



NIEUWSBRIEF

NVOC "De Lage Landen" Moraira



Een vreemd jaar, een vreemde kerst

2020 was een jaar om snel te vergeten. Het jaar heeft een hoop narigheid gebracht: ziekte, angst, tweestrijd en vooral onzekerheid.

Ook Kerst en oud&nieuw zullen dit jaar heel anders worden dan andere jaren. Geen grootschalige familiediners, geen volgepakte kroegen en geen vuurwerk. Menig huisdier zal opgelucht ademen.

Laten we hopen dat de wetenschap ervoor zorgt dat we deze vervelende tijden snel achter ons kunnen laten en dat 2021 weer als vanouds wordt: vol gezelligheid en geluk!

In dit nummer o.a.

Nieuwe boeken in de bieb

Woord van de voorzitter

Verslag wandeling Jalón

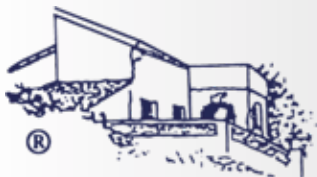
Verslag bergstappers

Podenco

En nog veel meer!



December 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.

NU TE HUUR in MORAIRA voor PERMANENTE BEWONING

Ref. A914: **APPARTEMENT**

van 102m² met 2 slaapkamers, 2 badkamers
en **2 terrassen**, in Edificio VISTALMAR.
Mooi uitzicht op stadspark, strand en zee.
Zelf te meubileren

€ 865.- per maand, inclusief servicekosten

Ref. A915: KNUS **PENTHOUSE**

van 70m² voor 1 of 2 personen met
1 ½ slaapkamer, 1 badkamer en-suite en
1 gastentoilet met douche, met **2 terrassen**
en een zonnige **SERRE**, samen 50m².
Basismeubilair aanwezig

€ 750.- per maand, inclusief servicekosten

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



Marieke den Dulk

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



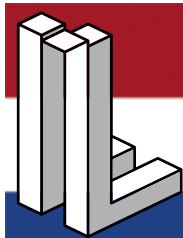
Tel.: **96 649 03 47**

Mobiel: **666 422 888**

Email: mail@marikedendulk.com

Cami de'l Andragó 1, local 1A

03724 MORAIRA



Nederlands-Vlaamse Ontspanningsclub

"De Lage Landen"

Nieuwsbrief December 2020

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 14 januari 2021

Kopij: Uiterste inleverdatum: woensdag 30 december 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

Bestuurssamenstelling per 12 november 2020	7
Commissies & contacten	9
Weekkalender	11
Van de penningmeester	11
Evenementenkalender - onder voorbehoud	13
Van de voorzitter	15
Nieuw in de bieb	19
Een penseelstreek	23
Medifit: Shockwave Therapie bij Hielspoor	27
Verslag Bergstappers 15 november 2020	29
Verslag stadswandeling Jalón 21 november 2020	31
Verslag Bergstappers Plus 22 november 2020	33
Nieuw in de bieb	37
Malle gevallen: Podenco	39
Belangrijke adressen en telefoonnummers	40
Overlijdensberichten	40
Kerkdiensten	40

SPECIALE LEDENKORTINGEN

Premium Plus

Pieter Verbeek

CBD Store Spain

Gratis Kir Royal bij een lunchmenu (pagina 10)

Korting voor NVOC leden (pagina 12)

10% korting voode NVOC leden (pagina 32)



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.

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

C/Falcia 2, local 1
Urb. La Guardia Park
buzon 602 BAIM
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 leden 10% 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 Kouilil	vankouilil@hotmail.com	626 926 890
Bridge:	Frans v.d. Steenoven	fransvandesteenoven@hotmail.com	620 363 580
ClubBand:	Theo Tappen	theotappen@hotmail.com	634 347 403
Evenementen:	Nicole Lesire	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.nicolesire@gmail.com	620 165 633
Golf:	Fred Klein	nvoc.golf@gmail.com	675 614 575
www.nvoc-golf.nl	Truus Koppelaar		+31 651 849 790
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 Kouilil	vankouilil@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.nicolesire@gmail.com	620 165 633
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-Bonnes	solveig.tjordis@gmail.com	645 372 505
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
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 uurs service

we leggen ook zwembadtegels onder water!

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

Maandag

Hele dag	Biljartclub
10:45 - 13:30	Zangkoor Alegría
14:30 - 17:00	ClubBand
18:45 - 19:00	Inschrijven bridge
19:00 - 22:30	Bridge drive

Dinsdag

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

Woensdag

Hele dag	Biljartclub
Vanaf ± 13:00	Golf

Donderdag

Hele dag	Biljartclub
10:00 - 13:00	Tekenen en schilderen
11:00 - 12:30	Jeu de boules (in het park van Moraira)
17:00 - 20:00	Clubmiddag
17:00 - 18:00	Geldzaken
17:00 - 18:30	Bibliotheek, uitleen en verkoop van boeken
	Fotokopiëren.

Vrijdag

Hele dag	Biljartclub
10:00 - 12:00	Tennisclub Solpark
10:30 - 13:00	Pilates
14:30 - 14:50	Inschrijven bridge
15:00 - 18:30	Bridge drive

Zaterdag

Vanaf ± 13:00	Golf
---------------	------

Maandelijks:

Bergstappers	eerste zaterdag
Bergstappers+	derde zondag
KKK	laatste zaterdag

Raadpleeg website, informatiebord en mededelingen voor exacte data

Op dit moment is de contributie voor 2021 verschuldigd.

Deze bedraagt € 85,- Euro per persoon/jaar.

Wij verzoeken u deze over te maken vóór 31 januari 2021 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. (<https://nvoc-delagelanden.com/ledenpagina/>)

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 2021 is ontvangen, wordt een verhoging toegepast van € 5,- in verband met extra werkzaamheden.

Arlette Mol



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**

NVOC "De Lage Landen" volgt de richtlijnen zoals die worden gesteld door de Spaanse regering.

Het lustrumfeest is uitgesteld naar 2021.

Onderstaande activiteiten zijn onder voorbehoud.

DECEMBER 2020

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.



ANNA
pilates • at home • javea

Ik ben Anna, een Belgische/Poolse gepassioneerde Classic Pilates instructrice en ik heet u welkom bij "Pilates at home". Klassieke Pilates oefeningen om jouw lichaam, ziel en geest te verbeteren in het comfort van jouw huis.

Deze privélessen kunnen door gelijk wie beoefend worden, onafgezien leeftijd, geslacht of lichamelijke conditie. Ik bereid mijn lessen op maat van mijn klanten en geniet samen met hun van fantastische resultaten.

Wil je eens proberen of meer informatie krijgen? Contacteer me op :



+32 475 90 40 48



javeapilates



javeapilates@gmail.com

Loops

by Cristina



PELUQUERÍA • HAIRDRESSING • KAPPERS

 682 689 698 • 865 71 58 60

Calle Móstoles 43 (Tabaira) Teulada - MORAIRA

Geachte leden van onze Nederlands Vlaamse Ontspannings club. Helaas maar waar heb ik de vice-voorzitter moeten vragen dit schrijven voor te lezen, daar ik fysiek momenteel niet in staat ben deze vergadering voor te zitten. Ik zit in een cyclus van drie maal een behandeling bij een oncoloog in Benidorm. Overigens: je kunt het beter niet hebben! Verder ben ik redelijk goed te pas en kan gewoon doen waar ik zin in heb, incl. het op de hoogte blijven van wat er op onze club passeert en wat bijspringen bij wat moet gebeuren.



Corona Tijd; Wij zitten als vereniging er net tussen in, wat allemaal net wel en net niet mogelijk is en dat schept nogal wat kleine en grotere problemen, maar weet dat al de bestuursleden, alsmede al die andere vrijwilligers er alles aan doen om het voor een ieder zo leuk en goed mogelijk te brengen en dat ontspanning op de eerste plaats komt voor onze leden. Ik wil graag nog eens extra benadrukken, dat die leden die terugkeren uit hun landen, zeker een week in quarantaine dienen te gaan alvorens zich weer te begeven onder de andere leden, dit voor een ieders gezondheid. Dat brengt mij op wat klachten die mij bereikt hebben, als dat we in de lockdown tijd, incl. de zomermaanden, erg weinig gedaan zouden hebben voor onze alleenstaande leden, maar mijn ervaring is dat veel leden wel degelijk contact gehad hebben met leden, hun burens en kennissen, maar zoals bekend was deze periode geen tijd van gezellig bij elkaar op bezoek gaan, anders was de club ook wel geopend geweest voor nog wat meer activiteiten.

Onze site en boekje; Ik wil dan ook nog graag mijn complimenten overbrengen aan die leden van het bestuur, de redactie etc. die zo goed als mogelijk in de lockdown tijd onze site verzorgd hebben, zodat al onze leden de laatste ontwikkelingen en nieuwtjes konden raadplegen. Geweldig dames en heren!

Werkzaamheden; Ik maak u ook graag nog even attent, mocht het nog niet zijn opgevallen, dat we een zeer intensieve verbouwing hebben gehad aan de voorheen genoemde "struikelbar" deze is door een paar handige leden zeer netjes en deskundig verbouwd. Te weten; Piet Beemsterboer, Rien van Koulik, Ewout van Leeuwen, Henk Moes en Robert en dat op alfabetische volgorde. Mede door Arlette, die het financiële plaatje beheerde, zijn wij binnen de geschatte kosten gebleven. U kunt zich misschien ook indenken wat een stof en vuilnis dat heeft opgeleverd door het gehele gebouw en wat mede door onze Marcela weer keurig in de schone staat is teruggebracht.

Graag wil ik u bij deze, voor deze leden en de niet met name genoemde medewerkers vragen om een bescheiden applausje. Ik wens u allemaal een goede en vruchtbare ontspanningstijd en uiteraard hoop ik er binnenkort echt weer helemaal bij te zijn in een gezonde en wederom fijne omgeving bij onze Nederlands-Vlaamse Ontspannings Club aan deze prachtige "Costa Blanca".

Robert Lem



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. Een goede, gebruiksvriendelijke website zorgt ervoor dat uw bezoekers nog eens terugkomen. En dit allemaal tegen lage kosten.



Marysan Design

+34 620 109 683

Avenida Santa Catalina 22
03725 Teulada (Alicante)

+34 96 574 1334
+31 85 785 8591

www.marysan.nl

info@marysan.com

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



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!



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

Coca-Cola

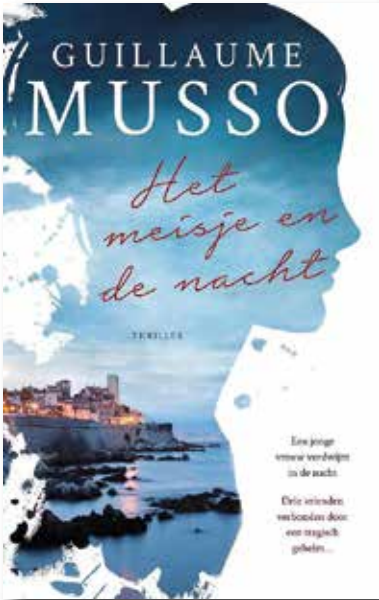
Distribuidor oficial



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

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

Guillaume Musso - Het meisje en de nacht



De Franse Riviera, winter 1992: In een ijskoude nacht, wanneer de campus van een elitaire kostschool geteisterd wordt door een sneeuwstorm, verdwijnen de negentienjarige modelleerling Vinca Rockwell en de filosofieleraar met wie zij een geheime relatie had. Voor Vinca is de liefde ‘alles of niets’. Niemand zou haar ooit nog terugzien.

De Franse Riviera, voorjaar 2017: De ooit onafscheidelijke Manon, Thomas en Maxime (Vinca's beste vrienden) hebben elkaar niet meer gesproken sinds hun afstuderen. Ze zien elkaar voor het eerst weer terug bij de reünie van hun school. Vijftwintig jaar geleden pleegden de drie onder vreselijke omstandigheden een moord, waarna ze het lichaam verborgen in de muur van hun gymzaal. Dezelfde muur die nu gesloopt gaat worden om plaats te maken voor een ultramodern gebouw.

Wat is er werkelijk gebeurd in die koude nacht, zo lang geleden?

Stephen King - Het instituut

Midden in de nacht, in een huis in een rustige straat in een buitenwijk van Minneapolis, worden de ouders van Luke Ellis stilletjes vermoord. Luke zelf wordt in een zwarte SUV geladen en weggereden. Luke wordt wakker in het Instituut, in een kamer die precies op zijn slaapkamer lijkt, alleen zonder raam.

Het personeel van deze sinistere faciliteit, dat onder leiding staat van de genadeloze mevrouw Sigsby, wil de bovennatuurlijke gaven van kinderen inzetten voor zijn eigen doeleinden. Hoe meer kinderen er naar Achterkant worden gestuurd, hoe wanhopiger Luke wordt om te ontkomen en hulp te zoeken. Maar er is nog nooit iemand uit het Instituut ontsnapt...

Stephen King (1947) heeft meer dan tweehonderd verhalen op zijn naam staan, waaronder ruim vijftig horror- en fantasyboeken. Alle titels werden wereldwijde bestsellers. In 2015 ontving King de prestigieuze National Medal of Arts (NEA) uit handen van president Barack Obama. Het is de hoogste onderscheiding die een kunstenaar kan krijgen voor zijn bijdrage aan de schone kunsten in de Verenigde Staten.





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



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



UNIVÉ

bewuz®



ZEKUR.nl

consumers C

Customer Feedback

DSW
zoeverzekernav Springer

5



100

Volmachten

ævitæ

Unpublished work

Audio Archive
ASL



connecting words

Audio: Audio



100

g.a.t.
de nederlandse
reisbureaus
(maatschappij)
voor alle
reisbureaus

PNOzorg



100

Ditzo

DE AMERSFOOTSE

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



www.clinicabenidorm.com

RESTAURANTE **Olivetree** MORAIRA

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, € 20,99

3 gangen, € 23,99



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 12:30 - 15:30
18:30 - 22:30

Hij is schitterend als een prachtige ster in een donkere nacht.
Hij is onberekenbaar, zaait dood en verderf volkomen onverwacht.

Hij is slim en sluw en weet zich nu nog veilig.
Hij is dus ondanks zijn pracht super schijnheilig.

In een oorlog kun je je verdedigen met elkaar,
helaas tegen deze vijand vergeet het maar.

Liefde kracht en gehoorzaamheid
zijn de enige medicijnen in deze strijd.

De Corona ster gaan we dus absoluut nooit schilderen hoe interessant hij er ook uitziet. We willen Corona volgend jaar uitsluitend als biermerk! Maar helaas zullen we met elkaar nog even moeten doorbijten tot de vaccinaties klaar zijn. Nee, 2020 werd een heel ander jaar dan we gedacht hadden toen we onze nieuwjaarswensen met een geheven glas cava uitspraken op 31 december 2019.

Toch zijn we hier aan de Costa nog geluksvogels. We kunnen wandelen, fietsen en genieten van het heerlijke buitenleven. We kunnen naar de terrassen en restaurants zonder angst voor besmetting.

Het schilderen op de club heeft ook geen enkele hindernis opgelopen, want aan de mondkapjes zijn we inmiddels zo gewend dat we ze soms zelfs vergeten af te doen tijdens het schilderen.

Een onderwerp hebben we nog altijd niet, want iedereen die hier gebleven is heeft gewoon behoefte aan eigen initiatief. De expositie deze maand heeft dan ook geen thema, maar vooral weer veel kleur en een grote variatie in onderwerpen.

Lieve clubgenoten met een warme en positieve penseelstreek wens ik dat 2021 een mooi, gezond en liefdevol jaar voor iedereen mag worden en dat we de feestdagen ondanks het feit dat we maar met weinig bij elkaar mogen zijn toch met de nodige blijheid en gezelligheid kunnen vieren, want... wij kunnen en mogen het nog altijd vieren, hetgeen voor veel mensen een heel ander verhaal is geworden.

Ietje



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

R E S T A U R A N T E

STEAK HOUSE



M O N T E V I D E O

LA MEJOR CARNE ARGENTINA A LA PIEDRA

HORARIO

**DE MARTES
A DOMINGO
18H A 24H**



Carretera Cumbre del Sol, 85
Poble Nou de Benitatxell (Alicante)



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



Since 1993



Playa del Portet
03724 Moraira
96.649.04.32
www.ledauphin.com



Avenida de la Paz
03724 Moraira
96.574.32.56
www.restaurantevespas.com

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

Aanbieding October & November
Pedicure & Manicure met gellak € 60 of normale lak € 50

PVC Clickvloeren &
Hogedruklaminaat

Woontrend Costa Blanca

Tel: 0034 634 34 04 38

info@woontrendcostablanca.eu
www.woontrendcostablanca.eu

Kom naar onze showroom om u al onze producten te bekijken,

of bel Bel Cees 0034 634340438 voor een afspraak.

Alle info op www.woontrendcostablanca.eu

Wist u dat bij Woontrend Costa Blanca...?

- De PVC click vloeren 100% waterproof zijn en probleemloos over bijna alle vloeren gelegd kunnen worden!
- Ze een antislip toplaag hebben.
- Al onze topproducten uit Holland en België geleverd worden, met 10 jaar tot levenslang garantie.
- Probleemloos over vloerverwarming of koeling gelegd worden.
- Wij dealer zijn van o.a. VivaFloors, BerryAlloc en Bodiax

PARADORES in Spanje

KASTELEN, KLOOSTERS, PALEIZEN OF MODERN

8 dgn vanaf € 395 p.p.

www.paradoresreizen.com



Parador Ronda

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



Wat is Hielspoor?

Hielspoor is een peesontsteking onder de voet. De pijn manifesteert zich onder de hak op het moment dat de voet wordt belast. Hielspoor wordt veroorzaakt door een brede pees die onder je voet doorloopt, helemaal vanaf het hielbot (Calcaneus) naar de voorvoet. Als deze peesplaat te veel wordt belast, zorgt dit voor constante spanning op de aanhechting aan de binnenkant van het hielbot. Precies op deze aanhechting kan verkalking ontstaan. Die verkalking kun je zien als een stukje uitstekend bot. Niet de kalkafzetting zelf, maar het weefsel eromheen kan ontstoken raken. Dáár komt de pijn vandaan.

Bij de eerste behandeling kan er een echografie worden gemaakt om te zien of er inderdaad sprake is van hielspoor en als dit zo is kan er vervolgens meteen begonnen worden met de shockwave therapie. Op een röntgenfoto is ook te zien of er verkalking onder de hiel zit, echter met een echografie kan er ook gezien worden hoe erg de peesontsteking is. De shockwave therapie en echografie wordt uitgevoerd door een gespecialiseerde fysiotherapeut.

Hoe werkt shockwave bij hielspoor?

Shockwave therapie wordt uitgevoerd met geluidsgolven met hoge energie en dit geeft mechanische impulsen die op de pijnbron worden gericht. Hier zorgt de straling voor vergruizing van de kalkafzetting (oorspronkelijk werd de techniek gebruikt

om nierstenen te vergruizen). De verkalking lost op en de doorbloeding verbetert. De verbeterde doorbloeding activeert de lichaamseigen genezingskracht, waardoor de pijnklachten van hielspoor verminderen.

Shockwave wordt ook wel E.S.W.T. genoemd (Extracorporeal ShockWave Therapie). Het begint de laatste jaren bij moderne fysiotherapeuten de standaardmethode te worden om hielspoor en fasciitis plantaris te behandelen, maar ook schouderklachten, achillespeesontstekingen en tennis-ellebogen worden er vaak mee behandeld met veel succes.

Shockwave therapie bij hielspoor neemt ongeveer 20 minuten per behandeling in beslag. Gemiddeld zijn er 6 behandelingen nodig.

Voor- en nadelen van shockwave

Het grootste voordeel is dat een hielspoor operatie op deze manier bijna altijd kan worden voorkomen. Een operatie brengt meer risico's met zich mee en shockwave kan zonder lokale verdoving worden uitgevoerd. Shockwave therapie is een succesvolle behandeling voor hardnekkige blessures waaronder hielspoor. De methode kent relatief weinig nadelige bijverschijnselen. Nadelen van de shockwave therapie behandeling zijn er nauwelijks. Tijdens de shockwave behandeling ondervind je wel een beetje pijn, na de behandeling trekt deze pijn al snel weg.

Voor een afspraak of meer informatie kunt u bellen naar Revalidatiecentrum Medifit op 96 649 54 48 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



HET TEAM VAN BINCKBANK SPANJE & PORTUGAL PART OF SAXO BANK WORDT

Hugo Broker powered by Saxo Bank

Al meer dan veertien jaar kunnen de Nederlandstalige beleggers van BinckBank in Spanje en Portugal rekenen op de expertise van Kaspar Huijsman en zijn team. Met ingang van 1 januari 2021 zal het kantoor in Marbella zelfstandig verder gaan als Hugo Broker powered by Saxo Bank.

Voor Kaspar Huijsman gaat een droom in vervulling. Hij was betrokken bij de oprichting van Alex en zag al vrij snel de unieke kansen van de Nederlandse markt in Spanje. In 2006 opende hij een kantoor in Marbella en breidde langzaam aan het territorium uit naar andere delen van Spanje en Portugal. Inmiddels is met het aanbod van Saxo Bank ook de internationale markt aangeboord en hebben duizenden Nederlanders, Belgen, Engelsen en anderstaligen de weg naar het kantoor in Marbella gevonden via de website www.binckbank.com. "Onze aanpak hier is uniek voor welk type bank dan ook. Ons team kent velen klanten persoonlijk, we organiseren vele lokale evenementen en komen ook persoonlijk bij onze klanten thuis. Deze aanpak blijven we voorzetten!"

Het team in Spanje bestaat behalve Kaspar uit marketingmanager Femke Eliza Utrecht, accountmanagers Martin Totté en Taco te Gussinklo. De klanten in Spanje die al een Saxo Bank rekening hebben via BinckBank Spanje zullen weinig merken van de gewijzigde bedrijfsstructuur, alleen de bedrijfsnaam verandert in Hugo Broker. De bestaande beleggersplatformen blijven gewoon beschikbaar en ook de dienstverlening voor de Saxo Bank rekeningen in Spanje en Portugal blijft op hetzelfde niveau.

De Nederlandstalige klanten met uitsluitend een Binck rekening en geen Saxo rekening kunnen vanaf 1 december aanstaande terecht bij Binck Nederland. Tenzij zij een Saxo Bank rekening openen via Hugo Broker (tot 1 januari 2021 gewoon nog www.binckbank.com).

Aan de website wordt volop gewerkt, www.hugobroker.com

Het telefoonnummer blijft hetzelfde + 34 952 924 011.



BINCK  **BANK**
PART OF SAXO BANK

Afgelopen zondag 15 november 2020 vond de bergstappers wandeling plaats. Voor mij was het de eerste keer dat ik meeliep, nadat Frank en ik een paar weken geleden nieuw lid zijn geworden.

Om mezelf even kort te introduceren: mijn naam is Janny van der Vleuten, nog in het werkzame leven, Productmanager bij Rabobank. Sinds Corona niet meer naar kantoor geweest. Dat maakt dat we nu regelmatig in ons Spaanse huis te vinden zijn. Want thuiswerken vanuit Beuningen of vanuit Moraira maakt geen verschil. Een van mijn hobbies is wandelen. Toen ik hoorde over de wandelmogelijkheden bij NVOC was ik meteen enthousiast.

Nadat we de vorige week de wandeling hadden moeten verzetten na flinke regenbuien ging het deze keer gelukkig wel door. Met zestien personen in totaal zijn we op pad gegaan. Vanwege Corona gingen we op pad in drie groepjes. De wandeling vertrok op een parkeerplaats op de Cumbre del Sol. Eerst via een schitterend pad naar het Granadella strand. Voor vele mensen een plek waar ze nog niet zo vaak geweest waren. Wij kenden het al van eerdere bezoeken en hebben er zelfs van de zomer gezwommen. Het is een schitterend maar klein strand. Er was zowaar nog een koffie tentje open en Frank regelde snel een cortado.

Vervolgens een flinke klim over een niet al te moeilijk pad. De vergezichten op de terrassen waren geweldig en er was alle ruimte met de lopers om kennis te maken en bij te praten.

Na een lunchstop was het niet meer al te ver naar de auto's. Een schitterende wandeling om op terug te kijken. Harm hartelijk dank weer voor het organiseren!

Janny van der Vleuten





COM CARE

Carrer les Capelletes 17 - Benitachell Ma.-Vr. 10-14u
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 opdraait.



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.

Activiteiten organiseren voor ons aller NVOC liggen een flinke slag moeilijker nu we al maanden geteisterd worden door het corona virus.

De rondwandelingen in omliggende plaatsen zijn een schot in de roos gebleken om de gevallen gaten op te vullen, chapeau voor de bedenkers. Heel mooi om een dag door te brengen met heel blije leden, recent in Calpe en daarna in Jalon. Het weer was schitterend, geen onbelangrijke factor bij dergelijk soort uitstapjes.

Gezien het flinke aantal aanmeldingen is er behoorlijk wat werk verzet door de organisatoren om alles in goede banen te leiden. Dat is ze goed gelukt en de dag liep dan ook als een geoliede machine (woorden van Jan Aerts). Terwijl de helft van het totale aantal deelnemers aan de koffie zat in de tuin bij Aleluya en zich daarna kon vermaken op de welbekende zaterdagmarkt en/of de bodega met een bezoek vereerde, ging de andere helft op pad. En wel met een ervaren gids die met veel passie vertelde over de historie van Jalon.

Uiteindelijk kwam de gehele groep weer bij elkaar om te gaan genieten van een tapaslunch bij restaurant Karmelet. Ook daar viel de goede organisatie weer op. We troffen enkele stijlvol gedekte tafels aan, uiteraard voor 6 personen per tafel. De welbekende gezellige discussies die we kennen uit ons clubhuis vonden nu buitenshuis plaats maar waren er niet minder levendig door aan tafel, mede door de prima wijn.

In de loop van de middag gingen wij allen weer huiswaarts na een mooi ingevulde en sfeervolle dag in deze paradijselijke omgeving en kon het nagenieten beginnen.

Linda Eigeman



CBD+ STORE

**Pijn, stress of slapeloze nachten?
CBD kan helpen!**



Beste en goedkoopste CBD olie van Europa. Alle producten worden geleverd met testcertificaten, 100% biologisch, 0% THC, geen pesticiden of chemicaliën. Koop nooit CBD olie zonder een testcertificaat erbij! Kom voor persoonlijk advies gerust eens bij ons langs!

Avenida d'Europa 135, **Alfaz del Pi**

Avenida de la Fontana 9A, **Javea**

Tel.: **+34 615 157 222**

Openingstijden: **10.00-15.00 ma-za**

Email: **info@cbdstorespain.es**

Web: **cbdstorespain.com**

10% korting voor leden van de NVOC
Gebruik bij online bestellen kortingscode: 3fp8gucu

Om half 10 vertrokken we met z'n elf en 4 auto's richting de Sierra de Bernia naar het dorpje Pinos. De Sierra de Bernia ligt in het binnenland tussen Calpe, Jalon en Altea. Ook dit keer mochten Fleur en Perro, de honden, mee. Een prachtige route naar Pinos! Daar wist Frans een heel smal weggetje, wat naar het beginpunt van de wandeling leidde. Zo'n weggetje weet alleen Frans te vinden!

Aan het begin van de wandeling moesten we eerst de kam over. Het viel niet mee om de juiste route te vinden, maar gelukkig hadden Frans en Coral deze wandeling eerder gedaan (Toen kwam Coral pas om half zeven thuis van de wandeling na vele omzwervingen). We liepen om een hele diepe kloof heen, die door steile wand beklimmers met touwen gebruikt wordt. Daarna over een heel moeilijk begaanbare lange helling met scherpe rotspunten naar beneden. Het was zoeken om de juiste route te vinden, maar af en toe stonden er steenmannetjes en rode strepen op de rotsen. Steenmannetjes zijn door mensen op elkaar gestapelde stenen, die aangeven dat je het juiste pad hebt. Ook wisten Fleur en Perro soms de beste route te vinden.

Ik was erg blij dat ik op deze helling zonder te vallen beneden ben gekomen! We hadden heerlijk zonnig weer. Het begin was fris in de schaduw (13 graden), maar eenmaal in de zon gingen de truien uit. We liepen onder andere over hele oude ezels paadjes, geflankeerd door bosjes rozemarijn, thijm, zee uien en wilde bloemen. Trapsgewijs zijn de stenen hier in het verleden neergelegd om de route voor zwaar beladen ezels begaanbaar te maken.

Na een paar keer pauzeren om wat te eten en te drinken kwamen we 6 hard blaffende, dreigende honden tegen. Frans koos eieren voor zijn geld en sloeg een pad in, zodat we die honden konden ontwijken. Maar dit bleek toch een pad te vroeg. We kwamen in de busch terecht. Met lastige begroeide hellingkjes met o.a. bramenstruiken moesten we naar beneden. Dit was niet helemaal de bedoeling. Frans en Coral wisten wel dat we deze richting ongeveer op moesten. Op een gegeven moment hadden ze het juiste pad weer gevonden. Na 4 uur en een kwartier en 5,4 kilometer met 350 hoogtemeters kwamen we moe en voldaan weer bij de auto's. Op deze hele wandeling zijn wij alleen 3 jagers en 2 andere wandelaars tegen gekomen.

Dit was een pittige wandeling en goede bergschoenen hadden we bij deze wandeling hard nodig! Vandaag vonden we ook weer een schoenzool. Bij oude bergschoenen wil de lijm nog wel eens loslaten en kan je je schoenzool verliezen. Heel vervelend als je dit treft op zo'n wandeling! Je wil niet weten wat Frans allemaal loopt te sjouwen voor het geval dat!! Vuurpijlen maar ook tie-wraps om een bergschoen provisorisch te repareren. Dank je wel Frans en Coral! Het was een wandeling om nooit te vergeten! Ik denk wel dat ik morgen spierpijn heb!

Ria Koolen



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

Bajul



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

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



- Nieuwe Engelse eigenaar. Wij hebben een hooggekwatificeerde en ervaren Nederlandse tandarts en een team van vrouwelijke en mannelijke tandartsen. (Nederlandse, Duitse en Britse kwalificaties).
- We hebben de uitgebreide expertise die nodig is om een patiëntgerichte, veilige en succesvolle tandheelkundige kliniek te runnen.
- Nederlands, Engels, Duits en Spaans sprekend personeel.
- Openingstijden die bij onze patiënten passen. alle dagen en tijden beschikbaar.
(Vanwege Covid 19 kunt u bellen om een afspraak te maken, veiligheid is onze prioriteit en alle COVID-voorzorgsmaatregelen zijn aanwezig).

INTRODUCTIEAANBIEDING – voor nieuwe en bestaande patiënten

Controle, gebitsreiniging en 2 Bitewing röntgenfoto's € 175

(inclusief volledig consult & behandelplan)

Controle en tanden bleken

(inclusief volledig consult, behandelplan, materialen en laboratoriumkosten)

Wij bevinden ons DIRECT tegenover de grote Pepe Le Sal in de hoger gelegen rij winkels, op de kustweg van Moraira naar Calpe. (Parkeerplaats en bushalte vlakbij).

AVENIDA DE LA MARINA 5, 03720, Benissa

Tel. 965 748 576

Email: morairadental@gmail.com



Maxim

Restaurante

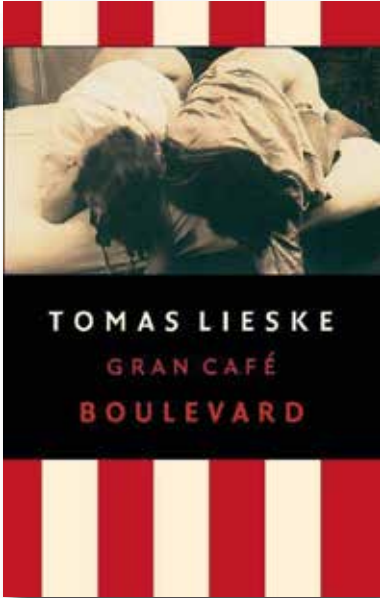


**Open van dinsdag tot zaterdag van 18.30 tot 21.30. Zondag van 13.00 tot 15.00.
Vanaf 1 juni ook open op maandag van 18.30 tot 21.30.**

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

U kunt nu ook voor de lunch reserveren!

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

Tomas Lieske Gran Cafe Boulevard

In de sneltrein naar de metaalstad Bilbao ziet Alexander Rothweill op 25 juni 1944 hoe zijn coupégenote, de achttienjarige Pili Eguren, van al haar geld wordt beroofd. Op vreemde wijze brengt juist deze beroving Pili en Alexander bij elkaar. De gentleman Rothweill heeft een vermogen verdiend met het vervalsen van paspoorten, eerst voor geallieerde piloten en later voor de beter betalende nazi's. Hij en de eigenzinnige Pili, wier ouders vermoord zijn door Franco toen zij twaalf was, worden geliefden. Elk houdt het verleden voor de ander verborgen terwijl ze samen drinken en eten in het Gran Café Boulevard. Alexander vertelt niets over zijn werk, Pili vertelt niets over de tijd dat zij zich in leven hield tussen de varkens aan de oever van de Ebro en over haar verblijf in het verstikkende internaat bij de nonnen.

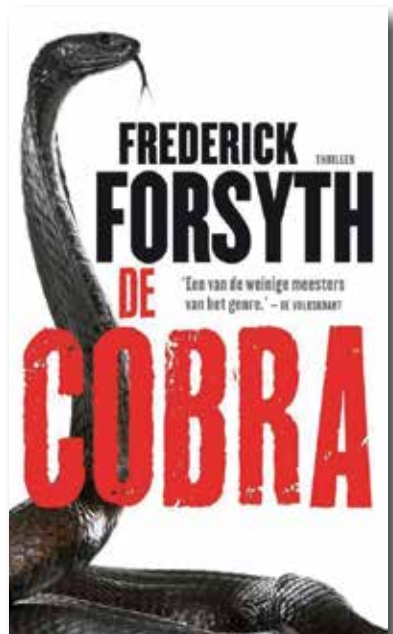
In 1951 moeten zij Spanje ontvluchten en in het drassige grasland rond de Braassem komen zij terecht bij Fredde Albronda, die vanaf zijn achttiende eenzaam in een boerderij heeft gewoond met slechts één levenstaak: het kweken van vleermuizen.

Frederick Forsyth - De Cobra

De godfather van de Amerikaanse spionagethriller is terug!

Wanneer de president van de VS geconfronteerd wordt met de dood van de kleinzoon van een van zijn personeelsleden ten gevolge van drugsgebruik, is voor hem de maat vol: hij besluit de handel in cocaïne helemaal uit te roeien. Paul Devereaux, oud-hoofd van de afdeling contra-spionage van de CIA zal de opdracht uitvoeren. Met een budget van twee miljard dollar en de beschikking over het complete Amerikaanse militaire arsenaal wordt hij de op één na machtigste man ter wereld. Zijn codenaam: de Cobra.

Samen met zijn vroegere tegenstander Cal Dexter neemt Devereaux het op tegen de Colombiaanse drugskartels, die worden aangestuurd door Don Diego Esteban. Het plan van de Cobra is even simpel als gevaarlijk: alle cocaïne die Columbia verlaat, moet vernietigd worden zonder dat de Don het merkt. Als het lukt, zou dat het grootste wapenfeit uit de Amerikaanse geschiedenis zijn. Als hij echter faalt, zal er een drugsoorlog ontstaan die Amerika compleet kan verwoesten...



Uw bed is opgemaakt.

Lakens · Bijpassende kussenlopens · Kleurrijke dekens
Matrasbeschermers · Gordijnen met vermaak service beschikbaar
Alles om uw huis aan te kleden, alles onder één dak.



Centro Com. Montgó
Avda del Pla 68, **JÁVEA**

T 966 462 275

Ma. t/m Vri. 10.00 – 19.00
Zaterdag 10.00 – 18.00

Partida Planet 177
ALTEA

T 965 841 399

Ma. t/m Vri. 10.00 – 19.00
Zaterdag 10.00 – 14.00

yorkshirelinencostablanca.com

Een podenco is een vriendelijke hond. Toen we hier nog niet zolang woonden zwierf er in de buurt een die ook bij ons regelmatig langs kwam. Hij heeft net als een ridgeback op zijn rug een streep waar de haren tegen de keer in lopen, met de vleug dus naar voren terwijl de rest van de haren de vleug naar achteren heeft. Hij zag er wat onderkomen uit dus kregen we sterk de indruk dat het een zwerfhond was. Waar hij de rest van de tijd verbleef wisten we niet, als we hem zagen was hij meestal ook snel weer verdwenen.

Een stukje achter het lage muurtje langs onze oprit kwam de bos bramen van de buurman nogal opdringerig onze kant op gegroeid. Aanvankelijk dachten we: lekker bramen en dat was ook zo. In de zomer een heerlijke combi met ijs. Maar de bos werd wel erg groot en verder heel lelijk. Oprollen van die veel te lange slierten is niet moeilijk op voorwaarde dat je stevige, dikke werkhandschoenen draagt. Op een bepaald moment kreeg ik de geest en ging enthousiast te werk. Wel had ik een iets te mooi truitje aan, mohair met mooie applicaties. Uit dat ding en op het muurtje gelegd en door met het opwissen van al die stekelranken. De podenco kwam toevallig even langs gelopen en later Nico die een beker koffie bracht.

Toen de struik weer tot een zeer handzame omvang was gereduceerd wilde ik mijn truitje weer aandoen maar dat was weg. Heeft Nico zeker mee naar binnen genomen. Bleek niet het geval. Weggewaaid? Het waaide nauwelijks. Dus begin je aan jezelf te twijfelen: heb ik het dan toch zelf weggebracht? Kon me dat niet herinneren. De achteloos passerende podenco ?? Maar dat geloofden we echt geen van beiden. Het ding bleef kwijt.

Een half jaar later, in het voorjaar bij het schonen van onze asequía, de afwateringssloot die helpt het regenwater dat via de oprit naar beneden stroomt via, via af te voeren naar de Río Gorgos, ontdek ik achter de struiken een soort nest, ruim, rond en met een verrassende bekleding: mijn verdwenen truitje, helaas intussen half vergaan. Dus toch... en zo dichtbij al die tijd! Die hond trouwens niet vaak meer gezien daarna.

Coral



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

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.

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

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)

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. 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

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. Samenzang 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

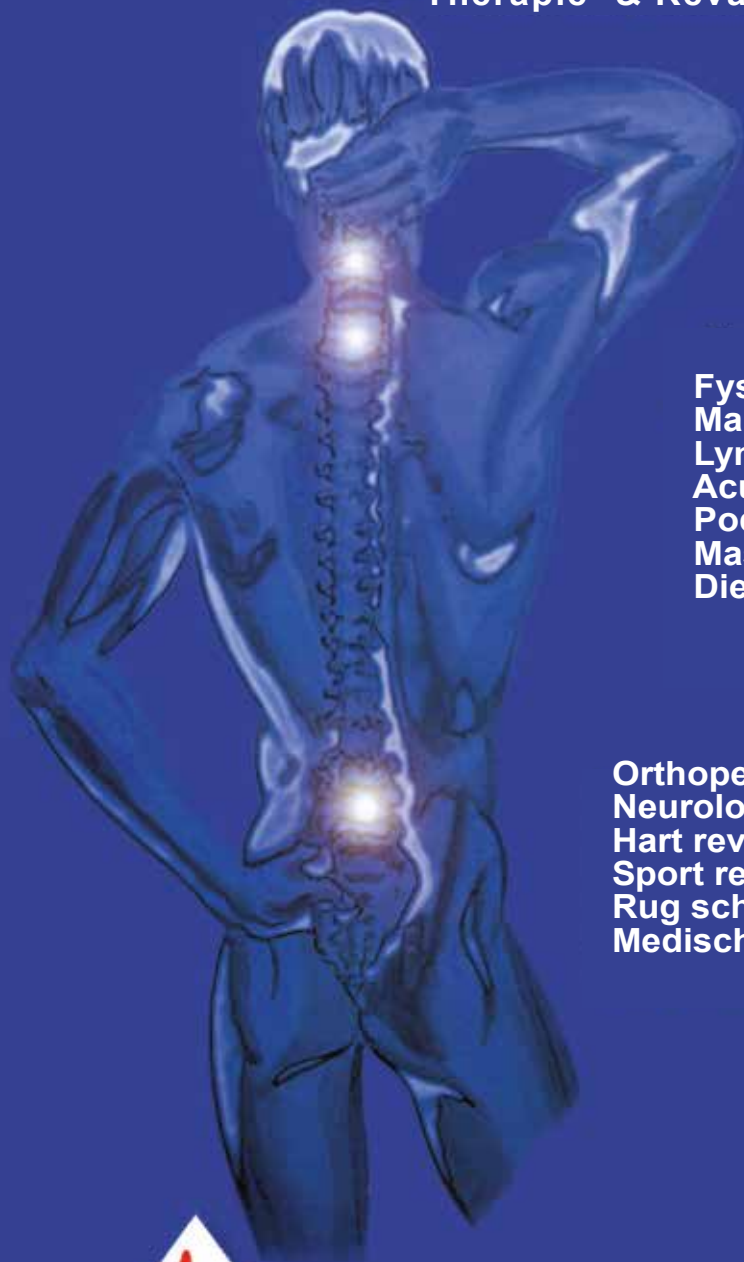
 (+34) 637 74 44 16

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

