

Pon Favor

NVCB

December 2020



Buena Vista

food & drinks

Paseo del Mediterraneo 23 (boulevard)
Altea, Spanje, tel.nr. 96 5841636

Menu del Dia
€14.50
~~€14.20~~

7 DAGEN PER WEEK
GEOPEND
VAN 11-13 UUR

tripadvisor Find us on: facebook.

– Menu voor leden van de NVCB: € 12.50!

NVCB
Nederlandse Vereniging Costa Blanca
Telefoon: 634 306 187



Email info@nvcb.net
Website: www.nvcb.net
Bankrelatie
Banco Santander

Verenigingsgebouw
Carrer Lisboa 5
Bello Horizonte La Nucia

Rekening IBAN
ES34 0075 1294 6506 0005 2973

Hoofdbestuur

Voorzitter

René Oosterbroek
Tel. 0034 642 799 488
voorzitter@nvcb.net

Secretaris

Vacant

Penningmeester

Aad Kooiman (a.i.)

Lid,

Wim de Vos
Tel. 0031 630 190 610
w.a.devos@gmail.com

Lid,

Annemieke Post
Tel: 0031 622 405 845
annapost@outlook.com

Lid, Technische zaken

Maarten van der Heijden
0034 966 875 429
m.vd.heijden1959@gmail.com

Inhoud

Pagina

Overzicht vaste activiteiten	4
Functies en taakverdeling	5
Van de voorzitter	6
Evenementenkalender	7
Bestuursmededelingen, Verslag ALV	9, 11
Geschiedenis Gerard Ruizendaal	15
Eerste NVCB-Podcast	17
Ingezonden	19
Wandelen in Altea	20
Digitaal Boek en Sudoku	23
Kerstmenu, Tapas verrassingen	25
Fotogalerij	27
Weetjes Baking Soda	29
Restaurant recensie Altaia	31
Nuttige telefoonnummers	32
Bridge	33
Martin Overdevest, verzekeringstips	35
Van de chiropractor	37
Adverteerders	38

Op de cover: Picknick plek aan de kust van Cap Negret in Altea

Vaste activiteiten *Alleen toegankelijk voor leden!*

Dag	Aanvang	Einde	Activiteit
Maandag	10.00	12.30	Inloop en inschrijven leden en bloeddrukmeten
	10.30	13.00	Jeu de Boules
	10.00	13.00	Computercafe
	11.00	12.00	Inloop Info verzekeringen door Martin Overdevest
	10.00	12.30	Biljarten Libre
	12.00		Lichte lunch
	13.00	16.00	Entertainment (alleen voor repetities)
	19.30	23.00	Klaverjassen
Dinsdag	10.15	12.00	Biljartles
	14.00	18.00	Bridge (zaal open 13.15).
Woensdag	10.00	13.00	Biljarten Driebanden
	10.00	11.30	Spaanse les gevorderden
	11.30	12.30	Spaanse les conversatie
	13.30	17.00	Klaverjas
	14.30	16.00	Jeu de Boules
Donderdag	10.00	13.00	Schilderen, Tekenen, Beeldhouwen
	13.30	17.00	Lezingen e/o cursussen
Vrijdag	10.00	13.00	Biljarten Libre
	10.30	13.00	Jeu de Boules
	10.00	12.00	Computerhulp, Computerles (alleen na aankondiging)
	11.30	13.00	Spaanse les beginners
	14.00	18.00	Bridge
Zaterdag	10.00	13.00	Biljarten Driebanden
Elke dag			Tennis, na afspraak in Whatsapp groep.

Voor sommige activiteiten geldt dat het nog onzeker is of ze ook echt door kunnen gaan gezien de bijzondere situatie.

Neem bij twijfel contact op met de coördinator van de activiteit, tel. nr. op pag. 5

(pag. hiernaast)



Hoofdsponsor van de NVCB

Hospital Clinica Benidorm HCB komt elke maandag vanaf 11.45 uur in ons clubhuis uw bloeddruk en indien nuchter ook uw suikerspiegel meten.

Funcities/Taakverdeling seizoen 2020-2021

Biljarten	Vacant		
Bridge	José Smit/Corrie van de Vlies a.i.		
Bowlen	Aad Wessling		965 878 814
Bridgeles	José Smit		965 882 173
Computers	John de Kievith		
Coördinatie keuken	Annemieke Post		0031 622 405 845
Evenementen	Vacant		
Entertainment	Marja Beems		0031 652 084 477
Reizen	Roos van Gorp		0031 641 076 470
	Jeanne Hendriks		966 866 017
	Maria del Pilar/Arie van den Oord		
Gastvrouwen	Antoinette Heijnen		
	Greetje van de Berg		
	Hetty de Kievith		
	Chris van Gennip		
	Anne van Empel		
	Anke Kooiman		
Inkoop/ Bar	Wim de Vos		
Jeu de Boules	Cora Copier	(Whatsapp)	603 165 922
Klaverjassen	Martha van Hamelsveld		680 827 342
	Aad Wessling		965 878 814
Wandelen	Ruud en Mia Wijnoltz	(Whatsapp)	0031 654 335 278 619 592 698
Ledenadministratie	Wim Heijnen		administratie@nvcb.net
	Mona Kapsenberg de Cock		
	Ida Oomes		
	Cobi de Dooij-Fuchs		
Spaanse les	Contactpersoon Chris van Gennip		634 366 717
	Docent: Dirk de Vogelaere		
Tekenen/Schilderen	Margaret de Vree		673 397 320
Tennis	Ton van der Klei	(Whatsapp)	681 251 145
Team Redactie Nieuwsbrief	John de Kievith (<i>samenstelling/layout</i>)		redactie@nvcb.net
	Marianne de Wit (<i>samenstelling/layout</i>)		
	Guus Schaaf (<i>acquisitie</i>)		
			0031 648 176 632
Ziekenboek	Gerard Ruizendaal		0034 602 487 811

Van de voorzitter



Op dit moment ben ik in Nederland om mijn dochter te helpen met verhuizen. Ik ben inmiddels een week hier, maar verlang nu alweer naar Altea. Hier in Nederland lijkt de wereld erg klein, met die regen en de kou. sombere, grauwe dagen...bah! Net nu de gezelligheid op de club er aan komt want er zijn weer leuke en gezellige evenementen gepland in december. Hierop kom ik straks terug.

Ik ga eerst even terug naar maandagmorgen 9 november waarop ik voor het eerst de ALV mocht voorzitten. Ik weet dat onze club erg gezond is, maar ik voelde toch een beetje spanning voor de vragen die wellicht op ons afgevuurd zouden worden. Er gaat wel wat veranderen, waarmee sommige leden het niet eens zullen zijn. Gelukkig waren er voldoende mensen aanwezig om te stemmen en dit is dan ook op democratische wijze gebeurd. De redactie heeft verderop in deze Por Favor het verslag van de ALV vergadering opgenomen.

Zoals u weet staat er een heerlijk Kersdiner gepland dat door onze huiskok Rein wordt bereid. En wat dachten jullie van de tapasmiddag op zaterdag 5 december die ook door Rein verzorgd wordt... ook heel lekker! Op 25 december is er een Kerstinloop vanaf 11.00 uur en op 1 januari kunnen we elkaar het beste wensen voor 2021, want vanaf 15 uur is er een Nieuwjaars-inloop.

Toch zijn er nog zorgen. We zijn nog steeds op zoek naar iemand die wat uurtjes aan het secretariaat van onze vereniging wil besteden; het mag ook een andere bestuurstaak zijn want dan kan het bestuur onderling taken wisselen. We hopen echt dat er een lid is die dat tot het goede voornemen van 2021 maakt.

Vanuit het koude Nederland wens ik eenieder een fijne decembermaand, met een goede Kerst, een prettige Jaarwisseling en hopelijk tot 1 januari.

Hartelijke groet,

René Oosterbroek, voorzitter



Evenementenkalender

September

NVCB en het nieuwe normaal

Oktober

Het zal nog langere tijd onzeker zijn welke activiteiten en evenementen er wel en welke niet mogelijk zijn. Het bestuur bekijkt per maand wat er mogelijk is en welke Corona-maatregelen er op dat moment gelden.

November

De themamaaltijden zouden kunnen, maar dan met minder deelnemers en/of verspreid over het terras en zaal.

December

De meeste activiteiten kunnen met wat aanpassingen wel gewoon door blijven gaan zij het met wat meer onderlinge afstand en wat voorzichtigheid. Maaltijden met 80 of 90 deelnemers zoals vorige seizoenen zullen zeker niet meer kunnen. Of de gezellige busreizen nog mogelijk zijn, is afwachten, maar er zijn al ideeën om er toch nog wat van te maken.

Januari

Heeft u ook corona-veilige ideeën? Laat ze weten!

Februari

Op 5 december een heerlijke Tapas middag met tapas van onze kok Rein Krikke.

Maart

En als alles door mag gaan 20 december een grandioos Kerstdiner ook samengesteld en bereid door chef-kok Rein Krikke en het keukenteam NVCB.

April

Er kunnen zeker nog wel enkele evenementen in deze maand georganiseerd worden. We houden u op de hoogte!

Mei

LIBERTYCASHBACK

Wanneer u dat het hardst NODIG heeft

Tot 23 DECEMBER 2020



BENT U REEDS KLANT?

€60 CASHBACK

bij iedere nieuwe polis

NIEUWE KLANT?

€30 CASHBACK

bij uw eerste polis en €60 voor iedere daaropvolgende

Sluit NU eenvoudig een nieuwe auto, opstal, uitvaart of levensverzekering af om in aanmerking te komen voor onze Cashback-actie - want moeilijke tijden verdienen een extraatje!



Er is geen limiet op het aantal polissen en dus geen limiet op het bedrag aan geld terug!



#1 favoriet van de expats

Bezoek uw verzekeringsmakelaar of ga naar www.libertyexpatriates.es

Actie geldig van 27 augustus tot 23 december 2020. Polissen moeten per automatische incasso worden betaald. Alleen voor nieuwe auto, opstal, uitvaart, en levensverzekeringen. Niet geldig voor verlenging of vervanging. Voorwaarden en minimum premie van toepassing in alle gevallen. Bezoek onze website of vraag uw verzekeringsmakelaar voor meer informatie.

Bestuursmededelingen

Weer ruimte voor een reisje?

Het leek er door coronaregels niet in te zitten dit seizoen; weer eens een leuke busreis naar een van die vele fantastische plaatsen waar Spanje zo rijk aan is.

Toch ziet ons reisgroepje wel mogelijkheden; we mogen binnen de provincie nog gewoon reizen dus bestemmingen genoeg.

Gezellig met z'n allen in een bus zal nog even niet gaan, het aantal reizigers in een bus is door corona beperkt en zelf zouden we dat vanwege het risico ook niet willen.

Wat wel kan; dat we gewoon met de eigen auto gaan.... De reisgroep zoekt een bestemming, organiseert alles wat nodig is, zoals reserveren van restaurants, tussenstops en zo nodig een overnachting en wij gaan er gewoon met de auto heen!

In Spanje zijn nog heel veel bezienswaardigheden normaal open, wel met restricties maar we kunnen er heen.

De groep werkt aan concrete plannen, u hoort er zo snel mogelijk meer van!

25 december weer Kerstinloop!

Vrijdag 25 december vieren we Kerst met een gezellige Kerstinloop van 11.00 tot 15.00 uur
koffie en heerlijk kerstbrood is gratis.

Wilt u al wat voorpret? Kom dan helpen met het versieren van de zaal!
Donderdag 3 december om 10 uur.

Nieuwjaarsborrel

Op Nieuwjaarsdag is iedereen welkom voor een Nieuwjaarsborrel. En natuurlijk oliebollen uit eigen keuken!
Vrijdag 1 januari 15 tot 17 uur.

NVCB Open dag!

Open dag? Ja op 9 januari van 11 tot 15 uur houden we een tweede Open Dag. We maken er weer een leuke dag van met hapjes en een drankje. Iedereen is welkom! We hopen onze NVCB zo nog wat meer te promoten.

Zin om te tennissen? Meld u dat bij
Whatsapp 681 251 145

Algemene ledenvergadering goed bezocht!

Toch wel boven verwachting bezochten nog heel wat leden de vergadering. Zie ook het verslag op pag. 11-13.

De vergadering leverde een aparte en (hopelijk) historische foto's op; elke tafel ruim uit elkaar en alle aanwezigen met een mondkapje op, inclusief het bestuur. Het belemmerde het spreken niet heel erg, maar misschien mede daardoor bleven zware discussies uit en werden alle voorstellen unaniem aangenomen.



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

RESTAURANTE nuevo Alcazar

CREATIEVE & SELECTE KEUKEN

Openingstijden keuken:

Middag 13h-15h.
Avond 19h-23h.
MA-DI Gesloten.

LUNCHMENU € 16,50 p.p.



Urb. Panorama. C/Argentina, 2
03530 LA NUCIA (Alicante)
Tel.: 965 873 208

www.nuevoalcazar.com
En op FACEBOOK
(Restaurante Nuevo Alcazar)

Bestuursmededelingen

Verslag van de Algemene Leden Vergadering van de NVCB

Gehouden op 9 november 2020

1. Opening

De *voorzitter* opent de vergadering, deze kon direct plaatsvinden omdat het vereiste aantal leden (1/3) voor het nemen van besluiten, ruimschoots aanwezig was.

De voorzitter heet iedereen welkom en benadrukt dat we door de Corona- pandemie een zwaar seizoen hebben gehad en er ook waarschijnlijk een zwaar seizoen verwacht kan worden.

Er wordt een minuut stilte gehouden i.v.m. het overlijden van diverse leden en ook voor alle Corona-doden.

2. Notulen van vorige jaar worden unaniem aangenomen. Deze notulen zijn in de NVCB Nieuwsbrief "Por Favor" van december 2019 gepubliceerd. Hier zijn geen op- of aanmerkingen op.

3. Ingekomen stukken. Zoals al bekend hebben zowel de penningmeester Kick Schultz als secretaris Patricia Janssen laten weten voorgoed naar Nederland terug te gaan. Aad Kooiman neemt tijdelijk het penningmeesterschap op zich en Annemieke Post het secretariaat. Er is nog een bericht van verhindering van Gerard Ruizendaal wegens ziekte.

4. Het Huishoudelijk reglement en op termijn ook de statuten, zullen op enkele punten worden aangepast:

Art. 9 Van de statuten: Het opzeggen door het niet meer betalen van de contributie komt in de toekomst te vervallen. Men is voortaan lid voor onbepaalde tijd en moet schriftelijk (e-mail) het lidmaatschap opzeggen. Dit is bij de meeste verenigingen en abonnementen zo het geval. Wel wordt erop gewezen dat de statuten daadwerkelijk moeten zijn aangepast voordat dit artikel rechtsgeldig is.

Het Huishoudelijk reglement art.3. lid a. schrijft voor dat het bestuur uit een oneven aantal leden moet bestaan. Dit voorschrift zal komen te vervallen, een even aantal zal in de toekomst ook zijn toegestaan.

Ook zal er duidelijker in komen te staan wat en wie het dagelijks bestuur vormt en wat de taken van de andere bestuursleden zijn. Zonodig kan het aantal bestuursleden worden teruggebracht naar 5 of 6 leden.

Deze aanpassingen van het HR en Statuten ondervinden geen overwegende bezwaren van de leden en kunnen worden doorgevoerd.

5. Verslag van de penningmeester

De penningmeester doet zijn verhaal, voor zover dat mogelijk is i.v.m. de plotselinge overdracht van de administratie na het vertrek vorige penningmeester Kick Schutz naar de huidige, Aad Kooiman.

6. Verslag kascommissie

De kascommissie heeft haar werk gedaan, maar kon geen goedkeuring aan het verslag geven. De commissie, bij monde van commissielid Leon Hermans vindt de uitvoering van de huidige boekhouding op basis van Excel niet volgens de huidige normen, hij acht het te simpel en fraudegevoelig.

Vervolg op pag. 13



SAT 4u

FOR ALL YOUR CONNECTIONS

Gespecialiseerd in TV en internet aan de Costa Blanca

C/ Serra Gelada 66
03530 la Nucia

CANAL DIGITAAL

TV VLAANDEREN

TÉLÉSAT

JOYNE ➔

WiFi

Uw adres voor TV en internet!

Nederlandse TV vanaf €13 per maand en
Vlaamse TV vanaf €10 per maand via JOYNE.
En onbeperkt internet al vanaf €24 per maand!

*Geen zin in gedoe?
Ga dan naar SAT FOR YOU!*

Bryan, Rik en Ferron helpen u graag met:

- Een nieuwe satelliet TV installatie of aankoop advies
- Problemen met uw TV ontvangst of blokken in beeld
- Een snelle en stabiele internet verbinding

Bel nu: 965 020 069

WIRELESS INTERNET

Stap nu over, op internet dat vliegt!

965 020 069
www.sat-4u.es
info@sat-4u.es

Hierop wordt later teruggekomen en wordt uitgezocht hoe we dat toch simpel kunnen houden, maar wel deugdelijker.
Nieuwe kascommissie voor volgend jaar is Leon Hermans voor 2^e periode en Nel Kienen 1^e periode.

7. Verkiezing hoofdbestuur

Er zijn geen nieuwe kandidaten voor het bestuur. *Annemieke Post* is aftredend en weer herkiesbaar.

Ton van der Klei treedt af en stelt zich niet herkiesbaar, hij wordt bedankt en krijgt een presentje aangeboden voor zijn bewezen diensten. Ton blijft wel beschikbaar als vrijwilliger.

Maarten van der Heijden licht het onderhoud toe met daarin de evt. kosten voor het komend jaar. O.a. opknappen van het terrasdak en de akoestiek. Maar ook veel kleinere dingen die door het Corona zijn blijven liggen.

8. Contributie

Er wordt vastgesteld dat de contributie voor het seizoen 2020-2021 gelijk blijft.

9. Rondvraag.

Annemieke Post doet een oproep om meer mensen leiding aan de keuken en evenementen te geven. Zij wil eigenlijk stoppen maar zal de club niet in de steek laten en de opvolging afwachten.

Zij wijst verder de leden op de mogelijkheid hun nalatenschap aan de vereniging NVCB met een Legaat te gedenken.

Annemieke wijst erop dat we een inmiddels een geavanceerd en functioneel koffiezet apparaat hebben waarmee diverse soorten koffie en warme dranken gezet kunnen worden.

Corrie van der Vlies vraagt of er niet meer NVCB nieuws in het weekblad "De Week" geplaatst kan worden. Andere verenigingen lukt het ook om regelmatig actueel verenigingsnieuws te plaatsen.

Albert Bausch wijst erop dat de digitale versie van de Por Favor vele nieuwe mogelijkheden biedt, zoals de links naar Podcasts. Hij is bezig eigen NVCB-podcast producties te maken voor publicaties via de diverse internetmogelijkheden. Hij vraagt daarvoor materiaal aan te leveren door mooie of leuke verhalen over vroeger te vertellen of andere ideeën aan te leveren. Dat kan ook anoniem.

10. Sluiting

De voorzitter bedankt de aanwezigen en deelt mee dat er nog een glaasje is voor iedereen.



Verslag *Annemieke Post*

En dan nog dit:

We hebben geen bibliotheek meer maar wel een volle boekenkast waaruit gratis geleend mag worden. Een kleine vergoeding in de foienpot op de bar wordt gewaardeerd!

Elke donderdagmorgen Creatief met alles en nog wat. Kom ook eens kijken!

Maandagavond en woensdagmiddag klaverjassen. Gezellige groep en geen mes op tafel!



Café Bistro Déjà Vu
Haring vers van het mes, kibbeling, lekkerbekjes, Hollandse snacks, salades, burgers, koud bier en heerlijke wijn op het mooiste terras van Alfaz!

Café Bistro Déjà Vu
AV. País Valencia 25
03580 L'Alfaz del Pi

☎ 966 580 211

f i



EL CASTILLO
Restaurant & Events

Calle Castell 4
L'Alfàs del Pi
☎ 965 886 205
elcastilloalfaz@gmail.com

f i

El Castillo Restaurant & Events

Al 5 jaar hét Menurestaurant met weekends heerlijk dagmenu. Dé plek voor een geslaagd diner in een gezellige ambiance!

Wij doen ook bezorgen en catering! Van 1 tot 100 personen, vraag naar de voorwaarden. kijk op www.elcastilloalfaz.com of bel 628 654 925



Daily Catch Benidorm
Puntzakken verse friet, heerlijke kibbeling, lekkerbekjes, Hollandse snacks, etc. Wij zitten op de Levante Boulevard met prachtig uitzicht!

(Sea)food, drinks & more

Daily Catch
The best Fish & Chips on the costa Blanca!
Levante beach, Benidorm

Avenida Ricol 13F
03503 Benidorm, Alicante
865 526 789
Next to Daytona Rockbar



ZONDER ZORGEN

OHNE SORGEN

WITHOUT WORRIES

Verzekeringen - Insurances
Versicherung

Passeig de la Mitja Llégua, 23, Arabí Plaza - Alfaz del Pi
Tel.: 96 686 06 11 - Fax: 96 686 06 10
Avda. de la Almadraba 2 local 9 - El Campello
Tel.: 96 563 64 94
CC Bahía de las Dunas - San Fulgencio
Tel.: 96 672 80 01 - Fax: 96 672 80 69
info@annemiekerood.com - www.mcsverzekeringen.net



ANNEMIEKE
ROOD Verzekeringen

Geschiedenis, door Gerard Ruizendaal

In 1990 besloot mijn vrouw om in Spanje te gaan wonen en ik moest mee. Goed idee, dacht ik want eigenlijk wilde ik zelf ook wel gaan. In die tijd waren heel veel zaken nog anders dan nu. Zo hadden we alleen maar een Spaanse zender op TV. Die gaf nieuws- en vermaakuitzendingen.

Het vermaak bestond, iedere avond, uit een groepje mooie, jonge, schaars geklede dames op rij, die o.a. met hun handen kruikjes voor hun blote borstjes hielden.

Dat kwam iedere avond terug. Voordeel was dat je de Spaanse taal hiervoor niet machtig hoefde te zijn.

De Golfloorlog beheerste het nieuws en ik weet dat er in de omgeving van Murcia een militaire basis was, van waaruit de gevechtsvliegtuigen naar het oorlogsgebied vlogen. De Nederlandse satelliet-zenders kwamen hier pas vele jaren later, en toen werd de TV eindelijk beter te volgen. De eerste satelliet ontvangers werden verkocht. Je moest wel voor ontvangst ook een decoder aanschaffen. Doordat er aanvankelijk geen Nederlandse tv was, zochten de Nederlanders en ook veel Engelsen het vertier buitenshuis. De Nederlandse vereniging werd druk bezocht en telde veel leden. Rond de 350.

Er was indertijd een familie Loef, die zeer actief voor onze vereniging was. Hans Loef was voorzitter van de NVCB. De oudste zus Alie was voorzitter van de afdeling bridge maar ze gaf ook bridge-lessen. Ook Corrie Loef gaf leiding aan een beginnersgroep. Er werd ook veel aan square dansen gedaan. Henk van Wees gaf samen met Corrie Baans de lessen in het square dansen en er waren wel 50 deelnemers.

Zowel de afdeling bridge als de afdeling klaverjas liepen als een trein in die tijd. 8 à 10 Bridgetafels was heel gewoon en bij klaverjassen was de zaal vol.

De NVCB was in die tijd gehuisvest in de bovenzaal van restaurant Los Rubios aan de N-332.

Het lokaal was geschikt voor maximum 100 personen. Zou in deze Corona-tijd niet meer kunnen. In de winter werd de ruimte verwarmd met verrijdbare gaskachels. Als het druk was had je eigenlijk geen verwarming nodig.

De ventilatie zou Maurice de Hond zeker hebben afgekeurd. We moesten wel via de stenen trap met de gammele leuning naar boven. Dankzij het grote aantal leden konden we later een traplift bekostigen.

We hadden geen keurige jeu de boules banen maar wierpen onze ballen met een plof in het overvloedige grind. Jaren later hebben we 8 stuks jeu de boules banen aangelegd.

Theo Muileboom had de leiding bij het boulen en voerde de nummertjes voor de indeling van de teams in. Iedereen speelde zo met iedereen.



We hadden toen ook een schilderteken afdeling. Ook andere creatieve werkvormen, zoals als pergamano, figuren knippen kwamen aan bod.

Ook was er altijd een cabaretgroep. Zij hadden, evenals nu, jaarlijks een speciale avonden, waarop hun satire en toneelstukjes werden opgevoerd en die werden druk bezocht.

Verder was een zeer actieve wandelafdeling. Op zaterdagochtend waren er 30 tot 40 deelnemers. Door de weeks werd er "voor" gewandeld, om er zeker van te zijn dat de paden door de vele nieuwbouw niet waren geblokkeerd. Tijdens of na het wandelen gingen we meestal met de hele groep gezellig eten. Het was er zo gezellig, dat mensen, die niet mee liepen, vaak wel mee gingen eten. John Sterk vond het soms leuk, om halverwege de route met een pan met warme soep langs de weg te staan.

Lees verder op pag. 17

Thuiszorg op elk niveau:



966 805 714

24 uur per dag bereikbaar

**Huishoudelijke verzorging
Persoonlijke verzorging
Verpleegkundige hulp
Gespecialiseerde verpleging
Particuliere zorg**

- Rollator-Badplank-Bedverhogers-Toiletverhoger € 3,00 per week
Rolstoel € 12,00 per week.
- Wij verhuren ook vele andere hulpmiddelen zoals Douche- en Postoelen
Antidecubitus matrassen-Looprekken etc.
- Wij kunnen u ook helpen met het huren of kopen van een Scootmobiel.

966 805 714

24 uur bereikbaar

**www.dethuiszorgsl.com
zorgserviceflor@hotmail.com**

Telefonisch 24 uur bereikbaar ook voor hulpmiddelen bezorgen of ophalen.

We schreven al dat Albert Bausch de Por Favor zal verrijken met een maandelijkse Podcast.

Hier is zijn eerste NVCB 'productie' waarin enkele bekende leden hun zegje doen over het Sinterklaasfeest.....

Eerste NVCB-Podcast!

Deze eerste podcast is anders geworden dan het script voorschreef.

Misschien heb ik mij wat teveel laten leiden door mijn gasten die enthousiast vertelden over onze Nederlands NVCB Sinterklaasfeesten in heden en de vorige eeuw.

Ondanks de waarschuwing van John als lid van de redactie: 'het gaat om kinderen' werd deze eerste uitvoering toch meer een satire, is ook leuk....

Hier dus de eerste NVCB-podcast. Met dank voor de spontane medewerking van Annemieke, Guus en Leen.

Wij zijn ook nog benieuwd welk advies onze voorzitter René, nu in Nederland, van de echte Sinterklaas zal krijgen over hoe het feest hier het volgend jaar nieuw leven in te blazen.

O ja, deze podcast is nogal satirisch, dus niet bedoeld voor kinderen met een vast Sinterklaas geloof...



Albert

In de volgende podcast wordt onze NVCB geschiedenis belicht. Heeft u een idee of een concrete bijdrage! Aarzel niet! Mail naar: Ajbausch@me.com

Klik op dit logo en u hoort de eerste NVCB Podcast
Geluid aan!



Deze PodCast is ook te beluisteren op Spotify e.a.

Vervolg pagina 15

In die tijd was Alfaz het dorp waar de Spanjaarden woonden. Albir bestond uit een supermarkt en een café-restaurant Miramar, waar tegenover een groot flatgebouw voor medewerkers van de bank en enkele verdwaalde huizen stonden van de vissers. Er was een grote camping van een Nederlandse eigenaar.

De vissersbootjes op het strand voerden elke avond uit en het land langs de rivier was drassig en stond regelmatig onder water.

Het is nu allemaal volgebouwd met appartementen gebouwen. Toentertijd heeft men vastgelegd dat deze niet hoger mochten zijn dan 5 etages. Het mocht niet op Benidorm lijken.

Enkele malen per jaar werd er een feestavond door het bestuur georganiseerd waar squaredance afdeling optrad en/of werd al dan niet op livemuziek gedanst.



Met enige regelmaat verlang ik terug naar die tijd.

Gerard Ruizendaal



Vamos a comer

Restaurant LaCena by Nola

Dagelijks geopend van 10:00 tot 23:00 uur

U kunt bij ons op elk moment van de dag genieten van verse en huisgemaakte gerechten met een goede huiswijn en leuke bediening!

Ontbijt met verse jus d'orange, mini baguettes, beenham, kaas, jam en uiteraard een lekker kopje koffie voor € 8,95 p.p.

Lunch met een verse rustieke baguette, verse pasta, salade of bijvoorbeeld een lekkere saté met huisgemaakte friet € 10,95 p.p.

Diner met keuze uit diverse vlees en visgerechten. Of kies voor een wisselend 3- gangen menu vanaf € 15,95 p.p.

Geniet van een **borrel** met een lekker kaasplankje, bitterballen of met onze pittige gehaktballetjes.

Wij hopen u snel in ons restaurant tegemoet te zien!

Hartelijke groet, Laura & Richard

El Albir, Av. del Albir 58, (naast de Parking-zondagmarkt)

Voor reserveringen belt u met +34 966 864 190

Atea, Paseo de Mediterraneo 20, (Boulevard) tel: 965 779 771

Mail: lagenabynola@outlook.com

Calpe, Calle Dinamarca 4, tel: 965 977 894

Nu ook: Altea, LaCena by Nola-Beach,

Carretera del Albir 20 Edificio Sol, Sotano. tel: +34 965 087 959



Vamos a comer



Ingezonden



Chef kok Javier nu eigenaar Nuevo Alcazar.

De passie voor koken en goed werk is wat ons door dik en dun beweegt. Dat is ons motto sinds wij vanaf 2006 aan het roer van de keuken staan en ik vanaf mei van dit jaar samen met mijn vrouw Estela de enige eigenaar ben van de Nuevo Alcazar.



Dit geeft ons de kracht om van ons restaurant een plek te blijven maken waar het beste van de internationale en mediterrane keuken samenkomt, met onze eigen creaties en klassieke gerechten die het Alcázar tot een referentie hebben gemaakt aan de Costa Blanca. Het is een warm, elegant restaurant waar wensen worden omgezet in heerlijke lekkernijen voor de smaakpapillen.

We gebruiken alleen de beste seizoens ingrediënten, met suggesties die onze gasten gerechten brengen waar verbeeldingskracht en harmonie samenkomen. Naast onze verzorgde menukaart bieden wij wekelijks wisselende menu's aan voor € 16,50!

We hebben een van de ruimste restaurants en een van de gezelligste terrassen in de omgeving. Waar veiligheid en speciale maatregelen naar de huidige situatie ons benadrukken en ervoor zorgen dat u zich alleen maar zorgen hoeft te maken over het genieten. Tot ziens in ons restaurant!



Javier Boccalandro

Ons bereikte het trieste bericht dat ons lid Titus Rutten op 7 november is overleden. Titus is slechts 67 jaar mogen worden. Wij wensen Anita en hun kinderen veel sterkte met dit grote verlies en hopen haar later toch weer in Spanje te kunnen verwelkomen.

Bestuur NVCB

Korting voor NVCB-leden bij restaurant Buena Vista!

Op vertoon van uw lidmaatschapskaart krijgt u bij Buena Vista het dagmenu voor 12.50 i.p.v. 14.50 euro!

U kunt nu voor het hele seizoen lid worden!

Dat kan door eenvoudig € 70,- over te maken naar banknummer:

ES34 0075 1294 6506 0005 2973

t.n.v. Penningmeester NVCB

Wel even vermelden: "lidmaatschap 2020-2021"

Liever in Spanje blijven met 24 uren zorg? Dat kan met uw eigen zuster in huis!

Al geruime tijd woont of verblijft u in Spanje. Indien u of uw partner niet meer zelfstandig thuis kan zijn, bent u op zoek naar een prettige oplossing van zorg, waardoor u kunt blijven genieten van uw verblijf in Spanje. Zuster in Huis, biedt 24 uren zorg als een prettige oplossing. Zuster in Huis werkt met Europese verzorgenden die speciaal voor u naar Spanje komen en tijdelijk, bij u inwonen. Hierdoor is uw zorg persoonlijk en exclusief.



Onze zorg kan betaald worden uit het Persoons Gebonden Budget (PGB)

Voor een PGB dient u nog wel ingeschreven te zijn in Nederland. Wij zijn uiterst deskundig bij het regelen van de benodigde zorgovereenkomsten en om onze zorg uit PGB vergoed te krijgen. Bent u resident in Spanje, dan kunt u geen beroep doen op het Nederlandse zorgstelsel. U dient de kosten voor de zorg dan zelf te betalen.

Exclusieve samenwerking met Anneke Integral Care Services

Zuster in Huis is een dienst van Global Care Capacity B.V. en werkt aan de Costa Blanca exclusief met: **Anneke Integral Care Services.**

Meer weten over onze 24 uren zorg?

Voor meer informatie of het inplannen van een huisbezoek kunt u contact opnemen met ons kantoor **+31-10-4659797** of mailen met info@zusterinhuis.es. U kunt ook bellen met Anneke Integral Care Services in Spanje; **+34 966 814 034**



Prettige Zorg



Goede Zorg



Betaalbare Zorg

Wandelen in Altea

Ik neem u mee naar onze wandeling van 6,5 km op zondag 1 november jl. Zoals gebruikelijk startten we vanaf de apotheek op de N-332 bij Cap Negret.

Dit keer wandelt Aad Kooiman met Janus en mij mee. Dat is erg leuk omdat hem weer andere dingen onderweg opvallen en hij er alles over weet te vertellen.



We steken over en vervolgen onze weg via Partida Cap Negret langs het spoorlijntje.

Toevallig komt daar net de trein aan.



Links de nog in bloei staande bourgainville. Op een vorige wandeling vertelde Aad ons nog dat de Oleander die je hier in Spanje veel ziet staan erg giftig is. Dus oppassen en vooral niet aankomen!

Bij het stationnetje slaan we rechts af en hebben we een prachtig uitzicht op de Bernia.



Aan de andere kant van de weg zien we een plaats waar het onkruid en snoeiafval van struiken wordt verbrand. Je ziet en ruikt de rookpluimen vaak al uit de verte. Niet iedereen is hier blij mee.



We laten Finca Montemolar rechts liggen. Links en rechts passeren planten en andere zaken die we willen toelichten.



We passeren een grote ficusboom. In de Nederlandse huiskamers zie je ze alleen als kamerplant.



Een nieuwe oogst van de sinaasappelen hangt alweer in de boom.

Van deze pijnboom, de "Pinus" worden volgens Janus scheepsmasten gemaakt omdat ze zo lang en recht zijn.



Daarna lopen we voorbij vruchtbomen die zijn afgeschermd met een fijn net. Janus weet te vertellen dat ze zijn bedekt om ze te beschermen tegen de felle Spaanse zon.



Langs nagenoeg elke wandelroute treffen we de Venkel plant aan.

Als je de bloesem in je handen neemt en wrijft ruikt het naar anijs.

Verder op pag. 23.

Het zijn Nispero-bomen die oorspronkelijk uit het koelere Japan komen en daarom niet heel goed tegen de felle zon kunnen.



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.
- De Nederlandsche Huiskamer, dagopvang.
- Montebello Thuiszorg is gecontracteerd door meerdere zorgverzekeringen.

www.montebellothuiszorg.com
montebellothuiszorg@gmail.com

**Zin in een steengoed kort verhaal?
Klik op het boek!**

Deze keer korte verhalen van 10 bekende schrijvers, zoals: Maarten Biesheuvel Martin Bril en Cees Nootenboom



Uurtje over? Doe een Sudoku!

Via de onderstaande link kunnen de Sudoku-liefhebbers hun hart ophalen, zoveel Sudoku's als men wilt! De niveau's gaan van heel "makkelijk" via "moelijk" naar "duivels"!

Bij het knopje "Nieuw spel" krijgt u met het nieuwe spel ook een ander niveau, is dat te moeilijk kies dan gewoon opnieuw!

Naar de sudoku's

moeilijkheidsgraad: extra makkelijk, tijd: 00:00:22

3		6		1		9	5	
5					8	4	6	
			9					
								1
1				4	6			5
			6	5			1	4
				4	9			
	3		8			2		

Voorbeeld

- Check
- Oplossen
- Lezen
- Opnieuw beginnen
- Nieuwe opdracht
- Afdrukken

We slaan aan het eind van de weg rechts af, richting kust. Het loopt iets omhoog. We passeren een prachtig huis met veel bloemen. Even verder steken we de N-332 over. Als we doorlopen bereiken we de kust van Cap Negret en slaan links af richting Porto Senso.



Onderweg is een oude kazerne waar je op een paar bankjes kunt zitten onder bomen met een prachtig uitzicht op zee. Verderop heb je een ware picknickplaats.

Via het hondenstrand bereiken we de jachthaven van Porto Senso waar allerlei vaartuigen en jetski's te huur zijn. Aan de kop van de haven is een bar waar je ook kunt eten. Wij gebruiken er een consumptie.



Hierna keren we direct langs de kust terug naar de apotheek waar de auto staat. We passeren diverse restaurantjes. MdW



HCB, uw Nederlands ziekenhuis aan de Costa Blanca

HCB functioneert als Nederlands ziekenhuis:

Nederlandse artsen, Nederlands facturatiesysteem, en een compleet team toegewijd aan de Nederlandse en Belgische patiënten.

Contactpersoon Astrid ten Zeldam



639 312 615

atenzeldam@clinicabenidorm.com

Ambulance en eerste hulp

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

HOSPITAL CLINICA BENIDORM	HCB SALUS ALBIR	HCB ASISTEL MORAIRA	HCB CALPE
hospital@clinicabenidorm.com 96 585 38 50	info.albir@clinicabenidorm.com 96 686 86 38	asistel@clinicabenidorm.com 24 HS 96 649 50 06	calpe@clinicabenidorm.com 96 607 27 37



www.clinicabenidorm.com

Kerst 2020

NVCB Kerstdiner

Ons traditionele Kerstdiner op zondag 20 december belooft weer heel bijzonder te worden. Rein Krikke heeft weer een heerlijk menu samengesteld.

De prijs is € 25,- voor leden en € 27,50, voor introducés, inclusief wijn en koffie.

Wel is het zo dat deze keer elk lid maar één introducé mag meenemen. Dat is omdat het aantal deelnemers beperkt is om aan de coronaregels te kunnen voldoen. Helaas is het maximum aantal deelnemers daarom al bereikt.

Wel kunt u zich nog aanmelden als reserve voor het geval er eventueel plaatsen openvallen..

NVCB evenementen

Kerstmenu NVCB 2020

Garnalen cocktail of kip cocktail

Ossenstaartsoep

Spoem

Eendenborstfilet met sinaasappel portsaus en pastinaakpuree.

Lamsrollade met gepofte knoflook en Uien

Aardappelcroq. 2 soorten groenten in schalen op tafel.

Trifle van vanillecreme, bosvruchtencouli en crumbles.

Koffie met friandise
Incl wijn en een glaasje Cava.



5 december: Tapas verrassingen

We laten ons niet kennen! Na de, vanwege Corona uitgestelde, Tapas-middag van 15 maart gaan we het gewoon opnieuw proberen!

Onze vaste gelegenheidskok Rein maakt ook nu weer speciaal voor de leden van de NVCB een waar Tapas-Feest!



Voor iedereen
meerdere soorten tapas
zowel warme als koude
incl. een glas sangria!

Toegang voor NVCB-leden: 10 euro
Zaterdag 5 december om 14.30 u.
Zaal open 14.00 u.

Uw bed is opgemaakt.

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



Partida Planet 177
ALTEA

T 965 841 399
Ma. t/m Vri. 10.00 – 19.00
Zaterdag 10.00 – 14.00

yorkshirelinencostablanca.com

Foto galerij

Hier weer een paar foto's die de in afgelopen maand zijn genomen, ook een beetje als bewijs dat corona de club niet klein heeft gekregen. Hoewel, minder leden maar met inachtneming van de regels lukt het aardig om nog heel wat te organiseren. Zo was de barbecue weer heel geslaagd, ondanks mondkapjes en op het terras verspreid opgestelde tafels. De wekelijkse natuurwandeling heeft ook steeds meer deelnemers, niet zo vreemd want het achterland van de Costa is overweldigend mooi en ruig. Het is een genot om daar te kunnen wandelen.



Rian van Rijsbergen
 therapeute ECP
 psychische problemen en hun lichamelijke gevolgen
 www.rianvanrijsbergen.com - www.laverderol.com
 tel: 619876062

Alfaz del Pí - Alicante - Altea - Benissa - Torrevieja

de week



Al 9 jaar het meest gelezen Nederlandstalig weekblad van Spanje

www.deweek.net
 info@deweek.net

Uw expert en satelliet televisie en internet sinds 1995

Satcom
 DIGITAL CALPE



- TELÉSAT
- CANAL DIGITAAL JOYNE
- TV VLAANDEREN
- SATELIET TV
- INTERNET
- VOIP TELEFONIE

SATCOM IS VERHUISD
 Avenida de Ifach
 11
 Calpe 03710

Openingstijden:
 maandag t/m vrijdag
 09:30 - 15:00 uur

Avenida de Ifach 11 Calpe 03710

Tel.96 588 22 88 - Mob.609 71 51 45 info@satcomdigi.com - www.satcomdigi.com



Weetjes

Baking Soda, een wondermiddel

Dit is de laatste aflevering van deze serie over Baking Soda hoewel er nog veel meer mogelijk is met dit middel. In het volgende nummer weer andere weetjes.



Baden

Zout heeft een zuiverende werking. We kennen allemaal de invloed van de Dode Zee op de huid. Zelfs in kuuroorden wordt dit feit gebruikt. Zo ook met Baking Soda, je huid wordt gezonder. Gebruik: Strooi ongeveer 100 gram in je badwater.

Shampoo

Gebruik: 1 eetlepel Baking Soda met een kopje water mengen en gebruiken als shampoo, na 1 minuut uitspoelen.

Scrub of masker

Gebruik: 1 eetlepel lauw water en 3 eetlepels Baking Soda.

Snijplanken schoonmaken

Gebruik: bestrooien met het poeder, even schrobben en afspoelen.

Aanslag

Van bijvoorbeeld thee of koffie in je kannen. Gebruik: spoel de kan om, strooi het poeder langs de kanten en veeg het met een vaatdoek uit, omspoelen.

Pannen schoonmaken

Gebruik: Dep de natte (schuur)spons in het poeder, poetsen en naspoelen.

Oven en magnetron

Gebruik: Dep de natte spons of vaatdoek in het poeder, insmeren en met een schone doek na.

Opgedroogde bloedvlekken

Gebruik: 3 eetlepels in een teiltje water, laten weken en daarna uitwassen.

Stickertjes verwijderen

Gebruik: 2 eetlepels Baking Soda en 2 eetlepels water mengen en uitwrijven, afnemen met vochtige doek.

EURO-CARS * LA NUCIA

VERKOOP VAN 2de HANDS AUTO'S

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

www.eurocarslanucia.com

Tel. 96 687 3860

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

Verhuizen Bel Nico

- Lokale verhuizingen aan de Costa Blanca
- Internationale verhuizingen van en naar Nederland
- Meubelopslag
- Verhuislift tot 21 meter
- Verhuisdozen verkoop



C/ De la Teuleria, Nave 2
Poligono Pla de Terol
Polop de la Marina

Nico Verhuizingen S. L.

(+34) 636 028 823
nico.oud@hotmail.com

• • • • • www.verhuizenbelnico.com



Hotel restaurant
ALTAIA
C/ San Pere 26
Altea

Beoordeling
Sfeer **7,5**
Eten **7,4**
Bediening **7,6**

Er was een Tapas-week in Altea en dan is de smulpaap actief om dit leuke gebeuren goed te beleven en te volgen. Zo weer eens bij andere adressen en het idee om het restaurant te proberen. Op een zondag togen wij dus naar dit hotel. Het is daar leuk zitten omdat je boven de looproute zit, wel contact hebt met de straat en een mooi uitzicht op zee.

Het dagmenu heeft uit 5 voorgerechten waaruit je kunt kiezen: w.o. mossellen, tacos met gefrituurde camembert en sla d' Altaia. Er waren 5 hoofdgerechten w.o., solomillo iberico, arroz negro, bacalao, chuletitas de lechal al chimichurri. En er waren 4 toetjes: tarte de queso, crepes met nutella, fruit, en ijs met aardbeien en slagroom en incl. 1 drankje. Kosten slechts 18,00 euries, en dat op deze mooie locatie. De tafeltjes zijn voorzien van linnen en het bestek wordt in een papieren koker met een papieren servet voor u neergelegd.

Wij wilden vandaag echter wat anders en eerst maar een wijntje. Ik vroeg om een witte en mocht beide proeven. De eerste was mij te zuur en toen de Verdego kwam had mijn lief ook voorkeur voor deze (€ 3,50 per glas). Ook een watertje (€ 2,50); is niet echt goedkoop.

Ik wilde graag de gefrituurde inktvisringen proeven, deze kwam met aioli van inktvis mayonaise (dus zwarte). Verder werd een broodje gebracht lekker uit de oven. Bij de wijn kregen we lekkere pittige olijven (hierom hadden we gevraagd). De prijs voor de inktvisringen was € 10,00 euro en we deelden dit samen. Het was best veel en het was erg lekker. Mijn partner koos voor vis in het zout (€ 17,00) en ik voor de tarbot (roda-ballo) (€ 18,00). Nog een wijntje verder kwamen de gerechten. De vis in de zoutkorst werd voorzichtig ontleed. De bovenkant was gaar en de rest niet. De gare filets werden geserveerd en de rest ging weer naar de oven. De groenten werden op een apart schaalje geserveerd pompoen, paprika enzovoort. Wij aten de vis op en even later kwam het restant van de vis maar deze was nog niet gaar en we hebben hier toen van afgezien. De tarbot was een mooie moot zonder graat en heerlijk gekruid echt heerlijk. De gediensstige ober vond het niet leuk maar hij zei dat ze pas een nieuwe elektrische oven hadden en blijkbaar vergeten waren de bodemwarmte te regelen. Cortado toe (€ 1,30) en café con leche (€ 1,60). De ober verontschuldigde zich voor het gebeuren en wij hoefden de vis in het zout niet te betalen. Toch goed gegeten.

Smulpaap Jean G

Nuttige telefoonnummers

Dringende oproepen
112

Nederlands Consulaat
966 875 932 + 75 (Madrid)
Belgische Consulaat
965 929 147 + 48

Brandweer
965 854 080

Politie Dringend
091 / 092

Politie Lokaal
966 807 766

Politie Nationaal
966 831 930

Guardia Civil
965 850 330

Toeristische info
965 851 311 + 965 853 224

Gemeentehuis informatie
966 815 428

Clinica Benidorm
965 853 850

Clinica Benidorm Ambulance
900 380 088

Euro Clinica La Noria
965 868 891

Euro Clinica Albir
966 865 103

Euro Clinica Rincón
966 830 849

Hospital de Levante
966 878 787

Hospital de Levante Dringend
900 223 344

Hospital Villajoyosa
966 859 200

Taxi's
965 862 626 - 965 861 818

Special Las Coronas

€ 18.95

Menu Las Coronas

- Franse uiensoep
- Salade met gerookte zalm, zachtgekookt ei, mierikswortel mayonaise
- Rundercarpaccio met pijnboompitjes, spekjes, kappertjes, rucola, kaas en pesto.
- 'Vitello tonato' dungseden varkenslende met tonijn en mayonaise
- Garnalenkroket met whisky cocktailsaus



- Kogelbiefstuk met pepersaus
- Merluza gemarineerd in Tandori met frisse komkommersalade
- Varkenshaas medaillons met aardappel-puree en Calvados saus
- Tagliatelle met kipfilet, bacon, rucola, Parmezaan en pesto
- Thaise viskoekjes geserveerd met salade en een zoete chili saus



- Chocolate brownie met roomijs
- Mandarijn sorbetijs
- Koffieijs met koffie likeur
- Huisgemaakte lemon cheesecake
- Koffie of thee

Allergenen-informatie beschikbaar op aanvraag. Informeer uw ober als u allergieën of intoleranties voor voedsel heeft.



BRIDGE

Heel langzaam zien we bekende gezichten weer opduiken maar het zijn er nog steeds heel weinig. Dat geldt helaas ook voor onze hele club. Wij bridgen op het ogenblik met 3 à 4 tafels en zijn blij dat we dat toch weer kunnen doen in deze moeilijke 'Corona' tijd. Wij bridgen zo veilig mogelijk, met mondkapje op, dubbele tafels, dus meer afstand en wij houden ons aan alle voorschriften.

We hebben ook een bijzondere verjaardag gevierd. Anneke Carrière is 90 jaar geworden. Geweldig om zo fit oud te worden en nog steeds een goede bridger te zijn!

Wij hopen natuurlijk wel op betere tijden maar genieten ook van hetgeen we wel weer mogen en kunnen.

Door ziekte van José Smit neem ik tijdelijk het coördinatorschap over en wens José sterkte en beterschap.

Veel bridgeplezier, *Corrie van der Vlies*



Het bestuur wenst u fijne feestdagen toe.



Anneke



Gefeliciteerd!



FLORES
TOTAYS
NALATENSCHAPPEN

Nalatenschappen
Testamenten Nederlands erfrecht
Belastingen Niet-Residenten
Vastgoedtransacties

mr. Samuel C.R. Totays
618 552 470 (Spanje)
055 - 80 80 225 (Nederland)
E: samuel@nalatenschapspanje.nl
W: www.nalatenschapspanje.nl
Consult: bij u thuis of op locatie

Uw Nederlandstalige oogarts aan de Costa Blanca



EYEDOCTOR
C O S T A B L A N C A

Clínica Oftalmologica

Carrer W.A. Mozart 15, 03581 l' Alfás del Pi, Albir

tel. 966 866 600

www.eyedocctorcostablanca.com



RESTAURANT D'ELS ARTISTES



Elke dag geopend vanaf

*Wij bieden u iedere dag een lunch-menu aan
bereid door onze chef-kok.*



13.00 uur

Plaza de la Iglesia 6 Altea

Tel.: 96 584 12 69

Boven bij de kerk

Voorgerechten :

Spaghetti Bolognese, Vissoep
Gemengde Salade of Serrano Ham
Garnalencocktail, Hertenpaté
Rundercarpaccio

Hoofdgerechten :

Varkenshaas met Champignonsaus
Mixed grill
Entrecote met pepersaus of
champignonsaus (supplement € 2,00)
Zalmfilet of Dorada (supplement € 2,00)
Groenten en frites

Dessert : van het huis

Alles in zéér hoge kwaliteit vlees en vis

€ 17,-

incl. wijn, brood en aioli.

Martin Overdeest

Deze, bij ons welbekende verzekeringsman, wil elke maand een antwoord geven op vragen over verzekeringen en aanverwante zaken. Hebben de beveiligingen op/aan uw huis invloed op de verzekeringspremie?

Hebben de beveiligingen op/aan uw huis invloed op de verzekeringspremie?

Ja. Deze hebben invloed op de premie als het gaat om hogere verzekerde bedragen voor de inboedel. Er is er dan een mogelijkheid dat de maatschappij rejas (stalen hek/traliewerk) verlangd, maar deze moeten wel alle ramen hiervan voorzien zijn (is er voor 1 raam/opening geen reja; dan heeft men voor de maatschappij geen rejas).

Helaas zijn rolluiken en persianas geen veiligheidsmaterialen voor de maatschappij. De maatschappij kan tevens een alarm verlangen, maar dit dient wel aangesloten te zijn bij een geregistreerde alarmcentrale.

Bij het vermelden van een alarm bij de aanvraag van een verzekering, is er een kleine korting op het premiegedeelte van de inboedel; maar dan gaat de maatschappij ervan uit dat deze ook werkelijk altijd aanstaat aangesloten alarm verlangt, vermelden wij het alarm niet op het aanvraagformulier om eventuele 'vergeten te activeren' te vermijden.

Voor meer informatie neemt u gerust contact met ons op.

Met vriendelijke groet,

Martin Overdeest

CBK EXPAT – Central Broker Expat S.L.
Av. del Albir 155 (C.C. Monver) Loc. 23
- Albir - Alicante - España
Tel.: +34-966800020
www.cbkexpat.com



Al 20 jaar
uw vertrouwde
Nederlandse
polikliniek

EURO
CLÍNICA RINCÓN

Tandarts

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

Nieuwe Nederlandse huisarts:
Dr. Judith van Bergen
's morgens 10.00 - 13.00 op afspraak
's middags na 15.00 uur op afspraak

Polikliniek Benidorm:

Orthopeed	Longarts
Gynaecoloog	Neuroloog
Cardioloog	Radioloog
Dermatoloog	Chirurg
Uroloog	

Fysiotherapie & Rehabilitatie
Laboratoriumonderzoek
Digitale röntgenfoto's
Slaapapneu onderzoek
ECG / Echo / Mammografie
24-uurs ECG
24-uurs bloeddrukmeting
Densitometrie (DEXA)
Medisch pedicure

Trombosedienst
Maandag en donderdagochtend

Thuiszorg
Een enthousiast professioneel team biedt u verpleging en verzorging aan op alle niveaus.
Tel.: (0034) 608 218 626 (24 uur)
thuiszorg@euroclinarincon.com
www.thuiszorgeurocarincon.com

Voor afspraken en meer informatie
Tel.: (0034) 966 830 849
Maandag t/m vrijdag 9.00 – 18.00 uur

Voor spoed en huisbezoeken
Tel.: (0034) 965 867 801
info@euroclinarincon.com
Avda Dr. Severo Ochoa 6, Benidorm

Schrijf u in voor onze nieuwsbrief via onze website:
www.euroclinarincon.com

API INGBORG POSTHUMA
ALTEA - COSTA BLANCA - SPAIN

Drs. Bedrijfseconomie, Beëdigd makelaar

T/F (+34) 96 688 11 76
E ingeborgposthuma@gmail.com
Web: www.ingeborgposthuma.com

Advieskantoor

- Spaanse belastingen
- Erfeniszaken Testamenten
- Verzekeringen & Makelaardij
- Aanvraag NIE nummer
- Begeleiding onroerend goed transacties

Openingstijden ma t/m vr van 09.30 - 13.30 uur
C/ La LLum 1, Edificio "Traïña" Local 10
03590 ALTEA

AGENCIA DE VIAJES
ASESORIA DE SEGUROS
LUXURY HOUSES
SALES & RENTAL

FRESNO

REISBURO
VERZEKERINGSMAKELAAR
LUXE HUIZEN
VERKOOP & VERHUUR

VliegREIZEN

CRUISES

RENT A CAR

BUSREIZEN

RENT A CAR

VERHUUR & VERKOOP VAN APPARTEMENTEN EN VILLA'S

REISVERZEKERINGEN

EXCURSIES

HOTELRESERVERINGEN

Avda. del Albir, 80 • Edif. Albir Plaza • 03581 Albir
Tel.: 96 686 68 76 • Fax: 96 686 68 27
Email: fresno@viajesfresno.com

Adjan van Bergeyk
Bert Bruggeman

- Reguliere tandheelkunde
- Kroon- en brugwerk
- Implantologie
- Mondhygiëne / Parodontologie
- (Klik) Protheses
- Orthodontie voor alle leeftijden

**Een gezond gebit
en een stralende lach!**

Bulevard dels musics 18
Edificio Vínimal, Bloque II, local bajo
03581 Playa del Albir
Tel.: 966 866 883
www.clinicadentalalbir.com
info@clinicadentalalbir.com

Van de chiropractor

Nekpijn

Naast rugpijn zijn nekproblemen de meest voorkomende klachten die wij in onze kliniek zien. Dit kan zeer beperkend zijn in het dagelijkse leven. Mensen kunnen niet goed meer autorijden, omdat het hoofd niet gedraaid kan worden; een boek lezen is onmogelijk, omdat er pijn ontstaat in de nek. In de ochtend worden mensen vermoeid met een stijve nek wakker en er wordt een last op de schouders ervaren. Veelal worden deze klachten afgeschreven naar leeftijd of arthrose, terwijl dit (heel) vaak niet de oorzaak is van deze klachten.

De oorzaak van pijn in de nek is altijd te wijten aan het overbelasten van een gewricht waardoor dit gewricht of deze gewrichten ontstoken raken. Een ontsteking is de reactie van het lichaam op weefselschade, het is dus een GOEDE reactie van het lichaam, het is eigenlijk de eerste stap naar herstel. Als echter de OORZAAK van de weefselschade, zoals een slechte houding, aan blijft houden kan het lichaam niet herstellen en wordt deze reactie een chronische ontsteking die dus niet overgaat tot herstel. Dit geeft al direct aan waarom ontstekingsremmers niet helpen, ze nemen de oorzaak niet weg, maar remmen (blokkeren) eigenlijk het herstelmechanisme van het lichaam.

Als een gewricht in het algemeen en in de nek in het bijzonder langdurig wordt overbelast en dus ontstoken raakt, ontstaat er pijn, beperking (stijfheid) en aanspanning van de aangrenzende spieren die er op de lange duur voor zorgen dat gewrichten verkleven en hierdoor stijver worden en chronische pijn veroorzaken.

Dit uit zich vaak in pijn en stijfheid in de nek en schouders, hoofdpijn, vermoeide spieren, tintelingen in de armen (vooral s nachts), duizelingen, moeite met het heffen van de armen en een breed scala aan andere klachten. Meer dan eens ontstaan ook klachten in de onderrug of tussen de schouderbladen omdat het lichaam altijd een probleem probeert te compenseren en hierdoor ontstaat dan leer overcompensatie, wat dan weer klachten op andere plaatsen veroorzaakt.



Bij deze vervelende klachten is het zaak de GEHELE oorzaak aan te pakken. Nekklachten worden NOOIT veroorzaakt door spieren, ze reageren alleen op een probleem dat ontstaan is in de GEWRICHTEN. Om de functie in deze gewrichten te normaliseren, zal de oorzaak van de gewrichtsirritaties moeten worden opgespoord. De oorzaak ligt vrijwel altijd gedeeltelijk in een foutieve lichaamshouding en een scheefstand van de wervelkolom. Daarbij komen dan de slaaphouding, werkhouding en de algemene belastbaarheid van het lichaam die belangrijke factoren zijn tot het ontstaan van nekklachten. Omdat deze klacht zo enorm veel voorkomt en de kwaliteit van leven negatief beïnvloed, hebben wij ons in onze kliniek gespecialiseerd in het behandelen van deze klachten. Om de oorzaak van deze klachten boven water te krijgen worden onze patiënten van onder tot boven uitvoerig onderzocht. Een vergroeide teen kan immers de oorzaak zijn van nekklachten. Nadat de diagnose is gesteld, zonodig met behulp van röntgen en MRI onderzoek, wordt een behandelplan op maat gemaakt. Dit behandelplan doorloopt 3 fasen tot volledig herstel. Hierbij speelt u zelf ook een rol, aangezien bij nekklachten, zoals u nu immers weet, de oorzaak ook in de houding ligt en die moet u zelf leren te wijzigen. Wij hebben speciale oefeningen om dit te bewerkstelligen. Wij zijn zeer succesvol in het behandelen van deze vervelende klachten en helpen elke dag mensen van nekklachten af om deze zonder pijn en beperkingen door het leven te laten gaan.

Voor informatie bel met onze kliniek in Calpe, tel: 965 875 917

of Altea, tel: 965 841 950

Quiropráctica - Jason Gast (Doctor in Chiropractic)

Adverteerders

Pag.

Annemieke Rood MCS	14
Binck Bank	Cover
Buro Thuiszorg Montebello	22
Clinica Dental	36
De Week	28
Euro-Cars	30
Euro Clinica Rincón	35
Eyedoctor	34
Flores juridisch advies	33
Fresno	36
HCB	4,24
Ingeborg Posthuma	36
Kuiper verhuizingen	39
Liberty Seguros	8
Nico Verhuizingen	30
Restaurant d'els Artistes	34
Restaurant Buena Vista	2
Restaurant LaCena	18
Restaurant El Castillo	14
Restaurant Las Coronas	32
Restaurant Nuevo Alcazar	10
Rian van Rijsbergen, therapeute	27
Satcom Digital	28
Sat4u	12
Servitur	10
Quiropráctica - Jason Gast	37
Yorkshire Linen	26
Zorgservice Flor	16
Zuster in huis	20

Tarieven

Advertentietarieven p/jaar

NVCB Nieuwsbrief (verschijnt maandelijks vanaf oktober t/m april)

Zwartwit

- Hele pagina € 150,00
- 2/3 pagina € 120,00
- 1/2 pagina € 100,00
- 1/3 pagina € 85,00
- 1/4 pagina € 70,00

Kleur

- Hele pagina € 200,00
- 2/3 pagina € 170,00
- 1/2 pagina € 140,00
- 1/3 pagina € 120,00
- 1/4 pagina € 100,00

Aanvragen

Guus Schaaf is bij NVCB contactpersoon voor de advertenties: redactie@nvcb.net

Technische vragen

John de Kievith is aanspreekpunt voor vragen m.b.t. uitvoering: redactie@nvcb.net

NVCB Website (www.nvcb.net)

1. De Banner, (met link naar eigen website) formaat 468 x 60 pixels = 2 cm. Hoog, 7cm. lang (op een 15" scherm) € 100,00
2. Banner uit keuze 1 op de Homepage. € 200,00
3. Advertentie, dezelfde afmetingen als in Nieuwsbrief op een vervolgpagina van de site. Afmeting niet groter dan 400 x 700 pixels ongeveer 6 x 10 cm. € 200,00
4. De advertentie zoals in de Nieuwsbrief, maar dan op de Homepage. € 300,00

Keuze 4 beperkt beschikbaar!

Internationaal verhuizen?



Ook voor een lokale verhuizing in de Costa Blanca.

Kuiper De Internationale Verhuizer verzorgt uw internationale verhuizing tot in de puntjes. Met meer dan 90 jaar ervaring is uw waardevolle inboedel bij Kuiper in goede handen. Wekelijks rijden er luchtgeveerde verhuwagens naar en vanuit onder meer Frankrijk, Spanje, Portugal, Zwitserland en Italië. Een persoonlijke en professionele benadering garanderen een zorgeloze verhuizing.

- 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!

Bel gratis (zonder landcode) vanuit:

Spanje: 900 993 131
 Portugal: 800 831 458
 Zwitserland: 0800 555 733
 Frankrijk: 0800 905 909

U pakt uw koffertje...wij de rest!

 **Kuiper**
 DE INTERNATIONALE VERHUIZER

Hoofdvesting Nederland

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

www.kuiperbv.nl



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.

SAXO BANK **BINCK BANK**
 PART OF SAXO BANK