



# NIEUWSBRIEF

NVOC "De Lage Landen" Moraira



## Een nieuw seizoen!

De zomer zit er weer op, de herfst heeft officieel haar intrede gedaan. Met de herfst keren ook de meeste clubleden weer terug.

In deze uitgave blikken we terug op de verschrikkelijke branden die in de omgeving voor een ravage hebben gezorgd, maar kijken we ook vooruit naar het nieuwe seizoen, met veel leuke activiteiten!

## In dit nummer o.a.

Klassieke muziekavond

Filmavond: Florence Foster Jenkins

Voorlichting AED

Een penseelstreek

Brand op de Cumbre del Sol

**Oktober 2016**



## Buenaventura Villas

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

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

[info@buenaventuravillas.com](mailto:info@buenaventuravillas.com)  
[www.buenaventuravillas.com](http://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.

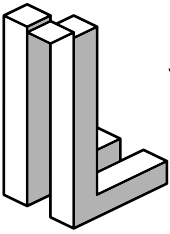


**Wij zijn gespecialiseerd in het  
organiseren van evenementen  
tegen zeer concurrerende prijzen.**

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/ Lérida 2 MORAIRA

[solparktennis@ctv.es](mailto:solparktennis@ctv.es)  
[www.solparktennis-moraira.com](http://www.solparktennis-moraira.com)



# Nederlands-Vlaamse Ontspanningsclub "De Lage Landen"

## Nieuwsbrief Oktober 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 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 '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](mailto: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 10 November 2016

Kopij: Uiterste inleverdatum: maandag 31 Oktober 2016

E-mail: Uitsluitend naar: [redactie@nvoc-delagelanden.com](mailto: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](http://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
Demonstratie/promotiemiddag	15
Voorlichting over de AED	17
Het koor Alegria	19
Workshop sieraden maken 12 oktober	21
Filmavond 11 Oktober	23
Klassieke muziekavond 25 oktober	25
Jason Gast over: Lage Rugklachten	26
Vragenlijst evenementencommissie	27
De schilderclub - jonge dieren	28
Een penseelstreek...	29
Verslag KKK 25 september	31
De Cumbre in vlammen - de fotos	33
Fuego	35
Stukje Spanje: El Salt te Alcoy	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](http://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](mailto:redactie@nvoc-delagelanden.com). De website is van leden voor leden!

## Hier had uw advertentie kunnen staan!

**Adverteer in de NVOC - Nieuwsbrief en/of plaats een banner op onze website: [www.nvoc-delagelanden.com](http://www.nvoc-delagelanden.com)**

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



# 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](mailto:servitur@servitur.es)  
Internet: [www.servitur.es](http://www.servitur.es)

Telefoon: (+34) 965 850 891  
Telefax: (+34) 965 866 988

**BESTUURSSAMENSTELLING PER 19 NOVEMBER 2015**

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

## **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**



**The International Clinic**  
**MORAIRA**

**Dr. Guido Campman**

**Huisarts**

Ctra. Moraira-Calpe 124 - Moraira

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

# **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 Kouilil	vankouilil@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
<a href="http://www.nvoc-golf.nl">www.nvoc-golf.nl</a>	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	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

*Exclusieve, charmante  
& elegante dameskleding  
met grote persoonlijkheid*



VoQue

Moraira

*Uw winkel voor mode  
en complementen*

**10%  
korting**

**op 'nieuwe'  
collectie  
voor club  
leden**

c/barranquet 10 (naast 'the Ribs bar')

03724 Moraira

Tel 665 878 574 (Lidia)

 /voquemoraira



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

## Dinsdag

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

## Woensdag

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

## Donderdag

Hele dag  
10:00 - 13:00 Biljartclub  
11:00 - 12:30 Tekenen en schilderen  
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  
10:00 - 12:00 Biljartclub  
14:30 - 14:50 Tennisclub Solpark  
15:00 - 18:30 Inschrijven bridge  
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"



Mar y San Design bouwt professionele websites voor elk budget. 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.



+34 620 109 683 | +31 (0)85 7858591  
info@marysan.com | www.marysan.com

# 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](mailto:sales@telitec.net)  
Online: [www.telitec.com](http://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](mailto:mail@pieterverbeek.com)



**Liberty  
Seguros**

**OKTOBER 2016**

8 oktober	9:30 uur	Bergstappers, verzamelen bij Pan Pan Jamon Jamon
9 oktober	14:00 uur	Opening seizoen
11 oktober	13:30 uur	Mode op maat
11 oktober	20:30 uur	NVOC Filmavond
12 oktober	13:30 uur	Workshop sieraden maken
20 oktober	16:00 uur	Voorlichting AED
23 oktober	9:30 uur	Bergstappers Plus
25 oktober	20:00 uur	Klassieke muziekavond
30 oktober		KKK

**NOVEMBER 2016**

3 november	14:00 uur	Demonstratie Pedicure
5 november	9:30 uur	Bergstappers
20 november	9:30 uur	Bergstappers Plus
27 november		KKK

**Voor meer informatie: [www.nvoc-delagelanden.com/evenementenkalender](http://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/](http://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



Costa Blanca  
Vakantiewoning

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

# Der Rohrdoktor

Wij geven u  
vooraf een prijs

***Snelle ontstoppingsdienst  
Reiniging van leidingen en buizen***

*Verwijderen van wortels  
hogedrukreiniging*

*opsporen van verstoppingen zonder breekwerk  
septic tanks (ook sanering daarvan)  
deskundige afwerking*

## 24 uren service

**\*we leggen ook zwembadtegels onder water!\***

**bel ons op 966 490 731 of mobiel 696 291 728**

**Email [tristan.buhl@freenet.de](mailto:tristan.buhl@freenet.de) - [www.derrohrdokter.jimdo.com](http://www.derrohrdokter.jimdo.com)**



Beste leden,

Na van een zonnige vakantie genoten te hebben in mijn thuisland België, ben ik tevreden terug in Spanje te zijn al is het maar voor een korte periode.

Het clubleven komt stilletjes terug op gang en velen zullen van de barbecue kunnen genieten.

Ik wens jullie allen een fijne tijd.

De voorzitter,

Chris Jacobs

## DEMONSTRATIE/PROMOTIEMIDDAG

Donderdagmiddag 03 november van 14.00U tot ongeveer 16.30U is er voor zowel heren als dames uitleg over pedicure: het verzorgen en onderhouden van de meest belangrijke delen van je lichaam, je voeten.

Tevens een demonstratie liftende en rimpelvervagende behandelingen van nuskin. En uitleg over permanente make up met de nieuwste micro blading techniek. Een snelle en mooie techniek voor mooie wenkbrauwen.

Dit alles met onder het genot van een kop koffie met wat lekkers.

U kunt zich opgeven bij de gastvrouwen op donderdagmiddag of een mailtje naar [nvoc.Eventementen@gmail.Com](mailto:nvoc.Eventementen@gmail.Com).

Ans Doorackers (gediplomeerd pedicure schoonheidsspecialiste, masseuse)



# 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 - K.v.K. Amsterdam 33162223. 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](http://www.alexspanje.com)



## VOORLICHTING OVER DE AED

Voorlichting over de AED (automatische externe defibrillator) door cardioloog Dr. Van den Toren.

Enige tijd geleden werd op een ledenvergadering de vraag gesteld of er in het clubgebouw een AED geplaatst zou kunnen worden. Tot op dat moment was dat door wettelijke beperkingen niet mogelijk, maar die bleken niet meer te bestaan.

Naar aanleiding van deze vraag heeft het bestuur zich verdiept in dit onderwerp en heeft zich onder andere laten voorlichten door een van haar leden die als cardioloog heeft gewerkt. Tijdens dit gesprek is duidelijk geworden dat er nogal wat aspecten zijn waarvan je je geen rekenschap geeft wanneer je zo'n apparaat ergens in de publieke ruimte ziet. Kortom, het plaatsen van een AED is één ding, maar of het voor onze groep leden zinvol is en hoe een en ander georganiseerd zou moeten worden is een ander verhaal.

Om de leden zo goed mogelijk te informeren hierover, hebben we dr. Van den Toren bereid gevonden dit onderwerp toe te lichten op een speciale bijeenkomst voorafgaand aan de wekelijkse clubborrel.

Deze bijeenkomst staat gepland voor donderdag 20 oktober a.s., aanvang 16:00 uur. Wij hopen op een grote opkomst!





## **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**

Het koor Alegria gaat weer van start en wij zoeken nog nieuwe leden!

Velen van u hebben vorig jaar het optreden bij kunnen wonen van het NVOC zangkoor Alegria nieuwe stijl o.l.v. de Vlaming Guy Verhelst (afgestudeerd aan het Vlaams Koninklijk Muziekconservatorium te Antwerpen, naast algemene muziek, muziekpedagogiek en piano bijvakken zang en dirigeren). Het repertoire is gericht op meerstemmig zingen in diverse talen en genres. Een hele uitdaging voor de oude en nieuwe leden van het koor. Het plezier van het zingen staat voorop, maar ook serieus met de diverse liederen en partituren aan de slag gaan om een zo prachtig mogelijk meerstemmig resultaat te bereiken waar wij soms allemaal versteld van staan. U hoeft zeker geen noten te kunnen lezen en mocht u dat wel kunnen is dat altijd meegenomen.

Wij zijn naarstig op zoek naar meer koorleden die van zingen houden en daar blij van worden, maar die het ook niet erg vinden om een lied meerdere keren te oefenen om het perfecte resultaat te krijgen. Onze mannelijke koorleden zouden met name wat meer ondersteuning willen, maar dames ook u bent van harte welkom!

Wij repeteren elke maandagmorgen van 11.30 – 13.30 en kan iedereen tussen 11.00 en 11.30 binnenlopen voor een kopje koffie en om even bij te praten. Tussendoor houden wij een korte pauze, maar vooral de inloop vooraf is bedoeld om gezellig even bij te praten.

Omdat het jaar lidmaatschap van de club niet kan voorzien in het aantrekken van professionals, vragen wij van alle deelnemers aan het koor een bedrag van € 6,- per repetitie.

Mogen wij jou/jullie verwelkomen bij Alegria? Stap gewoon binnen op maandagmorgen en voor meer informatie kun je contact opnemen met één van de koorleden tijdens de clubmiddagen of andere clubbijeekomsten.

Namens het NVOC Koor Alegria, Lydia Zijdel





## 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<sup>o</sup> 7  
03503 BENIDORM

GPS: 38.5412,-0.1059  
966 87 87 87

[www.imedlevante.com/nl](http://www.imedlevante.com/nl)



Carretera Teulada-Moraira, n<sup>o</sup>2.  
Camino del Calvario

03725 TEULADA  
GPS: 38.7263,0.1082

966 81 74 04

[www.imedteulada.com](http://www.imedteulada.com)



die middag is er ook gelegenheid om eens kennis te maken met ons werk.

div.dames weten het, iets ouds-meebrengen is geen must!

HET MAAKT HET SIERAAD WEL HEEL BIJZONDER.



# workshop

woensdag 12 okt. 13.30uur in clubgebouw.

deze keer breng ik koord, stoffen en div. deco mee.

deelname of vragen;  
mail mij s.v.p

A3.PETRI@gmail.com



DU IS IETS VAN  
JEZELF EN  
IETS VAN MIJ



INSPIRATIE



exclusief



**CENTRO-DENTAL.EU**  
ALTEA LA VELLA MORAIRA

**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

<b>Altea la Vella</b>	<b>96 584 75 34</b>
<b>Moraira</b>	<b>96 574 33 30</b>



## 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](http://www.clinicabenissa.com)

Wij openen dit nieuwe (en voor ons tevens laatste!) filmseizoen met een prachtige Frans-Britse biografische film die in september 2016 (!) in de bioscopen in Nederland in première ging. De film vanavond is, om deze unieke DvD première bij onze club mogelijk te maken, alléén Engelstalig (met indien gewenst Engelstalige ondertiteling)!

Wij beginnen een half uur later dan u gewend bent deze maand ivm het invallen van de duisternis!

Florence Foster Jenkins is geregisseerd door Stephen Frears (o.a. van Philomena en The Queen). De film ging op 23 april in première op het Filmfestival van Belfast en in Nederland in de bioscoop vorige maand op 9 september.

Florence Foster Jenkins (gespeeld door Meryl Streep) is een rijke dame in New York in de jaren 1930 die een grote passie voor muziek heeft. Haar ambitie is om operazangeres te worden ondanks haar gebrek aan talent. Ze is er zelf van overtuigd een fantastische stem te hebben. Het publiek dat haar gezang aanhoort, waardeert haar meer om het amusement dat zij hun schenkt dan om haar muzikale talent. Critici noemen haar de "slechts zingende operazangeres ooit" en haar echtgenoot en manager St. Clair Bayfield (door Hugh Grant) probeert zijn geliefde echtgenote af te schermen van de waarheid. Wanneer Florence besluit om een groot openbaar optreden in Carnegie Hall te geven, komt hij voor een grote uitdaging te staan.

Duur 105 minuten



# 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, escsargots 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](http://www.lesfougues.es)  
E-mail: [info@lesfougues.es](mailto: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](mailto:info@kuiperbv.nl)  
Website [www.kuiperbv.nl](http://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 verhuismagazijnen 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

 PEREGRINAC

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



Op dinsdag 25 oktober 2016 beginnen we het nieuwe seizoen van onze klassieke muzieklavonden 2016/2017. Ditmaal plaatsen we Wolfgang Amadeus Mozart en Ludwig van Beethoven in de schijnwerper.

We beginnen met een populaire violonsonate van Beethoven, de 5de van de 10 violonsonates: de Frühlingssonate opus 24. De lente is een geliefd onderwerp in de literatuur, schilderkunst en muziekgeschiedenis. Franz Schubert heeft een relatief groot aantal liederen aan dit onderwerp geweid en zo ook veel andere componisten. Iedere klassieke muziekliefhebber kent bijvoorbeeld ook La Primavera uit de Vier Jaargetijden van Vivaldi. Beethoven heeft de naam van de sonate niet zelf bedacht. Pas na hem is men op het idee gekomen dat de muziek lentesfeer schept en daar werd het stuk daarna dan ook naar genoemd.

Vervolgens brengen we het 2de violconcert van Mozart, KV 211, ten gehore. Mozart componeerde dit concert op 19 jarige leeftijd. Het wordt uitgevoerd door de Letse violist Gidon Kremer en de Wiener Philharmoniker, onder de eind vorig jaar overleden dirigent Nikolaus Harnoncourt.

Na de pauze zijn we weer terug bij Beethoven en wel bij zijn beroemde 9de violonsonate opus 47, bijgenaamd Kreutzer. Beethoven wijdde het werk in eerste instantie niet aan de Franse violist en componist Rodolphe Kreutzer (Duitse vader), maar aan de uit Polen afkomstige Afro - Europese George Bridgetower, een violvirtuoos die het op de première speelde. Beethoven kreeg wat later ruzie met Bridgetower, omdat deze tijdens een alcoholisch samenzijn met Beethoven, een vriendin van Beethoven had beledigd en als straf haalde Beethoven Kreutzer van de reservebank. Kreutzer heeft de sonate overigens nooit gespeeld: het was te lastig en moeilijk te doorgronden. Beide violonsonates worden gespeeld door Von Karajans ontdekking Anne-Sophie Mutter, viool, en Lambert Orkis, piano.





### Lage Rugklachten, laat er iets aan doen!!

Rugpijn. Het is de meest voorkomende klacht bij ons in de praktijk en dan vooral de pijn in de onderrug. Vaak lopen mensen er al jaren mee rond, maar ook acute lage rugpijn is een veelgeziene klacht. Die mensen die de klachten al jaren hebben, denken dat de pijn die ze hebben gewoon bij hun hoort. Vaak is er ook sprake van dezelfde klachten bij ouders of andere familieleden en wordt de rugpijn gewoon geaccepteerd. Dit wordt ook meer dan eens versterkt door "diagnoses" als slijtage of "de wervels zitten in elkaar gedrukt"...

Het is echter meestal absoluut niet nodig om te blijven rondlopen met lage rugklachten. De oorzaak van lokale lage rugklachten is vrijwel altijd een functioneel probleem. Dit betekent dat de rug eigenlijk constant verkeerd gebruikt wordt. Door dit verkeerd gebruiken, kunnen verschillende structuren worden overbelast. Meestal zijn dat de gewrichten in de lage rug, maar ook de zenuwen kunnen worden overbelast en dat geeft dan weer uitstraling naar één of twee benen. Deze oorzaak kan NIET worden waargenomen op een röntgenfoto of MRI, maar moet worden gediagnostiseerd met een gedegen lichamelijk onderzoek.

De gewrichten die het het vaakst zijn overbelast zijn de facetgewrichten in de rug. Dit zijn de kleine gewrichtjes aan weerskanten van de wervelkolom. Deze worden vooral overbelast als iemand een (te) holle rug heft. Door de holle rug staan deze gewrichtjes eigenlijk altijd in elkaar gedrukt en dat gaat op een gegeven moment

irriteren en dus pijn doen. Vaak klagen dit soort patiënten over een geschiedenis van heel veel jaren ruggpijn die komt en gaat. Vaak slapen ze op de buik en worden heel erg stijf wakker, opstaan uit een stoel gaat lastig en meestal voelt het aan of er kleine pijnlijke stroomstootjes in de rug ontstaan zijn bij plotselinge onverwachte bewegingen.

De andere gewrichten die pijn in de rug veroorzaken zijn de SI-gewrichten, ofwel de bekkengewrichten. Deze gewrichten worden pijnlijk als ze ten opzichte van elkaar verdraaid staan. Dit wordt vaak een scheef of verwrongen bekken genoemd. Door de verwrongen toestand van de gewrichten worden ze overbelast en ontstaat er een ontstekingsreactie in het gewricht. Deze oorzaak kenmerkt zich door pijn juist bij lopen, uitstraling in de bil of lies en vaak ook uitstraling in het bovenbeen tot aan de knie.

Deze twee oorzaken van lage rugpijn komen vrijwel altijd gecombineerd voor.

Onze klinieken zijn gespecialiseerd in het diagnostiseren van de oorzaak en het daarna behandelen van deze klachten. Door de oorzaak weg te nemen hoeft u zeker niet met de rugklachten te leven. Ookal heeft u deze klachten al jarenlang, is u gezegd dat u ermee moet leren leven, dat uw rug versleten is en dat de tussenschijf weg is. Wij hebben een uiterst hoog slagingspercentage in het behandelen van lage rugklachten. Om te weten of u geholpen kan worden moeten wij altijd eerst uw rug onderzoeken. Daarna kunnen wij aangeven wat de mogelijkheden zijn. Het is het in ieder geval het altijd waard te proberen... Wij horen te vaak onze patiënten zeggen; "Had ik dit maar eerder gedaan!".

**Voor meer informatie of een afspraak kunt u contact opnemen met onze kliniek in Calpe.**

**Jason Gast (Doctor in Chiropractic),**

**[www.quiopracticacalpe.es](http://www.quiopracticacalpe.es)**

**Quiopráctica Calpe Tel: 965 875 917.**

**Quiopráctica Altea Tel: 965 841 950**



Vanuit de evenementencommissie stellen we graag enkele vragen...zo kunnen we beter inspelen op de wensen en voorkeuren van de leden en onze activiteiten aanpassen of uitbreiden.

1. Bent u geïnteresseerd in een dagtrip met bus naar Novelda...met bezoek o.a. van Art Nouveau of Modernisme gebouwen in het centrum, de kruidenfabriek Carmencita ....De lunch zouden we niet inclusief maken zodat elkeen dat naar eigen voorkeur kan inplannen....eventueel in November
2. We zouden ook een dagtrip per bus voorstellen naar Gandia met oa. Bezoek aan het Hertogelijk Paleis van de Borgias, het klooster van San Jeronimo.....De lunch zouden we net als bij Novelda niet inplannen. Deze uitstap eventueel in Februari 2017
3. Graag willen we ook nog enkele gast-vrouwen of heren om ons team te versterken. Zeker voor de nieuwere leden een gelegenheid om op een andere manier kennis te maken met de medeleden. Natuurlijk wordt u bijgestaan door meer ervaren gast-vrouwen of heren...
4. Heeft u een idee of een opmerking?
5. Heeft u zin om het vrijwilligersteam aan te vullen zoals: bardienst, kookteam, organisatie activiteiten, bijdragen clubblad....

Graag een bericht op volgend mailadres: [nvoc.gastdesk@gmail.com](mailto:nvoc.gastdesk@gmail.com) of laat donderdag berichtje bij de gastvrouw of -heer.



## EEN PENSEELSTREEK...

De echte warmte is voorbij en net als de dieren na de winter weer tevoorschijn komen uit hun schuilplaatsen, zie je na de zomermaanden onze clubleden ook langzaam maar zeker Moraira weer binnen komen druppelen.

Sommigen leden hebben de hele zomer van de Spaanse warmte genoten en anderen kozen voor een verblijf elders. Onze "jonge dieren" schilderijen hebben inmiddels de plaats ingenomen van de "bomen" schilderijen in de bar.

Achteraf een beetje symbolisch nu er zoveel natuurgebied is afgebrand, maar helaas kunnen onze "bomen" de echte bomen niet vervangen. Laten we maar hopen dat er veel dieren, jong en oud die vreselijke brand wel hebben kunnen overleven.

Meestal denken we bij een jong dier aan een lammetje, een veulentje of een kalfje, maar grappig genoeg werden deze dieren niet gekozen als onderwerp. Het was natuurlijk ook een uitgelezen gelegenheid om je eigen hond als pup op het doek te vereeuwigen en ook dit keer hebben we gelukkig weer een leuke variatie kunnen maken, ondanks het feit dat we maar met weinig schilders hebben gewerkt de laatste 4 maanden.

Loop met een gerust hart het clubgebouw binnen, want ze bijten niet, ze maken geen lawaai en hoeven zelfs geen verzorging...

Een beetje aandacht vinden ze wel leuk...zeker met het oog op "Dierendag" !!

Met een nog ietwat verhitte penseelstreek wens ik iedereen het komende clubseizoen weer veel kijkplezier toe!

Ietje Speets





PROVINCIE  
ALICANTE



HCB ASISTEL  
MORAIRA



HCB  
CALPE



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

### BALUS ALBIR

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



900 380 088

Informatie en spoed  
in het nederlands  
900 38 04 80

www.clinicabenidorm.com

De KKK wandeling was deze keer heel spectaculair.

Chris kondigde van tevoren al aan "We gaan een ecologische wandeling maken". Nou de wandeling was inderdaad bijzonder.

Je maakt je een voorstelling van de brand die op de Cumbre gewoed heeft, maar je gelooft je ogen niet als je het ziet. Toch hebben we genoten van het lopen, het mooie weer en het leuke gezelschap.

Daarna was de lunch in het restaurant "La Cumbre" weer helemaal goed.

Chris en Adriaan m'n petje af voor de soepel lopende organisatie.



**Coca-Cola**  
**Coke**

MARCA REG.

Distribuidor oficial

**San Miguel**  
**especial**

INDUSTRIAS Y DISTRIBUCIONES

**SEVISAL, S.L.**  
VINOS Y CERVEZAS

*Felices Fiestas*

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



# DE CUMBRE IN VLAMMEN - DE FOTOS



# the Olive tree

RESTAURANT



tweegangen menu  
 inclusief een halve fles wijn  
 € 25,00



driegangen menu  
 inclusief een halve fles wijn  
 € 27,00



Zondag Lunchmenu  
 3 gangen, incl. glas wijn of frisdrank  
 € 21,99



Bezoek onze website:  
 [www.theolivetreerestaurant.es](http://www.theolivetreerestaurant.es)

Vind ons op facebook:  
 [www.facebook.com/TheOliveTreeRestaurantMoraira](https://www.facebook.com/TheOliveTreeRestaurantMoraira)



## Restaurant The Olive Tree

Camino El Paellero, 4  
Moraira (Alicante)  
Tel. 966 490 655  
[info@theolivetreerestaurant.es](mailto:info@theolivetreerestaurant.es)  
[www.theolivetreerestaurant.es](http://www.theolivetreerestaurant.es)

## Openingstijden:

Maandag gesloten  
Dinsdag t/m zaterdag  
18.30 - 22.00  
Zondag  
12:30 - 15:30 & 19:00 - 22:00

Zondagmiddag 4 september j.l. zagen wij de blusvliegtuigen en -helikopters overvliegen richting de Cumbre del Sol. Na ca. 2 uur intensief blussen hield het geronk van de vliegtuigen op en konden we opgelucht ademhalen, dachten we.

Echter om 19:00 uur hoorden wij wederom de sirenes, en de brand trok van de urbanisaties Villas de Vent in enkele minuten naar Cansalades - Valle del Sol - Val Sol - Pinosol richting de Arenal - kortom langs het hele "rif" van de Granadella. Politie kwam de straten inrijden met door de luidspreker het dringend advies zo snel mogelijk de huizen te verlaten. We zagen de noodzaak wel in want binnen enkele minuten stond de hele heuvel in lichterlaaie. Het vuur, aangewakkerd door de harde wind, bewoog zich naar de top van de Granadella - en uiteindelijk sloeg deze over naar de natuurpark zelf.

Om 20:00 uur werd het echt precair toen de wind draaide en van zuid naar noord ging en het vuur van de heuvel naar beneden kwam, richting Pinosol. We hoorden gasflessen exploderen - en de bomen en struiken brandden als lucifers. Maandag waren alle wegen afgesloten, inclusief Cami de Cabanes, en het vuur brandde nu hoofdzakelijk in de Granadella zelf en bewoog zich naar Cumbre del Sol - waar we hoorden dat deze uit voorzorg werd geëvacueerd. 's Middags draaide de wind weer naar zuid en was klaarblijkelijk het gevaar geweken.

Dinsdagmorgen konden we weer terug naar huis. Het mag een wonder heten dat ons huis gespaard is gebleven. Slechts brandschade in de tuin. Helaas hadden burens van ons in de straat niet zoveel geluk, enkele huizen zijn totaal verwoest. Nablussen bleef de rest van de dagen nog nodig. As, stof en stank zullen voorlopig nog blijven, maar dat is bijzaak. De "bomberos" hebben werkelijk met gevaar voor eigen leven uiteindelijk de brand onder controle gekregen. Iet en Erik Speets nogmaals hartelijk dank voor de "opvang" - echte vrienden waarop we kunnen rekenen in tijd van nood SUPER !!

Ella Janssen



## 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.



Nu is Alcoy een moderne stad, gelegen een stuk landinwaarts, op ruim 500 m boven zee, in een bergachtig gebied. Het heeft alle kenmerken van een toeristische attractie met musea, allerlei oude gebouwen en bruggen en natuurlijk de als meest imponerend bekend staande feesten van de Moren en Christenen.

Alcoy ligt op een plek waar verschillende rivieren samen vloeien. Die situatie was natuurlijk altijd ideaal om er neer te strijken. Maar Alcoy heeft daarbij nog iets heel bijzonders: el Salt, (of the Leap, of de Sprong). El Salt is een heel speciale geologische formatie, die je vindt in het land iets hoger gelegen dan Alcoy. Je rijdt er nietsvermoedend en dan ineens blijkt het land naast je een sprong van ongeveer 100 meter recht naar beneden te maken. Van daaronder loopt het dan weer zacht glooiend naar Alcoy. Natuurlijk is er ook een waterval – tenminste als het genoeg geregend heeft.

De laatste decennia is veel archeologisch onderzoek in dit gebied gedaan. Door de buitengewone omstandigheden daar was men in staat met tamelijke zekerheid te stellen dat bewoning hier teruggaat tot zo'n 60.000 jaar geleden. Het waren Neanderthalers, levend in kleine groepen! Zelfs iets van hun eetgewoontes is bekend: ze aten vlees en wel paard, hert en berggeit. De bewoning duurde tot 45.000 jaar geleden waarna het gebied ontvolkte omdat het veel kouder werd. Daarna duurde het nog eens duizenden jaren voor er weer bewoning kwam.

Pal bovenaan el Salt ligt een voorbeeld van industriële archeologie. Tegen het eind van de 19de eeuw maakte een ondernemende familie gebruik van de waterkracht die de rivier vlak boven de Salt leverde en stichtte een textiel fabriek, die later werd omgezet in een fabriek voor sigaretten papiertjes. Nog weer later werd de productie naar Zuid Amerika verplaatst en verviel de fabriek tot een tot nu toe onverkoopte, zij het zeer interessante ruïne. Het summum hiervan is wel een totaal vervallen theehuisje met terrasje op het meest fantastische punt bij - en met vol zicht op el Salt. El Salt, hoe divers zijn oeroude geschiedenis, hoe indrukwekkend zijn majestueuze verschijning.



## 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  
Openingsstijden: 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  
Openingsstijden: ma.- vr. van 09:00 - 14:00 uur.

### 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)

### 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.

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](http://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](http://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 Satori 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**

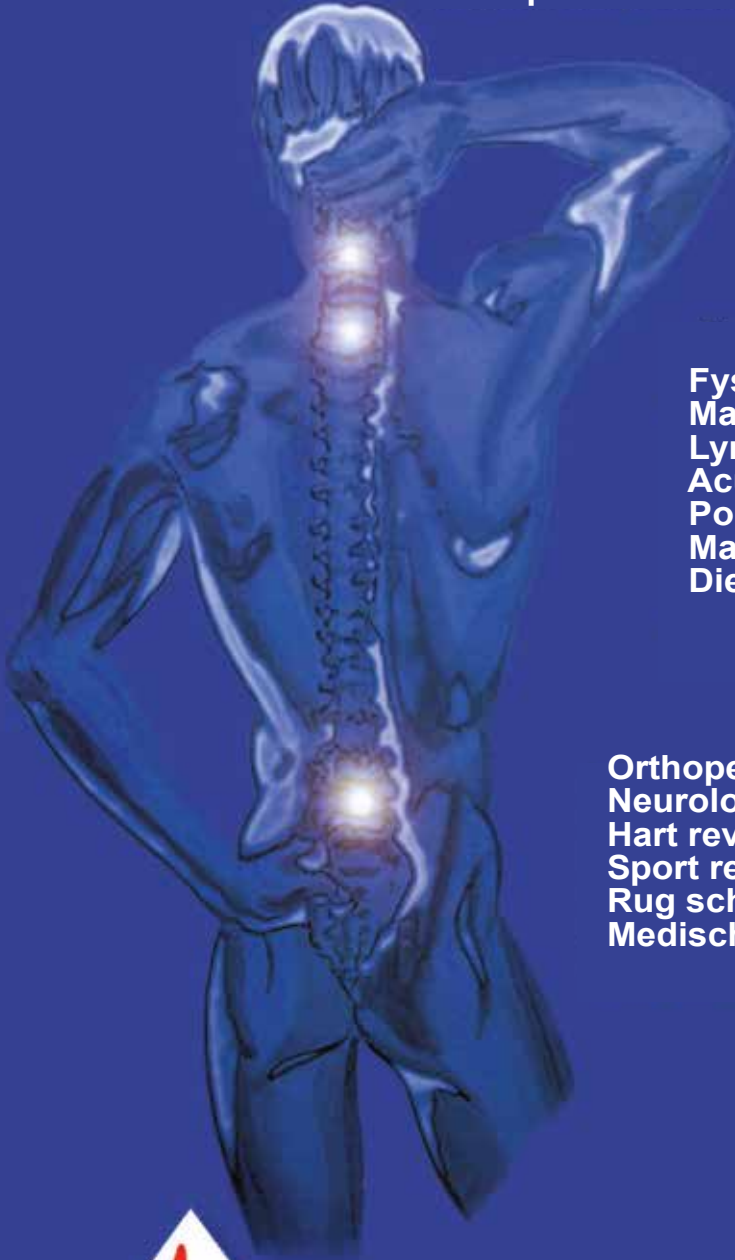
Reserveren, tel: 965 747 134 of 650 100 754

email: [satarirestaurant@hotmail.com](mailto: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**

