



NIEUWSBRIEF

NVOC "De Lage Landen" Moraira



Eindelijk in fase 2 !

Sinds afgelopen maandag zitten we eindelijk in fase 2. De belangrijkste veranderingen ten opzichte van fase 1 zijn dat alle winkelcentra en winkels weer beperkt open mogen, dat restaurants weer binnen aan tafel mogen uitserveren en dat de stranden weer open zijn voor zon- en zeeaanbidders.

Vanaf begin juli zal Spanje weer open gaan voor buitenlandse toeristen, waaronder ook vele clubleden met een tweede huis in Moraira en omgeving. Ondanks alles een fijne zomer!

In dit nummer o.a.

Ambassadeur Jan Versteeg

Van de nood een deugd maken

Nieuw in de bieb

Reflectie

Op de vlucht naar Nederland

En nog veel meer!



Junij 2020



Buenaventura Villas

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

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

info@buenaventuravillas.com
www.buenaventuravillas.com

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

Kent U de makerlaars vereniging
MLS Teulada-Moraira **MLS:03724**

Bob Croughs van het familiebedrijf
“**Buenaventura Villas**” is mede-oprichter
van dit project; wij kunnen u precies
uitleggen wat de voordelen zijn van deze
Multiple Listing Service.

Kom binnen voor vrijblijvende informatie!



Uw aan- en verkoop-makelaar met ruim 30 jaar ervaring in Spaans onroerend goed



**Catalana
Occidente
Seguros**

Marieke den Dulk

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



Tel.: **96 649 03 47**

Mobiel: **666 422 888**

Email: mail@marikedendulk.com

Cami de'l Andragó 1, local 1A

03724 MORAIRA



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

Correspondentieadres:

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

Bezoekadres:

El Corregidor
Calle Bédica 1
03726 Benitachell
Spanje

Routebeschrijving:

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

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

Internet: <http://www.nvoc-delagelanden.com>
Facebook: <fb.me/nvocdll>
E-mail: info@nvoc-delagelanden.com
Lidmaatschap: Aspirant leden kunnen zich aanmelden bij de gastvrouwen of de penningmeester.
Contributie: De contributie voor 2020 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 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: Coral Dekkers-Hulshoff Pol
Advertenties: Nicole Lesire

Volgende editie: Verschijnt op donderdag 8 oktober 2020

Kopij: Uiterste inleverdatum: woensdag 23 september 2020

E-mail: Uitsluitend naar: nvoc.publicatie@gmail.com



SELECT Villas of Moraira

Avenida de Madrid 5
Moraira 03724

☎ 0034 966 490 861

0034 616 002 993

✉ info@select-villas.es



Makelaars met jarenlange
ervaring, centraal
gelegen in Moraira,
met een uitzonderlijke,
professionele service
voor zowel kopers
als verkopers



Wij spreken Nederlands

 www.select-villas.es



ortopediabondia

Av. La Alcudia, 35 bajo (03720 Benissa)

Tel.965734254 / 630444423

www.ortopediabondia.es

*Sportschoenen, corsetten, kniebeschermers, looprekken, rolstoelen, krukken,
borstprotheses, therapeutische schoenen, enkelbanden, anti-doorlig matrassen,
hulpaccessoires voor de badkamer, persoonsliften...*

Ortopedia Bondia, laat ons U verzorgen

INHOUDSOPGAVE

Bestuursamenstelling per 21 november 2019	7
Commissies & contacten	9
Weekkalender	11
Evenementenkalender - onder voorbehoud	13
Jan Versteeg, ambassadeur in crisistijd	14
Nieuw in de bieb	17
Goed nieuws: we starten weer op met diverse activiteiten!	19
Nieuw in de bieb	21
Mondkapjes	25
Van de nood een deugd maken	27
Afscheid	31
Medifit: Revalidatie bij Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH)	33
Reflectie over de afgelopen twee maanden	35
Stukje onderweg: Op de vlucht naar Nederland	38
Belangrijke adressen en telefoonnummers	40
Overlijdensberichten	40
Kerkdiensten	40



Le Dauphin *Since 1993*
Restaurante
Playa del Portet
03724 Moraira
96.649.04.32
www.ledauphin.com

Vespa's *Restaurante Italiano*
Moraira
Avenida de la Paz
03724 Moraira
96.574.32.56
www.restaurantevespas.com

SPECIALE LEDENKORTINGEN

Premium Plus
Pieter Verbeek

Gratis Kir royal bij een lunchmenu (pagina 10)
Korting voor NVOC leden (pagina 12)



Laat u professioneel door ons begeleiden bij de in- en outdoor inrichting van uw woning.

- Gordijnen op maat
- Herstoffering
- Verlichting
- Tapijten in/out
- Behangpapier
- Kleuradvies
- Beddengoed
- Meubelen in/out
- Zonwering in/out
- Eigen naaiatelier



www.astyle-altea.com

Maandag t/m vrijdag: 09:00 - 18:00

Zaterdag: 10:00 - 13:30

Tel.: +34 965 842 817

Partida el planet 155/03590, Altea



A-Style Altea



AStyleAltea

Functie	Naam	Aandachtsgebied
Voorzitter	Robert Lem 629 165 229 nvoc.roborto@gmail.com	Interieur Accommodatie Audio-video technieken Tennis
Vicevoorzitter	Nicole Lesire 620 165 633 nvoc.nicolelesire@gmail.com	Evenementen Commissies Golf Advertenties
Secretaris	Cora van Loon +31 646 202 489 nvoc.coravanloon@gmail.com	Externe zaken Evenementen
2e Secretaris	Coral Dekkers - Hulshoff Pol 965 974 941 nvoc.coradekkers@gmail.com	Bergstappers Redactie Bridge
Penningmeester	Arlette van der Burg - Mol 609 274 245 nvoc.arlettemol@gmail.com	Financien Bibliotheek Biljarten
Bestuurslid	Peter van Bloppoel 965 747 048 +31 653 161 814 nvoc.petervanbloppoel@gmail.com	Bar Klaverjassen Zangkoor Keuken
Bestuurslid	Aloys Fuchten 633 405 580 nvoc.fuchtenalloys@gmail.com	Toneel Jeu de Boules Tuinclub KKK
Bestuurslid	Liesbeth Agterberg +31 646 257 404 nvoc.liesbethagterberg@gmail.com	Mode op Maat Creacafé Yoga Just Us!
Bestuurslid	Ietje Speets +31 651 033 113 nvoc.ietjespeets@gmail.com	Infobord Schilderen Spaanse Les

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





BODY STRESS RELEASE
Unlocking tension - Restoring self-healing

BSRCOSTABLANCA

Vastgezette spierspanning
kan o.a. leiden tot:

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

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

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

Lid van de BSRAN en MIBSRA

WWW.BSRCOSTABLANCA.COM



The International Clinic
MORAIRA

Dr. Guido Campman

Huisarts

Ctra. Moraira-Calpe 124 - Moraira

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

Adem

macha, s.l.

Administración de Empresas

- Inkomsten- en vermogensbelasting
residenten en niet-residenten
- Fiscaal nummer / identificatienummer
- Notariële zaken
- Vestigingsvergunning (residencia)
- Rechtskundig advies (na afspraak)
- Onderhoud huis, tuin en zwembad
- Alle verzekeringen AXA, ARAG en DKV

www.gestorjavea.com

C/Falcia 2, local 1
Urb.La Guardia Park
buzon 602 BAM
03738 Jávea
T: 00-34-965770515
F: 00-34-966470608
E: info@gestorjavea.com
Geopend: ma-vrij van 9-13 u
Na afspraak evt. ook 's middags

NCJ leden10 %korting

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	fam-kroon@live.nl	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 Koullil	vankoullil@hotmail.com	626 926 890
Bridge:	Frans v.d. Steenoven	fransvandesteenoven@hotmail.com	620 363 580
ClubBand:	Theo Tappen	theotappen@hotmail.com	634 347 403
Creacafe:	Adri Petri	a3.petri@gmail.com	+31 651 513 931
Evenementen:	Nicole Lesire	nvoc.evenementen@gmail.com	620 165 633
	Cora Van Loon	nvoc.coravanloon@gmail.com	+31 646 202 489
Filmavond:	Frank Hoeks	hamilcar1954@gmail.com	
Gastvrouwen:	Nicole Lesire	nvoc.nicoleslire@gmail.com	620 165 633
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	965 747 048
Infobord:	Ietje Speets	ietjespeets@hotmail.com	602 442 768
Jeu de Boules:	Rien van Koullil	vankoullil@hotmail.com	626 926 890
KKK op zaterdag	Marijke Veldhoen	marijke.dickveldhoen@gmail.com	+31 630 704 874
Klassieke	Jan Aerts	janaerts57@gmail.com	+31 624 222 697
Muziekmatinee	Erik Hulleman	erik.jacqueline.hulleman@gmail.com	965 748 156
	Peter Mulder	pe.mulder@xs4all.nl	+31 653 360 347
Klaverjassen/keezen	Ria van Bloppoel	ria.vanbloppoel@gmail.com	965 747 048
Koken met een glimlach	Peter van Bloppoel	nvoc.petervanbloppoel@gmail.com	965 747 048
Ledenadministratie	Mohan Mehta	nvocarnesol@gmail.com	658 556 849
Maandmaaltijden	Marie Jose Joli	mjjoly@hotmail.com	
	Hanneke Mulder	h.mulder-kaptein@xs4all.nl	
Mode op maat	Cobi Hilgeman	g.hilgeman@gmail.com	+31 612 583 051
Nieuwsbrief Red:	Marco Westrik	nvoc.publicatie@gmail.com	620 109 683
Nieuwsbrief	Coral Dekkers-	nvoc.publicatie@gmail.com	965 974 941
- Eindredactie:	Hulshoff Pol		
- Advertenties:	Nicole Lesire	nvoc.nicoleslire@gmail.com	602 442 768
Reizen	Monique Croughs	nvoc.clubreis@gmail.com	699 985 116
Schilderen:	Ietje Speets	ietjespeets@hotmail.com	602 442 768
	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 El Corregidor	
Tennis:	Carla van de Klashorst	Cardick96@gmail.com	646 821 163
	Suurenbroek (voorzitter)		
	Myriam Scheyvaerts	myriam.scheyvaerts@gmail.com	+34 628 425 743
	(vice v.)		
	Simon Bakker (administr.)	esseeb@gmail.com	
Toneel:	Solveig Dondorff-	solveig.tjordis@gmail.com	645 372 505
	Bonnes		
Tuinclub:	Lieke Hoeks	liekehoeksspanje@gmail.com	602 669 672
Viva la Vespa	Peter Mulder	pe.mulder@xs4all.nl	
Website:	Marco Westrik	nvoc.publicatie@gmail.com	620 109 683
Yoga	Reinie Ysseldijk	reinie@hotmail.nl	632 463 997
Zangkoor 'Alegria':	Elly Smit	jacquellysmit@gmail.com	+31 620 313 447
Ziekencontact via:	Beatrijs Bachman	pol6186@gmail.com	966 495 398

Premium Plus

Steak House & Restaurant

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

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

Der Rohrdoktor

Wij geven u
vooraf een prijs

Snelle ontstoppingsdienst
Reiniging van leidingen en buizen
Verwijderen van wortels
hogedrukreiniging
opsporen van verstoppingen zonder breekwerk
septic tanks (ook sanering daarvan)
deskundige afwerking

24 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
10:45 - 13:30 Biljartclub
14:30 - 17:00 Zangkoor Alegría
18:45 - 19:00 ClubBand
19:00 - 22:30 Inschrijven bridge
Bridgedrive

Dinsdag

Hele dag
10:00 - 12:00 Biljartclub
13:30 - 16:30 Tennisclub Solpark
19:30 Mode op Maat met Cobi
Klaverjassen en Keezen

Woensdag

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

Donderdag

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

Zaterdag

Vanaf ± 13:00 Golf

Maandelijks:

Bergstappers eerste zaterdag
Bergstappers+ derde zondag
KKK laatste zaterdag

*Raadpleeg website, informatiebord
en mededelingen voor exacte data*

NVOC "DE LAGE LANDEN"



Marysan Design is gespecialiseerd in webdesign. Uw nieuwe website is erg belangrijk. Het is uw visitekaartje. Een mooie en professioneel gemaakte website levert nieuwe klanten op.



+34 620 109 683
info@marysan.com

+31 85 7858591
www.marysan.nl

INTERNET · MOBIEL · INTERNET

300Mb FIBRE

· Vanaf 34,99€ +BTW
per maand



MOBIEL & 4G DATA

- Ongelimiteerd bellen & 4Gb mobiele data voor 9.90€ per maand
- Goedkoop internationaal bellen

DRAADLOOS INTERNET

- Part time pakketten
- Vanaf 19.99€ +BTW per maand



ONGELIMITEERD 4G

- Ongelimiteerd 4G internet.
- Overal ontvangst voor 89€ per maand



LANDLIJN & ADSL

- ADSL pakketten vanaf 42€ +BTW/Maand
- Huur voor de landlijn €12.99 +BTW
- Gesprekken vanaf 1ct



TV

Officiële agent van
Canal Digitaal
& TV Vlaanderen

U vindt ons kantoor op Ctra. Moraira-Calpe 82B

☎ 902 88 90 70 · 965 743 473

✉ sales@telitec.net

🌐 www.telitec.com

TELITEC

Gebruiksvoorwaarden van toepassing op alle aanbiedingen

**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**

In verband met COVID-19 zijn alle evenementen tot en met september afgelast. NVOC "De Lage Landen" volgt de richtlijnen zoals die worden gesteld door de Spaanse regering.

Het lustrumfeest is uitgesteld naar 2021.

Onderstaande activiteiten voor oktober zijn onder voorbehoud.

OKTOBER 2020

19-24 oktober	NVOC Clubreis naar Zaragoza en Bilbao *****
---------------	---

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 publicatie@nvoc.gmail.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.

Toen dhr. Marco Westrik mij verzocht om een bijdrage te leveren aan de nieuwsbrief van de Nederlandse Club "NVOC De Lage Landen" uit Moraira was het niet nodig om daarover lang na te denken. Ik neem die uitnodiging natuurlijk graag aan. De Nederlandse clubs in Spanje vervullen altijd al een belangrijke rol. Maar in de verwarrende en ontregelende tijd die het Coronavirus ons gebracht heeft, zijn ze voor velen onmisbaar. En op de een of andere manier is de club in Moraira er een die opvalt, met een actief bestuur en een levendige gemeenschap.

Gedurende de crisis die wij allen op onze eigen manier, lange tijd vrijwel zonder een levende ziel te zien, hebben ondergaan, is er een aantal behoeften naar boven gekomen. Of hebben we onze behoeften in een andere volgorde gezet. Persoonlijk heb ik gemerkt ontzettend te hechten aan de kleine contactmomenten met familie, vrienden collega's, maar ook burens en bijvoorbeeld de winkeliers in de straat. Even iemand waarmee je een praatje kan maken, of een blik van verstandhouding kunt uitwisselen. Zoals met de overburen die staan te klappen op het balkon, of de buschauffeur die op hetzelfde moment toeterend langsrijdt en zijn duim omhoogsteekt. Ik ben benieuwd of dit u bekend voorkomt. Het heeft me ook doen beseffen wat een vrijheid en mogelijkheden we normaal hebben, en hoe weinig je daar dan bij stil staat. Je geniet opeens weer van kleinere dingen.

Iets heel anders waarop ik mij betrapte was een enorme nieuwshonger, die in de buurt kwam van een verslaving. En dan het type verslaving waar je uiteindelijk

niet gelukkig van wordt. Zeker in de eerste maand las ik alles over de Corona-uitbraak, tot en met de belachelijkste details en randverschijnselen. En eerlijk gezegd leidde dat vaak eerder tot nieuwe vragen dan tot antwoorden. De combinatie van een 'information overload' aan de ene kant, en een gebrek aan betrouwbare informatie, ging me steeds meer op de zenuwen werken.

Ik merkte als snel dat die behoefte niet alleen bij mij leefde. Via allerlei kanalen wisten (aanstaande) Nederlandse residenten, zakenlieden, toeristen, enz. de weg naar onze honoraire consuls en de ambassade in



Madrid te vinden om vragen te stellen over zaken die voor hen en dus u van belang zijn. Zaken die het dagelijkse leven bepalen. We zijn met bijna de hele club aan de slag gegaan om zaken uit te zoeken en te verwerken in berichten en antwoorden op Facebook. Het streven was: degelijk, maar niet al te saai. Ik kan alleen maar hopen dat degenen onder u die ons hebben aangeschreven, in de meeste gevallen de antwoorden hebben gekregen die zij zochten.

Ik ben me ervan bewust dat we niet iedereen hebben kunnen helpen. In uw regio leven vele Nederlanders die hun wortels in de Spaanse aarde hebben geslagen, een lokaal netwerk hebben opgebouwd en misschien een onderneming zijn gestart. Nederlanders die geen vertrekvens hebben en die onder de huidige omstandigheden meer dan ooit afhankelijk zijn van de Spaanse overheden, en af en toe ook nog de Nederlandse overheid. Enkele van ons zijn dierbaren kwijtgeraakt, gezinnen zijn maandenlang opgesplitst, mensen zijn hun baan kwijtgeraakt. Anderen hebben hun gezondheid achteruit zien kachelen door het gebrek aan beweging, of werden echt diepongelukkig door de 'eenzame opsluiting'; allemaal moeilijke en verdrietige situaties.

Ik hoop van harte dat we voor wat betreft de zorgen over de gezondheid en de lockdown nu het ergste achter ons hebben. Wat betreft de economische gevolgen moeten we niet naïef zijn: voor veel bedrijven zal 2020 een heel moeilijk jaar worden. Reserves zullen moeten worden aangesproken, er zal veel creativiteit en ondernemersgeest nodig zijn om uit het dal te komen. Laten we hopen dat er nog wat van het zomerseizoen gered kan worden. En dat we vervolgens weer een stijgende lijn weten te vinden.

Het is van belang dat wij als Nederlandse gemeenschap een beetje op elkaar letten. Hier in Spanje, maar ook als onderdeel van het grote netwerk Nederlanders, wereldwijd. En dat doen we, zo blijkt uit de initiatieven en persoonlijke berichten die mij in de afgelopen tijd hebben bereikt. De Nederlandse gemeenschap in Spanje, samen met haar Spaanse vrienden, heeft zich van haar meest solidaire en veerkrachtige kant laten zien. Dat is iets om trots op te zijn en verder uit te bouwen. Ook de ambassade in Madrid en ons netwerk van consuls proberen daarbij behulpzaam te zijn.

Nu de zomer aanbreekt en de maatregelen in flinke stappen worden afgebouwd, hoop ik dat de vele positieve kanten van het leven en werken aan de Spaanse kust weer naar voren komen. Voor degenen die geen grote financiële zorgen hebben, valt er nog steeds veel te genieten, ook in deze periode waarin we allemaal nog extra waakzaam zijn. Anderen, die het economisch of anderszins zwaar hebben, wens ik veel sterkte. Laten we elkaar bijstaan waar we kunnen. Hopelijk zien we elkaar binnen niet al te lange tijd, onder betere omstandigheden en in goede gezondheid.

Jan Versteeg

JOSEPHINA

JOSEPHINA BOUTIQUE

Avda. Madrid n° 7

03724 Moraira

Tel: 96 574 5440

josephinaboutique@hotmail.com

Bel gratis (zonder landcode)

vanuit:

Spanje: 900 993 131

Portugal: 800 831 458

Zwitserland: 0800 555 733

Frankrijk: 0800 905 909

 **Kuiper**
DE INTERNATIONALE VERHUIZER

Van Houten Industriepark 12
1381 MZ Weesp

Telefoon +31 (0)294 418080

Telefax +31 (0)294 418157

Email info@kuiperbv.nl

Website www.kuiperbv.nl



Internationaal verhuizen?

Kuiper De Internationale Verhuizer verzorgt uw internationale verhuizing tot in de puntjes. Met meer dan 80 jaar ervaring is uw waardevolle inboedel bij Kuiper in goede handen. Wekelijks rijden er luchtgeveerde verhuishagens naar en vanuit onder meer Frankrijk, Spanje, Portugal, Zwitserland en Italië. Een persoonlijke en professionele benadering garanderen een zorgeloze verhuizing.

U pakt uw koffertje...wij de rest!

- Eigen (Nederlandstalige) vestigingen in heel Zuid-Europa
- Wereldwijd betrouwbaar en ervaren agentennetwerk
- Moderne opslagfaciliteiten in Nederland en op de bestemming
- Tevens frequent op andere Europese en Overzee bestemmingen
- Door combinatielading gunstige en concurrerende tarieven!

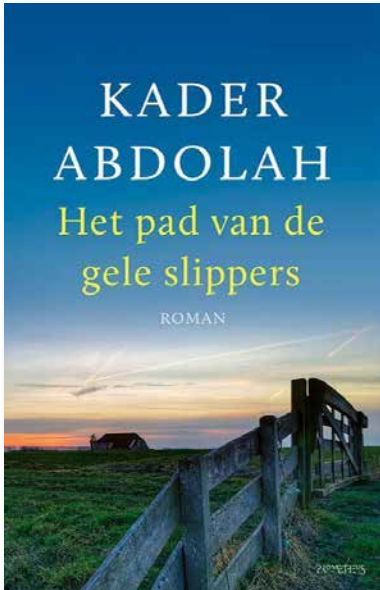
 ERKENDE
VERHUIZERS

 IAM

 FEDERAC

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

Kader Abdolah - Het pad van de gele slippers



Een jongen uit een traditionele Perzische familie van saffraanhandelaren brengt zijn dagen door op de toren van hun familiekasteel. De vondst van een verrekijker verandert zijn leven. Nu bekijkt hij de wereld door geslepen glas.

Als de kijker plaatsmaakt voor een fototoestel en, nog later, voor een filmcamera, is een filmmaker geboren. Zijn camera brengt hem naar de wereld van vrouwen, guerrilla's en een keizerin. Later ook naar een mysterieuze vrouw in een Hollandse boerderij. Een vrouw die in een onverstaanbare taal spreekt. Wie is Hoeshang de eenarmige, die steeds weer in zijn leven verschijnt? En voor wie maakt de verteller de gele slippers?

In Het pad van de gele slippers, de schitterende nieuwe roman van Kader Abdolah, volgen we het leven van deze filmmaker in een tijdperk van revolutie en verraad. Het is de roman die in het oeuvre van Abdolah ontbrak.

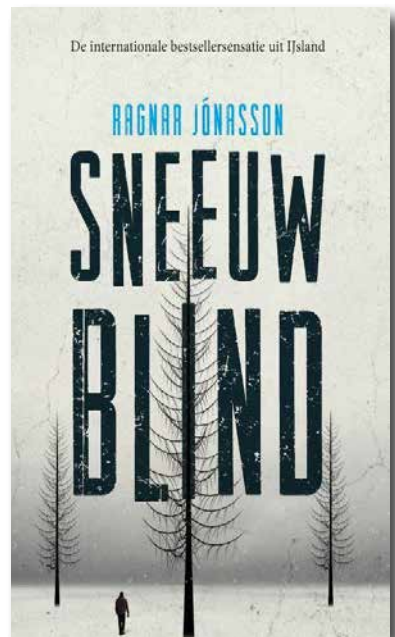
Ragnar Jonasson - Sneeuwblind

Ragnar Jonasson is de nieuwe kroonprins van de IJslandse thriller. Sneeuwblind is een beklemmend en angstaanjagend debuut van een buitengewoon nieuw talent.

Siglufrjörður: een idyllisch vissersplaatsje in het onherbergzame noorden van IJsland, dat alleen bereikbaar is via een smalle bergtunnel. Waar niemand zijn huis op slot doet en waar iedereen elkaar kent.

Ari Thor, een jonge politieagent, begint er aan zijn eerste baan, ver van zijn vriendin in Reykjavík en ver van de demonen uit zijn verleden.

Wanneer een jonge vrouw halfnaakt in de sneeuw wordt aangetroffen, bloedend en bewusteloos, en een gerespecteerd schrijver zijn dood tegemoet valt in het plaatselijke theater, ontdekt Ari dat hij niemand in de kleine gemeenschap echt kan vertrouwen, en dat geheimen en leugens er een levenswijze zijn.





2018



1 juni 2020
Fotografie en montage
Robert Lem

De buitensporten zoals tennis, golf en jeu de boules zijn vanaf 1 juni weer begonnen. Ook de biljarters mogen weer, en als de noodtoestand eindigt gaan we maandag 22 juni meteen van start met bridge en die donderdag met de schilderclub.

We starten weer met de clubmiddagen op donderdag 25 juni vanaf 18.00 uur.

En er is een grote verrassing te bewonderen: de barverbouwing is in de afgelopen periode gedaan! Robert Lem, Piet Beemsterboer, Rien Koullil, Henk Moes en Ewout van Leeuwen hebben de sterke schouders eronder gezet, waarvoor dank! Ook is alles weer schoongemaakt met dank aan o.a. Marcella!

We hebben looproutes aangegeven op de vloer, vanaf de ingang binnendoor naar de veranda, en de tafels op de veranda ruim opgesteld zodat de 2 meter afstand gehouden kan worden. Bij de ingang staat desinfecterende gel en u wordt verzocht uw mondkapje te dragen tot u bent gaan zitten. Degene die bardienst wil doen zal aan de tafels bestellingen opnemen en brengen om geloop naar de bar te voorkomen. Natuurlijk zal iedereen vaak de handen wassen. Als u zich gezond voelt (geen coronaklachten hebt) en zin hebt om weer samen te komen bent u van harte welkom!

De bibliotheek kan ook weer open gaan, hiervoor gelden de volgende maatregelen: Clubleden die hun boeken willen ruilen op een bepaalde datum laten Beatrijs dat per mail weten op dit mailadres: biebnvoc@gmail.com.

Beatrijs stuurt deze leden een mailtje terug met het tijdstip waarop dat kan gebeuren. Leden mogen dan gedurende 15 minuten de bibliotheek in, met mondkapje op en ontsmette handen, om nieuwe boeken uit te zoeken. De teruggebrachte boeken worden gedurende drie weken in een krat bewaard en daarna pas opgeborgen zodat alle boeken "ontvirusd" zijn.

In het keurig opgeknapt halletje bij de deur van de bibliotheek plaatsen we een tafeltje en stoeltjes. Ook wordt daar handontsmetter en een doos papieren zakdoekjes klaargezet.

Over het kaarten en keezen wordt nog nagedacht.

Dan zijn er verder diverse activiteiten die normaal ook pas in het najaar weer starten zoals de (berg)wandelingen, tuinclub, yoga, toneel, mode op maat en de clubband.

Helaas zal het koor niet bij elkaar komen om te repeteren totdat er meer duidelijkheid is. We betreuren heel erg het vertrek van onze gewaardeerde dirigent, maar begrijpen het ook. De stuurgroep organiseert een afscheid.

Het lustrumfeest zal worden uitgesteld omdat we inschatten dat we in oktober nog niet met honderden tegelijk feest kunnen vieren. Maar uitstel is geen afstel!

We verheugen ons erop elkaar binnenkort weer te kunnen ontmoeten!

Hartelijke groet en tot ziens,

Het bestuur

Coca-Cola

Distribuidor oficial



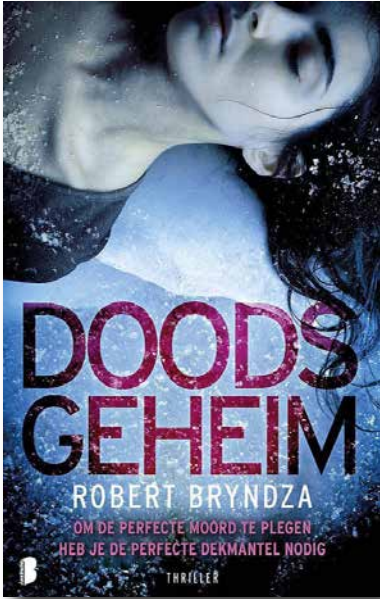
INDUSTRIAS Y DISTRIBUCIONES

SEVISAL, S.L.

VINOS Y CERVEZAS

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

Robert Bryndza - Doods geheim



Op een ijzig koude ochtend vindt een moeder het met bloed doordrenkte lichaam van haar dochter vastgevroren op de weg. Wie zou zo'n gruwelijke moord voor de deur van het slachtoffer uitvoeren?

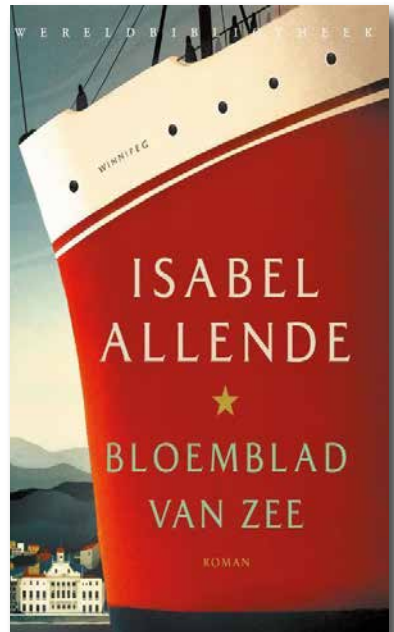
Detective Erika Foster, net bekomen van haar vorige zaak, is vastbesloten om ook deze zaak te leiden. Tijdens het onderzoek stuit ze op diverse aanvallen op jonge vrouwen in een doorgaans rustige buitenwijk van Londen.

Erika is op zoek naar een angstaanjagende moordenaar, en de zaak wordt alleen maar gecompliceerder als blijkt dat de vermoorde jonge vrouw verstrikt zat in een web van geheimen. Net als Erika eindelijk een lijn begint te zien in de aanwijzingen, wordt ze gedwongen haar eigen pijnlijke herinneringen weer op te halen. Erika moet zichzelf dwingen om gefocust te blijven, diep te graven, en de moordenaar te vinden – voordat hij weer toeslaat.

Isabel Allende - Bloemblad van zee

Aan het eind van de gruwelijke Spaanse Burgeroorlog wordt de jonge arts Víctor Dalmau samen met zijn vriendin, de pianiste Roser Bruguera, gedwongen om Barcelona te verlaten en te vluchten naar Frankrijk. Met nog tweeduizend andere Spaanse vluchtelingen gaan ze aan boord van de Winnipeg, een schip dat is gecharterd door de Chileense dichter en consul Pablo Neruda, op weg naar Chili. Tot hun grote verrassing worden ze ontvangen als helden in hun nieuwe thuisland - dat 'langgerekte bloemblad van zee', in de woorden van Neruda. Ze bouwen er een nieuw leven op en worden volwaardige Chilenen. Maar in 1973 gebeurt het onvoorstelbare: er breekt een dictatuur uit en weer moeten Víctor en Roser huis en haard verlaten.

'Bloemblad van zee' is een reis door de twintigste eeuw aan de hand van onvergetelijke personages. Ze ontdekken dat een mens steeds weer aan een nieuw leven kan beginnen. Een prachtige historische roman over ballingschap en liefde.






HCB JALÓN


HCB DENIA


HCB
CALPE


HCB ASISTEL
MORAIRA


HOSPITAL CLINICA
BENIDORM


HCB SALUS
ALBIR

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

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



0034 965 853 850
informatie@clinicabenidorm.com



HOSPITALCLINICA
BENIDORM

NEDERLANDSTEAM

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

 **Zilveren Kruis**
raad en daad

 **VZ**

DSW
zorgverzekeraar

Volmachten



FBTO

 **avéro**

DE HOLLANDSE JONGVERZEKERAAK

 **Zilveren Kruis Onzo**

PROLIFE
zorgverzekeringen

OZF

Interpolis.

UNIVÉ

bewuz+
zorgverzekeraar

IZ

iza

ZEKUR.nl

umc

consumenten C

Collectief via.nl

VZ

stad holland
zorgverzekeraar

in Twente
zorgverzekeraar

DSW
zorgverzekeraar

Zorg en Zekerheid
zorgverzekeraar

AZ

Zorg en Zekerheid
zorgverzekeraar

aevitae

Volmacht voor:
- Avéro Achmea
- ASR
- VGZ

LAK

Volmacht voor:
- Avéro Achmea

ONVZ
zorgverzekeraar

PNOzorg

VQAAR

ONVZ
zorgverzekeraar

g.s.r.
de Nederlandse
verzekerings
maatschappij
voor alle
verzekeringen

Ditzo

DE AMERSFOORTSE

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



900 380 088



www.clinicabenidorm.com

the Olivetree

RESTAURANT



tweegangen menu
inclusief een halve fles wijn
€ 23,99



driegangen menu
inclusief een halve fles wijn
€ 26,99



Zondag Lunchmenu
inclusief een halve fles wijn

2 gangen, € 18,99
3 gangen, € 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:

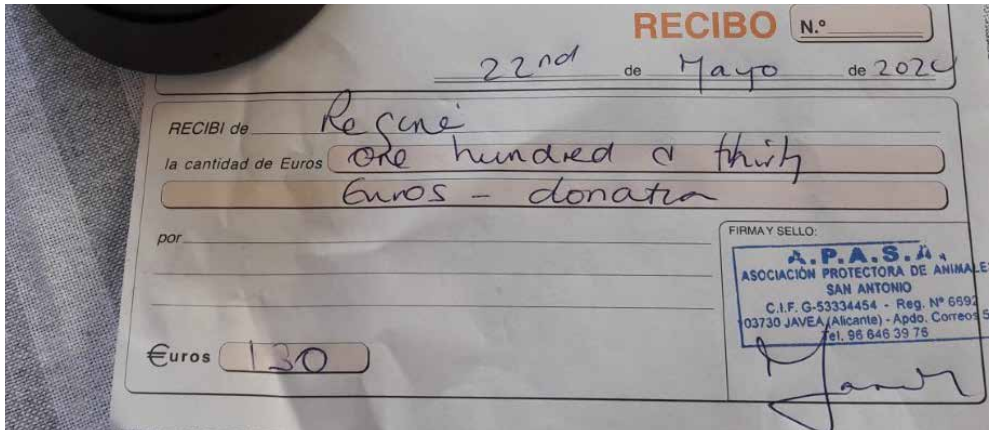
Dinsdag t/m Zaterdag 18:30 - 22:30

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

Nu er volop mondkapjes verkrijgbaar zijn, beëindig ik mijn actie. Vandaag heb ik de voorzitter van APASA het totaalbedrag van de donaties kunnen overhandigen (zie foto). Zij zijn er uiteraard erg blij mee!

Hierbij onze hartelijke dank aan degenen die een of meerdere mondkapje(s) hebben opgehaald en ruimhartig hebben gedoneerd. Het is voor mij nu tijd voor andere zaken.

Regien Dwarkasing



re:fresh

Schoonheidssalon

- Facials
- Massages
- Paraffin Treatments
- Body Treatments

- Pedicures
- Manicures

Waxing

- Eyelashes & Eyebrows

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

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

Tel: 965 748 947 / 671 807 525

e.mail: refreshelaine@gmail.com
www.salonrefresh.eu

PROMOTIE MEI EN JUNI

voeg een **Manicure met lak** (niet gellak) of **verven wimpers en wenkbrauwen** bij een gezichtsbehandeling voor maar

€5 extra

Graag NVOC vermelden bij het boeken!

AGUA Y SOL COSTA BLANCA



634 32 80 84

aguaysol.costablanca@gmail.com
www. agua-y-sol-costablanca.com

Elektriciteit & Loodgieterij
Centrale verwarming & Airco's
Zonnepanelen & Warmtepompen
Alles voor je zwembad
Alarminstallaties en camera's
Nieuwbouw en renovaties

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



Clínica Benissa



Huisarts: Dr. Max Meertens
Dermatoloog: Dr. Ruud Valks
Plastische chirurg: Dr. David Wijnberg
Tandartsen: Alexandra Rodriguez, Lian Donkers
Mondhygieniste: Martha Olaya
Podoloog: Philip Mann
Psychologie: Rian Rijsbergen, Petra Rendering e.a.

Avda. Pais Valencia 19, Benissa
Tel: 965733157 Spoedgevallen: 639 60 42 69



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

Tijdens de lockdown heb ik iets leuks gedaan, ik heb een eigen website gebouwd voor al mijn schilderijen! Maar ik zal mij eerst even aan u voorstellen. Mijn naam is Aletta van Arent en ik ben getrouwd met Pieter-Paul. We wonen nu al anderhalf jaar met veel plezier in Teulada.

Na de HAVO wilde ik graag naar de kunstacademie en heb mij in laten schrijven bij Tehatex, een HBO opleiding voor tekenen, textiel en handvaardigheid. Jammer genoeg werd ik uitgeloot en ben toen maar op 17e jarige leeftijd de gezondheidszorg in gegaan. Uiteindelijk ben ik manager geworden van diverse verpleeg- en bejaardenhuizen en heb ik op mijn 50e mijn eigen bedrijf opgestart; COBZorg, een calamiteiten onderzoeksbureau in de zorg. Helaas werd ik op mijn 52e ernstig ziek. De diagnose was Amyloïdose wat een ziekte is waarbij de eiwitten in je lichaam zich verkeerd gaan vormen en alle belangrijke organen levensbedreigende schade toebrengen. Ik heb anderhalf jaar thuis gezeten en kon niets meer, was doodmoe en had slechts een scootmobiel om me mee te kunnen verplaatsen. Pieter-Paul verzorgde mij. Wel kon ik naar buiten en ben met mijn scootmobiel iedere donderdagmiddag naar een schilderclub gegaan, eigenlijk net zoiets als we hier op de club hebben.

Onze wens was altijd om naar ons favoriete vakantieland Spanje te emigreren om daar bijvoorbeeld een B&B op te starten, iets wat we in Nederland ook al deden. We hebben in januari 2018 besloten om drie maanden in Moraira te overwinteren en de sfeer te proeven. En geloof het of niet maar ik heb mijn scootmobiel niet een keer van stal hoeven halen. Het was zo goed bevallen, qua sfeer en gezondheid, dat we het definitieve besluit om in Spanje te gaan wonen waar hebben gemaakt. In oktober 2018 zijn we verhuisd naar Teulada. Inmiddels zijn wij al anderhalf jaar lid van de NVOC en vooral het schilderen op de donderdag geeft mij heel veel plezier. Met elkaar schilderen geeft sowieso inspiratie en dankzij de tips en opbouwende kritiek ben ik enorm vooruitgegaan. Ik schilder vooral graag portretten en dieren en kan vaak uren achter elkaar doorgaan tot Pieter-Paul me voor mijn eigen bestwil terug fluit. Aangezien ik door de corona crisis noodgedwongen veel tijd heb gehad om te schilderen heb ik inmiddels een aardige collectie opgebouwd die ik op mijn instagram @alettavanarent en mijn nieuwe website heb geplaatst.

Graag wil ik u allemaal uitnodigen om op mijn website www.avanarent.com een kijkje te nemen. Wie weet is er een doek bij dat u graag wilt kopen en mochten er mensen zijn die graag een portret van een familielid of een huisdier willen hebben dan bent u van harte welkom om contact met mij op te nemen.

Zo ziet u maar, ik heb van de nood een deugd gemaakt en ik heb mij naar mijn omstandigheid geschikt. Mijn gezondheid is nu gelukkig stabiel en mijn passie om te schilderen is alleen maar sterker geworden!

Aletta van Arent - Binnekamp



PARADORES in Spanje

KASTELEN, KLOOSTERS, PALEIZEN OF MODERN



Parador Ronda

8 dgn vanaf € 395 p.p.
www.paradoresreizen.com

FD TRAVEL  GROUP

AUTOREISWINKEL · PARADORESREIZEN

Toscane, Italië

AUTORONDREIZEN

SPANJE. PORTUGAL, ITALIË, OOSTENRIJK,
ZWITSERLAND, KROATIË, GRIEKENLAND, USA/CANADA



8 dgn vanaf € 295 p.p.
www.autoreiswinkel.nl



The
YORKSHIRE
established 1993
LINEN
Co.

Al sinds jaren HET adres voor :

- Beddengoed •
- Handdoeken •
- Gordijnen •

En nog veel meer

ALTEA

*Partida Planet 177
(N332 tussen Altea & Albir)*

☎ 96.584.1399

✉ altea@spanishlinen.com

JAVEA

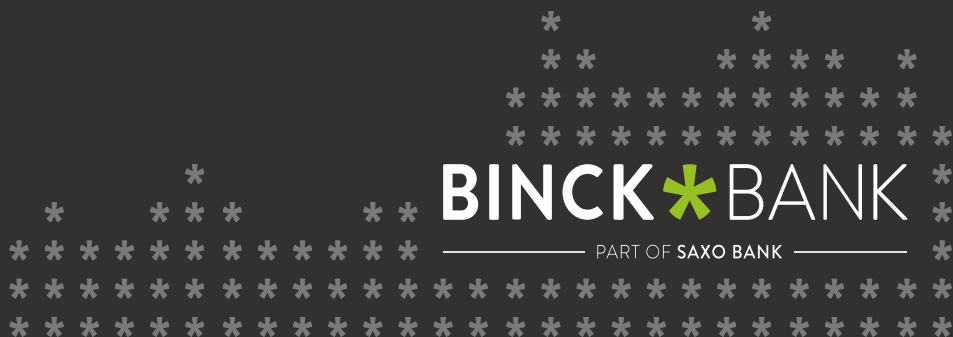
*Avenida del Pla 68
(naast Supercor)*

☎ 96.646.2275

✉ javea@spanishlinen.com

BELEGGEN. WE DOEN AL 20 JAAR NIET ANDERS.

www.BinckSpanje.com



CONTACT:

telefoon
+34 952 924 011

web
www.binckspanje.com

e-mail
info@binckspanje.com

Beste koorleden,

Nu covid-19 ons leven ongelooflijk beïnvloedt, hebben we allemaal met veel veranderingen en onzekerheden af te rekenen. Op sociaal vlak hebben we ons allemaal al heel erg moeten aanpassen en op de vraag wanneer we naar het nieuwe normaal gaan kan niemand een antwoord geven.

De verplichting in Spanje om overal een masker te dragen maakt het samenzingen in koor onmogelijk. Koren zouden haarden van besmetting zijn enz... De vraag dringt zich dus op wanneer we terug met de koorrepetities gaan kunnen starten en voor hoelang (komt er een 2de golf?). Daarbij komt dat de meeste koorleden gepensioneerd zijn en dus bij de "risicogroep" horen. Bij de minste opflakking van het virus hoort ons koor dan ook meteen tot de grote risico's en moeten onze activiteiten meteen stil gelegd worden.

Gaan er veel of weinig koorleden afhaken uit angst voor besmetting? Gaan Lutgarde en ik terug optredens hebben en vanaf wanneer en voor hoelang? Gaan Lutgarde en ik dit financieel volhouden? Kortom, veel onzekerheden houden ons bezig. Véeél vraagtekens !!

Wij gaan er van uit dat er op financieel vlak voor de meeste koorleden naar alle waarschijnlijkheid gelukkig weinig of niets veranderd is aangezien de meesten gepensioneerd zijn. Maar voor diegenen die hier nog een inkomen moeten realiseren ligt dat voor velen enigszins anders.

Lutgarde en ik, beiden musici, horen bij die groep die hun inkomen hier aan de Costa Blanca niet alleen volledig kwijt zijn maar ook een heel onvoorspelbaar toekomstbeeld voor ogen hebben. Daarom hebben Lutgarde en ik, hoe zwaar het ons ook valt, besloten om vanaf september terug naar België te gaan waar wij onze jobs van weleer in het kunstonderwijs terug gaan opnemen. Deze bijzonder moeilijke keuze lijkt ons, gezien onze situatie in dit wereldwijde probleem, de minst slechte. Wij zullen jullie ongetwijfeld erg missen en houden zéker contact met jullie en gaan de vele fantastisch mooie en goede herinneringen aan jullie koesteren.

Wij hopen dat iedereen zal begrijpen dat wij niet in de mogelijkheid zijn om deze belangrijke beslissing nog verder uit te stellen omdat wij dan uiteraard de start van het nieuwe schooljaar zouden missen. Wij zullen dan ook zéker voor het hele schooljaar 2020-2021 in België zijn.

Wij hopen dat de situatie snel terug normaliseert naar een stabiele veilige toestand waarin iedereen terug onbevreesd kan samen zingen en samen leven. Wij weten dat er via Zoom mogelijk gezongen kan worden maar als dirigent voel ik er niet voor om een "Zoom-koor" te leiden. De klanken en muzikale interactie, evenals het sociale contact zullen nooit zijn zoals "life" en voor mij persoonlijk is dit ook muzikaal te beperkt.

Maar ik hoop dat wij samen met zijn allen zullen uitkijken naar een mogelijke vervanger die jullie verder in het samenzingen kan begeleiden. Voorstellen zijn zéker welkom.

Lutgarde en ik hopen dat jullie deze beslissing gaan begrijpen. Weet dat wij jullie en al de mooie momenten die we samen beleefden voor altijd diep in ons hart bewaren.

Lieve, hartelijke en muzikale groeten aan iedereen,

Guy en Lutgarde



**COM
CARE**

COMPUTER CARE

Carrer d'Avall 43 - Jávea

Ma.-Vr. 10:00-14:00

www.comcare.es - info@comcare.es - tel: 965793599

Computer Care is sinds 1994 een professioneel bedrijf voor al uw computer, audio en tv behoeftes. U kunt bij ons terecht voor nieuwe systemen of reparatie van huidige systemen.

Ook voor verbetering van uw WiFi bereik in huis hebben we passende oplossingen.

UniFi AC

SONOS

Wij leveren en installeren satelliet-tv-systemen voor de ontvangst van Canal Digitaal en TV Vlaanderen. Wij zijn officiële dealers voor Canal Digitaal en TV Vlaanderen in Spanje. We kunnen tv's van Samsung, LG en nog veel meer merken leveren.

Neem vrijblijvend contact met ons op voor meer informatie.

CANAL DIGITAAL TV VLAANDEREN

— ons bedrijf doet ook in —

Zonnepanelen - Inverters - Generatoren

www.NaturalSolar.es

Zonnepanelen zijn milieuvriendelijk en winstgevend.

Met zonnepanelen op uw dak wekt u uw eigen duurzame stroom op. De zon is een schone energiebron die nooit opdraakt.



info@naturalsolar.es - tel: 966114306



Zonnestroom is een ideale investering, maar iedere situatie is anders en goed advies heel belangrijk. Naast ervaring, hebben we een breed assortiment aan producten, zodat we zonder moeite een zonneenergiesysteem kunnen samenstellen dat perfect past bij uw situatie en wensen. Neem vrijblijvend contact met ons op.



Men spreekt van Niet Aangeboren Hersenletsel als er op latere leeftijd letsel aan de hersenen ontstaat ten gevolge van Traumatisch Hersenletsel of Niet traumatisch Hersenletsel.

Oorzaken van NAH zijn onder andere: een herseninfarct, hersenbloeding, hersenletsel na een trauma, MS, Parkinson, tumor, bestraling, chemotherapie en meningitis. De gevolgen hiervan zijn meestal erg divers en ingrijpend. Hierbij moet u denken aan krachtsvermindering, spasticiteit of uitval van spieren, cognitieve problemen, (aandacht, concentratie) en sociaal-emotionele problemen (angst, vermoeidheid).

Revalidatie en de behandeling.

De behandeling start met een intake van de revalidatiearts en een gespecialiseerde fysiotherapeut waarbij gekeken wordt naar de mogelijkheden en beperkingen. Doelstellingen en behandelplan worden samen met de patiënt besproken. Naast individuele behandeling, kan er ook in groepsverband worden getraind in de revalidatie zaal en zwembad.

Tijdens de behandeling kunt u als revalidant ondersteund worden door een team dat bestaat uit: gespecialiseerde fysiotherapeuten in neurologische revalidatie, revalidatie-arts, Ergotherapeut, Acupuncturist, Podoloog, Orthopedische schoenmaker en Neuropsycholoog en een Psychotherapeut.

Fysieke revalidatie

Het accent tijdens de fysieke fysiotherapeutische revalidatie behandeling ligt op het verbeteren van gecoördineerde bewegingen, conditie, mobiliteit van de

gewrichten, verminderen spasticiteit en verbeteren van de spierfunctie (kracht). Veel aandacht wordt besteed aan het weer leren lopen, opstaan, balans en evenwicht. Inactiviteit en vermoeidheid worden ook aangepakt.

Cognitieve revalidatie

Cognitieve revalidatie behandelt de niet-lichamelijke, niet direct zichtbare gevolgen van een hersenletsel. Dit zijn de stoornissen in de cognitieve functies en emoties en de gevolgen van het gedrag. Cognitieve functies zijn hersenfuncties zoals de aandacht, het geheugen, het planmatig handelen, de waarneming en de taal. Na een hersenletsel kunnen deze functies verstoord zijn. Ook kunnen er emotionele stoornissen ontstaan. Dat leidt tot beperkingen in het gedrag en mogelijk in zelfstandigheid, werken, met mensen omgaan, autorijden en andere dagelijkse activiteiten.

Het is van groot belang dat ook de directe relaties van de revalidant, zoals verzorgers, partners en vrienden, op de hoogte zijn van het revalidatieprogramma, omdat ook zij er veel te verduren krijgen.

Visie

Revalidatiecentrum Medifit heeft een gespecialiseerd team voor de behandeling van patiënten met niet-aangeboren hersenletsel NAH. De behandeling richt zich op het bevorderen van herstel, maar ook op het leren omgaan met de beperkingen en het vinden van passende oplossingen. Het doel van de behandeling is dat je, ondanks de beperkingen, zo zelfstandig mogelijk wordt in je eigen omgeving.

Revalidatiezorg bij Medifit wordt vergoed door alle Nederlandse zorgverzekeraar uit het basispakket, u hoeft dus niet aanvullend verzekert te zijn. Voor meer informatie of een afspraak met onze revalidatiearts of fysiotherapeut kunt u bellen naar 96 649 5448 of mailen naar info@medifitreha.com

Medifit is een Multidisciplinair therapie- en revalidatiecentrum met ervaren therapeuten die intensief samenwerken met artsen en specialisten.

MedifitReha
Carretera Moraira-Benitachell s/n
03724 Moraira
Tel: 96 649 54 48
email: info@medifitreha.com
www.medifit.es

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



Indonesisch Restaurant Bajul
Avda. de la Paz, 27 03724 Moraira

Tel. 965 743 331

www.bajul.es / www.facebook.com/BajulMoraira

RESTAURANTE

STEAK HOUSE



LA MEJOR CARNE ARGENTINA A LA PIEDRA

HORARIO

DE MARTES
A DOMINGO
18H A 24H



Plaza Virgen del Carmen, 3
MORAIRA

Graag wil ik een positief geluid laten horen, een dat ik deel met diverse anderen zoals me bleek uit verschillende telefoongesprekken met vrienden.

We leidden een prima leven, met van allerlei activiteiten toen die lockdown ons op ons dak viel. In Nederland wordt die "intelligent" genoemd, naar mijn smaak enigszins aanmatigend. Slim bedacht om die maatregel snel geaccepteerd te krijgen, maar mijns inziens is elke lockdown intrinsiek intelligent, in de zin dat hij, in welke vorm dan ook, bedoeld is om de verspreiding van het virus zo veel mogelijk te beperken, dus altijd een verstandig idee.

Van het ene moment op het andere kon er toen niets meer maar ook hoefde er niets meer. Wat een grandioos vakantiegevoel ! Hoewel onze vakanties eigenlijk altijd doe-vakanties zijn bleek ook dit verrassend plezierig. Niets hoefde, alle vrijheid van de wereld. Tuinwerk als je daar zin in had, of niet; als de wolken langs de bergen joegen en de regens langs de ramen, lekker de open haard aan en boek erbij, of niet; creatief bezig zijn, of niet, of iets anders; vroeg opstaan of lekker uitslapen, alles zoals de pet stond en niemand die ook maar iets voorschreef en dat dan ook nog voor onbepaalde tijd. Verder lekkere dingetjes maken en opeten. Wanneer maak je zoiets mee? We sliepen aanvankelijk lang alsof we een slaapachterstand in te halen hadden, dat is nu weer genormaliseerd. Kortom buitengewoon relaxed allemaal.

Maar ook een luxe met een zwarte rand: de ellende uit de TV. We hebben dan wel geen netflix, die echte "reality serie" was heftig genoeg. Vooral in het begin veel voorlichting, RIVM - en IC specialisten en al het andere op virus gebied. Aangezien we niemand kenden die het virus had, laat staan er aan overleden was, bleef het toch iets op afstand, hoe afschuwelijk de IC verhalen ook waren. En hoe ons te verhouden tot die "ouderen" die op tragische wijze vanachter ruiten, vaag zwaaiend steeds op TV werden getoond? Ook onze kinderen zaten ver weg maar via de moderne communicatie methoden zoals WhatsApp bleef het contact prima. Ik werd zelfs vijf dagen per week voorlees-Oma, op 2000 km afstand, via twee smartphones, een voorleesboek in Veldhoven en een strijkplank als standaard.



Vanaf 20 maart heb ik in grafieken de covid-19 statistieken van Spanje bijgehouden, gebaseerd op de dagelijkse gegevens van Spanje Vandaag. Zowel grafieken met de nieuwe dagelijkse cijfers als die van de cumulatieve aantallen. Ik ben dol op grafieken maar het was ook een manier om steeds op de hoogte te blijven. Indruk maakte ook de dag waarop we de Spaanse vlag half stok hingen, al zag niemand hem en waarop we samen op het nayabalkon stonden in een daarbij passende mistige omgeving en tegelijk met iedereen drie minuten stil waren om alle doden te gedenken. In Moraira werd in die tijd elke dag om acht uur 's avonds van de balkons geklapt, hoorden we, maar ja, daar wonen we niet.

Wij beseffen maar al te goed wat een bevoorrechte mensen we zijn. Het is moeilijk je niet schuldig te voelen voor het feit dat, terwijl er zoveel ellende was op zoveel plaatsen en voor zoveel mensen en zoveel verdriet dat tallozen overkwam, wij in diezelfde periode samen een zo ontspannen en gezellige tijd beleefden.

Coral Dekkers-H.P.

Maxim Restaurante



**Open van dinsdag tot zaterdag van 18.30 tot 21.30. Zondag van 13.00 tot 15.00.
Vanaf 1 juni ook open op maandag van 18.30 tot 21.30.**

**We organiseren events ('s middags op afspraak en 's avonds) zoals:
verjaardagsfeest, trouwfeest, groepsfeest, verenigingsfeest.**

Maxim Restaurante | Cabo San Vicente 1, 03724 Moraira | 96 574 81 93 | 600 699 630

Loops

by Cristina



PELUQUERÍA · HAIRDRESSING · KAPPERS

 682 689 698 · 865 71 58 60

Calle Móstoles 43 (Tabaira) Teulada - MORAIRA

Een paar dagen nadat het diner op mijn verjaardag in restaurant La Cumbre op 21 maart door de lockdown veranderde in een pizza thuis, zei Els dat ze dit leven geen twee of drie maanden vol zou houden. Ze wilde naar Nederland, met de auto. Ik was net bij Masymas in Benitachell geweest; de koelkast was dus vol. Het had al de hele week geregend dus dat maakte de beslissing nog eenvoudiger.

In twee dagen was het huis aan kant, de auto gepakt en de noodzakelijke formulieren van de ambassades uitgeprint. Veel eten en drinken dus, en veel flessen water, want restaurants en hotels waren al dicht. Twee kussens, een dikke deken, verder niet al te veel.

Vrijdagmorgen om 07.00 de Cumbre del Sol af en de AP7 op naar Valencia. Els schuin achter me op de achterbank door de Coronaregels van de Spaanse regering. Regen en regen, maar weinig verkeer. Na Valencia ineens de zon, wat ons in een veel betere stemming bracht, want zenuwachtig waren we best wel. Geen hotels, geen restaurants, alleen benzinstations, hadden we begrepen.

De gehele autoweg langs Teruel naar Zaragoza scheen de zon en was er geen andere auto dan een Engelse, die kennelijk hetzelfde doel had. Voorbij Teruel gestopt voor benzine en daar aangehouden door de Guardia trafico. Ik drukte het formulier tegen het raam zonder dat open te doen; de man knikte en we konden door. Met een zucht! Ergens vóór Zaragoza gestopt op een parkeerplaats om wat te eten. Prachtig weer, en wij aan een picknicktafel ons eerste eten neergezet. Niemand, helemaal niemand, noch op de parkeerplaats, noch op de autoweg! Een koude pizza gegeten met melk en wat fruit, en door naar Pamplona, San Sebastian en de Franse grens. Vlak voor de Franse grens nog even getankt en meteen het Franse formulier gepakt. Maar, het Franse formulier lag niet in het kastje en ik wist zeker dat ik dat daar bij Teruel in had gelegd. Na twintig minuten zoeken kwamen we tot de conclusie dat het formulier uit de auto moest zijn gewaaid. Paspoorten duidelijk zichtbaar in de hand en met een aangename snelheid op de douane afgereden. Op het ergste voorbereid en vreselijk benauwd. De Franse douane keek naar de nummerplaat en wuifde ons door. Wat een opluchting!

Nog steeds bij zonnig daglicht, Els weer normaal voorin naast mij en met grote snelheid naar Bordeaux; tien kilometer ten noorden van Bordeaux had ik het wel gehad. Op een grote parkeerplaats met wat vrachtwagens en een paar campers hebben we de auto neergezet, weer wat gegeten en in de bosjes geplast want



zelfs de toiletten waren dicht. Natuurlijk vond ik na opnieuw doorzoeken van het dashboardkastje het Franse formulier! Inmiddels was het donker, hadden we meer dan 1000 km gereden, en het werd kouder! Tandem geborsteld, maar verder niets gewassen dan onze handen en gezicht. Raampje ietsje open, deken over ons heen, kussens onder het hoofd en lekker even (zittend) slapen. Maar dat werd dus helemaal niets! Veel te geëmotioneerd en ook veel te ongewoon allemaal.

Ik had er al snel genoeg van. We konden niet slapen, ik had steenkoude voeten, een stijve rug, maar ik mocht van Els pas om 03.00 weer verder. Hartstikke donker, zonder wegverlichting en maar 1C, dus met een gang van 100 km/h rustig achter een vrachtwagen die de weg voor ons verlichtte over de A10 naar Parijs. Het was toch wel fijn dat het rond 06.00 weer licht begon te worden. Om 08.00 begon ik een beetje slaperig te worden, dus gestopt op een parkeerplaats bij Tours. Ontbeten en even een dutje. We waren allebei binnen een paar minuten in een diepe slaap tot 11.00 of zo.

Daarna verder om bij Orleans te besluiten langs Reims te gaan in plaats van door Parijs. Het was wel een kleine 100 km om, maar op meer dan 2000 km is dat niet zo veel en van enig ander verkeer was geen sprake. Bijna helemaal alleen op een Franse tolgeweg!!! We kennen die wegen goed dus we begonnen ons steeds beter te voelen, zeker met de wetenschap tegen de avond thuis te zijn. Bij Reims allerlei restjes opgegeten: tomaten, gekookte eieren, plakken ham, fruit, enz.

We hadden er niet meer aan gedacht, maar het gebeurde toch! Vanaf de grens bij Maastricht kwamen we meteen terecht in de robuustheid van het Nederlandse verkeer! Even aanpassen dus.

Om 19.00 waren we thuis. In ons huisje in Lunteren. Stijf en vies na ongeveer 2200 km in twee dagen en (een beetje) slapen in de auto. Een prestatie om trots op te zijn voor twee oudjes van 78 en 81 jaar. De kans dat we het weer zullen doen lijkt ons overigens behoorlijk klein. Een belevenis!

We zijn nog steeds ontzettend blij dat we het gedaan hebben. De maanden april en mei waren mooier dan ooit en we hadden eigenlijk geen hinder van de lichte lockdown in Nederland.

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
Medisch centrum Moraira	966 490 204
Nooddienst	112
Seprona	965 146 129

Benissa

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

Benitachell

Policia Local	608 962 567
Centro de Salud	965 739 075
Ayuntamiento	966 493 369
Proteccion Civil	112

ANWB Benidorm

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

Nederlandse ambassade in Madrid:

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

Consulaat van België:

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

OVERLIJDENSBERICHTEN

KERKDIENTEN

Benidorm

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

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

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

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. In maart en april is dat Henk Blankespoor uit Den Haag.

Aansluitend drinken we een kopje koffie. Wilt u meerijden of hebt u een routebeschrijving nodig? Bram Gerth (965795152) of Henk de Jong (965974303) helpen u op weg.

Website: www.kerkdenia.nl

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.

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.

Internationale Evangelische Gemeente in Calpe, elke zondag om 10.00 uur. Samenhang in het engels en spaans, dienst in het engels, live vertaling in Duits of spaans middels headsets. Avenida Diputación 38, Calpe (tegenover Renault garage)

PROFESIONEEL,
BETROUWBAAR,
ERVAREN.

UW NEDERLANDSTALIGE VASTGOED MAKELAAR VOOR
CALPE, BENISSA, MORAIRA EN OMGEVING

VERTROUW DE VERKOOP VAN UW HUIS TOE AAN ONS PROFESSIONEEL TEAM

VOLLEDIGE BEGELEIDING BIJ AANKOOP ZOWEL ALS BIJ VERKOOP...
VAN A TOT Z

Cristian Botella Perles

Jurgen de Kort



KANTOOR BENISSA
Avda. de la Marina 302
03720 Benissa (Alicante)

KANTOOR CALPE
Avda. del Port, n°1
03710 Calpe (Alicante)



 (+34) 649 85 15 25

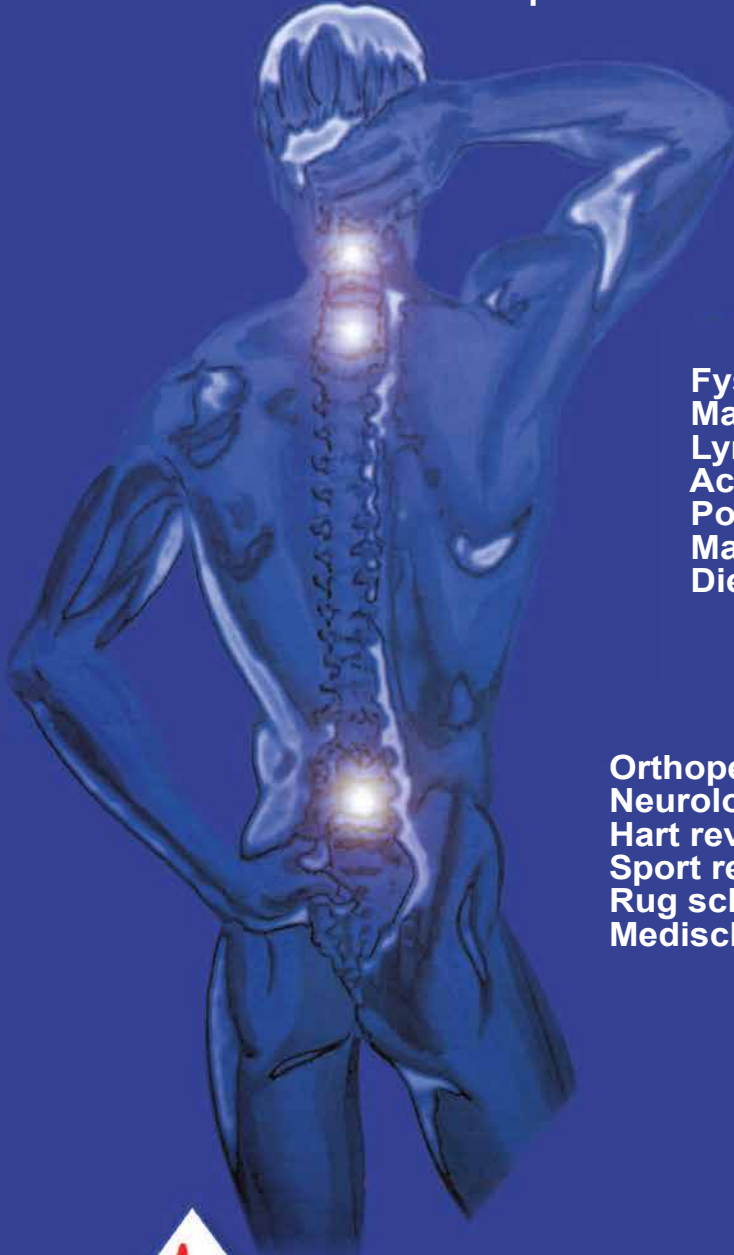
 (+34) 637 74 44 16

www.areacostablanca.nl
www.areacostablanca.be



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**

