

NIEUWSBRIEF

NVOC "De Lage Landen" Moraira



Het clubseizoen begint weer!

Het naseizoen is al weer begonnen aan de Costa, maar voor ons, leden van de NVOC, is zojuist het nieuwe clubseizoen weer aangebroken. De zomergasten zijn tegelijkertijd met de zwaluwen, die de laatste week van september de dikke kabels om ons heen bevolkten, vertrokken naar hun eigen overwinteringsplek.

Ietje Speets

In dit nummer o.a.

Biologie van het ouder worden

Vooraankondiging clubreis

Bibliotheeknieuws

Lagunas de Ruidera

Club barbecue

Krijt uw topje...

Oktober 2017



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

OP TOP LOCATIE!!! - Ref. A833

Comfortabele woning op eerste lijn met
prachtig uitzicht op zee, het groene
Senillar-park, en de Avenida de la Paz.

Ruime woon-eetkamer, separate
keuken, 2 terrassen, 2 slaapkamers en 2
badkamers.

Een appartement dat gezien mag
worden!

PETER EN BOB CROUGHS



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

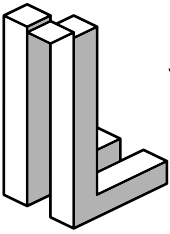


**Wij zijn gespecialiseerd in het
organiseren van evenementen
tegen zeer concurrerende prijzen.**

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 Oktober 2017

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

Correspondentieadres:

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

Bezoekadres:

Arnesol
Calle Cigüeña 10
Moraira-Teulada
Spanje

Routebeschrijving:

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

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

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

E-mail: info@nvoc-delagelanden.com

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

Contributie: De contributie voor 2017 is vastgesteld op € 80,00 per persoon.
Bankrekening: IBAN: ES05 0081 0674 6300 0138 6544
BIC: BSABESBB

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

Redactie & lay-out: Marco Westrik

Eindredactie: Cora Dekkers-Hulshoff Pol

Advertenties: Louk Clavan

Volgende editie: Verschijnt op donderdag 9 november 2017

Kopij: Uiterste inleverdatum: maandag 30 oktober 2017

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 24 november 2016	7
Commissies & contacten	9
Weekkalender	11
Evenementenkalender	13
Openingstijden bibliotheek	15
Spaanse boeken	15
Nieuwe boeken	17
BBQ 5 november	17
Klassieke muziekavond 31 oktober 2017	19
Lezing door Bert van Zutphen 21 november 2017	21
Een Penseelstreek...	23
Verslag Barbecue 4 juni	25
Jason Gast over: Duizeligheid is vaak heel goed te behandelen	26
Attentie, reislustigen!	27
Krijt Uw Topje weer actief in Moraira	29
Verslag Bergstappers 17 september	31
Stukje Spanje: Lagunas de Ruidera	33
Belangrijke adressen en telefoonnummers	34
Kerkdiensten	34

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

Bezoek ook onze website: www.nvoc-delagelanden.com. Hier vindt u niet alleen alle berichten en artikelen uit dit boekje, maar ook verslagen van activiteiten, culturele evenementen en verschillende leuke en interessante rubrieken. Teksten in dit boekje zijn vaak ingekort vanwege de ruimte. De volledige tekst staat op de website, vaak ook met meer foto's.

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



uw partner in de
vakantieverhuur
van uw Spaanse woning

- Betrouwbaar
- Persoonlijke benadering
- Eigen serviceteam

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



Marike den Dulk

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

Voor al uw Spaanse problemen zoekt Marike een oplossing!
Bel Marike voor vrijblijvende verzekerings-offertes
tussen 9.30 en 13.30 uur.

Marike kan u ook begeleiden met o.a.:
auto import, auto overschrijving, notaris begeleiding bij aan
en verkoop van uw huis, testamenten, nalatenschappen, monde-
ling-vertaalwerk, medische begeleiding bij specialisten.

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



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 24 NOVEMBER 2016

Functie	Naam	Aandachtsgebied
Voorzitter	Anneke Blokland - Van Leeuwen 618 818 744 nvoc.annekeblokland@gmail.com	Bridge Externe zaken KKK
Vicevoorzitter	Robert Lem 629 165 229 nvoc.roborto@gmail.com	Accommodatie Technische Zaken Tennis
Secretaris	Cora Dekkers - Hulshoff Pol 965 974 941 nvoc.coradekkers@gmail.com	Bergstappers Redactie Tuinclub
2 ^e secretaris	Marion Hoed +31 622 744 614 nvoc.marionhoed@gmail.com	Commissies Prikbord Schilderen
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
Bestuurslid	Anne-Lize Jaspers - Goddijn 695 867 006 nvoc.annelizejaspers@gmail.com	Keuken Publicatiebord Spaanse les
Bestuurslid	Regien Dwarkasing 610 193 761 nvoc.regina@gmail.com	Mode Op Maat Toneel Ziekencontact
Bestuurslid	Nicole Lesire 965 748 686 nicole.julien@gmail.com	Advertenties Evenementen Golf



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

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.

Administracion de Empresas

- Inkomsten- en vermogensbelasting residenten en niet-residenten
- Fiscaal nummer / identificatienummer
- Notariele 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 B&M
03738 Jàvea

T: 00-34-965770515

F: 00-34-965470808

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:	Corry Reijmers	nvoc.evenementen@gmail.com	634 350 161
Filmavond:	Lydia la Rivière Zijdel	toneelnvoc@gmail.com	
Gastvrouwen:	Nicole Lesire	nvoc.gastdesk@gmail.com	965 748 686
Golf:	Perry van Glabbeek	perryvanglabbeek@gmail.com	966 498 075
www.nvoc-golf.nl	Esta Löchter	nvoc.golf@gmail.com	966 490 515
	Wim Witteveen	w.witteveen29@upcmail.nl	669 454 373
Horeca:	Peter van Bloppoel	nvoc.petervanbloppoel@gmail.com	966 498 773
Jeu de Boules:	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 Hallemaans 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 Eindredactie:	Cora Dekkers- Hulshoff Pol	redactie@nvoc-delagelanden.com	965 974 941
Nieuwsbrief Advertenties:	Louk Clavan	advertenties@nvoc-delagelanden.com	626 708 200
Publicatiebord:	Anne-Lize Jaspers	huub.annelize@gmail.com	695 867 006
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
	Domy Roël (vice voorz.)	domyroel@gmail.com	650 671 435
	Simon Bakker (administrateur)	s.c.bakker@quicknet.nl	
Toneel:	Solveig Dondorff- Bonnes	solveig.tjordis@gmail.com	645 372 505
Tuinclub:	Lieke Hoeks	nvocuin@gmail.com	0031 653 672 283
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 uren 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
11:00 - 13:30 Zangkoor Alegría
14:30 - 17:00 ClubBand
18:45 - 19:00 Inschrijven bridge
19:00 - 22:30 Bridgedrive

Dinsdag

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

Woensdag

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

Donderdag

Hele dag Biljartclub
10:00 - 13:00 Tekenen en schilderen
11:00 - 12:30 Jeu de boules (in het
park van Moraira)
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**

OKTOBER 2017

21 oktober	9.30 uur	Bergstappers
31 oktober	20.00 uur	NVOC Klassieke muziekavond

NOVEMBER 2017

4 november		Bergstappers
5 november	13.00 uur	Barbecue met optreden van Just US!*****
14 november	20.00 uur	NVOC Filmavond
15 november	10.00 uur	Hapjes maken*****
21 november	20.00 uur	Lezing Bert van Zutphen
28 november	20.00 uur	NVOC Klassieke muziekavond

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".

- ✓ **Planning van behandelingen in 3D**
- ✓ **Minimaal invasieve implantologie**
- ✓ **Paradontologie**
- ✓ **Zenuwbehandelingen**
- ✓ **Kindertandheelkunde**
- ✓ **Implantologie**
- ✓ **Orthodontie**
- ✓ **Esthetische tandheelkunde**
- ✓ **Protheses van tandimplantaten**
- ✓ **Preventie**
- ✓ **Kaakchirurgie**

Eerste beoordeling GRATIS

Financiering: vraag naar de voorwaarden

Wij spreken:



966 81 74 11

levantedental@imedhospitales.com



IMED
LEVANTE

www.imedlevante.com

IMED Levante

C/ Ramón y Cajal, 7
03503 Benidorm (Alicante)

OPENINGSTIJDEN BIBLIOTHEEK

Omdat wij de openingstijden van de bibliotheek graag willen koppelen aan die van de bar worden de openingstijden met ingang van 21 september a.s. :

Iedere donderdag van 17.00 tot 18.30 uur.

SPAANSE BOEKEN

Er is regelmatig belangstelling voor Spaanstalige boeken. Wij hebben pas een kleine collectie hiervan opgebouwd en willen U vragen of U misschien Spaanstalige boeken heeft die U af wilt staan aan de bibliotheek. Het mogen zowel boeken voor beginners als voor gevorderden zijn. Wij proberen dan van onze kant de Nederlandse vertaling van het boek te vinden omdat vooral voor de beginner dit een prettig steuntje in de rug is.

U kunt de boeken afgeven op donderdag in de bibliotheek tussen 17.00 en 18.30 uur. Of mij contacten onder mobiel nummer 667.441.720 om een afspraak te maken wanneer ik ze bij U kan ophalen.

Beatrijs Bachman





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

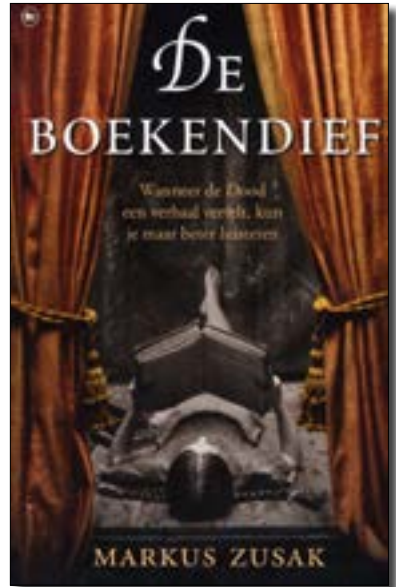
Herenmerken:

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

DE BOEKENDIEF Markus Zusak

Nadat haar moeder is opgepakt, waarschijnlijk vanwege communistische sympathieën, worden de Duitse Liesel Meminger (9) en haar broertje in 1939 in een pleeggezin geplaatst. Als Werner onderweg sterft, komt Liesel alleen aan in Molching bij München bij de oudere Hubermanns: de aardige anti-Nazi huisschilder Hans en zijn ontevreden vrouw Rosa. Hans leert Liesel lezen, waardoor boeken voor haar zo belangrijk worden dat ze ze soms steelt. Eind 1940 duikt de zoon van een joodse kennis van Hans bij hen onder en er groeit een band tussen Max en Liesel. Na een bombardement in 1943 is Liesel de enige in de straat die nog leeft. Ze gaat op zoek naar Max. De Australiër (1975), zoon van Duits-joodse emigranten, schreef eerder enkele bekroonde tienerromans. Deze goed vertaalde roman werd een internationaal succes. Het meeslepende verhaal vertelt niet alleen heel beeldend hoe de Tweede Wereldoorlog zich ontwikkelde, maar ook hoe groot de kracht van boeken/woorden kan zijn.



BBQ 5 NOVEMBER

Op zondag 5 november organiseren we weer een Barbecue met een optreden van JUST US.

Vanaf 13.00 H is iedereen welkom. Inschrijven kan vanaf donderdag 28 september bij de gastdames.

Leden: € 16,00

Niet leden: € 19,00

Inschrijven per mail mogelijk vanaf 12 oktober op nvoc.evenementen@gmail.com.

Coca-Cola
Coke

MARCA REG.

Distribuidor oficial

San Miguel
especial

INDUSTRIAS Y DISTRIBUCIONES

SEVISAL, S.L.
VINOS Y CERVEZAS

Felices Fiestas

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

Beste leden,

De klassieke muziekavonden zijn terug! In ieder geval de maanden oktober en november.

Mijn naam is Rolf Dreijer, partner van Edwin Reijmers, en met veel plezier bied ik jullie beide avonden aan. De vorm is iets anders dan voorheen: vooral de sfeer die een bepaald stuk oproept staat centraal. Ik noem het "Classical Chill" en "Classical Energy".

Op 31 oktober wil ik jullie, voor de pauze, kennis laten maken met beide vormen. De ontspanning komt onder andere van The Lark Ascending, van Vaughn Williams en de energie van een feestelijke Klezmer dans. Er staan meer spannende stukken op het programma, maar die verklap ik nog niet.

Na de pauze is er ruimte voor "Concerto" – het programmadeel met een volledig concert. Vanavond staat hierin de meester van de sferen centraal: Gustav Mahler! Uitgevoerd wordt zijn 4e symfonie. Een opname uit 1968 met het magisch trio: KCO, Bernard Haitink & Elly Ameling.

Het belooft in ieder geval een heerlijke avond te worden voor de liefhebbers, maar ook voor diegenen die graag kennis willen maken met de wereld van de klassieke muziek.

Jullie zijn gewend om de klassieke muziekavonden te beleven met beeldmateriaal. Ik werk liever met cd's – gewoon lekker oogjes dicht, snaveltjes toe en genieten.

Tot 31 Oktober!

Rolf Dreijer



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

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

Biologie van het ouder worden.

Toen wij hier kwamen wonen in 1987 hadden wij nog geen telefoon en geen televisie. Er was behoefte om de avonden met wat zinnigs in te vullen. Ik heb toen een programma gemaakt: "Leer Uw clubgenoten kennen". Daar was toen veel belangstelling voor.

Hedentendage hebben wij allemaal tv en telefoon en zijn voetbal en andere programma's voldoende beschikbaar om gewoon lekker thuis achter de buis te blijven. Er is nog wel belangstelling om naar film- en muziekaftonden te komen en soms is er ook nog wel eens een interessante lezing.

Naar mijn mening zijn er onder onze leden zeer interessante personen die in hun arbeidzame leven zulke wetenswaardigheden en ervaringen opgedaan hebben die een lezing in ons clubgebouw meer dan waard zijn. Ik ontmoette enige tijd geleden een nieuw lid en had een zeer interessant gesprek met hem over biologie en celwetenschap. Hij weet daar veel van. Hij is bereid om een lezing voor onze medeleden te geven over: de BIOLOGIE VAN VEROUDERING. Een onderwerp waar wij allen mee te maken hebben!

Onderstaand treft U zijn CV aan.

Biologie van veroudering

Bert van Zutphen (emeritus hoogleraar, Universiteit Utrecht)

Leven en dood zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. Wat zijn de belangrijkste biologische factoren die een rol spelen bij het proces van veroudering? Welke opties zijn er om dit proces te beïnvloeden? Biomedisch onderzoekers zijn hoopvol gestemd.

Bert van Zutphen is als bioloog afgestudeerd bij de Universiteit Utrecht. Na een jaar als leraar gewerkt te hebben aan het Vitus College in Bussum werd hij in 1969 als wetenschappelijk medewerker aangesteld bij de Faculteit Diergeneeskunde. Zijn promotieonderzoek op het gebied van de genetica werd in 1974 afgerond. In 1976-1977 heeft hij als NIH Fogarty Fellow gewerkt op het gebied van de zoogdiergenetica bij het Jackson Laboratory in Bar Harbor (USA).

In 1983 werd hij in Utrecht benoemd als hoogleraar voor het vakgebied proefdierkunde/welzijn dieren. Voor zijn werk heeft hij verschillende internationale prijzen ontvangen, waaronder de Doerenkamp-Zbinden Award (Animal welfare), de ICLAS Ben Cohen Award (Laboratory animal science) en de Russell and Burch Award (Animal alternatives). In 2004 werd hij benoemd tot ridder in de Orde van de Nederlandse Leeuw.

U wordt uitgenodigd deze lezing bij te wonen op dinsdagavond 21 november.

Cees Beerepoot



CENTRO-DENTAL.EU
ALTEA LA VELLA MORAIRA

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

TANDARTS

Altea la Vella	96 584 75 34
Moraira	96 574 33 30



Clinica Benissa



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

*Aangesloten bij VGZ en
andere Nederlandse
verzekeringen*

Nu ook bij DKV

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

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

Het naseizoen is al weer begonnen aan de Costa, maar voor ons, leden van de NVOC, is zojuist het nieuwe club seizoen weer aangebroken. De zomergasten zijn tegelijkertijd met de zwaluwen, die de laatste week van september de dikke kabels om ons heen bevolkten, vertrokken naar hun eigen overwinteringsplek.

Na deze mooie, warme zomer hebben we op de donderdagmorgen de penselen ook eindelijk weer in de aanslag. Ja de meesten van "ons" doen zomers niets, althans niets aan hun kunstwerk en dat geeft ook een soort vakantie gevoel. Zo van je hoeft even niks, we moeten toch al zoveel !!

De serie " luchten " die we voor de vakantieperiode hebben opgehangen laten we dan ook nog maar even daar waar ze zijn, in de bar van ons gezellige clubhuis.

De meeste mede schilders moeten er nog een beetje "inkomen", dus wilden we nog geen vast onderwerp om mee te beginnen, ook omdat nog niet iedereen aanwezig kan zijn. We schilderen waar we zin in hebben en een "dorpsgezicht" is dan ook slechts een hulponderwerp voor de volgende expositie. Je bent overigens altijd vrij om je eigen onderwerp te kiezen, maar veel mede schilders vinden een richtlijn gewoon prettig. Voorlopig kan iedereen dus nog genieten van de geschilderde "luchten".

En om het nog maar even luchtig te houden.. wensen we iedereen met een penseelstreek die al kleurrijk van enthousiasme is, weer een gezellig, mooi en doorluchtig clubseizoen 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, escsargots de Bourgogne, catering en nog veel meer.

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

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

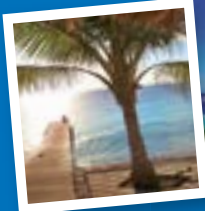
96 574 5109 / 678 488 895
Website: www.lesfougues.es
E-mail: info@lesfougues.es



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 verhuismotors 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



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

VERSLAG BARBECUE 4 JUNI

Dat een barbecue aan het begin van ons clubseizoen over 't algemeen een groot succes is, is bekend, maar een barbecue als afsluiting van het seizoen is nieuw en een net zo groot succes.

Weliswaar aanzienlijk minder aanwezig (velen zijn al vertrokken) maar met ongeveer 60 personen net zo gezellig. De organisatie heeft dit keer zichzelf overtroffen. Vis, vlees, diverse gegrilde groenten, heerlijke salades, vers fruit, ijs, kortom, het was weer verrukkelijk.

En natuurlijk was er ook nu weer muzikale begeleiding. Paul van Velzen zorgde er in z'n eentje voor dat we tijdens het eten van achtergrondmuziek konden genieten en paste het ritme daarna zodanig aan dat er nog volop gedanst werd.

Alle medewerkers, en Paul, heel erg bedankt voor weer een geweldig middag!

Arlette





Duizeligheid zien wij vaak bij patiënten in onze kliniek. Soms is het alleen een duizeligheid bij het opstaan in de ochtend, soms alleen als er op een bepaalde zijde wordt gelegen of het kan op elk willekeurig moment optreden. De soort duizeligheid kan ook verschillen. Het kan een licht gevoel in het hoofd zijn, soms draait de omgeving als het ware om de patiënt en kan het ook aanvoelen als een wattengevoel in het hoofd. Vaak gaat dit dan gepaard met hoofd- en/of nekpijn.

Meer dan eens lopen mensen hier al heel lang mee rond, terwijl er zeker wel wat aan gedaan kan worden. Er zijn een aantal oorzaken die duizeligheid kunnen veroorzaken. Een daarvan is wanneer er problemen in de nek zijn. Deze kan stijf of pijnlijk zijn en vaak heeft men geen last van de nek, maar de oorzaak kan dan wel in de nekgewrichten liggen. Als er "iets" in de nek niet goed zit, geven de zenuwtjes in de nekgewrichten die de stand van het hoofd in de ruimte aangeven een verkeerd signaal door aan de hersenen. Hierdoor bewegen de ogen op dat moment niet goed mee en ontstaat er duizeligheid. Als er voor wordt gezorgd dat de gewrichten in de nek weer naar behoren bewegen en functioneren, wordt deze informatie weer juist doorgegeven en gaat de duizeligheid weg. Dit is eigenlijk heel "simpel" te behandelen

en mensen staan altijd versteld hoe snel de duizeligheid, die ze al jaren hebben, opeens weggaat. Wij behandelen deze oorzaak van duizeligheid met groot succes.

Een andere mogelijkheid die duizeligheid veroorzaakt is BPPV. Dit wordt veroorzaakt doordat de kristallen in het middenoor niet goed door het buizensysteem bewegen. Dit kan zomaar ontstaan, door een ongeluk(je), maar ook door een dwangstand van de wervelkolom. Door de kristallen rustig door het middenoor te bewegen met een speciale beweging, gaat ook deze duizeligheid spectaculair snel weg. Natuurlijk moet ook de wervelkolom worden nagekeken, want de oorzaak moet snel worden opgespoord.

Verder zijn er nog andere in het centrale zenuwstelsel aanwezige verstoringen die duizeligheid kunnen veroorzaken. Deze zijn wat lastig uit te leggen, maar heel goed te behandelen met een chiropractische behandeling. Deze vorm van duizeligheid heeft meestal wat meer tijd nodig om te herstellen.

Onze kliniek heeft al jarenlang ruimschootse ervaring met het behandelen van duizeligheid. Wij komen (helaas) heel vaak patiënten tegen die al jaren onnodig met een (verkeerde) diagnose en dus duizeligheid rondlopen. Wij zijn gespecialiseerd in het opsporen van de oorzaak van de duizeligheid om daarna met uiteenlopende technieken het probleem op te lossen.

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

ATTENTIE, REISLUSTIGEN!

Ik weet het niet zeker, maar ik heb een sterk vermoeden dat Monique weer een clubreis aan het plannen is. Onze eettafel ligt al dagen vol met landkaarten, toeristische info en folders van bodega's, en ik mag niets verplaatsen, zelfs niet om de tafel te dekken. Gelukkig kunnen we nog op het overdekte terras eten...

Bijgaande foto's van de vorige clubreis bekijkend krijg ik zelf ook weer zin om op stap te gaan. Wat een heerlijke Andalousische sfeer was dat in Sevilla en Cordoba, en wat is er veel te zien. De ingehuurd locale gidsen waren hun geld dubbel en dwars waard. Ook naar het kleinere Ecija willen we nog eens teruggaan om wat meer tijd door te brengen.

In 2018 gaat de reis, dat mag ik al verklappen, naar het studentiekoze Salamanca en het sjeikere Valladolid. En in het omringende wijngebied "Ribera del Duero" mag een proeverij in een goede bodega natuurlijk niet ontbreken.

De datum: 23 t/m 28 April 2018 is mij al ter ore gekomen, het programma zal in de komende weken "vervolmaakt" worden, blij toe, want naarmate oktober vordert wordt het wellicht te fris om buiten te eten...

Noteer dus deze data in uw agenda, u kunt zich zelfs al vrijblijvend inschrijven op nvoc.clubreis@gmail.com. Bekijk de fotocollages van Adri Petri op de website!

Tot ziens in de bus!
Peter Croughs



the Olivetree

RESTAURANT



tweegangen menu
 inclusief een halve fles wijn
 € 25,00



driegangen menu
 inclusief een halve fles wijn
 € 27,00



Zondag Lunchmenu
 3 gangen, inclusief een halve fles wijn
 € 21,99



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

Na afwezigheid van 15 maanden is Krijt Uw Topje weer volop actief bij de komende biljartkampioenschappen "De meest vreemde stoten van de Costa Blanca". Voor het negende jaar ligt de organisatie als van ouds weer bij de Nederlandse Vlaamse Ontspanningsvereniging "De Lage Landen" in Moraira.

Verleden week signaleerden wij op de boulevard van Moraira al een oud-deelnemer, Coos Masseur uit Wassenaar. Hij was vergezeld van Henkie De Piqué eveneens uit de regio Wassenaar. Deze speler staat in de regio Haaglanden bekend als een killer op het groene laken. De Piqué, buurman van onze Oranjes en in het verleden adviseur van Tsjoula Ling, ja, de bekende balvirtuosoos van de Europese voetbalstadions is speciaal ingevlogen om met zijn special aangemeten keu de kunsten met de drie ivoren ballen te tonen en naar verwachting het niveau aan de Costa Blanca dit jaar een aanzienlijke opgrading te geven. Hij is gewend meerdere banden te spelen, echter wel op een rond biljart.

Dinsdag jl is de strijd al gestart met de voorrondes. Oud sterspelers hebben zich voor de komende kampioenschappen, die 6 weken in Moraira zullen worden gehouden, ingeschreven. Vanuit Katwijk is Cees van der Dominante, kampioen en pionier uit het bekende vissersdorp, dat in het verleden al meerdere giganten waaronder Jaap van der Plas, afgevaardigd. Hij heeft afgelopen jaar regelmatig het biljartlaken in Moraira getest en is één van de kanshebbers. Heel Katwijk zal zijn verrichtingen middels Fox en het speciale biljartkanaal van de Spaanse televisie op de minuut volgen. Voor Katwijkers die niet in de gelegenheid zullen zijn om thuis te kijken kunnen gebruik maken van de grote megaschermen die geïnstalleerd zijn in de voetbalstadions van v.v. Katwijk, Quick Boy's en Rijnsburgse Boy's. Na verwachting zullen alle drie de stadions zo goed als volledig tijdens de wedstrijddagen zijn uitverkocht.

Ook België is goed vertegenwoordigd. Met Christiaan Vingerhoedt, niet te verwarren met René Vingerhoedt, die 22 Europese titels ooit heeft gewonnen en 2 wereldtitels. Christiaan heeft zeker met zijn spel veel gemeen met zijn naamgenoot René en zal in de toekomst Europees van zich laten horen. In Vlaanderen wordt hij regelmatig gevraagd om demonstratie voorstellingen te geven vwb het driebandenspel. Hij is vermoedelijk één van de smaakmakers van dit toernooi.

Ook uit Vlaanderen, net over de Nederlandse grens is de alom in Madrid bekende speler doctorandus Doublé-Coulé, geen familie van doctorandus P. Doublé-Coulé één van de begaafste spelers in Vlaanderen in het Kadospel, tevens is hij professor in alle verschillende Stootvormen aan de Vlaamse en Spaanse universiteiten. Ook deze speler vertoeft regelmatig in Moraira om zijn techniek en stootvormen in het Walhalla van het Biljarten aan de Costa Blanca op niveau te houden...

Lees verder op de website!

Moraira, 28 september 2017,

Redactie Krijt Uw Topje Moraira



PROVINCIA
DE ALICANTE



HCB JALÓN



HCB ASISTEL
MORAIRA



HCB
CALPE



HCB SALUS
ALBIR



HOSPITALCLÍNICA
BENIDORM



HOSPITALCLÍNICA
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@clinicaasistel.com
24 HS 96 649 50 06

HCB CALPE

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

HCB JALÓN

Avda. Joanot Martorell, 17B
03727 Jalón
vcampman@clinicabenidorm.com
96 648 09 24

TELEFOONNUMMER AMBULANCE



900 380 088

www.clinicabenidorm.com

Zondagmorgen 17/09/17 om 9.30, melden 6 enthousiastelingen (Riet, Anne-Marie, Bert, Rien, Cor & Marc) zich aan bij onze gids Frans met zijn biologische GPS (zijn hond Fleur). Na een paar dagen van minder goed weer beloofd het een schitterende dag te worden: een blauwe hemel met een stralend zonnetje gemengd met een verfrissend briesje, vormen de perfecte cocktail om te genieten van deze ontspannen wandeling met prachtige vergezichten.

Na een aanvankelijk aardig klimmetje (330 meter hoogte winst), gaan we over de top om daar te genieten van het adembenemende zicht op de Sierra De Bernia. Tijdens onze afdaling lopen we geruime tijd langs de flank van de Olta op nagenoeg dezelfde hoogte als de top van de Ifach (322 m) en zien we het panorama van Calpe aan onze ogen glorieus voorbijgaan. Dit was net als de luchtopnames die we zagen op TV bij de doortocht van de Vuelta.

Uiteindelijk komen we bij een prachtig ingerichte rustplaats " L'Ermita Vella" met een kapel, picknickvoorziening en zelfs toiletten. Hier kunnen we onze rugzakken ledigen. Tijdens het verorberen van de nog overgebleven voedselresten en drank, werden de herinneringen aan de "Hongerwinter" met elkaar gedeeld.

Het was een zeer leerrijke wandeling. Van onze gids Frans hebben we geleerd dat "Pou" betekent "waterput" (Pou de la Mola), "beni" staat voor "zoon van" (benitachell, beni-dorm). Ook heeft hij ons aangeleerd op welke wijze wij als ervaren bergwandelaars onze veters moeten dichtknopen. Als Vlaming heb ik geleerd dat "kuisproducten" in het Nederlands best vertaald wordt als "schoonmaakmiddelen"....

Kortom een schitterende start van het nieuwe bergstappersseizoen, die we hebben te danken aan onze organisator en ervaren gids Frans.

Iedereen is dan ook uitgenodigd op de volgende uitstappen: korte wandeling elke 1ste zaterdag van de maand, lange wandeling 3de zondag van de maand.

Zorg dat je erbij bent!

Marc



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.



Parque Natural de las Lagunas de Ruidera, zoals het voluit heet, ligt aan weerszijden van de N-430, die van Albacete naar Ciudad Real gaat. Helemaal niet zo ver weg dus.

Het park bestaat uit een tiental op een rij liggende meertjes waarbij elk volgend meertje lager ligt dan het vorige. Daardoor lopen ze in elkaar over met watervalletjes die over kalkranden stromen. Kalkranden afgezet door datzelfde water, al eeuwenlang. Het water is kraakhelder, aangevoerd direct vanuit de omringende heuvels met veel bos. Bijna het hele jaar door. Bijna, want in de zomer voeren de riviertjes minder water aan en lopen de meertjes soms helemaal leeg. Een wonderlijk schouwspel ook dan! Je loopt over de bodem van die meertjes en kijkt van onder tegen de grillige kalkafzettingen aan.

Zodra de regens weer komen, lopen de meertjes weer vol en ontstaan honderden cascades. Allemaal te bezichtigen vanaf de weg of vanaf wandelpaden door het park. Na de meertjes volgt een riviertje zijn weg om een stukje stroomafwaarts een stuwmeer te vormen. Bij de dam ligt ook een kasteel en er is een expositie ruimte.

Dit fraaie park is natuurlijk ook bekend bij de Spaanse bevolking. Aan de westkant zijn langs de weg tientallen typisch Spaanse uitspanningen: hotelletjes, verlopen speelplaatsen voor kinderen en veel restaurants. Aan de oostkant van de lagunes ligt prachtige natuur met wandelpaden. Ga er dus niet heen in de weekeinden van de voorzomer!

Bovendien is het natuurlijk onmogelijk om in één bezoek zowel de schitterende meertjes met bruisende cascades als de drooggelopen bodems met kalkformaties te zien. Dus gewoon twee keer gaan; in het voorjaar en in de herfst. Het is er zó mooi! We zijn er al wel vier maal geweest, maar we gaan binnenkort weer eens; Gewoon twee of drie dagen midden in de week.

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
Openingsstijden: ma.- vr. van 09:00 - 17:00 uur.

Consulaat van België:

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

ANWB Benidorm

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

KERKDIENTEN

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

Benidorm

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

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

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

Moraira

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

Benimarco

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

Dénia

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

Kerk San Antonio:

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

Protestantse kerk: Ned. interkerkelijke Gemeente te Dénia, C/. Sanchis Guarnar 9 (ten N.O. v/h kasteel) Kerkdienst elke zondag om 11:00 uur, waarin een Nederlandse predikant voorgaat.

Aansluitend drinken we een kopje koffie. Wilt u meerijden of hebt u een routebeschrijving nodig? Bram Gerth (965795152), Henk de Jong (965974303) of Chris & Ria de Jong (677729509) helpen u op weg. Website: www.kerkdenia.nl

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**

SPECIAL 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

Geltenkaas 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 jessoorten
of koffie*

PRIVÉFEESTEN

Vier uw privéfeestjes bij Satori Restaurant

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

De beste paella van de Costa Blanca

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

Reserveren, tel: 965 747 134 of 650 100 754

email: satarirestaurant@hotmail.com

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**

