



E-mail: redactie@nvcb.net
Website: www.nvcb.net
Email: info@nvcb.net

In dit nummer: o.a.

- 27 nov Winterfair
- NVCB zangkoor opgericht
- 16 nov. Bingo!



November 2013

Nederlandse Vereniging Costa Blanca



DIRK SMIT



Sinds 1983

Hét adres voor kachels en haarden



- Dealer van Topmerken
- Groot assortiment in hout, gas, elektrisch, pellet en biologische ethanol haarden
- Vakkundig advies
- Showroom 150 m²
- Eigen installatie en service-dienst

Openingstijden:

Maandag - Vrijdag
9.30 - 13.30 en 16.30 - 19.30
Zaterdag
10.00 - 13.30

Altea, Ctra. N332 Km 155.1 Pda. El Planet 169
(naast Don Bricolage, 60m)

Tel./Fax. 965 843 009

www.dirksmit.com

[email: info@dirksmit.com](mailto:info@dirksmit.com)

NVCB-Verenigingsgebouw:
Avda de Europa 181 (N 332)

Postadres:
Apartado Correos 83
03581 Albir
tel.nr.: 693007952



E-mail: info@nvcb.net

Bankrelatie:

Banco Popular Español

Rekeningnr: 060/00109-84

Inhoudsopgave	Pagina
Overzicht vaste activiteiten	4
Functies en taakverdelingen binnen de vereniging	5
Van de Voorzitter	6
Bestuursmededelingen	7
Evenementenkalender	8
Mededelingen	9
Terugblik Hollandse dag NVCB	12
Kwoonderbij	13
Weet wat je eet!	14/15
Het gesprek	17/19
Allerlei	23
Verslag jaarvergadering Jou de Boule	
Biljarten	25
Van het Consulaat	29 en 39
Amerikaanse avond	35
Ik las in El PAÍS	37
Bridge	39
Verslag jaarvergadering biljart	41
Agenda Bloeddrukmeten Imed	42
Adverteerders	43

Op de voorkant: schilderstuk geschilderd door Marika Bak

OVERZICHT VASTE ACTIVITEITEN
Alleen toegankelijk voor leden !!!!!

Dag	Aanvang	Einde	Activiteit
Maandag	10.00	13.00	Koffieochtend/Jeu de Boules/Computer/Biljart
	10.00	12.30	Bibliotheek
De Windows computerlessen Zijn weer gestart! voorlopig alleen Windows 7 en MS Word voor beginners.	11.00	13.00	Windows 7 en Word, computerles beginners.
	13.00	16.00	Entertainment
	13.30	16.00	Hobbyclub
	20.00	24.00	Klaverjassen
Dinsdag	10.00	12.30	Tekenen / Schilderen
	14.00	19.00	Bridge
Woensdag	10.00	13.00	Tekenen / Schilderen
	19.00	24.00	Biljarten / internet
Donderdag	15.30	17.00	Zangkoor
	10.00	12.00	Spelen met Taal, schrijven van verhalen en gedichten
Spaanse les conversatie alleen bij voldoende deelname!	10.00	11.00	Spaanse les, beginners
	11.00	12.00	Spaanse les, gevorderden
	12.00	13.00	Spaanse les, conversatie
	14.30	16.00	Bridgeles
	20.00	24.00	Instuif soos / internet
Vrijdag	10.00	13.00	Forum computers, Biljarten
	10.30	13.00	Jeu de boules
	10.00	11.00	iPad apps workshops
	11.00	12.00	iPad beginners
	14.00	19.00	Bridge
	19.30	23.00	Biljarten
Zaterdag	09.30	14.00	Wandelen
Zaterdag	09.30	13.00	Driebanden (biljarten)
Zondag			Incidentele festiviteiten

FUNCTIES / TAAKVERDELING**SEIZOEN 2011-2013**

Bibliotheek:	Margje v/d Linden	966 880 409
Biljarten:	Gerrit Kruse	965 866 128
Bridge:	Jose Smit	965 882 173
Bowlen	Frank van der Swaluw	965 894 864
Bridgeles	Ans Bijsterveld	620 784 163
Computers:	Ad Wolfs	696 763 587
Evenementen:	Anne-Marie Doesburg Lanooy	965 847 585
Entertainment	Frank van der Swaluw	662 615 194
Gastvrouwen:	Corrie v.d.Vlies, Thea Rutgers, Carla Kruse Mary Robbe, (reserve)	672 556 782 657 301 136 965 866 128 965 846 674
Hobby:	Marianne Heinsius	966 875 762
Instuifsoos:	Carla Kruse	965 866 128
Jeu de Boules:	Ellie Schenk	966 866 608
Klaverjassen:	Els Reniers	965 844 067
Zangkoor	Janny van Dongen	966 864 632
Ledenadministratie:	Nel Arends	966 881 630
Spaanse les:	contactpersoon Nel Arends Docent: Hedwig de Jong	966 881 630
Tekenen/Schilderen wo:	Els Reniers	965 844 067
Tekenen/Schilderen di:	Margaret de Vree	966 867 333
Kuieren:	Vacant	
Technische dienst:	Vacant	
Voorzitter A.v.A.:	Jose Smit	965 882 173
Team Redactie	Joop Robbe, John de Kievith	
Nieuwsbrief Email	redactie@nvcb.net	
Advertenties	Joop Robbe jooprobbe@gmail.com	965 846 674
Ziekenboek	Carla Kruse	965 866 128

**HOOFDBESTUUR**

Voorzitter a.i.	Corrie van der Vlies	Tel: 655 785 335	corryvandervlies@gmail.com
Vice voorzitter a.i.	Anne-Marie Doesburg Lanooy	Tel: 965 847 585	amdoesburglanooy@hotmail.com
Secretaris a.i.	Sjef Hamelsveld	Tel: 680 827 342	marthasjef@gmail.com
Penningmeester	Gijs Dorrenboom	Tel: 966 873 613	penningmeesternvcb@gmail.com
Plv. penningmeester	Fred Beermann	Tel: 647 191 789	fredbeermann@telefonica.net
Lid	2 Vacatures		

Van de Voorzitter



Ik denk wel eens, staan de mensen er wel eens bij stil wat voor werk er allemaal verzet moet worden om een club draaiende te houden? Ik denk het niet, het is zo gewoon, alle activiteiten lopen zoals het moet.

Er zijn gezellige en goed verzorgde avondjes zoals bv het klaverjassen, de donderdagavond waar ook het line dansen nog is bijgekomen, en wat denk je van de entertainmentavonden?

Willen we lessen volgen voor op de computer, iPad of Spaanse les, het kan allemaal en bij de bar kunnen we ons natje en droogje halen.

Denk nu niet dat het werk voor de mensen achter de bar of in de keuken er op zit want alles moet ook nog schoon en opgeruimd achtergelaten worden. Het kan allemaal dank zij al onze vrijwilligers! Kortom onze club loopt als een trein!

In november gaat Anne Marie hoogstwaarschijnlijk het stokje van mij overnemen.

Ik denk dat we een HELE GOEIE aan haar hebben!
Ik heb het volste vertrouwen in haar maar ook in het nieuwe bestuur!

En, ik heb ook zo het idee dat er weer een frisse wind in onze club gaat waaien.

Corrie van der Vlies.

Bestuursmededelingen

Beste vrienden van onze vereniging,

Wanneer u deze nieuwsbrief leest, hebben we de Bijz. Alg. Ledenvergadering net achter de rug, en naar ik hoop weer een compleet bestuur.

Het is altijd weer fijn als er leden zijn die zoveel hart voor onze vereniging hebben dat ze een vaak niet geringe bijdrage leveren zodat alles loopt zoals het wenselijk is.

Iedere vereniging kan alleen soepel draaien als mensen zich vrijwillig voor hun clubje in willen zetten. Zo gaat dat ook bij ons.

We zijn daarom op zoek naar mensen die aan de bar willen werken, gastvrouwen, iemand bij de bibliotheek, en een aantal mensen voor ons evenementen team!

Dat houdt niet op bij deze afdelingen, want ook mensen die onderhoud aan het gebouw kunnen doen kunnen we goed gebruiken.

Er is altijd veel nodig, om voor iedereen een aangenaam verenigings leven te creëren .

Op het publicatiebord in de grote zaal heeft onze secretaris reeds dezelfde vraag gesteld, ik vraag u nu via dit medium, daar nog eens extra aandacht voor. Hebt u interesse meldt u dan aan.

Anne Marie Doesburg Lanooy.

Start Entertainment

Op 21 oktober is de Entertainment weer bij elkaar gekomen om het nieuwe programma voor 2013-2014 vorm te geven.

De uitvoeringen zullen plaats vinden op 28 februari, 1 maart en 2 maart.

Noteer deze data alvast in uw agenda!

Frank

Inschrijven Bowlen

Op het publicatiebord zult u ongetwijfeld gelezen hebben wanneer we weer voor het eerst gaan Bowlen.

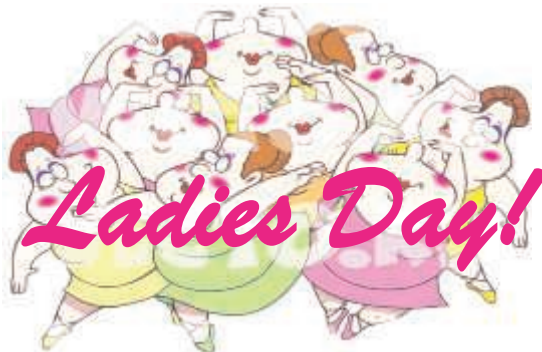
Voor alle duidelijkheid, dit evenement wordt gehouden in het winkelcentrum "La Marina" in Cala de Finestrat, op de tweede etage.

Per game kost het € 2,60 en over drie games wordt dat € 7,60 (in de Nieuwsbrief van oktober staat dat verkeerd vermeld)

Ik zal u ook in de toekomst via deze nieuwsbrief op de hoogte houden van de lopende evenementen.

Frank vd Swaluw

Zet alvast in uw agenda: 21 januari:



Evenementen Kalender 2013

Evenementen Kalender Seizoen 2013 - 2014

- 6 Oktober : Open Dag
- 17 Oktober : Amerikaanse feestavond. (instuif)
- 22 Oktober : Een ochtend, m.o. Op uw gezondheid,.
(zie aankondiging)
- 27 Oktober : Maaltijd (tot 50 pers.)
- 4 November : Buitengewone Algemene
Ledenvergadering
- 16 November : Bingo !
- 23 November : Winter Fair
- 5 December : St. Nicolaasfeest
- 21 December : High Tea: tevens uitslag Kerstloterij
- 25 December : Kerstinloop
- 31 December : Oudejaarsbal
- 18 Januari : Bingo !
- 21 Januari : Ladies Day!
- 26 Januari. : Italiaanse Maaltijd
- 10 Februari : Theo Muilenboom toernooi
- 23 Februari. : Maaltijd (50 pers.)
- 28 Februari : Uitvoering Entertainment
- 1 Maart : Uitvoering Entertainment
- 2 Maart : Uitvoering Entertainment
- 15 Maart : Expositie Schilderen
- 16 Maart : Expositie Schilderen
- 23 Maart. : Thema Maaltijd
- 20 April : Paasbrunch
- 26 April. : Koningsdag - BBQ

Zoals u wellicht weet zijn deze evenementen altijd een voorlopige planning.
Maar wel zo zeker dat u ze alvast in uw agenda kunt zetten!

Deze lijst zal zeker nog worden uitgebreid met evenementen waarvan de datum nog niet zeker is.

Mededelingen

Zondag 24 November houden we weer een

Winter Fair.

Net als vorig jaar kunnen onze leden eerst reserveren voor een kraam-tafel. Ook kunt u aangeven waar uw voorkeur naar uit gaat, binnen of buiten staan.

We hebben weer live muziek, ook gaat de Kerstloterij op die dag van start. Ook is er weer volop te eten en te drinken, vorig jaar hadden we meer dan 600 entree bewijzen, die voor de voedselbank gekocht worden.

Daarom roepen we ook nu onze clubgenoten op vooral te komen!

Let u vooral op de aankondigingen op ons publicatie bord en ook in de kranten, daar krijgt u veel meer informatie

Tot ziens op 24 november!

De woensdag schildersgroep

De woensdag ochtend is mijn favoriet van de week. Want dan is het schilderen op de club, een heel gezellige ochtend. Wij beginnen met een bakkie koffie, en natuurlijk lekker bijpraten over de onderwerpen van de afgelopen week. Er worden prachtige schilderijen en tekeningen gemaakt, veelal op de club geleerd. Als U ook en keer wilt langs komen bent U van harte welkom, ook als U niet kunt schilderen. Er zijn altijd leden van de groep die U willen en zullen helpen. Kom gerust eens langs, elke woensdag vanaf 10.00 uur zijn wij aanwezig.

Hopelijk tot ziens *Marika*

Koortje

Ja, dan komt er opeens een verzoek van het bestuur om een koor(tje) op te richten. Maar hoe doe je dat? Ja, een beetje zingen kan ik wel, maar de rest? Geen idee!

Toch ga ik het proberen..Je zoekt wat mooie muziek uit. Je print de teksten uit. Je Vraagt hulp (en die krijg je direct bij onze club) voor bladmuziek en c.d. 's en dan ga je aan de slag.

Maar eerst iemand voor de muzikale begeleiding!

Die zoeken we nog, Dus hierbij ook een oproep voor een pianis(te)!

Op de open dag direct al drie enthousiaste dames en één heer en dan nog 8 aanmeldingen. Ik ben helemaal in m'n knollentuin! Ik vind het nog wel eng, word, snachts wakker en wat droom ik? "Het helé clubhuis tot aan de nok gevuld met heren in drie-delig grijs met stropdas en aktetas, die weleens wilden weten wat er gaande was. Er was geen microfoon, dus ging ik op een tafel staan en riep: "zoveel velletjes tekst heb ik niet bij me!!"

Gelukkig.....een droom!

Ik realiseerde mij toen wel, dat het me toch aardig bezighield, maar Transavia heeft een slogan, die luidt: "Daar word je vrolijk van!" En dat is nu precies wat zingen met je doet!

Dus.....kom erbij, van zingen word je blij!!!

Donderdagmiddags van

15.30 - 17.00 uur

In vrijetijdskleding hoor en... is er nog een dirigent(e) voorradig?

Janny van Dongen



Thuiszorg op elk niveau bij U aan huis, hotel, camping en appartement. Geen lidmaatschap vereist.

De thuiszorg wordt geleverd door gediplomeerd personeel:

- **Wondverzorging**
- **Hulp bij douchen en aankleden**
- **Huishoudelijke verzorging**
- **Diabeteszorg**
- **Injecties**
- **Psychische zorg**
- **Stomazorg**

Verpleeghuisopname en of dagbehandeling:

Als Thuiszorg permanent of tijdelijk niet meer mogelijk is, kunnen wij u begeleiden bij een verpleeghuisopname of dagbehandeling. Met uw volledige inspraak en wensen zoeken wij samen met u een goed verpleeghuis.

Alle administratieve taken worden door ons verzorgd, zo dat op een prettige manier, met een van onze verzorgende eens naar buiten kan voor een wandeling, kappersbezoek, bank of kerkbezoek, etc.

Geen extra kosten achteraf door deze persoonlijke activiteiten.

Afgezien van de eigen bijdrage dus geen extra kosten.

- * Samenwerking met de ANWB, maar ook met Huisartsen, Specialisten, en Ziekenhuizen in de regio.
- * AWBZ van toepassing.
- * Gratis info en advies op elk gebied, b.v. maaltijdservice aan huis, satelliet problemen, rolstoeltaxi. pedicure, vertalingen enz.
- * Ook voor rolstoelen, rollators, toiletverhogingen enz. staan wij voor u klaar.

Bel Flor 96 680 5714 24 uur bereikbaar.

Kantoor open van 09.30 tot 14.00 uur.

Avda, Juan Fuster Zaragoza 6

Edif. Marical III —Local 2-3

03503 Benidorm - Alicante - Espana.

Fax 0034 966805702

Email dethuiszorg@ctv.es

Internet www.dethuiszorgsl.com

**Advieskantoor voor:
Spaanse belastingen,
erfeniszaken, verzekeringen &
Makelaardij**

Tel./Fax: (0034) 96 688 11 76

Openingstijden ma t/m vr van 09:30 - 13.30 uur
C/. La LLum, nummer 1, local 10 (t.o. de haven
van Altea) 03590 ALTEA



Drs. Bedrijfseconomie
Beëdigd makelaar

Wij verzorgen:

- de belastingaangifte voor residenten (tussen 1 mei en 30 juni ieder jaar),
- de belastingaangifte voor huisbezitters die niet fiscaal resident zijn,
- opstellen van spaans testament en volledige afwikkeling van erfenissen,
- begeleiding bij het aanvragen van een NIE nummer en de inschrijving in het residenten register,
- overschrijving van uw auto op spaans kenteken (als resident of niet-resident),
- Verzekeringen: ziektekosten, huis opstal en inboedel, auto, leven, lijfrente en begravenis,
- Volledige begeleiding bij de aan- en verkoop van onroerend goed en de financiering hiervan.



Viajes
FRESNO
TRAVEL AGENCY
CV-m 277-A

VLIEGREIZEN

BUSREIZEN

EXCURSIES

RENT - A - CAR

HOTELRESERVERINGEN

VERHUUR VAN APPARTEMENTEN

AUTOVERZEKERINGEN

REISVERZEKERINGEN

OPSTAL- EN INBOEDELVERZEKERINGEN

ZIEKTEKOSTEN VERZEKERINGEN

*. **ZONDER LEEFTIJDSLIMIET**

*. **WERELDDEKKING**

**Avda. Del Albir 80 - Edif. Albir Plaza
03581 ALBIR - Alfaz del Pi
Tel.: 96 686 68 76 - Fax : 96 686 68 27**

E - mail: fresno@viajesfresno.com

Internet: www.viajesfresno.com

Hollandse dag Business Club

Op zaterdag 19 October was er een hollandshe dag van de nederlandse business club costa blanca.

Ook de n.v.c.b.had daar een stand, die op een geweldige wijze werd "bemand" door Annemarie en Margje, geassisteerd door Gerrit en Geert, bijgestaan door Wlillem Ruijs en John de Kievith.

Zoals ik het zag, was er een geweldige belangstelling onder de aanwezigen voor onze NVCB-stand en zal de club, hoe dan ook ten goede komen.

Frank



Adiós con Amor

Uw nederlandse uitvaartbegeleidster voor de verzorging van een afscheid en uitvaartceremonie naar uw wens, met respect en betrokkenheid. In een vrijblijvend gesprek wil ik u graag over de mogelijkheden informeren.

Jet van der Heijden tel: 661100390

www.adiosconamor.com.

info@adiosconamor.com

Kwoonderbij (nu effe niet)

BIJZONDER

Vandaag, 4 november van dit jaar. Om 10.00 uur op de begane grond, bijzondere algemene ledenvergadering. En tevens eerste maandag van de maand, dus weekbrief opgehaald. Moet wel, anders zou u dit niet lezen. Hier in Nederland

gaat zo dadelijk om 12.00 uur precies de sirene. Doet ie al jaren, gelijk met de nieuwsbrief. En hier is het pas de 16^e van de vorige maand. Heb nog 4 dagen. Dan moet dit stukje naar Spanje, en duurt het nog 14 dagen eer u dit leest. En dit alles om aan te geven dat ik bij voortduring bezig ben met Spanje en de NVCB, ook al woon ik er ff niet bij. Vijf jaar lang maakte ik hier alle kuilen en bulten mee. Soms gevallen en af en toe bijna. Veel gelachen en af en toe verdrietig. En dan is er – bij mijn weten – een eerste bijzondere ALV, en zit ik thuis te koekeloeren. Of te koekenbakken zo u wilt. Het bijzondere van een bijzondere ledenvergadering is, dat zij normaal gesproken ongewenst is. Dat niemand daar in feite op zit te wachten. Een normale ALV is al geen pretje, laat staan als ze bijzonder is. Maar toch is deze dag, deze vergadering, er één waar men allemaal dankbaar gebruik van zou behoren te maken. Als het goed is, is/was dit een vergadering die gericht is op een betere, mooiere toekomst. Oké, er zit een stukje verplicht verleden bij in de vorm van notulen, waarvan ik hoop die slechts ‘taalkundig’ zijn behandeld want op inhoudelijke sneeuw van gisteren zat niemand te wachten.

Wist u dat de wijze en leerzame inzichten van Aart Krijgsman ook op het internet te vinden zijn?

Kijk eens op: www.zestigplus.nl

GOED GEREGELD

Een convocatie betekent een ‘bijeenoeping’. Omdat zulks net iets anders is dan een uitnodiging neem ik aan. En verder is er sprake van artikelen van statuten, huishoudelijk reglement en ook van een quorum. En daar vlakbij in het woordenboek lees ik ‘querulant’. Komt ook regelmatig voor op vergaderingen, maar vandaag natuurlijk niet. En dan bestaat ook nog het woord scrotum, maar dat ken ik alleen als woord, niet als betekenis. Oei, als dat maar geen vrienden kost. Als ik vorige maand op deze plek een ieder veel vriendschap toewenste, is het vandaag duidelijk geworden ‘met wie’. Alhoewel niet iedereen bevriend kan zijn met leden van het hoofdbestuur, is in elk geval het normale respect noodzakelijk. En wat ook zeer belangrijk is; - dat een schoenmaker bij zijn leest moet blijven. Ik kan het weten omdat mijn vader schoenmaker was. Zo ken ik namelijk een voorzitter van een voetbalclub, die in het weekend liep te krijten, waardoor de terreinknecht kwaad naar huis ging. Die pas terug kwam toen er een duidelijke taak en functiebeschrijving werd opgemaakt van zowel de voorzitter als de terreinknecht. Die trouwens in het organogram op dezelfde hoogte stond. Was wel leuk. Tot slot heb ik gelezen – een mens weet niet veel van zichzelf – dat mensen drie basisbehoeften kennen. Liefde, avontuur en ergens in uitblinken. Ik denk zomaar dat alle leden van de NVCB helemaal gebeiteld zitten. Voor iedereen wat wils.

Aart

Gezondheid



Weet wat je eet Deel 35

Etiketten lezen

In dit seizoen ga ik weer, over voeding schrijven. Eerst wil ik me even aan de nieuwe lezers voorstellen.

Ik ben Mary Robbe Mestemaker en heb op H B O niveau gezondheidskunde/huishoudkunde gestudeerd. Voeding werd mijn specialiteit. Op allerlei scholen heb ik les gegeven in voeding, zowel praktisch als theoretisch, heb dieetleer gegeven aan de

opleiding voor verpleegkundigen, bejaardenverzorgenden en ziekenverzorgenden. Ook heb ik mensen met allerlei voedingsproblemen individueel begeleid op een kuurcentrum in Ned. Ondertussen had ik me bijgeschoold in de natuurgeneeskunde en de orthomoleculaire voedingsleer en heb ik ruime ervaring met vastenkuren opgedaan.

De laatste jaren van mijn werkzame leven heb ik me beziggehouden met het adviseren van diëten voor zieke mensen en vooral met mensen die wilden afvallen. Ik werk en denk vanuit de reguliere, natuurgeneeskundige en de orthomoleculaire invalshoek.

Om te weten wat je eet is etiketten goed lezen een belangrijk hulpmiddel.

In dit artikel volgen dan ook wat tips om de etiketten beter te begrijpen

Wanneer je de supermarkt binnenloopt vliegen de mooie plaatjes en de reclameslogans je om de oren.

Omdat de meeste verpakkingen een verkeerd beeld geven van de werkelijke inhoud van een product, is het van het grootste belang dat je de etiketten goed leest en begrijpt. Alleen zo kun je een bewuste keuze maken uit het enorme assortiment van bewerkt, vaak uitgehold en vol met E nummers voedsel wat vandaag de dag in de meeste supermarkten te vinden is.



1 Laat je niet misleiden door de voorkant van de verpakking

De belangrijkste tip, de naam van het product, de afbeelding op de voorkant, en de slogans die op de verpakking staan zeggen niets over wat het product nu daadwerkelijk is.

Neem nu stevia van Natrena. "Het zoetje uit de natuur op basis van de steviaplant" staat op de verpakking. In werkelijkheid zit er maar 3% stevia in en de rest is sucralose en allerlei vulstoffen. Zie ingrediëntenlijst. De slogan doet veronderstellen dat het **puur stevia** is op de markt gebracht door Natrena, een kunstmatige zoetstoffenfabrikant. Niets is minder waar dus.

De voornaamste stof is sucralose kunstmatige zoetstof met allerlei schadelijke bijwerkingen voor de mens. Stevia daarentegen is een plantje die oorspronkelijk uit Zuid-Amerika komt, de bladeren zijn heel erg zoet wel 300 keer zoeter dan onze witte suiker en de pure vorm bevat geen calorieën. Volgens wetenschappers kunnen diabetici stevia probleemloos gebruiken. Sowieso kun je suiker beter laten staan en kun je beter zoeten met Stevia. Wil je stevia gebruiken koop het dan bij natuurvoedingswinkels en neem de soort die uit Paraguay komt die is de lekkerste. Laat je niet afschrikken door de prijs, je hebt er maar een paar druppels van nodig.

2 Let goed op de volgorde van de ingrediënten.

De ingrediëntenlijst vertelt ons de ware inhoud van het product. Al de verschillende ingrediënten staan in afnemende volgorde van gewicht in de ingrediëntenlijst vermeld. Is het eerste ingrediënt van een product suiker? Dan is dit het grootste bestanddeel. Dit komt o.a. veel voor bij woksausen en je kunt je afvragen of je het dan nog wel wilt eten. Brood is een ander goed voorbeeld waar de volgorde van ingrediënten belangrijk is. Veel consumenten denken nog steeds dat hoe donkerder het brood is hoe gezonder het is. Een fabeltje wat de industrie maar wat graag in stand houdt. Het meeste donkere brood is eigenlijk witbrood met kleurstoffen, zoals gebrand mout. Je weet pas echt dat je volkorenbrood koopt als het eerste ingrediënt in de lijst volkerentarwemeel is. Altijd goed kijken naar de volgorde van ingrediënten dus!

3 Verhulde toevoegingen

Sommige producten lijken ten onrechte bij het lezen van de ingrediëntenlijst geen E nummers te bevatten. Het gebeurt regelmatig dat fabrikanten niet het E-nummer in de ingrediënten lijst opnemen maar de naam van het E-nummer voluit schrijven. Zo bevat een pak roze koeken altijd E 120 maar kan dit in de ingrediëntenlijst ook omschreven worden als karmijnzuur. Dit lijkt veel minder gevaarlijk, de meeste mensen weten wel dat er met E-nummers iets is maar karmijnzuur? Dat zal er wel in horen en onschuldig zijn. Indien je eten wilt met zo weinig mogelijk toevoegingen kan dit erg misleidend zijn. E-nummers zijn additieven die je normaal gesproken niet los zou eten. Maar hoe weet je nu wát goede E-nummers zijn en wat slechte? Er is maar een oplossing, schaf het boekje "Wat zit er in Uw eten" aan en je weet het. Het is geschreven door Corinne Gouget en uitgegeven bij Bouillon uitgeverij Het kost maar een paar cent maar je weet wel wat je eet en je kunt daardoor je gezondheid verbeteren



Mary Robbe Mestemaker



Wij willen het beter

-Verzorging en verpleging aan huis voor tijdelijke en permanente bewoners aan de Costa Blanca.

-Nederlandstalige medewerkers met hart voor de zaak.

-Mobile Personenalarmering.
(hiervoor hoeft u niet per se zorg van ons te ontvangen)

-Buro Thuiszorg S.L. is gecontracteerd door VGZ-zorgverzekeringen.

<http://www.burothuiszorgmontebello.com>

burothuiszorg@gmail.com

Het gesprek

In elke NVCB-Nieuwsbrief doet Joop Robbe verslag van een gesprek met een van de NVCB-leden. Het zal dan gaan over hun achtergronden, overtuigingen en toekomstplannen.



In gesprek met.

Een besnorde man – flink postuur en van achter zijn brilleglazen me vriendelijk aankijkend.

Ik kwam toevallig met hem in gesprek – op een maandagmorgen op de club – overhemd nat van het zweet.

Op mijn vraag hoe hij zo bezweet raakte, was zijn antwoord kort en bondig :”Van het biljarten”.

En op mijn reactie : maar daarvan raak je toch niet zo bezweet, reageerde hij met de opmerking : “Ik raak bezweet van iedere lichamelijke inspanning”- en vervolgens ging ieder zijns weegs.

Maar naderhand, weer thuis, dacht ik :”Interessante man”; met als gevolg, dat we op een maandag afspraken voor mijn bijdrage aan de Nieuwsbrief “In gesprek met”.

Tegenover mij zit? Nog niet geraden? De leden van de biljartafdeling misschien, want ik sprak met : Henk Schonewille.

Een vriendelijke man dus, uit het schitterende Drentse dorp Sleen, gelegen op de Hondsrug en gekenmerkt door de rust en de prachtige omgeving, waar je fantastisch kunt fietsen. Het dorp telt momenteel 2311 inwoners.

Maar laten we bij het begin beginnen. Henk werd geboren Op 13 augustus 1943 in Sleen – het Drentse dorp op de zandgrond. Een rasechte Drenthenaar.

Nà de lagere school volgt Henk de MULO (tegenwoordig MAVO).

Op 17, 18 jarige leeftijd start hij in Sleen zijn eigen assurantiekantoor, waar hij tot z'n 32e, 33e levensjaar met veel plezier werkzaam is.

Op dat moment in zijn leven heeft Henk behoefte om totaal iets anders te gaan doen. Hij start een meubelwinkel, waarvan hij de meubels die hij verkoopt, zélf maakt. Om dat vak te leren neemt hij een echte meubelmaker in dienst, die hem de fijne kneepjes van het vak leert.

Ook zijn vrouw, die graag weer eens buitenshuis wil gaan werken, levert een zeer actief en essentieel aandeel in de zaak.

De winkel, annex werkplaats, loopt goed en er wordt besloten er een afdeling antieke meubels naast te beginnen. Ook worden oude meubels weer in een nieuw jasje gestoken. Met veel enthousiasme, met liefde voor het vak en met succes, werken Henk en zijn vrouw Liesbeth in hun zaak.

Ze trouwen als ze 26 zijn en krijgen 1 zoon, die later ook in de meubelzaak gaat werken.

Op Henks 57 jarige leeftijd wordt de zaak verkocht en treedt hun pensioenperiode in – nu al weer 13 jaar geleden. Behalve een zaak in het Drentse Borger, koopt Henk er ook een boerderij voor zijn zoon. De handelsman Henk plukt de goede vruchten van hun arbeidzaam leven.

Inmiddels blijven ze Drenthe trouw en vestigen ze zich metterwoon in het Drentse dorp Ees. Als ik vervolgens opmerk, dat Henk zijn Drentse schaapjes kennelijk op het droge heeft, lacht hij minzaam, maar onthoudt zich verder van commentaar.

Nà Ees wordt een appartement gekocht in Emmen - op loopafstand van de ons allen wélbekende Emmer Noorderdierenpark.

Vervolg op pag. 19



servitur sl

(sinds 1973)

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

Edificio SERVITUR - El Planet 7 - Ctra. de Finestrat (CV758) - 03502 BENIDORM - Alicante - (España)

☐ P.O. Box 216 - 03508 BENIDORM - Alicante - (España)

☎ (+34) 96 585 0891 - Fax (+34) 96 586 6988 - servitur@servitur.es - www.servitur.es



E-Bikes Holanda

Elektrische fietsen

Nederlandse top merken
Nu ook hier gezond genieten
Kom het zelf uitproberen

Elektrische fietsen: eens geprobeerd wilt u nooit meer "terug".

Avda. Del Pla 125
Edificio Caribe, local 10
03730 Jávea - Xàbia (Alicante)

Open van maandag t/m zaterdag
van 09:00 -14:00 uur
Of bel nu voor een afspraak!

info@ebikesholanda.com
www.ebikesholanda.com
(+34) 665 226 728

Vervolg van pag. 17

In 2009 kiest het echtpaar, zoals zovelen vóór hen, Spanje als woonland. Ze vestigen zich aan de Costa Blanca – in Altea, na reeds tijdens vele vacaties allerlei Spaanse gebieden te hebben bezocht.

Maar, vergeten doen ze Drenthe niet en regelmatig keren zij er dan ook terug om er hun geliefden te bezoeken. “Om ons weer even Drent met de Drenten te voelen”, zegt Henk, aldus het gezegde bevestigend : “De liefde tot zijn land (provincie) is ieder aangeboren”.
Henk is een pure Drent “en daar ben ik trots op”.

Behalve biljarten is fietsen Henks grote hobby, een hobby waarmee je in Drenthe uit de pedalen kunt, zoals algemeen bij ons allen bekend.

Samen wordt er dan ook veel gefietst – Liesbeth op haar elektrische fiets – Henk op een gewone.

En zonder zichzelf op de borst te willen kloppen, vermeldt Henk, ook hier vol enthousiasme en trots, dat hij dan nóg sneller fietst dan Liesbeth.....

Ook zijn vele fietscollega's moesten het altijd afleggen tegen deze “snelle Jelle”. Ook hier genoot Henk van zijn geleverde prestaties, zoals destijds van die uit zijn meubelzaak.

Zoals reeds vermeld – een andere zeer grote hobby van Henk is het biljarten.

Reeds als jochie van 12, 13 jaar ging Henk met zijn vriendjes biljarten in het dorpscafé. Of er wel eens een biljartlaken is gesneuveld, wordt hier niet vermeld.

Maar prestatiegerichtheid is Henk dus niet vreemd. En na bezweet thuis te zijn gekomen, zelfs dus na het biljarten, is het heerlijk om te douchen. “Daar krijg ik nou echt een kick van”- aldus Henk , glunderend.

Direct na hun vestiging hier in Spanje, wordt Henk natuurlijk lid van onze gezellige, goed georganiseerde en humorvolle biljartafdeling!

Tot slot heeft Henk rondom zijn woning in Altea Hills nog een heel andere hobby gecreëerd.

Als echte dierenvriend, vooral honden, vangt Henk op professionele wijze zwervkatten. Hij heeft zich er geleidelijk aan in gespecialiseerd. Als de zwervkatten eenmaal gevangen zijn, brengt hij ze naar de dierenarts in Altea La Vella, waart de katten worden gesteriliseerd of gecastreerd, afhankelijk van hun sexe.....

Vervolgens neemt hij ze weer mee naar huis en hergeeft ze hier hun vrijheid. Aldus wordt de kattenbevolking in toom gehouden.

Achter de tennisbaan van Altea Hills heeft Henk, speciaal voor de “behandelde” katten, een goed verzorgde voederplek gemaakt, dit in nauw overleg met de eigenaresse van het tennispark. Met sommige katten heeft hij inmiddels een hechte band opgebouwd.

Als echte dierenliefhebber is Henk eveneens lid van de stichting SPHOEK. Een afkorting die staat voor : Spaanse honden ook een kans. Een Nederlandse stichting die zich ervoor inzet de levenskwaliteit van dieren in Spanje (en ook in Nederland) te verbeteren.

Ondersteund wordt door deze stichting o.a. het asiel in La Nucia (tel. 657 891 335)(www.sphoek.com/ honden

Tot slot vraag ik Henk of hij nog iets op te merken heeft v.w.b. onze NVCB, waarop hij meldt, een zeer tevreden lid te zijn, die iedere maandag- en vrijdagmorgen enthousiast aan de biljarttafel is te vinden.

Vol lof is hij over al die hardwerkende vrijwilligers binnen de club.

“Met z'n allen de schouders eronder en het oog gericht op een bloeiende vereniging”- aldus Henk.

Henk bedankt voor dit fijne gesprek en voor de uitstraling van je lichte energie.

Joop Robbe



d impresión

Diseño gráfico · Diseño Web · Cartelería · Facturas ·
Flyers · Posavaso · Adhesivos · Tarjetas · Sobres

Grafisch Ontwerp · Web Ontwerp · Affiches/Facturen · Flyers
Onderzetter · Stickers/Visitekaartjes · Envelopen · Placemats/Dit Alles
Ontworpen door - Onze Huisdrukker

Camino de la Cantera, nº 12 · L-3 · 03581 EL ALBIR (Alicante)
Telf/Fax: 96 686 49 16 · Telf: 667 75 48 94
e-mail: d-impresion@telefonica.net · www.d-impresionalbir.com



M CORREDURIA DE SEGUROS.SL

Seguros -Verzekeringen - Insurances

**NEDERLANDSE LEIDING:
ANNEMIEKE ROOD**

V04-0015

**Hét telefoonnummer voor al
uw verzekeringen: 96 686 06 11**

**Verzekeren is een zaak van
wederzijds vertrouwen!**

Passeig de la Mitja Liegua 23, Arabi Plaza Alfaz del Pi.

C.C. Bahía de Las Dunas, 53 San Fulgencia

Tel: 96 686 06 11 - Fax: 96 686 06 10

Tel: 966 728 001 - Fax: 96 686 06 10

Openingstijden: 09.00 - 15.00 en s'middags op afspraak.

Openingstijden: 10.00 - 15.00 uur

E-mail: info@mcsseguros.net Website: www.mcs-verzekeringen.net

de week

Al 9 jaar het meest gelezen Nederlandstalig weekblad van Spanje

www.deweek.net

info@deweek.net



Restaurante y Bar de Copas



“El Sacristán”

Calle Juan Sebastián Bach 2 – 6, 03581, Playa del Albir
Tel./Fax: 0034-966 86 59 50 Movil: 633 15 29 09

Openingstijden, Horas de apertura, Opening Hours, Geschäftszeit.

Bar de Copas 10.00 – 2200 uur

Keuken, Cocina, Kitchen, Küche, 12.30– 22.00 uur

Alle dagen open! Abierto todos los días! Täglich geöffnet! Open every day!



Wil Spanjers

*Fontanería y Calefacción,
Aire acondicionado*

TEL: 620-851-023

wilspanjers@live.com

Voor al uw loodgieterswerk, aanleg cv installaties, airco's, maar ook voor reparaties staan wij voor u klaar.

Apdo.Correos 314—03580 ALFAZ DEL PI (Alicante) España

ECO TIENDA IN ALTEA LA VELLA BIOLOGISCHE LEVENSMIDDELEN EN REFORMHUIS

Biologische levensmiddelen, fruit en groente

Vers brood, grote keuze in zuivel en speltproducten

Glutenvrije levensmiddelen, voedingssupplementen en kruiden

DE GROOTSTE KEUZE EN VOORDELIGSTE PRIJZEN



ALHAMA BIO WINKEL

Ctra Callosa 21

E 03599 Altea la Vella

tel. 96 584 7010

www.alhama.eu

ALLERLEI

Op zaterdagavond 16 November
houden we weer onze gezellige

Bingo avond

voor leden en introducees

Net zoals in het afgelopen seizoen zijn er
weer mooie prijzen te winnen!

Iedereen die van BINGO houdt wordt
hartelijk uitgenodigd .

**We willen om 20.00 uur van start
gaan, maar de zaal is open vanaf
19.30u.**



Kun je de wijs houden?

Ben je (nog) goed bij stem?
Dan is dit je kans.....
grijp hem
Kom zingen in ons
vrolijke koor
Daar vind je wederzijds
gehoor
De toon wordt gezet op donderdag, 17 oktober
à.s. Om 15.30 uur in ons clubhuis

Bij de NVCB voel je je thuis
Van zingen word je blij, dus kom erbij!

Janny van Dongen



Jaarvergadering afd. Jeu de
Boules 14 okt. 2013

Voor deze vergadering was het al
duidelijk dat er een nieuwe voor-
zitter en een nieuwe penning-
meester gekozen moesten wor-
den om het voortbestaan van
onze afdeling te garanderen.

Gelukkig is dit gelukt en mag ik
U Orne en mijzelf voorstellen
als:

Elly Schenk, voorzitter en Orne
Feenstra, penningmeester.
De secretaris blijft Joep de Wit.
Allereerst wil ik Hanneke Ver-
kuil en Toon Akkerman bedan-
ken voor al het werk dat zij de
afgelopen tijd hebben verzet.

Toch gelijk een paar kritische
nootjes. Er waren veel boulers
maandagochtend op de baan en
wat jammer dat er dan zo weinig
mensen zijn die willen meedoen
en denken over het reilen en zei-
len van onze afdeling. Juist die
mensen die het niet altijd eens
zijn hoe de dingen gebeuren had-
den er dan openlijk over kunnen
praten.

Erg blij ben ik met de mensen
die hun medewerking toezegden
en we zullen met veel plezier en
hard werken meer jeu de bou-
lers op de baan proberen te krij-
gen.

Tot ziens op de baan,

Elly Schenk

B O W L E N met de NVCB

Elke laatste vrijdag van de maand.

In Bowlingcentrum "Big Fun"

Winkelcentrum La Marina

We spelen 3 games

(€ 2,60 per game)

Schoenenhuur € 1,00 p.p.

Start om 16.00 uur

Na afloop is er de gelegenheid om gezamenlijk te gaan eten. Informatie en

Aanmelden bij


Frank v d Swaluw tel: 662615194

AANGEWEEZEN OP
PERSOONLIJKE
VERZORGING
OF VERPLEGING
EN TOCH GRAAG VERBLIJVEN
AAN DE COSTA BLANCA?

ANNEKE ICS THUISZORG & VERPLEEGHUISZORG



WWWANNEKE.EE
INFO @ANNEKE.EE
T (+34) 966.814.034 (24 UUR)



Anneke



Fimme Hornstra

*Fysiotherapeut
Colegiado 6820*

Inger van Dokkum

*Fysiotherapeut
Colegiado 6810*

***Fysiotherapie, Manuele Therapie, Lymfedrainage,
Bindweefsel massage, Voetreflexologie,
Aromatherapie, Haptonomie en EFT.***

C.C. Arabi Plaza,
C. Tabarca 16 A
03580 Alfaz del Pi
Spanje

tel: 965 888 797
email: info@fingerspain.com
www.fingerspain.com

Biljarten



Als toekomstig ex-voorzitter van deze afdeling, doe ik eerst een beroep op zowel de redactie als op andere biljartleden.

Een oproep om dit maandelijks stukje door anderen te (laten) doen. Ik hoorde wel uit vertrouwde bron dat er wordt gezocht naar nieuwe (afd.) - bestuursleden, maar verder ben ik in het geheel niet op de hoogte van het reilen en zeilen. Waarover ik 'vroeger' alles wist, weet ik nu niks meer. Vandaar.

Maar toch wil ik nog een keer mijn hart luchten over het biljarten bij de NVCB. Alhoewel, zo realiseer ik me nu, het ook best over jeu de boules zou kunnen gaan. Of over darten of tafeltennis. Of tennis zonder tafel.

Bij de 'kwoonderbij' schreef ik al, over drie menselijke behoeften; - liefde, avontuur en het uitblinken in iets. En voor het gemak vervang ik liefde door vriendschap. Bij een spel, wat toch ook wel vaak afhangt van een beetje geluk of een beetje pech, spreekt het avontuur wel terdege een rol. Bij wie word ik ingedeeld, wie is mijn tegenstander. Met wie speel ik gezellig en met wie drink ik na afloop een glaasje. Dat vind ik allemaal nogal avontuurlijk. En dat er regelmatig een beetje of een beetje meer vriendschap ontstaat, weet ik uit ervaring.

Dan is er ook nog de mogelijkheid dat je het (vandaag) net een beetje beter doet, of dat het net een beetje beter lukt, dat je (deze week) net een beetje beter bent dan de ander, dan blink je een beetje uit en dat is leuk. Zelf was ik biljartlid van de vrijdagavond. En ik was of werd elke vrijdagavond blij, vrolijk of min of meer gelukkig. Soms was ik de beste, er was altijd een beetje avontuur in de vorm van positieve spanning en er waren altijd vrienden.

Ik wens alle leden, ook al vast de toekomstige, een zeer avontuurlijk en vriendschappelijk seizoen 2013-2014.

Aart Krijgsman.

www.interbureau.es

Belastingadviseurs

Sinds 1988 de rechterhand voor vele residenten en niet residenten in Spanje.

Adres : Avda. Albir, 111 EL ALBIR

Tel: 96 686 66 40

fax: 96 686 52 92

paco.alcaraz@interbureau.es



Verhuizen

Bel Nico

Tel: 636 028 823

nico.oud@hotmail.com

Verhuizen naar of vanuit Spanje?



Profiteer van de topkwaliteit van Spanjespecialist De Haan.

- Internationaal FIDI verhuisspecialist
- FAIM iso gecertificeerd
- Elke week in geheel Spanje
- Aantrekkelijke combinatietarieven
- Inboedelopslag in Nederland of Spanje
- Vestigingen in Alicante en Marbella

Hoe ver u ookgaat...de service van De Haan gaat altijd net even verder.

De Haan. Vertrouwd sinds 1777.

De Haan verhuizingen

Edisonweg 18 2952 AD Alblasserdam

T +31 78 69 20 333

E info@dehaan.nl

Vestiging Alicante – Robbert de Haan

T +34 61 94 56 274

E costablanca@dehaan.nl

www.dehaan.nl





Costa Blanca Satellite

Partida Cap Blanc 77 - 03590 ALTEA
tegenover Rastro International



“Vlotte service en eerlijke prijzen”

Digitale installaties voor Nederlandse en Vlaamse programma's
SAT-TV service + reparaties

Tel: 966 88 00 14

E-mail: cbsat@hotmail.com

Ma -Vr. 10.00 - 18.00 uur * Za. 10.00 - 13.00 uur

FLORES

asesoramiento juridico · juridisch advies

Hét advieskantoor aan de Costa Blanca (sinds 2007)

Onze expertise:

- Afwikkeling van nalatenschappen
- Erfbelastingadvies / successieaangifte (niet-) residenten
- Testamenten naar Nederlands erfrecht
- Nalatenschapsplanning
- Juridische & fiscale begeleiding van vastgoedtransacties
- Huurcontracten

GRATIS voor leden!

GRATIS Quickscan op:

- Testamenten
- Huwelijksvoorwaarden

mr. Samuel C.R. Totays
notarieel jurist

drs. Edwin A. Nuijten
adviseur erfbelasting

Bezoekadres (uitsluitend op afspraak):

Dinsdag/woensdag: Playa del Albir, Avda. Oscar Esplà nº 12, bajo (rotonde achter Hotel Kaktus Playa)
Maandag/donderdag: Cami de Sant Joan, 5A - bajo B - Denia (Tegenover de LIDL/Consum)

Contactgegevens:

T: +34 966 810 798

M: +34 618 552 470

F: +31 847 386 626

E: info@floresjuridischadvies.com

W: www.floresjuridischadvies.com

W: www.advieserrechtinspanje.nl

Samenwerking met mr. Armand Hanser, notaris & estate planner, AMER Notarissen,
Raamsdonkveer, Nederland. www.nederlanderinspanje.nl / www.amernotarissen.nl

Van het Consulaat.

Afspraak systeem

Met ingang van 9 juli 2013 heeft de Nederlandse Ambassade te Madrid een nieuw digitaal afspraakstelsysteem geïntroduceerd, dat ook in gebruik is genomen door de Consulaten in Spanje, die paspoort- en/of identiteitsaanvragen behandelen.

Met dit nieuwe digitale afspraakstelsysteem kan vanaf een computer een afspraak gemaakt worden, krijgt men automatisch een e-mail met informatie over welke documenten men moet meebrengen naar het Consulaat, een link naar de download van het aanvraagformulier, en een overzicht van fotografen, waar pasfoto's gemaakt kunnen worden, die aan de Nederlandse eisen voldoen.

Om een afspraak te maken gaat u naar de volgende website:

<https://www.ambassadeconsulaat.pro/?71>

of u gaat naar de website van de Ambassade:

<http://spanje.nlambassade.org>, afspraak maken voor reisdocumenten, dan in rechter bovenhoek klikken.

Het digitale afspraakstelsysteem bestaat uit **drie** stappen, die compleet moeten worden doorgelopen. Na de derde stap ontvangt u een e-mail met het verzoek om uw afspraak te bevestigen met een klik op de meegestuurde link. Daarna ontvangt u een e-mail met informatie over de mee te nemen documenten et. en een lijst van fotografen, die pasfoto's maken, die voldoen aan de strenge Nederlandse eisen. Heeft u uw afspraak via de klik op de link niet bevestigd, dan ontvangt u dus ook niet de e-mail met bovengenoemde informatie en is uw afspraak dus **niet** bevestigd.

Problemen Gmail: Google heeft een aantal bevestigingsmails naar spamboxen verstuurd en de ontvangers van deze e-mails hebben in hun systeem bevestigd, dat deze e-mails inderdaad spam was. Men wordt daarom aangeraden om de spambox te controleren en deze bevestigingsmails als niet-spam te kwalificeren.

Voor diegenen, die niet in staat zijn om van het digitale afspraakstelsysteem gebruik te kunnen maken, bestaat nog de mogelijkheid om een telefonische afspraak te maken voor paspoorten en/of identiteitskaarten tijdens werkdagen **uitsluitend** tussen 09:00 – 10:30 uur op telefoonnummer **96 687 5932**. U dient er wel rekening mee te houden, dat er een wachtlijst is van ca. 2 weken voor een afspraak.

Nieuwe link voor paspoortaanvraagformulier:

Er bestonden problemen met de link naar dit formulier, hetgeen ook op de website ingevuld dient te worden. De nieuwe link is:

<http://www.rijksoverheid.nl/documenten-en-publicaties/formulieren/2011/06/21/aanvraagformulier-paspoort.html>

Eric Durieux – Consul
Consulaat der Nederlanden La Nucia

EURO-CARS * LA NUCIA

VERKOOP VAN 2de HANDS AUTO'S

- * Alle herstellingen Mechanisch en Carrosserie
- * Invoer van Auto's
- * Autokeuring

Mr. Xavier CLAEYS
Cra. Benidorm - La Nucia
Naast Baranco Hondo

www.eurocarslanucia.com

Tel. 96 687 3860

CLINICA LA ALEGRIA
CENTRO MÉDICO CALPE



Tel. 965 831 336 / 634 691 116



Nora Hendriks

Nederlandse huisarts

Eveneens gespecialiseerd in
klassieke homeopathie, orthomoleculaire
geneeskunde, zware metalen ontgiftig
en (laser)acupunctuur

Tel. 616 556 167 (urgentie)



Peter Termohlen

Esthetisch arts

Voorzitter Nederlandse
Vereniging Cosmetische
Geneeskunde (NVCG)

Clinica La Alegria
Avd. De Valencia 17
03710 CALPE

E-mail: info@la-alegria.es

Website: www.la-alegria.es

Verzekeringen: ASSSA, DKV, CASER, AXA, Perpetuo Socorro, Spangepolis en internationale verzekeraars



CENTRO-DENTAL.EU

ALTEA LA VELLA MORAIRA



Nederlandstalige TANDARTS
Tandarts Jeroen van Nikkelen Kuijper en assistentes
Luci en Norma heten u van harte welkom

Ctra. De Callosa, 21 local 11
Edificio Altea la Vella
03599 ALTEA LA VELLA

ALTEA LA VELLA
96 548 75 34



MORAIRA
96 574 33 30

Ctra. Moraira-Benitachel
Centro Comercial Los Pinos 14, local 24
03724 MORAIRA

URGENCIAS
639 444 433



FAX: 96 584 75 93
Email: centrodentaleu@hotmail.com



RESTAURANT D'ELS ARTISTES



*Elke dag geopend vanaf
13.00 uur.*

Wij bieden U iedere dag een lunch-menu aan,
bereid door onze chef-kok,



*Plaza de la Iglesia 6,
Altea.*

Tel.: 96 584 12 69

Boven bij de kerk

*U kunt reserveren voor de
kerstdagen van
24, 52, en 26 december!*

Voorgerechten : Spaghetti Bolognese , Vissoep
Gemengde Salade of Serrano Ham
Garnalencocktail , Hertepaté
Rundercarpaccio

Hoofdgerechten : Varkenshaas met Champignonsaus
Mixed grill
Entrecote met pepersaus of
champignonsaus
(supplement €2,00)
Zalm filet
of Dorada (supplement € 2,00)
Groenten en frites
van het huis

Dessert :

€ 15-

incl. wijn, brood en aioli.

Alles in zéér hoge kwaliteit vlees en vis

TANDARTS

Ad-Jan van Bergeyk

- ◇ CORRECTE TANDHEELKUNDIGE BEHANDELING
- ◇ DOOR ERVAREN NEDERLANDSE TANDARTSEN /
MONDHYGIËNISTE
- ◇ ORTHODONTIE
- ◇ IMPLANTOLOGIE VOOR ZOWEL VOOR KRONEN, BRUGGEN ALS
VOOR (KLIK-) PROTHESES.

CLINICA DENTAL ALBIR

Boulevard de los musicos 18
Edif. Viminal Bloque 2
EL ALBIR

NOODGEVALLEN/AFSPRAAK : 96 686 68 83

E-MAIL : avanbergeyk@hotmail.com

SATCOM *digital*

- Al 26 jaar hét adres aan de Costa Blanca
Voor de installatie van de officiële
HD ontvangers voor de Nederlandse en
Vlaamse TV zenders tegen een bijzonder
aantrekkelijke prijs.
- Installatie binnen 24/48 uur
- Problemen? Bel ons en wij lossen ze op.

Satcom España S.L.
C/ Cervantes 17
03510 Callosa d'En Sarria
E-mail: info@satcomdigi.com

Tel.: 96 588 22 88
609 601 784
629 338 868
Fax: 96 588 19 47

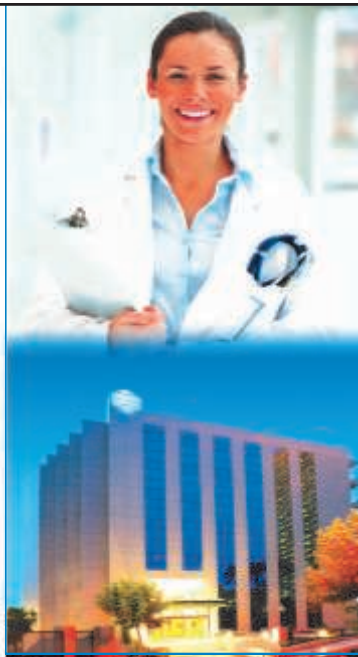
Kantoor / expositie geopend van
Maandag t/m vrijdag van 09.00 tot 14.00



24 uur Spoedeisende Hulp
 24 uur Ambulancedienst
 Arts voor huisbezoek
 Alle Medische en Chirurgische
 Specialiteiten

- 6 Operatiekamers
- Afdeling Endoscopie
- Verloskamers

Intensive Care
 Radiologie
 Nucleaire Geneeskunde
 Hemodynamische Eenheid
 Klinische Analyses en Microbiologie
 Dialyse Centrum
 Pediatrie
 Polikliniek
 Algemene Check-up
 Fysiotherapie



info@imedhospitales.com

C./ Ramón y Cajal, nº 7
 03503 BENIDORM
 (Alicante)
 Tel. (0034) 966 87 87 87



Bel gratis Spoedeisende hulp: **900 22 33 44**
 Nederlandse lijn: **900 187 187**

www.hospitaldelevante.com



We zorgen voor U

Medische service met
 de garantie van
 Hospital de Levante

365 dagen per jaar geopend van 08:00-20:00
 (Spoedgevallen elke dag inclusief Zaterdag en
 Zondag)

Tel. 902 17 87 87

Ctra. Moraira-Teulada, Camí del Calvari nº2:
 03725 Teulada (Alicante)
 Tel. 965 74 15 31 + 965 74 04 81
 Fax: 966 26 69 67

www.imedteulada.com
info@imedteulada.com



ZWEMBADEN

(Onderhoud en bouw)

AIRCONDITIONING

TUINONDERHOUD

ZONNE-ENERGIE

LOODGIETERIJ

ELEKTRA

SCHILDERWERKEN

METSELWERKEN

VERZEKERINGEN

ADVOCATUUR

VERHUUR

VERKOOP

SCHOONMAAK

Osmosis waterfilter

aanbieding: slechts **€169,-**

(iva, montage en 2 jaar garantie inbegrepen).

E-mail: info@albirms.com, tel.: 966 866 589
Avda. Oscar Esplà, 12 - Albir. (t.o. het Eucalyptuspark)

EVENEMENT

De Amerikaanse avond op 17 oktober weer een groot succes.

Met een gastoptreden van La Dulce Rubia en vooral ook een onvermoeibare Voice voor de muziek kon het niet beter. Hieronbij een fotoserie voor hen die de avond hebben moeten missen.

Foto's Antonia Lipsius





Voor al uw verzekeringen en hypotheke in geheel spanje

al meer dan 30 jaar uw vertrouwd adres.

Verzekeringen:

- Woonhuis en inboedelverzekeringen inclusief uitgebreide aansprakelijkheidsverzekering.
- Autoverzekering, ook voor nederlands gekentekende auto's die permanent in Spanje verblijven.
- Ziektenkostenverzekeringen met een complete dekking zoals u in Nederland gewend bent.
- Speciale doorlopende reis-annuleringsverzekering van de Europeesche verzekeringen voor residenten in Spanje.

Hypotheke:

- Aflossingsvrije hypotheke via Nederlandse en Spaanse banken.
- Met overwaarde op onroerend goed in Nederland bij aankoop in Spanje 100 % financiering, inclusief kosten, mogelijk.
- "Opeetconstructies"
- Ook voor hypotheke in vreemde valuta.

Bob Cats verzekeringen: Degelijk, betrouwbaar en deskundig.

Spanje:

Bob Cats Correduria de Seguros S.L
Calle Sardinal 4, 03590 Altea
Tel: 965 843 861 Fax: 965 841 818
E-mail: info@bobcatsverzekeringen.com

Nederland:

Stoof assurantiën Breda B.V.
Stadionstraat 15, 4815 NC Breda
Tel: 076-5213771 Fax: 076-5200991
E-mail: info@stoofass.nl

Ik las in “EL PAÍS

Ik las.....

In El País, dd 19 september j.l., las ik een artikel over hoe een goed opgeleide, werkloze Spaanse vrouw werk vond in Singapur.

Het zou hier te ver voeren om alle hierbij door haar ondervonden moeilijkheden te gaan vermelden. Dat is ook niet waarover ik het zou willen hebben.

Hetgeen me in het artikel n.l.opviel waren de zinnen :”Wat je hier in Singapur moet leren is, om om te gaan met de grote verscheidenheid aan culturen die je hier aantreft. Het is een vereiste om de mensen met respect tegemoet te treden en de verscheidenheid aan culturen te accepteren.”

Wij Nederlanders leven hier in Spanje eveneens te midden van vele nationaliteiten, met ook ieder hun eigen cultuur, met name dus de Spaanse cultuur, die nogal verschilt van die van de onze, de Nederlandse.. Je zou dus kunnen zeggen : we leven hier multicultureel op Europees niveau.

Als overwinteraar voelt U zich voor wat betreft die hier ook aanwezige multiculturele samenleving hoogstwaarschijnlijk niet erg aangesproken.

U voelt zich hier, veronderstel ik, als “toerist”, die hier komt genieten van de heerlijkheden van het Spaanse land. U hebt, zo stel ik me voor, geen behoefte om zich in essentie met Spanje en met de Spanjaarden in te laten.

U accepteert als vanzelfsprekend de Spanjaarden zoals ze zijn, U respecteert ze, maar eigenlijk vindt U dat het Uw zaak niet is.

Anders is dat m.i. voor diégenen onder ons, die hier wonen. Zij zijn hier geen toerist en zullen zich ook niet zo voelen. (veronderstel ik).

Maar : als dat een groot verschil is met “de toerist”, heeft dat dan ook consequenties v.w.b. de wijze waarop zij hier leven; v.w.b. de wijze waarop zij in het Spaanse leven, de Spaanse maatschappij staan?

B.v. om in dit verband iets heel belangrijks te noemen : moeten zij die hier wonen ook de Spaanse taal spreken?

Natuurlijk, je kunt hier bijna overal in Nederlandse winkels terecht – dat hoeft dé reden om de Spaanse taal te leren niet te zijn.

Maar, en over zoals hier boven genoemd, respect gesproken, zou je, als je hier woont, uit respect voor de Spanjaarden, de Spaanse taal wél moeten proberen te leren?

De taal is in elk geval een must als je hier tenminste wilt integreren. Wil je de Spanjaarden en het Spaanse land met een “open mind” tegemoet kunnen treden, dan is het kunnen spreken van hun taal, essentieel.

Of willen we niet integreren?

Of is dat niet nodig?

Of is ons standpunt : ach, de Spanjaarden nemen ons toch niet op. Ze hebben genoeg aan hun eigen familie, wat zal ik me dan inspannen!

Allemaal vragen waar ik niet één, twee, drie een duidelijk antwoord op heb.(alhoewel ik het leren van de Spaanse taal wél heel belangrijk vind.)

Maar het zijn wel vragen die me bezighouden. En U?



Joop Robbe

Euro Optica

Uw Nederlandstalige Opticiën in Alfas del Pí

DE BESTE PRIJZEN HET HELE
JAAR DOOR

*Oogmeting, Oogdrukmeting,
glaucoom, staar...*

*Contactlenzen specialist
Solderen, reparaties alle div.
Monturen*



**Openeningstijden: 10:00 - 18:00 Maandag gesloten.
Zaterdag: 10:00 -14:00**

**Av. Pais Valencia, 9 - local 10
03580 ALFAZ DEL PI (Alicante)
Telefono / Fax 96 686 02 76**

www.eurooptica-alfaz.com

Bridge

Beste bridgers,

Dinsdag 22 oktober jl. hebben wij onze jaarlijkse vergadering gehouden, waarvan hier een kort verslag.

Na opening is er een minuut stilte gehouden wegens het overlijden van onze bridgemeaat Kees den Hartog.

Door stemming is besloten de regel " in de le ronde niet te openen met een zwakke 2 of muiderberg" voor de A-lijn af te schaffen. Voor de B-lijn of als we in 1 lijn spelen, blijft de regel gehandhaafd.

De commissie kascontrole, bestaande uit de heren Hugo Langelaar en Frits Frielink, heeft de kas in orde bevonden en beiden hebben zich voor het komende jaar weer beschikbaar gesteld. Gebleken is, dat er de afgelopen jaren geen reserveringen zijn gemaakt voor te vervangen materiaal. nDaar dit een kostbare zaak is, moet dit wel degelijk gebeuren. Gerard den Hoedt heeft aangeboden voor ons een begroting te maken, zodat er een flinke reservepost kan worden opgebouwd.

De kerstdrive gaat op 10 december 2013 plaats vinden. Met algemene stemmen is aangenomen, dit jaar het beschikbare budget voor kado's te schenken aan een sociale instelling.

Voor het komende jaar bestaat het bestuur uit: José Smit voorzitter, Janny van Spronsen secretaris,

Rietje van den Oudenrijn penningmeester, Bep Lubbersen lid en materiaalbeheer.

De spelleiding wordt gevormd door Henk Lubbersen (ook materiaalbeheer) en Janny van Spronsen, met op de reservebank Gijs Dorrenboom en Gerard den Hoedt.

De vergadering wordt gesloten met de verwachting, dat het weer een goed en gezellig bridgeseizoen zal worden.

José Smit

Van het Consulaat (2)

Registreren bij verblijf in het buitenland

Moet ik me laten registreren bij de Nederlandse ambassade of het consulaat? In geval van nood, zoals bij een natuurramp of (dreigende) onrust is het van levensbelang dat wij u kunnen bereiken en/of informeren. Hiervoor bieden wij u het Kompas online crisis contactstelsysteem aan.

Aanmelden is kosteloos, eenmalig en vrijblijvend en neemt minder dan vijf minuten in beslag. U hoeft daarna alleen nog uw gegevens t

wijzigen als u op reis gaat of verhuist. Kompas bewaart en beveiligd uw contactgegevens.

De door u opgegeven gegevens worden uitsluitend gebruikt om contact met u op te nemen en u te helpen in geval van nood.

Ga naar het Kompas online crisis contactstelsysteem om u eenvoudig te registreren. **Registratie op vrijwillige basis** Voor Nederlanders in het buitenland geldt geen registratieplicht.

Registratie geschiedt uitsluitend op vrijwillige basis. De vertegenwoordiging zal dan ook niet uw gegevens registreren als u bijvoorbeeld een paspoort komt vernieuwen.

Als u bent uitgeschreven uit het Nederlandse bevolkingsregister, wordt u geacht zich in te schrijven bij de buitenlandse gemeente waar u woont.

De vertegenwoordiging houdt soms ook gegevens bij met het oog op handelsbevordering of bijvoorbeeld de viering van Koningsdag. De vertegenwoordiging zal aangeven om welke reden zij u wil registreren.

Mocht u niet geregistreerd willen worden, dan mag registratie niet plaatsvinden.

Eric Durieux – Consul, Consulaat der Nederlanden La Nucia



Verzekering voor
expats in Spanje
sinds 1963 door Lomerper

**vraag uw particuliere
ziektelkostenverzekering
online en ontvangt u
10% korting**

Bel ons
+34 965867404 / +34 636965081

 **LOMERPER**

 www.toponeinsurance.com

diferens
puerto



ontbijt, lunch en diner... heerlijke maaltijdsalades, baguettes, kleine
gerechtjes en hoofdgerechten op een geweldige locatie...
tegenover de haven van altea. |diferens....

Net even anders!

avenida del puerto1 edif. san rafael puerto altea tel. 96 688 33 41

Computerproblemen?
Peter Roeland Informatica
VoIP • Internet • Laptops • PC's • iPad



**Sinds 2003
no cure, no pay
Tel. 663 952 251**

www.peterroeland.com
Altea-Alfaz-Benidom e.o.

Jaarvergadering Biljartvereniging N.V.C.B. Gehouden op

1 Opening

Voorlezen verslag van Aart Krijgsman d.d. 14 september 2013, waarin hij te kennen heeft gegeven, dat de ziekte van Alzheimer hem voorlopig niet meer naar Spanje kan begeleiden.

Hij is aftredend en niet herkiesbaar, zoals op de vorige vergadering is vastgelegd.

2 Nieuw te benoemen Voorzitter

Dit is met algemene stemmen dhr. Gerrit Kruse geworden, tevens is hij zolang als plaatsvervangend Secretaris benoemd.

3 Nieuw te benoemen Penningmeester

Dit is met algemene stemmen dhr. Henk Lubbersen geworden.

4 Korte pauze

5 Op de 2 biljarts zijn nieuwe biljartlakens gemonteerd. Deze worden ieder jaar opnieuw geplaatst. Er wordt voor het volgend jaar ook nieuwe banden geplaatst.

6 Te benoemen

5 Leidinggevenden van de biljartafdelingen te weten,
maandagmorgen : dhr. Henk Schonewille
woensdagavond : dhr. Leen van de Linden en
dhr. Bram Maarseveen
vrijdagmorgen : dhr. Bram Maarseveen
vrijdagavond : dhr. Rob Bakker
zaterdagmorgen : dhr. Roland van Daele [3 banden]

7 Het lidmaatschap dit seizoen is 30,00 euro [voor 1 maand 10,00 euro, voor 2 maanden 20,00 euro] Men dient wel lid te zijn van de NVCB. Een nieuweling die nog geen lid is van de vereniging, kan 2 weken gratis meespelen. [dat is eenmalig] Even zo kan dit ook gelden voor een lid van de familie.

8 Technische afdeling

Wij hebben dhr. Leen van de Linden gevraagd hiervoor zorg te dragen. Hij heeft hierin toegestemd.

9 Rondvraag

Dhr. Rob Bakker vraagt of het mogelijk is, van de woensdagavond mensen te vragen of zij op de vrijdagavond willen komen.

Antwoord

Wij zullen dat vragen en geven je uitslag.

10 Nico Brederland

Het op temperatuur houden van de 2 biljarts wordt verzorgd door een temperatuurmeter.

Deze wordt door hem en dhr. Leen van de Linden verzorgd.

11 Henk Lubbersen

Vraagt of we een lidmaatschapskaartje voor de biljartvereniging kunnen ontvangen.

Wij zullen mevr. Trudy Visser hierom vragen.

Einde vergadering om 12,50 uur, en bedanken iedereen voor de komst.

Secretaris Gerrit Kruse

EURO
CLINIC
RINCÓN

"Al
14 jaar uw
vertrouwde
kliniek"

Tandarts:

- reguliere tandheelkunde
- kronen, bruggen, prothesen
- implantologie
- gespecialiseerd in het behandelen van angstige patiënten
- reparatie prothesen

1e consult gratis

Tel.: 966 830 849

ma. t/m vrij. 9.00 - 18.00 uur

Thuiszorg:

- een enthousiast professioneel team biedt u verpleging en verzorging aan op alle niveaus
- wij werken samen met alle Nederlandse verzekeringen

Tel.: 608 218 626 (24 uur)

euroclinicathuiszorg@gmail.com

Polikliniek:

- medisch pedicure
- digitale röntgenfoto's
- E.C.G. Echo-onderzoek
- laboratorium

Huisarts Specialisten:

Orthoeped
Gynaecoloog
Cardioloog

Chirurg
Radioloog
Dermatoloog
Uroloog
K.N.O. arts

Trombosedienst

maandag en donderdag van
8.30 - 9.30 uur

Onze polikliniek en thuiszorg werken samen met alle Nederlandse verzekeringen

Voor afspraak en informatie bellen Tel.: 966 830 849

maandag, t/m vrijdag, 9.00 t/m 18.00 uur

Tel.: 965 867 801 (24 uur)

euroclinica@telefonica.net
www.euroclinicarincon.com

C/ Severo Ochoa 6, Benidorm
(naast Super Markt Maxi Dia)

Adverteerder	Pagina	Adverteerder	Pagina
Adios con Amor	12		
Adjan van Bergeijk	32	Impresión	20
Albir Multiservicios	34		
Alex	omslag	IMED Hospital Levante	33
Alhama ecotienda	22	Ingeborg Posthuma	11
Annemiek Rood MCS	20	Inger van Dokkum	24
Bob Cats	36	Interbureau	26
Buro thuiszorg	16	Kuiper verhuizingen	43
CB. Sat	29	Lomerper verzekeringen	40
Centro Dental. eu	31		32
Clinica La Alegria	30	Nico verhuizingen	26
De Haan verhuizingen	27	Peter Roeland Informatica.	40
De Week	21	Restaurante d'els Artistes	31
Diferens	40	Sacristan	21
Dirk Smit	2	Satcom Digital	32
E-Bikes Hollanda	18	Servitur	18
Euro Cars	30	Kleermaker Rolf	42
Euro Clinica Rincón	41	Thuisz. Costa Blanca Anneke	24
Euro Optica	38		
Flores juridisch advies	28	Wil Spanjers loodgieter	22
Fresno	11	Zorgservice Flor	10



Bloeddrukopname elke eerste maandag van elke maand van 11:00 tot 12:30 uur



Bloeddruk opname bij NVCB

- Maandag 2 september 2013
- Maandag 7 oktober 2013
- Maandag 4 november 2013
- Maandag 2 december 2013
- Maandag 6 januari 2014
- Maandag 3 februari 2014
- Maandag 3 maart 2014
- Maandag 7 april 2014
- Maandag 5 mei 2014
- Maandag 2 juni 2014
- Maandag 7 juli 2014

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 verhuiswagens 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!



Van Houten Industriepark 12 1381 MZ Weesp
 T +31 (0)294 418080 E info@kuiperbv.nl
 F +31 (0)294 418157 W www.kuiperbv.nl

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

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



Leren beleggen in Spanje. Het beste onder de zon.

Kom naar het Alex Beleggerscentrum in Marbella
voor coaching en begeleiding.

In Spanje biedt Alex u de mogelijkheid om beter te beleggen en zo uw winstkansen te vergroten. Het team van Alex Spanje bestaat uit echte beleggers met jarenlange ervaring. Of u nu een beginnende belegger bent of een ervaren daghandelaar, wij zijn er voor alle beleggers, we staan u geheel kosteloos op een praktische manier bij.

Kom naar het Alex Beleggerscentrum in Marbella voor persoonlijke begeleiding.

Meer informatie over Alex:
www.alexspanje.com, info@alexspanje.com of bel +34 952 924 011