een wat onbeschaamder in zomerkledij dan de ander, een scala aan anderstalige conversaties, de terrasstoelen krakend onder (over)gewicht, de obers onvermoeibaar, vriendelijk, met dienbladen tjokvol aan glaswerk. De zon bijna meedogenloos, verbrande 'vellen', jengelend kroost, hoeden en petten, herrie, optredens, drukte... het was er állemaal!

Ze flitste terug, een voorbije zomerdag aan het strand, nieuwsgierig naar herkenning van zomergasten. Ze bofte, want warempel, hij wás er weer, de man met zijn gezin, 2-koppig kroost en vrouw, de gezichten een jaartje ouder, het kroost gegroeid. Wat vorig jaar al tot lachen wekte was ook nú weer aan de orde. Daar lag ie weer, de Fransman, papá, in z'n uppie, op blote bleke knietjes, aan de waterkant, urenlang, zandtaartjes bakkend, gebogen rug, blik gericht op de grond, had niemand nodig, zag vrouw en kroost niet hangen. ¿Bakker in het dagelijkse franse leven?, vroeg ze zich af, ze kon een lach niet onderdrukken.

En jááá, de háán, ook hij was weer present! Daar liep ie weer, tussen de vingers aan de linkerhand, geketend met een dik gouden horloge, een sigaret, kwasi nonchalant; zijn zwarte haar gegolfd en wat vettig achterover in de nek, zijn ogen spiedend langs al het vrouwelijk schoon. Flanerend, zijn zwemshort in roze strepen, 'Afgekeurd', dacht ze triomfantelijk toen zijn blik de hare kruiste, absoluut. Ze kon een grijns niet onderdrukken toen ze hem tegenkwam in het dorp; macho in vuurrood cabriogebeuren, blinkend en dampend als een stier, hij, de toreador, ach gut... waar was het vrouwelijk schoon?

De twee Miepen, vriendinnen, babbelend en zwaaiend naar bevriende zwemmers, luidkeels commentaar gevend op de sportieve prestaties, vanaf de kant. Natuurlijk, om te ontdekken dat bekend ónbekend was. De zwembroek klopte niet, een vreemde heer uit Duitsland, ach jee, hoe kon hij toch zó lijken op?

De grote Spaanse familie, net als vorig jaar met pret en veel luidruchtig vertoon. Kleurrijk in plastic ballen, bootjes, schepjes, parasols, stoeltjes, alles meegesleurd. Was er weer een kleintje bij?

En dan de nétte mensen, met keurige kinderen, afgebakend plekje, de badlakens in het gareel. insmeren, insmeren en nog eens insmeren. Eerst braaf zijn, dan een ijsje. Nee Jantje, niet langs die mevrouw, en áfblijven van die schep, verd() Piet, kijk jij nou óók eens naar dat jengelend gedoe!

... voor uw verhuizing binnen Europa of overzee

- ▶ Verhuizingen naar/uit alle Europese landen
- ▶ Verhuizingen naar/uit andere continenten
- ▶ Verhuizingen binnen Spanje
- ▶ Moderne meubelopslag



 ***De Haan verhuizingen***

Bel gratis vanuit Spanje
900-983146

Edisonweg 18 - Postbus 259 - 2950 AG Alblasserdam
Tel. +31 (0)78-6920333 - Fax +31 (0)78-6918333
E-mail: info@dehaan.nl - Internet: <http://www.dehaan.nl>

Vergeet de bleke roze gasten niet: niet bruin te krijgen, en vreemde talencursus gratis. Wat heerlijk toch, dacht ze, vanuit een luie stoel gezeten op het terras; zo'n dagje aan het strand: een reuze schilderij.

Maar beste lezer, dit alles weer voorbij. We zijn weer streng, we gaan weer aan de slag, de wijn wat minder, de extra onsjes er weer af. de club weer open. de activiteiten weer van start. langzaamaan hangen aan de bar, teruggekeerde leden, met en zonder avontuur, met leuke en minder leuke berichten... wat gaat dit jaar ons brengen? Ik heb u nodig: houd u mij op de hoogte? Voor elke maand een nieuw verhaal. Dus het advies: doe eens wat vreemds, spring maar eens uit de band want saai, dat kan en mag niet zijn, men houdt hier wél van kleur. Ik groet u,

La Gitana

HAIKOE VANAF BENIMARCO

De oorsprong van de haikoe én het meest voorkomende thema is: 'het waarnemen en het waargenomene in de natuur'. Ik voeg daar nog een aliteratie bij het begin van de regels aan toe. Jammer dat ik dat niet in het Japans kan...



Doberman



Der Rohrdoktor



Eins zwei oder drei, Ihr Abfluss wird jetzt wieder frei !

Rohr-, Abfluss- & Kanalreinigung
Wurzelfräsen, Hochdruckreinigung, Rohrkamera mit Ortungssystem Zentimeter genau!
Rohr und Grubensanierung

10 Jahre Erfahrung 24 Std. Service

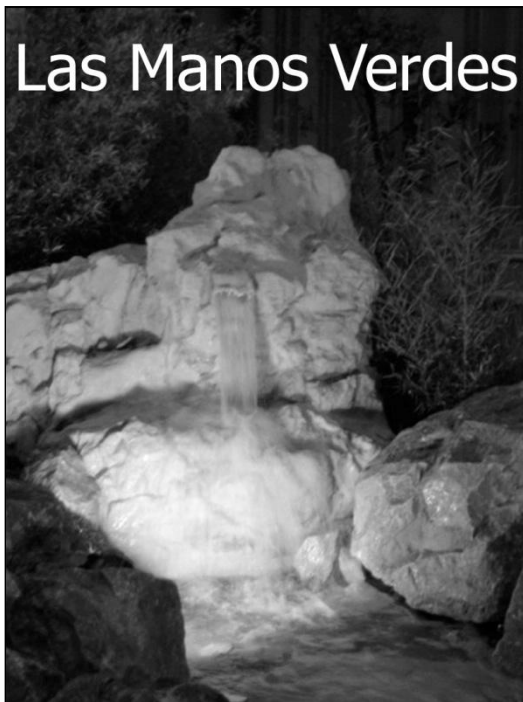
*** Wir kleben Ihre Fliesen im Pool auch unter Wasser ! ***

☎ 966 490 731 / 📞 696 291 728
(Teulada-Moraira)

E-Mail: tristan.buhl@freenet.de

Firma: N.I.E. X-8922527-E

Las Manos Verdes



BAU INTERNACIONAL SPAIN S.L.

Reeds 10 jaar actief aan de Costa Blanca

Gespecialiseerd in exclusieve
tuinontwerpen, woningrenovatie,
verbouwen zwembaden,
zwembadverwarming, tegenstroom,
etc. Alsook tuinonderhoud en grote
snoei. Direct- en weekendservice bij
electro- of waterproblemen.

Luc Bracke: +34679471411
Koen Bracke: +34699771404
Bureel: +34965747584

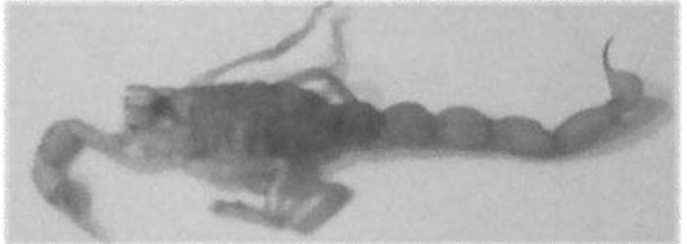
Av. Santo Domingo 18/1
03727 Jalón

CIF B53622080

HAIKOES VANAF CANOR

Bij het leven op de Spaanse campo horen ook een heleboel beesten die je niet graag in je Nederlandse achtertuinje aan zou treffen. Vorig jaar werden we onaangenaam verrast door een grote slang die zich op ons pad vertoonde en die zich niet snel heen spoedde. Waarschijnlijk was hij ziek, want ons is verteld dat zijn soortgenoten zich bijna niet laten zien, al zijn ze er wel. Sinds die tijd loop ik stampvoetend door het hoge gras en verwissel mijn sandalen zoveel mogelijk voor laarzen.

In de slaapkamer vonden we op de tegels die ons scheiden van de badkamer een grote duizendpoot. Een flinke smash van een voormalig tennisser die daarmee vele ballen onstuitbaar verloren liet gaan voor de tegenstander, mocht niet baten. Ook niet met de schoenmaat 46 die daarvoor gehanteerd werd. Uiteindelijk werd de duizendpoot geplet en kon hij zijn kaken niet meer boren in een van mijn voeten als ik me 's nachts argeloos op zijn pad bevond. Bij het zwembad trof ik een fikse rat aan bij de ochtendduik. Hij had alleen oog voor het verlokkelijke water dat op mij prompt geen bekoring meer uitoefende. De raamopeningen worden regelmatig versierd door de webben van flinke spinnen en de hagedissen schieten van boven naar beneden en van links naar rechts, maar daar malen we niet om. Verder hebben we een vijftal 'huiskatten' die over ons terrein schrijden als waren zij de rechtmatige bezitters, maar ze proberen nooit binnen te komen. De laatste vondst is een echte scorpioen die op internet terug te vinden is als van het mediterrane soort. Niet dodelijk, wel pijnlijk zijn z'n beten. Hij zat op de bodem van het tijdelijk lege zwembad.



's Nachts liggen we lekker in ons bed. Deuren dicht en horren voor de ramen. We horen vechtende en minnekozende katten, de roep van de bosuil en af en toe gepiep van zijn slachtoffer, krekelmuziek en soms het schorre geblaf van de buurhond. We weten nu dat ontelbare wezens zich geruisloos verplaatsen, dat al eeuwen gedaan hebben en dat nog net zolang zullen doen. Overdag zijn ze ogenschijnlijk weer verdwenen. Met de dieren die zich dan laten zien, delen we lekker de zon.

*Sluipend en kruipend
Door gras en onder stenen
Vaste bewoners*

Annette

3M

**Heeft u last van de zon?
Last van inkijk?**

3M

**Is uw woning inbraakgevoelig?
Of heeft u nog enkel glas?**

DE OPLOSSING: raamfolies zorgen het hele jaar door voor een perfect binnenklimaat. Ze houden in de zomer de warmte buiten en in de winter de warmte binnen.

Tevens reduceren ze het verkleuringsproces, verhogen ze de privacy en versterken ze uw ramen. En... u kunt gewoon naar buiten blijven kijken! Raamfolies, voor particulier en/of bedrijf, worden op de bestaande beglazing aangebracht.

Wij komen graag eens langs om de mogelijkheden met u te bespreken!

Bel: 667 07 41 79
DMG Windowcare



DIRK SMIT



Uw vertrouwde adres aan de Costa Blanca sinds 1983

Inzet-haarden, design-haarden, leverbaar in gas, hout, of elektrisch.

Geïnstalleerd door eigen spaans erkende monteurs.

Showroom met meer dan 50 modellen
waarvan meerdere in werking.

**Barbas / Faber / Dovre / Hergom / Helex / Thermocet
Jotul / Pelgrim/ Stûv / Bellfires**

**Plaatsing door eigen specialisten!!!
Eigen servicedienst.**

Altea Ctra. N-332 Km. 155,1(Pda. El Planet 169)
(60 meter vanaf Don Bricolage)

Tel./Fax 96 584 3009 - www.dirksmit.com

Deze maand: **Solanum**

Daar de Solanum een plant is die steeds meer in de belangstelling staat, vooral door zijn lange bloeiperiode, deze maand dit artikel. De Solanum bloeit hier aan de Costa Blanca al vroeg in het voorjaar. Maar ook in de zomer, moet dan wel wat bewaterd worden. En gaat dan verder met de bloei in het najaar, tot dik in november. De plant kan tot 3 à 4 meter en soms meer, uitgroeien en is met zijn bloemenpracht een echte blikvanger. De Solanum moet een goede standplaats hebben, goed in de zon en tevens een goed doorlatende grond. Zelf vind ik de blauw bloeiende uitvoeringen het fraaist. Er zijn zo'n 1.700 Solanum soorten. Echter zijn er maar enkele als sierheester in cultuur. De Solanum behoort tot de nachtschadefamilie (Solanaceae). Hieronder vallen ook bekende voedingsgewassen, zoals de aardappel, de tomaat en ook de aubergine. Verder vallen hieronder ook veel klimplanten, bomen en heesters en (on)kruiden. De meeste betreffen tropische en subtropische planten, die graag warm staan en van veel zon houden. Maar van deze nachtschadefamilie zijn er ook planten, die goed in de schaduw kunnen groeien. Ook onder deze familie zijn er veel soorten die behoren tot de geneeskruiden en zijn vaak giftig. Terug naar de Solanum klimplant, die oorspronkelijk afkomstig zijn uit Brazilië, Paraguay en Costa Rica en zijn daarom natuurlijk 'zonaanbidders'. In deze landen groeien deze klimplanten in het wild in struiken langs bosranden etc. Hier aan de kust worden zo'n 4 tal soorten aangeboden. Allereerst de gewone Solanum jasminoides met lichtblauwe bloemen. Er is een variëteit 'Album' genaamd met spierwitte bloemen. Alle Solanaceae hebben typisch stervormige bloemen met 5 kroonblaadjes, waar in het midden het vruchtbeginsel zit en met daarboven lange meeldraden. Ze kunnen in het najaar kleine blauwe besjes voortbrengen, die zaden bevatten. Als tweede ras kan ik u de Solana rantonettii uit Paraguay noemen. Een fraai blauw bloeiende plant en fraaie klimmer. Die uiteraard niet winterhard is. De plant wordt ook zo'n 3 à 4 meter hoog. Daar de Solana-soorten niet zelfhechtend of klimmend zijn, moeten ze worden geleid en zeker in het begin, regelmatig aangebonden worden. Bij het groter en ouder worden gaat de plant zich meer, door het vormen van wat dikkere takken, zelfstandig staande houden. Tenslotte wil ik u ook graag noemen de Solanum wendlandii, afkomstig uit Costa Rica. Deze plant heeft vooral helblauwe bloemen met donkergroene lancetvormige bladeren. en bereikt ook een hoogte van 3 à 4 meter. Als u deze rijk vooral blauw bloeiende plant nog niet kent, dan hoop ik, dat ik u nieuwsgierig gemaakt heb over de Solanum. Ik kan u verzekeren uit eigen ervaring, dat de plant een verrijking zal betekenen voor uw mediterrane tuin.



bloemen met donkergroene lancetvormige bladeren. en bereikt ook een hoogte van 3 à 4 meter. Als u deze rijk vooral blauw bloeiende plant nog niet kent, dan hoop ik, dat ik u nieuwsgierig gemaakt heb over de Solanum. Ik kan u verzekeren uit eigen ervaring, dat de plant een verrijking zal betekenen voor uw mediterrane tuin.

Vraag Aanbod

GEVRAAGD

Wie heeft er zin om 1 of 2 x per week een paar uurtjes te 'Nordic-wandelen' in de omgeving van Moraira of Javéa? Vindt u het ook leuk om samen te lopen? Neem dan contact op met Veronique via chris.vero@telnet.be of +32 477 544 309.

Ik zoek een zinken vuilnisvat, ter grootte van de bekende zwarte plastic bakken. Wie weet waar ik zo'n ding kan kopen? Tel. 662 278 554.

Ik zoek een houtkacheltje.
Tel. 607 551 448.

AANGEBODEN

Rolf Benz banken, twee stuks (z.g.a.n.), donkerblauw met geblokte kussens incl. poef, bijpassende salontafel en 2 bijzettafels. € 750,-. Tel. 646 8211 163.

Philips PerfectDraft thuisbiertap, als nieuw, in de originele verpakking. Prijs: € 50,- Tel. 659 573 879.

Het is duidelijk dat deze rubriek nog een beetje op gang moet komen en dat is logisch. Tevens is er wellicht enige schroom ontstaan door in het vorige nummer de term 'niet commercieel' te gebruiken. Dit was bedoeld om aan te geven dat het een particuliere rubriek betreft en niet bedoeld is voor zakelijk gebruik. Dus gaat u eens goed na wat u best kwijt wilt omdat u er geen gebruik meer van maakt. Grote of kleine zaken, duur of goedkoop dat maakt niet uit; een kunstgebit omdat u een ander modelletje wilt, een spiegel omdat u daar liever niet meer in wilt kijken of een paar schaatsen omdat u de ijsstijd hier te kort vindt duren. Of u zoekt een kluts omdat u die bent kwijtgeraakt? Ik maak er maar een geintje van, maar vraag u dus wel om eens even na te denken of u iets zoekt of kwijt wilt...

De annonces zullen maximaal driemaal achtereen worden geplaatst en uiteraard verwacht ik even een berichtje als u oproep heeft geholpen. Mailt u naar vena@nvoc-delagelanden.com of belt u naar 662 278 554.

Hillie Vrijs

4-wiel Scootmobiel met elektrisch oplaadbare accu en draaibare zitting, in zeer goede staat. Vraagprijs: € 700,-. Tel. 687 075 852.

Citroën Grand C4 Picasso HDI 138 FAP Exclusive. Kenteken oktober 2007, 34.000km. Kleur: Noccola metallic. Motor: 2-liter turbodiesel, 138pk met elektronische volautomatische 6-traps transmissie. 7 zitplaatsen. 18" aluminium velgen, xenon verlichting, afneembare trekhaak, hondenrek, climate control, boordcomputer, radio-CD/MP3 speler, bluetooth handsfree, ESP traction control, parkeersensoren, automatische parkeer- en hellingrem. (h)eerlijke auto! Vraagprijs: € 16.500. Tel. 659 573 879.

Antieke schrijfmachine. Prijs n.o.t.k.
Tel. 607 551 448.

Roca bidet (staand model, wit). Gratis af te halen. Tel. 606 421 111.

JASON GAST OVER: DUIZELIGHEID



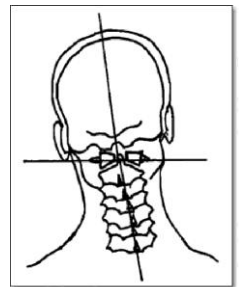
Duizeligheid is een veel voorkomend symptoom dat wij vaak zien bij patiënten. Duizeligheid wordt vaak niet gezien als een aandoening waar een chiroprator iets aan kan doen. Echter een groot gedeelte van onze opleiding is gericht op het vinden van de oorzaak en behandelen van duizeligheid.



Ons gevoel voor balans en evenwicht wordt gestuurd door het gezichtsvermogen, evenwichtsorgaan en gewrichten/pezen/spieren (proprioceptis). Wanneer er een disbalans is tussen deze 3 factoren, dus een signaal wordt verstoord, kan er een gevoel van duizeligheid ontstaan. Daarin zijn twee types te onderscheiden; het gevoel van 'licht in het hoofd' en draaiduizeligheid. De eerste (licht gevoel in hoofd) kan, vooral hier in Spanje, ontstaan door een tekort aan vocht, dehydratie, door lage bloeddruk en ook door een te lage bloedsuikerspiegel. Dit zorgt dat er niet voldoende bloed/brandstof naar de hersenen stroomt en ontstaat er een licht gevoel in het hoofd. Ook een disbalans tussen de 3 genoemde evenwichtssystemen kan dit gevoel veroorzaken.

Draaiduizeligheid ontstaat bij bepaalde afwijkingen van het evenwichtsorgaan zoals BPPD, ziekte van Menière, ontstekingen/trauma van het evenwichtsorgaan of van de bijbehorende zenuwbaan. Dit kan leiden tot verandering van signalen vanuit het evenwichtsorgaan. Tegelijkertijd blijft de visuele en proprioceptieve informatie hetzelfde en dus ontstaat er een gevoel van uit balans zijn: duizeligheid. Simpel gezegd: één systeem vertelt je brein dat je beweegt terwijl de andere twee zeggen dat je stilstaat (of andersom).

Mensen met nekstoornissen, dit hoeft niet perse nekpijn te zijn, bijvoorbeeld na een auto-ongeval of door een slechte houding, worden duizelig omdat de informatie vanuit de nekgewrichten en -spieren, de proprioceptis, verstoord is. Maar er is ook sprake van een wisselwerking tussen de drie systemen. Dit houdt in dat verstoringen in bijvoorbeeld de nekbewegelijkheid kunnen leiden tot veranderingen in de oogmotoriek. Dit maakt het vaak complex, maar zeker niet onmogelijk, de werkelijke oorzaak van de klacht te herlijden.



In onze kliniek analyseren we duizeligheidsklachten vanuit een neurologisch en biomechanisch standpunt. Wanneer duidelijk is wat de klachten veroorzaakt maken we gebruik van verschillende technieken om de balans tussen genoemde systemen te herstellen. Veelal zal dit bestaan uit stimulatie van het evenwichtsorgaan d.m.v. gerichte oefeningen of handelingen, correcties van de nek of rug en training. Door het stimuleren of juist afremmen van één van de systemen kan de balans in het evenwichtssysteem worden hersteld. Chiropractie is vrijwel het enige specialisme dat in staat is de drie systemen te onderzoeken en behandelen.

Voor meer informatie of een afspraak kunt u contact opnemen met onze kliniek Quiropráctica Calpe, telefoon 965 875 917.

Jason Gast (Doctor in Chiropractic)

BELANGRIJKE ADRESSEN EN TELEFOONNUMMERS

Teulada-Moraira
Gemeentehuis 965 740 158
Policia Local 965 740 946
Rode Kruis 965 740 950
Brandweer 112
Guardia Civil 062
Medisch centrum:
Teulada 965 741 136
Moraira 966 490 204
Nooddienst 112
Tele-taxi 965 744 281
Automobilistenhulp RACE 965 740 794

Consulaat der Nederlanden Benidorm:
Ctra. CV70, Benidorm-La Nucia (Polop, Callosa)
Urbanización Caravana 12, 03530 La Nucia
Telefoon: 966 875 932 - Fax: 965 875 248
E-mail: nlgovlanucia@telefonica.net
Openingstijden: ma-vr 08:00 - 13:00 uur

Consulaat van België
Edificio Carbonell, Esplanada De España 1-5°
03002 Alicante
Telefoon: 965 929 147 - Fax: 965 141 757
E-mail: alicante@diplobel.be
Openingstijden: ma-vr 09:00 - 14:00 uur

Benissa
Brandweer 965 781 185
Guardia Civil 965 730 722
Automobilistenhulp RACE 965 730 194

ANWB Benidorm
Edif. Coblanca 26, Avda Alf. Puchades
Telefoon: 965 858 926 - Fax: 965 854 887

KERKDIENTEN

Op verzoek van leden vermelden wij plaats en aanvangstijden van een aantal kerkdiensten in (overwegend) de Nederlandse/Vlaamse taal in de (wijdere) omgeving van Moraira.

Benidorm
Katholieke kerk: parochiekerk Nuestra Señora del Mar (Rincón de Loix, bereikbaar met bus 9, elke zondag om 11:00 uur.

Joodse kerk: synagoge van Benidorm, c/Berlin, Rincón de Loix, iedere vrijdagavond.

Protestantse kerk: van de Nederlandse Interkerkelijke Gemeente: 'Het Anker', elke zondag om 10:00 uur in het Kerkelijk Centrum 'El Ancla', Calle Doctor Severo Ochoa 10, hoek Calle de la Haya bij het BP benzinstation, Rincón de Loix (telefoon: 966 865 977)

Benimarco
Katholieke kerk: internationale eredienst in verschillende talen, w.o. Nederlands. Elke zondag om 11:30 uur.

Calpe
Katholieke kerk: kerk Nostra Señora de la Merced, Ctra. La Cometa s/n; elke zondag om 11:00 uur.

Dénia
Katholieke kerk: Maria-ten-Hemelopneming elke zondag 09:00, 12:00, 13:00 en 19:00 uur.

Kerk San Antonio elke zondag 08:00, 10:00, 11:00 en 19:30 uur.

Protestantse kerk: Ned. interkerkelijke Gemeente te Dénia, C/. Sanchis Guarnar 9 (ten N.O. v/h kasteel) elke zondag om 11:00 uur. www.kerkdenia.nl

Jávea
Protestantse kerk: Evangelie Pinksterkerk 'Oasis' bij het strand, achter Mas y Mas, iedere zondag om 11:00 uur.

Moraira
Katholieke kerk: iedere zondag internationale eredienst met lezingen o.a. in het Nederlands, elke zondag om 11:00 uur eucharistieviering in diverse talen.

Heeft u een Nederlandstalige priester nodig, dan kunt u zich wenden tot:
Pater André Loyson in Calpe, tel. 965 837 720

ELKE DONDERDAGMIDDAG 16:00 'CLUBMIDDAG'
MET O.A. VERSE HARING EN BITTERBALLEN



BEZOEK DE SHOWROOM TEULADA

Nu tot €250,- retour!



Het enige wat u nodig hebt om relaxed te zitten, is een relaxfauteuil van Prominent. Zo eenvoudig is het. In deze eigentijdse fauteuils droomt u weg, volledig ontspannen in uw geliefkoosde zithouding. De meeste keuze, de beste modellen, de mooiste designs én de laagste prijzen: ze bewijzen dat Prominent dé fauteuilspecialist is. Ongetwijfeld hebt u altijd met plezier op uw oude stoel gezeten. Toch is het verstandig dat u op tijd kiest voor 'n nieuwe fauteuil met optimaal zitcomfort om zo klachten als rugpijn, nekpijn, stijve ledematen of tintelende lichaamsdelen te voorkomen. Over uw huidige stoel hoeft u zich geen zorgen te maken: die levert nog tot €250,-* inruilkorting op. Bel +34 96 - 579 32 29 óf surf naar www.prominent.nu voor een gratis brochure. Kom naar onze showroom, dan krijgt u persoonlijk advies van onze adviseurs. Welkom!

nú tot 250 euro retour
€250,-
voor uw oude stoel*



Zitstand



Relaxstand



Ligstand

* Vraag naar de voorwaarden. Niet geldig bij aankoop van een Farstrup-, draai-, en/of budgetfauteuil of -bank. Niet geldig i.c.m. andere acties.

Meeste keus in sta-op fauteuils, 35 modellen



Heeft u moeite met opstaan?

Kies dan voor een sta-op fauteuil. Deze geeft uw lichaam overal de gewenste steun. Eén druk op de knop en de fauteuil helpt u bij het opstaan! Zo worden uw knieën, gewrichten en rug ontlast.

Opvouwbare scootmobielen, diverse modellen



Altijd en overal mobiel

Alles wat u nodig hebt om de wereld te ontdekken, is een opvouwbare scootmobiel van Prominent. In een handomdraai maakt u van dit comfortabel vervoersmiddel een onbetekenend pakketje.

BON VOOR EEN GRATIS BROCHURE

JA, stuur mij de gratis uitgebreide zitcomfort brochure.

Naam Dhr Mevr

Adres

Postcode Plaats

Telefoon Provincie

E-mail

Opsturen naar: Prominent, Cansalades Park, 66 03730 Jávea (Alicante)

ALGEMEEN-RELAX2-08

Showroom Teulada

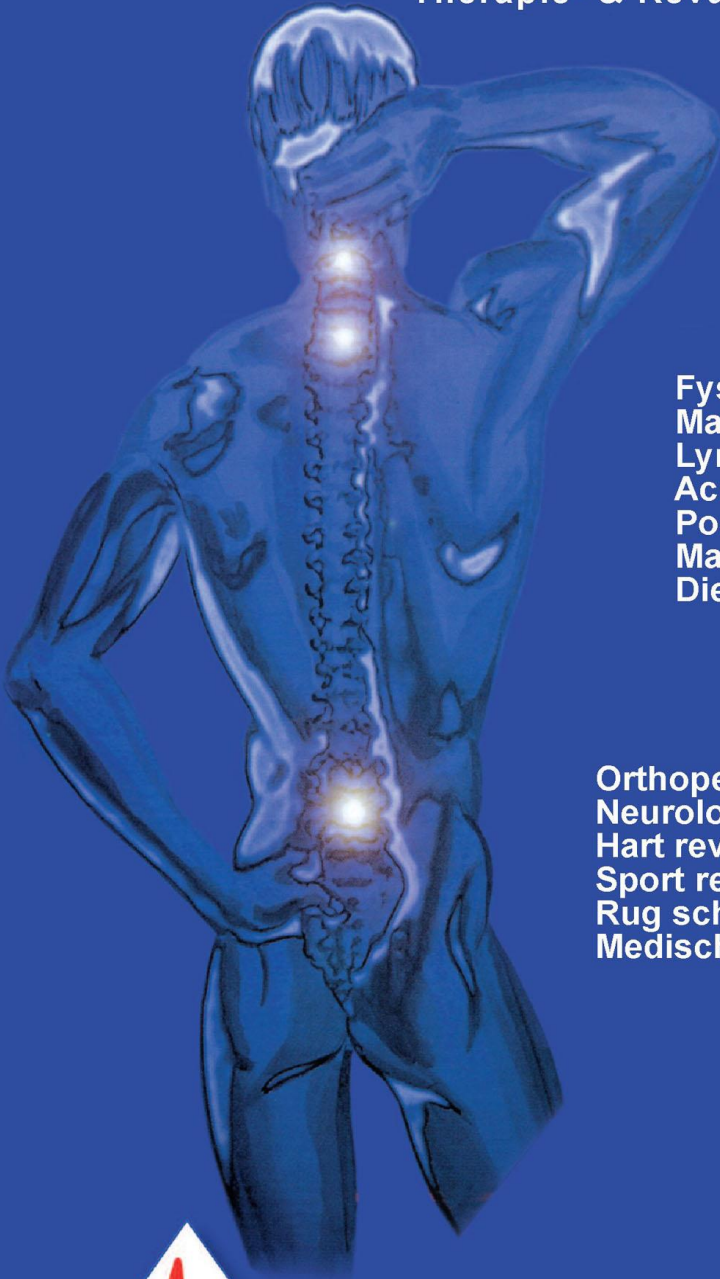
Poligono Industrial Teulada,
C./ Llanterner, 2
Buzón 60.004,
03725 Teulada (Alicante)

Openingstijden

ma t/m vr 10.00 - 19.00 uur
za 10.00 - 13.00 uur of bel voor
een afspraak +34 96 - 579 32 29

MEDIFIT

Therapie- & Revalidatie Kliniek



Fysiotherapie
Manuele Therapie
Lymph Drainage
Acupunctuur
Podologie
Massage
Dietetiek

Orthopedische revalidatie
Neurologische revalidatie
Hart revalidatie
Sport revalidatie
Rug scholing
Medische fitness

