



NIEUWSBRIEF

NVOC "De Lage Landen" Moraira



De donkere dagen voor Kerst

Hoewel de eerste dagen van deze december nog steeds zonovergoten zijn, en de terrassen nog elke dag uitpuilen gaan we toch, langzaam maar zeker, richting de Kerst en Oud en Nieuw.

Deze editie van uw Nieuwsbrief staat dan ook in het teken van de kerst, met aankondigingen voor zowel de workshop kerststukjes maken als de traditionele kerstlunch, ook dit jaar weer bij Maxim. Daarnaast een speciaal kerstgedicht van NVOC clublid Aloïs Luyckx.

In dit nummer o.a.

Verslag van Alegria in La Nucia

Workshop Kerststukjes maken

Kerstlunch in Maxim

Nieuwe boeken in de bieb

Een paar weetjes over Spanje

En nog veel meer!



December 2018



Ctra. Moraira – Calpe, 27
Edificio “Vistalmar”
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



PETER EN BOB CROUGHS



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

**REWIRE
YOUR
HOME**



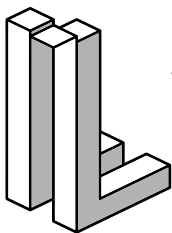
**FOR JUST
1,850€**
(vat not included)



**SOLAR KIT
TO POWER
YOUR POOL
FILTRATION
PUMP**

INSTALACIONES VERT
Carretera La Nau Plà 81 Jávea
628.870.923 & 634.302.345
instalacionesvert@gmail.com





Nederlands-Vlaamse Ontspanningsclub

"De Lage Landen"

Nieuwsbrief December 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: Joke Krediet

Volgende editie: Verschijnt op donderdag 10 januari 2019

Kopij: Uiterste inleverdatum: maandag 31 december 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

INHOUDSOPGAVE

Bestuursamenstelling per 23 november 2017	7
Commissies & contacten	9
Weekkalender	11
Van de penningmeester	11
Evenementenkalender	13
Workshop kerststukje maken 18 december	15
Een zoveelste kerst	15
NVOC Kerstlunch 26 december 2018	17
Verslag optreden Alegria 23 november 2018	19
Nieuw in de bieb	23
NVOC Clubreis van zondag 31 maart t/m vrijdag 5 april 2019	27
Jason Gast over: Uitstralende pijn in been	29
Een penseelstreek	31
Verslag Bergstappers Plus 18 november	33
Verslag Rastro Teulada 11 november	35
Stukje Spanje: een paar weetjes via een Spaanse buurman	37
Belangrijke adressen en telefoonnummers	38
Overlijdensberichten	38
Kerkdiensten	38



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



Ga naar fb.me/nvocdll



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.

BESTUURSSAMENSTELLING PER 23 NOVEMBER 2017

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.roborto@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, en in kleur.





BODY STRESS RELEASE

Unlocking tension - Restoring self-healing

BSRCOSTABLANCA

Vastgezette spierspanning
kan o.a. leiden tot:

- hoofdpijn
- nek klachten
- rug klachten
- darm klachten
- burn-out

BSR practitioner Annita van Arkel
www.bsrcostablanca.com
Tel: 634304391

Body Stress Release is een zachte en effectieve
gezondheidstechniek om vastgezette spierspanning
in het lichaam los te laten. Dit vermindert de druk
op zenuwen en verbetert het zelfhelend vermogen.

Lid van de BSRAN en MIBSRA

WWW.BSRCOSTABLANCA.COM



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:	Frans v.d. Steenoven	fransvandesteenoven@hotmail.com	620 363 580
ClubBand:	Theo Tappen	theotappen@hotmail.com	634 347 403
Evenementen:	Nicole Lesire Michel Rosenberg	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
Introductie nieuwe leden	Adri Petri	a3.petri@gmail.com	+31 651 513 931
	Lieke Hoeks	liekehoeksspanje@gmail.com	602 669 672
	Netty Moes	nettymoes@gmail.com	+31 614 398 906
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	Jan Aerts	janaerts57@gmail.com	+31 624 222 697
Muziekmatinee	Erik Hulleman	erik.jacqueline.hulleman@gmail.com	965 748 156
	Peter Mulder	pe.mulder@xs4all.nl	+31 653 360 347
Klaverjassen en Keezen	Ria van Bloppoel	ria.vanbloppoel@gmail.com	965 747 048
KKK:			
Kookworkshops:			
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 Eindredactie:	Cora Dekkers-Hulshoff Pol	redactie@nvoc-delagelanden.com	965 974 941
Advertenties:	Joke Krediet	nvoc.advertenties@gmail.com	687 075 852
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 v.)	koosvenekamp@gmail.com	646 907 210
	Simon Bakker (administr.)	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

Steak House & Restaurant

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
19:30	Klaverjassen en Keezen

Woensdag

Hele dag	Biljartclub
11:00 - 12:00	Yoga
Vanaf ± 13:00	Golf

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*

Op dit moment is de contributie voor 2019 verschuldigd. Deze bedraagt € 85,- Euro.

Wij verzoeken u deze over te maken vóór 31 januari 2019 op rekening van:

**NVOC De Lage Landen,
IBAN: ES05 0081 0674 6300 0138 6544
SabadellSolbank in Moraira**

onder vermelding van uw Naam en Lidmaatschapsnummer. Dit nummer kunt u terugvinden in de ledenlijst.

Als u dit bedrag wilt overmaken vanaf een buitenlandse bankrekening, dient u de volgende gegevens te gebruiken:

**IBAN: ES05 0081 0674 6300 0138 6544
BIC: BSABESBB**

Mocht u contant willen betalen of pinnen dan kan dit op onze clubmiddag, op donderdag (17.00 – 19.00 uur). Onze voorkeur gaat uit naar overmaking op onze bankrekening.

Indien de contributie niet vóór 31 januari 2019 is ontvangen, wordt een verhoging toegepast van € 5,- in verband met extra werkzaamheden.

Arlette Mol



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**

DECEMBER 2018

13 december	15:30 uur	Buitengewone Algemene Ledenvergadering
14 december		Yoga (inschrijven vanaf 10:45 uur)
18 december	13:00 uur	Kerstworkshop Clubhuis*****
19 december		Yoga (inschrijven vanaf 10:45 uur)
26 december	13:30 uur	Kerstlunch in Restaurant Maxim*****

JANUARI 2019

1 januari		Nieuwjaarsduik / Nieuwjaarswensen Clubhuis
6 januari	19:30 uur	Drie Koningendiner in Restaurant Premium Plus*****
16 januari		Yoga (inschrijven vanaf 10:45 uur)

FEBRUARI 2019

17 februari		Bloesemtocht (onder voorbehoud)*****
-------------	--	--------------------------------------

MAART 2019

31 maart - 5 april		NVOC Clubreis*****
-----------------------	--	--------------------

APRIL 2019

8 - 12 april		NVOC Bridgereis*****
--------------	--	----------------------

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

WORKSHOP KERSTSTUKJE MAKEN 18 DECEMBER

Een kerststuk maken met een winterse uitstraling in natuurtinten met LED-verlichting. Om bij te dragen aan de kerstsfeer in uw huis stellen wij u in de gelegenheid in een gezellige en ongedwongen sfeer een kerststuk te maken in ons clubhuis El Corregidor.

Met maximaal 15 aanmeldingen gaan wij op een originele en creatieve manier aan de slag. Wij zorgen voor groen en de decoratie. Mocht u bepaald groen uit uw tuin in uw kerststuk willen verwerken dan kunt u dat meenemen. Datzelfde geldt voor een persoonlijke decoratie.

Datum: dinsdag 18 december om 13.00 uur. Kosten: 8 euro p.p.

Meenemen: een schaar, een mesje en een kleine snoeischaar.

Met vriendelijke groet,
Linda Eigeman en Lieke Hoeks.

EEN ZOVEELSTE KERST

Wij zijn reeds voorbij het jaar 2000.
Men vond het een magisch getal.
Zo lang is het weeral geleden
die "Geboorte in eenen stal."

Een kindje kwam toen op de wereld
en lachte naar iedereen.
Het leerde ons liefde te geven,
want zo ben je minder alleen.

Men zegt dat het kwam voor de vrede
en vriendschap onder elkaar.
Toch hoort men nog steeds over oorlog
en dreigt er voor velen gevaar.

Waarom toch die brutaliteiten
om de baas te zijn in een land ?
Waarom niet met minder tevreden ?
En reik dan elkander de hand.

't Wordt Kerstmis, de lichtjes gaan branden !
Zij brengen een gemoedelijke sfeer.
Op het plein wordt een stalletje getimmerd
en kerstliedjes klinken weer.

Misschien heb je straks wel een feestje
waarvan je samen knusjes geniet,
maar laat toch je hart even spreken
en vergeet ook de eenzamen niet.

Aloïs Luyckx

Aloïs Luyckx is NVOC Clublid en amateur-schrijver van gedichten. Hij is op zoek naar contact met één of meerdere gelijkgestemden m/v. Tel: +32 485 67 22 91

C/ Avenida del Mediterráneo, 115 - TEULADA
T. 965 740 743 · M. 662 136 103
euronicsteulada@yahoo.es



www.euronics.es

★ euronics

C/ Paris, 2, C.C. Alaire · BENITACHELL
T. 966 495 620 · M. 662 139 663
euronicsbenitachell@yahoo.es



* Niet geldig
in combinatie met
aanbiedingen
en mobiele telefonie

JOSE'PHINA

JOSEPHINA BOUTIQUE

Avda. Madrid nº 7

03724 Moraira

Tel: 96 574 5440

josephinaboutique@hotmail.com

INSTALACIÓN DE ANTENAS | ELECTRODOMÉSTICOS



★ euronics

REDES DIGITALES SATELVISION S.L.U.
B54020482 | INSTALADOR AUTORIZADO 10798

JUAN 607 320 591 | JOSÉ 666 942 660



* NIET GELDIG
IN COMBINATIE MET
AANBIEDINGEN
EN MOBIELE TELEFONIE

Nog een kleine maand en we vieren Kerst. Zoals steeds gaat de NVOC hier niet aan voorbij. Dus dit jaar weer een Kerstlunch op tweede Kerstdag, 26 December 2018.

De tevredenheid over de lunch van verleden jaar bij Restaurant Maxim heeft ons laten beslissen deze succesformule weer te herhalen.

Op woensdag 26 december verwachten we jullie rond 13.30 H

De prijs voor het menu:

Aperitief, brood, amuses, 3 gerechten en een halve fles wijn plus de fooi : 30 Euro

Introducés : 32 Euro.

Glas Cava met amuses en brood

1- Sla met zalm met vinaigrette van rode vruchten

2-Pompoensoep met tempura van kabeljauw

3-Rundscarpaccio met Parmesaan

Citroensorbet

4-Lam in de oven met groentenbrochette

5-Confit van eend met sinaasappelsaus

6-Zalm met lenterolletje

7-Verrassingsdessert Maxim

8-Tiramisu met ijs cappuccino

9-Kaastaart met rode vruchten

Graag tijdig inschrijven met vermelding van jouw keuze (3 cijfers)

Je kan elke donderdag inschrijven bij de gastdames. Ook een mailtje naar nvoc.evenementen@gmail.com is mogelijk. Noodzakelijk is het vermelden van je keuze en de betaling op de gekende bankrekening van onze club :

IBAN: ES05 0081 0674 6300 0138 6544 o.v.v. je naam en kerstlunch



Maxim
Restaurante



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)

Afgelopen vrijdagavond 23 november om 19.59, het was muisstil in het Auditori van La Nucia totdat om klokslag 20.00 de gordijnen open gingen en er een overweldigend Canticorum Jubilo (Georg Friedrich Handel) werd gezongen door ca. 100 koorleden.

De koren Alegria (NVOC), Cantares en Canticorum gaven gezamenlijk onder begeleiding van Guy Verhelst een concert wat in het verleden nog nooit heeft plaatsgevonden. Muziekstukken van o.a. Leonard Bernstein, Ennio Morricone, Vangelis, John Lennon, Verdi en Handel kwamen voorbij.



Het duo Pasion Doble (cello-piano) , bestaande uit Lutgarde de Neve en echtgenoot/ componist Guy Verhelst, speelde enkele arrangementen waaronder het prachtige Il Postino waar menigeen een zakdoekje bij nodig had. Het publiek was laaiend enthousiast!





HCB, uw Nederlands ziekenhuis aan de Costa Blanca (SPANJE)

HCB funcioneert als Nederlands ziekenhuis:
Nederlandse artsen, Nederlands facturatiesysteem,
en een compleet team toegewijd aan de Nederlandse patiënten.



0034 965 853 850

informatie@clinicabenidorm.com



HOSPITALCLINICA BENIDORM NEDERLANDSTEAM

Wij hebben een contract met de grootste Nederlandse zorgverzekeraars waardoor u recht heeft op 100% dekking zonder administratieve rompslomp:







Volmachten



G.S.F. verzorgt de Nederlandse reisverzekering met aansprakelijkheid voor alle verzekerden

HCB heeft tevens afspraken met andere Nederlandse zorgverzekeringen.
HCB uw nummer 1 ziekenhuis aan de Costa Blanca.
Voor meer informatie contacteer ons Nederlands Team.

alex

POWERED BY
*BINCKBANK

Laten beleggen met **Binck Comfort**



NIEUW BIJ ALEX SPANJE: BINCK COMFORT

- * Een combinatie van behoud & groei van uw geld.
- * Nadruk op actieve risicobeheersing.
- * Persoonlijk beheerplan op basis van uw financiële situatie, uw kennis & ervaring en uw risicobereidheid.
- * Aan de hand van het beheerplan bepalen wij voor u de optimale verdeling over aandelen en obligaties op individuele basis.
- * Lage kosten; voor het beheer van uw vermogen rekenen we een vergoeding van 0,60% over het beheerde vermogen. De kosten van de beleggingsinstrumenten waarin wij voor u beleggen bedragen liggen tussen de 0,48 % - 0,72% per jaar. Voor een volledig overzicht van de rendementen, de risico's en de kosten kijkt u op onze website.

Vragen? Kom langs
in Marbella wanneer
het u schikt

Schrijf u in voor de
bijeenkomst
over Binck Comfort

3 oktober of 25 oktober
Binck Investment
Academy in Marbella

Lees meer over Binck Comfort: www.alexspanje.com/binckcomfort

CONTACT:

telefoon
+34 952 924 011

web
www.alexspanje.com

e-mail
info@alexspanje.com

Natuurlijk zijn er ook risico's, het blijft tenslotte beleggen. Uw inleg kan minder waard worden. BinckBank nv – Vergunninghouder DNB Geregistreerd bij de Autoriteit Financiële Markten – KvK Amsterdam 33162223

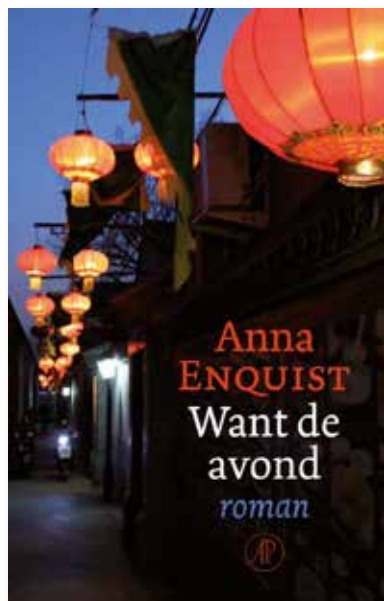
Mr. Mercedes - Stephen King



Drie van de meest onwaarschijnlijke en fantastische helden die Stephen King ooit heeft gecreëerd proberen een eenzame moordenaar, de Mercedes Killer, te stoppen die eropuit is om duizenden mensen op te blazen. Op een ijsskoude vroege ochtend staan honderden wanhopige werklozen in de rij voor een banenbeurs. Zonder waarschuwing racet een eenzame bestuurder in een gestolen Mercedes dwars door de menigte; acht mensen worden gedood, vijftien raken gewond. De moordenaar ontsnapt. Maanden later wordt politieagent Bill Hodges nog steeds achtervolgd door de onopgeloste misdaad. Wanneer hij een krankzinnige brief ontvangt van iemand die zichzelf de "Extra" noemt en dreigt met nog een duivelse aanval, ontwaakt de gepensioneerde Hodges uit zijn depressieve en wezenloze toestand, en is hij vastbesloten om een volgende tragedie te voorkomen.

Want de avond - Anna Enquist

Vier mensen moeten met zichzelf en elkaar in het reine zien te komen na een gijzeling door een gevluchte crimineel, die culmineerde in de explosie van de woonboot waarop ze – als strijkkwartet – zaten te repeteren. Heleen, onder het motto Du musst dein Leben ändern, heeft zich onderworpen aan een extreme make-over. Jochem verschanst zich grimmig in zijn zwaarbeveiligd atelier. Zijn echtgenote Carolien, die bij de ramp een pink verloor, zeult rond met een majeure depressie die ze hoopt te verdrijven door in een opwelling het vliegtuig naar China te nemen waar Hugo heen is gevlucht om zich als cultureel ondernemer te storten op het organiseren van muzikale evenementen. Eenmaal daar raken zaken emotioneel op drift en ver weg in Nederland is het proces tegen topcrimineel Helleberg in de maak. Die zaak, waarin ze allen zullen moeten getuigen, hangt hun als een zwaard van Damocles boven het hoofd.





Mar y San Design bouwt professionele websites voor elk budget. Van vakantiewoning tot verhuurbedrijf tot online winkel. Onze websites 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.

www.marysan.nl | info@marysan.com
+34 620 109 683 | +31 (0)85 785 85 91



Since 1993



Playa del Portet

03724 Moraira

96.649.04.32

www.ledauphin.com



Avenida de la Paz

03724 Moraira

96.574.32.56

www.restaurantevespas.com



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



Kerstconcert en community sing-in

Ons clublid Peter Neeteson heet u graag welkom op

ZATERDAG 15 & ZONDAG 16 DECEMBER om 14:30 uur

in VILLA "EL NIDO", Carrer del Mila 17 in JÁVEA (Costa Nova)

Vanaf 14:00 hr welkom met cava

14:30 - 15:30 hr concert en community singing

15:30 - 16:30 hr Glühwein, warme choco, amandelspijkerstbrood, oliebolle

Kaarten € 19, waarvan € 2 naar (Caritas Javea) bestellen

www.momentosdemusica.es of bel Peter Neeteson 634 979 620



Villa El Nido

PROGRAMMA

Community Singing: Komt allen tezamen; Hoor, d'englen zingen d'eer; In de kleinste stad van Juda; Gloria in Excelsis Deo; Stille nacht, heilige nacht; Cantique de Noël / O holy night; Ere zij God / We wish you a merry Christmas

Peter Neeteson piano en orgel: 3e Consolation, Liszt; Ave Maria, Caccini; Pie Jesu, A.L. Webber; Ich ruf zu dir Herr, Bach; Cantique de Jean Racine, Fauré; Nocturne, Chopin; Improvisatie op kerstliederen.

Voor de komende concerten van Momentos de Musica in 2019, ontvang de **nieuwsbrieven per email** door u in te schrijven met uw emailadres op de Homepage van www.momentosdemusica.es

RESTAURANTE
STEAKHOUSE Dirk



*La Mejor Carne
Argentina
a la Piedra*



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

Bezoek onze website www.clinicabenissa.com
voor meer info en afspraken online



Clínica Benissa



Huisarts: Dr. Max Meertens

Dermatoloog: Dr. Ruud Valks

Plastische chirurg: Dr. David Wijnberg

Tandartsen: Alexandra Rodriguez, Lian Donkers

Mondhygieniste: Martha Olaya

Podoloog: Philip Mann

Psychologie: Rian Rijsbergen, Petra Rendering e.a.

Avda. Pais Valencia 19, Benissa

Tel: 965733157 Spoedgevallen: 639 60 42 69

6 daagse busreis naar JEREZ DE LA FRONTERA, CÁDIZ, RONDA en MÁLAGA met verblijf in 4* sterren hotels.

R E I S B E S C H R I J V I N G

1ste dag: Moraira – JEREZ DE LA FRONTERA

Rond 17.00 uur hopen we in het centrum van Jerez de la Frontera te arriveren bij het 4* sterren hotel "SOHO Boutique Jerez & Spa" waar we de komende drie nachten logeren.

2de dag: JEREZ DE LA FRONTERA

Jerez de la Frontera heeft veel te bieden, alleen al het historisch centrum vol pleintjes, fontein, smalle straatjes en sinaasappelbomen is een lust om doorheen te wandelen. En geniet u nog steeds van een glaasje sherry dan is een bezoek aan een van de bodega's ook zeker de moeite waard.

3de dag: Bezoek aan CÁDIZ of u blijft in Jerez de la Frontera, de keuze is aan U!

De kustplaats Cádiz was in het verleden een belangrijke havenstad aan de Middellandse Zee: door sommigen ook wel "klein Havana" genoemd door de gelijkenis met de Cubaanse stad. Het compacte centrum van Cádiz heeft veel bezienswaardigheden zoals het bijzonder mooie plein "Plaza San Juan de Dios".

4de dag: Vertrek vanuit Jerez de la Frontera naar MÁLAGA

Onderweg bezoeken we de mooie stad RONDA, gelegen op een plateau, dat ontstaan is door de erosie van de rivier de Guadalquivir. Ronda is een pittoreske stad, die betovert door haar unieke locatie en imposant uitzicht vanaf de beroemde brug "el Puente Nuevo".

Na de lunch rijden we door naar Málaga, de hoofdstad van de Costa del Sol. Hier logeren we de komende 2 nachten in het 4* sterren hotel "Salles Malaga Centro".

5de dag: MÁLAGA

Het rijke historische centrum van Málaga heeft prachtige pareltjes uit het verleden te bieden en ook qua musea kun je hier uitstekend terecht. Tijdens uw wandeling door het centrum zult u vaak langs het indrukwekkende Romeinse amfitheater lopen.

6de dag: Málaga – MORAIRA

Na het ontbijt rijden we weer terug naar Moraira. Onderweg maken we koffiestops en een lunchstop.

In samenwerking met FD Travelgroup, die de uitvoering van deze reis in handen heeft, kunnen wij u deze 6-daagse busreis aanbieden voor € 475,- p/persoon op basis van logies en ontbijt of € 585,- p/persoon op basis van half pension. (toeslag 1-pers. kamer € 200,-) Introducés + € 25,-. We reizen met een bus van Ultramar (TUIgroep) en logeren vijf nachten in 4* sterren hotels. Tevens is vanaf Jerez de la Frontera tot en met Málaga ervaren Nederlandse reisleiding van De Jong Intra vakanties aanwezig.

Betalingsvoorwaarden:

€ 100,- aanbetaling bij reservering op de donderdag clubmiddag (17.30 hrs-19.00 hrs) bij Monique Crouchs of d.m.v. een e-mail naar nvoc.clubreis@gmail.com U ontvangt dan per omgaande een mail met de bankgegevens voor de overboeking. Wijzigingen voorbehouden.

Bekijk de uitgebreide beschrijving, met veel foto's, op de website!

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)

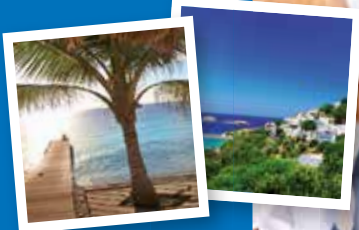
96 574 5109 / 678 488 895
Website: www.lesfougues.es
E-mail: info@lesfougues.es



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

 PERITAG

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



Uitstralende pijn in been

In de praktijk komen klachten in rug het meest voor. Dit kan gepaard gaan met uitstralende pijn in een of bijder benen. Deze uitstralende pijnen worden veroorzaakt door irritatie of beschadiging van de zenuw. Dit ontstaat als er op de zenuw langdurig druk staat, zoals bij een hernia of als een wervel tegen de zenuw duwt. Vaak is de betreffende zenuw al langere tijd bekneld en worden de symptomen zoals pijn, tintelingen, doofheid en minder kracht veroorzaakt door de wisselwerking van de signalen tussen de hersenen en het desbetreffende lichaamsdeel niet goed doorkomen. De zenuw doet dus makkelijk gezegd zijn werk niet naar behoren. Het is te vergelijken met een elektriciteitsdraad waarvan de omhulsel is beschadigd en af en toe kortsluiting maakt. Mensen klagen over pijn in de benen tijdens lopen, tintelingen bij zitten, pijn in de bil uitstralend naar de knie en zelfs helemaal tot in de voet(en).

Dit probleem kan worden opgelost door de oorzaak van de inklemming van deze zenuw weg te nemen, dus de druk op de zenuw weg te nemen. De zenuw kan in verschillende plaatsen bekneld zijn; in de wervelkolom, in het bekken en in de bilregio. Het is van essentieel belang de werkelijke plek van beknelling vast te stellen. Vaak wordt te snel de schuld gegeven aan uitstulpingen/

hernia's van de tussen-wervelschijven in de wervelkolom en wordt de verkeerde behandelmethode gestart. Meer dan eens ligt de oorzaak net buiten de wervelkolom, zoals inklemming van de Ischiaszenuw in het bekken. Deze zenuwinklemming geeft uitstraling in het been meestal tot aan de knie met pijn in de bil. De aandoening wordt veelvuldig foutief gediagnosticeerd als zijnde een hernia.

Wij merken in de praktijk dat mensen te lang met dit soort klachten rondlopen, soms jaren, voordat de juiste diagnose wordt gemaakt. Onze kliniek is gespecialiseerd in het behandelen van deze klachten. Door middel van Chiropractische technieken als manipulaties, mobilisaties, spiertechnieken en aanpassingen in de houding kan de druk van de betreffende zenuw worden verwijderd. Wel moet daarna de zenuw herstellen. De zenuw is na inklemming beschadigd en zal in zijn geheel moet herstellen na het wegnemen van de oorzaak van de druk. Dit is een langzaam proces en dit betekent dus, dat na het wegnemen van de oorzaak van de uitstralende problemen, het enige tijd duurt voordat de zenuw zijn werk weer volledig en zonder pijn doet. Dit proces kan wel worden versneld door het nemen van vitamine B. Verder is er GEEN andere therapievorm die een ingeklemde zenuw vrij kan maken.

In onze kliniek combineren wij Chiropractie, houdingsoefeningen en het nemen van voedingssupplementen om dit soort problemen met groot succes te verhelpen. Indien nodig maken we gebruik van röntgen en MRI onderzoek om onze diagnose te ondersteunen.

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

Jason Gast (Doctor in Chiropractic),

www.quiropacticacalpe.es

Quiropráctica Calpe Tel: 965 875 917.

Quiropráctica Altea Tel: 965 841 950



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

Ik had vandaag, de 29ste november, even een echt "WAUW" moment! Na 10 dagen Nederland kwam ik dus nietsvermoedend met mijn schilderspullen het clubhuis in en: er was licht. Wat een fantastische verrassing. Cor en Tonnie Visser hebben ons het licht gegeven!

Wat een geweldig geschenk van het bedrijf "MACBRIGHT" uit Tiel. Dank jullie wel voor deze zeer welkome sponsoring, en: de verlichting is natuurlijk niet vanzelf vanuit Nederland aan komen waaien. Ook het transport is ons geschonken door de vervoerder "MARTCARGO" eveneens uit Tiel. Wat een mooie mensen zijn er toch nog.

Overigens heeft onze eigen Piet er voor gezorgd dat het op de juiste wijze werd opgehangen en wel zodanig dat we vrijwel overal kunnen gaan zitten om te schilderen. Wat boffen we toch met zulke fantastische vrijgevege clubleden en vrijwilligers, dat kan nooit genoeg gezegd worden!

Het grappige vanmorgen was dat iedereen in de grote zaal aan het schilderen was onder de nieuwe verlichting en dat Wil en ik samen de enigen waren die in onze "schilderruimte" stonden te ploeteren. Ook niet erg hoor, en wie zich geroepen voelt om eens mee te doen: er is nu ruimte genoeg.

Ja mensen, onze club blijft een warm bad en dat mogen we ons af en toe best wel even realiseren, want zo 'n gezellige club als wij hebben vind je denk ik nergens! Het nieuwe schilderonderwerp heeft trouwens niks met verlichting, winter of wat dan ook te maken, maar wel met ons klimaat: 'wind', want of je nu hier aan de Costa bent of in Nederland, er is altijd wel wind, en hoe wij dat als schilders proberen te interpreteren op doek kunt u straks zelf bekijken in de entree na half december. Overigens is de wind in de haren wel een beetje troef, maar de schilderijen worden toch ook weer allemaal heel verschillend.

Graag wil ik namens onze gehele schilderclub bij deze alvast iedereen een hele mooie feestmaand toewensen met een gezonde en voorspoedige start van het nieuwe jaar. Oeps, de lichtgevende verfspatten waaien al van mijn penseel! Nou ja, dat wordt dus zichtbaar vanzelf een spetterend uiteinde van 2018.

Ietje Speets



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

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



Restaurant The Olive Tree

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

Openingstijden:

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

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

Eindelijk dan toch de wandeltocht naar Jalon! De wandeltocht was al een paar keer uitgesteld door het slechte weer. Bij de "gevangenissen" verzamelden Rob, Myriam, Tanja, Jan, Frans, Gonnie, Ánnus, Henk en Netty.

En toch leek het erop dat de regen weer roet in het eten zou gooien. Met wat miezer en een heel donkere lucht boven de Jalonvallei hadden we besloten om toch maar heen te rijden. Dit was een goede gok. Het bleef iets miezeren, maar wij zijn "die hards" dus trotseerden wij die miezer.

We besloten niet helemaal tot de kam te gaan maar een paadje lager te nemen. Het was tenslotte wel wat glibberig her en der. Na een kwartiertje was de miezer gestopt en we kregen prachtig wandel weer. En wat was het een mooie tocht. De wolken die halverwege de vallei hingen gaven een prachtig uitzicht.

Er waren heel veel paddenstoelen in het bos en je kon heel goed zien dat de wilde zwijnen op zoek waren geweest naar de truffels.

Na de wandeltocht van iets meer dan 5 km hebben we onszelf getrakteerd op koffie en warme chocomel.

Frans, bedankt voor een gezellige mooie tocht en de kam doen we een andere keer .

Netty Moes



Genieten van de authentieke Indonesische keuken
in een moderne en sfeervolle ambiance

BAJUL



Indonesisch Restaurant Bajul
Avda. de la Paz, 27 03724 Moraira
Tel. 965 743 381
www.bajul.es / www.facebook.com/BajulMoraira

re:fresh
Schoonheidssalon

Facials • Massages • Paraffin Treatments
Body Treatments • Pedicures • Manicures
Waxing • Eyelashes & Eyebrows

Sinds 2007 uw vertrouwde adres voor een vriendelijke en professionele service.

U vindt ons aan de Avda. de la Marina 45, local 1, tegenover Pepe la Sal (San Jaime), aan de kant van de apotheek / Mister Minute

Tel: 965 748 947 / 671 807 525

e.mail: elaine@salonrefresh.es
www.salonrefresh.es

Herfst aanbieding:
Gezichtbehandeling (incl. harsen en epilieren) + rugmassage € 65,-

EHBO
EERSTE HERMAN BIJ OPKNAPPEN

Herman, voor al uw zwembadonderhoud

- Jaarcontracten en contracten op maat
- Pompen
- Filters (vervangen zand/glas)
- Verlichting
- Opnieuw voegen / betegelen

Voor vragen bel Herman: 663 733 170

In alle vroegte, 06.30 uur zondagmorgen 11 november, staan wij te wachten of wij wel een plek toegewezen zouden krijgen. Spannend dus.

Gelukkig hadden wij te maken met een invaller, die het ook voor de eerste keer moest regelen en ons een pracht plek gaf in het midden op de markt. De auto's konden wij bij de plek zetten om te lossen, wat een luxe, gezien de hoeveelheid spullen die wij bij ons hadden.

Toen ik de eerste doos aan het uitpakken was, het was nog pikdonker, krioelde het van de overige standhouders, die het gemunt hadden op ons kristal/glaswerk.

Angstige momenten, maar gelukkig was "onze" Sjaak (echtgenoot Elly) er om ons bij te staan en onze waar te bewaken. En dat was maar goed ook!

De eerste klap is een daalder waard, dat is ook zondag weer gebleken.

Het was een zonovergoten, gezellige dag in opperbest gezelschap.

Met een opbrengst van € 372,95 waren wij tevreden.

Mede namens Loeki, Anneke, Elly, Liliane,

Hanneke Mulder-Kaptein



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.



Vrijdag de dertiende / Dinsdag de dertiende

Voor de bijgelovigen onder ons is "vrijdag de dertiende " niet de meest gunstige dag om iets te ondernemen. Waar komt dat vandaan die dertien en die vrijdag?

Het getal dertien als ongeluksgetal zou uit een Noorse sage komen: Toen twaalf goden in het Walhalla een diner hielden kwam plotseling de niet uitgenodigde Loki, de god van chaos en leugens, opdagen en schoot Balder, de god van de vreugde, dood. Dat bedroefde de mensheid. Een mogelijke andere, Christelijke, verklaring: bij het laatste avondmaal waren 13 personen aanwezig. De vrijdag als ongeluksdag voert wellicht terug op het feit dat zowel in het Romeinse rijk als later in Engeland op vrijdag de executies van de ter dood veroordeelden werden uitgevoerd. Nog een mogelijkheid ter verklaring: Vrijdag de dertiende als ongelukkige combi verwijst, zo dacht men, naar de ten onrechte gearresteerde Tempeliers op vrijdag 13 oktober 1307. Maar wat blijkt: volgens recent onderzoek zou dit bijgeloof pas veel later zijn ontstaan.

Spanje heeft géén last van die vrijdag want hier is **DINSDAG** de dertiende de ongeluksdag. Waar die vandaan komt is niet helemaal duidelijk. Mogelijk verwijst het naar de inname van **Játiva** (foto) door de Moren op dinsdag 13 juni 1276 . Hoe het ook zij, er bestaat een gezegde: "En martes, ni te cases, ni te embarques, ni de tu casa te apartes" (Op dinsdag ga je niet trouwen, ga je niet op reis, blijf je thuis).

1 april / 28 december: Onnozele of Onschuldige kinderen

Waar wij op 1 april - de dag dat Alva Den Briel verloor - elkaar zo leuk mogelijk voor de gek proberen te houden gebeurt dat in Spanje op 28 december. Die dag is ook Onnozele of Onschuldige Kinderen, de dag die verwijst naar de moord, opgedragen door Herodes, op de jongens babietjes in Bethlehem. Op die dag is in de loop der tijd ook een kinderfeest ontstaan waarbij kinderen verkleed langs de deuren gaan en om snoep bedelen. Connectie?

Het Spaanse volkslied, **La Marcha Real**, heeft geen woorden. Moeilijk dus voor een Spanjaard om het uit volle borst mee te zingen, neuriën dan maar!

Cora Dekkers-HP



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

OVERLIJDENSBERICHTEN

Jan de Vries	20-09-1935	08-11-2018
Anje Wansink	09-03-1956	11-11-2018

KERKDIENTEN

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

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.

Maxim

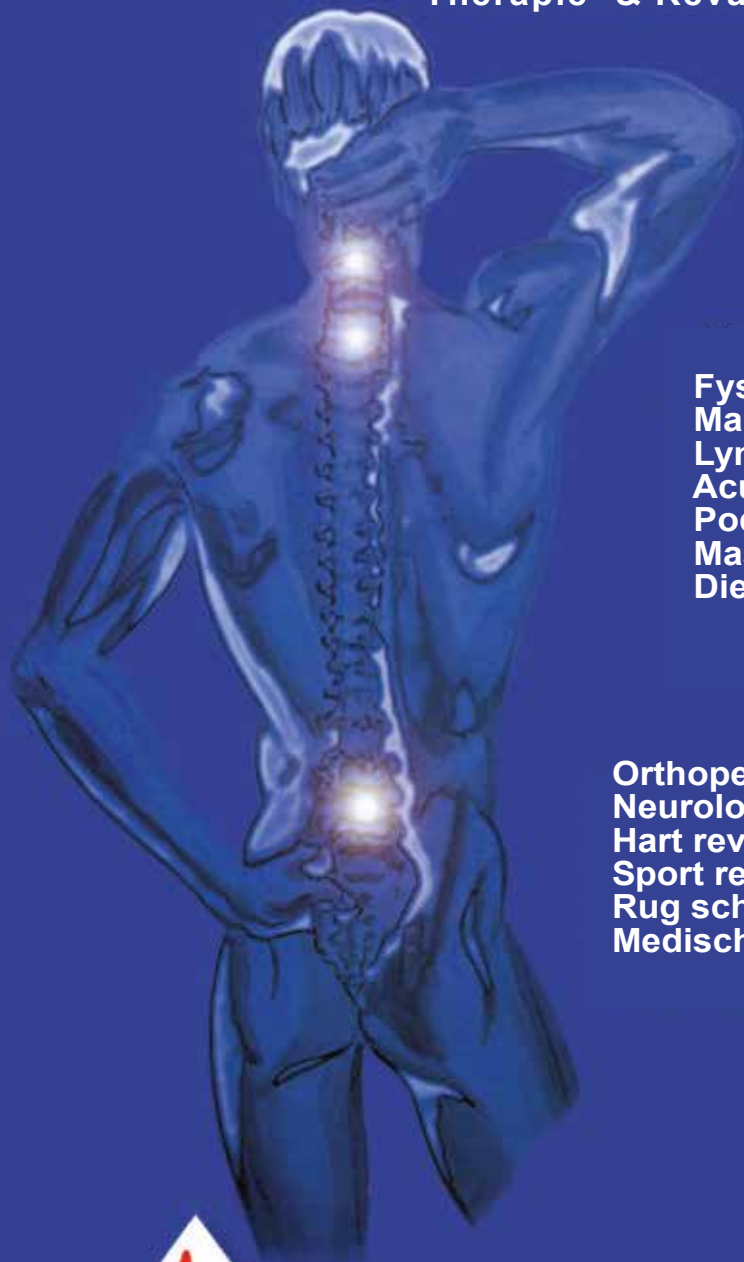
Restaurante



Maxim Restaurante | Calle Cabo San Vicente 1, 03724 Moraira | 956 74 81 93

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

