



UW NEDERLANDS MEDISCH
TEAM BIJ HCB HOSPITALES



DR.

LAURA
VAN LOCHEM
CARDIOLOGIE



DR.

MICHEL
VLEUGELS
GYNAECOLOGIE



DR.

DICK
PASKER
LONGGENEESKUNDE



DR.

MART
JAN RONGEN
ALGEMENE CHIRURGIE



DR.

REFAAT
KARIM
PLASTISCH CHIRURGIE



DR.

IBO VAN
DER HAVEN
ORTHOPEDIE



DR.

ESTHER
VAN BROEKHUIZEN
HUISARTSGENEESKUNDE



DR.

RICHARD
SIETZE PAL
GYNAECOLOGIE



DR.

RUUD
VALKS
DERMATOLOGIE

VOOR INFORMATIE, AMBULANCE EN EERSTE HULP
BEL UW CONTACTPERSOON
ASTRID TEN ZELDAM:

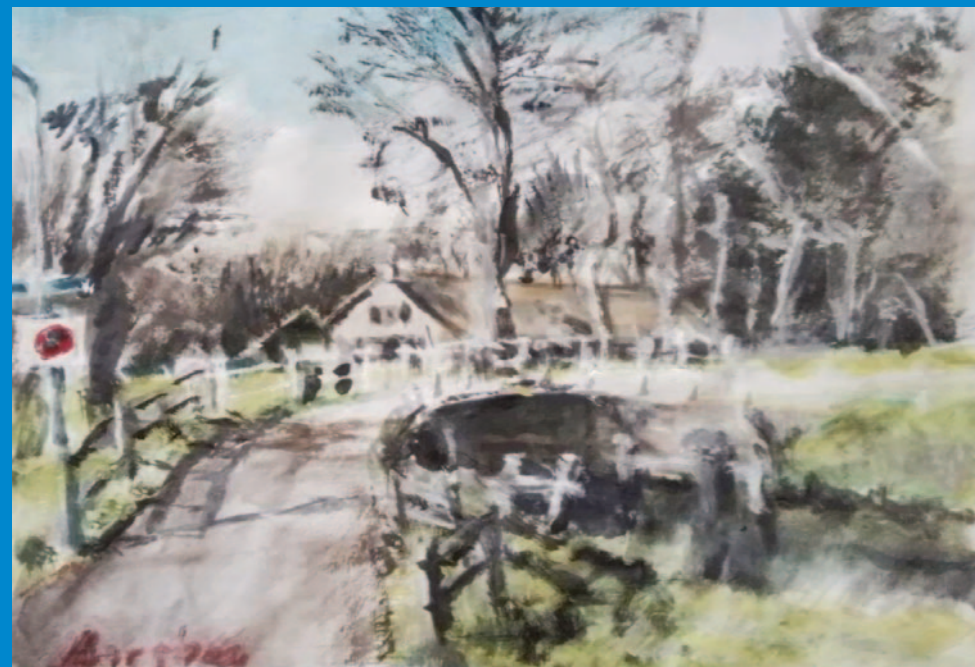
639 312 615

INFORMATIE@HCBHOSPITALES.COM

FEBRUARI 2026

En toen stond de redactie van De Brug plotseling voor het feit dat onze trouwe en onvolprezen kunstenaar van ontelbare bruggen die de voorpagina hebben gesierd, Bart Groels, helaas door ziekte werd geveld. Zodra Bart voldoende hersteld is zal hij beslist de tekenen opnieuw ter hand nemen. Maar ... op het allerlaatste moment kregen we toch nog deze bijdrage van Bart met hulp van Marlies. Het is een van de twee bruggen in zijn woonplaats Hilversum. Het verbindt het Kininelaantje over de Gooiersgracht met de Beresteinseweg. Het is een romantisch tafereel vandaar de keuze van Bart.

DE BRUG



Clubblad van de vereniging 'Club Los Holandeses'
Clubgebouw: Plaza Justus 1, Urb. Barranco Hondo 03580 L'Alfàs del Pi
48e jaargang nummer 2 februari 2026



Club " Los Holandeses"

Plaza Justus 1
Urb Barranco Hondo
L' Alfás del Pi



ZATERDAG 7 Maart 2026

Van 10:00 tot 14:00




Met optreden van het El Canto de La Vida koor



HET BAR TEAM

Staat klaar om je met een drankje en heerlijke hapjes te verwennen

Gezellig struinen langs de kramen

DIT WIL JE ZEKER NIET MISSEN

Ook een kraam huren Bel 744 63 24 42

Of Via E-Mail: b_feeburg@hotmail.com

SAYA CONSULTING

Saya Consulting is een dynamisch en professioneel administratie- en belastingadviesbureau, bestaande uit 2 medewerkers: Sabine TYTGAT en Yago CONESA SALGUERO

Sabine spreekt vloeiend 5 talen en heeft dankzij haar 24 jarige loopbaan bij Banco Popuar + enkele jaren in een dienstenkantoor een uitgebreide ervaring in de administratieve wereld

Yago is advocaat en belastingconsulent. Hij heeft ruim 5 jarige ervaring in het verzorgen van belasting aangiften (van zowel residenten en niet residenten) en als fiscaal vertegenwoordiger van buitenlanders.

Met de sterke opkomst van digitalisering is het onze uitdaging om het persoonlijk contact vast te houden. Wij vinden het belangrijk dat er een vertrouwensband ontstaat.

Calle Tabarca s/n, Centro comercial Arabí Plaza
Alfáz del Pi (Verdieping 2, lokaal 2A)
+34 604535896,
sabine@sayaconsulting.es, yago@sayaconsulting .es




- Belasting aangifte
- fiscaal advies
- Nienummers en verblijfsvergunningen
- Aanmelden bij de sociale zekerheid
- Bankzaken
- Testamenten en volmachten
- Afwikkelen van nalatenschappen
- Aankoop en verkoop begeleiding
- Verzekeringen

CLUB LOS HOLANDESES		algemene informatie
Clubgebouw: Plaza Justus 1 03580 L' Alfás del Pi. Website: Email: Facebook:	Urb. Barranco Hondo Telefoon: 966 875 342 www.holandeses.nl info@holandeses.nl Club los Holandeses (ledengroep)	
Bestuur: Algemeen e-mailadres: info@holandeses.nl Gerry Officier Voorzitter tel. 605 350 841 Paul van Veen Secretaris tel. +31 630 203 013 Jos de Bruijn Penningmeester tel. +31 653 867 565 Ben van Beek Algem. Bestuurslid tel. + 34 625 124 260 Joke Niestadt Algem. Bestuurslid tel. +34 656 943 098 Ria Schell Algem. Bestuurslid tel. +34 620 873 970	Redactie: E-mailadres voor kopij: deBrug@holandeses.nl Willeke de Bruijn tel.:+31 627 377 881 Elzelies Dolfin tel.:+31 628 094 073 Voor advertenties: pub.rel@holandeses.nl Barteam: Aad Stolk en Marco Hoeflaak	
Inhoud		
Club informatie / Inhoud / Flyer Lentefair 7 maart Societeit: Algemene informatie / Bloeddrukmeting / Suikertest Telefoonlijst / Lief & Leed Van de redactie / Van de bestuurstafel / Ledenadministratie Column Dona Susurros / Beeldhouwen en Schilderen Vervolg Column Dona Yoga een nieuwe activiteit op de club 2 Wandelgroepen / Wandelpuzzeltocht Tips voor een gezond brein / Goede Start door Inge Albers Vervolg tips voor een gezond brein / Canasta / Agenda De nieuwe ????? Klaverjasnieuws Verzekeringen Martin Overdevest CBK El Canto de la Vida Zeer geslaagde kerstlunch /Bridge Karaoke / Flyer Karaoke ET / Sjoelen / Flyer Bingo De Nederlandse ambassade komt naar La Nucia Adverteerders / Telefoonnummers / Advertentieprijsen	pag. 1 pag. 2 pag. 3 pag. 4 pag. 5 pag. 7 pag. 8 pag. 9 pag. 10 pag. 11 pag. 12 pag. 13 pag. 14 pag. 15 pag. 16 pag. 17 pag. 18 pag. 19 pag. 20 pag. 21	



AUTOBEDRIJF EDDY KRAMER
www.eddykramer.com
 Tel: 0034 965845401



**Verkoop (nieuw en gebruikt) – ITV/APK keuringen
Reparatie alle merken – Invoer
Spuut en Plaatwerk – Bandenservice
Autoverzekering**



← Garage:
Partida el Planet 156L

Verkoop: →
Partida el Planet 159G (N332)
03590 Altea (Alicante)



info@eddykramer.com
Tel: 0034 965845401

ventas@eddykramer.com
Mob: 0034 609603215



+34 687 26 76 56
hola@alicantezonparadijs.nl
alicantezonparadijs.nl



SCAN DE QR-CODE
 EN KRIJG MEER
 INFORMATIE!

REGEL JOUW NIE EN SPANJE – SNEL EN ZORGELOOS!

✓ Vertrouw op onze ervaring en persoonlijke aanpak.

NIE-AANVRAAGSERVICE

Of je nu in Alicante woont of in Nederland bent, wij regelen jouw **NIE-nummer** zorgeloos.

- Afspraak bij de politie in Alicante.
- Alle benodigde documenten (EX-15 en 790).
- Begeleiding bij elke stap.
- Online service, ook vanuit Nederland.

VASTGOED PERSONAL SHOPPER

Het vinden van **jouw woning in Spanje** is eenvoudig met onze exclusieve service:

- Vastgoed zoeken op jouw wensen.
- Rapporten, foto's en video's.
- Onderhandelen voor de beste prijs.

BANKREKENING & HYPOTHEKEN

Als Gold Partner van **Banco Sabadell** openen we snel jouw bankrekening in Spanje en bieden hulp bij:

- Hypotheekaanvragen, ook met Nederlandse documenten.
- Kapitaaloverdracht zonder zorgen.

SOCIËTEIT
algemene informatie

Openingstijden:

Dagelijks van 10.00-18.00 uur,
de laatste ronde 17.30 uur.

Maandag, dinsdag en vrijdag van
10 uur tot einde avondactiviteit,
's avonds alleen voor leden.

*** Roken verboden op het terras.**

*** Aanwezigheid op ons terras en in het clubgebouw is op eigen verantwoording**

Op donderrdagen van
12.00 tot 13.00 uur is er één
bestuurslid aanwezig.

Kosten voor het gebruik van de club anders dan in verenigingsverband:

Voor leden € 30 per keer
Voor niet-leden € 100 per keer.

Jaarlidmaatschap: € 100,-

Deel-lidmaatschap: per maand € 20,- met een maximum van vier maanden. Deze leden hebben geen stemrecht. De jaarcontributie dient uiterlijk op 31 januari betaald te zijn. Contributies en/of donaties kunnen contant* worden voldaan of op de onderstaande bankrekening worden overgemaakt.

BANCO SANTANDER SA

IBAN: ES44 0075 1294 6806 0019 0871
(IBAN dient u te gebruiken als u vanuit Nederland overmaakt.)

BIC/Swiftcode: BSCHESTM
t.n.v. Circulo Privado
Los Holandeses, L'Alfas del Pi
Besloten Vereniging

*Contante betaling kan geschieden aan de bar in de club .

Bloeddruk en Suiker test

Op donderdag tussen 11.00 en 12.00 uur is er iedere week een medewerker aanwezig van Hospital Clinica Benidorm (HCB) of het Imed ziekenhuis om uw bloeddruk te meten.

Ook is er de mogelijkheid om uw suiker te testen middels een vingerprik, u moet hiervoor wel nuchter zijn, dus niets eten & drinken voor die tijd.



VISTALIA[®]

ópticas amigas

ÓPTICA NOVALUZ

NEDERLANDSE OPTICIËN EN AUDICIËN

Oogmeting – Oogdrukmeting – Contactlensaanpassing
Gehoortest – Zonnebrillen – Reparaties




0034 966860020



onovaluz@gmail.com

Avd. Pais Valencia 14, ALFAZ DEL PI

www.facebook.com/opticanovaluz

InloopBorrel

Zondag 15 Februari 2026

Start om 14:00 tot 17:00



Met Live Muziek



Gezelligheid kent geen tijd

U komt toch ook



Club "Los Holandeses"




AFDELINGEN	Contactpersonen	Telefoonlijst
Agenda activiteiten	evenemententeamclh@gmail.com	
Bibliotheek	Karin Murks	966 618 033
Biljart	Willem Walters	+31 630 375 825
	Ulrich Bos	+31 641 510 720
Bridge	Jeannette Wink	711 096 771
Canasta	Joke Niestadt	656 943 098
Computerhulp	Fred van der Neut	zie website
Darts	Henk Murks	966 618 033
Evenementen Team	Jeannette Wink	711 096 771
Gemengd koor	Margaret Vegter	643 219 812
Jeu de Boules	Karin Murks	966 618 033
Keezen	Zjohn Marijnissen	604 830 248
Klaverjassen	Ben van Beek	+ 34 625 124 260
Lief en Leed	Karin Murks	966 618 033
Schaken	Pieter Bisschop	+31 620 155 988
Shantymoor	Fred Dörr	+31 620 979 279
Sjoelen	Andre Beerenhout	+31 630 756 265
Spaanse les	Rebecca Lohman	+34 602 418 193
Tafeltennis	Joop Verbeek	+31 647 077 964
Beeldhouwen/Schilderen	Linda Laheij	652 152 122
Wandelen	Joke Niestadt	656 943 098

LIEF EN LEED

Graag willen wij alle hoofden van de afdelingen vragen of zij zo vriendelijk willen zijn als er zieken zijn bij hun afdeling dit te melden bij

Karin of Henk
dit kan via de mail
liefenleed@holandeses.nl

Wij doen dit verzoek omdat het nogal eens voorkomt dat wij het te laat, of zelfs helemaal niet horen. Als wij niets weten kunnen wij ook geen actie ondernemen.

En dat is natuurlijk jammer voor de zieken.

Groetjes, Lief en Leed Club "Los Holandeses"



Medische zorg met een persoonlijke benadering.

Interne geneeskunde en voeding
Algemene geneeskunde
Podotherapie
Fysiotherapie
Cardioloog
Tandarts

682 008 777 - 966 878 520
medicalcenterthecomm.com
Camino del Pincho 2, Alfaz del Pi



PRO FYSIO
Expertise centrum voor
fysiotherapie en
revalidatie

+34 86 551 75 41
TELEFOON EN WHATSAPP

Incl. een professionele
trainingsruimte voor o.a.:
50+ Sportlessen
Medische Fitness
Fit4Surgery Programma
Revalidatie na operatie

Ptda. Cap Negret 55a, aan de N-332 in La Olla - Altea

Van de Redactie

Water 1

Een van de 1^e levensbehoefte is -naast zuurstof- toch wel water, voor de mens, de dieren en de natuur. We kunnen niet zonder, ja tijdelijk maar niet te lang. Water uit de kraan of uit de hemel, soms veel te veel, soms veel te weinig!

Wij wonen afwisselend in Nederland en Spanje en daar zijn de verschillen groot, soms erg groot. Waar het in Nederland soms kletsnat is, is het in Spanje soms kurkdroog, met alle gevolgen van dien.

Toch lijkt het water uit de kraan in Nederland, drinkwater steeds vaker schaars te worden òf er is iets mee. Afgelopen maanden is er een paar maal een bacterie aangetroffen in het water, deze veroorzaakt darmproblemen, met name voor baby's, ouderen en kwetsbare groepen.

Het water moest gekookt worden, 3 minuten en dan was het wel te gebruiken, afgekoeld natuurlijk. Niet handig, omslachtig, vooral in verzorgings-, en ziekenhuizen, uiteraard was er een run op de supermarkten, water was in no-time uitverkocht.

Dan denk je na, nu kon je het nog (mits gekookt dus) gebruiken, maar wát als er helemaal geen water uit de kraan komt? We worden gewaarschuwd door de overheid in geval van helemaal geen water door een hack of zo!!!

Ik wil hier niet teveel of te lang over nadenken, maar mijn tanden poetsen en met een washandje wat kunnen wassen, lijkt me toch wel lekker, dus toch maar wat flessen water ingeslagen.

Volgende keer Water 2

Willeke



Alicante - Altea: 92.7 FM
Calpe - Javea: 88.4 FM



Adverteren: bel (+34) 618 259 057
www.xtrafm.es

Al meer dan 19 jaar
De méést beluisterde
radiozender voor
Nederlanders & Vlamingen



Van het bestuur

- Het bestuur is momenteel druk bezig met het onderzoeken van de mogelijkheden voor een nieuwe website.
- Tijdens een aantal brainstormsessies wordt er enthousiast meegedacht met Fred Dorr (webmaster) en Fred van der Neut (ondersteuning op het gebied van computers en techniek).
- Samen worden ideeën uitgewisseld over uitstraling, gebruiksgemak en inhoud.
- Er staat inmiddels al een eerste opzet van de nieuwe website klaar.

- Een belangrijke vraag daarbij is hoe de overgang van de huidige website naar de nieuwe soepel kan verlopen. Ook wordt zorgvuldig bekeken of alles wat het bestuur belangrijk vindt - zoals informatie voor leden, nieuws en praktische zaken - een goede plek krijgt op de nieuwe website.
- Daarnaast wordt onderzocht of de website prettig en makkelijk te bekijken is op computer, tablet én telefoon. In de vergaderruimte bij de bibliotheek zijn we in de afrondende fase met het vernieuwen van de kastenwand.
- Dit om een verzorgde en nette vergaderruimte te creëren, waar tevens Spaanse les wordt gegeven.

Zo blijft er altijd wel wat te doen!

Namens het bestuur,

Joke Niestadt

Ledenadministratie

Graag willen ik jullie vriendelijk herinneren aan de betaling van het lidmaatschap, welke in januari voldaan dient te worden. Zijn jullie verhuisd of is er een wijziging in e-mailadres en/of telefoonnummer? Willen jullie dit dan graag aan mij doorgeven, zodat onze gegevens up-to-date blijven.

Het e-mailadres is: ledenadmin@holandeses.nl

Alle leden, die hun contributie 2026 betaald hebben, kunnen hun lidmaatschapskaartje een week na betaling afhalen aan de bar

Wij heten de volgende nieuwe leden van harte welkom:

Betty van Naarden, Margriet Snijders, Rens Crone, Jan de Bruin
Mick Antonissen, Chong Koksing, Harry de Wit

Afgelopen periode overleden:

Corrie van Weelderen

Danny de Paauw

Clasien van der Vlist

Joke Niestadt, Ledenadministratie



VERZEKERINGSMAKELAAR

Martin Overdevest

- Opstal & Inboedel
- Ziektekosten
- Auto, scooter & E-bike
- Wettelijke aansprakelijkheid

Avda del Albir 155
C.C. Monver, local 23
03581 Albir
www.cbkexpat.com

✉ martin@cbkexpat.com
☎ 0034 966 800 020
📞 0034 603 235 885

Elke donderdagochtend aanwezig bij Club los Holandeses in Alfaz del Pi



Puzzel Wandel Tocht

Zaterdag 14 Maart 2026

Start om 09:45

Inschrijven kan aan de bar
Inschrijven = meteen contant betalen
Afspraak op parking van Oasis

Inschrijven in maximum groepjes
Van 4 personen
Max 50 Personen



"La Nucia"

Koffiestop



lunch "In La Nucia"
Prijs Leden 22.50 €



1 Drinkje inbegrepen tijdens Lunch
"Uitsluitend voor leden"

Algemene ledenvergadering Club " Los Holandeses "

Woensdag 4 Maart 2026



Jouw Mening
Vinden wij
Belangrijk



14:00 Uur

Voor degene die niet aanwezig
kan zijn ,kan er een volmacht af-
gegeven worden

Op 22 oktober heb ik een lezing over E.H.B.O. gegeven.

Diverse clubleden hebben daarna aangegeven dat zij om verschillende redenen niet bij de lezing aanwezig konden zijn, maar wel erg geïnteresseerd waren.

**Daarom ga ik de lezing nog een keer houden en wel op
4 februari om 14.30 uur in het clubgebouw.**

Het spreekwoord zegt het al: een ongeluk zit in een klein hoekje.

Ongelukken gebeuren altijd onverwacht! Het kan jezelf treffen of je partner of je (klein)kinderen. Ook kan je getuige zijn van een ongeluk bij een ander.

Weet je dan wat je als eerste moet doen? '

Ik ben Marijke Compier en lid van de Veiligheidscommissie van onze club.

Als E.H.B.O. docente heb ik hiermee een ruime ervaring. Onlangs hebben wij een zogenaamde E.H.B.O. kaart gemaakt, waarbij de meest voorkomende letsels met eenvoudige woorden worden behandeld. Deze kaart wil ik met enige toelichting tijdens deze lezing voor jullie behandelen. Na deze lezing kunnen we allemaal een steentje bijdragen aan de veiligheid binnen onze club en thuis! Aan het eind van de lezing ontvangt iedereen de geplastificeerde E.H.B.O. kaart van ons.

Wel zo veilig! Iedereen is van harte welkom op

4 februari om 14.30 uur! Marijke, *31-658856784

Beeldhouwen en schilderen

Ja, het nieuwe jaar is weer fris begonnen. En fris is het echt wel geweest, en wat een koude nachten. De beeldhouwers zitten natuurlijk buiten, dus die hebben een zwaar maandje achter de rug. Toch waren er altijd een paar enthousiaste hakkers. Stijf in het hoekje bij het zwembad zoekend naar beschutting tegen de koude wind die soms toch even wat afnam zodat het eigenlijk best te doen was. Zelf ging ik even binnen opwarmen (heerlijk dat line dansen, zo goed voor een mens), want als er weinig mensen zijn heb ik niet veel te doen, zo amuseerde een ieder zich op zijn eigen manier.

Inmiddels is ook bijna iedereen weer terug uit Nederland en de visite weer naar huis, dus op de dagen dat het zonnetje bij ons komt is het een drukte van jewelste, dan moet er soms op mij gewacht worden, maar het is ook leuk om eens rond te lopen en te kijken naar de vorderingen van de andere deelnemers.

De schilders hadden dit jaar echte pech. Twee donderdagen vielen op een feestdag van de club, dus was er geen schilderen. Helaas vielen er in januari weer twee donderdagen af, ik ben op vakantie naar Sevilla geweest, ben benieuwd hoe het was. Dat was te merken want de soos zat donderdag de 15^{de} helemaal vol met deelnemers.

Wat strubbelingen met de biljarters maar dat kon de pret niet drukken, we hebben de tafeltjes gewoon nodig voor het schilderen. Er hangen ook weer nieuwe werken en er zijn een paar nieuwe talenten in de maak.

In december kwamen we in gesprek met een man die vrijwillig model wil staan voor ons, dat is een beetje lastig in de soos dus we gaan dat in mijn atelier doen. Een van de dames heeft al wat ervaring, zij geeft ons wat ondersteunende oefeningen zodat we voorbereid kunnen beginnen.

(Vervolg pagina 7)



De Pasen valt dit jaar in april. Dan wordt de soos ook weer vrolijk versierd. We hebben met een klein groepje Paastakken voor in de soos gemaakt en veel mensen waren er erg enthousiast over. Dit jaar is er de mogelijkheid om zelf een Paastak te maken voor thuis. Wie interesse heeft kan contact met mij opnemen

Groetjes Linda



Column van Doña Susurros,

Waar het vuur zacht fluistert en blikken langer blijven hangen

Kronieken van Doña Susurros bajo el sol español

Het nieuwe jaar kwam binnen zoals alleen hier kan. Niet met harde knallen, maar met omhelzingen, blikken en zachte vragen die blijven hangen tussen cava en kaneel. *¿Qué vais a hacer con Navidad y Año Nuevo?*

Wat gaan jullie doen met kerst en oud & nieuw?

Die vraag werd vaker gesteld dan beantwoord en soms was het antwoord een blik, geen zin. Er waren de grote verhalen. Almafra. Benidorm Palace. *Qué espectáculo*. Feesten waar veren, licht en illusie de hoofdrol speelden. "Je moet het eens meemaken," zei men. En ja, dat klopt. En de kleine intieme verhalen. De man die sushi maakt voor zijn gasten en de andere die de spelletjes alvast klaarzet.

Zo begint een avond die nog moet komen. En dan waren er die andere momenten. De kerstlunch op de club. De verfijning. De liefde waarmee Ritmo y Sazón en ja, hun trouwe harem, alles opnieuw tot een culinair theater verhieven. En alsof dat nog niet genoeg was: de illusie van een open haard. Een open haard is geen detail. Het is een belofte. Vuur nodigt uit tot staren, tot zwijgen, tot voelen.

Even waanden we ons in een berghut, beschut en veilig. Omringd door mensen die weten hoe het leven smaakt, in ons eigen clubhuis van Los Holandeses. En toen... de nieuwjaarsreceptie. Het clubgebouw glansde van verwachting. Oliebollen, niet te groot, speciaal gebakken voor de club. Want nee, natuurlijk verdringen ze de hapjes van Sazón niet. En terecht. Wat een kleuren, wat een smaken. Dit was geen receptie, dit was een uitnodiging. Geluk en verdriet liepen hand in hand. Een lid in coma afscheid nemend van het leven. (vervolg volgende pagina)





SMILES DENTAL ALBIR

Tandheelkundige behandelingen, botox, fillers en gezichtsbehandelingen

Bulevard dels Musics 2, bloque 9, t.o. Lidl | ALBIR | 604 435 963
 info@smilesdentalalbir.es ma t/m vrij 9:30-13:30u. en za 10:00-13:00u.

**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



API INGEBORG POSTHUMA

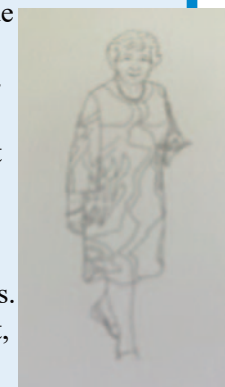
Drs. Bedrijfseconomie
 Beëdigd makelaar

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 begrafenissen,

Kinderen in Nederland, op afstand. En tegelijk Spaanse vrienden, nabij, warm, aanwezig. Genieten en het missen lagen naast elkaar. Maar onder de Spaanse zon voelt alles anders. De voorzitter sprak. Voor sommigen iets te lang, voor anderen precies goed. Ach, verdeeldheid houdt ons wakker. Maar het einde raakte: *geluismomenten*. Groot en klein. Geluk is geen monument. Het is een moment. Een onverwachte glimlach. Een blik die net iets langer blijft hangen. Het respecteren van wat was, terwijl men zacht durft te hopen op wat nog kan komen. Kerst vertelt ons dat liefde altijd opnieuw kan ontstaan en soms gewoon blijft bestaan. Ze trekt zich weinig aan van leeftijd. Ze vraagt slechts moed, en een beetje timing. Met eerbied voor het heden en voor wat achter ons ligt. Met ruimte voor een nieuw hoofdstuk in de film die 'leven' heet. En daar is Doña. Altijd verliefd op het leven. Op liefde die onbegrensd is, en een hart dat ruimte genoeg heeft. De geur van kersenbloesem vermengt zich met sinaasappelbloesem. Overvloedig. Gul. Gedeeld. *Así es la vida*. Maar... *queridos lectores*... luister naar de fluisteringen. Ik voel het al vóór het uitgesproken wordt. Een nieuw seizoen, niet aangekondigd maar onvermijdelijk. Geen B&B Vol Liefde, nee, dit is **B&B Club Los Holandeses**, waar de tijd zijn jas uittrekt en blijft hangen aan de bar. Hier temt niemand het vuur. De jaren proberen het wel, voorzichtig, maar het laat op in blikken, in stiltes die langer duren dan bedoeld, in handen die weten wat ze doen omdat ze het al eens gedaan hebben... Ik stond goed gepositioneerd, met perfect zicht op de dansvloer. En wat ik daar zag? Partnerruil, uitgevoerd in volle openheid, voor een zichtbaar smullend publiek. Dames die hun eigen ritme volgden. Lichamen die eerst nog een kleine strijd voerden, niet tegen elkaar, maar tegen de overgave, die zoeter is wanneer ze niet te snel komt. Overgave... Het doet mij denken aan Arthur Japins *De overgave*. Vanaf de eerste bladzijde ben je gevangen. Precies dat gebeurde daar, tussen muziek en aanraking. Onvermijdelijk. Misschien maar goed dat het haardvuur hier ontbrak. Vuur nodigt niet altijd uit tot bezinning. Net als de zee in de zomer, ze lokt. En zoals de voorzitter hoopte: misschien ontstond hier een nieuwe vriendschap. Een zorggenoot. Of een liefde die zacht begint, maar stevig blijft. Het was druk. Zoveel indrukken. Mooie moment. En het gemis van leden die er niet waren. Met een nog warmer hart kijk ik naar onze club. En ik weet zeker: er zullen nog vele geluismomenten aan elkaar worden geregen. Dag in, dag uit. Volgend jaar hoop ik te kunnen vertellen over nieuwe leden, nieuwe vriendschappen, zorgbuddy's en uiteraard nieuwe liefdes. Met een glimlach die iets verraadt, en een hart dat verliefd blijft,

Doña





buro thuiszorg

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

Buro Thuiszorg
c/ W.A. Mozart, 1- oficina B
Coworking
03581 El Albir (Alfaz del Pi)

Bezoek op afspraak
Tlf: 648 927 947 (10:00u/16:00u)
burothuiszorg@gmail.com
burothuiszorg.com

Thuiszorg · Nederlandstalige medewerkers met hart voor de zaak · Ayuda a domicilio

BOBCATS VERZEKERINGEN
Uw verzekeringsmakelaar aan de
Costa Blanca



CALLE SARDINAL 4
03590 ALTEA- BEL OF MAIL ONS NU:
INFO@BOBCATS.ES
0034 965 843 861
WWW.BOBCATS.ES

Yoga, een nieuwe activiteit in de Club los Holandeses.

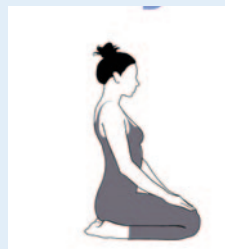
Met veel enthousiasme bieden wij een nieuwe activiteit aan binnen onze club. Op 6 februari a.s. beginnen er yogalessen op onze club onder leiding van Petra Brom. Yoga is een vorm van

lichaamsbeweging die gericht is op flexibiliteit, balans, bewustzijn en is een uitstekende manier om stress te verminderen.



Petra is een zeer ervaren yogadocente met expertise in diverse vormen van yoga en wij zijn blij met haar initiatief om deze lessen bij onze club te willen gaan geven. Om iedereen de mogelijkheid te bieden hieraan mee te

doen, zullen de lessen geschikt zijn voor elk niveau er is dus geen ervaring vereist. Vrouwen en mannen, maar ook leden met een beperkte mobiliteit kunnen meedoen omdat de oefeningen ook gedaan kunnen worden met gebruik van een stoel.



De lessen worden elke vrijdagochtend gegeven vanaf 10.00 uur in het leslokaal naast de bibliotheek, de kosten zijn € 3 per keer. De aanmeldingen (tot nog toe) voor yoga hebben onze verwachtingen overtroffen, er hebben zich al een flink aantal leden aangemeld, daarom starten we niet met 1 klas, maar zijn er inmiddels 3 klasjes samengesteld.

Voor meer informatie kan contact worden opgenomen met Ria Gilein via de email van de club of mob. 0034-620873970 maar ook whatsapp is mogelijk.

Port of Altea

FLOORS, BLINDS & MORE



Van Nederland tot Spanje:
één stijl, één vertrouwd adres.

PVC vloeren • Tapijt • Vloerkleden
• Gordijnen • Binnen- & buitenzonwering

Bezoek onze showroom: Carrer la Mar 161, Altea

WWW.PORTOFALTEA.ES

Twee wandelgroepen, één liefde voor lekker buiten zijn

Of je nu houdt van rustig genieten of juist van een beetje avontuur: er is altijd een wandelgroep die bij je past!

Stap voor Stap – elke dinsdag om 13.30 uur

Deze wandelgroep is perfect voor wie graag ontspannen wandelt. We lopen voornamelijk vlak, in een rustig tempo en over een afstand van ongeveer 5 à 6 kilometer. Onderweg nemen we de tijd om te genieten van de omgeving én een terrasje met een drankje. Stap voor stap, zonder haast, met volop ruimte voor gezelligheid.

De Barranco Stappers wandelgroep elke zaterdag om 10.00 uur

Voor de echte buitenliefhebbers die wel van een uitdaging houden, trekken we op zaterdag de bergen in. We kiezen een avontuurlijker pad met stijgen en dalen en wandelen zo'n 8 tot 10 kilometer. Na afloop is er voor de liefhebbers de mogelijkheid om samen te genieten van een dagmenu in een restaurant in de buurt, een perfecte afsluiting van een actieve ochtend.

Joke Niestadt

Wandelpuzzeltocht zaterdag 14 Maart

Dit jaar hebben we een leuke puzzeltocht uitgezet in het mooie plaatsje La Nucia. We vertrekken dit jaar vanuit de parkeerplaats langs Restaurant Oasis. Het is dit jaar een route door en rondom La Nucia met diverse leuke vragen en opdrachten. Onderweg krijgen we allemaal een kopje koffie aangeboden en gaan we op het einde van de route lekker samen een hapje eten. In verband met de ruimte van het restaurant moeten wij tijdig weten hoeveel deelnemers er zijn dus schrijf snel in want er is plaats voor maximaal 50 personen.

Inschrijven is net als andere jaren aan de bar, betalen (alleen) contant € 22.50 p.p. en inschrijven = betalen, dit is uitsluitend voor leden.

Namens de organisatie, o.a. Gisela van Boekel, 0031-619654565

GOEDE START VAN 2026

Dinsdag 6 januari en het is 8° buiten. Koude, ijzige wind en poedersuiker op de noordkant van de hoogste berg. Een winters plaatje.

Ik neem een extra warme douche. Zoals altijd is de wastafel spiegel geheel beslagen en zoals altijd pak ik de föhn om hem weer 'wasenvrij' te maken.

Zou ik, zo net na de feestdagen, niet moeten doen. Want stukje voor stukje komt mijn silhouet in beeld en zie ik dat de kerststol, turon, colacao, ijsstaaf en oliebollen hun zichtbaar spoor hebben achter gelaten.

Het is elk jaar een terugkerend dingetje die extra pondjes.

Deze week hoor ik iemand zeggen: het is niet de periode tussen Kerst en Oudjaar maar die tussen Nieuwjaar en Kerst wat het moeilijk maakt om niet uit je voegen te groeien. En dat is waar want het begint al meteen na de 12 slagen, een drankje, een hapje en later op die eerste dag van een vers jaar, oliebollen en weer hapjes. De dagen erna? Alle restjes van de heerlijkheden die genuttigd zijn in het oude jaar.

Ik weet nu al dat het moeilijk gaat worden om in ieder geval iets van discipline terug te brengen in de dagelijkse inname.

Die gezonde dagelijkse kost, steeds weer moeilijk om iets te bedenken wat op tafel moet komen. Op tafel? Op schoot. Wordt niet aangeraden door hen die het weten kunnen maar het is o zo makkelijk en je hebt minder vaat.

Toen ik nog een meisje was werd er altijd aan tafel gegeten en als naoorlogse kleuter werd ik geacht alles te eten wat de pot schafte.

Er was geen ontkomen aan. Er was geen alternatief. Er was ook geen toetje. Hield wel in dat ik een behoorlijke antipathie ontwikkelde tegen spruiten en andere koolsoorten want dat was bijna dagelijkse kost.

Die spruitjes gaan er nu wel in maar wel op schoot, met een voorgesneden balletje en een schaalje appelmoes. En de tv aan. En met een lekker toetje.

Ook bloemkool komt op schoot. Met een papje, dat wel.

Alleen dat papje, past dat wel bij "de gezonde pot"?

Dan maar niet!

Inge Albers

Tips voor een gezond brein,

Deze maand maak ik een begin met het geven van tips voor een goed werkend geheugen. Jullie kennen me als voorzitter van deze club maar daar gaat het in deze rubriek niet over. Mijn beroep was en is nog steeds: geheugencoach. Vanuit mijn studies gerontologie/maatschappelijk werk (HBO) en geheugen-trainer(Universiteit Nijmegen) deel ik mijn kennis hierover al meer dan 35 jaar. Nu ik zelf ouder ben, doe ik dat weliswaar op een laag pitje maar nog steeds met veel passie en plezier. Bovendien ben ik nu wat mijn leeftijd betreft ervaringsdeskundige.

Daarom eerst in Jip-en Janneke taal: "wat is geheugen en hoe werkt het?" Het geheugen is een soort archief waar alles bewaard wordt: wie je bent, wat jij hebt meegemaakt (ervaring, kennis) wat je doet en hoe je dat doet. Het is persoonlijk uniek en alleen van jou. Je kunt dus nooit zeggen: "ik heb een beter geheugen dan die ander", ieder geheugen werkt anders.

Het werkt als volgt:

Alle informatie komt binnen via je zintuigen (soort van ingang). Hier bepaal jij wat voor jou belangrijk is. Wil je iets onthouden, dan gaat die info naar je korte geheugen, we noemen het ons "werkgeheugen". Hier moet je aan het werk om het te kunnen bewaren. Als we zeggen "ik ben het vergeten" dan bedoelen we meestal dat we niet goed aan het werk geweest zijn.

"Aan het werk" betekent hier dat je naast concentratie eenvoudige manieren (bv ezelsbruggetjes) moet gebruiken. Doe je dit goed (je hebt iets onthouden) dan wordt de info voor altijd bewaard in je lange geheugen (herinneringen die je weer kunt ophalen). En over dat korte geheugen is een heleboel te vertellen en hierover bestaan veel misverstanden.

Ik hoor regelmatig mensen zeggen; "ik ben vergeetachtig en het zal wel door mijn leeftijd komen". **GELOOF DIT NIET**. Sorry voor de hoofdletters. Je kunt op iedere leeftijd je geheugen verbeteren. Voorwaarde: blijf je hersens gebruiken op een manier die bij je leeftijd past. Doe je dat niet of weet je dat niet, dan kun je vergeetachtig worden. "Use it or lose it"!

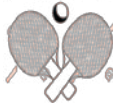
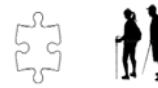
Hier zijn eenvoudige te leren manieren voor.

De allereerste tip:

Concentratie, de motor voor een goed geheugen. Als je ergens mee bezig bent wat je graag wilt onthouden, wat je aandacht trekt, sluit je dan even af van andere dingen, bv. een pratende partner, de tv, rommel in je omgeving, met

vervolg op volgende pagina

Agenda activiteiten en mededelingen

Zaterdag 7 Februari 2026		Karaoke Start om 15:00 tot 19:00
Zaterdag 14 Februari 2026		Tafeltennis tournooi Start om 10:00
Zondag 15 Februari 2026		Inloopborrel Start om 14:00 tot 17:00
Zaterdag 21 Februari 2026		Bingo Start om 14:30
Woensdag 4 Maart 2026		Algemene Ledenvergadering Start om 14:00
Zaterdag 7 Maart 2026		Lentefair Vanaf 10:30 tot 14:00
Zaterdag 14 Maart 2026		Puzzel wandel tocht Start om 10:00
Zaterdag 21 Maart 2026		Bingo Start om 14:30
Zaterdag 28 Maart 2026		Auto puzzel rit
Zondag 5 April 2026		Paaslunch Start om 13:00

vervolg tips voor een gezond brein

twee dingen tegelijk bezig zijn, dus van allerlei prikkels die er even niet toe doen. Concentratie is een voorwaarde om te kunnen onthouden. Doe je twee dingen tegelijk, dan vergeet je er geheel één en dat is meestal datgene wat je wel wilt zien, horen, lezen of onthouden.

Je kunt zelf je concentratievermogen vergroten: zet een klokje op 5 minuten, concentreer je op iets wat je wilt onthouden, wilt lezen, wilt horen, wilt zien enz. En ga na die 5 minuten bij jezelf na of je dat gelukt is. Zo ja verhoog de tijd. De volgende maand weer een nieuwe tip.

Wil je mij persoonlijk spreken over dit onderwerp: dat kan, mijn telefoonnummer staat voorin deze brug.

Willen jullie dit jaar (in maart)weer een lezing over dit onderwerp, stuur dan een mail naar Info@holandeses.nl en dan plan ik een lezing in.

Gerrie Officier

Canasta

Canasta is zo'n spel dat meteen een gezellige sfeer aan tafel brengt. Zodra de kaarten worden geschud en de eerste stapels ontstaan, begint het spel van slim onthouden, tactisch afleggen en nét dat ene kaartje hopen te trekken. Het mooie aan canasta is dat het eenvoudig te leren is, maar verrassend veel diepgang heeft: elke beurt moet je kiezen tussen veilig spelen of juist een gewaagde zet doen om punten te scoren. Of je nu met z'n tweeën speelt of in teams, canasta draait om samenwerken, een beetje bluffen en vooral veel plezier. De spanning stijgt als iemand bijna "uit" kan gaan, terwijl de anderen koortsachtig proberen hun eigen canasta compleet te maken. En tussen de rondes door is er altijd ruimte voor een praatje, een lach en een klein beetje gezonde rivaliteit.

Wil je meespelen? Je bent van harte welkom op maandagavond om gezellig een potje canasta te spelen. Inschrijven kan vanaf ongeveer 19.15 uur en om 19.30 uur starten we met het spel. Schuif aan en beleef een gezellige avond vol kaarten en spelplezier! Wil je de spelregels die wij spelen ontvangen? Stuur mij (joke1959@gmail.com) dan gerust een mail, dan stuur ik ze je toe.

Joke en Willeke





WAT SPEELT ER ÉCHT IN UW LICHAAM?

Een **bodyscan** geeft helderheid

- Inzicht in oorzaken van klachten
- Gerichte adviezen
- Meer energie
- Minder klachten

Marloes Versteegh

Een bodyscan toont waar uw lichaam uit balans is, wat het nodig heeft om te herstellen én activeert herstel met gerichte frequenties. Deze technologie wordt wereldwijd gebruikt door professionals.

Benieuwd wat uw lichaam wil vertellen?
Plan direct uw bodyscan!

 www.bodyfrequency.com  La Nucia

 (+34) 649 697 652



DIRK SMIT



Hét adres voor kachels en haarden sinds 1983



Bij ons vindt u een groot assortiment kachels voor hout, gas, pallets, bio-ethanol en mooie terras haarden

Wij beschikken over een eigen installatie en service team

Ptda El Planet 169, Ctra N332, KM 155, Altea
Tel: 965 843 009 | www.dirksmit.com

De nieuwe ??????

Beste leden van Club Los Holandeses,

Met veel plezier en enthousiasme stellen wij ons aan jullie voor als geheel nieuwe feestcommissie van onze club. “Wij” zijn Gisela en Marius van Boekel, Andre en Bep Appels, Marloes en Ben Visser. Voor velen waarschijnlijk al bekende gezichten en namen maar voor anderen misschien helemaal niet. Daarom willen we graag in dit artikel ons nader introduceren. We zijn in ieder geval allemaal best wel feestnummers en zowel Gisela, Marius, Marloes en Ben komen uit het zuiden van Nederland, zij zijn altijd erg actief in de carnaval organisaties en clubs in hun eigen woonplaats. Dit zowel breed bestuurlijk als uitvoerend in de operatie. Andre en Bep zijn van huis uit met het feestvirus besmet en staan daarbij gewoon altijd vooraan om iedereen hier in mee te slepen. Al met al vormen we gezamenlijk een geweldige feestelijke mix, waaruit spontaan deze feestcommissie is ontstaan. Tijdens het 50 jarige jubileum in november hebben velen tijdens de karaoke avond al wat van de bijzondere chemie tussen ons zessen kunnen proeven. We beseffen ons dat het best een uitdaging is om het succes van de slingers te evenaren maar daar gaan we ons 100% voor inzetten!

We gaan het komende half jaar met elkaar aan de slag om diverse leuke feestelijke activiteiten voor dit najaar en het voorjaar van 2027 te organiseren. Een tipje van de sluier kunnen we wel alvast oplichten.... in Club Los Holandeses gaan we **carnaval** weer serieus nieuw leven inblazen. Zet daarom alvast 14 november dik onderstreept in jullie agenda's, of op de keuken kalender, want dan verwachten wij dat alle gezellige rechtgeaarde clubleden (allemaal dus) met ons het carnavalseizoen komen aftrappen, Alaaf! 🎉🎊🎭👤♂❤️ We zullen de komende maanden ook actief leden gaan benaderen of ze het leuk vinden om hieraan een bijdrage te leveren. Enthousiaste ‘carnavallers’ met goede ideeën kunnen ook zelf contact met ons op te nemen. Nadere details volgen ter zijner tijd. Houd de Brug en aankondigingen in onze club goed in de gaten.

We willen als commissie ook een nieuwe naam bedenken. Dus leden die hiervoor een ludieke naam in gedachten hebben, doe mee en lever die bij ons in! Op 14 november maken we bekend wat het gaat worden en bedanken we de bedenker op een ludieke carnavaleske wijze.

Wij hebben er in ieder geval veel zin in!
Los seis locos el club Los Holandeses

THE COMM, een exclusief resort voor mensen die weten waar het in het leven om draait.

THE COMM is de vrijheid van het leven in je eigen ruimte, met een internationale gemeenschap en de faciliteiten van een resort.

We zijn een privé wooncomplex bestaande uit 233 appartementen, met een groot centraal dienstengebouw dat medische hulp, sportactiviteiten (aquagym, pilates, wellnessruimte...), restaurants en gemeenschappelijke ruimtes gewijd aan het bevorderen van creativiteit en vrije tijd (leeszaal, live concerten, schilderzaal...)



De bescherming van onze bewoners is belangrijk voor ons, daarom heeft de urbanisatie beveiligingscamera's en bewakers.



Geniet van je huis, een persoonlijke ruimte om onafhankelijk te leven en tijd door te brengen met vrienden of familie.



Volledig gerenoveerde appartementen



Ons medisch centrum, open voor het publiek, heeft 7 specialiteiten verzorgd door gerenomeerde professionals (algemene geneeskunde, Cardiologie, Fysiotherapie, Tandheelkunde, Podologie, Interne Geneeskunde, Voeding)



THECOMM.COM
(+34) 613 584 140
CAMINO DEL PINCHO 2, ALFAZ DEL PI

THE COMM
Senior Living

Klaverjas 2025: Waar het samenzijn wint



Wat een mooi klaverjasjaar was het weer. Een jaar waarin niet alleen de kaarten werden geschud, maar vooral het samenzijn centraal stond. De trouwe leden waren opnieuw volop aanwezig onder de bezielende leiding van Hester en Ben, voor het laatst... Gelukkig staan de nieuwe hulptroepen al klaar. Of, zoals ze inmiddels liefdevol genoemd worden: de hulpjes van Ben. Elly en Ria, fijn dat jullie deze rol op je nemen!

Allereerst zetten we graag onze vaste klaverjassers in het zonnetje:

Ben, Alie, Charl, Richard, Leo, Gon, Koen, Steven, André, Piet, Yvonne, Karin, Willem, Elly, Ria, An en Peter. Daarnaast mochten we dit jaar ook een aantal nieuwkomers met veel klaverjaswarmte verwelkomen: Fred, Erwin, Heidi, Rob en Rien. Mocht iemand per ongeluk niet genoemd zijn, dan alvast onze excuses. Wie we zeker niet mogen vergeten te vermelden is Rob, die zich helaas heeft moeten afmelden. Wij hopen van harte dat dit tijdelijk is en dat we Rob, mét goed zicht, weer snel aan de klaverjastafel mogen begroeten. De laatste dag van het jaar kreeg een extra feestelijk tintje dankzij Leo, die ons allemaal heeft verwend met heerlijke oliebolletjes en appelbeignets, vergezeld van een drankje, van tomatensap tot rode wijn.



Hierbij gelijk even onze excuses aan het bar-team... maar voor de volgende keer geldt: wat op tafel staat om te nuttigen, is ook voor jul-lie! Dit jaar was tevens het laatste jaar waarin de klaverjasprijzen per dag werden uitgereikt. Er komt een verandering aan, maar één ding blijft onveranderd: het blijft voor iedereen haalbaar, want we spelen vooral voor het samenzijn.

Tot slot willen we Hester van harte bedanken voor haar jarenlange inzet, betrokkenheid en

war-me leiding. Haar toewijding heeft in grote mate bijgedragen aan de sfeer en het succes van onze klaverjasmiddagen.

Wij wensen u allen een mooi, warm en vooral gezellig klaverjasjaar 2026, waar het samenzijn opnieuw mag winnen

Het klaverjas-team


servitur s.l.


Begeleiding voor Nederlanders omtrent

() **Erfenissen**
() **Estate Planning**

() **Testamenten**
() **Juridisch advies koop-verkoop o.g.**

Edif. SERVITUR, El Planet 7 Ctra. de Finestrat (CV758), 03502 BENIDORM (España) Tel.: (+34) 96 585 0891 • E-mail: servitur@servitur.es • www.servitur.es




Bezoek onze **ecologische finca** voor een rondleiding, evenement, feestje of wijn proeverij (min. 8 pers.). Kom langs (op afspraak) voor het kopen van marmelades, olijfolie en wijn. Of huur een vakantiewoning.



Mónica
 **+34 601 98 39 29**

Rondleidingen

Evenementen & feestjes

Wijn proeverijen

Verkoop van producten

Vakantie accommodatie



Finca Libertad
 Partida Bovalar 4
 03520 Polop, Alicante
www.fincalibertad.es
monica@fincalibertad.es

VERZEKEREN

WIE, WAT WAAR EN WAAROM

Noodlamp vervangt gevarendriehoek

We zijn het jaar ingegaan met een nieuwe veiligheid voor de auto: de V16-noodlamp. Deze komt in plaats van de gevarendriehoek bij pech-onderweg en/of een accident. De noodlamp moet dan op het dak van de auto worden gezet en stuurt een signaal naar de DGT (Spaanse RDW) om het voertuig te lokaliseren. Het gebruik hiervan is per 1 januari 2026 alleen in Spanje verplicht; maar niet voor een voertuig met een buitenlands kenteken. Uit ervaring met een client laat deze automatische lokalisering nog wel te wensen over en komt het signaal niet altijd aan bij de lokale politie of Guardia Civil de Tráfico.

Maar tevens wordt het signaal onderschept door malafide sleep hulp-bedrijven; dit zijn bedrijven die de (illegale) sleepdienst plotseling aanbieden en deze later met een zeer hoog bedrag in rekening brengt. Neem dus altijd contact op met de 24/7 alarmcentrale aangesloten bij de verzekeringsmaatschappij voor sleep hulp bij pech-onderweg en/of accident. Deze service is inclusief de auto-polis en heeft geen extra kosten. Neem even contact met ons op voor de juiste telefoonnummers. Wij informeren ook dat er een mogelijkheid is voor het ontvangen van een email van de maatschappij Generali Seguros. Dit is alleen om te informeren dat het bedrijf Liberty Seguros nu geheel is overgenomen en onder de naam van Generali Seguros verder gaat. Dit is alleen een naamsverandering en heeft geen consequenties betreffende de voorwaarden, premies, dekkingen, etc..

Voor meer informatie over verzekeringen bij Martin Overdevest van CBK expat verzekeringen in Albir, donderdagochtend op de club of bel (0034) 603235885 / email: martin@cbkexpat.es

Martin Overdevest CBK EXPAT –
 Central Broker Expat S.L. / COINBROKER
 Seguros / verzekeringen / insurances /
 Versicherungen Avda. del Albir 155 -
 Local 23 (C.C. Monver)
 03581 Albir - Alicante España Tel.:
 +34-966800020 www.cbkexpat.com



J&J
Jeroen Holtslag

Schilderwerk

Binnen

Buiten

Schoon

Snel

Voordelig

650 363 159

holtslagjeroen@hotmail.com



Onze eerste repetitiemiddag was op 5 januari, het was niet een gewone repetitie maar één met de muzikanten en 4 zangers ter ondersteuning. Het doel was om nieuwe liedjes met elkaar te repeteren zodat de klanken van de instrumenten goed op elkaar ingespeeld raken, want er wordt door de gitaren met akkoorden gespeeld en door accordeon en saxofoon met noten zodat afstemming echt nodig is. Al spelende hebben we ter versterking die middag een slagwerk toegevoegd zodat Femke bij bepaalde liedjes goed accenten en ritme aan kan geven en twee kazoo's, Femke en Albert, die de intermezzo's hiermee in liedjes spannender maken. Dit gingen



we natuurlijk de maandag erop met het koor uitproberen. De opkomst was groot en iedereen was enthousiast om elkaar weer te zien en er weer een gezellige repetitiemiddag van te maken. De nieuwe liedjes werden enthousiast ontvangen en na een paar keer oefenen ging het al goed, vooral Rock around the Clock in uptempo werd voluit gezongen, het plezier spatte er vanaf.

In de pauze hebben we samen nog het nieuw jaar beklonken met een drankje. De komende tijd gaan een aantal zangers samen met Femke de tweede stem oefenen maar ook nu al kun je dit bij onze bekende liedjes horen 🙌.

Is het moeilijk een koor én muzikanten tegelijk te dirigeren?? Samen is dat een complexe groep, en orkest heeft individuele instrumenten terwijl een koor bestaat uit meerdere stemgroepen (sopraan, alt, tenor, bas) elk met een eigen karakter. Instrumenten en stemmen produceren geluid op verschillende manieren daar moet de dirigent steeds tussen schakelen. De dirigent moet zowel de individuele gitaren, blazer, accordeon in de gaten houden en tegelijkertijd de balans en het tempo bewaren tussen orkest en koor, één groep mag de andere niet overstemmen.

In ons koor begeleiden de instrumenten de zangers op een professionele aantrekkelijke manier en samen zorgen ze ervoor dat we als amateur koor met veel plezier de liedjes ten gehore brengen.

Margaret, dirigente van El Canto de la Vida (Het Levenslied).



Euro Optica
Alfas

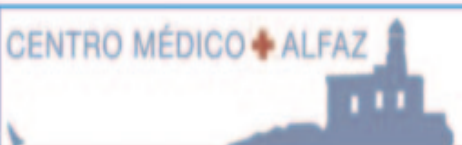


Uw Nederlandstalige opticiën in Alfas del Pi

*Oogmeting, Oogdrukmeting,
Contactlenzen specialist
Solderen, reparaties alle div monturen*

DE BESTE PRIJZEN HET HELE JAAR DOOR !!!

Openingstijden: maandag gesloten
dinsdag t.m. vrijdag 9:30 - 16:30
Zaterdag: 10:00 - 14:00
Av. Pais Valencia, 9 local 10, 03580
ALFAZ DEL PI (Alicante)
Telefoon 966 860 276
Whatsapp 677635364



CENTRO MÉDICO + ALFAZ

Medische polikliniek,
huisarts en specialisten

C/Tabarca 30 - ARABI PLAZA 03580 ALFAZ DEL PI - ALICANTE

H. KOENDERS huisarts en andere specialisten

Voor afspraken bellen van 08.30 tot 10.00 uur: Tel. (+34) 96 686 07 04
Email: centromedicoalfaz@gmail.com
Website: www.centromedicoalfaz.com

Uitsluitend voor spoedgevallen: Tel. 634 210 754
INR / Trombosedienst & Klinisch Laboratorium Analyse
Ma. - Wo. - Vrij. 08.30 - 09.30 uur.

Zeer geslaagde Kerstlunch bij Club Los Holandeses

Op donderdag 25 december was het weer zover: de jaarlijkse kerstlunch in het clubgebouw van Club Los Holandeses.

De soos was omgetoverd tot een gezellig restaurant met mooi gedekte tafels voor twee, vier of grotere groepen. Onder de bezielende leiding van Marco had de keukenbrigade weer flink uitgepakt. Er stond een heerlijke lunch op tafel waar iedereen zichtbaar van genoot.

We begonnen met een lekkere amuse van pompoensoep. Gevolgd door het voorgerecht, rauwe-ham rolletjes gevuld met appel en geitenkaas, geserveerd op een bedje van rucola met perzik, walnoten en een honing-mosterddressing.

Als hoofdgerecht was er keuze uit een gevulde kerstrollade met cranberrysaus of een smakelijke heekfilet met dillesaus. Daarbij kregen we gebakken aardappeltjes, oma's stoofpeertjes en spruitjes. Het dessert maakte het helemaal af: warm appelgebak met zelfgemaakt kaneels en slagroom. Afsluiten deden we met koffie of thee en een heerlijk likeurtje. Dankzij de inzet van de keukenbrigade onder leiding van Marco en het barteam Aad en Monique werd het een ontzettend gezellige en geslaagde middag. Waarvoor dank!

Nu is het weer aftellen ... nog 12 maanden tot de volgende kerstlunch!

Een zeer tevreden gast. 🌲

Bridge



We speelden in 2 lijnen met na elke 2 rondes een heerlijke brunch van onze geweldige kok Marco!

We kregen een courgettesoepje, boeuf bourguignon met aardappelpuree en een ijsje met advocaat en slagroom. Smullen geblazen!

Er werd ook nog gebridget in een feestelijke stemming.

En de winnaars waren in de A lijn:

1e plaats: Conny en Ruud van Schie met 63,89%
2e : Cor Spaargaren en Peter Kuivenhoven 54,79%.

De poedelprijs was voor Fred Mahler en Peter van Galen.

In de B lijn: Op beide plaatsen een gelegenheidsduo:

1. Johanna Boits en Paula Van der Feesten 63,32%.
2 Linda Mahler en Margaret Vegter 58,33%

De poedelprijs voor een heel dapper koppel: Mieke en Gerrit de Ridder.

Een heel geslaagd begin van 2026!!!.

Meta

Sabine Buckinx:
+34 618 598 338

REAL ESTATE
INMOBILIARIA
MAKELAAR

Vincent Claeys:
+34 646 970 330



villas

INTERNACIONAL



www.villasinternacional.com

(+34) 618598338

Avda. del Albir 80, local 3
Albir-España

KARAOKE



LET'S PARTY!

Zaterdag 7 februari 2026

Start om 15:00 tot 19:00

KARAOKE

Wegens groot succes vorig jaar wordt op zaterdag middag 7 februari 2026 wordt er een Karaoke-middag georganiseerd op de club van 15.00-19.00 uur. De toegang is gratis. Deze middag wordt wederom gratis aangeboden door bar La Bonita in Albir en bewegingsstudio Bodyfit in La Nucia. Zij beschikken over professionele apparatuur en ervaring om er een leuke middag van te maken.

Karaoke is een vorm van vermaak waarbij muziek wordt afgespeeld van een lied en een zanger in een microfoon de tekst live zingt. De stem van de oorspronkelijke zanger bij de muziek is gewist of minder luid gemaakt.

De liedjes worden gestreamd via YouTube, hier kunt u uw favoriete nummer en uitvoering vinden.

Wat is de bedoeling als u zelf 1 of meerdere liedjes ten gehore wil brengen: Vooraf zorgt u ervoor dat u thuis al uw liedje uitzoekt wat u wilt gaan zingen. Eenmaal op de club kunt u dan uw naam en uw gewenste liedje en uitvoering op een briefje schrijven.

Voor elk liedje dient u apart een nieuw briefje in te leveren. Om de beurt wordt er gezongen, net zo lang er geen briefjes meer zijn of het einde middag is. Als u niet wilt zingen maar wel een leuke middag wilt hebben, dan bent u natuurlijk ook van harte welkom.

Meer informatie over deze Karaoke middag is bij mij te verkrijgen.

Groet, Chris Janse, 0031-653746446



Comfortabele 2-kamer & 3-kamerappartementen om te overwinteren of familie te laten overkomen!

Inclusief:

- Nederlandstalige receptie
- Zeer persoonlijke service
- Handdoeken/bedlinnen
- Eigen schoonmaakteam
- Eigen technische dienst
- Nederlandse TV-zenders
- Airco/verwarming & energie
- Gratis Wi-Fi
- Zwembaden
- Fitness en sportfaciliteiten

**U bent van harte welkom een kijkje in een
van de appartementen te nemen.**

Avenida L'Ametlla de Mar 17, Benidorm
Tel: +34 966 889 181, E-mail: info@gemelos22.es
www.siroco-gemelos22.com/nl

**Open dag 10 februari
10:00 – 13:00 uur**



Nieuws van het Evenemententeam

Kerstspullen opgeruimd in de soos 🎄

Op maandag 5 januari heeft een enthousiaste groep van ongeveer 15 vrijwilligers de handen uit de mouwen gestoken om de kerstspullen in het clubgebouw op te ruimen.

Binnen twee uur tijd waren alle kerstbomen afgebroken en was de volledige kerstversiering zorgvuldig verwijderd en verpakt in de daarvoor bestemde kratten. Daarna zijn alle spullen weer netjes opgeborgen in de container, helemaal klaar voor de volgende kerstperiode.

Wat een teamwork! Een grote dank aan alle vrijwilligers die hebben meegeholpen, dankzij jullie was het opruimen zo gepiept!

Voor de maand februari is er weer van alles te doen. Let op de flyers die in de club hangen en de mededelingen via uw email.

Zaterdag 7 februari Karaoke, start om 15:00 tot 19:00 uur

Zondag 15 februari inloopborrel, start om 14:00 tot 17:00 uur

Zaterdag 21 februari Bingo, start om 14:30 uur

Sjoelen.

Half 2025 is mij, Andre Beerenhout, gevraagd de taken van de inmiddels overleden Ben van Zutphen over te nemen. Ben is lange tijd de beste sjoeler van de club geweest. Wij, Lisa en ik, 57 jaar getrouwd, zijn sinds 10 jaar lid van de club en wonen 3 jaar permanent in l'Álfa del Pi.



De 'job' van aanspreekpunt voor het sjoelen is voor mij gereduceerd door de aanwezigheid van 3 dames, Karin, Harriët en Yvon die van mij vele taken overnemen. Karin voor de administratie, Harriët voor de financiën en Yvon zorgt ervoor dat alles goed verloopt. Het sjoelen is op vrijdagavond vanaf 8 uur en voor alle leden te doen, soms doen er ook overige familieleden van de leden mee. Elke week wordt er een uitslag berekend die 1 winnaar en vele verliezers oplevert. De competitie bestaat uit 4 weken waarin de eerste 3 worden gebruikt om een gemiddelde te berekenen. In de 4e week, de handicapweek, wordt de voortgang t.o.v. de eerste 3 weken berekend om zo een winnaar te bepalen. Aan het eind van het jaar wordt hieruit weer een totaalwinnaar berekend. De avond eindigt rond 11 uur en is meestal reuze gezellig dus als u zin heeft om te sjoelen kom en doe mee.

Andre Beerenhout.

ALLES ONDER ÉÉN DAK



Tel.: 966 830 849
www.euroclinarincon.com



Tel.: 608 218 626 (24h)
www.thuiszorgeuroclinarincon.com

Costa Mobility Service



Carrer J.S. Bach 5,
L'Alfas del Pi (L'Albir)
+34 744 723 248

info@costamobilityservice.com
www.costamobilityservice.com

KOM LANGS IN ONZE SHOWROOM
OF BEZORGING OP LOCATIE

Verhuur & Verkoop

- Scootmobielen
- Rolstoelen
- Loophulpmiddelen
- Bad- en slaapkamerhulpmiddelen
- Nog veel meer zorghulpmiddelen



Uw mobiliteit, onze service

De Nederlandse ambassade komt naar La Nucia

U kunt hier een paspoort of ID-kaart aanvragen.

Wanneer?

Week 9 2026, 23 tot en met 27 februari 2026

Waar? La Nucia

Voor wie? Niet iedereen kan een afspraak maken.

U moet voldoen aan een aantal voorwaarden:

- Uw reisdocument verloopt binnen 4 maanden, EN;
- U bent slecht ter been. Stuur een medische verklaring mee waaruit blijkt dat u voor lange tijd niet mobiel bent. Deze verklaring mag niet ouder zijn dan 1 maandOF,
- Uw kind(eren) is/zijn tot en met 4 jaar oud. Stuur een kopie van een bewijs mee waarop de leeftijd van uw kind of van één van uw kinderen af te lezen is, OF,
- U bent ouder dan 70 jaar. Stuur een kopie van uw huidige reisdocument en een 'certificado de empadronamiento' van niet ouder dan 3 maanden mee.

Afspraak maken: U kunt tussen 26 januari 2026 09.00 uur en 30 januari 2026 17.00 uur een afspraakverzoek indienen.

Verzoeken ontvangen buiten de aangegeven data en tijdstippen, worden niet in behandeling genomen.

Mail een afspraakverzoek naar mad-mva@minbuza.nl

Vermeld in de e-mail uw volledige naam, geboortedatum en woonplaats en welke van de bovenstaande criteria op uw situatie van toepassing is.

In week 6 worden alle aanvragen voor een afspraak beoordeeld.

Als u in aanmerking komt voor een afspraak ontvangt u hier uiterlijk 13 februari 2026 per e-mail bericht over.

Toeslag: Voor een aanvraag op deze locatie betaalt u per paspoort of ID-kaart €26,85 extra.

Wanneer krijg ik mijn nieuwe paspoort?

Het duurt 8 tot 10 weken voordat uw paspoort klaar is.

Club Los Holandeses,

Paul van Veen, secretaris.



Internationaal verhuizen

Kuiper De Internationale Verhuizer verzorgt uw internationale verhuizing tot in de puntjes. Wekelijks rijden er luchtgeveerde verhuishagens naar en vanuit onder meer Frankrijk, Spanje, Portugal, Zwitserland en Italië.

- 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
Nederland

+31 (0)294 418080
info@kuiperbv.nl
www.kuiperbv.nl



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

Adverteerders

Alicante Zon Paradijs
Bob Cats
Bodyfrequency
Buro Thuiszorg
CBKexpat
Costa Mobility Services
Eddy Kramer
Euro Clinica Rincon
Euro Optica
Finca Libertad
HCB
Huisarts Koenders CMA
Ingeborg Posthuma
Jeroen Holtslag
Kuiper verhuizingen
Optica Novaluz Vistalia
Port of Altea
ProFysio
Saya Consulting
Servitur
Siroco
Smilesdental Albir
Dirk Smit kachels
The Comm Medical Centre
The Comm Senior Living
Villas Internacional
Xtra FM

Noteer in uw mobiel

Een ambulance van HCB kunt

u oproepen via
0034 639 312 615

Een ambulance IMED 24/7
0034 650101497

Afspraken IMED la Cala
via whatsapp 0034 686035708

Afspraken IMED Levante
via whatsapp 0034 620917798

Nuttige telefoonnummers / adressen

\Algemeen noodnummer
(Ambulance, Politie en Brandweer):
112

Gemeente La Nucia
Jessica Gommans: 0034 646857992
(NL)
Algemeen: 0034 965870700
Website: www.lanucia.es
Of download de app: APP La Nucía

Gemeente L'Alfas del Pi
Martine Mertens: 0034 681285974 (NL)
Patrick de Meirsman: 0034 605 314 240

Algemeen: 0034 965888265
Website: www.lalfas.es

Ziekenhuis HCB: Astrid ten Zeldam
0034 639312615 (NL)

Ziekenhuis Imed: Brenda Vlemmings,
0034-620917798 (9-18 uur) en
Robin 0034- 650101497 (24 uur)
spreken beide Nederlands

Mis je een belangrijk telefoonnummer?
Geef dat dan even door aan
de redactie van dit blad.

Advertentietarieven per kalenderjaar

1/1 pagina:	Kleur	€ 250,00
	Z/W	€ 180,00
	Weblink gratis	
1/2 pagina:	Kleur	€ 150,00
	Z/W	€ 90,00
	Weblink gratis	
1/3 pagina:	Kleur	€ 90,00
	Z/W	€ 70,00
	Weblink gratis	