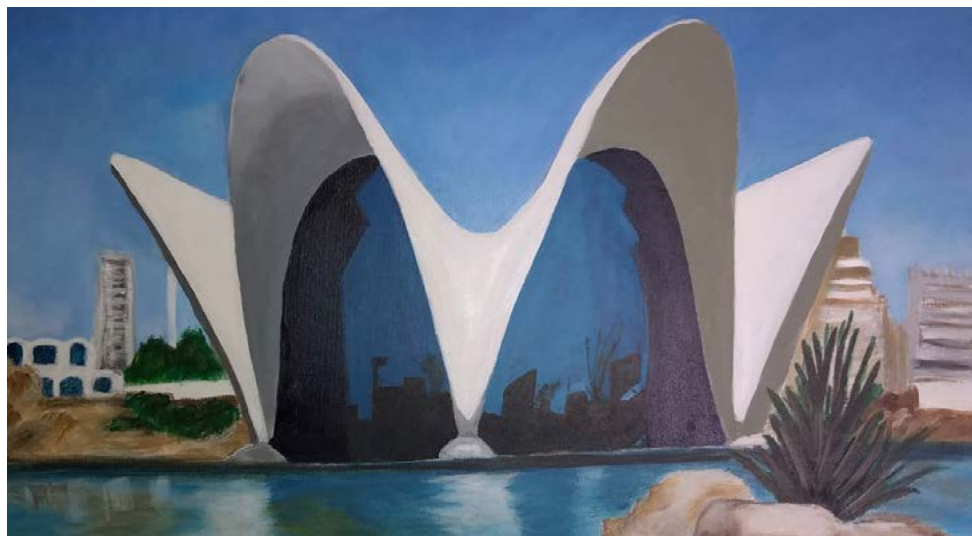




NIEUWSBRIEF

NVOC "De Lage Landen" Moraira



Een nieuw tijdperk!

Wat is er de laatste weken ongelooflijk hard aan het nieuwe clubhuis gewerkt!

Iedere dag was er bedrijvigheid in El Corregidor. Technische mannen, sterke mannen, creatieve vrouwen, schoonmaakvrouwen, bloemenmeisje, alles hebben we binnen de club in huis.

En wat was het gezellig tijdens het werken in de steeds mooier wordende clubhuiskamer met terras!

In dit nummer o.a.

Boekpresentatie Theo Stokkink

Filmavond: Tulip Fever

Zondagmatinee: la Traviata

NVOC is verhuisd

En nog veel meer!



April 2018



Buena Ventura Villas

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

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

info@buenaventuravillas.com
www.buenaventuravillas.com

Uw Nederlandse aan- en verkoop-
makelaar met ruim 35 jaar ervaring in
Spaans onroerend goed

Prachtig gemoderniseerde bungalow - Ref. B837

Op loopafstand van Moraira, met
groot zonneterras, 3 slaapkamers, 2
badkamers, woonkamer met open
keuken.

Een bungalow waar u zich vanaf het
eerste moment thuis zult voelen!

PETER EN BOB CROUGHS



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

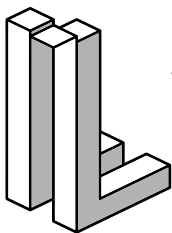


**Wij zijn gespecialiseerd in het
organiseren van evenementen
tegen zeer concurrerende prijzen.**

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/ L rida 2 MORAIRA

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



Nederlands-Vlaamse Ontspanningsclub "De Lage Landen"

Nieuwsbrief April 2018

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:

El Corregidor
Calle Bédica 1
03726 Benitachell
Spanje

Routebeschrijving:

Vanaf Moraira en Teulada rijdt u via de Ctra. Moraira-Benitachell richting de Mercadona. Nog voordat u bij de Mercadona bent, ziet u aan uw rechterhand Clinica Asistel en direct daarna slaat u rechtsaf de Urbanisatie Villotel in. Na de tweede verkeersdrempel direct linksaf slaan. U ziet aan het einde van de weg het clubgebouw liggen.

Vanaf Javea en Benitachell rijdt u richting de Mercadona via de Ctra. Moraira-Benitachell. Bij de rotonde voor de Mercadona rijdt u rechtdoor en u ziet al spoedig de ingang van de Urbanisatie Villotel aan uw linkerhand. Daar slaat u linksaf de Urbanisatie in. Na de tweede verkeersdrempel direct linksaf slaan. Aan het einde van de weg ziet u het clubgebouw liggen.

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 2018 is vastgesteld op € 85,00 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 gearcheeerd 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 mei 2018

Kopij: Uiterste inleverdatum: maandag 30 april 2018

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

Bestuursamenstelling per 23 november 2017	7
Commissies & contacten	9
Weekkalender	11
Evenementenkalender	13
Van de voorzitter	15
In Memoriam: Kees den Dulk	17
Nieuwe boeken in de bieb	19
Speurtocht Teulada woensdag 13 juni	19
Zondagmatinee in 'El Corregidor' zondag 15 april	21
NVOC Filmavond 17 april: Tulip fever (2017)	23
Een penseelstreek	25
Bijzondere boekpresentatie donderdag 19 april 15.30 uur	27
Verslag Bergstappers Plus 18 maart 2018	29
Jason Gast over: Lichaamshouding en lage rugklachten	31
Stukje Spanje: Tablas de Daimiel	33
Belangrijke adressen en telefoonnummers	34
Kerkdiensten	34



**NVOC “De Lage Landen”
is vanaf nu ook te vinden
op facebook.**



Ga naar www.facebook.com/nvocdll/



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

Maríke den Dulk

Begeleiding bij aan- en verkoop van
onroerend goed, afwikkeling nalatenschappen,
Nie nummers, verzekeringen
en verschillende dienstverleningen.



Tel.: 96 649 03 47

Mobiel: 666 422 888

Cami de'l Andragó 1, local 1A

Email: mail@marikedendulk.com

03724 MORAIRA



Peter Niessink
ORTHOPEDIC CONSULTANCY

- Podotherapeut
- Orthopedisch schoenmaker
- Fysiotherapeut



37 jaar ervaring

Onderzoek en behandeling van Uw voetklachten middels:

- Instrumentele behandeling van nagels en eelt
- Wondbehandeling, wratten en likdoorns
- Schoenadvies en /of aanpassingen aan confectieschoenen
- (semi) orthopedisch schoeisel
- Orthesen, silicone, o.a. klapvoet orthese, inlegzolen
- Ook een huisbezoek is mogelijk



Inloop - voetenspreekuur elke woensdag: 1.00 – 3.00 PM

Op afspraak: maandag / woensdag / donderdag : **966 495 448**

Carretera Moraira – Benitachell 22, 03724 Moraira, Alicante.

Functie	Naam	Aandachtsgebied
Voorzitter	Marion Hoed +31 622 744 614 nvoc.marionhoed@gmail.com	Externe zaken Commissies Schilderen
Vicevoorzitter	Robert Lem 629 165 229 nvoc.roberto@gmail.com	Accommodatie Tennis Audio-video techn
Secretaris	Cora Dekkers - Hulshoff Pol 965 974 941 nvoc.coradekkers@gmail.com	Bergstappers Redactie Bridge
2 ^e secretaris	Nicole Lesire 965 748 686 nicole.julien@gmail.com	Tuinclub Advertenties Evenementen Golf
Penningmeester	Arlette van der Burg - Mol 609 274 245 nvoc.arlettemol@gmail.com	Financiën Bibliotheek Biljarten
Bestuurslid	Peter van Bloppoel 966 498 773 nvoc.petervanbloppoel@gmail.com	Bar Klaverjassen Zangkoor Keuken
Bestuurslid	Anne-Lize Jaspers - Goddijn 695 867 006 nvoc.annelizejaspers@gmail.com	Prikbord Publicatie Spaanse les
Bestuurslid	Michel Rosenberg 696 033 243 m.rosenberg@wxs.nl	KKK Toneel Mode op maat Evenementen
Bestuurslid	Rien Leeuwenhoek 653 558 960 rienleeuwenhoek@gmail.com	Bouw Technische zaken

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. Teksten in dit boekje zijn vaak ingekort vanwege de ruimte. De volledige tekst staat op de website, vaak ook met meer foto's.



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
	Robert Lem	nvoc.roberto@gmail.com	629 165 229
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:		nvoc.evenementen@gmail.com	
Filmavond:	Frank Hoeks	hamilcar1954@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:	Rien van Kouilil	vankouilil@hotmail.com	626 926 890
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
Ledenadministratie	Mohan Mehta	nvocarnesol@gmail.com	658 556 849
Mode Op Maat:	Coby Hilgeman	g.hilgeman@gmail.com	965 748 459
Nieuwsbrief Red:	Marco Westrik	redactie@nvoc-delagelanden.com	620 109 683
Nieuwsbrief Eindreductie:	Corla 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
Reizen	Monique Croughs	nvoc.clubreis@gmail.com	699 985 116
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:	Zie het formulier in de keuken van Arnesol		
Tennis:	Robert Lem (voorzitter)	nvoc.roberto@gmail.com	629 165 229
	Koos Venekamp (vice voorz.)	koosvenekamp@gmail.com	646 907 210
	Simon Bakker (administrateur)	esseeb@gmail.com	
Toneel:	Solveig Dondorff- Bonnes	solveig.tjordis@gmail.com	645 372 505
Tuinclub:	Lieke Hoeks	liekehoeksspanje@gmail.com	602 669 672
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

Premium Plus

THE BEST STEAK ON THE COSTA

VOOR LEDEN VAN NVOC DE LAGE LANDEN
GRATIS FRAMBOZEN KIR ROYAL BIJ EEN LUNCHMENU

CARRETERA CALPE-MORAIRA | EDIFICIO KRISTALMAR 30A
T: 966 177 387 | I: WWW.PREMIUMGROUPMORAIRA.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 uurs service

we leggen ook zwembadtegels onder water!

bel ons op 966 490 731 of mobiel 696 291 728
Email tristan.buhl@freenet.de - www.derrohrdoktor.jimdo.com

Maandag

Hele dag	Biljartclub
10:45 - 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)
17:00 - 20:00	Clubmiddag
17:00 - 18:00	Geldzaken
17:00 - 18:30	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*

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**

APRIL 2018

15 april	15:30 uur	Klassieke muziek Matinee
17 april	20:00 uur	NVOC Filmavond
19 april	15:30 uur	Boekpresentatie Theo Stokkink
22 april		Bergstappers Plus
23-28 april		Clubreis naar Castilië en Leon *****

JUNI 2018

13 juni		Speurtocht Teulada
---------	--	--------------------

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.

Filmavonden, documentaire avonden en klassieke muziek avonden zijn alleen toegankelijk voor leden van NVOC "De Lage Landen".

Download de App: "IMED Pacientes"



De beste verzorging in uw eigen taal



- ✓ 24 uur spoeddienst
- ✓ Nederlandstalige dokters
- ✓ Eigen ambulances
- ✓ Uw betrouwbare ziekenhuis

Uw nederlandstalig IMED contact: **Lianne Schipper**
+34 608 555 803 | cjschipper@imedhospitales.com



IMED Levante
C/ Ramón y Cajal, 7. Benidorm
966 87 87 87
levante@imedhospitales.com
www.imedlevante.com

IMED Teulada
Ctra. Teulada - Moraira nº 2 - Camí Calvari
966 81 74 04
teulada@imedhospitales.com
www.imedteulada.com

Beste clubleden,

Wat is er de laatste weken ongeloofelijk hard aan het nieuwe clubhuis gewerkt! Iedere dag was er bedrijvigheid in El Corregidor. Technische mannen, sterke mannen, creatieve vrouwen, schoonmaakvrouwen, bloemenmeisje, alles hebben we binnen de club in huis. En wat was het gezellig tijdens het werken in de steeds mooier wordende clubhuiskamer met terras! Maar ja, aan alles komt een einde. Zo ook aan ons verblijf in het vorige clubhuis Arnesol. Ondanks het feit dat we de huurovereenkomst ruim twee jaar voor de einddatum van het contract hebben opgezegd, is de afwikkeling van de beëindiging van het huurcontract per 1 april 2018 uiteindelijk naar volle tevredenheid verlopen.

Een spannend nieuw begin! Zoals eerder aangekondigd zal de gran apertura in september of oktober plaatsvinden als alles echt helemaal klaar is. Daarover ontvangt u te zijner tijd bericht. Alle mensen die zo vreselijk hun best hebben gedaan, zijn natuurlijk heel benieuwd naar uw reacties. Ik denk wel dat u versteld zult staan van het verschil met ons vorige clubhuis. Zo enorm veel warmte als de nieuwe locatie uitstraalt... ik vind het echt fantastisch!

In een nieuw huis is alles anders. We willen u daarom toch even attenderen op de volgende puntjes van aandacht:

- De eerste twee parkeerplaatsen rechts voor het gebouw zijn van de huurappartementen aan de achterkant van het gebouw (Casa Benito). Hier mogen wij niet parkeren! Er staan bordjes.
- De parkeerplaats voor gehandicapten is ook aangegeven d.m.v. een bordje.
- Aan de rechterzijde van het gebouw bevindt zich een rolstoeltoegankelijke ingang.
- Indien u parkeert op de parkeerplaats beneden, voorbij het gebouw, houdt u er dan bij het weggrijden rekening mee dat niet om het gebouw heen kan worden gereden. De weg achter het gebouw is afgesloten en bent u daar eenmaal beland, dan is het heel lastig om daar weer weg te komen. Dus bij het verlaten van de parkeerplaats, dezelfde weg terug als hoe u bent gekomen.
- De voordeur is van glas en daardoor doorzichtig. Dat staat heel chique, maar houdt u er s.v.p. rekening mee en voorkom dat u uw hoofd stoot aan de deur. Er wordt nog gezorgd voor een bordje of sticker op de deur met de naam van onze club. Daarmee wordt gelijk verholpen dat de glazen deur over het hoofd zou kunnen worden gezien.
- Rondom de bar is de vloer verhoogd. Dit geeft kans op struikelen. Om dat te voorkomen is er aan de drempel een lichtstrip bevestigd, zodat u wordt geattendeerd op de verhoging. Let hier dus even goed op!
- De tegelvloer is vrij glad en daardoor gevoelig voor uitglijden. Weest u hierop bedacht!
- Geeft u de planten in de hal en buiten op het terras alstublieft geen water. Het groen wordt vertroeteld en verzorgd door ons aller bloemenmeisje Ietje Speets.

Dan nog wat anders. Terwijl wij zo bezig waren in het gebouw kwamen er regelmatig clubleden gezellig binnenvallen. Er werd ons door diverse leden uitdrukkelijk gevraagd of het ook mogelijk is een financiële bijdrage te leveren in plaats van een fysieke inspanning te leveren aan de omtovering van de kale ruimte in El Corregidor tot een fijn clubhuis. Hierover hebben we nagedacht. We willen benadrukken dat we absoluut niemand willen verplichten tot een bijdrage. Bent u echter geraakt door de ijver en het enthousiasme van zoveel medeclubleden en wilt u toch ook graag iets doen om het nieuwe clubhuis zo prettig en volmaakt mogelijk te maken, dan kan dat. Er staat een donkergroene beschilderde ouderwetse melkbus in de buurt van de witte vleugel. U kunt daar uw gift in deponeren. (Een goed idee mag trouwens ook in de bus.) Uiteraard zijn wij u namens alle leden 'eeuwig' dankbaar!

Zo, dat was een heel verhaal. Nu over tot een nieuw tijdperk in ons NVOC-bestaan!

Namens het bestuur,
Marion Hoed, Voorzitter



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

Toen wij zo'n 33 jaar geleden in Moraira kwamen wonen werden we lid van de NVOC omdat dat de enige manier was om enig vertier te hebben in een nog televisieloos tijdperk ! Daar ontmoetten we Kees den Dulk, die in Nederland werkzaam was in de haringvisserij. Toen die visserij door de overheid onmogelijk werd gemaakt emigreerde Kees naar Spanje. Maar, nog te jong om met pensioen te gaan, probeerde hij Spanjaarden over te halen door hem geïmporteerde haring en bitterballen te kopen. Na een aantal jaren bleek die importmarkt toch te weerbarstig, Spanjaarden hadden toch andere voorkeuren waardoor Kees deze activiteit moest opgeven.

Kees bleek ook een gedreven animator, bij alle clubfeestjes was hij er met zijn zang en gitaar.

Waar we Kees ook goed leerden kennen was op de Jaarvergaderingen van de NVOC. Hij ging vaak stevig in debat met het bestuur, maar, aan het eind van de vergadering bood hij elke keer het voltallige bestuur een borrel aan.

Jaren later was hij zelf nog enige tijd voorzitter van de NVOC. Kees was ook actief in de AOW club, in de wandelgangen ook wel de "Pettencub" genoemd. Hij werd nooit benoemd maar wel automatisch voorzitter van deze club.

Ook aan de lokale politiek leverde hij een bijdrage. Samen met andere NVOC leden maakten we ons jaren geleden met succes sterk om José Giscar gekozen te krijgen als Burgemeester van Teulada/Moraira.

Met de lokale vissers had Kees goed contact en hij haalde zelfs Juan de Visser (zoals wij hem noemden) naar Nederland om hem te laten zien hoe het vissen in Nederland ging.

Helaas ging het de laatste 2 jaar bergaf met zijn gezondheid. Na verblijf in het Alzheimer-centrum en IMED verzorgingshuis kwam het einde op 22 jan waarna we op 27 jan afscheid moesten nemen van Kees tijdens een zeer druk bezochte uitvaart en begrafenis.

We verliezen met Kees een markante persoonlijkheid die veel betekend heeft voor iedereen die hem kende.

Hein van Noesel



MARCA REG.

Distribuidor oficial



INDUSTRIAS Y DISTRIBUCIONES

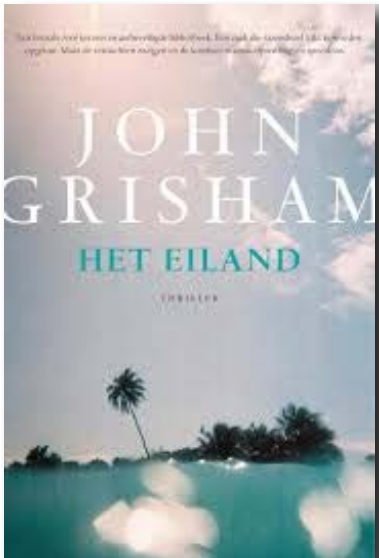
SEVISAL, S.L.

VINOS Y CERVEZAS

Felices Fiestas

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

HET EILAND John Grisham



Bij een brutale roof uit de zwaarbeveiligde bibliotheek van de universiteit van Princeton worden vijf manuscripten van F. Scott Fitzgerald ontvreemd. Hoewel de toegesnelde politie er met de neus bovenop staat, weten de daders te ontkomen. De waarde van de unieke werken wordt op enkele tientallen miljoenen dollars geschat en de diefstal is groot nieuws. Maar ondanks alle inspanningen van de FBI, blijven de manuscripten spoorloos.

Zes maanden na de spectaculaire diefstal reist schrijfster Mercer Mann af naar Camino Island in het zonnige Florida, waar zij een deel van haar jeugd heeft doorgebracht. Mercer is echter niet teruggekeerd om herinneringen op te halen. Haar missie is om contact te leggen met Bruce Cable, de charismatische eigenaar van de Island Books-boekwinkel. Bruce heeft een voorkeur voor mooie

vrouwen, fijne spijzen en goede dranken. En voor zeer zeldzame boeken...

SPEURTOCHT TEULADA WOENSDAG 13 JUNI

Het is er toch eindelijk van gekomen. Een speurtocht in ons "eigen" Teulada. Dit dorp vormt samen met Moraira een gemeente. In Teulada is in tegenstelling tot Moraira het rustige Spaanse leven bewaard gebleven. Heel lang geleden vestigden zich in dit gebied al mensen, wij gaan zelfs terug tot wel 20.000 jaar. Uiteindelijk werd het huidige dorp in 1386 gesticht. Wij gaan een interessante wandel/speurtocht door dit oude plaatsje maken. In de volgende Nieuwsbrief meer info.

De evenementencommissie



ook
**Uw bank in Spanje voor
al uw beleggingszaken.**

**Ervaar onze service, neem een
vrijblijvende proefrekening.
www.alexspanje.com/proefrekening**

" LA TRAVIATA " van VERDI op zondag 15 april om 15.30 uur

Als het allemaal goed is gegaan, zal op 15 april het nieuwe clubhuis klaar zijn voor nog méér nieuwigheid: klassieke muziek op de zondagmiddag.

Het lijkt de moeite waard om te zien of er voldoende belangstelling is voor zo'n zondag matinee. Het is al jarenlang een geliefkoosde traditie in het Concertgebouw omdat er niets mooier is dan een lome zondagmiddag te vullen met prachtige muziek. Na afloop kan er in ons nieuwe clubhuis bovendien nog gezellig geborreld worden, en als er voldoende belangstelling is, kan het wellicht ook hier een traditie worden.

Ik wil u die zondagmiddag heel graag "LA TRAVIATA" laten zien; de beroemdste opera van Verdi in een zó adembenemend mooie uitvoering dat u hem eigenlijk niet mag missen of anders wel een tweede keer wilt zien. Die uitvoering vond plaats tijdens de Salzburger Festspiele van 2005, en gold al maanden tevoren als hét hoogtepunt van de Festspiele, zo niet als hét hoogtepunt van welke Traviata-uitvoering dan ook.

In geen enkele andere opera heeft Verdi de emoties van "zijn" Italianen zó bespeeld: onwaarschijnlijk mooie dramatische muziek in alle kleuren, van juichend uitbundig tot ontroerend verstild.

La Traviata duurt ongeveer 2 uur, halverwege onderbroken door een pauze. En na afloop een drankje en een praatje aan de bar.

Ook gasten en introducés zijn van harte welkom.

Erik Hulleman

Deze tekst is ingekort: lees het volledige verhaal op de website!





HOSPITAL CLÍNICA
BENIDORM



HCB

steeds dichterbij

Dokters, administratieve medewerkers
en internationale tolken. Persoonlijke
gezondheidszorg in het Nederlands en het Vlaams.

Tussenpersoon Dominique Riemaeker

686 841 388

HCB werkt samen met ALLE*
belgische mutualiteiten.

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



HCB ASISTEL MORAIRA

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

HCB CALPE

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

HCB JALÓN

Avda. Joanot Martorell, 17B
03727 Jálón
talvarez@clínicabenidorm.com
96 648 09 24

TELEFOONNUMMER AMBULANCE



900 380 088

www.clinicabenidorm.com

Tulpen en Bitcoins. Wat hebben ze met elkaar gemeen?

Een therapeut kan u verlossen van allerlei angsten; zoals straatvrees, smetvrees, maar niet de angst voor verlies. Dat kunnen alleen hebzucht en naïviteit. Blinde hebzucht en onnozelheid doen mensen besluiten te speculeren in Bitcoins en tulpen. Ook vierhonderd jaar geleden hadden Hollanders en Vlamingen deze ondeugden.

In het begin van 1600 begon de tulpenmanie. Als je geluk had kon je als handelaar twintig keer zoveel verdienen als een goed draaiende aannemer. Als speculant nog meer. Rond 1635 ging één tulpenbolletje voor ongeveer 12 goede jaarsalarissen over de toonbank. Dat is wat anders dan een paar armzalige stekkies van de tuinclub. Twee jaar later was een zakje tulpenbollen ongeveer weer evenveel waard als een bos uien bij de Mercadonna.

Toch speculeer ik op dit moment liever in de tulpenbollen dan in de Bitcoins. Bij een echte crisis kun je in ieder geval een tulpenbol nog eten; de Bitcoin daarentegen is louter gebakken lucht. Deze film stelt mij in het gelijk.

Naast de tulpenkoorts bevat de film ook een koortsachtige liefde. Roept deze liefde dezelfde roekeloosheid op? Liefde is ook blind net zoals de hebzucht. Misschien hebben liefde, Bitcoins en tulpen wel meer met elkaar gemeen dan we zo op het eerste oog denken. Op het toppunt van je leven staan de koersen van je Bitcoin of tulpenbol huizenhoog en de hartstochtelijke liefde brengt je in hemelse sferen.

Ik schrijf dit stukje op Goede Vrijdag. Zo'n dag stemt uiteraard tot nadenken. Voor Jezus was het afgelopen zondag Hosanna, vijf dagen later hing hij aan het kruis. Zou het in de film ook zo gaan?

Als goed christen zeg ik natuurlijk: alles is ijdelheid, hoogmoed komt voor de val. In deze film komt het allemaal bij elkaar.

Tot dinsdag van 17 april om 20:00!



RESTAURANTE **STEAKHOUSE Dirk**



*La Mejor Carne
Argentina
a la Piedra*



Plaza Virgen del Carmen, 3. MORAIRA Tel. 608 321 539



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

Inmiddels zullen de meesten van u ons nieuwe clubhuis al wel hebben bezocht en bewonderd. Het resultaat mag er dan ook zijn en dat kan ook niet anders met zo'n prachtig Spaans gebouw en zoveel enthousiaste leden. Ja het ging niet allemaal zonder slag of stoot, want je liep tegen het lawaai op of tegen tafels en stoelen, tegen deuren en ramen, maar uiteindelijk is alles redelijk binnen de tijd af gekomen. Het is een gezellig "thuis" geworden. Een mengsel van oud en nieuw, van jong en iets minder jeugdig, een beetje van mezelf en een beetje uit een potje...soms iets van de Rastro en soms iets herkenbaars uit je eigen huis in een nieuw jasje....een mengelmoes van ons allemaal. Dat stralen we op deze manier met elkaar uit en dat geeft ook het familiegevoel wat zovelen van onze clubleden voelen en dat is ook de reden dat onze club nog steeds groeit en opbloeit!

De entree alleen al is het bekijken waard met de prachtige planten door Trosset geschonken en voor ons als amateurschilders natuurlijk de plek om onze kunstwerken tentoon te stellen. We hebben dit keer als thema 3 landen gekozen en dat zijn in dit geval natuurlijk België, Spanje en Nederland. We hebben geprobeerd uit ieder land iets bijzonders of bekends te schilderen.

Zo zult u een bekend straatje in Benitachell ontdekken, de Martinatoren van Groningen en de St. Servaesbrug in Maastricht. Maar ook is er uit elk land een speciale molen, zoals een Belgische watermolen, de Zaanse molens en een typisch Spaanse molen. Er zijn vlaggen van elk van de drie landen en allemaal te samen op een doek geschilderd. België wordt verder nog vertegenwoordigd door een eigentijds schilderij naar de bekende Belgische kunstschilder Renè Magritte en het Atomium in het Heizelpark in Brussel. Zelfs het Oceanogràfic gebouw uit Valencia ontbreekt niet. Waarschijnlijk had u de meeste bekende plaatsen al wel herkend en zo niet: een reden te meer om ons clubhuis weer te komen bezoeken, want een pilsje van de gloednieuwe biertap is natuurlijk niet te versmaden!

Met een penseelstreek die nog kleurig en kleverig is van alle regenboogtinten wens ik u allen nog heel veel genoeglijke uurtjes in El Corregidor toe,

Ietje Speets



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**

 **FEDERMAC**

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

Theo Stokkink vertelt in ons clubhuis over zijn nieuwe roman **Zwijgplicht**.

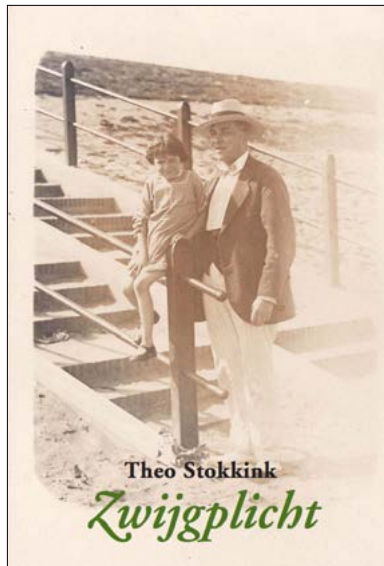
Theo Stokkink (Venlo 1941) maakte furore als radio-televisiepresentator van talloze culturele programma's. Na zijn afscheid in Hilversum is hij nu schrijver van romans en verhalen.

De historische familieroman *Zwijgplicht* is zijn meest persoonlijke boek tot nu toe. Niet alleen omdat hij daarin het aangrijpende verhaal van zijn moeder vertelt, die als pasgeboren baby tijdens de woelige begindagen van de Eerste Wereldoorlog vondeling werd en pas na 34 jaar haar Vlaamse familie terugvond. Maar ook omdat haar adoptievader, net als Stokkink, homoseksueel is en hij goed in de huid van deze Theo Borret, kon kruipen.

Stokkink wilde al langer iets doen met het verhaal van zijn moeder. Dat komt er kort samengevat op neer dat haar Vlaamse familie haar, tijdens de vlucht voor de Duitsers in 1914 kwijtraakt en ze als Belgische vondeling in Amsterdam wordt geadopteerd door kandidaat-notaris van goede, katholieke huis, Theo Borret en diens vrouw Sophie. Het is een schijnhuwelijk want Theo is homoseksueel.

Er volgt een lange periode tussen twee wereldoorlogen, en na vele omzwervingen vindt haar familie haar na 34 jaar terug in Venlo. Het zijn twee verhaallijnen in een innemende roman.

Theo Stokkink zal bij deze presentatie iets vertellen over de ontstaansgeschiedenis van het boek en hij leest een fragment voor.



Persreacties:

- * Mensenlevens in een getroebleerde wereld. Schrijnende dialogen en observaties De goedgekozen titel blijkt naadloos te passen op alle aspecten van dit verhaal.
Bertjan ter Braak De Telegraaf
- * Een welsprekend pleidooi voor tolerantie. *Zwijgplicht* voldoet voor de volle honderd procentaan de eisen die het genre stelt.
Camiel Hamans in Brabant Cultureel

Lezersreacties:

- * "Een geweldig goed geschreven boek, eerlijk, open en moedig in de hedendaagse bekrompen tijd" (Joop)
- * "Wat een bijzonder boek! Ik had dikke tranen aan het einde. Alle thema's in het boek zoals vluchtelingen, abortus, nalatenschap, homoseksualiteit, pleegouderschap zijn allemaal nog steeds thema's uit het heden" (Juliette van der W)
- * "Zwijgplicht heeft me bijzonder geboeid, terwijl ik helemaal niet zo'n lezer ben" (Karel B)

CHARITY CONCERT



CONCIERTO JARDIN PIANO & MARIMBA

BLACK & WHITE KEYS / LIVE MUSIC DUO

Andreu Soler, Marimba & Miguel Ángel Cuadrado, Piano



22 abril -15.30hr

*"Exciting experience of this duo in concert on March 2018
La Palau de la Música Valencia"*

*"Experiencia emocionante de este dúo en concierto de marzo de 2018
La Palau de la Música Valencia"*

Programa

- **1e part / 1ra parte**

Il Movimiento del Concierto de Aranjuez (J. Rodrigo)
Fragmentos ópera Carmen (G. Bizet)
Aire y fuego (A. Soler)
Danza española (E. Granados)
Suite Peer Gynt a 4 manos (E. Grieg)
- La mañana, La Danza de Anitra, En el Hall del Rey de las Montañas
Danza húngara nº4 a 4 manos (J. Brahms)
Danza húngara nº5 (J. Brahms)
Obertura de la ópera Guillermo Tell (G. Rossini)
Csardas (V. Monti)

Pausa

- **2e part / 2da parte**

Black orpheus (L. Bonfá)
Autumns leaves (J. Kosma)
Favela (C. Jobim)
Oblivion (A. Piazzolla)
Tumbao a 4 manos (A. Soler)
Mambo influenciado (Chucho Valdés)
Libertango (A. Piazzolla)

Max. 80 seats (outside), if bad weather prevails,
maximum seats 50 (inside).

Aforo max. 80 asientos (exterior), si hay mal tiempo
aforo máximo de 50 (interior)

Tickets
Entradas

:37€

incl. catered tapas menu, open bar, meet & greet
incl. menú de tapas con servicio, bar abierto, conocer y saludar
Inc. 2€ donation to / donación a Caritas Jávea www.caritas.org



www.momentosdemusica.es

Peter Neeteson 634 979 620 peter@momentosdemusica.es

Villa El Nido

Venue / Lugar: Carrer del Mila 17, Xàbia/Jávea

Op zondagochtend moesten we een uurtje rijden naar de aanduiding Arc de Xorquet, voorbij Castell de Castells, waar de wandeling begon. Het was koud in de bergen, slecht 7 graden! Gelukkig had iedereen zich goed voorbereid en warm aangekleed.

Frans leidde ons over een pad, dat zodanig was, dat wij onder het lopen van de prachtige vergezichten konden genieten. Doordat er af en toe een tussenstop werd gemaakt, hadden we tijd om het landschap in ons op te nemen. De hoge bergen, de diepe kloven er tussen, de ruïne van het kasteel van Bolulla en in de verte de zee bij Altea.

Het gebied vormt een groot contrast met de drukke kust, het is er stil en zo goed als onbewoond. Af en toe kwamen wij langs een vervallen huisje, waar zichtbaar al lang geen mensen meer konden wonen.

In de bergen kun je goed zien dat het lente wordt. We zagen onder meer blauwe druifjes, orchideeën, viooltjes en natuurlijk de fruitbomen in bloei. Sommige boomgaarden hadden een waar "bloementapijt".

Een mooie tocht van ruim drie uur, die door de meesten van de acht deelnemers als "goed te doen" werd bestempeld.

Onze dank is voor Frans, die deze mooie wandeling heeft uitgezet.

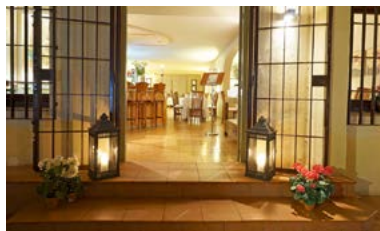


the Olive tree

RESTAURANT



tweegangen menu
inclusief een halve fles wijn
€ 22,00



driegangen menu
inclusief een halve fles wijn
€ 25,00



Zondag Lunchmenu
inclusief een halve fles wijn

2 gangen, € 17,99
3 gangen, € 20,99



Bezoek onze website:
www.theolivetreerestaurant.es



Restaurant The Olive Tree

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

Openingstijden:

Maandag t/m Zaterdag 18:30 - 22:30

Zondag 13:30 - 15:30
18:30 - 22:30



Lichaamshouding en lage rugklachten

De meest voorkomende klachten die wij in onze kliniek zien zijn lage rugklachten. Deze klachten kunnen verschillende oorzaken hebben. De oorzaak van lage rugklachten ligt echter ALTIJD in een of meerdere gewrichten van dit gebied en dan wel in de vorm van een gewrichtsontsteking. Een gewrichtsontsteking ontstaat door overbelasting en dat betekent dat er door deze overbelasting schade is ontstaan in het betrokken gewricht. Deze gewrichtsontsteking heeft als gevolg dat de spieren in dit gebied zich aanspannen, zenuwen eventueel geïrriteerd raken en er dus pijn ontstaat die niet zomaar overgaat.

Die overbelasting kan worden veroorzaakt door een trauma, zoals een gasfles even snel (verkeerd) optillen; door een dwangstand van een gewricht zoals bij een bekkenscheefstand of door een verkeerde lichaamshouding. Meestal is er sprake van een combinatie van bovenstaande oorzaken.

Een slechte lichaamshouding is een constante belastende factor voor de wervelkolom, omdat die er altijd is. Deze belastende houding die zich vaak uit in een gebolde bovenrug met de schouders naar voren en/of een (te) holle onderrug zorgt ervoor dat de betreffende gewrichten constant in elkaar worden gedrukt. Dit zorgt voor overbelasting en dus voor de gewrichtsontsteking(en). In het geval van een te holle rug worden de kleine facetgewrichtjes in de lage rug constant in elkaar gedrukt. Mensen die dat hebben, hebben vaak jarenlange rugklachten met wisselende intensiteit. Lang stilstaan en slenteren doet de rugklachten verergeren en vaak is er uitstraling naar de benen en/of

buike regio. Felle stekende pijn wordt gevoeld als een afstapje over het hoofd wordt gezien of een abrupte beweging wordt gemaakt. Dit komt allemaal omdat er sprake is van een chronische ontsteking in de facetgewrichten terwijl deze gewrichten in elkaar worden gedrukt, als er dan door een felle beweging in één keer heel veel druk in de gewrichten wordt gezet, doet dit erg veel pijn. Slenteren en lang stilstaan zorgt er ook weer voor dat de gewrichten overmatig in elkaar worden gedrukt.

In onze kliniek is het aanpakken van de lichaamshouding een vast onderdeel van het behandelplan. Vrijwel altijd moet er eerst gezorgd worden dat het mogelijk is de houding aan te passen door de flexibiliteit en balans in de wervelkolom terug te brengen en hierdoor de pijn te verhelpen. Eerst moeten de gewrichtsontstekingen herstellen met behulp van chiropractische behandeling! Het heeft geen zin direct met oefeningen te beginnen, daar dit de klachten vaak verergerd. Eerst is er een behandel fase en daarna moet de patiënt zelf de verantwoordelijkheid nemen om de houding, ook al is die er het hele leven en 'zit het in de familie', met behulp van specifieke oefeningen te veranderen. Dit is een belangrijk onderdeel van het behandelplan, omdat het vaak een groot deel van de oorzaak betreft.

Wij analyseren de lichaamshouding met een speciaal computerprogramma en bekijken/bespreken dit grondig met de patiënt. Naar aanleiding van de uitkomst wordt een oefening gegeven die thuis moet worden gedaan nadat het eerste gedeelte (de behandel fase) van het behandelprogramma is doorlopen. Wij hebben korte gemakkelijk thuis uitvoerbare oefeningen ontwikkeld die de houdingsproblematiek specifiek aanpakken. Deze oefeningen kosten weinig tijd, maar dienen wel elke dag gedaan te worden, ook wanneer er helemaal geen klachten meer zijn. Uw lichaamshouding heeft zich tijdens uw gehele leven ontwikkeld en heeft dus tijd nodig te veranderen.

Wij merken dat door onze complete aanpak van onder andere de lichaamshouding, klachten snel weggaan en ook wegblijven!

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

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.



Tabla is volgens ons Spaanse woordenboek: plank, plaat, tafel, tabel, en dergelijke. Dus toen wij het natuurreserveaat Tablas de Daimiel bezochten kon ik niet nalaten aan de parkwachter te vragen wat het in de naam van dit park betekent.

Met een royaal gebaar wees ze in de verte naar de plaats waar de rivieren Guadiana en Cigüela, iets ten noorden van de weg van Manzanares naar Ciudad Real, bij elkaar komen. Aan het einde van de zomer is dat duidelijk, maar 's winters, na de regens, staat het hele gebied onder water. Zo'n watervlakte, waar 'ergens onder water' twee riviertjes bij elkaar komen zou dan een tabla heten. Ik kon geen enkel verband vinden met de woorden in het woordenboek, maar waarom zou het niet waar zijn? Wij zijn er inmiddels enkele malen geweest en tijdens dit laatste bezoek konden we zien hoe het heldere water van de Guadiana en de Cigüela langzaam over de droge, met riet begroeide vlaktes kroop. Net als het wad bij opkomend water.

Het grootste deel van het park staat vol riet met daar tussen een paar heuveltjes en wat diepere geulen. Het is een vogelreservaat met observatiehutten langs diverse paden. Er is zelfs een mooie en vrij lange route over planken geschikt voor rolstoelen en minder goede lopers. Inderdaad overal vogels en de paar andere bezoekers waren allen vogelliefhebbers behangen met verrekijkers en telescopen. Veel soorten eenden, ganzen, ibissen, ooievaars, kiekendieven, enz.

De langere wandelpaden door het park zijn meer voor de echte liefhebbers, maar de korte over het water, door bosjes naar een rustplaats op de top van een heuveltje is een bezoek meer dan waard. En zoals zo vaak in Spanje: het kost niets!

Paul van Halteren



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.
Aansluitend drinken we een kopje koffie. Wilt u meerijsen 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**

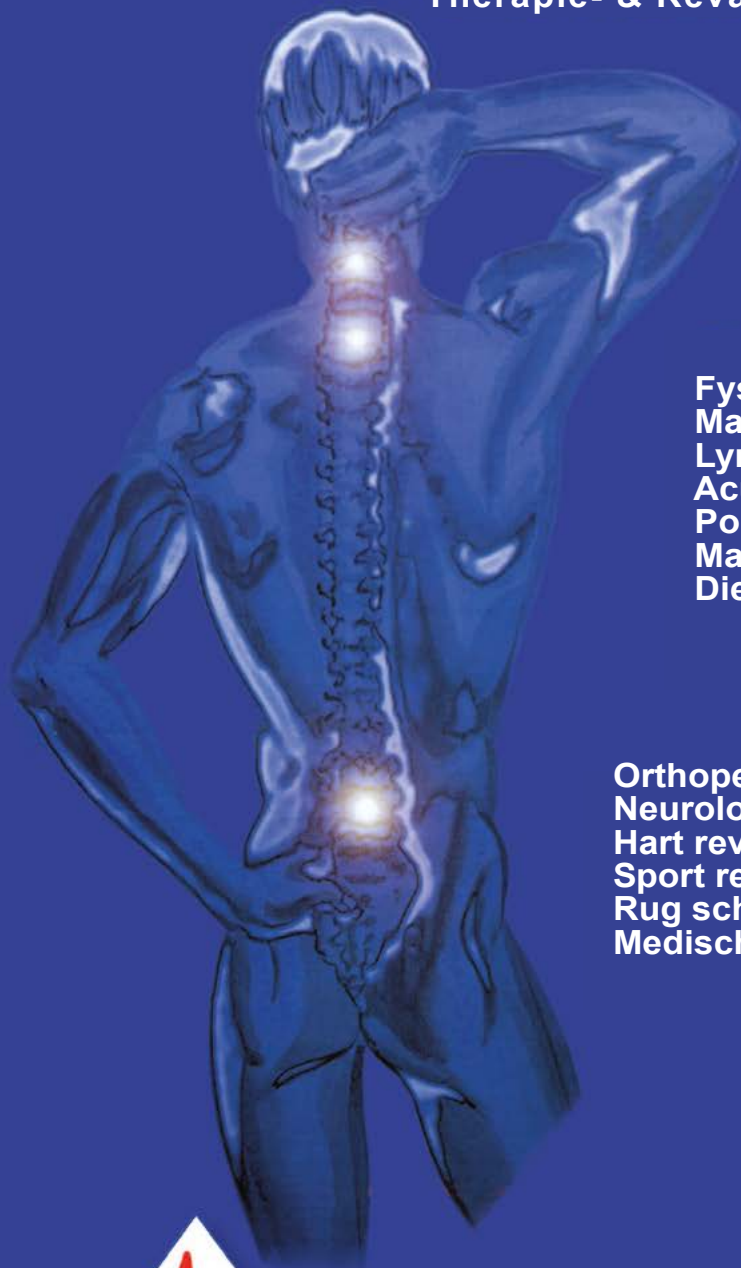
Reserveren, tel: **965 747 134** of **650 100 754**

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**

