



# NIEUWSBRIEF

NVOC "De Lage Landen" Moraira



## Gelukkig nieuwjaar!

Het bestuur, de redactie en de mensen in de diverse commissies van de NVOC wensen u allen een heel voorspoedig, gelukkig en vooral gezond 2018 toe!

Ook in 2018 zullen er weer vele vrijwilligers klaarstaan om alle activiteiten te organiseren en in goede banen te leiden.

We zien u graag op de club!

## In dit nummer o.a.

Nieuwjaarsduik

De nieuwe voorzitter

Klassieke muziekavond

Filmavond: Toni Erdman

Jason Gast over schouderklachten

En nog veel meer...

**Januari 2018**



**Buena Ventura Villas**

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

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

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

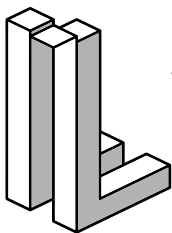


**Wij zijn gespecialiseerd in het  
organiseren van evenementen  
tegen zeer concurrerende prijzen.**

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



# Nederlands-Vlaamse Ontspanningsclub

# "De Lage Landen"

## Nieuwsbrief Januari 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:

Arnesol  
Calle Cigüeña 10  
Moraira-Teulada  
Spanje

### Routebeschrijving:

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

U begint in het dorp bij de rotonde die het dichtst bij het benzinestation ligt. Volg van hier uit de borden richting 'El Portet'. Volg deze weg, bovenlangs de jachthaven, tot u na een ruime kilometer aan uw 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](mailto: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 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 8 februari 2018

Kopij: Uiterste inleverdatum: maandag 29 januari 2018

E-mail: Uitsluitend naar: [redactie@nvoc-delagelanden.com](mailto:redactie@nvoc-delagelanden.com)

# ZUINIGE ELEKTRISCHE VERWARMING

Hoog rendement, zeer snelle opwarming

Gezellige en gezonde warmte

Geen installatiekosten

Hoofd- of bijverwarming

De definitieve oplossing

Bel mij voor gratis demo

## CALOR RADIANT

**BESPAAR 30-50%  
OP VERWARMING**

[www.stralings-warmte.com](http://www.stralings-warmte.com)

# 638 530 052

## DE ZONNEWARMTE IN HUIS



## Service en Onderhoud

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

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

**10%  
KORTING  
voor clubleden**

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

**Alle werkzaamheden inclusief afhandeling verzekering**

**Telefoon: 96 649 3226 / 676 163 896**

**Larry's**

**Calle Pozo 48 (vlak bij de Mas y Mas)**

**03726 BENITACHELL**

|                                                      |    |
|------------------------------------------------------|----|
| Bestuursamenstelling per 23 november 2017            | 7  |
| Commissies & contacten                               | 9  |
| Weekkalender                                         | 11 |
| Van de penningmeester                                | 11 |
| Evenementenkalender                                  | 13 |
| Van de voorzitter                                    | 15 |
| Nieuwe boeken                                        | 17 |
| Bergstappers 13 januari                              | 19 |
| NVOC Klassieke muziekavond 23 januari                | 21 |
| NVOC Filmavond 30 januari                            | 23 |
| NVOC Bridgereis 9 t/m 13 april 2018                  | 25 |
| NVOC Clubreis 23 t/m 28 april 2018                   | 27 |
| Jason Gast over: Schouderklachten                    | 28 |
| NVOC Golfreis 1 t/m 4 mei 2018                       | 29 |
| Fotoverslag nieuwjaarsduik 1 januari                 | 31 |
| Stukje Spanje: Parque natural de las Bárdenas Reales | 33 |
| Belangrijke adressen en telefoonnummers              | 34 |
| Kerkdiensten                                         | 34 |



# servitur sl

(sinds 1973)

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

Bezoekadres:  
Edificio SERVITUR  
Ctra. de Finestrat (CV758)  
Urb. El Planet 7  
03502 BENIDORM

Correspondentie-adres:  
Apartado de Correos 216  
03508 BENIDORM  
(Alicante)  
España

E-mail: [servitur@servitur.es](mailto:servitur@servitur.es)  
Internet: [www.servitur.es](http://www.servitur.es)

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



uw partner in de  
vakantieverhuur  
van uw Spaanse woning

- Betrouwbaar
- Persoonlijke benadering
- Eigen serviceteam

Sharon Huibers  
0031 653187005  
[sharon@costablanca-vakantiewoning.com](mailto:sharon@costablanca-vakantiewoning.com)  
[www.costablanca-vakantiewoning.com](http://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 23 NOVEMBER 2017**

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

Bezoek ook onze website: [www.nvoc-delagelanden.com](http://www.nvoc-delagelanden.com). Hier vindt u niet alleen alle berichten en artikelen uit dit boekje, maar ook verslagen van activiteiten, culturele evenementen en verschillende leuke en interessante rubrieken. 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](mailto:redactie@nvoc-delagelanden.com). De website is van leden voor leden!

## **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](http://www.icmoraira.es)**

# **Adem**

**macha, s.l.**

**Administracion 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](http://www.gestorjavea.com)**

C/Falcia 2, local 1  
Urb. La Guardia Park  
buzon 602 B&M  
03738 Jàvea

T: 00-34-966770615

F: 00-34-966470608

E: [info@gestorjavea.com](mailto: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 Kouil                                | vankouil@hotmail.com               | 626 926 890      |
| Bridge:                                                | Betty Pennings                                | bpennings3@gmail.com               | 966 499 091      |
|                                                        | Leny Oudendijk                                | oudendyk@telefonica.net            | 965 745 628      |
| ClubBand:                                              | Theo Tappen                                   | theotappen@hotmail.com             | 634 347 403      |
| Evenementen:                                           |                                               | nvoc.evenementen@gmail.com         |                  |
| Filmavond:                                             | Frank Hoeks                                   | hamilcar1954@gmail.com             |                  |
| Gastvrouwen:                                           | Nicole Lesire                                 | nvoc.gastdesk@gmail.com            | 965 748 686      |
| Golf:                                                  | Perry van Glabbeek                            | perryvanglabbeek@gmail.com         | 966 498 075      |
| <a href="http://www.nvoc-golf.nl">www.nvoc-golf.nl</a> | Esta Löchter                                  | nvoc.golf@gmail.com                | 966 490 515      |
|                                                        | Wim Witteveen                                 | w.witteveen29@upcmail.nl           | 669 454 373      |
| Horeca:                                                | Peter van Bloppoel                            | nvoc.petervanbloppoel@gmail.com    | 966 498 773      |
| Jeu de Boules:                                         | Rien van Kouil                                | vankouil@hotmail.com               | 626 926 890      |
| Keuken & koken:                                        | Anne-Lize Jaspers                             | huub.annelize@gmail.com            | 695 867 006      |
| Klassieke Muziekavond                                  | Jan Aerts                                     | janaerts57@gmail.com               | 0031 624 222 697 |
| Klaverjassen:                                          | Ria van Bloppoel                              | ria.vanbloppoel@gmail.com          | 966 498 773      |
|                                                        | Marian Boere                                  | boere845@hotmail.com               | 665 018 759      |
| KKK:                                                   | Chris Hallemans<br>Adriaan van der Kuip       | koffie.kuieren@gmail.com           | 616 812 818      |
| Kookworkshops:                                         | Kok Kroef                                     | jkroef@xs4all.nl                   | 615 424 951      |
| Ledenadministratie                                     | Mohan Mehta                                   | nvocarnesol@gmail.com              | 658 556 849      |
| Mode Op Maat:                                          | Coby Hilgeman                                 | g.hilgeman@gmail.com               | 965 748 459      |
| Nieuwsbrief Red:                                       | Marco Westrik                                 | redactie@nvoc-delagelanden.com     | 620 109 683      |
| Nieuwsbrief Eindreductie:                              | Cora Dekkers-<br>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<br>keuken van Arnesol |                                    |                  |
| Tennis:                                                | Robert Lem<br>(voorzitter)                    | nvoc.roberto@gmail.com             | 629 165 229      |
|                                                        | Koos Venekamp<br>(vice voorz.)                | koosvenekamp@gmail.com             | 646 907 210      |
|                                                        | Simon Bakker<br>(administrateur)              | s.c.bakker@quicknet.nl             |                  |
| Toneel:                                                | Solveig Dondorff-<br>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](http://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](mailto:tristan.buhl@freenet.de) - [www.derrohrdoktor.jimdo.com](http://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 Teken 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*

NVOC "DE LAGE LANDEN"

Op dit moment is de contributie voor 2018 verschuldigd. Deze bedraagt € 85,-.

Wij verzoeken u deze over te maken vóór 31 januari 2018 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 2018 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

LET OP:

Verkoopsvoorwaarden zijn van toepassing op ALLE aanbiedingen op de flyer

**TELITEC**



**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**

## JANUARI 2018

|            |           |                            |
|------------|-----------|----------------------------|
| 13 januari | 09:30 uur | Bergstappers               |
| 23 januari | 20:00 uur | NVOC Klassieke muziekavond |
| 30 januari | 20:00 uur | NVOC Filmavond             |

## APRIL 2018

|             |                                      |
|-------------|--------------------------------------|
| 9-13 april  | Bridgereis naar Mojácar *****        |
| 23-28 april | Clubreis naar Castilië en Leon ***** |

## MEI 2018

|         |                              |
|---------|------------------------------|
| 1-4 mei | Golfreis naar La Manga ***** |
|---------|------------------------------|

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

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

Uw betalingsbewijs is uw toegangsbewijs.

<--->

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

**DEELNAME AAN ONZE CLUBACTIVITEITEN IS GEHEEL VOOR EIGEN RISICO**

<--->

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

<--->

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

**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
  - ✓ Parodontologie
  - ✓ 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](mailto:levantedental@imedhospitales.com)



**IMED**  
LEVANTE  
[www.imedlevante.com](http://www.imedlevante.com)

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

Een nieuw jaar, een nieuw begin, een nieuwe voorzitter.

Vaak hoor ik mensen zeggen: 'oh nee, lid worden van een club is niks voor mij hoor, ik ben geen clubmens'. Sterker nog, dat zeiden mijn echtgenoot en ik ook, toen we hier in Moraira kwamen wonen. Toch maar een middagje proberen dan, misschien wel handig om contacten op te doen. Als het niks is, zijn we zo weer weg. En zo geschiedde, een beetje onwennig stonden we op een donderdagmiddag een jaar of zes geleden aan de bar in Arnesol. Goh, best leuk, (na een wijntje..). We raakten aan de praat met verschillende aardige clubleden. De ontspannen, vriendelijke sfeer sprak ons aan en we gingen ons toch maar eens verdiepen in alles wat de NVOC te bieden heeft. Met het clubblad in de hand verlieten we tegen sluitingstijd het clubgebouw.

U begrijpt het al, we gingen bergwandelen, schilderen, bbq-en, puzzeltochtjes maken en nog veel meer en we hadden ineens een heleboel amigos door wie we van alles te weten kwamen over hoe de dingen hier gaan. Toch best fijn als je plots op een berg in een, voor ons destijds, onbekend dorp aan de Costa Blanca bent beland.

En zie, na twee jaar met veel plezier als tweede secretaris deel te hebben uitgemaakt van het bestuur, ben ik nu voorzitter van de leukste club van de regio. Weet u hoe dat komt? Ik ben aangestoken door het tomeloze enthousiasme waarmee de vele vrijwilligers van onze club geheel belangeloos zoveel leuke dingen voor elkaar weten te krijgen. Mooie reizen worden georganiseerd, zoals dit jaar weer een prachtige clubreis naar o.a. één van mijn favoriete steden in Spanje, Salamanca. (Zie trouwens bijgaande foto, yo sentado op een bankje op het authentieke Plaza Mayor van genoemde stad.) Ook de bridge- en golfreis beloven weer veel moois te laten zien. Optredens van onze swingende huisband Just Us en van ons formidabele zangkoor Alegría. Ik memoreer graag nog even het optreden van het koor in de afgelopen stemmige decembermaand in ons in warme kerstsfeer versierde clubhuis. Begeleid door piano en cello een ontroerend mooi uitgevoerd repertoire! Binnenkort weer een prachtige bloesemtocht en in maart een -zeker weten- fantastische toneeluitvoering in La Senieta. De paasbrunch is al gepland en ga zo maar door...

En dat alles gebeurt natuurlijk onder het immer vrolijkmakende zonnetje!

Ik heb er zin in! U toch ook?!

Marion Hoed





## **De modewinkel aan de Costa Blanca voor Dames en Heren**

### **Damesmerken:**

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

### **Herenmerken:**

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

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

## HET TEGENOVERGESTELDE VAN EEN MENS - Lieke Marsman



Lieke Marsman in "Het tegenovergestelde van een mens": "Waar het op neerkomt is dat de mensheid als geheel ook eenzaam is. We kunnen er niet tegen dat er niemand iets terugzegt, dat we nog altijd geen dieren hebben horen praten – ja, misschien zo nu en dan in de vorm van het schrille gegil dat onze slachthuizen vult, maar niet met woorden, niet met een oplossing voor de dingen waar we al tijden mee zitten. Zelfs de hemel is leeg. En dus zetten we ons af door al die zwijgende natuur om ons heen te vernietigen, als een wanhopige geliefde die maar niet wordt terug ge-sms't en het in het café op een zuipen zet."

Nog nooit verscheen er een roman als "Het tegenovergestelde van een mens".

Lieke Marsman kantelt onze ideeën over klimaatverandering en identiteit op een manier die duizelig maakt.

## RAGDOLL - Daniel Cole

De labiele rechercheur William "Wolf" Fawkes van de Metropolitan Police in Londen is lang psychologisch onderzocht en behandeld nadat hij de door de jury niet-schuldig verklaarde seriemoordenaar Khalid in de rechtszaal aanviel.

In 2014, net terug, wordt hij op de zaak gezet van een dader die stoffelijke resten van zes slachtoffers aan elkaar naaide tot een soort lappenpop. In deze zaak werkt hij samen met rechercheurs Emily Baxter en de jonge Alex Edmunds.

Op de plaats delict ziet hij dat het hoofd van de lappenpop het hoofd is van Khalid die vergiftigd blijkt te zijn. Kort daarna krijgt Wolfs ex-vrouw een lijst toegestuurd met de namen van de volgende zes slachtoffers én de data waarop ze vermoord zullen worden.

De vroegere Britse ambulancebroeder (1983) debuteert met deze enthousiast besproken thriller die een bestseller is en waarvan de rechten aan veel landen zijn verkocht. De gecompliceerde plot wordt verbazend zeker uitgewerkt tot een meeslepende misdaadroman die met steeds nieuwe ontwikkelingen en enige humor superspannend toewerkt naar een bloedstollende en zeer overtuigende ontknoping.





Distribuidor oficial



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

*Felices Fiestas*

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

Hola BERGSTAPPERS

Moge alle stappen te zetten in 2018 goede blijken te zijn, met het gewenste effect!

De eerste Bergstappers wandeling zal plaatsvinden op zaterdag 13 januari. Dit omdat het een week eerder drie koningen is en de club dan een diner heeft gepland.

We verzamelen om 9:30 uur in Teulada op de P bij de "gevangenis" (naast de rotonde onderaan de doorgaande weg in Teulada). We gaan wandelen bij Pedreguer; een wandeling die we laatst deden en waarvan we zo genoten dat we meteen dachten dat hij erg mooi zou zijn voor de Bergstappers! Het dragen van bergschoenen wordt sterk aangeraden !

Na afloop eten in Teulada bij het nieuw ingerichte "Cafeteria UNDERGROUND La Cultural".

Graag opgeven voor wandeling en/of eten bij Cora:nvoc.coradekkers@gmail.com

Tot dan, mede namens Harm en Frans,

Cora Dekkers- HP





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

**Ervaar onze service, neem een  
vrijblijvende proefrekening.  
[www.alexspanje.com/proefrekening](http://www.alexspanje.com/proefrekening)**

Hoewel ik vorig seizoen mijn laatste muziekavond verzorgde, heb ik me toch laten verleiden in het huidige clubseizoen twee avonden voor mijn rekening te nemen. Daarbij kunnen de uitvoerenden weer op het scherm gezien worden.

Deze avond zien en horen we een opera en nog wel een hele mooie, van niemand minder dan Wolfgang Amadeus Mozart. Het is de laatste opera die Mozart componeerde, in 1791, niet lang voor zijn veel te vroege en tragische dood: La clemenza di Tito. Het libretto van deze opera, van Pietro Metastasio werd al eerder vele malen vóór Mozart getoonzet, o.a. door Christoph Willibard Gluck. De opera is door Mozart in hoog tempo gecomponeerd omdat deze klaar moest zijn voor de viering van de kroning van keizer Leopold II als koning van Bohemen in Praag. Het lag eigenlijk niet in de bedoeling aan Mozart de opdracht te geven voor deze opera, maar aan Antonio Salieri. Die had er op dat moment geen tijd voor en toen heeft men maar de toevlucht gezocht bij Mozart. Het libretto van Metastasio werd 'op smaak gebracht' voor Mozarts muzikale schepping door een zekere Caterino Mazzolà. La clemenza di Tito van Mozart is in de loop der tijd in vergetelheid geraakt, maar is al de nodige jaren weer onder het stof vandaan gekomen en wordt met veel succes opgevoerd in alle operahuizen ter wereld.

De opera, een live opname uit 2005, wordt uitgevoerd door het koor en orkest van de Opéra de Paris onder de dirigent Sylvain Cambreling. De titelrol wordt vertolkt door de bekende tenor Christoph Prégardien.

La clemenza di Tito is een z.g. Opera Seria, in het Nederlands een ernstige opera. Er valt dus niets te lachen, wel te genieten. De opera kent toch een 'happy end', omdat de samenzweerders tegen keizer Titus, die ter dood veroordeeld waren, door Titus clementie verleend wordt. En zo kunnen we na de voorstelling met een gerust hart naar huis gaan en met een goed gemoed gaan slapen.

Jan Aerts

# LA CLEMENZA DI TITO DRAMMA PER MUSICA DA RAPPRESENTARSI



PROVINCIA  
DE ALICANTE



HCB JALÓN



HCB ASISTEL  
MORAIRA



HCB SALUS  
ALBIR



HCB  
CALPE



HOSPITALCLINICA  
BENIDORM



HOSPITALCLINICA  
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 Jálón  
vcampman@clinicabenidorm.com  
96 648 09 24

TELEFOONNUMMER AMBULANCE



**900 380 088**

**www.clinicabenidorm.com**

## Toni Erdmann

Tijd voor een Duitse film. En nog wel één met humor. Hoezo? Duitsers hebben toch geen gevoel voor humor? Nou, Erdmann wel. De man heeft een vreemde voorliefde voor het dragen van een woeste pruik en het inzetten van een paar valse tanden.

Deze film gaat over de relatie tussen vader en dochter. Pa is net de zeventig gepasseerd en geniet van zijn pensioen. Dochter (Ines) is achter in de veertig en is druk druk druk. Ze heeft dus erg weinig tijd voor papa. Toni neemt maar twee dingen serieus in het leven: hij wil rust en zijn dochter terug. Ines neemt ook twee dingen serieus: haar klanten en haar collega's. Beide hebben een paar karaktereigenschappen gemeen: doorzettingsvermogen, geduld. Voor het overige hebben ze een totaal verschillende kijk op het leven.

Het is geen film waarbij ik rollend van het lachen op de grond lag. Heel vaak moest ik glimlachen en met gekromde tenen lachen. Toni Erdmann is eigenlijk de ideale vader, vind ik. De vraag is of Ines dat ook zo ziet. U mag zelf beslissen of uw Toni een "papa-dag" verdient.

De film wordt niet vertoond op 16 januari maar twee weken later, op 30 januari om 20:00.

Frank





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



# Clinica Benissa



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

*Aangesloten bij VGZ en andere Nederlandse verzekeringen*

*Nu ook bij DKV*

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

Avda. Pais Valencià 19, Benissa Tel: 96 573 31 57 Urg: 639 60 42 69 [www.clinicabenissa.com](http://www.clinicabenissa.com)

Mojácar is een oud vestingstadje, op een heuveltop, in het noorden van de provincie Almería, niet ver van Vera en Garrucha en een paar kilometer van de kust. 300 km van Moraira en te bereiken over de AP7 en A7 in 3.5 uur.

Ons hotel is de Parador van Mojácar, liggend tussen het oude stadje en de strandboulevard. Een moderne parador met een zwembad, afgesloten parkeerplaats, mooie kamers en restaurant, bar en een salon om te bridgen.

De meeste kamers hebben een uitzicht op zee, uiteraard met badkamer, bidet, twee wastafels en alle andere gemakken. Het hotel heeft twee minusvalido's.

Er zijn veel plaatsen in de directe omgeving, die een bezoek meer dan waard zijn: Vera, Cuevas del Almansora, San Juan de los Terreros, Villaricos, Carboneras en de Sierra de las Cabrerías, om maar wat te noemen.

Op twee kilometer ligt Marina Golf Mojácar, dus er kan ook gegolfd worden. Er wordt op vier middagen gebridget door 16 – 20 paren van 16.30 tot ongeveer 20.00. Maandag en donderdagavond zijn er gezamenlijke avondmaaltijden. Dinsdag en woensdag zijn geschikt voor uitstapjes in de omgeving, maar er kan uiteraard wel in de Parador gegeten worden voor eigen rekening.

De kosten zijn 565 euro per paar en 430 euro voor degenen die apart op een eigen kamer willen slapen. Voor die kosten hebt u vier nachten plus ontbijtbuffet, twee avondmaaltijden, twee drankjes per dag, de fooi voor het personeel en de kosten van de prijsjes.

U kunt zich opgeven per email of mondeling bij Paul van Halteren.





# 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](http://www.lesfougues.es)  
E-mail: [info@lesfougues.es](mailto:info@lesfougues.es)



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



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



## Internationaal verhuizen?

Kuiper De Internationale Verhuizer verzorgt uw internationale verhuizing tot in de puntjes. Met meer dan 80 jaar ervaring is uw waardevolle inboedel bij Kuiper in goede handen. Wekelijks rijden er luchtgeveerde verhuishagons 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!



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

6 daagse busreis naar **SALAMANCA, ZAMORA** en **VALLADOLID**

## **REISBESCHRIJVING**

1ste dag: Moraira – **SALAMANCA**

Vanaf Moraira rijden wij over de autovias naar SALAMANCA. Rond 17.00 uur hopen we in het centrum van Salamanca te arriveren bij het EXE\*\*\*\* hotel waar we de komende drie nachten zullen logeren.

2de dag: **SALAMANCA**

's Morgens na het ontbijt staat de bus voor ons klaar voor een rondrit door Salamanca. Salamanca herbergt de oudste universiteit van Spanje, gesticht in 1218, ze was de eerste in Europa die de titel universiteit kreeg.

3de dag: Bezoek aan **ZAMORA**, of u blijft in Salamanca, de keuze is aan U!

Zamora is een oude vestingstad, strategisch gelegen aan de Río Duero en is in het verleden veroverd en bewoond door Romeinen, Arabieren en Christenen.

4de dag: Vertrek vanuit Salamanca naar **VALLADOLID**, de stad die tijdens Karel V hoofdstad van Spanje was. Onderweg is er weer een keuzemogelijkheid: een bezoek aan het historische plaatsje Tordesillas, waar u tevens kunt lunchen. Voor de wijnliefhebbers onder u bestaat de mogelijkheid om in het nabijgelegen plaatsje Rueda de bodega Yllera te bezoeken, met zijn Labyrint "El hilo de Ariadne", dat zich in ondergrondse gewelven op 20 meter diepte bevindt.

5de dag: **VALLADOLID**

Ook deze ochtend staat na het ontbijt de bus voor ons klaar om een rondrit door de stad te maken.

6de dag: Valladolid – **MORAIRA**

In samenwerking met FD Travelgroep kan deze 6-daagse busreis aangeboden worden op basis van logies en ontbijt voor € 395,- p/persoon of op basis van half pension in het hotel (niet in lokale restaurants) voor € 465,- p/persoon. Toeslag 1-pers. Kamer € 150,-.

Optioneel bezoek aan de Bodega, incl. lunch: € 32,- (Visita + degustación + menú tradicional).

### **Betalingsvoorwaarden:**

€ 100,- aanbetaling bij reservering op donderdagmiddag (17.30-19.00 uur) in het clubgebouw bij Monique Croughs of d.m.v. een e-mail naar [nvoc.clubreis@gmail.com](mailto:nvoc.clubreis@gmail.com) U ontvangt dan per omgaande een mail met de bankgegevens voor de overboeking. De restbetaling dient voor 23 maart 2018 voldaan te zijn.

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

NVOC Clubreis,  
Monique Croughs





### Schouderklachten

In de praktijk merk ik dat er veel mensen onnodig met schouderklachten blijven rondlopen. Vaak is er een diagnose aan gegeven zoals 'Frozen Shoulder', 'verkalking' of een 'Bursitis' en mensen denken vaak dat er niets meer aan te doen is. Vaak is dit echter wel het geval.

Schouderklachten worden vrijwel altijd veroorzaakt door inklemming van een structuur in de schouder zelf tussen de schouderkop en het schouderdak (acromion). Dit kan een pees zijn of de slijmbeurs. Dit komt omdat de schouder een nauwsluitend mechanisme is waar weinig ruimte is voor afwijkingen. De oorzaak van een inklemming kan een trauma zijn of misschien vele kleine trauma's, bijvoorbeeld bij een tennisspeler die zijn schouder overbelast. De meest voorkomende oorzaak is echter een bewegingsstoornis in de schoudergordel. De schoudergordel bestaat uit een aantal gewrichten rondom het daadwerkelijke schoudergewricht. Deze gewrichten werken allemaal samen om de schouder optimaal te laten functioneren. Als een schakeltje van deze bewegingsketen niet goed beweegt, verstoort dit het bewegingsverloop in het schoudergewricht

zelf en kan er inklemming ontstaan.

Zo kan een blokkade in de nek of de eerste en tweede rib ernstige schouderklachten geven. Behandeling van de schouder zelf geeft geen resultaat omdat daar de oorzaak niet ligt. Er zal zeker een pees ontstoken zijn, maar alleen door de oorzaak weg te nemen kan deze opgelost worden. De meeste mensen klagen over het niet goed kunnen heffen van de arm, niet op de rug kunnen leggen van de hand, BH niet vast kunnen maken, haar niet kunnen kammen, niet op de schouder kunnen liggen en ook vaak uitstraling naar de bovenarm. Als mensen te lang met blokkades in de schoudergordel rondlopen kan het zich in het gehele lijf uiten als gevolg van compensatie. Hierdoor kunnen rugklachten, pijn tussen de schouderbladen en uitstraling naar de handen toe ontstaan.

Door goed naar de gehele bewegingsketen te kijken, dus echt van top naar teen, kan de oorzaak van deze klacht worden gevonden en worden behandeld. Alleen onderzoek naar de schouder zelf of een röntgenfoto zegt niet zo heel veel. Door langdurige ervaring in de topsport is onze kliniek gespecialiseerd in het diagnosticeren en behandelen van schouderklachten. Door middel van uitgebreid functioneel onderzoek krijgen wij vrijwel altijd de oorzaak van de klachten boven water, waarna in welke vorm dan ook op actie kan worden overgegaan.

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

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

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

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

**Quiopráctica Altea Tel: 965 841 950**

Beste golfers,

De NVOC Golf commissie nodigt u van harte uit, alweer voor het 7e jaar, voor onze jaarlijkse golfreis van dinsdag 1 t/m vrijdag 4 mei 2018 naar 5\* Golfresort La Manga in de buurt van Cartagena, Mar Menor. Het is ons wederom gelukt de combinatie te realiseren van mooie banen, 5\* hotel accommodatie en een scherpe prijs.

La Manga ligt op ongeveer 210 km van Moraira.. Dus we spelen 's middags, op de dag van aankomst, op de Noord baan bij het hotel. De eerste avond sluiten we af met een diner waarbij we in gaan op het programma voor de komende dagen. Daarna spelen wij nog 2 dagen golf en wel op de Zuid en West baan.

Wij zijn er in geslaagd u het volgende pakket aan te bieden voor € 545 p.p op basis van tweepersoons kamer, € 730 p.p op basis van eenpersoons kamer, en voor de niet golfer € 350 op basis van tweepersoons kamer:

- 3x logies op basis van halfpension (ontbijt, lunchpakket en diner inclusief wijn en water)
- 3 greenfees
- buggies zijn niet inbegrepen (kosten € 45 per buggy)

Aanmelding uiterlijk 31 december 2017 middels inschrijving via <http://www.nvoc-golf.nl/golfreis>. Eventuele vragen kunt u per email naar [nvoc.golfr@gmail.com](mailto:nvoc.golfr@gmail.com) sturen.

Voorschot € 250 of volledig bedrag uiterlijk 31 december 2017 overmaken op Bankrekening: IBAN: ES05 0081 0674 6300 0138 6544 BIC: BSABESBB

Wij adviseren u een reis - annuleringsverzekering af te sluiten! (Er is geen restitutie mogelijk door de NVOC Golf)

Met sportieve groet

NVOC Golf commissie



# the Olive tree

RESTAURANT



tweegangen menu  
inclusief een halve fles wijn  
€ 24,00



driegangen menu  
inclusief een halve fles wijn  
€ 26,00



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



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

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



## Restaurant The Olive Tree

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

## Openingstijden:

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

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



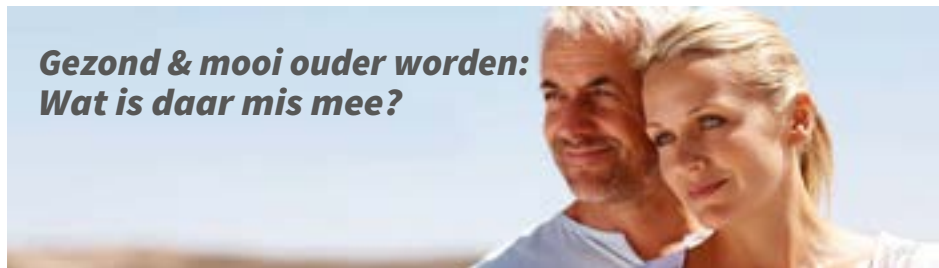




## ANTI AGING COSTA BLANCA



### **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**

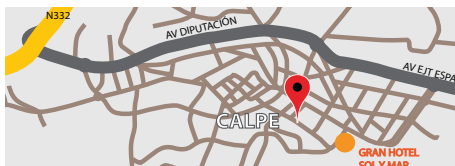
Dr. Eleanora Hendriks heeft gestudeerd aan de Erasmus Universiteit in Rotterdam en de Universiteit van Antwerpen. Naast de opleiding huisartsgeneeskunde (1985/1986) volgde zij een aantal aanvullende opleidingen die haar een allround arts maken. Ze is gespecialiseerd in onder andere Chinese geneeskunde (acupunctuur en laseracupunctuur), natuurlijke hormonale behandelingen, orthomoleculaire geneeskunde en voedingsadviezen, zware metalen ontgifting, 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.



Over de Pyreneeën op weg naar de Costa Blanca liggen schitterende plaatsen als Sos del Reyes Catolicos, Sangüesa, Javier en de Embalse de Yesa, bij velen bekend. Veel minder bekend is het Parque Natural de las Bardenas Reales; op de grens van Navarra en Aragon.

Wat zouden we ons moeten voorstellen van een park in dat droge gebied tussen Pamplona en Zaragoza? We besloten te overnachten in Ejea de los Caballeros en werden meteen verwelkomd door tientallen ooievaars op het dak van ons hotel.

De volgende morgen vanaf het Oosten het park in richting Tudela om vandaar van zuid naar noord door het park te rijden naar Sádaba. Wat een belevenis!! Puur woestijngebied, maar met fantastische rotsformaties. Uitgeslepen door wind en water in vroeger tijden. Indrukwekkende punten, rotshellingen als vogelveren. We keken onze ogen uit! Om de paar kilometer stapten we uit om nieuwe gleuven of rare bergranden te bekijken. Het leek wel Arizona of Utah. Nergens bomen of struiken, überhaupt bijna geen vegetatie; trouwens ook geen huizen of andere tekenen van menselijke beschaving.

Wel af en toe een vliegtuig, want er schijnt een militaire basis te zijn in dat uitgestrekte gebied, zonder dat we daar last van hadden. We zijn bijna de hele dag bezig geweest om het park, waardoor maar één verharde weg gaat, in ons op te nemen. En te fotograferen natuurlijk! Geweldig!

Diep onder de indruk reden we daarna terug van Sádaba naar Ejea de los Caballeros, en de dag daarna naar de Cumbre del Sol (ook mooi!).

Paul van Halteren



## BELANGRIJKE ADRESSEN EN TELEFOONNUMMERS

### Teulada-Moraira

|                         |             |
|-------------------------|-------------|
| Gemeentehuis            | 965 740 158 |
| Policia Local           | 965 740 946 |
| Rode Kruis              | 965 740 950 |
| Brandweer               | 112         |
| Guardia Civil           | 062         |
| Medisch centrum:        |             |
| Teulada                 | 965 741 136 |
| Moraira                 | 966 490 204 |
| Nooddienst              | 112         |
| Tele-taxi               | 965 744 281 |
| Automobilistenhulp RACE | 965 740 794 |
| Seprona                 | 965 146 129 |

### Benissa

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

### Nederlandse ambassade in Madrid:

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

### Consulaat van België:

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

### ANWB Benidorm

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

## KERKDIENTEN

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

### Benidorm

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

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

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

### Moraira

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

### Benimarco

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

### Dénia

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

Kerk San Antonio:

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

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

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

### Jávea

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

### Calpe

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

## **SATARI restaurant**

Bekijk onze website: [www.satarirestaurant.com](http://www.satarirestaurant.com)

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

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

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

### **SPECIAAL MENU 16,95 voor NVOC LEDEN**

*Hapjes en een glas wijn van het huis*

*Gerookte zalm op gekruide salade en yoghurtsaus*

*Gebakken varkensstukjes in "Singapore stijl" en sojasaus*

*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 ijssoorten  
of koffie*

### **PRIVÉFEESTEN**

*Vier uw privéfeestjes bij Satori Restaurant*

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

### **De beste paella van de Costa Blanca**

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

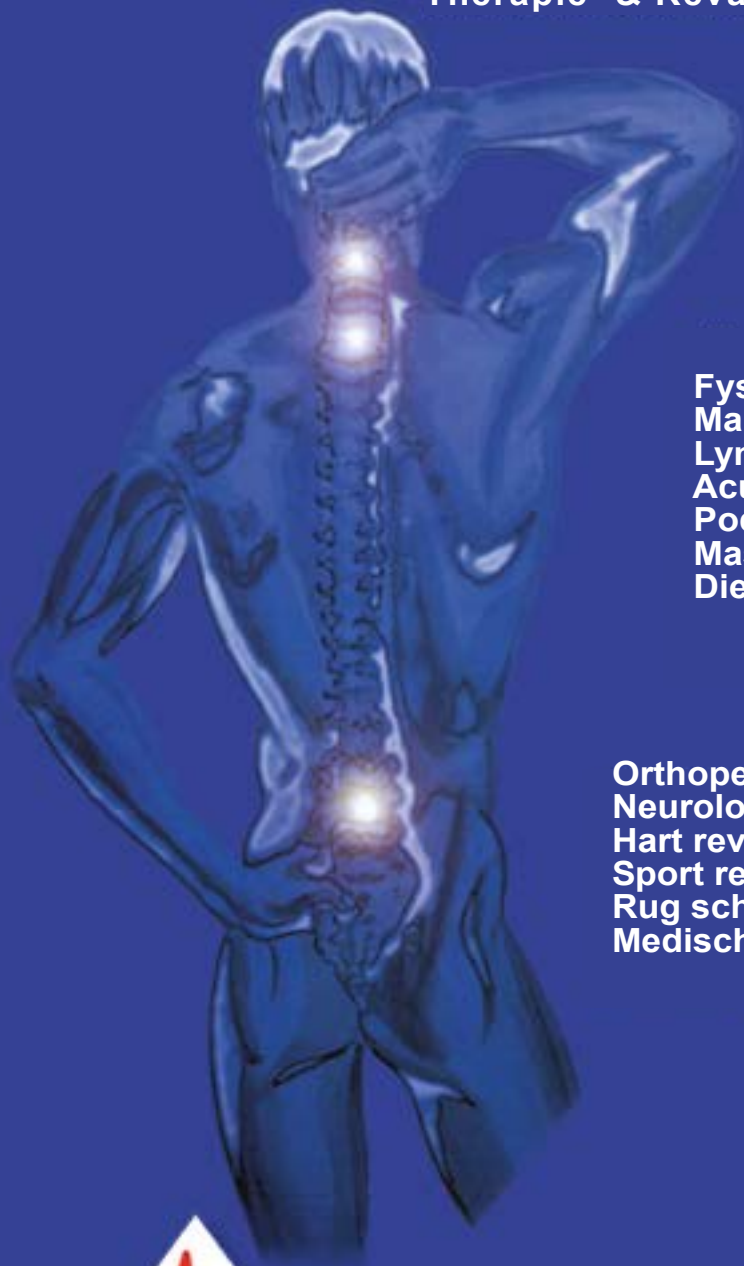
Reserveren, tel: 965 747 134 of 650 100 754

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

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

# MEDIFIT

Therapie- & Revalidatie Kliniek



Fysiotherapie  
Manuele Therapie  
Lymph Drainage  
Acupunctuur  
Podologie  
Massage  
Dietetiek

Orthopedische revalidatie  
Neurologische revalidatie  
Hart revalidatie  
Sport revalidatie  
Rug scholing  
Medische fitness

