



NIEUWSBRIEF

NVOC "De Lage Landen" Moraira



Zomerreces

Met een laatste toetsaanslag sluit uw redactie haar eerste seizoen af met negen edities van ons clubblad en een goedgevulde website.

Deze laatste editie staat boordevol verslagen van de activiteiten van de laatste maanden. Wij wensen u veel leesplezier en hopen dat u net zo heeft genoten van het lezen als wij van het maken!

In dit nummer o.a.

Verslag vlaggetjesdag

In een A Ford naar Spanje!

Verslag golfreis

NVOC Doneert!

Stukje Spanje: Rioraus

Juni 2016



Buenaventura Villas

Ctra. Moraira – Calpe, 27
Edificio “Vistamar”
03724 Moraira – Teulada

Tel./Fax: **96 649 03 85**

info@buenaventuravillas.com
www.buenaventuravillas.com

PETER EN BOB CROUGHS

Uw Nederlandse aan- en verkoop-
makelaar met ruim 30 jaar ervaring in
Spaans onroerend goed

OP TOP LOCATIE!!! - REF. B787

Halfvrijstaande hoekbungalow in
een klein complex in La Cometa op
enkele minuten loopafstand naar
het strand.

3 slaapkamers, 2 badkamers en een
balkon met prachtig uitzicht op zee.
Privé carport met toegang tot het
charmante zijterras met bbq.



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

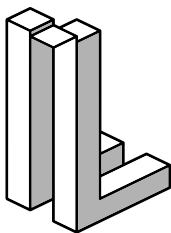


**Wij zijn gespecialiseerd in het
organiseren van evenementen
tegen zeer concurrerende prijzen.**

Bij uw komende verjaardag
(met minimum 10 personen) bieden wij u aan
een overnachting met ontbijt voor 2 personen
in ons hotel en uiteraard een fles cava.

Boek nu: **965 740 947**
C/ Lèrida 2 MORAIRA

solparktennis@ctv.es
www.solparktennis-moraira.com



Nederlands-Vlaamse Ontspanningsclub "De Lage Landen"

Nieuwsbrief Juni 2016

NVOC: voor contacten met Nederlandstaligen door middel van activiteiten op allerlei terreinen.

Correspondentieadres:

NVOC "De Lage Landen"
Buzón T 733
03724 Moraira-Teulada
Spanje

Bezoekadres:

Arnesol
Calle Cigüeña 10
Moraira-Teulada
Spanje

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 benzinestation 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 'Farmacia' 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 2016 is vastgesteld op € 80,00 per persoon.
Bankrekening: IBAN: ES05 0081 0674 6300 0138 6544
BIC: BSABESBB

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 deze kunnen daar onbeperkt worden geraadpleegd.

Redactie & lay-out: Marco Westrik

Eindredactie: Cora Dekkers-Hulshoff Pol

Advertenties: Louk Clavan

Volgende editie: Verschijnt op donderdag 6 Oktober 2016

Kopij: Uiterste inleverdatum: maandag 26 September 2016

E-mail: Uitsluitend naar: redactie@nvoc-delagelanden.com

ZUINIGE ELEKTRISCHE VERWARMING

Hoog rendement, zeer snelle opwarming

Gezellige en gezonde warmte

Geen installatiekosten

Hoofd- of bijverwarming

De definitieve oplossing

Bel mij voor gratis demo

CALOR RADIANT

**BESPAAR 30-50%
OP VERWARMING**

www.stralings-warmte.com

638 530 052

DE ZONNEWARMTE IN HUIS



Service en Onderhoud

Wij doen alles, van 't vervangen van een lampje tot volledige motorrevisie,
van het herstel van een krasje tot compleet carrosserie spuitwerk.

**Dames: gratis
veiligheidstest
terwijl u wacht!
(OK.. Heren ook!)**

**10%
KORTING
voor clubleden**

**Gratis Airco
gezondheids check
(op vertoning van
deze advertentie)**

Alle werkzaamheden inclusief afhandeling verzekering

Telefoon: 96 649 3226 / 676 163 896

Larry's

Calle Pozo 48 (vlak bij de Mas y Mas)

03726 BENITACHELL

INHOUDSOPGAVE

Bestuursamenstelling per 19 november 2015	7
Commissies & contacten	9
Weekkalender	11
Evenementenkalender	13
Van de voorzitter	15
In memoriam: Gilles Aarts	15
Biebnieuws	17
Openingstijden Bibliotheek zomer 2016	17
NVOC doneert € 715 voor schoolmateriaal	19
Openingstijden clubgebouw	19
65 plus en achter de geraniums? ik dacht het niet!!!	21
Donatie toneelgroep NVOC aan het alzheimer centrum	23
Verslag Bergstappers Plus april 2016	25
Jason Gast over: Duizeligheid	26
Verslag Succesvolle NVOC Golfreis	27
Verslag Bergstappers Plus, 22 mei 2016	29
Verslag speurtocht Villajoyosa	31
Een penseelstreek...	33
Schildersclub vorig thema: water	33
Verslag NVOC-Golf "Vlaggetjesdag"	35
Stukje Spanje: Rioraus	37
Belangrijke adressen en telefoonnummers	38
Kerkdiensten	38

In de digitale versie van dit boekje staan veel links, onder andere achter alle advertenties en bijna alle foto's. Klik er eens op voor meer informatie!

Bezoek ook onze website: www.nvoc-delagelanden.com. Hier vindt u niet alleen alle berichten en artikelen uit dit boekje, maar ook verslagen van activiteiten, culturele evenementen en verschillende leuke en interessante rubrieken.

Heeft u ook een idee voor een rubriek of een tekst of artikel voor op de website? Stuur het naar redactie@nvoc-delagelanden.com. De website is van leden voor leden!



uw partner in de
vakantieverhuur
van uw Spaanse woning

- o Betrouwbaar
- o Persoonlijke benadering
- o Eigen serviceteam

Sharon Huibers
0031 653187005
sharon@costablanca-vakantiewoning.com
www.costablanca-vakantiewoning.com



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, monde-
ling-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.

Reumatoloog

Paul van 't Pad Bosch

afspraak : afspraak@reumasalud.nl



servitur sl

(sinds 1973)

- Erfenissen
- Testamenten
- Estate planning
- Jur. advies koop-verkoop o.g.

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

BESTUURSSAMENSTELLING PER 19 NOVEMBER 2015

Functie	Naam	Aandachtsgebied
Voorzitter	Chris Jacobs 634 325 666 nvoc.christiaanjacobs@gmail.com	Externe zaken Biljarten Golf Technische zaken
Vicevoorzitter	Anneke Blokland - Van Leeuwen 618 818 744 nvoc.annekeblokland@gmail.com	Bridge KKK Klaverjassen
Secretaris	Cora Dekkers - Hulshoff Pol 965 974 941 nvoc.coradekkers@gmail.com	Bergstappers Redactie Tuinclub
2 ^e secretaris	Marion Hoed +31 622 744 614 nvoc.marionhoed@gmail.com	Accommodatie Prikbord Schilderen
Penningmeester	Theo Tappen 634 347 403 theotappen@hotmail.com	Advertenties Lay-out Tennis Golf
2 ^e Penningmeester	Arlette van der Burg - Mol 965 748 560 nvoc.arlettemol@gmail.com	Bibliotheek Spaanse les Evenementen
Bestuurslid	Peter van Bloppoel 966 498 773 nvoc.petervanbloppoel@gmail.com	Bar Zangkoor
Bestuurslid	Anne-Lize Jaspers - Goddijn 695 867 006 nvoc.annelizejaspers@gmail.com	Exposities Keuken Publicatiebord
Bestuurslid	Regien Dwarkasing 610 193 761 nvoc.regina@gmail.com	Mode Op Maat Ziekencontact Toneel

Voor iedereen die een vakantie wil doorbrengen in een natuurlijke omgeving is er een modern ingerichte woning, van alle gemakken voorzien op het Droompark de Zanding in Otterloo en in Maasduinen in Belfert (Noord Limburg)

Inlichtingen: Wim van Woudenberg
E-mail: laferma@icloud.com
tel: 0034 96 574 7718



The International Clinic
MORAIRA

Dr. Guido Campman

Huisarts
Ctra. Moraira-Calpe 124 - Moraira

Tel.: 966 491 259
24/7: 639 561 945
www.icmoraira.com

Adem

macha, s.l.

Administración de Empresas

- Inkomsten- en vermogensbelasting
residenten en niet-residenten
- Fiscaal nummer / identificatienummer
- Notariële zaken
- Vestigingsvergunning (residencia)
- Rechtskundig advies (na afspraak)
- Onderhoud huis, tuin en zwembad
- Alle verzekeringen AXA, ARAG en DKV

www.gestorjavea.com

C/Falcia 2, local 1
Urb.La Guardia Park
buzon 602 BAM
03738 Jávea

T: 00-34-965770515

F: 00-34-966470608

E: info@gestorjavea.com

Geopend: ma-vrij van 9-13 u

Na afspraak evt. ook 's middags

Charlotte van der Werf

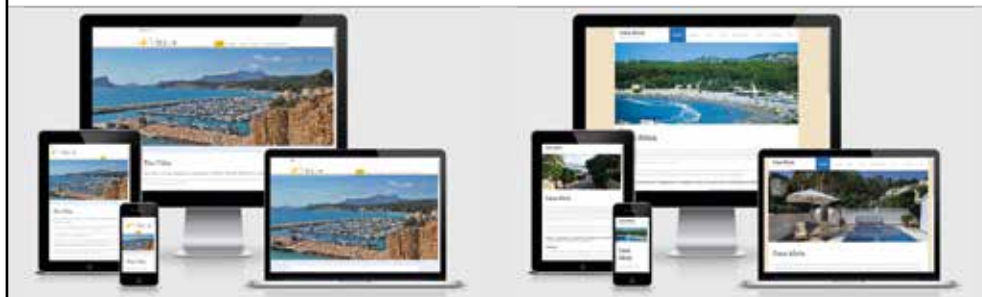
Uw fiscale vertegenwoordiger in Spanje

COMMISSIES & CONTACTEN

Accommodatie:	Peter Croughs	croughs.moraira@gmail.com	966 490 385
	Chris Jacobs	nvoc.christiaanjacobs@gmail.com	634 325 666
Bergstappers:	Harm Kroon	nvocharm Kroon@gmail.com	634 398 125
Bergstappers Plus:	Frans v.d. Steenoven	fransvandesteenoven@hotmail.com	620 363 580
Bibliotheek:	Beatrijs Bachman	pol6186@gmail.com	966 495 398
Biljarten:	Rien van Koulik	vankoulik@hotmail.com	626 926 890
Bridge:	Betty Pennings	bpennings3@gmail.com	966 499 091
	Leny Oudendijk	oudendyk@telefonica.net	965 745 628
ClubBand:	Theo Tappen	theotappen@hotmail.com	634 347 403
Evenementen:	Monique Croughs	nvoc.evenementen@gmail.com	699 985 116
Externe zaken:	Chris Jacobs	nvoc.christiaanjacobs@gmail.com	634 325 666
Filmavond:	Lydia la Rivière Zijdel	toneelnvoc@gmail.com	
Gastvrouwen:	Nicole Lesire	nvoc.gastdesk@gmail.com	965 748 686
Golf:	Perry van Glabbeek	perryvanglabbeek@gmail.com	966 498 075
www.nvoc-golf.nl	Esta Löchter	nvoc.golf@gmail.com	966 490 515
	Wim Witteveen	w.witteveen29@upcmail.nl	669 454 373
Horeca:	Peter van Bloppoel	nvoc.petervanbloppoel@gmail.com	966 498 773
Jeu de Boules:	Marc Snijdoort	marc.marian@live.nl	965 748 942
	Frank de Swert		966 490 199
Keuken & koken:	Anne-Lize Jaspers	huub.annelize@gmail.com	695 867 006
Klassieke Muziekavond	Jan Aerts	janaerts57@gmail.com	0031 624 222 697
Klaverjassen:	Ria van Bloppoel	ria.vanbloppoel@gmail.com	966 498 773
	Marian Boere	boere845@hotmail.com	665 018 759
KKK:	Chris Hallemans Adriaan van der Kuip	koffie.kuieren@gmail.com	965 973 454 616 812 818
Kookworkshops:	Kok Kroef	jkroef@xs4all.nl	615 424 951
Mode Op Maat:	Coby Hilgeman	g.hilgeman@gmail.com	965 748 459
Nieuwsbrief Red:	Marco Westrik	redactie@nvoc-delagelanden.com	620 109 683
Nieuwsbrief Eindredactie:	Cora Dekkers- Hulshoff Pol	redactie@nvoc-delagelanden.com	965 974 941
Nieuwsbrief Advertenties:	Louk Clavan	advertenties@nvoc-delagelanden.com	626 708 200
Publicatiebord:	Anne-Lize Jaspers	huub.annelize@gmail.com	695 867 006
Schilderen:	Ietje Speets	ietjespeets@hotmail.com	966 491 198
	Babs Beemsterboer	beemster2@gmail.com	965 974 086
Spaanse les:	Joke Krediet	jokeprivad@hotmail.com	687 075 852
Technische zaken:	Chris Jacobs	nvoc.christiaanjacobs@gmail.com	634 325 666
Tennis:	Theo Tappen (voorzitter)	theotappen@hotmail.com	634 347 403
	Wim Witteveen (vice voorz.)	w.witteveen29@upcmail.nl	669 454 373
	Domy Roël (administrateur)	domyroel@gmail.com	966 491 237
Toneel:	Lydia la Rivière Zijdel	toneelnvoc@gmail.com	634 374 876
Tuinclub:	Mohan Mehta	nvocuin@gmail.com	658 556 849
Website:	Marco Westrik	redactie@nvoc-delagelanden.com	620 109 683
Zangkoor 'Alegria':	Elly Smit	jacquellysmit@gmail.com	627 108 528
Ziekencontact via:	Beatrijs Bachman	pol6186@gmail.com	966 495 398

Professionele websites voor elk budget. Wij bouwen websites in alle soorten en maten. Van vakantiewoning tot verhuurbedrijf tot online winkel. Onze website zijn ook geschikt voor mobiele apparaten als tablets en telefoons.

Kijk voor meer informatie op onze website of bekijk de website van de Nederlandse club als voorbeeld van wat wij maken.



orange dental

Total Dental Care - Implantology

TANDARTS

Dr. Rutger C. Baerends

**Gespecialiseerd in esthetische tandheelkunde
en implantologie**

Bezoek nu onze praktijk !

tel: 966 495 006

Maandag

Hele dag	Biljartclub
11:00 - 13:30	Zangkoor Alegría
14:30 - 17:00	ClubBand
18:45 - 19:00	Inschrijven bridge
19:00 - 22:30	Bridgedrive

Dinsdag

Hele dag	Biljartclub
10:00 - 12:00	Tennisclub Solpark
13:00 - 16:30	Mode Op Maat met Coby en Beatrijs

Woensdag

Hele dag	Biljartclub
Vanaf ± 13:00	Golf
19:30	Klaverjassen

Donderdag

Hele dag	Biljartclub
10:00 - 13:00	Tekenen en schilderen
11:00 - 12:30	Jeu de boules (in het park van Moraira)
16:00 - 20:00	Clubmiddag
16:30 - 18:00	Geldzaken
15:30 - 18:00	Bibliotheek, uitleen en verkoop van boeken Fotokopiëren.

Vrijdag

Hele dag	Biljartclub
10:00 - 12:00	Tennisclub Solpark
14:30 - 14:50	Inschrijven bridge
15:00 - 18:30	Bridgedrive

Zaterdag

Vanaf ± 13:00	Golf
---------------	------

Wandelingen, maandelijks:

Bergstappers	eerste zaterdag
Bergstappers+	derde zondag
KKK	laatste zondag

*Raadpleeg website, informatiebord
en mededelingen voor exacte data*

NVOC "DE LAGE LANDEN"

Ans Doorakkers

gediplomeerd pedicure Benitachell

Nieuwste nattechniek voor het verwijderen van likdoorns, eelt, ingegroeide nagels, schimmelnagels en algehele verzorging van uw voeten met eventueel een heerlijke voetreflexmassage.

Bij mij kunt u ook terecht voor het aanbrengen van permanente make-up met goedgekeurde niet roodkleurende pigmenten. Met verdoving.

alleen op afspraak:

Tel: 664 534 919



Hier had uw advertentie kunnen staan!

**Adverteer in de
NVOC - Nieuwsbrief
en/of plaats een
banner**

**op onze website:
www.nvoc-delagelanden.com**

**Vraag naar de
aantrekkelijke tarieven
of kijk op de website
onder: "Adverteren"**

LANDLIJN, MOBIEL + INTERNET



LANDLIJN

- Huur voor de landlijn €12.99
- Gesprekken vanaf 1ct

MOBIEL



- Spaanse Gesprekken vanaf 3 ct
- Internationale Gesprekken vanaf 3ct
- Data Paketten
- NIEUW Mobiel Contract



DRAAD LOOS INTERNET

- Part-Time/Combinatie Pakketten
- Snel Internet
- Technische hulp in uw eigen taal
- Gratis Installatie
- Spaans 96 nummer

ADSL



- Supersnel internet
- Tot 20Mb download
- Technische hulp in uw eigen taal



U vindt ons kantoor op Ctra Moraira –Calpe 82B

Bel Ons: 902 88 90 70
965 743 473
Email Ons: sales@telitec.net
Online: www.telitec.com

TELITEC

LET OP:
Verkoopsvoorwaarden zijn van toepassing op ALLE aanbiedingen op de flyer

**KORTING
NL-CLUBLEDEN**



*Wij adviseren ook bij u thuis
"33 jaar Verbeek Verzekeringen"*

Vraag vrijblijvend offerte aan
Kantoortijden: ma. t/m vr. van 09.00 - 14.00



TEL 96 649 3295
mail@pieterverbeek.com



**Liberty
Seguros**

De plannen voor het najaarsprogramma zijn onder andere de volgende :

Openingsbarbeque

Nordic walking activiteit

Voordracht van Dr van der Toren over de defibrillator

Voordracht over voetverzorging en andere schoonheidsbehandelingen

Bezoek aan handtassenfabriekje

Wijnproefavond

Jaarlijkse Brass Band namiddag

Filmavonden

Klassieke Muziekavonden

Voor meer informatie: www.nvoc-delagelanden.com/evenementenkalender

***** Bij deze activiteiten: inschrijven bij de gastvrouwen. *****

Uw betalingsbewijs is uw toegangsbewijs.

<--->

Wijzigingen voorbehouden. Houdt u het mededelingenbord, prikbord en - indien van toepassing - onze website en/of mededelingen@nvoc-delagelanden.com in de gaten voor nadere details, wijzigingen en eventuele overige activiteiten!

DEELNAME AAN ONZE CLUBACTIVITEITEN IS GEHEEL VOOR EIGEN RISICO

<--->

Mededelingen via mededelingen@nvoc-delagelanden.com dienen ingeleverd te worden bij de voorzitter van de Evenementencommissie óf een van de leden van het Dagelijks Bestuur, waarna Mohan Metha voor publicatie zal zorgen.

<--->

Mededelingen van persoonlijke aard graag ook melden aan het secretariaat indien u wilt dat het bestuur van de club daar op reageert.

Heeft u interesse in het programma van het Auditori in Teulada of andere culturele activiteiten in de omgeving van Moraira?
Zie: www.nvoc-delagelanden.com/overzicht/cultuur-agenda/

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



Fotobilia

COSTA BLANCA

691 349 861

Quality Photoshoots
at affordable prices



fotobilia@hotmail.com
find us on facebook



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



Beste leden,

Voor sommigen is de tijd aangebroken om voor de zomermaanden naar zijn thuisland te gaan.

Ik ben ook zo iemand. Maar intussen blijf ik dan wel denken aan allen die genieten van het mooiere weer daar dan in België.

Ik wens allen nog veel genot in het mooie Spanje of waar dan ook. Begin september ben ik er weer en voor langere tijd.

Uw voorzitter,

Chris Jacobs

IN MEMORIAM: GILLES AARTS

Op 8 mei 2016 is Gilles Aarts op 74 jarige leeftijd overleden.

Gilles was een "no nonsens"- figuur. Hij was dol op kleine kinderen, dieren, sport, muziek en films. Voetbal keek hij op meerdere schermen tegelijk. Naast voetbal, wat een passieve bezigheid was, tenniste hij graag. Daarbij speelde het sociale gebeuren een hoofdrol. Aan het eind van de partij was de stand altijd 3-3. Ook speelde hij graag een partij snooker. Hij had een grote collectie muziek en films. Hij vond het een sport om deze via allerlei sites zonder kosten te downloaden.

Gilles was ook altijd bereid iemand te helpen. Had iemand een technisch probleem dan werd vaak de hulp van Gilles ingeroepen. Daarnaast was hij ook lid van de vrijwillige brandweer van Benitachell. Kortom iemand die veel dingen om handen had en volop van het leven genoot.

Ondanks zijn ziekte wilde hij het leven niet loslaten. Het was hem te dierbaar. Op 8 mei gebeurde toch het onvermijdelijke. Wij verliezen in Gilles een goed mens.

Namens het bestuur,

Theo Tappen

alexspanje



ZELF BELEGGEN OF LATEN BELEGGEN?

De keuze van nu.
Alex, uw bank ook in Spanje.

Logisch toch?

Naast zelf beleggen kunt u ook laten beleggen.
Net zoals u uw grasveld kunt laten maaien.

Wij bieden diverse moderne technieken om beleggen zo eenvoudig mogelijk te maken. Ongecompliceerd en toegankelijk, net als Alex Spanje. Of u nu kiest voor zelf beleggen of laten beleggen, in ons kantoor in Marbella zit altijd een team enthousiaste, deskundige medewerkers voor u klaar. Check de website of kom langs.

Maak vandaag nog een afspraak.

Alex Vermogensbank is een handelsnaam van BinckBank N.V. - Vergunninghouder DNB - Geregistreerd bij de Autoriteit Financiële Markten - KvK, Amsterdam 53162223. Wie gaat beleggen neemt risico. De waarde van uw belegging kan fluctueren, in het verleden behaalde resultaten bieden geen garantie voor de toekomst.

NEEM CONTACT OP

telefoon
+35 952 924 011

web
www.alexspanje.com

De verkoop van boeken op Koningsdag is succesvol verlopen en mede daardoor hebben wij weer een aantal mooie boeken kunnen kopen.

Wat dacht U van de titel: Zijn wij slim genoeg om te weten hoe slim dieren zijn? Zo'n boek wil je toch onmiddellijk lezen!

De lang verwachte derde roman van de Spaanse schrijfster Maria Dueñas en het nieuwste boek van Santa Montefiori hebben wij gekocht. En natuurlijk historische en literaire thrillers.

Ook kunt U bij ons de DVD van de mooie stad Caceres, die wij op onze prachtige clubreis naar Extremadura bezochten, lenen.



OPENINGSTIJDEN BIBLIOTHEEK ZOMER 2016

30 juni	15.30 – 18.30
7 juli	geen bibliotheek
14 juli	18.30 – 19.30
21 juli	geen bibliotheek
28 juli	18.30 – 19.30
04 augustus	geen bibliotheek
11 augustus	geen bibliotheek
18 augustus	18.30 – 19.30
25 augustus	geen bibliotheek
1 september	15.30 – 18.30



De modewinkel aan de Costa Blanca voor Dames en Heren

Damesmerken:

Aaiko, Betty Barclay, Cambio, Elisa Cavaletti, Espresso,
Etoile du Monde, Geisha, Juffrouw Jansen,
L'Argentina, Michele, Tricot Chic, Zerres

Herenmerken:

Claudio Campione, Gardeur, Mc Gregor, LaCoste,
NZA, State of Art, Van Gils, Van Santen van Santen

Altea: C/ La Mar 1 (Paseo) Tel: 965 841 846
Denia: C/ La Mar 24, Tel: 966 435 272

NVOC DONEERT € 715 VOOR SCHOOLMATERIAAL

Monique Crouchs en Anne-Lize Jaspers, leden van de evenementencommissie van de Nederlands-Vlaamse club NVOC "De Lage Landen", hebben woensdag 18 mei een donatie van € 715 overhandigd aan de besturen van AMPAS del CEIP Cap d'Or en van CEIP Sant Vicent Ferrer.

Deze donatie is bedoeld voor de aankoop van schoolbenodigdheden.

Tijdens de overhandiging werden beiden begeleid door zowel de leidingen van beide scholen als vertegenwoordigers van de gemeente Teulada-Moraira, Dani Ibanco en Nacim Benatsou.



OPENINGSTIJDEN CLUBGEBOUW

Alle donderdagen in de maanden juli en augustus draaien we "zomertijden". Dat wil zeggen dat de clubmiddag is van 17:30 - 20:00 uur.





Het ziekenhuis gekozen door Nederlanders en Belgen

Waarom IMED Ziekenhuizen kiezen?

- ⇒ Wij ontvangen alle **ZIEKTEKOSTENVERZEKERINGEN**.
- ⇒ Wij staan klaar om de **Nederlandse** en **Belgische patiënt** te dienen: een team van vertalers en meertalig personeel, medisch personeel en internationaal verplegend personeel, hebben direct contact met de Nederlandse en Belgische verzekeraars om hun procedures te stroomlijnen.
- ⇒ Wij zorgen voor alle **medische en chirurgische specialiteiten**.
- ⇒ **24h. spoedgevallen** en eigen ambulancedienst.

Wij zorgen voor u aan de Costa Blanca: **Benidorm | Teulada | Elche**



**C/ Ramón y Cajal, n° 7
03503 BENIDORM**

**GPS: 38.5412,-0.1059
966 87 87 87**

www.imedlevante.com/nl



**Carretera Teulada-Moraira, n°2.
Camino del Calvario**

**03725 TEULADA
GPS: 38.7263,0.1082**

966 81 74 04

www.imedteulada.com

Nou, John Lagerburg weet niet eens wat geraniums zijn. In juni 2012 fietste hij nog met 2 vrienden op de racefiets van Edam naar Moraira met vriend Kees van der Laan als verzorger / regelaar in de bezemwagen in hun kielzog en voor een rondje Col de Rates draait John z'n hand ook nog steeds niet om.

Van stilzitten heeft hij nog nooit gehoord en met een boek in een hoek zul je hem dan ook nooit zien zitten. John gaat liever met windkracht 8 kitesurfen of skeeleren en zodra het wat frisser wordt buiten gaan de schaatsen onder en als er natuurijs is zie je hem helemaal niet meer binnenshuis.

Muziek maken kan hij ook. Nadat z'n Edamse band Kaas ontbonden was, wegens gebrek aan animo van de andere bandleden, treedt John niet meer op, want ook dat deed hij vol overgave. Ook bij Cafe del Mar in Moraira is John geen onbekende met o.a. het nummer "Unchain My Heart" van Joe Cocker.

Zit die man wel eens stil, vraag je je af. Nou nee, niet echt, want als hij niet sport overdag staat hij wel ergens op een bouw. Hij bouwt met het meeste plezier een nieuwe garage of een nieuwe keuken, een badkamer, een oprit, een tuinmuur, noem maar op. Als de ene stofwolk net is opgetrokken komt de volgende alweer in beeld. Maar het afgelopen jaar is John heel druk geweest met z'n nieuwste hobby: het bouwen en in elkaar zetten van een oude A Ford uit 1929!

4 Juni aanstaande gaat hij proberen om samen met z'n vriend en mede technaut Kees deze A Ford van Parijs naar Moraira te rijden. Het eerste stuk van Edam naar Parijs doen ze heel wijselijk per transport. Het zal evengoed een rit van een dag of 10 gaan worden, want met maximaal 60 km per uur ga je niet zo snel. Je zult hem op de autobanen dan ook niet tegen gaan komen, want de hele reis moet binnendoor over de kleinere wegen gaan gebeuren. Het grote probleem wordt de benzine onderweg nu Frankrijk weer een groot tekort aan benzine heeft door de stakingen, maar enfin, in een week kan een heleboel veranderen. Zoon Twan zal met zijn stiefzoon Bas dit keer de bezemwagen besturen, gevuld met gereedschap en extra onderdelen.

We hopen dat het hun gaat lukken en dat ze omstreeks de 13de juni veilig in Moraira aan zullen komen. Echtgenote Ina en vriendin Marga en wij allemaal natuurlijk kijken vol verwachting naar ze uit...





**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



Clinica Benissa



Huisarts: Dr. Max Meertens
Tandartsen: Eric Geerlings, Alexandra Rodríguez
Dermatoloog: Dr. Ruud Valks
KNO-arts: Dr. Stef Kohler
Orthopedie: Dr. Vicente Reig
Podoloog/pedicure: Philip Mann
Natuurgeneeskunde: Christina Brouwers
Acupunctuur: Monica Blokland
Psychotherapeute: Rian van Rijnsbergen
Psychologe: María Reyes Olmeda

*Aangesloten bij VGZ en
andere Nederlandse
verzekeringen*

Nu ook bij DKV

*Kijk op onze website voor
afspraken online en
andere informatie*

Avda. Pais Valencià 19, Benissa Tel: 96 573 31 57 Urg: 639 60 42 69 www.clinicabenissa.com

De Toneelgroep van de NVOC overhandigde op woensdag 25 mei een donatie aan het Alzheimer dagcentrum van de Gemeente Teulada/Moraira. Er werd voor de bewoners een mini-voorstelling gegeven van sketches uit Viva España.

Myriam begon, samen met de overige toneelleden Elly, Ria, Solveig, Elly en Henk-Jan, het liedje 'Tapas' te zingen en de bewoners die de oorspronkelijke versie Valencia kennen, gingen spontaan meezingen. De zelf gemaakte Tapas vielen zowat van de bordjes toen de sfeer er gelijk in zat.

Lydia, die eindelijk haar opleiding tot Clini-Contactclown in kon zetten, kreeg de meeste bewoners aan het lachen en bewegen. Solveig en Myriam sloten af met hun prachtige vertolking van de Flamenco. Sommige van de grappen werden heel letterlijk genomen; toen Myriam quasi op de voet stampte van Solveig, reageerden een paar bewoners heel geschokt.

Nicole, van de Evenementen Commissie, tolkte terwijl wij de cheque van € 500,- overhandigden aan de directie en bestuur van het dagcentrum. De maker en regisseurs van Viva España, Hugo en Greet, genoten nogmaals van de mini-uitvoering die zo enthousiast werd ontvangen door bewoners, personeel en aanwezige familieleden.

Misschien genoten wij zelf wel het meest van deze ochtend aangestoken door het ontroerende enthousiasme van de bewoners.



Restaurant Les Fougues in Moraira

Verse Franse producten om te consumeren in het restaurant of om mee te nemen. Vis, schelpdieren en schaaldieren, vers vlees, bakkerij, kaas, gebak, kaviaar, foie gras, escargots de Bourgogne, catering en nog veel meer.

Verkoop van verse kreeft en oesters uit de vijver. Gespecialiseerd in "fruits de mer" gerechten. Selecte keuze van Franse wijnen en champagne.

Carretera Moraira - Calpe
Cami Paellero, 3
03724 Moraira (Alicante)

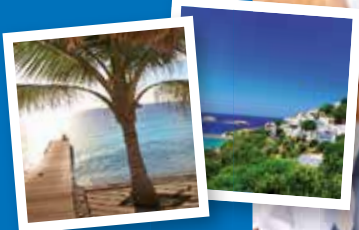
96 574 5109 / 678 488 895
Website: www.lesfougues.es
E-mail: info@lesfougues.es



Bel gratis (zonder landcode)
vanuit:
Spanje: 900 993 131
Portugal: 800 831 458
Zwitserland: 0800 555 733
Frankrijk: 0800 905 909

 **Kuiper**
DE INTERNATIONALE VERHUIZER

Van Houten Industriepark 12
1381 MZ Weesp
Telefoon +31 (0)294 418080
Telefax +31 (0)294 418157
Email info@kuiperbv.nl
Website www.kuiperbv.nl



Internationaal verhuizen?

Kuiper De Internationale Verhuizer verzorgt uw internationale verhuizing tot in de puntjes. Met meer dan 80 jaar ervaring is uw waardevolle inboedel bij Kuiper in goede handen. Wekelijks rijden er luchtgeveerde verhuishagens naar en vanuit onder meer Frankrijk, Spanje, Portugal, Zwitserland en Italië. Een persoonlijke en professionele benadering garanderen een zorgeloze verhuizing. U pakt uw koffertje...wij de rest!

- Eigen (Nederlandstalige) vestigingen in heel Zuid-Europa
- Wereldwijd betrouwbaar en ervaren agentennetwerk
- Moderne opslagfaciliteiten in Nederland en op de bestemming
- Tevens frequent op andere Europese en Overzee bestemmingen
- Door combinatielading gunstige en concurrerende tarieven!

 ERKENDE
VERHUIZERS

 IAM

 PEREGRINO

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

Op deze zonovergoten zondag vertrokken wij met twee auto's vanuit Moraira naar ons vertrekpunt in Jesus Pobre voor het beklimmen van de Montgó. Het is een kalkstenen massief, gevormd door krijtmaterialen die de steden Denia en Javea scheidt. De top ligt 752 meter boven de zeespiegel en het gebied is een natuurpark sinds 1987. Het is een heel gevarieerde klim van totaal 5 uur, heen en terug, met een middelmatige moeilijkheidsgraad.

Met organisator Frans voorop is het ontspannen klimmen, het is gewoon gaan, heel relaxed voor de volgers. Cora was onze vraagbaak want zij weet veel over de natuur en omgeving.

Natuurlijk namen we af en toe een pauze om te genieten van het schitterende uitzicht onder het genot van een drankje en/of hapje en van het gelijkgestemde gezelschap. We zijn niet tot het Denia-kruis op de top geklommen maar op ons hoogste punt hadden we een prachtig uitzicht op de bergen in het binnenland en ver langs de kust, zowel in het noorden als het zuiden en zelfs de Balearen zijn te zien op een heldere dag. Halverwege de klim op een mooie plek hebben we genoten van de lunch.

Tijdens de afdaling zagen we Frans en Cora handschoenen aantrekken en dat riep meteen vragen op. Deze actie had alles te maken met het dicht begroeide looppad. Prima remedie om takken die voorzien zijn van stekels prik vrij zijwaarts te duwen.

Na de afdaling hebben we op het dorpsplein in Jesus Pobre op een terras genoten van de traktatie van Vincent: gekoelde biertjes en Fonter, wat een weelde na 5 uur lopen.

We hadden wat gemist als we die zondag niet vroeg uit de veren waren gegaan om deel te nemen aan deze bergstappers-PLUS. Vooral chapeau voor Frans en Cora.





Duizeligheid

Duizeligheid is een veel voorkomend symptoom dat wij vaak zien bij patienten. Duizeligheid wordt vaak niet gezien als een aandoening waar een chiropractor 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 nekbeweeglijkheid kunnen leiden tot veranderingen in de oogmotoriek. Dit maakt het vaak complex, maar zeker niet onmogelijk, de werkelijke oorzaak van de klacht te herleiden.

In onze kliniek analyseren we duizeligheid klachten 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 in Calpe.

Jason Gast (Doctor in Chiropractic),
www.quiropracticacalpe.es
Quiropráctica Calpe Tel: 965 875 917.
Quiropráctica Altea Tel: 965 841 950

Met 52 enthousiaste NVOC golfers hebben we deelgenomen aan de 5^e jaarlijkse golfreis op 25 t/m 27 april. Deze keer hebben we onze ballen geslagen op de banen La Finca en Las Ramblas, respectievelijk te Algorfa en Orihuela. Voor velen bekend terrein daar we op onze 1^e golfreis vijf jaar geleden deze banen ook gespeeld hebben.

We verbleven in het schitterende vijf sterren golfhotel "La Finca Golfhotel en SPA Ressort" te Algorfa. Sommige golfers waren al de dag tevoren in het luxe hotel neergestreken. Een juiste relaxte voorbereiding voor drie zware golfdagen. De meeste van ons zijn vroeg op maandagochtend vertrokken om zo tijdig in te checken om vervolgens om 11.00 uur tijdens de briefing aanwezig te zijn. Tijdens deze briefing werden alle leden verrast met een fraai witte verenigingspolo met op harthoogte "Ifach NVOC Golf 2016"geborduurd. Een leuke verrassing om mee te starten. Tijdens de briefing werd de uitleg gegeven over de 1^e speeldag, die op de baan van "La Finca" gespeeld zou gaan worden.

Gestart werd met de spelvorm 'Texas Scramble', een spelletje dat je als flight moet spelen. En gezellig golfspel om de eerste dag mee te starten. Na uitreiking van de lunchpakketten kon de eerste flight zich gereedmaken om op 12.00 uur vanaf hole 1 te starten. Circa 5 uren duurde het voordat ieder flight binnen was.

La Finca (2002) is een fantastische baan met aardig wat waterhindernissen, veel weidse uitzichten met hier en daar 200 jaar oude olijfbomen en glooiende heuvels. Een genot om op te spelen. De resultaten van deze dag werden tijdens het diner bekend gemaakt. Op de 1^e plaats met 57 slagen netto eindigde de flight van Joany Hübscher, Cara Toebes, Dick van der Klashorst en Frank Tros.

Lees verder op de website!





PROVINCIE
ALICANTE



 **SALUS
ALBIR**



**HCB
CALPE**



**HCB ASISTEL
MORAIRA**



**HOSPITALCLINICA
BENIDORM**
NEDERLANDSTEAM

HCB uw Nederlandse zorg in Spanje

Persoonlijke gezondheidszorg door ons medisch team, administratieve medewerkers en tolken in het Nederlands en het Vlaams.

Hospital Clinica Benidorm is het enige ziekenhuis in Spanje dat werkt met ALLE* Nederlandse verzekeringen (*Volgens uw polisvoorwaarden)

HCB is het enige ziekenhuis in Spanje dat samenwerkt met de VGZ groep (behalve VGZ oa ook Unive IZZ IZA Zekur), waarbij 25% van alle Nederlanders zijn verzekerd.

HCB CALPE

Avda. Diputación, 49
03710 Calpe
calpe@clinicabenidorm.com
96 607 27 37

HCB ASISTEL MORAIRA

Ctra. Moraira-Benitachell, 22
03724 Moraira
info@clinicaasistel.com
24 HS 96 649 50 06

HOSPITALCLINICA BENIDORM

Avda. Alfonso Puchades, 8
03501 Benidorm
hospital@clinicabenidorm.com
96 585 38 50

SALUS ALBIR

Avenida del Albir, 78
03581 El Albir
info.albir@clinicabenidorm.com
96 686 86 38



900 380 088

Informatie en speed
in het Nederlands
900 38 04 80

www.clinicabenidorm.com

Natuurlijk was het Fleur, de prachtige hond van Frans van de Steenoven, die ze als eerste zag. Haar opgewonden geblijf deed ze wegstuiven. Op de helling tegenover ons renden de wilde zwijnen door de lage struiken. De enorme keilers voorop. Een stoet biggetjes, met hun tekening als of ze een barcode hebben, erachter aan als de staart van een vlieger.

Was het dit wat deze wandeling zo bijzonder maakte? Of was het het aangename, kleine gezelschap? Het prachtige weer of de vergezichten?

Feit is dat we onder leiding van Frans een prachtig stukje regio zagen. Startend bij Jalon (Xaló), snel klimmend naar de eerste waterhuisjes, via smalle, steile kuitbijters te midden van het bekende korte struikgewas. Nog net bloeiende kruiden en planten. "Koffiepauze" op één van de uitkijpunten. "Lunchen" bij de resten van wat eens een boerderijtje was. Na 3 uur klim en vlak terrein een uurtje dalen in wat van bovenaf een romeins theater leek van oude muurtjes. Zoeken naar de uitgang van het labirint.

Een pintje op een pleintje in Jalon, even nagenieten en napraten. Want wandelen is elkaar ontmoeten. Bergwandelen Plus is als een eerste biertje: het smaakt naar meer.

Vincent Braam

PS: Frans wil voor de liefhebbers nog een laatste bergwandeling plus organiseren voor het zomerreces en wel op de derde zondag van juni: 19 juni dus. Daarvoor dit keer bij uitzondering wel graag aanmelden omdat Frans wil weten of er op die datum nog voldoende belangstellenden zijn. Dit kan via: fransvandesteenoven@hotmail.com (vóór 12 juni)



Lente bij

Brasserie Vivaldi

Brasserie Vivaldi heeft voor u tijdens de lentemaanden dagelijks een heerlijke aanbieding tijdens lunch of diner.

ZONDAG Vanaf 14.00 uur High Tea of High Wine voor
€ 9,50 i.p.v. € 12,50

MAANDAG Kip saté Vivaldi voor € 9,50

**DINSDAG &
WOENSDAG** Lunch: "12 uurtje"
= Kopje soep + Broodje kroket € 5,-

DONDERDAG 3 gangen menu speciaal voor NVOC leden incl. 1 drankje*
€ 13,50 (*water, bier, fris of wijn)

VRIJDAG Koffie: Koffie naar keuze met huisgemaakte taart! € 4,50
Kogelbiefstuk met salade en Frites € 12,50

Wist u dat...

- een kopje koffie bij Brasserie Vivaldi voor leden altijd € 1,50 kost.
- wij ook heerlijke 'Hollandse kost' in het wekelijks wisselende donderdag menu serveren
- het mogelijk is om onze Brasserie af te huren voor privé feestjes en etentjes
- u alle nieuwtjes en weetjes over onze Brasserie terug kan zien op onze website:
www.brasserievivaldi.com

Brasserie Vivaldi | Paseo del Senillar 25 | 03724 Moraira | 966 490 275

Er was weer een zoektocht/wandeling georganiseerd en ditmaal gingen we naar Villajoyosa. Het weerbericht belooft niet veel goeds. Thuisblijven is geen optie dus daar ging ik dan!!!

Rugzakje mee, warme kleren aan, jas mee, das om, paraplu mee en ach... laat die zonnebril maar thuis. Ik laat me niet verrassen dus ben op alles voorbereid. Vol goede moed stap ik in de auto bij Ton en Corrie en op naar Villajoyosa. Daar aangekomen heb ik toch maar besloten om de jas in de auto te laten. Vestje en das voldoen wel.

Bij het startpunt eerst maar de papieren ophalen en beginnen met koffie. Het weer viel mee dus dat kon buiten op het terras. Het was droog en ach.... Niet echt koud. Fijn!!! Daar gaan we dan op pad. Rugzak mee en de route beschrijving in de hand. Nou loop je de tocht niet alleen dus het is super gezellig om iedere keer weer iemand van onze club tegen te komen.

Het is een mooie wandeling langs een foto tentoonstelling, leuke kleurige smalle straatjes, monumenten, mooie gebouwen en we moeten zelfs de naam van een boom weten te vinden. Gelukkig ook winkeltjes en terrasjes. Tijdens de wandeling gaat de das in de rugzak. Best lekker weer eigenlijk! De smalle straatjes (die een beetje kil zijn) komen uit op de prachtige boulevard en het strand van Villajoyosa en och! wat heerlijk!! De zon staat hoog aan de hemel en de terrasjes lonken. Vest kan ook in de rugzak. Tijd voor een drankje in de zon en wat jammer dat ik mijn zonnebril niet bij me heb. Daar hadden we de rest van de middag kunnen blijven zitten maar op de beschrijving staat dat we toch echt verder moeten want er rest ons nog veel meer.

Wandelend in de zon gaan we dan maar op zoek naar het restaurant. En wat een planning. Daar aangekomen begon het te regenen. Lekker binnen eten terwijl buiten de beloofde regebui ons niet deert. Na het eten stond de excursie naar de Valor chocolade fabriek nog op de planning. Ik heb mijn paraplu niet voor niets meegenomen want na een wandelingetje door de regen kunnen we met eigen ogen zien hoe al dat lekkers gemaakt wordt en YES!! we mogen ook proeven.

Voldaan en met een goed gevulde tas met chocola gaan we weer terug naar Moraira, waar het de hele dag geregend heeft. En zo zie je maar. Ik mag wel zeggen dat ik me niet laat verrassen maar je kan je nog zo goed voorbereiden... de natuur gaat zijn eigen gang. Ik was dus aangenaam verrast. Niet alleen door de zon maar ook door Villajoyosa en de organisatie van deze dag.

Mensen... het was super! Dank voor al jullie tijd en werk wat jullie doen en ik zou zeggen...Hou vol! Volgende keer ga ik weer mee.

Elly Smit



MARCA REG.

Distribuidor oficial



INDUSTRIAS Y DISTRIBUCIONES

SEVISAL, S.L.

VINOS Y CERVEZAS

Felices Fiestas

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

EEN PENSEELSTREEK...

Effe een boom opzetten!! En dan bedoel ik geen kerstboom beste clubgenoten... Nee, die tijd komt later, maar ik bedoel een boom op het doek zetten.

Ons nieuwe thema "BOOM" hangt inmiddels al een week in de bar. Na al die nattigheid van onze waterige schilderijen in de bar hadden we nu het idee om jullie het bos maar eens in te sturen en hopelijk zien jullie door de bomen het bos nog wel!! Ja, een boom is een boom, zou je denken, maar als je fantasiebomen schildert wordt het toch een heel ander verhaal. Een heel kleurrijk verhaal. Ook nu is de variëteit weer optimaal en hebben we weer met het meeste plezier aan deze expositie gewerkt.

Ga er maar is even goed voor zitten en zet onder het genot van een glas maar is een lekkere boom op met je mede clubgenoten. Wij zijn alweer druk in de weer met ons volgende onderwerp.

Met een groene penseelstreek van het mos wens ik een ieder weer veel kijk plezier.

SCHILDERSCLUB VORIG THEMA: WATER

Hieronder enkele schilderijen van het vorige thema "water", te zien in ons clubhuis!



the Olive tree

RESTAURANT



twoegangen menu
inclusief een halve fles wijn
€ 24,00



driegangen menu
inclusief een halve fles wijn
€ 26,00



Lunchmenu "Menu del día"
vrijdag & zaterdagmiddag 12.00 - 15.00
3 gangen, incl. glas wijn of frisdrank
€ 14,99



Bezoek onze website:
www.theolivetreerestaurant.es

Vind ons op facebook:
www.facebook.com/TheOliveTreeRestaurantMoraira



Restaurant The Olive Tree

Camino El Paellero, 4
Moraira (Alicante)
Tel. 966 490 655
info@theolivetreerestaurant.es

Openingstijden:

Maandag t/m zaterdag
18.30 - 22.30

Zondag gesloten

Zaterdag 30 april, vierde de NVOC golf voor de twee keer op de golfbaan Ifach vlaggetjesdag ter gelegenheid van Koningsdag. Een gezelligheidswedstrijd met een Oranje tintje, de Vlaggenwedstrijd. Na afloop werd de dag feestelijk besloten met gepaste drankjes (!) en heerlijke tappa's.

In totaal namen 13 flights- 49 spelers – deel aan deze feestelijk wedstrijd. Een compliment aan de organisatie, Esta, Wim en Perry, net deze week terug van de NVOC golfreis naar La Finca en meteen daarachteraan deze organisatie, die in de puntjes was geregeld. Chapeau!

Na afloop werden allereerst de Birdy's uitgereikt aan Wim, Veronique, Floris en Manfred. De winnaars werden gekroond tot Koning en Koningin. Bij de dames kreeg Anna de Kroon en bij de heren Marie.

De prijs voor best geklede golfster ging naar Carla vd Klashorst en voor de meest unieke man met oranje tintje naar Coos Hübscher. Dank aan allen die met hun sportieve en enthousiaste instelling een onvergetelijke dag hebben neergezet.



ANTI AGING COSTA BLANCA



Gezond & mooi ouder worden: Wat is daar mis mee?



Tot voor kort werd aangenomen, dat er weinig gedaan kon worden om het proces van het ouder worden te vertragen. Recente wetenschappelijke onderzoeken tonen aan dat dit wel degelijk kan. Anti-aging geneeskunde is geen geneeskunde die op ziekte gebaseerd is, maar is een wellness-georiënteerd model. Deze innovatie in de gezondheidszorg richt zich niet alleen op de maximale leeftijd die bereikt kan worden, maar ook op de kwaliteit van dat leven.

Er is een natuurlijke therapie voor hormonale klachten

Als het uw doel is om zo lang mogelijk vitaal en gezond te blijven, moet u zich verdiepen in een aantal anti-aging therapieën die zich richten op lichaam en geest.

Heeft u overgangsklachten, opvliegers, stemmingswisselingen of depressies? Heeft u mogelijk last van een te traag werkende schildklier? Vindt u uw huid te snel verouderen en stoort u zich aan de rimpels in uw gezicht? Vraagt u zich wel eens af of u de juiste, gezonde voeding gebruikt of dat er wellicht tekorten zijn (hormonen, vitamines, mineralen) waar u geen vermoeden van heeft en die gemakkelijk zijn aan te vullen? Kortom: wilt u zich zo lang mogelijk jong en vitaal voelen?

Dankzij de injectables zie ik er jonger, frisser en gezonder uit.

Wij staan borg voor een individueel gerichte benadering en een objectief advies.



DR. NORA HENDRIKS

Huisarts, Anti-aging specialist

Dr. Eleanora Hendriks heeft gestudeerd aan de Erasmus Universiteit in Rotterdam en de Universiteit van Antwerpen. Naast de opleiding huisartsgeneeskunde (1985/1986) volgde zij een aantal aanvullende opleidingen die haar een allround arts maken. Ze is gespecialiseerd in onder andere Chinese geneeskunde (acupunctuur en laseracupunctuur), natuurlijke hormonale behandelingen, orthomoleculaire geneeskunde en voedingsadviezen, zware metalen ontgiftig, niet toxische tumor therapie en klassieke homeopathie. Eveneens is zij opgeleid in cosmetische (esthetische) geneeskunde (Injectables: Hyaluronzuur / Botox).



DR. PETER TERMOHLEN

Cosmetisch arts

Peter Termohlen studeerde geneeskunde aan de medische faculteit van Utrecht en specialiseerde zich in de huisartsgeneeskunde in welke hoedanigheid hij van 1979 tot 2002 werkzaam was. Sedert 2003 werkt hij als esthetisch arts en verricht meer dan 3000 behandelingen per jaar. Dr. Termohlen is drie jaar voorzitter van de NVCG (Nederlandse Vereniging van Cosmetische Geneeskunde) geweest, woont regelmatig internationale congressen bij en volgt advanced trainingen. Met zijn ervaring leidt hij zelf collega's op.



Oorspronkelijk werd op de landerijen bij Jalón tarwe verbouwd. Om het graan te malen waren er twee watermolens: in het dorp de ene, nog te zien als een ruïne en buiten het dorp, langs de rivier, de andere die nu overwoekerd is. Soms ook zie je in het landschap "trillos": ronde grascirkels, ook hierop werd tarwe gemalen en wel met afgeknotte, conische stenen bewogen door ezels. In de 18de eeuw kwam de belangstelling voor rozijnen op en werd steeds meer graan door druivenstruiken vervangen want dat was winstgeverder.

Rijzijnen zijn meestal gewoon in de zon gedroogde druiven. Het drogen duurde hier ongeveer een maand. Véél te lang dus daar werd iets op gevonden: de druiven gingen nu eerst in een draadzeef en werden zo ondergedompeld, héél kort, maar tien tot veertien seconden, in potten met kokend water waaraan kalk, as en kruiden waren toegevoegd. Hierdoor dehydreerde de schil waardoor het drogen daarna nog maar zes à negen dagen duurde. Maar nu waren de druiven gevoeliger voor schimmel ten gevolge van vocht. Daarom werden de rietmatten, waarop de druiven overdag in de zon lagen, 's nachts onder een afdak, de riurau, gelegd.

Deze riurau is een schuin dak, vaak tegen een gebouw aangezet, steunend aan de voorkant, de lage kant, op bogen variërend in aantal. Deze kant is altijd op het zuiden gericht - behalve bij een dubbele waarbij één kant, onvermijdelijk, op het noorden ligt - met ook altijd een grote open plek er voor. Hele kleine heten riurauets. Iedereen ging ze bouwen, iedereen wilde meeprofiten! Het plukken van de druiven en het drogen en draaien deden zowel mannen als vrouwen, het sorteren alleen de vrouwen.

De Valenciaanse Riurau, zeer karakteristiek in het landschap, zijn uniek in de wereld en de stille getuigen van wat ongeveer twee eeuwen lang hier de belangrijkste nijverheid was. En niet alleen zijn een aantal families er steenrijk, zeg maar "rozijnrijk" mee geworden, ook op de bevolking als geheel heeft de rozijnenhandel zijn invloed gehad, zie bijvoorbeeld de architectuur.

Weetjes: Rijkdom trekt rovers aan en rond 1850 vierde die boeverij hoogtij. Sommige Rejas voor ramen hebben aan de onderkant een bolling waarin nu vaak planten staan maar hun oorspronkelijke nut was om beter rond te kunnen kijken en belagers te beschieten. Ook sommige namen herinneren nog aan die tijd: Col de Rates komt van "Raptas": "overvallen" en Mascarat betekent "gemaskerd".



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
Seprona	965 146 129

Benissa

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

Nederlandse ambassade in Madrid:

Paseo de la Castellana 259-D
28046 Madrid
Telefoon: 913 537 500
Tel. uitsluitend urgente noodgevallen: 629 654 321
Ambassadeur: Drs. C. van Rij
Openingstijden: ma.- vr. van 09:00 - 17:00 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. van 09:00 - 14:00 uur.

ANWB Benidorm

Edif. Coblancia 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)

Moraira

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

Benimarco

Katholieke kerk: internationale eredienst in verschillende talen, w.o. Nederlands. Elke zondag om 11:30 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)
Kerkdienst elke zondag om 11:00 uur, waarin een Nederlandse predikant voorgaat. In de maanden mei en juni zal dat zijn Ds. Alfred C. Bronswijk uit Deventer. Aansluitend drinken we een kopje koffie. Wilt u meerijden of hebt u een routebeschrijving nodig? Bram Gerth (965795152), Henk de Jong (965974303) of Chris & Ria de Jong (677729509) helpen u op weg. Website: www.kerkdenia.nl

Jávea

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

Calpe

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

SATARI restaurant

Bekijk onze website: www.satarirestaurant.com

Reserveer - Zie de Menu's - Schrijf een beoordeling - Bekijk de foto's

**Bezoek een van de beste restaurants in Moraira
uitstekende en ongeëvenaarde kwaliteit**

**4 gangen menu van: 16,95 of 22,95
plus a la carte**

SPECIAAL MENU 16,95 voor NVOC LEDEN

Hapjes en een glas wijn van het huis

Gerookte zalm op gekruide salade en yoghurtsaus

Gebakken varkensstukjes in "Singapore stijl" en sojasaus

Geitenkaas salade met lichtgekruide tomaten en koriandersaus

Soep van de dag

Sorbet

*Gebakken zalm & wilde champignons "Wellington"
met een champignon botersaus*

*Kip met knoflook tomaten en kruidensaus
en gereduceerde balsamic*

*Lam uit de oven met rozemarijn, romige aardappelpuree
met spinazie, verse groeten en jus (meerprijs 1,95 Euro)*

Linzen en aubergine in "Persian style"

*Pannenkoek met warme kersensaus en vanille-ijs,
Oranje cremecaramel VALENCIA,
Gevarieerde ijssoorten
of koffie*

PRIVÉFEESTEN

Vier uw privéfeestjes bij Satarí Restaurant

*Wij kunnen voor u een menu samenstellen aangepast aan uw budget
en organiseren live muziek, bloemen, etc.*

De beste paella van de Costa Blanca

**Woe t/m Za avond geopend van 18:30 - 22:00 uur
zondag lunch van 12:30 - 15:30 uur**

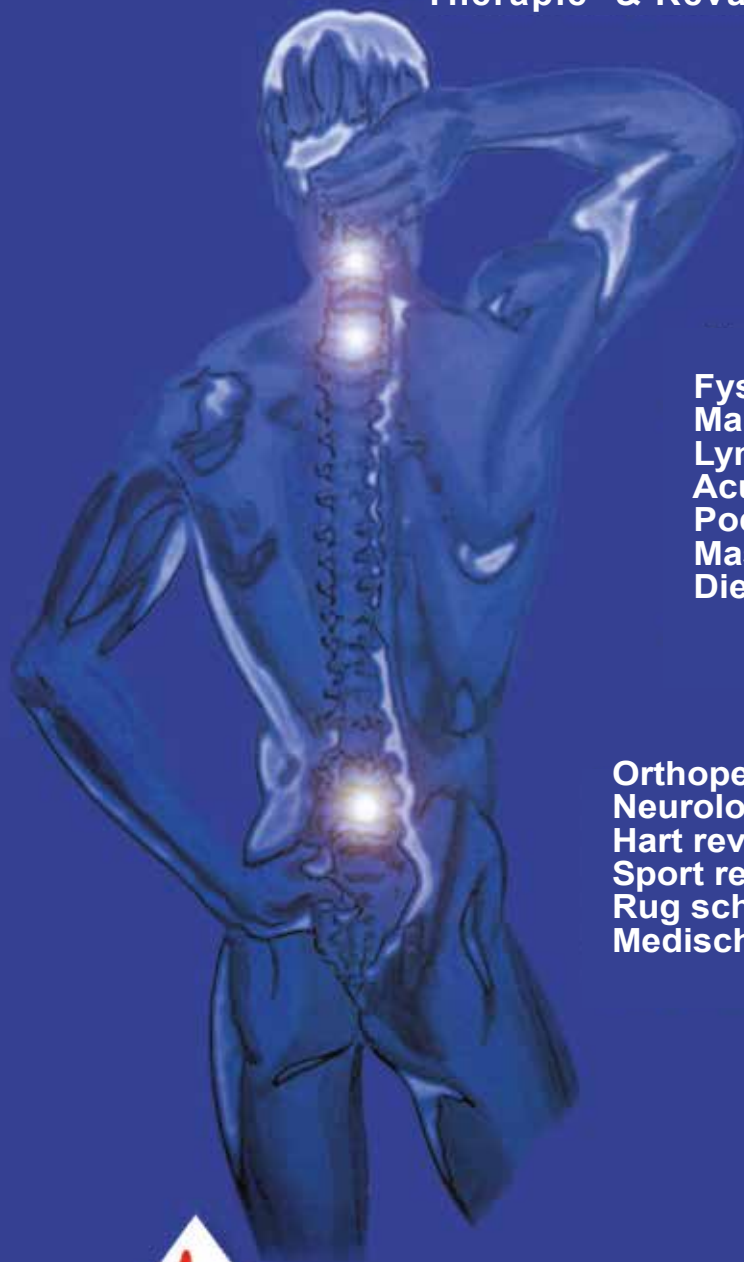
Reserveren, tel: 965 747 134 of 650 100 754

email: satarirestaurant@hotmail.com

tegenover de Mas y Mas aan de kustweg Moraira-Calpe; 1,5 km vanaf Moraira

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

