

Hollands Café - Dutch Bar

Het Trefpunt

Strandbediening - Beach-service

Playa la Carihuela
Torremolinos



Beach-service

Het Trefpunt
La Carihuela

Welkom

Service met een Glimlach

Playa Antonio

¿SERIEUS!? is een maandelijkse gratis krant. Iedere editie is natuurlijk ook online te lezen. Wilt u de krant toch thuis bezorgd krijgen. Dat kan! Stuur ons dan even een mailtje of kijk op de website. Heeft u vragen, suggesties of zelf iets leuks om in de krant te laten plaatsen? Ook dit kunt u ons laten weten via de mail. Veel leesplezier!

Website: www.serieus.es

E-mail: info@serieus.es

Via Facebook en Instagram zijn wij ook te volgen: *Serieus Carihuela*.



Lounge 17

La carihuela, Torremolinos

Broodjes
Diverse bereiksmannen

Strandbediening bij

PLAYA ANTONIO

ALBA ESPANJA & HOLANDA CONSTRUCCION

CALLE CAPITULACIONES 38 LOCAL 10
29620 TORREMOLINOS

TEL ESPANA 649861290
TEL HOLANDA +31653123920

WWW.ALBACONSTRUCCIONES.ES

Café de Babbelaar

Diverse broodjes en snacks
Spel, bier en vertier





Calle Bulto 23 La Carihuela

Deze maand in ¿SERIEUS?

KOFFIETIJD

Carihuela in de zomer

SCOOTMOBIEL

Zon, regen & klagen

De Eredivisie

OVERWINTEREN IN SPANJE

Overwinteren in Spanje is erg populair, en niet voor niets natuurlijk. Spanje heeft voor iedereen wel wat te bieden zoals cultuur, gastronomie, monumenten, grote steden, stranden en heerlijke temperaturen. Ook in de wintermaanden. Precies dat laatste zorgt er elk jaar weer voor dat er tienduizenden Noord-Europeanen naar Spanje afreizen om de koude en donkere dagen in eigen land te vergeten en te genieten van beter weer, meer licht en gewoon een leuker leven.

Nu zijn er veel plaatsen in Spanje waar je goed kunt overwinteren maar bij lange na niet alle van de zomer bekende gebieden zijn ook in de winter uitstekende plaatsen om te overwinteren. Denk daarbij bijvoorbeeld aan de Costa Brava, Costa Dorada of Balearen waar het in de zomer goed vertoeven

is maar waar het in de winter akelig koud kan zijn. Dat houdt niet in dat je er niet goed terecht kunt in de winter maar echt warm zal het er niet zijn.

De toeristenstad Torremolinos, met een authentiek oud centrum, zou je kunnen vergelijken met Benidorm maar dan met minder of bijna geen wolkenkrabbers. Je moet er natuurlijk van houden maar voor de overwinteraar ontbreekt er hier helemaal niets. Datzelfde geldt voor de kustplaatsen Benalmádena en Fuengirola die tevens langs de Costa del Sol liggen en erg druk bezocht worden gedurende de wintermaanden

Het voordeel van deze populaire kustplaatsen is dat het er aan niets ontbreekt. Zo zijn er meer dan genoeg winkelcentra te vinden, zijn er wekelijks markten, bezienswaardigheden zoals het nabijgelegen Málaga en Mijas of iets verder Ronda etc.



HAPPY DAYS

SERVICE WITH A



Calle Chiviva 5
La Carihuela

Tot ziens
See you soon!

Jurry, Helen en
Max



Ingezonden door een serieuze lezer

Avenida Carlota Alessandri..... soms genoemd “de grote weg” Een leuke weg waar wij zelf wonen, heerlijk centraal. Nu denk je misschien dat is rustig wonen daar, gebeurt niet zoveel, nou..... In de nacht wordt deze weg vaak gebruikt als racebaan, waarschijnlijk denken ze de nieuwe Max en Hamilton te worden.

Zijn er motorrijders/scooterrijders met zulke zware geluiden die proberen het alarm van de auto's aan de praat te krijgen.....dat lukt ook vaak wel (zie ik als oud motorrijder ook wel de humor van in). En zijn er mensen die proberen om (hard) rechtdoor te rijden op de Ronda Pez Espadalukt echt niet!

Resultaat: stenen, lampen e.d. liggen van de rotonde af! De zwaardvis is blijven staan. In een vrij korte tijd is deze rotonde al drie keer opgeknapt.

Dit is op een maandag, gelukkig geen zwaargewonden. Volgende dag een aan de andere kant van de rotonde.....

Bij deze was Jantje Safari er supersnel bij, sprong op de auto en hielp de persoon de auto uit. Kortom, pas goed op bij rotonde Pez Espada!

Een vrij duur merk probeerde heel vroeg in de morgen, (we zaten rechtop in bed, zo'n harde klap was het,) via de rotonde verder te rijden op twee wielen, dat lukte niet helemaal, resultaat.... het betonnen watermeterkastje (bij slager Stam) lag in gruzelementen. Keienvanger en grill van de auto lagen in de buurt van de containers, dus dat was snel opgeruimd. Kastje herstellen duurde “iets” langer.

Tijdje hierna was er een auto met jonge mensen die komende vanaf de Lidl gewoon rechtdoor wilden gaan bij de Ronda, helaas kwamen zij er wat minder goed vanaf. Ook een scooterrijder die zijn voorrang wilde nemen, was helaas minder gelukkig.



José BD

Het werkende leven in Nederland

Nog een maandje en dan mag ik weer terug naar mn geliefde Costa del Lol! Het was dus Serieus dat er gevraagd werd of t stukkie al af was.... niet dus,...zoals altijd op t laatste moment wordt de deadline net aan gehaald...

Ben bezig met een soort van experiment om te zien of ik na 20 jaar in Spanje werken in NL nog teeds net zo leuk vind als toen...normaal ga ik er met vakantie heen maar dit is echt een ander koekkie.

Na ruim 6 werkzame weken in de hoofdstad kan ik wel stellen/zeggen dat werken in de Randstad een totaal andere wereld is dan wat ik gewend ben.

In het gareel lopen is al niet helemaal mijn ding. 9 uren werken, net aan 30 min lunchpauze en oowee als je langer wegblijft... dan heb je de tenenkrommende manager die jou behandelt als een kleuter...bbrr.

Je begrijpt dat dit baantje in het Scheepvaartmuseum gauw passé was. Werk.... het woord overheerst, overal....je leeft hier in NL om te werken en bij ons werk je om te leven. Het is een ouderwetse stelling die tot de dag van vandaag geldt.

Wat mis je het meeste vragen mijn vrienden. Met afstand Het Straatleven! Ben van origine een soort van straatkat die zich graag laaft aan gezelligheid en niet buiten een terrasje kan.. en op die manier altijd het nuttige met het aangename

Ik mis zelfs de auto's die niet lekker parkeren, de rijstijl en het heerlijke lawaai.

Hier in t dorp waar ik nu zit (ben net een zigeuner) is vanaf 18 uur geen levende ziel meer te bekennen of ze hebben een hond.... dan kan het zelfs laat worden, wel 20.00 uur ofzo....

Dan gaat in Spanje net mijn favoriete restaurantje open:-) En 's morgens om 6 uur op... Ik lijk wel een kip!

Nee het werkende leven in NL is niet aan mij besteed. Al heb ik er ook weer veel van geleerd. Het belangrijkste is dat je nog blijer bent met het leven wat ik normaal gesproken leid en dat het zeker niet vanzelfsprekend is.

Kan niet wachten om weer heerlijk door het Andalusi-sche land te mogen rijden en nieuwe dagtrips uit te zetten voor m'n geliefde gasten.

Toch wil ik een positief pleidooi houden voor de jonkies in Holanda. Ik werk samen met voornamelijk studenten en ik moet zeggen de spirit waarmee zij werken is prijzenswaardig. Niet lui, gedreven, ambitieus en met verantwoordelijkheidsgevoel. Neerlands Hoop dus.

Altijd zit ik tussen twee mooie culturen in, een absolute luxe! Hier vind je wat, daar laat je wat zei mijn ouwe wel eens.

En daar had ie gelijk in!

Hasta pronto, Frandalucía!



DOMME WAARSCHUWINGEN

“Opgelet! Deze draden aanraken is dodelijk en wie het toch doet, zal gerechtelijk worden vervolgd.” (affiche in een straat in Engeland)

“Enkel toegang voor leden en niet-leden.” (bord aan ingang van een discotheek in Mexico City)

Op een spray ter bestrijding van insecten in Nieuw-Zeeland: dit product werd niet getest op dieren.

Op de dop van een Britse, gearomatiseerde melkdrank: na opening, rechtop bewaren.

In sommige landen, op de onderkant van Coca-Colaflessen: open de andere kant.

Op een Koreaans keukenmes: opgepast, buiten kinderen houden...

Op Chinese kerstverlichting: alleen binnen of buiten te gebruiken...

Op nootjes van Sainsbury: opgelet, bevat noten - gebruiksaanwijzing: open het pak en eet de noten...

Op sommige diepvriesmaaltijden: serveertip: ontdooien...

Op Nytol-slaappillen: opgepast, kan slaperigheid veroorzaken...

Op een deken 'made in Taiwan': niet gebruiken als bescherming tegen een tornado...

Op een zak Fritos: u hebt misschien gewonnen; aankoop niet verplicht; details aan de binnenkant...

Op een Zweedse kettingzaag: probeer de kettingzaag niet te stoppen met uw handen...

Op een hoestsiroop voor kinderen: geen auto besturen of machines bedienen...

Op een Rowenta-strijkijzer: kleren uittrekken vooraleer ze te strijken...

Een barlounge in het straatje achter de boulevard in La Carlhuela waar Spanje en Nederland culinair samenkomen.

Sensaciones
RESTAURANTE
LA CARLUUELA

Vij zitten tussen Bar America en Casa Juan

Facebook: Sensaciones La Carlhuela

CHURROS

Ze worden gegeten als ontbijt, als dagelijkse snack en soms zelfs ná het uitgaan. De krokant gefrituurde meelstengel gedipt in gesmolten chocola, oftewel de Spaanse churros. Deze Spaanse lekkernij bestaat uit niet meer dan bloem, olie, suiker en zout. Het eten van churros met of zonder gesmolten chocola, is een échte Spaanse traditie en wordt gezien als een erg gezellig en sociaal gebeuren, want volgens de Spanjaarden is het ondenkbaar om ze alleen te eten!

Churros, ook wel een Spaanse donut, is dé lekkernij van Spanje en andere Spaanstalige landen. Deze lekkernij bestaat uit bloem, olie, zout en suiker en wordt vaak in combinatie met gesmolten chocola gegeten.



De origine van de churros is niet duidelijk, maar we weten wel dat ze in Spanje de hele dag én nacht door gegeten worden: als ontbijt, als snack, als merienda (rond een uur of 6) en soms zelfs na het uitgaan!

Waar churros nou precies vandaan komt, is niet duidelijk.. Sommige beweren dat de churros voor het eerst in Catalonië genuttigd werden in het begin van de negentiende eeuw, terwijl anderen zeggen dat de Moren de churros op de markt hebben gebracht in Spanje. Een andere theorie is dat de Spaanse zigeuners churros

verkochten op kermissen. Zelfs de Provinciale Vereniging van Makers van Churros hebben ook geen verklaring. Het is één groot mysterie en waarschijnlijk zullen we nooit precies uitvinden waar de churros precies vandaan komen. Waar de churros dan ook vandaan komen, ze zijn super populair in Spanje. Bij het ontbijt, als tussendoortje en na het uitgaan worden de churros genuttigd.



Op z'n typisch Spaans, bestel je er een kopje gesmolten chocola bij waar je de churros in kan dopen en een café con leche. Churros worden tegenwoordig overal verkocht, maar de lekkerste zijn toch te vinden in een échte Churreria.

De ambachtelijke maker weet precies wanneer het deeg perfect is, waarna het in een churrera gaat, een soort slagroomsput voor deeg. Vanuit de churrera wordt het deeg in de hete olie gespoten en eventjes gefrituurd tot ze een goudkleurige kleur hebben. Vaak wordt er nog een beetje suiker over de churros gestrooid en dan kan het dippen in de chocola beginnen.



TESTEN



PCR-en Antigentesten in de Clinica Servicio Medico, Costa del Sol (tegenover Slagerij Stam), naast de oude Mercadona).

De antigeentest dient niet ouder te zijn dan 24 uur. Binnen 30 min. uitslag met internationaal reiscertificaat. Testen worden iedere dag afgenomen tussen 9.00-12.00 uur. Kosten 40€ (weekend 50€). Maak een afspraak en stuur een Whatsapp naar Frandalucía. 0034-686487731.

ingrediënten Churros

25 gr. kristalsuiker
50 gr. ongezoeten room-
boter
¼ tl zout
150 ml kraanwater
125 gr. tarwebloem
2 middelgrote eieren

1 tl gemalen kaneel
1 liter zonnebloemolie
1 el poedersuiker

Dit heb je nodig:
spuitzak met gekartelde
spuitmond ø 1 cm

Churros maken

Doe de kristalsuiker, boter, het zout en water in een steelpan en verhit op laag vuur tot de boter gesmolten is. Voeg dan in 1 keer de bloem toe en roer net zo lang tot het deeg loslaat van de pan en een bal vormt. Neem van het vuur. Klop de eieren los en roer in 3 delen door het deeg tot je een glad, maar stevig beslag hebt. Meng de kaneel erdoor. Laat 10 min. afkoelen.

Verhit de olie in een wok tot 180 °C. Controleer of de olie heet genoeg is, door er wat beslag aan toe te voegen. Als het in 15 sec. goudbruin is, dan is de olie heet genoeg.

Schep de helft van het beslag in de spuitzak en spuit het deeg in de hete olie. Zorg dat de spuitzak en -mond de hete olie niet raken. Knip met een schaar om de 10 cm steeds een stuk deeg af. Bak de churros in 4-5 min. goudbruin. Schep ze met een schuimspaan uit de olie en laat uitlekken op keukenpapier. Bestrooi met poedersuiker. Bak zo nog meer churros van de rest van het beslag.



Bouw en onderhoud

Tegenwoordig kunt u kiezen uit vele bouwbedrijven die gespecialiseerd zijn in houtskeletbouw of traditionele bouw. Alba bouw & onderhoud bv, Espanja-Holanda s.l., is de ideale partner voor uw duurzame en ecologische droomwoning. Allereerst hebben we 40 jaar onschatbare ervaring, hierdoor hebben we de methodes door de jaren heen goed kunnen verfijnen. Zo kunnen we u vandaag de dag een optimale service bieden voor het beste budget.

Maar als flexibel bouwbedrijf bouwen wij ook houtskeletbouwwoningen of een traditionele bouw op de bouwkaavel die je zelf al hebt gekocht. Sterker nog, u bepaalt samen met experts hoe deze woning er uit komt te zien en met welke materialen deze wordt afgewerkt.

Maar ook voor kleinere verbouwingen zoals het vernieuwen van keukens, badkamers, schilderwerkzaamheden bent u aan het juiste adres bij Alba bouw & onderhoud bv, Espanja-Holanda s.l.



Vanuit het hoofdkantoor in Naarden (Nederland) en Torremolinos (Spanje) coördineren wij projecten door het hele land en Europa en zorgen voor uw droomhuis in houtskeletbouw of traditionele bouw.

De reden waarom er een filiaal geopend is in Torremolinos is omdat er geconstateerd is dat er veel vraag is naar vakbekwaam personeel. Het personeel voldoet aan de juiste instelling, passie, inzet en vakbekwaamheid. Dit alles zorgt voor het gewenste resultaat.



De kantoormedewerkers spreken Nederlands, Engels, Spaans, Duits, Frans en Pools waardoor iedereen terecht kan bij dit bouwbedrijf. Heeft u interesse in de services die Alba Espanja Holanda construccion & reformas s.l. te bieden heeft neem dan contact op via één van de onderstaande contact gegevens.

**Alba Espanja & Holanda
Construccion & reformas
s.l.**

**Calle Capitulaciones 38
local 10
29620 Torremolinos**

**tel Espana +34649861290
tel Holanda +31653123920**

www.albaconstruccion.es



Kaas of aardappel

Over het algemeen zegt men bij het maken van een foto wereldwijd “cheese” om zo een glimlachend gezicht op de foto te kunnen zetten. Aangezien dit een Engels woord is en dat men in Spanje liever in het Spaans doet, roept men in Spanje niet “cheese” maar “patata” om ogenschijnlijk dezelfde “smile” tevoorschijn te toveren.

Wellicht heb je het zelf ook wel eens geroepen “cheese” of zelfs “één..twee..drie..cheese” en het duidelijke “smile” maar in Spanje hoor je dat over het algemeen alleen bij buitenlanders en toeristen.

Fotografen maken graag gebruik van het woord “cheese” en maar al te vaak worden de mensen gemaand te lachen met de opmerking “say cheese”.

Door het Engelse woord voor kaas te zeggen vervormen de mondhoeken waardoor het lijkt of een persoon lacht.

In het Spaans maakt men in dit geval liever geen gebruik van het Engelse woord voor kaas en vertaald naar het Spaans zou dat ook niet echt hetzelfde effect hebben “queso”. Daarom heeft men in Spanje lang geleden gekozen voor het Spaanse woord voor aardappel: “patata” waarbij meestal wordt geroepen: “paaaa...taaaa...ta” waardoor de meeste mensen vanzelf beginnen te lachen. Wil je iemand aanmanen om “patata” te zeggen dan zeg je “di patata” waarbij de “uno...dos...tres” niet vermeld hoeft te worden.

GRAND CAFÉ - RESTAURANT

The Launch

TORREMOLINOS

PLAYA LA CARIHUELA

ESPAÑA

ONTBIJT • LUNCH • DINER

CALLE CARMEN 35 29620 TORREMOLINOS SPANJE (0034) 952377751

Column van

Henny Duinkerken



Zon, regen en klagen

Goeie dag, wat is het warm he?
Dat is de openingszin die vaak gehoord wordt in Carihuela.
wanneer men elkaar tegen komt.
Pfff,.. bijna niet te doen, zó warm.

Ja mensen het is warm maar daarom ga je toch op vakantie
naar Spanje. DE ZON!!

Wij Nederlanders moeten klagen, daar staan we immers om
bekend.

Maar zeg nu eens eerlijk, wie zou er nou in Nederland wil-
len zitten onder de parasol maar dan om de regen tegen te
houden. Wie dat wilt mag zijn vinger opsteken.

Om even door te gaan met klagen, ik word iedere nacht
opgevreten door de muggen.
Wat ze zo lekker aan mij vinden begrijp ik niet.
Alhoewel, misschien een feestje bouwen want volgens mij
zit er bijna wel elke nacht alcohol in mijn bloed zodat de
muggen bij mij nog een after party hebben.

Wanneer ik uit bed kom word ik gek van de jeuk en begin
ik me in te smeren met azijn en tandpasta. Men zegt dat het
helpt en als je jeuk hebt geloof je alles.
Het gevolg is dat ik 's morgens een raar zuur luchtje bij me
heb vermengd met wat menthol.
Geen goede combinatie. Ik zal er geen volle zalen mee
trekken. Het is trouwens toch al lang geleden dat ik dat wel
deed, maar dat is voor mij niet belangrijk.

Ondanks, of juist door de warmte, maakt dat ik me hier 1
keer beter voel dan in Nederland. en ik zal daarom proberen
wat minder te klagen! Oja, vinden jullie dat zand overal ook
zo irritant als je op het strand ligt? Haha geintje.

Geniet van het goede leven in Carihuela. En zeker terugko-
men want de horeca heeft het ((net als in Nederland) hard
nodig. Veel leut, gezelligheid en zon gewenst en tot gauw.

Henny

Opa's & Oma's

Grootouders spelen vaak een belangrijke rol bij het opgroeien en opvoeden van kleinkinderen: door samen op stap te gaan, met tijd en aandacht met de kinderen te spelen en door er met een liefdevol luisterend oor te zijn. Vaak spelen opa's en oma's ook een belangrijke rol voor de ouders, door met regelmaat op te passen en hen te helpen in het drukke bestaan van de ouders van nu. Het is een mooi gebaar om een keer per jaar stil te staan bij deze rol en alle opa's en oma's in het zonnetje te zetten.

belang van ouderen in de samenleving. Zij besloot om te gaan lobbyen voor een nationale feestdag voor grootouders. Marian hoopte met zo'n feestdag de jeugd wat respect en waardering voor de ouderen bij te brengen.

Bovendien had Marian bedacht dat het ook een goede gelegenheid was om een grootouder 'te adopteren'. Ze hoopte dat deze feestdag mensen zou motiveren om ook eenzame ouderen in tehuizen op te zoeken en gezelschap te houden. Op die manier hadden zelfs de ouderen die alleen waren op z'n minst een keer per jaar bezoek. Marian stimuleerde de jeugd om niet eens per jaar langs te gaan, maar het liefst een grootouder voor de rest van hun leven te adopteren. Het lobbyen begon in 1973 in West-Virginia. Al snel breidde ze het gebied uit tot het hele land. Na een lange campagne kreeg Marian in 1978 te horen dat President Carter



Opa en Oma dag komt oorspronkelijk uit de Verenigde Staten. Vanaf 1978 vieren de Amerikanen elke eerste zondag van september deze dag. Eén vrouw in Amerika had een missie en een doel voor ogen die zij koste wat kost wilde verwezenlijken. Marian McQuade (1917 – 2008) werkte al jaren bij organisaties die opkomen voor het

het voorstel voor een nationale Opa en Oma dag had ondertekend. Sindsdien staat de eerste zondag van september in de Verenigde Staten bekend als National Grandparents day.

The Rude

→

Northern Soul
Mod
Ska

Boys

“Nutty
Boys”

Steve Owen ~ Wayne Ward

f

+34 621 21 19 61

The Rude Boys Show

INHAAKKALENDER

1 september 2021
Wereld Kokosnoot dag

2 september 2021
Wereldhavendag

4 september 2021
Wereld Baarddag

4 september 2021
Nachtvliedernacht

5 september 2021
Europese Dag van de Joodse Cultuur

7 september 2021
Duurzame Dinsdag

8 september 2021
Wereld Alfabetiseringsdag

8 september 2021
Internationale Dag van de Fysiotherapeut

9 september 2021
Nationale Dag van de Geboorte
Internationale Teddyberendag

10 september 2021
Dag van de Scheiding

11 september 2021
Wereld Eerste Hulp Dag

11 september 2021
Dag van de Boerin

12 september 2021
Dag van de Grootouders

13 september 2021
Roald Dahl Dag

13 september 2021
Pindadag

15 september 2021

Free Money Day

16 september 2021
Internationale Dag van het Vrouwen-
condoom

17 september 2021
Internationale Dag van de Countrymu-
ziek

18 september 2021
World Cleanup Day

19 september 2021
Praat als een Piraat Dag

21 september 2021
Prinsjesdag

22 september 2021
Start van de Herfst

23 september 2021
Dag van de Biseksualiteit

25 september 2021
Burendag

25 september 2021
Wereld Droomdag



26 september 2021
Wereld Rivieren Dag

28 september 2021
Dag van de Thuiszorg

28 september 2021
Nationale Koffie Dag

29 september 2021
Wereld Hart Dag

30 september 2021
Wereld Stroopwafel Dag
Nationale Broer en Zus Dag



KOFFIETIJD

Om de dag mee te beginnen, halverwege de ochtend, als afsluiter van een uitgebreide lunch of bij de merienda, de zoete snack tussen lunch en diner. Koffie! En nadat de spanjaarden de plek hebben verlaten waar ze een “bakkie” hebben gedaan tref je een tafel die vol ligt met suiker, melk, ijs, zoetjes, koffie en soms nog wat andere verrassingen. In Spanje is het eigenlijk altijd koffietijd. Wat wil je? Je kunt kiezen uit zoveel verschillende soorten? Geen Spaanse ober die er gek van op kijkt als alle gasten aan de tafel een andere variant bestellen. Deze acht soorten koffie staan gegarandeerd op de kaart. Maar welke koffie bestel je nou precies?

Cortado

Een espresso met warme melk. In Catalonië staat ‘ie op de kaart als tallat.



Café con leche

Koffie verkeerd: half koffie, half melk. Je krijgt ‘m niet altijd met een schuimlaag, dus als je dat per se wilt kun je beter voor een cappuccino gaan.



Café solo

Espresso. Super sterke koffie in een klein kopje of glaasje.



Americano

Een soort café solo, maar dan minder sterk en geserveerd in een grote kop.



Capuccino

Voor wie op Italiaanse tour gaat. Soms krijg je ‘m met slagroom (nata), dus laat het de ober weten als je dat niet wilt.



Carraijillo

Een café solo met een scheut likeur, zoals whiskey, brandy of Licor 43 of Baileys. Ook wel een Carraijillo genoemd, wordt vaak besteld na de maaltijd, maar smaakt wat ons betreft ook prima tussendoor.



Café con hielo

Koffie met ijs. Je krijgt ijsblokjes en de koffie naar jouw keuze apart geserveerd en het is de bedoeling dat je de hete koffie over het ijs giet.



Café bombón

Van oorsprong vooral populair in Valencia, maar tegenwoordig in heel Spanje op de kaart. Café bombón bestaat uit café solo met zoete gecondenseerde melk. Meestal geserveerd in een glas en in sommige bars krijg je melk en koffie apart geserveerd.



 **RIJNLAND**
Facility bv



Glasbewassing

Kunstof kozijnen

Gevelreiniging

Zonnepanelen
reinigen

Dakgoten
reinigen



NIETWEE KLANTEN
BESCHRIJVEN WIJ DE 100%
GLASBEWASSING
GRATIS

06-19 750 750 - WWW.RIJNLANDFACILITYBV.NL
GLASBEWASSING@RIJNLANDFACILITYBV.NL

Waar het hart vol van is.....

Het hart is één van onze belangrijkste organen. Maar wat weten wij eigenlijk over ons hart? Want wist je dat hart- en vaatziekten doodsoorzaak nummer één onder vrouwen zijn? Wetenschappelijk onderzoek toont aan dat het eten van havermout de kans op hartfalen kan verminderen. Het gaat hierbij om een percentage van bijna 10%. Je moet dan wel dagelijks een kommetje havermout eten. Dit is getest over 14 jaar bij 100.000 mensen. Lijkt mij de moeite waard.

Het hart van de man en de vrouw zijn over het algemeen gelijk, maar de kransslagaderen die over het hart heen lopen zijn bij vrouwen kleiner en fijner gebouwd dan bij mannen. Ook is de binnenbekleding van deze vaten gevoeliger voor hormonen en stress. Vrouwen worden tot in de overgang door het hormoon oestrogeen beschermd tegen slagaderverkalking, maar na de overgang neemt deze bescherming af en zijn de vaten gevoeliger voor invloeden van stress en hormonen. Pure donkere chocolade, zonder melk of praline, met meer dan zeventig procent cacao, bevat anti-oxidanten. Daardoor worden bloedvaten minder snel beschadigd. Let op: het gaat om één tot twee stukjes chocola, dus niet de hele reep!

Het slecht verzorgen van je gebit kan een risico geven voor het ontstaan van hart- en vaatziekten. Dit komt doordat er ontstekingen kunnen ontstaan in je tandvlees die vervolgens weer invloed kunnen hebben op

de binnenkant van je vaatstelsel. Goed poetsen dus. Ook vergroot je hiermee de kans om een leuke partner te vinden, want dan weer goed is voor het verlagen van je stressniveau.

Het hart pompt het bloed in het bloedvatstelsel rond, welke een gezamenlijke lengte van zo'n 97.000 kilometer heeft. Oftewel: tweemaal de wereld rond.

Het hart heeft een minuut nodig om het bloed door het hele lichaam te pompen. Per dag pompt het hart tussen de achttien en negenduizend liter bloed rond. Per minuut is dat zo'n zes liter. Het hart pompt in rust zoveel bloed rond dat daarmee met gemak een tankwagen van 7000 liter kan worden gevuld. Denk aan 8000-9000 liter per 24 uur!

5 Koppen koffie per dag is goed voor het hart, zo blijkt uit onderzoek van het Kangbuk Samsung ziekenhuis in Seoul. De mensen uit het onderzoek die enkele kopjes koffie dronken hadden minder hartproblemen en minder calcium in de kransslagaders. Calcium in de kransslagaders zorgen voor hart- en vaatziekten.

Optimisten hebben een gezonder hart. Mensen die een positieve kijk op het leven hebben, hebben een betere gezondheid van het hart. De University of Illinois heeft hier onderzoek naar gedaan. Hoe optimistischer de deelnemers waren, hoe beter hun cardiovasculaire gezondheid bleek te zijn. Zij hadden namelijk een betere bloedsuikerspiegel, een gezonder cholesterolgehalte, rookten minder vaak en waren lichamelijk actiever. Ook hadden zij een betere BMI. Kortom: het glas houden we mooi halfvol!

The best international bar in La Carihuela



Calle Aladino 12 La Carihuela Torremolinos
Bij La Tahona rechts af, 25 meter van het strand

De elektrische step

Je komt ze steeds vaker tegen, van die kleine zwarte steppies die je links en rechts voorbij lijken te vliegen. Hoe zit het met de regels van die steppies in Spanje?

Of je nu resident bent, of dat je in Spanje als toerist komt, voor het rijden met een elektrische step in Spanje gelden regels waaraan iedereen zich dient te houden.



Volgens de regels moet je op een fietspad rijden als er tenminste een fietspad aanwezig is. Voetgangers hebben altijd voorrang dus wachten bij zebrapaden is verplicht. Het is ook toegestaan om met een elektrische step op het wegdek te rijden (net zoals met een fiets) binnen de bebouwde kom en altijd als de maximum snelheid maximaal 25 km/uur is.

Het op de stoep/trottoir rijden met een elektrische step is niet toegestaan in Spanje. Ook het rijden in een voetgangersgebied (zona peatonal) is verboden. Dus even door de winkel/wandelstraat rijden met je elektrische gevaarte, of over de boulevard cruisen mag niet.

Ook mag je met je step niet rijden op wegen tussen gemeenten (vias interurbanas), snelwegen (autopistas), autowegen (autovías) en tunnels binnen de bebouwde kom (tuneles urbanos) is niet toegestaan.

Wat ook niet mag:

Rijden met teveel alcohol op.

Het dragen van hoofdtelefoons of oordopjes om muziek te luisteren.

Rijden met meer dan één persoon.

www.absolutemedia.es Adv. Palma de Mallorca 76-local 3 Torremolinos



Absolute Media Worldwide SL

TV VLAANDEREN
DIGITAAL

CANAL DIGITAAL

info@absolutemedia.es

Mobiel Maurice; (+34) 629557095 Tel/fax. 952057276



ALLROUND DJ/ZANGER
RICKY Ook voor licht en
geluid. Voor meer info bel
+31612481027



Voor al uw
feestjes op
maat!

TE HUUR TWEE LUXE
APPARTEMENTEN
EN STUDIO
IN HET
CARIHUELA PARK

INFO: deesjoris@gmail.com

ZANGER/ENTERTAINER
JOS TORREMOLINOS



info
via
Facebook

DK7 voor al uw
schilderwerk
DK7 voor sauzen
DK7 voor vloeren ect.

VOOR MEER INFO:
+31643446564

Voor onze Bar met Terras en
Strandbediening zijn wij op
zoek naar medewerkers met
een positieve instelling en dit
seizoen willen werken aan de
Costa Del Sol. Spaanse taal is
geen vereiste. Stuur een email
met een foto en wat informa-
tie over jezelf naar:
werk@het-trefpunt.com



Wilt u zelf iets aanbieden of
verkoop?

Stuur een mailtje naar:
info@serieus.es

Bent u naar iets op zoek
plaats het hier!

Stuur een mailtje naar:
info@serieus.es

NEDERLANDSTALIGE MEDISCHE ZORG

HUISARTSEN

Frank Buster, Torremolinos.
Tel: 952 473 170 of 608 658 338
J.O. Landman, Torremolinos.
Tel: 952 388 872
voor spoed Tel: 617 913 196

TANDARTS

Snezana Kools, Torremolinos.
Tel: 661 470 111

TROMBOSEDIENST

Frank Buster, Torremolinos.
Tel: 952 389 941
J.O. Landman, Torremolinos.
Tel: 952 388 872

APOTHEKEN (24 UUR OPEN)

49, Av. de Sorolla 43, Torremolinos.
Tel: 952 377 959
Calle Pablo Bruna 11, Torremolinos.
Tel: 952 370 685

OVERIGE HANDIGE NUMMERS

Algemeen noodnummer: 112

Medisch noodnummer: 061
Urgente medische vragen: 902 505 061
Brandweer: 080 of 085
Nationale politie: 091
Plaatselijke politie: 092 (noodgevallen)
Nederlandse Ambassade: 913 537 500
Belgische Ambassade: 915 776 300
24-uurs slotenmaker: 951 440 006
Kustwacht: 900 202 202

TAXIBEDRIJVEN

Benalmádena Tel: 952 441 545
Estepona Tel: 952 802 900
Fuengirola Tel: 952 471 000
Málaga Airport Tel: 952 176 030
Marbella Tel: 952 823 835
Mijas Tel: 952 476 593
San Pedro Tel: 952 774 488
Torremolinos Tel: 952 382 744

MARKTEN COSTA DEL SOL

Maandag:

Marbella en Torrox-Costa, naast het voet-
balstadion-feria terrein.

Dinsdag:

Fuengirola, feria terrein nabij los Boli-
ches.

Woensdag:

Alhaurin de la Torre, La Cala de Mijas,

feriaterrein.

Estepona, Avda Juan Carlos.

In paloma Park Benalmadena iedere
woensdag van 08:00 tot 13:00 uur
rommelmarkt.

Donderdag:

Torremolinos, feriaterrein naast Aqua-
park El Calvario.

Vrijdag:

Arroyo de la Miel

Zaterdag:

La Cala de Mijas
Fuengirola (rommelmarkt)
Parque Dona Sofia (vlooiemarkt)

Zondag:

Estepona, in de haven.
Málaga, naast voetbalstadion Rosaleda.
Fuengirola, Calle Mendez Nunez.
Torremolinos (rommelmarkt)
Coin La Trocha (rommelmarkt)

MET DE BUS NAAR:

M110 Málaga-Benalmádena Costa

M120 Torremolinos- Fuengirola

M121 Mijas, Benalmádena, Torremoli-
nos

M123 Churriana, Torremolinos, Be-
nalmádena Costa, Plaza Mayor, Ikea.

L1 Gaat naar de markt in Torremolinos.



Hij zat er aan te komen en deze maand 'is ie officieel gearriveerd: de herfst! En dat is natuurlijk mooi balen voor iedereen die van licht, warmte en zon houdt. Want de herfst is zeg maar al het tegenovergestelde van dat. Het derde der vier jaargetijden staat bekend om haar grijze, grauwe luchten, koude winden, natte regenbuien en het langzaam terugkeren van donkere ochtenden. Niet heel veel vrolijks dus...

Op het noordelijk halfrond begint de herfst officieel op 21 september. De echte astronomische herfst begint op 22 september en soms zelfs op 23 september. De dag en de nacht zijn dan ongeveer even lang. Op het zuidelijk halfrond is het precies andersom, daar begint de herfst op 21 of 22 maart.

Zodra de eerste stalletjes met gepofte kastanjes in de straten van Spanje opduiken, weet je: de herfst en winter staan weer voor de deur! Warm aangeklede castañeras poffen in smeulende houtskoolvuurtjes verse tamme kastanjes en verkopen de lichtzoete, nootachtige traktatie in puntzakken van krantenpapier. De gloeiend hete kastanjes verwarmen meteen je koude handen en daarna je mond en smaakpapillen. Heerlijk!

Wil je dit zelf thuis maken, dit is de bereidingswijze:

Verwarm de oven voor op 200 °C.

Kerf de kastanjes aan de platte kant kruislings in en rooster ze 15 tot 20 minuten, tot de schil openspringt.

Kastanjes kun je ook in de hete as (niet in het vuur) van een openhaard of barbecue poffen. Verpak ze dan eerst in aluminiumfolie.

Pel de kastanjes als ze nog warm zijn, dan gaat de schil er makkelijk af.

Lekker met een klontje boter en een snufje zeezout.

Weer Zuid Spanje september

Gemiddeld is het maximaal 25°C in september in Zuid Spanje en minimaal rond de 20°C. De zeetemperatuur ligt rond de 24°C. Er valt in september op 5 Dagen neerslag met een totaal van 12 mm en het is deze maand 25 Dagen droog in Spanje. Gemiddeld weer Zuid Spanje in september

Maximum temperatuur: 25°C
Minimum temperatuur: 20°C
Watertemperatuur: 24°C
Dagen droog: 25
Dagen met regen: 5
Totaal neerslag: 12 mm
Gemiddelde uren zon per dag: 10 uur
Gemiddelde windkracht: 2 Bft
Gemiddelde UV-index: 6

Weer Zuid Spanje oktober

Gemiddeld is het maximaal 23°C in oktober in Zuid Spanje en minimaal rond de 18°C. De zeetemperatuur ligt rond de 22°C. Er valt in oktober op 7 Dagen neerslag met een totaal van 27 mm en het is deze maand 24 Dagen droog in Spanje. Gemiddeld weer Zuid Spanje in oktober

Maximum temperatuur: 23°C
Minimum temperatuur: 18°C
Watertemperatuur: 22°C
Dagen droog: 24
Dagen met regen: 7
Totaal neerslag: 27 mm
Gemiddelde uren zon per dag: 9 uur
Gemiddelde windkracht: 2 Bft
Gemiddelde UV-index: 5



DE SCOOTMOBIEL

Goede daad en een geheime “Scoot missie “. De eerste zin en het begin van de actie om deze man weer mobiel te krijgen. Wie kent hem niet? Een van onze eigen “La Carihuela legendes”, Antonio Lamberto van Kampen Gerritsen oftewel “Rooie Toon”. Beroemd en zelfs een tikkeltje berucht in omstreken en één van de eerste bruisende ondernemers in het roerige nachtleven van toen.



Als Toon begint te vertellen over vroeger blijf je luisteren en elk verhaal heeft een prachtige geschiedenis over de mensen en “het dorp”.

Ook beheert hij dagelijks de pagina “ je bent in Carihuela als” en houdt samen met zijn collega’s ons dagelijks op de hoogte van alle nieuwtjes of oude weetjes.

Daarom zou het zo mooi zijn als we onze “Rooie Toon” ook wat vaker in “Het dorp” zouden zien en horen maar ook daar hebben helaas de jaren hun tol geëist en is Toon nu slecht ter been en woont hij net te ver om te komen lopen en is dus afhankelijk van zijn scootmobiel.



Deze scootmobiel liet het sinds kort afweten en nu zit Toon dus thuis en veel te vaak alleen. Dus hebben zijn vrienden en kennissen besloten daar iets aan te doen. De “geheime scoot missie” om onze Rooie Toon aan een werkende scootmobiel te helpen zodat hij weer zijn rondjes kan rijden, zijn vrienden weer kan zien en zijn fantastische verhalen kan vertellen aan een gezellig tafeltje bij jullie in zijn buurtje.

Nooit een gebrek aan woorden en toch sprakeloos

Zondag 24 augustus was het dan eindelijk zover dat Wim (van anri verhuur) de scooter naar hem toe kon brengen. En voor de man die nooit woorden tekort komt was hij op dat moment sprakeloos en een beetje geëmotioneerd. Wat natuurlijk een goed teken is. Nu hij op alle manieren weer mobiel is zullen we hem zeker vaker zien in Carihuela.



Dank aan Carla Zijlstra voor het opzetten van de aktie en Carolina Hamaker van het zo goed verwoorden van de aktie! Het belangrijkste is natuurlijk alle goede en lieve mensen die een donatie hebben gedaan!!



WAYNE WARD

The Guitar Man

‘Not to be missed, music from the fifties to the nineties’

Facebook Wayne Paul Ward

655365852

Booking Information

BeatLeOne

TRIBUTETO THE BEATLES

RAADSELS



1. Ik heb sleutels maar geen sloten. Ik heb een balk maar geen pijler. Je kunt op me werken maar niet bij me binnen komen.
Wat ben ik?

2. Wat vliegt als het wordt geboren, ligt wanneer het leeft en loopt weg als het dood is?

3. Iedere avond krijg ik te horen wat ik moet doen. Iedere ochtend doe ik wat mij gezegd wordt. Desondanks krijg ik altijd op mijn kop.
Wat ben ik?

4. Voed me en ik zal leven. Geef me water en ik zal sterven.
Wat ben ik?

5. Wat zit er in één minuut, twee keer in een moment, maar nooit in duizend jaar?

6. Ik ben een moeder en een vader maar heb nooit gebaard. Ik sta zelden stil maar toch dwaal ik nooit.
Wat ben ik?

7. Wat doet pijn zonder te bewegen. Vergiftigen zonder aan te raken. Dragen de waarheid maar ook leugens. Laat je niet door hun formaat oordelen.
Wat zijn het?

8. Welk woord in het woordenboek is verkeerd gespeld?

9. Ik ben er altijd op enige afstand. Ergens tussen land, zee en lucht is waar ik me bevind. Je kunt naar me toe komen maar toch blijf ik op afstand.
Wat ben ik?

antwoorden vorige maand

1. Antwoord: Jason. De letters 6, 4, 9, 10 en 11 staan voor de maanden op de Kalender. Pak de eerste letters van die maanden en ze spellen Jason.
2. Antwoord: ze spelen niet tegen elkaar.
3. Antwoord: niemand. De drie dokters zijn alle drie vrouwen, en dus Robert's zussen.
4. Antwoord optelsom: 5100.
5. Antwoord: schaduw.
6. Antwoord: ijspegel.
7. Antwoord: doodskist.

DayTime Television is op zoek naar Sales Agents in Torremolinos

Wil jij tussen de €2.300 en €6.000 per maand verdienen?

Woon je in of in de omgeving van Torremolinos dan zijn wij per direct op zoek naar jou! Heb je een enorme sales drive, creativiteit en doorzettingsvermogen? Scan dan snel de QR code hiernaast voor meer informatie en misschien maak jij dan straks deel uit van ons team! Stuur je CV en motivatie naar hr@daytimetv.nl of bel ons 0031 10 316 05 31

DAYTIME
TELEVISION



Handelingen

We doen het allemaal, pinnen! Snel met de auto om vervolgens voor de pin automaat te stoppen. Vaak even dubbel geparkeerd met de knipperlichtjes aan. Maar er kan nog al een verschil zitten in hoe je dit precies doet . Hoeveel handelingen hebben de man en vrouw nodig voordat die flappers in de portemonnee zitten en je weer onderweg bent.

Hij doet dit zo:

Rijdt tot aan pin automaat.
Stopt pinpas in automaat.
Toets pincode en bedrag.
Neemt pas, geld en bonnetje.
Stapt in auto en rijdt weg.

Zij doet dit zo:

Rijdt tot aan pin automaat.
Checkt make-up in spiegel.
Zet de motor af.
Stopt sleutels in handtasje.
Stapt uit auto.
Zoekt pinpas in tasje.
Stopt pasje in automaat.
Bestudeert instructies gedurende 3 min.
Drukt op "Cancel"
Toets opnieuw correcte pincode.

Zoekt in tasje naar tampon met pincode erop.

Toets de pincode in.

Checkt saldo.

Zoekt naar papiertje in tas.

Zoekt een pen in de tas.

Noteert saldo.

Drukt op "geld opnemen".

Bestudeert instructies gedurende 3 min.

Toets op 50,-

Neemt geld uit automaat.

Stapt in de auto.

Checkt make-up.

Zoekt sleutels.

Start auto.

Checkt make-up.

Rijdt weg.

STOPT.

Rijdt achteruit naar automaat.

Stapt uit auto.

Neemt pinpas en bonnetje uit automaat.

Stapt terug in auto.

Stopt pas in portemonnee.

Stopt bonnetje in mapje.

Maakt ruimte in tas voor portemonnee en mapje.

Checkt make-up.

Zet auto in achteruit.

Zet auto in eerste versnelling.

Rijdt weg bij de automaat.

Rijdt 3 kilometer.

Haalt de handrem eraf.

¿Hoe zit dat!?

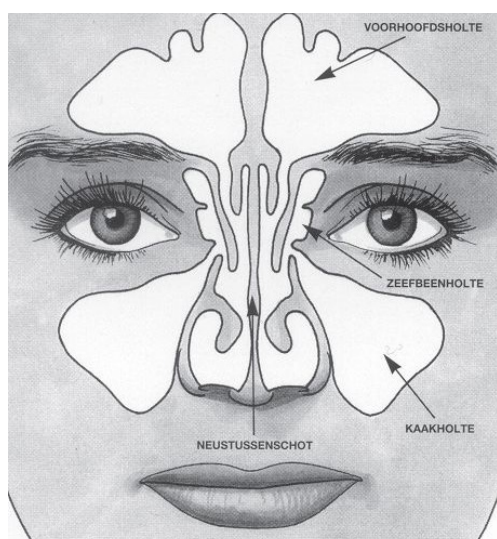
Meer hoofdpijn bij onweer

Het is buiten benauwd en je begint hoofdpijn te krijgen. Ja hoor, het weerbericht voorspelt onweer. Hoe kan het dat je hoofd zeer doet vlak voordat het gaan onweren? Het klinkt als een fabeltje uit grootmoeders tijd, een beetje in de trant van: 'de soep wordt zuur door onweer'. (Niet dus, soep wordt zuur als hij niet koel genoeg wordt bewaard).

Maar een fabeltje is het niet, volgens onderzoek van onder meer het University of Cincinnati College of Medicine. De deelnemers (die sowieso vaak last hadden van migraine) meldden op onweersdagen 35 tot wel 45 procent meer hoofdpijnaanvallen.

Hoge luchtdruk zorgt vermoedelijk voor hoofdpijn bij onweer

Wat de precieze reden is van hoofdpijn vlak voor onweer, is niet bekend. Vermoedens zijn er wel. Meteoroloog Yannick Damen van Weeronline hoort de klacht vaak. 'Het zou weleens iets met de verandering in luchtdruk te maken kunnen hebben. Vlak voor een bui schiet de luchtdruk omhoog. Waarom dat pijn doet? Dat blijkt uit een overzichtsstudie van Augusta University (VS) uit 2017 naar de invloed van vliegtuigvluchten op hoofdpijn. Tijdens een vlucht bleken mensen sneller klachten te krijgen door de verandering in luchtdruk bij het dalen en opstijgen.



In je hoofd zitten verschillende holtes, bijvoorbeeld in je voorhoofd. Tijdens de daling word de luchtdruk hoger. Dat kan pijnlijke luchtdrukverschillen geven tussen de holtes in de hoofden van de passagiers en de rest van de cabine. Datzelfde rotgevoel kun je hebben door de verhoogde luchtdruk, net voor een onweersbui. Al zijn die luchtdrukverschillen kleiner dan in het vliegtuig.



Elektromagnetische velden beïnvloeden je brein

Maar er zijn waarschijnlijk meer zaken die je koppijn bezorgen voor een onweersbui. De eerdergenoemde Amerikaanse hoofdpijnonderzoekers vermoeden dat de hoofdpijn de kop opsteekt doordat bij onweer (zwakke) elektromagnetische velden ontstaan. Die beïnvloeden misschien de elektrische stroompjes die door ons brein lopen, wat naar voelt.

En dan komen er voor en tijdens onweer ook nog deeltjes ozon- en stikstofgassen uit de atmosfeer naar beneden suizen. Adem je teveel van die gassen in? Ook dat zorgt voor hoofdpijn, volgens de onderzoekers. En dan kunnen vocht in de lucht, of de wisseling van hogere naar lagere temperatuur voor de donderbui onweer je ook een pijnlijke bol bezorgen.

BAR



EL ELEFANTE

Calle Bulto 11 29620 La Carihuela

Poolbiljart Darts Diverse bieren

Doña Gabriella
Cucina Pizza Drinks



Italiaans
Restaurant

Calle de San Ginés 10 la Carihuela

Originele Italiaanse gerechten.
Ook om mee te nemen.

Tel 0034 603037944



nachtvlinder

Een nachtvlinder wordt ook wel een mot genoemd. Het verschil tussen een mot en een vlinder is soms lastig te beschrijven. Motten behoren tot de insectengroep Lepidoptera. Vlinders behoren tot de groep Heterocera. Zowel fysiek als in gedrag zijn er grote verschillen tussen de twee.

De makkelijkste methode om te bepalen of het dier een mot of een vlinder is, is op basis van de voelsprietten. De voelsprietten van een vlinder zijn smal en gebogen met een soort bolletje aan het einde. De voelsprietten van een mot zijn veerachtig en hebben gerafelde eindjes. Er zijn meer dan 160.000 motsoorten. De bekendste en meest opvallende motsoorten zijn de atlasvlinder (grootste mot ter wereld), de white witch moth (langste spanwijdte) en de maanvlinder (luna moth).

Motten staan, net als vlinders, symbool voor transformatie. In tegenstelling tot vlinders, leggen ze meer de focus op de schaduwzijde, omdat motten 's nachts actief zijn. Schaduw staat daarbij niet in verband met slecht of duister. Het betekent enerzijds dat motten meer aandacht vragen voor de transformaties in onszelf. Het focust zich op het naar binnen keren in je jezelf en om vanuit jezelf transformatie te omarmen en te accepteren. Anderzijds vraagt het mot krachtdier aandacht voor alles waar je nu al van houdt en waar je nu al dankbaar voor kunt zijn.



Vlindertuin

Autovía del Mediterráneo A7, C. Muerdago, s/n, Salida 217, 29639 Benalmádena.

Bus: L2 (Benalmádena), M 112 (Málaga-Mijas) and M121 (Torremolinos-Benalmádena-Mijas)





De Klikspaan

GET YOUR KICK..... IN THE KLIK

Ontbijt / Lunch / Snacks / Diner

Strand bediening

Studio verhuur

www.deklikspaan.com / +34 647 097 957



De Dorpsgek

De “Dorpsgek”, onze vaste anonieme schrijver/ster, die maandelijks een column schrijft. Deze maand kwam het onderstaande uit de pen rollen:

020 in La Carihuela

Geboren en getogen in Den Haag, dus een raszuivere Hagenees, opgegroeid met Dicky Advokaat, Aadje Mansveld, Lex Schoenmaker, Harry Vos en vele andere coryfeën. Gevoetbald naast ADO in 't Zuiderpark bij de Ooievaars. Ondanks bovenstaande Feyenoordfan in hart en nieren, en dat zal nooit veranderen. Dus iedereen zal begrijpen dat ik niks heb met dat schoonmaakmiddel uit A'dam. Toch kom ik met een zekere regelmaat in een typisch 020 café, genaamd Happy Days. Alles en iedereen die daar werkt, heeft 020 roots, Jurry, Helen, Max en André, zonder uitzondering, maar wel een gezellige bar. In de winter wekelijks een leuke pubquiz en daarnaast ook andere grappige dingetjes. Uiteindelijk wil ik afrekenen, op dat moment zakt m'n broek af. Je kan ook overdrijven.

De Dorpsgek.



Happy Days Pub
La Carihuela
Spain

Happy Days
Calle Chiriva 5
29620 Torremolinos
W : www.happy-days-pub.es

Rekening: DE DORPSGEK

Datum: 24-8-2021 18:41

Aant	Omschrijving	Prijs €
4	Smirnoff	14.00
2	Soft drink	3.50
1	Water	1.50
1	Extra	1.20
10.00 %	B.T.W. € 0.56	
10.00 %	B.T.W. € 1.27	€ 20.20

18:41 Jurry

Thank you for your visit

Have a sunny day

Niet het eten van vlees is het probleem, maar de behandeling van de dieren....

Deze uitspraak deed me denken aan een familie-anekdote. Mijn opa hield vroeger enkele konijnen in de tuin achter zijn rijtjeshuis. Eenmaal per jaar, eind december, was één van de konijnen bestemd voor de pan. Opa vond dat het dier dat hij het hele jaar liefdevol had verzorgd, niet nodeloos mocht lijden en slachtte ze zelf. Je moest tenslotte, zo meende hij, goed voor de dieren zorgen zonder er al te zeer aan te hechten. De konijnen hadden ook geen naam, ze waren gewoon konijn, werden goed verzorgd maar eindigden wel op het bord. Een simpele maar verantwoorde filosofie. De aaibaarheidsfactor bestond nog niet.

Onze omgang met dieren is er sindsdien niet eenvoudiger op geworden. Communicatie met dieren en het interpreteren van hun gedrag wordt vooral gehinderd door de totale onmogelijkheid tot het leggen van verbaal contact. We kunnen een pissebed of een tuinslak niet vragen naar zijn of haar zieleroerselen of ervaringen. Zelfs met onze naaste verwanten, chimpansees en de bonobo's, kunnen we helaas geen zinnig gesprek aanknopen. Het gevolg daarvan is dat we ieder diergedrag moeten interpreteren. Natuurlijk zijn daar in de loop van de tijd goede protocollen voor ontwikkeld die door gedragsbiologen worden toegepast, maar buiten deze beroepsgroep wordt er vaak maar wat hineininterpretiert.



Het grote risico is daarbij dat we onze eigen, menselijke emoties projecteren op de dieren. En dus horen we op de televisie vertellen dat twee vogels elkaar verliefd aankijken. Of dat een roofdier ergens verlekkerd naar loert. Maar we kunnen helemaal niet weten of een dier verliefd is, of verlekkerd. De kans is vele malen groter dat hormonen een rol spelen, respectievelijk de maag knort, en de vertaling van die fysiologische verschijnselen naar een psychologische duiding is dan ook volkomen misplaatst.

Natuurlijk weten we niet wat een slak denkt die zich in zijn huisje terugtrekt; naar alle waarschijnlijkheid denkt het diertje echt helemaal niets en is het terugtrekken slechts een reflexmatige reactie op een beweging in zijn omgeving. Onze ethiek verhindert (of beter: zou moeten verhinderen) dat we het dier doodtrappen.



De mens is een dier, maar dieren zijn geen mensen

De mens is een dier. Punt. Homo sapiens is een van de ongeveer 5500 zoogdiersoorten die de aarde bevolken. Het is een gedachte waar velen nog altijd moeite mee hebben, al dan niet bewust. Zelfs onder wetenschappers heerst hier en daar nog een intuïtieve afkeer van het menselijke dierzijn.

Volgens het bijbelboek Genesis werden eerst de in het wild levende dieren en het vee en alles wat over de aardbodem rondkruipt geschapen en pas in een volgend scheppingsmoment de mens. Daarmee was de mens buiten het dierenrijk geplaatst. In de achttiende eeuw gaf de Zweedse bioloog Carolus Linnaeus ons weliswaar een wetenschappelijke naam net als alle andere dieren (Homo sapiens - de denkende mens), maar nog in 1873 noemde de Duitse zoöloog en darwinist Ernst Haeckel zijn toen gepubliceerde stamboom van het leven Stammbaum des Menschen. Van de kroon op de schepping waren we de kroon op de evolutie geworden, maar nog altijd uniek en erbovenstaand. Toch zal niemand ontkennen dat de mens een bijzondere positie inneemt, alleen niet bóven het dierenrijk maar er midden in. er is een soort haat-liefdeverhouding tussen ons en de dieren. We knuffelen en vertroetelen

het ene dier, we villen het andere levend. We laten het lieveheersbeestje met plezier over onze arm lopen en slaan met de andere arm een wesp met een oude krant morsdood. Beide zijn gewoon insecten. We verzorgen de muis in het ziekenhuislaboratorium conform wettelijk vastgelegde standaarden van leedvermijdend comfort, maar bestrijden zijn neef in de kruipruimte of de kantine van hetzelfde ziekenhuis met eveneens wettelijk voorgeschreven hulpmiddelen als klapvallen en langzaam werkend gif.

Ook verder wemelt het op de wereld en in het dagelijkse nieuws van voorbeelden waarbij je je kunt afvragen of de mens het onderscheid tussen goed en kwaad wel helemaal scherp op het netvlies heeft. de affaire van de levend kaalgeplukte bontkonijnen in China; de behandeling van slachtvee in sommige abattoirs - en überhaupt de hele bio-industrie; deels verouderde volksgebruiken als katknuppelen, ganstrekken, stierenvechten, dansende beren en door brandende hoepels springende circusdiers: we kunnen er wat van op het gebied van dierenkwelling. Dit is dus het afkeurenswaardige uiterste van het brede spectrum van onze omgang met dieren. Maar zowel het meedogenloos mishandelen van slachtvee als het toedelen van verliefdheidsgevoelens aan een vogeltje berust op onkunde en misverstand.

Op veel gebieden zijn we trouwens helemaal niet zo geweldig. Veel dieren overtreffen ons qua gezichtsvermogen, reukvermogen, snelheid, uithouding, kracht, tolerantie wat betreft hoge of lage temperaturen, socialiteit, enzovoort. In feite zijn we nergens uniek in. Hooguit in zelfoverschatting. Het zou allemaal tot bescheidenheid moeten leiden, en vooral tot empathie, respect en voorzichtigheid in onze benadering van andere soorten.

Terug naar de konijnen van mijn opa, dieren die met zorg werden omringd en die een zo fatsoenlijk mogelijke behandeling kregen, inclusief een snelle en pijnloze dood. Dieren zijn nu niets meer dan productiefactoren, fabrikanten van melk, vlees en eieren. Zodra er iets misgaat, en dat gebeurt met bijna voorspelbare regelmaat, verdwijnen ze bij duizenden in de grijpers en vrachtwagens van de destructie als lege wijnflessen in de glasbak. Hup, weg ermee. Iedere vorm van respect is verdampt.

SALVADOR DALÍ

Salvador Dalí werd geboren in 1904 op 11 mei in Figueras, Spanje. Voordat hij zes jaar werd toonde hij al talent als kunstenaar. In die periode ontdekte hij Cadaques en zijn prachtige baai. Cadaques is een plaatsje in Spanje aan de Middellandse zee. Dit was het begin van zijn levenslange liefde voor Cadaques. De vreemd gekleurde rotsen en de verlaten stranden zijn onderwerp geweest van vele van Dalí's studies.

In 1917 kreeg Salvador Dalí les van een professor en wilde hij een zeer herkenbaar persoon worden. Hij liet zijn snor staan met een krul aan beide kanten en hij droeg een lange cape.



Na een geslaagde tentoonstelling in zijn geboorteplaats is hij begonnen aan een school voor schilderkunst, beeldhouwkunst en tekenkunst in Madrid.

Dalí is zelfs een aantal keren onterecht beschuldigd door de politie en zelfs in de gevangenis ging hij verder met schilderen. In 1927 ging Dalí naar Parijs. Iets waar hij al lang naar uit had gekeken. Hij bezocht Pablo Picasso. Picasso en Dalí begrepen elkaar woordenloos.

Hij ontmoette ook zijn toekomstige vrouw Gala. Gala was vaak het model van zijn schilderijen en zij was vaak het onderwerp en de inspiratie van zijn werk. Snel nadat Dalí terugging naar Spanje

zei hij tegen zichzelf dat hij gek was. Dit enkel doordat hij zo verliefd was op Gala. Gelukkig kwam Gala naar Cadaques. Ze verhuisden naar Port-Lligat (een plaatsje dicht bij zijn geboorteplaats) en Dalí ging daar weer verder met zijn werk.



Na een tijdje vestigde Dalí zich in de VS. Na een grote tentoonstelling in New-York waren de mensen erg onder de indruk van zijn werk. Al op de eerste dag van de tentoonstelling verkocht Dalí al zijn schilderijen. Hij kreeg daar zoveel opdrachten, dat hij ze niet allemaal kon aannemen.

Hij raakte daar erg overwerkt en depressief van. De besnorde Spanjaard maakte niet alleen schilderijen en beelden, maar ook films, decors voor balletten en hij schreef gedichten en boeken.

In 1974 werd zijn eigen museum geopend in zijn geboortestad, Figueras. Veel studies, schilderijen en andere creaties worden daar tentoongesteld. 1982 was het ergste jaar van zijn leven, zijn vrouw Gala Diakonoff ging dood op 89-jarige leeftijd. Vanaf toen begon Dalí's gezondheid ook achteruit te gaan. Het ging nog verder achteruit na een brand in zijn huis. Dalí overleed 23 januari 1989 in Figueras door een hartaanval. Hij laat per testament zijn gehele vermogen en zijn werk na aan de Spaanse staat.



Casa Mira

HEERLIJK TAFELN OF GENIETEN
VAN EEN DRANKJE
OP ONS TERRAS

ALLE DAGEN VANAF 12 U.
TOT 1.00 U.

RESERVEREN DOE JE OP
+34 658354503

La Bonita Montemar

Calle Salvador Allende 58 local 8
Recht tegenover hotel Sol House

Knip uit!

Met deze coupon krijgt u het eerste biertje of frisdrank **Gratis**

ARTSEN IN DE MIDDELEEUWEN

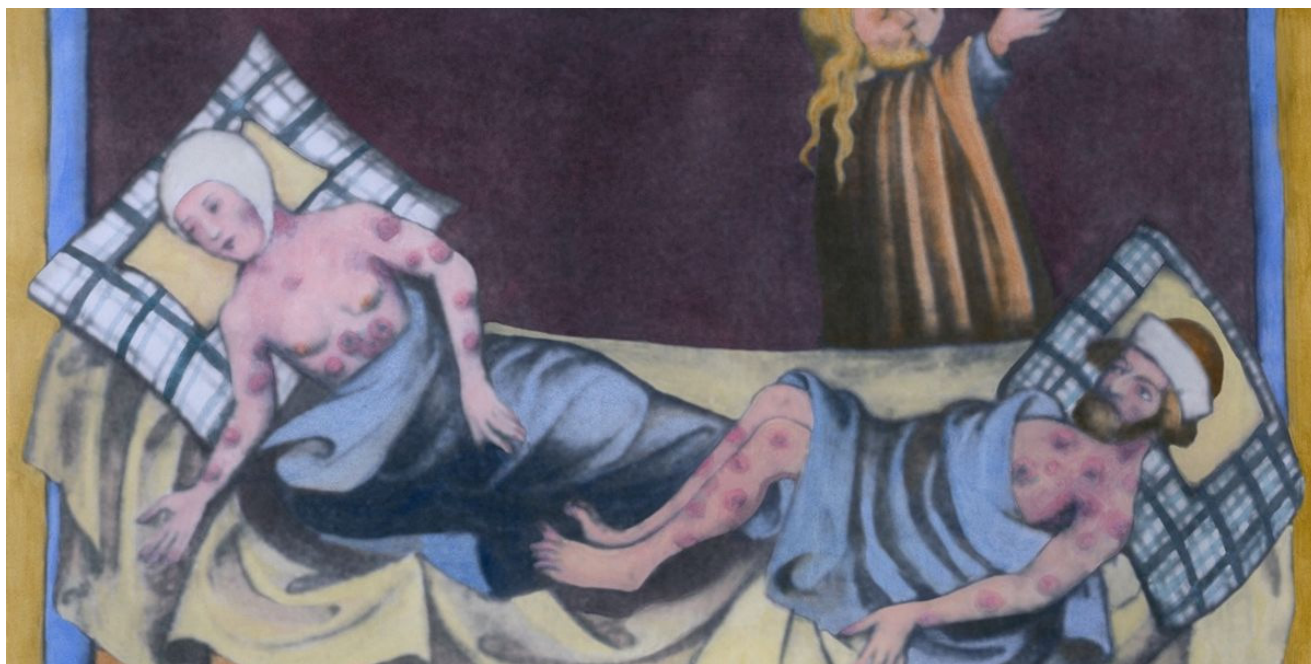
Ziek worden in de Middeleeuwen was geen pretje. Volledige verdoving kenden ze nog niet en antibiotica - in de vorm van penicilline - zou pas in 1928 worden ontdekt. In plaats daarvan moest je het doen met een dokter die geloofde in de viersappenleer. Een disbalans van slijm, bloed, gele en zwarte gal in je lichaam zou je mentaal en lichamelijk ziek maken, een overtuiging die tot halverwege de negentiende eeuw standhield.

Waren je lichaamssappen uit balans, dan belandde je bij de dokter. En die had bijzondere trucjes om je lichamelijke toestand vast te stellen. Zo liepen ze rond met een urinewiel. De kleuren en smaken - ja, smaken - op het bord moesten aangeven waar je precies last van had. De arts kon kiezen uit twintig kleuren, waaronder zwart, goud en blauw. De plas ging in een fles en de dokter hield het goedje tegen het licht. De arts keek vervolgens op zijn urinewiel en voilà, de diagnose kon gesteld worden. In sommige gevallen kwam er ook een smaaktest aan te pas. De Engelse arts Thomas Willis nam in 1674 bijvoorbeeld een teug urine van een patiënt met suikerziekte. Hij merkte op dat de plas bijzonder zoet smaakte en dat de smaak op honing leek.

Je sterrenbeeld zegt iets over je gezondheid

Naast het bekijken en proeven van urine, was ook het controleren van de stand van de sterren lange tijd vaste prik tijdens het huisbezoek. De moderne mens leest geknibbelend een horoscoop en haalt nonchalant zijn schouders op als Saturnus zijn levensgeluk blokkeert, maar in de Middeleeuwen was een dubieuze maanstand een serieuze zaak.

Erwin Huizenga promoveerde in 1997 aan de Rijksuniversiteit Groningen met zijn proefschrift: Een nuttelijke praktijk van chirurgie. Hij ontdekte in de Österreichische Nationalbibliothek in Wenen een Middelnederlandse codex. Die staat vol met astrologische en astronomische teksten, alchemie en geneeskunde. De middeleeuwse mens - en dokter - geloofde dat de stand van de planeten en de tekens van de dierenriem invloed hadden op het dagelijks leven.



Opereren mag alleen met goedkeuring van het heelal. En dat geloof ging best ver. Ieder sterrenbeeld was gekoppeld aan een deel van het lichaam. Het sterrenbeeld Ram was bijvoorbeeld gekoppeld aan het hoofd en het sterrenbeeld Vissen aan de voet. Op de zogenaamde homo signorum stonden alle sterrenbeelden met hun corresponderende lichaamsdelen.

Stond de maan in een sterrenbeeld (lichaamsdeel) dat geopereerd moest worden? Dan ging het hele feest niet door, helaas geen aderlating voor jou vandaag. En werd je ziek? Reken dan maar dat de dokter de stand van de sterren analyseerde om te achterhalen waarom je met koorts op bed lag.

Weet je wat? Probeer wat kwik. De middeleeuwse dokter stond geregeld voor een raadsel. Vanaf het einde van de vijftiende eeuw rukte syfilis snel op in Europa, maar niemand wist precies waarom. Rond 1580 was de ziekte zelfs uitgegroeid tot de ergste epidemie in Europa sinds de Zwarte Dood.



Om deze pijnlijke en uiteindelijk dodelijke ziekte te bestrijden, werd kwik ingezet. In de Arabische geneeskunde werd het middel al gebruikt om lepra te behandelen, dus het moest vast ook helpen tegen syfilis, zo moeten artsen gedacht hebben. Daarbij waren ze in de veronderstelling dat syfilis een virus was dat met een beetje zweten, kwijlen en overmatig plassen je lichaam zou verlaten. Precies de effecten die kwik op het menselijk lichaam heeft.



Uitvallende tanden en bloedende monden

In plaats van de situatie te verbeteren, maakten de artsen deze juist vaak erger door de patiënten kwik voor te schrijven. Ze kregen een bloedende mond, uitvallende tanden, werden krankzinnig en in het ergste geval kwamen ze te overlijden. Kortom: de artsen deden hun best, maar vanwege hun bijzondere methoden betekende ziek worden in de Middeleeuwen in veel gevallen de dood.

Door de ogen van een sportfanaat

Eredivisie van start!

Na een zomer vol voetbal, werd op 13 augustus ook al weer afgetrapt in de Eredivisie. Altijd mooi om te zien hoe de ploegen in het nieuwe seizoen aan de aftrap verschijnen. De transfer deadline is zoals altijd bepaald op 31 augustus, dus wie weet wat er de komende periode nog gaat gebeuren. Na in de voorbereiding met name van PSV te hebben genoten, wat ook een grote kanshebber is voor de titel, stemt ook het voetbal van Feyenoord onder de nieuwe trainer Arne Slot tot veel tevredenheid in Rotterdam.

Ajax is net als PSV één van de titelfavorieten en ook dit seizoen zal het tussen deze twee teams gaan. Feyenoord zal vermoedelijk aan de haal gaan met plek 3 en dat zou zowel verdienstelijk als terecht zijn. Met minimale middelen is technisch directeur Frank Arnesen er in geslaagd een representatief elftal neer te zetten, met aankopen als Jahanbakhsh, Pedersen, Aursnes en Trauner. Terwijl ook Guus Til werd gehuurd. Op Eredivisie niveau zijn dit bovengemiddelde voetballers. Het gat met Ajax en PSV halveren in puntentotaal ten opzichte van het vorige seizoen zou al heel knap zijn. In Rotterdam kun je dit maar beter niet hardop zeggen, want realisme is soms ver te zoeken. Nu bouwen om over 2 a 3 seizoenen weer mee te kunnen doen om te titel, is waar men vanuit zal moeten gaan. Overigens is dit ook de route die Frank Arnesen heeft ingezet.

Het attractieve spel wat Arne Slot er met zes weken in heeft gekregen is razend knap. Elk team dat met druk vooruit speelt kan het een tegenstander lastig maken. Het begrip kwaliteit heeft er op dit onderdeel niet per se veel mee

te maken. Het is de visie die bepaald of jij de tegenstander jouw wil kunt opleggen. Dat dient dan wel met alle elf te gebeuren, anders is het onbegonnen werk. Benieuwd wat Feyenoord de komende weken op de mat legt.

PSV heeft momenteel alle kwaliteiten in huis om er een leuk en goed seizoen van te maken. Zowel verdedigend, op het middenveld als aanvallend hebben zij een dubbele bezetting met stuk voor stuk goede voetballers. Het blijft alleen een gemis om Mo Ihattaren niet te zien schitteren. Qua potentie wellicht de beste voetballer van de Eredivisie. Het zou goed voor hem zijn als hij deze zomer nog een transfer kan maken.

Ticket Europees voetbal

Ajax is naast PSV ook altijd een titelkandidaat. Op de transfermarkt is het nog vrij stil in Amsterdam, maar de kern van de selectie is gebleven. Met een aardige selectie is dat altijd een goed teken. Daarnaast stond met name de gevoelige overstap van Steven Berghuis in de spotlights. Hier is genoeg over gezegd en geschreven. Benieuwd of hij zijn stempel ook zo kan drukken op het spel van Ajax.

Achter de traditionele top 3 zullen clubs als AZ, Vitesse en FC Utrecht zich weer melden voor een rechtstreeks ticket om Europees voetbal. Dit jaar vermoed ik dat Feyenoord minder last zal hebben van deze clubs dan in de voorgaande jaren. Daar het niveau van de Nederlandse competitie erbarmelijk is te noemen, zal het ook dit seizoen weer voor veel amusement zorgen. En voetbal heeft nu eenmaal een gigantische amusementswaarde, waarbij de emotie het in Nederland wint van de kwaliteit. Onderin zullen clubs als RKC, NEC, Fortuna Sittard, SC Cambuur en Go Ahead strijden voor

handhaving in de Eredivisie. Waar een jaar of tien geleden op voorhand twee clubs aangewezen konden worden voor plek 17 en 18, zijn er nu meer ploegen die vechten voor de veilige plekken. Ook hierbij kan gesproken worden over een hogere amusementswaarde, maar anderzijds kan hieruit worden afgeleid dat het Eredivisie voetbal alsmaar achteruit hobbelt.

van Gaal vol van zichzelf

Aan Louis van Gaal de taak om het Nederlands elftal naar het WK 2022 te loodsen. Buiten het feit dat er weinig opties waren, vind ook Louis dat hij de beste keuze is om de KNVB te helpen. Zelfvertrouwen en vol van zichzelf is hem niet vreemd. Dat Louis daarentegen een geweldige trainer is staat buiten kijf. Het nadeel van deze kwalificatiereeks is mogelijk het gebrek aan tijd. Louis van Gaal staat er om bekend dat hij met zijn elftallen een aanloop nodig heeft, voor zij optimaal presteren conform zijn visie.

Deze tijd heeft het Nederlands elftal niet met drie wedstrijden in de eerste week van september. Wanneer Nederland tegen een nederlaag aanloopt, wordt het al heel lastig om rechtstreekse plaatsing te realiseren. Aan de andere kant hoeft Nederland de tegenstanders niet te vrezen. Elke nederlaag van het Nederlands elftal in deze poule zou geheel aan henzelf te wijten zijn. Daarom gaat men er van uit dat Nederland zich gewoon rechtstreeks zal plaatsen.

Het is gelukkig mooi om te zien dat supporters weer toegelaten mogen worden in de stadions. Dit verbloemt nog enigszins het matige niveau. Spanning en sensatie is wat een supporter op zijn vrije dag wil meemaken. Laten we met zijn allen hopen dat dit zo blijft. Voetbal is nu eenmaal amusement.



Open: 12.00h

VOLG:  



Calle Jaèn 2
(naast Hotel Riu Nautilus)





BROER ZUS

In 2013 kwam Giel Beelen met het initiatief om van 30 september Broer en Zus-dag te maken. Aanleiding was het overlijden van zijn zus. Inmiddels is de Broer en Zus-dag uitgegroeid tot een jaarlijks terugkerende traditie waarop iedereen die een broer of zus heeft even laat weten hoeveel de ander voor hem of haar betekent.

Ikzelf heb een broer, die twee jaar ouder is en zoals de meeste broers en zussen waren wij er meester in om bij elkaar het bloed onder de nagels vandaan te halen wat dagelijks natuurlijk leed tot ruzie. Eén van de reden zal onder meer zijn dat wij een totaal ander karakter hadden. Toen we nog klein waren hadden we nooit ruzie maar vanaf de leeftijd van 12-13 veranderde dat. Altijd aan het bekvechten, ruzie maken in de auto op de achterbank, of waar dan ook waren, en het nooit met elkaar eens zijn. Altijd van elkaar willen winnen als er een "gezelschaps" spelletje werd gespeeld. Zo vulden wij de dagen en bleven wij dagelijks hard werken om onze bijzondere relatie zo te houden. Ik moet zeggen dat als we op vakantie waren we op de één of andere manier redelijk met elkaar konden leven. Waarschijnlijk omdat je dan meer op elkaar bent aangewezen hoewel het onderling gejeengel weer als van ouds begon hoe dichter we bij huis waren. Het ruziën, zieken en pesten van elkaar werd weer minder naar maten we ouder werden en de puberteit hadden overleefd. Wat ook wel zo prettig was voor onze lieve ouders die, zoals er vaak werd gezegd; onze koppen wel tegen elkaar aan konden slaan. Hoe oud we dan ook mogen worden, het beetje zieken en satire is gebleven. En gelukkig maar anders is het ook zo saai. stiekem houden we heus wel van elkaar. Als ik de verhalen mag geloven zijn wij niet de enige broer en zus die de jeugd zo met elkaar hebben ondervonden. In de meeste gevallen is dit bij hen ook veranderd naar mate ze ouder werden. Natuurlijk zijn er uitzonderingen op de regel. Maar tegen alle mensen met een broer of zus waar je veel van houdt zou ik zeggen; laat dat op deze dag nog even extra aan ze weten!



Haat & Nijd

Niet alle broers en zussen hangen op deze dag de vlag uit. Uit onderzoek blijkt namelijk dat één op de tien Nederlanders liever gister dan vandaag hun broer of zus inruilt. 18 procent van de ruim 1000 ondervraagden zegt regelmatig ruzie te hebben met zijn of haar broer of zus en 12 procent ziet broer of zus helemaal niet meer. Dat is meestal te wijten aan het niet nakomen van afspraken of het gedrag van de levenspartner van de broer of zus in kwestie. Uit het onderzoek blijkt ook dat de onderlinge band tot het 30ste levensjaar het sterkst is, daarna wordt de relatie slechter. Tot men met pensioen gaat, rond het 65ste levensjaar worden de banden kennelijk weer aangetrokken. Maar, in totaal heeft 17 procent van 65-plussers geen contact meer met hun broer of zus.

THIS IS US

De serie volgt Kate, Kevin en Randall die broer en zus van elkaar zijn. Zowel het verleden als het heden van de familie wordt getoond en hun levens zijn meer met elkaar verweven dan ze aanvankelijk dachten. Hun ouders, Jack en Rebecca, zijn een belangrijk onderdeel in het leven van de drie hoofdpersonen en middels flashbacks, die zich in 1980 en tussen 1989 en 1995 in Pittsburgh afspelen, komen we te weten wat er zich in hun jeugd en bij hun ouders heeft afgespeeld. Daarnaast hebben ze allen hun eigen leven en problemen waar ze mee om moeten zien te gaan.



THIS IS US

SHAMELESS

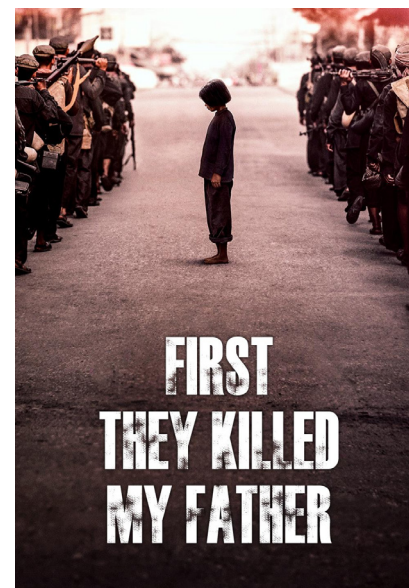
Frank Gallagher is de trotse vader van zes knappe, onafhankelijke kinderen, die beter af zouden zijn zonder hem. Het beetje geld dat ze nog hebben besteedt Frank in de kroeg totdat hij bewusteloos op de vloer ligt. Ondanks dat weten de kinderen steeds manieren te vinden om toch op te groeien. Het is wellicht geen familie zoals je ooit eerder bent tegengekomen, maar ze verontschuldigen zich er ook niet voor hoe ze zijn.



Series & films over broers en zussen

First they killed my father

De vijf jaar oude Loung Ung heeft een prima leven met haar ouders en zes broers en zussen, tot er in 1975 een burgeroorlog uitbreekt in het land waar ze wonen: Cambodja. Het gezin moet vluchten, en omdat haar vader een hooggeplaatst ambtenaar is zet hij alles op alles om ervoor te zorgen dat zijn identiteit niet bekend wordt. Het gezin wordt gescheiden van elkaar en woont in verschillende kampen. Vier jaar later weet Loung met haar broer en zus te vluchten en wordt ze herenigd met twee andere broers. Haar ouders en zussen hebben de oorlog niet overleefd.



Column van Peter Klomp

Carihuela in de zomer is zo anders.

Wandelend door de Calle Bulto merk ik ineens dat het hartje zomer toch wel heel anders is dan in de winter en het voor en naseizoen. Het valt mij op dat het volop toeristenseizoen is. Aan de kleding herken ik de Ollanders. In veel te nauwe broekjes met ingesnoerde en uitpuilende billen en overig vlees, tattoos die overal onder vandaan en overheen komen. Een prachtige rolladeparade. Ook valt het mij op dat er deze zomer veel meer Spanjaarden zijn, ook duidelijk te herkennen aan hun kleding. Logisch in deze door Corona angst geregeerde zomer. Weg in eigen land blijkt ook voor de Spanjaarden op te gaan.

Er is overal geroezemoes, krijsende kinderen, kijkers en kopers in de winkels, de terrassen zijn bevolkt van de vroege ochtend tot laat in de avond. Dit is het Spanje waar ik ooit verliefd op ben geworden. 's Avonds laat in korte broek slenterend snuif ik de geuren op van gegrild vlees, gamba's à la plancha en pruttelende paella pannen. Met een baco voor m'n neus laat ik me bijpraten door een in Holland verblijvende vriendin. 18 graden, regen, negativiteit over de te vormen regering, het falende beleid inzake Afghanistan, stijgende prijzen in de horeca, gebrek aan personeel, zwabberend Coronabeleid, enzovoort, enzovoort.

Ik hou m'n telefoon maar een halve meter van m'n oor en giet met een grote grijns een ferme teug baco over m'n huig m'n strot in. Nooit gedacht dat ik het hier in Carihuela zo naar m'n zin zou hebben en blij dat ik het Nederlandse journaal inmiddels in de ban heb gedaan. Ik mis er niks aan.

De dagen glijden loom door en inmiddels heb ik een aantal favoriete restaurants op mijn lijst staan, er is hier in de omgeving "voor elk wat wils". Spaans, Italiaans, Indiaas, Chinees, Hollands, kortom uit elke



windhoek van de wereld kun je hieraan tafel.

Voor prijzen die in vergelijking met Holland ongekend laag zijn. Hoe is het mogelijk denk ik af en toe als we voor 20 euro de kop met een gezelschap de buiken hebben onderhouden en de strotten hebben gesmeerd met buitengewoon goed en lekker eten en idem dito prima wijntjes. Als onze lieveheer de man met de zeis nog een tijdje bij mij vandaan houdt ga ik hier als god in Spanje de economie op gang proberen te houden. Het is weer bijna zover dat de AOW binnenkomt, de feestmaand september komt eraan, alhoewel het voor mij elke maand hier feest is, ik hoop dat ik het er weer mee red. Mij niet bellen in elk geval want ik ben bezig met het grote genieten.

Peter Klomp



Nederlanders en Belgen in Spanje



In Andalusië wonen om en nabij 9.569 Nederlanders en 7.298 Belgen. De grootste groep inwoners is te vinden in de provincie Málaga met 6.636 Nederlanders en 4.464 Belgen. Op de tweede plek staat de provincie Almería met 840 Nederlanders en 1.217 Belgen gevolgd door de provincie Granada met 817 Nederlanders en 798 Belgen.

Het echte aantal Nederlanders en Belgen dat in Spanje

woonachtig is zal waarschijnlijk veel groter zijn, veel mensen zich niet inschreven bij de Spaanse gemeente waar men woont. Dat doet men ieder om zijn eigen redenen. Een gemeente wilt echter wel dat iedereen zich inschrijft.

Er staan in Spanje 32.779 Belgen ingeschreven als zijnde woonachtig. 16.928 mannen en 15.851 vrouwen waarvan er in totaal 2.642 de leeftijd hebben tussen de 0-15 jaar, 8.959 tussen de 16-44 jaar, 11.528 tussen de 45-64 jaar en 9.650 van 65 jaar en ouder.

Andre Bosgra: +34 611 35 87 31
 of mail: andre@costa-tv.com
 Calle Carmen Montes 4- local 3, La Carihuela

amena **DIGI** **Lobster** **COSTA INTERNET** **orange** **República** **simyo**

Openingstijden:
 maandag 10.00 tot 14.00 u.
 dinsdag gesloten
 woensdag 10.00 tot 14.00 u.
 dondag 10.00 tot 14.00 u.
 vrijdag 10.00 tot 14.00 u.
 zaterdag 10.00 tot 14.00 u.
 zondag gesloten

Bianca Poeste vertelt over:

DWARSLAESIE

Dwarslaesie, niet alleen door een duik in het ondiepe water. Je leest wel eens zo'n verhaal waarbij een persoon in ondiep water is gedoken, hierbij zijn nek heeft gebroken en verlamd is geraakt, oftewel een dwarslaesie heeft opgelopen. We staan er gelukkig niet dagelijks bij stil, maar wist je dat er jaarlijks, in Nederland ongeveer 400 personen een dwarslaesie oplopen?! Een dwarslaesie is een zeer ernstig letsel dat over het algemeen niet meer kan genezen De lichamelijke en psychische gevolgen ervan zijn enorm.

Ik wil u niet bang maken hoor, ik wil er alleen iets meer over vertellen. Waarom ik dat wil? Mijn zoon Tom (1) is geboren met een dwarslaesie, als gevolg van een tumor in zijn ruggenmerg. Het oplopen van een dwarslaesie komt dus niet alleen door die duik in het ondiepe water (helaas). 80% van de dwarslaesies waarvoor mensen in de revalidatiecentra behandeld worden ontstaat door een ongeval.

400 DWARSLAESIES PER JAAR

Dit kan een verkeersongeval zijn, maar ook een val, een sport- of bedrijfsongeval of een misdrijf. Verder kunnen dwarslaesies ontstaan door stoornissen in de bloedvaten, ontstekingen van het ruggenmerg of goedaardige gezwellen. Ook ontstaat een aantal dwarslaesies tijdens grote operaties. In totaal gaat het in Nederland om ongeveer 400 dwarslaesies per jaar.

Voorheen heb ik er nooit bij stil gestaan, dat een dwarslaesie zoveel meer is dan alleen het niet kunnen lopen. Ik hoop dat er nog meer bekendheid naar komt, dat er mensen zijn die kunnen en willen doneren voor nog meer onderzoek. Ik hoop natuurlijk enorm op een medische doorbraak. Dat een dwarslaesie te genezen is!



Een dwarslaesie heb je dan ook in verschillende soorten. Je hebt incomplete, hoge, lage, en caudalaesies. En al deze soorten laesies hebben ook nog eens heel veel varianten. Ik zal proberen in het kort uit te leggen wat de voornaamste kenmerken zijn van de verschillende soorten laesies.

De incomplete dwarslaesie is eigenlijk nog niet helemaal af. Daarom heet-ie ook zo. Tom heeft een incomplete dwarslaesie. Hij heeft hem hoog in zijn nek (C6-C7). Stel dat deze compleet zou zijn, had hij o.a. zijn handjes en armpjes ook niet kunnen gebruiken. Dus bij een incomplete dwarslaesie is een gedeelte van uw ruggenmerg onderbroken. Er is dan nog wel enige uitwisseling mogelijk van zenuwprikkels tussen je hersenen en de rest van jouw lichaam.

Bij een complete dwarslaesie is er helemaal geen uitwisseling meer mogelijk van zenuwprikkels tussen de hersenen en de rest van het lichaam. Bij de hoge dwarslaesie, vanaf de bovenste borstwervel en hoger, dan ben je verlamd vanaf je schouders. Dan kun je kunstmatige beademing nodig hebben. Zoals Christopher Reeve, de acteur die de rol van Superman had gespeeld. Hij raakte verlamd na een val van een paard. Hij kon alleen zijn nek nog maar bewegen.



De caudalaesie. De wat?!? De caudalaesie. Weinig mensen zullen dit kennen omdat je hem aan de buitenkant niet kunt herkennen als een dwarslaesie. Maar het is er wél één. Het enige verschil is dat je er meestal geen rolstoel voor nodig hebt, en dat je argwanend wordt aangekeken als je de auto op een gehandicaptenplaats parkeert.

En als laatste de lage dwarslaesie. Bij een lage dwarslaesie (borstwervel T2 of lager) is het ruggenmerg onderaan de rug beschadigd. Meestal kan men wel armen en handen gebruiken. Hieronder vindt u nog een aantal feiten w.b.t. dwarslaesie. meer dan dat zal het niet worden.

82% VAN DE MENSEN (WERELDWIJD) MET DWARSLAESIE IS EEN MAN

Als we kijken naar alle dwarslaesie-gevallen op deze planeet is 82% man. Men neemt aan dat de reden hiervoor is dat mannen grotere risico's nemen dan vrouwen. Motorongelukken, sport ongelukken, vallen van grote hoogtes; mannen lijken vaker in dit soort benarde situaties verzeild te raken dan vrouwen.

MENSEN MET EEN DWARSLAESIE KUNNEN NIET ZWETEN ONDER HUN LEASIE

De ruggengraat helpt het lichaam voelen en bewegen, maar het vertelt je zweetklieren ook wanneer ze actief moeten worden. Mensen met een dwarslaesie moeten goed opletten dat ze hun lichaam van buitenaf koel houden als het warmer wordt buiten, omdat hun lichaam dit onder de laesie niet meer zelfstandig regelt. Dit kan zeer gevaarlijk zijn! Het kan soms lijden tot de dood.

MENSEN MET EEN DWARSLAESIE LEVEN MET CHRONISCHE PIJN

Uit onderzoek blijkt dat voor 65-85 procent van de dwarslaesiepatiënten pijn een belemmering vormt in hun dagelijks leven. De langetermijnprognose van deze zogenaamde neuropatische pijn is vaak slecht, terwijl de behandeling moeilijk is.

DE BENEN VAN DWARSLAESIE PATIËNTEN KUNNEN NOG BEWEGEN

De meeste mensen denken dat bij een verlamming de spieren in de benen volledig bevroren en nooit meer actief kunnen worden. Dat is echter niet waar. Verlamde benen bewegen en schudden soms enorm, bijvoorbeeld bij onwaarneembare pijn of als je nodig naar het toilet moet. Dit noemt men spasmen. Dit zijn ongecontroleerde bewegingen die veroorzaakt worden door onwillekeurige samentrekking van de spieren.

MENSEN MET EEN DWARSLAESIE KUNNEN NIET HOESTEN OF NIET VEEL HOESTEN

Een klein kuchje is mogelijk, maar veel De reden hiervoor is dat dwarslaesies niet alleen de werking van de armen en benen beïnvloeden. Ze tasten ook de borstspieren aan. Alles onder de leasie raakt verlamd. Dit is de reden dat long- en ademhalingsproblemen de grootste doodoorzaak zijn onder mensen met een dwarslaesie. Hoesten is belangrijk om bacillen uit de longen te verwijderen.



Rik is de uitvinder van de BerkelBike. Hij heeft bewegingswetenschappen gestudeerd aan de Vrije Universiteit in Amsterdam en Scheikunde (toxicologie) aan de Radboud Universiteit Nijmegen. Na zijn afstuderen heeft hij voor de Universiteit Nijmegen gewerkt op een natuurkundig laboratorium. Privé zocht hij naar manieren om mensen met een dwarslaesie fit en in conditie te houden.

Gelukkig bestaan er wel speciale hoest-technieken en apparaten om het hoesten tot stand te brengen. Snap je dat ik bang ben dat Tom besmet raakt met Covid 1. Houdt u a.u.b. rekening met mensen die een zwakkere gezondheid hebben. Als meest hinderlijk ervaren vrijwel alle mensen met een dwarslaesie blaas en darm problemen, de incontinentie voor urine en ontlasting. Ook het ontstaan van blaasontsteking is een risico, door de bacteriën die vaak in urine aanwezig zijn. Een blaasontsteking kan een ontsteking van de nieren tot gevolg hebben. Dit was vroeger de belangrijkste oorzaak van overlijden van dwarslaesiepatiënten; ongeveer de helft overleed binnen het eerste jaar aan de gevolgen van een urinewegprobleem.

Tegenwoordig gebeurt dat niet meer omdat er goede technieken bestaan om zelf de blaas te legen, zoals katheterisatie.

Hoe vaak Tom inmiddels al een blaasontsteking heeft gehad, ik kan het denk ik niet meer op 2 handen tellen. Gelukkig zijn deze goede technieken ontwikkeld. Wilt u meer weten of dwarslaesies, of wellicht wilt u op 8 mei 2022 mee rennen voor meer onderzoek. Wereldwijd hebben 184.000 mensen dit jaar meegelopen en gerold. Samen hebben zij bij elkaar 4,1 miljoen euro opgehaald. Dit complete bedrag gaat naar dwarslaesie onderzoek. Kijk voor meer informatie op o.a. Wingsforlife.com



Mijn kleine superheld Tom

Spaans schelden

Om Spaans te leren is het niet noodzakelijk om te leren schelden in het Spaans, maar helaas is het toch wel erg handig. Niet zozeer omdat jij moet schelden, maar om in ieder geval te kunnen begrijpen wat er over of tegen je wordt gezegd. In Spanje en in Latijns-Amerika zul je gauw merken dat er vaak woorden in zinnen zitten waar je nooit van hebt gehoord, oftewel, woorden die je nooit in je Spaanse les hebt gehad.

Joder

Joder wordt erg veel gebruikt en betekent 'fuck' maar kan ook een minder sterke betekenis hebben zoals 'jeetje'. Een voorbeeld: je komt te laat bij de bushalte en ziet de bus weggrijden, 'joder' denk of roep je dan. Of je krijgt te horen dat je vandaag wat langer moet doorwerken, je zou kunnen zeggen: 'joder, dat komt me vandaag niet uit'. Uiteraard zeg je de hele zin het Spaans!

Capullo

Kapoejo, eikel.

Zorra

Zorraa, vrouwelijke vos, slet.

Hijo de puta

Zoon van een vrouw van lichte zede. Deze uitdrukking is erg offensief en zou je maar beter niet kunnen gebruiken.

Wordt het tegen je gebruikt dan kun je vast raden dat je niet erg in de smaak valt bij degene die het roept.

Perra

Betekent 'bitch' of 'teef'. Dit spreekt voor zich en is een vrij sterke uitdrukking.

Cabrón

Dit is eigenlijk een mannelijke geit. Het wordt gebruikt voor een man wiens vrouw vreemd gaat.

Hostia

Hostia betekent eigenlijk 'hostie', maar wordt vaak gebruikt als 'shit' of voor een stoot: 'te voy a dar una hostia' (ik ga je een klap geven).

Idiota

Idioot.

Maldito

Maldieto, verdomd/vervloekt. Dit wordt als een weinig beledigend woord ontvangen, maar het ligt er net aan wie je vervloekt.

Muérete

Mwerete, sterf.



Coño

Dit woord is niet erg zwaar en kun je zien als een synoniem voor 'joder'. 'Que coño estas haciendo' betekentverdorrie, wat ben je aan het doen?

Cállate

Kajate, houd je mond. Het ligt er aan hoe je het zegt, of dit erg gemeen is of niet.

Que te den

Ke te den, 'dat ze je geven.' Wie en wat ze je dan geven mag je zelf invullen, maar het zullen geen bloemen en kusjes van liefdevolle kittens zijn.

Sinvergüenza/maleducado

Sinbergwensa / maleedoekadoo, schaamteloos, slecht opgevoed. Dit kun je tegen iemand zeggen die ongeleefd, schaamteloos of bijdehand doet.

Mierda

Dit betekent 'shit' en wordt vaak gebruikt om frustratie uit te drukken. Het is niet erg offensief. Een voorbeeld: 'mierda, ik moet vandaag tot laat werken'. Je kunt het uiteraard ook combineren met andere woorden zoals: '¡Come mierda!' of '¿Que mierda es eso?'

Gilipollas

Gielipollas, klootzak!

Me cago en la

Me kako en la, ik poep in. Deze uitroep wordt erg veel gebruikt, en vaak ingevuld met leche, melk. 'Me cago en la leche,' zeg je bijvoorbeeld als je op je duim slaat. Je kunt ook poepen op je leven, iemand anders leven, op de moeder van iemand anders of op bijvoorbeeld het koningshuis.

Mierda, vete a la mierda

Mjerda, bete a la mierda, poep, krijg de schijt/rot op.

