***¿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.

Deze maand in ¿SERIEUS?

Dood of Straf

!!!!INZAMELING!!!!

EL MICO

warmte en reuma

11 MILJARD

meisjes dag

¿JE STINKT!?







Frandalucía

HET IS GEEN FRANKRIJK, HET IS GEEN SPANJE..:.....

We taxiën naar het vertrekpunt op Schiphol onder het grijze wolkendek. Eerste dag grijs in 3 weken, mij hoorde je niet zeuren! Na bijna 3 maanden NL eerst nog een paar dagen naar Noord Spanje en dan op huis aan.

Ik zie het Kikkerlandje, waar de Algemene Beschouwingen zorgen voor ouderwets gekibbel en vooral níet nader tot elkaar komen, waar Corona nu zorgt voor een twee-deling in de maatschappij, waar alleen dit jaar al 47.000 nieuwe Nederlanders zijn gehuisvest, waar de woningnood nijpend is mede door de vergrijzing, maar waar ik ook een fijne, leerzame en vaak gezellige tijd heb gehad, langzaam verdwijnen achter de wolken.

Op naar 1 van de meest interessante en lekkerste regio's van Spanje, Euskadi oftewel het Baskenland. Daar waar ze één van de 4 officiële talen van Spanje spreken (je verstaat er geen bal van...), daar waar ze vreemde nationale balsporten hebben, daar waar ze ze niet bij de buren Frankrijk en Spanje willen horen, daar waar ze NL weer hebben, etc. etc.

In negatieve zin vooral bekend van vroeger de ETA, de terreurbeweging die met name in de jaren 80 ook aan de Costa del Sol voor ellende hebben gezorgd. Gelukkig hebben de basken zichzelf de laatste 15-20 jaar in positieve zin op de kaart gezet. Ze staan bekend om de meest fanatieke voetbalclub, Atletico Bilbao.

Daar spelen alleen maar Basken in! Dat hoeft Heerenveen niet te proberen....
Maar vooral de ongeëvenaarde keuken!
De Bask heeft eten en drinken tot kunst verheven. In de top 10-restaurants van heel Spanje staan 3 restaurants uit het Baskenland, waaronder de nummer 1 Azurmendi.

Één van de redenen waarom dit zo is, komt van het feit dat jonge jongens en meisjes al vroeg achter het fornuis staan en leren koken van hun moeders.

Zij zien al vroeg de culinaire mogelijkheden, want de restaurantjes zijn in heel het Baskenland dé ontmoetingsplekken zakelijk en privé. Met godsgruwelijk lekkere 3-gangen menuutjes incl. aqua en vino voor nog geen 15euro...Ja heerlijk, heb er zin in, 4 dagen mij onderdompelen in een vreemde, andere maar bovenal gezellige en lekkere cultuur. Volgende week maar weer de kilo's eraf lopen op de Paseo Marítimo. Op naar een mooie herfst aan de Costa del Sol!

Hasta pronto
Frandalucía



INTERSEKSE OF DSD

Interseks wordt niet gezien als een identiteit. Het is iets wat je hebt, niet wat je bent en daarom wordt er gesproken over een intersekseconditie. De term intersekse wordt gebruikt als parapluterm voor mensen die geboren zijn met een lichaam dat niet voldoet aan de definitie van man of vrouw. Je bent volgens de normen een man als je XY-chromosomen, penis, testes en het hormoon testosteron hebt en vrouw als je XX-chromosomen, vagina, eierstokken, baarmoeder en het hormoon oestrogeen hebt. Dan ben je normaal. Duidelijk toch?

Als je deze definitie hanteert van wat als "normaal" gezien wordt dan wel ja. Maar zo simpel zit het leven niet in elkaar. Soms worden er meisjes geboren met XY-chromosomen en jongens met XX-chromosomen. Of jongetjes met een vagina en meisjes met één eierstok en één zaadbal.

1 op de 90 mensen geboren met lichaam dat niet overeenkomt met het beeld van mannen of vrouwen lichaam

De medische term DSD staat voor Disorders of Sex Development of Differences of Sex Development en is niet hetzelfde als intersekse. Het gaat wel over dezelfde groepen maar waar intersekse over mensenrechten gaat, gaat DSD over lichamelijke problemen en de medische behandeling. Mensen met een intersekseconditie ondervinden hiervan geen pijn, gaan er ook niet aan dood en kunnen hier niet van genezen omdat het namelijk geen ziekte is. Dat is de belangrijkste reden dat intersekse activisten liever niet het woord DSD gebruiken. Het zijn vaak medici en patiëntenorganisaties die deze term gebruiken.



Helaas vinden niet alle artsen en/of ouders dat. Zij vinden het noodzakelijk dat de kinderen allerlei pijnlijke operaties en behandelingen moeten ondergaan zodat het kind of een jongetje of meisje wordt. En wat schrijnend is dat er meestal helemaal geen medische redenen zijn om deze procedures uit te voeren. Daarom alleen al moeten kinderen met een intersekseconditie, als ze oud genoeg zijn, zelf kunnen beslissen of ze dergelijke operaties en behandelingen willen ondergaan.

Kinderen met een intersekseconditie hoeven niet te worden "geholpen"; ze zijn perfect zoals ze zijn!

INZAMELING

De meeste van jullie hebben wel meegekregen dat er hevige branden zijn geweest in Spanje. De brand in de Sierra Bermeja en de Genal-vallei eist zijn tol van de biodiversiteit van het gebied. De vlammen troffen tientallen beschermde diersoorten. Het vuur slokte de afgelopen tijd zo'n 7780 hectare aan bos op als een hongerig monster. Door de droogte, de hitte en de stevige wind kon de vlammenzee zich razendsnel verspreiden. Duizend brandweermannen en het leger zijn ingezet om dit vuurmonster onder controle te krijgen. Gelukkig is dit gelukt, maar de schade is niet te overzien. Wij hopen dan ook dat mensen doneren, alle beetjes helpen!

Soemientra Jagernath ,Anita Kruideniertje en Melanie Beense zijn samen een actie begonnen om de instanties die mee helpen om al dat dieren leed te verzachten een financiële bijdrage te kunnen geven, want het is echt verschrikkelijk , alles om de winter door te kunnen komen is verbrand dus alle hulp is welkom. Er staan een bus bij de toko en bij de hollandse supermarkt het kruideniertje.

Ik hoop dat de horeca hier aan mee helpt. Bedankt alvast en lees hier onder het treurige verhaal .

Sierra Bermeja-brand treft tientallen beschermde soorten, sommige uniek in de wereld .

De Sierra Bermeja en de Genal-vallei herbergen 14 soorten ongewervelde dieren die nergens anders op de planeet voorkomen.

De brand in de Sierra Bermeja en de Genal-vallei eist zijn tol van de biodiversiteit van het gebied.

De vlammen treffen tientallen beschermde diersoorten, waarvan sommige uniek in de wereld.

Bioloog Felipe Román, een zoölogiespecialist, is na 30 jaar onderzoek een van de mensen die het meest bekend is met de geheimen van deze berg.

Hij legde uit dat er maar liefst 14 soorten unieke ongewervelde dieren zijn in dit gebied, waar de brand een dramatisch effect heeft.

De meeste soorten daar worden beschermd door de EU, zei hij. Hoewel er geen officiële telling is, behoren tot de belangrijkste bewoners van deze sierra twee of drie paar steenarenden, minstens 20 oehoe's en ongeveer 300 Iberische steenbokken, hoewel de ongewervelde dieren, die moeilijker te tellen zijn, de verborgen natuurlijke rijkdom van het gebied vormen.

Onder de ongewervelde dieren bevinden zich beschermde soorten zoetwatervissen: de boga van de Guadiana en de kopvoorn van de Genal, beide uniek in Zuid-Europa.

De amfibieën omvatten kikkers en padden (zoals de Iberische geschilderde kikker, de rugstreeppad en de Penibetische salamander). Onder de bedreigde reptielen bevinden zich kameleons, evenals slangen zoals de

Vipera latastei en de hoefijzerslang, het type dat het meest wordt beschermd door de Europese Unie.

In het natuurgebied leven ook hagedissen en gekko's. In het bijzonder de hagedis die bekend staat als de 'largarto bético', die voor het eerst werd ontdekt in de Sierra Bermeja.

Naast de beschermde diersoorten heeft de brand er ook voor gezorgd dat tientallen dieren van boerderijen en landgoed moesten worden gered.

Dierenartsen van Malaga hebben hun hulp aangeboden aan boeren die getroffen zijn door de brand en hebben een 24-uurs hulplijn opgezet :
630 809 923 en 952 391 790







¿Hoe zit dat!?

Waarom praten we in onze slaap?



Van nauwelijks verstaanbaar gemompel tot complete volzinnen: sommige mensen zijn zelfs in hun slaap nog niet stil. Hoe komt dat? De officiële benaming voor praten in je slaap is somniloquy. Volgens een studie van Universiteit in Bergen (Noorwegen) heeft meer dan de helft van de mensen wel eens gepraat in zijn slaap. Maar hoe kan het dat je iets kunt zeggen terwijl je je daar niet bewust van bent?



Je brein slaapt niet helemaal tijdens je slaap

Als je je ogen sluit en lekker onder de wol kruipt, kom je vanzelf in de verschillende slaapfases terecht. De slaapcyclus begint bij de inslaapfase, en eindigt in de REM-slaap, waarin mensen beginnen te dromen. Gedurende de nacht herhaal je de fases een aantal keer.



Tijdens de REM-slaap is je brein bijna net zo actief als wanneer je wakker bent, maar je lichaam is verlamd. In de fase ervoor, de diepe slaap, is de breinactiviteit juist miniem, maar kun je nog wel je lichaam bewegen. Gedurende de nacht slapen dus niet alle delen van je hersenen even diep, of op hetzelfde moment.

Hoewel veel slaapstoornissen (zoals slaapwandelen) in specifieke slaapfases voorkomen, lijkt somniloquy op willekeurige momenten op te treden.

Onrustige slapers praten vaker in hun slaap

Het gebabbel heeft dus ook niet per se te maken met wat je op dat moment droomt, zoals sommige mensen weleens denken. Wel is het zo dat praten vooral voorkomt tijdens de overgang van de ene slaapfase naar de andere.

Hoewel praten in de slaap al vaak onderzocht is, blijft het nog een beetje gissen waarom sommige mensen praten in hun slaap. Emotionele stress lijkt een factor, net als onrustig slapen. Uit een Turkse studie onder ruim 12.000 tweelingen bleek ook dat het genetisch zou kunnen zijn.

Praat je zelf niet in je slaap, maar heb je een partner die ook ‘s nachts nog met je wil praten? Dan is het misschien raadzaam om een paar oordoppen op je nachtkastje te leggen. Slaap lekker!

PAELLA KROKETJES



Ingrediënten
12 stuks

0.5 portie paella
75 gr paneermeel
150 gr bloem
3 eieren
olie (om te frituren)

Bereiding

Bereid de paella volgens het recept en laat goed afkoelen in de koelkast. Het is ideaal als je een restje paella over hebt wat al in de koelkast staat. Zorg er dat er niet al te grote stukken, groenten, garnalen, vis of andere ingredienten in zitten, snijd deze eventueel fijn.

Neem een beetje (ca 3 eetlepels) van het paella mengsel en kneed in de vorm van een kroketje met iets vochtige handen. Haal dit eerst door de bloem, dan het ei en dan het paneermeel. Vervolgens nogmaals door het ei en paneermeel voor een extra krokant laagje. Herhaal dit tot alles op is.

Verhit de olie in een friteuurpan of pan met dikke bodem tot ca. 180 graden. Controleer met een klein stukje brood of houten pollepel of er kleine belletjes komen zodra je dit in de olie houdt. Voeg ca. 3 a 4 kroketjes toe (afhankelijk van de grootte van de pan maar niet te veel tegelijk). Bak deze in ca. 5 minuten krokant en goudbruin. Laat daarna uitlekken. Lekker om te serveren met aioli om in te dippen.



warmte & reuma



Reuma omvat meer dan 100 chronische aandoeningen aan gewrichten, spieren en pezen. Bijna 2 miljoen Nederlanders hebben een vorm van reuma. Iedereen kan reuma krijgen, op elke leeftijd. Reuma is een verzamelnaam voor chronische klachten aan gewrichten, spieren en/of pezen. De meeste mensen met reuma hebben last van pijn en stijfheid in gewrichten of vermoeidheid in de spieren.

De oorzaak van reuma is onbekend. Toch hoor je vaak van mensen met reumatische klachten dat als het koud en vochtig weer is zij meer pijn en stijfheid ervaren dan bij warm weer. Wanneer het warm is worden de dagelijkse reumaklachten wat verzacht.

Spanje door Wereld Gezonheid Organisatie omschreven als bijna perfecte omgeving

De wetenschap geeft verschillende oorzaken aan voor deze weersinvloeden maar is hierin nog niet eenduidig. Eén van de genoemde oorzaken is dat de warmte zorgt voor een betere doorbloeding waardoor de stijfheid vermindert, ook tijdens een snelle stijging van de luchtdruk of tijdens een hittegolf ervaren sommige mensen met reuma ook meer pijn. Een snelle luchtdrukdaling zorgt dat vliezen en vloeistoffen in gewrichten uitzetten.

Het al ontstoken weefsel komt dan meer onder druk te staan, waardoor de pijn toeneemt. Dit is ook de reden waarom sommige mensen met reumatische aandoeningen in het vliegtuig meer pijn ervaren.



Spanje wordt door de Wereld Gezondheid Organisatie omschreven als “de bijna perfecte omgeving”. De omgeving hier is uitermate geschikt voor mensen die lijden aan astma, reuma, artritis en hartproblemen. Ook de medische behandeling staat op een hoger niveau dan een aantal noordelijke landen.

De Wereldgezondheidsorganisatie is een gespecialiseerde organisatie van de Verenigde Naties. Volgens hun website (www.who.org) hebben ze als doel de gezondheidszorg van de wereldbevolking te bevorderen, de wereld veilig te houden en de kwetsbaren te dienen. Dit behelst ook het coördineren van activiteiten op het gebied van gezondheidszorg en het bevorderen van de gezondheid van de wereldbevolking.

Door het microklimaat wat er heerst kun je het hele jaar genieten van aangename temperaturen, met in de zomer warme maar niet te hete dagen, dit vooral door de zeebries die er staat, en een relatief warme winter. De gemiddelde temperatuur is 18˚C. Uitzonderingen zijn er natuurlijk altijd, er komt wel eens extreem zware regenval voor. En net zoals in ieder land valt hier in Spanje ook regen.

Marbella beste luchtkwaliteit in Spanje

Wereldgezondheidsorganisatie zegt dat Marbella de beste luchtkwaliteit heeft in Spanje. Marbella heeft niet alleen de beste stranden en de beste weersomstandigheden, maar bezoekers zullen ook profiteren van de gezondere lucht die ze ooit in Spanje zouden kunnen inademen.

De WHO analyseerde de luchtkwaliteit van 1.600 steden in 91 landen en stelde vast dat meer dan de helft van de wereldbevolking vervuilde lucht inademt. Dit onderzoek onderzocht 46 Spaanse steden, waarvan 37 niet voldoen aan de aanbevolen vervuilingsniveaus, terwijl andere 9 steden gelukkig in overeenstemming zijn met de aanbevolen richtlijnen, waaronder Marbella.





Marbella is de derde minder vervuilde stad van Spanje. De bovengenoemde beoordeling analyseert de luchtkwaliteit en toont aan dat Marbella het derde geringe niveau van vervuiling heeft (7 mg/m3), één mg meer dan de eerste twee steden, gelegen op de Canarische Eilanden, vergeleken met het hoge niveau van grotere steden zoals Barcelona (16 mg/m3) of Valencia (14 mg/m3).



Column van Henny Duinkerken



Carihuela is soms net Peyton Place.

De meeste onder ons kennen dat nog wel van de tv. De verhalen die hier vaak rondgaan……. Dat is niet te geloven.En heel veel mensen geloven alles en vertellen het weer door met vaak een stukje extra om het wat smeuïger te maken. Ik zou zeggen mensen geloof alleen iets wanneer je het hoort van degene waar het over gaat. Zo heb ik hier nog een mooi verhaaltje voor u. Ik noem geen namen. U weet wel dat de gemiddelde leeftijd in Carihuela van vakantiegangers en overwinteraars wel boven de 40 is.

Ik heb begrepen dat sommige
mannen , leeftijd heeft daar niet altijd mee te maken, wat moeite hebben om nog wat klaar te maken in bed. Nou een man die ik goed ken had wel weer eens zin om zijn vrouwke lekker te verwennen. Maar soms kostte dat de ene keer wat meer moeite dan de andere keer. Hij dacht,ik ga iets kopen om dat een beetje te stimuleren, en er was iets nieuws op dat gebied een soort viagra in gelvorm. Hij kocht 1 pakje en nam dat mee naar huis. Thuis op de aanrecht gelegd. Want die avond kwam er niks van. Veel te veel gedronken. Nu was dit in de tijd dat overal handgels en dergelijke werden gebruikt. ‘Smorgens werd zijn vrouw wakker en dacht ik ga een lekker ontbijtje voor hem maken, ze zag de gel op het aanrecht liggen en dacht,even mijn handen ontsmettenZe pakte het pakje met gel opende het en wreef haar handen er goed mee in daarna maakte ze een paar lekkere broodjes voor hem en riep hem uit bed. Hij kwam de keuken in en zei. Waar is dat pakje wat hier op de aanrecht lag. Zij antwoordde,oh je bedoelt die hygiene gel? Wat nou hygiëne dat zakje kost € 10 en is voor een paar leuke uurtjes ‘snachts.

Wat ik niet weet is of zij de hele dag of een paar uur met stijve vingers heeft rondgelopen. Ik hoop het niet voor haar. Ze was wel zo aardig om de volgende dag een nieuw zakje viagra gel voor hem te kopen. Ik hoop voor hen dat het op de goede manier gebruikt is. Dit is echt. Dus mensen geloof alleen een verhaal wanneer u het van de persoon zelf hoort. Óf 2 in dit geval.

Groetjes Henny.

Dubbelzinnige zinnen

Marktopbouwers zijn ook kraamverzorgers.

Als het niet wilt dan gaat het niet en als het niet gaat dan wilt het niet.

Wat was was voordat was was was?

Voordat was was was, was was is.

Voordat was was was, was was schoon.

Voordat was was was, was was honing.

Als je vandaag je kop in het zand steekt, knars je morgen met je tanden.

Zelfontplooiing is wellicht ook goed voor je rimpels.

Als achter vliegen vliegen vliegen, vliegen vliegen vliegensvlug vliegen achterna.

De aardappelboer zat flink in de puree na het geschil met zijn concurrent.

De bloemist schoot in de roos.

De carriëre van de archeoloog ligt in puin.

De chirurg nam de benen.

De dichter zocht een opener.

Van klokkijken wordt de kleine wijzer.

De failliete kostuum verkoper zat bij de pakken neer.

De gevangene luisterde geboeid naar de rechter.

De imker was bijziende.

De importeur voerde niets uit.

De kapper zat met zijn handen in het haar.

De scheermesjes waren scherp geprijsd.

De schoenmaker werd een hak gezet.

Heeft u al dat gestoor gehoord, of was u al gehoorgestoord?

Het is allemaal wat, als het niks is.

Het is vroeg laat.

Het koeriersbedrijf bood hem een loopbaan.

Het scoren is er bij ingeschoten.

Het was zo druk op het strand dat iedereen op de foto van de buren kwam.

Mensen die niets weten en weten dat ze niets weten weten meer dan mensen die niets weten en niet weten dat ze niets weten.

Naakt is niets aan.

Sinaasappelen zijn bang voor persvrijheid.



INHAAKKALENDER

1 november:
Allerheiligen
Wereld Veganisme Dag

2 november:
Dag voor de Radioamateur
Allerzielen
Dag van de BHV

3 november:
Dag tegen rugpijn
Sandwich Day
Cliché Day

5 november:
World Tsunami Awareness Day

7 november:
Hug a Bear Day

8 november:
Dag van de stralende beroepen
Wereld urbanisme dag*

9 november:
Dag tegen Facisme en Antisemitisme
Dag van de uitvinders
Wereld vrijheidsdag
International Guinness World Records Day

10 november:
Dag van de mantelzorg
World Science Day for Peace and Development

11 november:
Sint maarten
Elfde van de elfde
Singles day

12 november:
Wereld longontsteking dag
Dag van de gebruiksvriendelijkheid

13 november:
World Kindness Day

14 november:
Werelddiabetesdag

15 november:
Koningsdag België
I love to write Day

16 november:
Trouw aan jezelf dag
Internationale dag van de verdraagzaamheid

17 november:
Internationale studentendag
Unfriend day

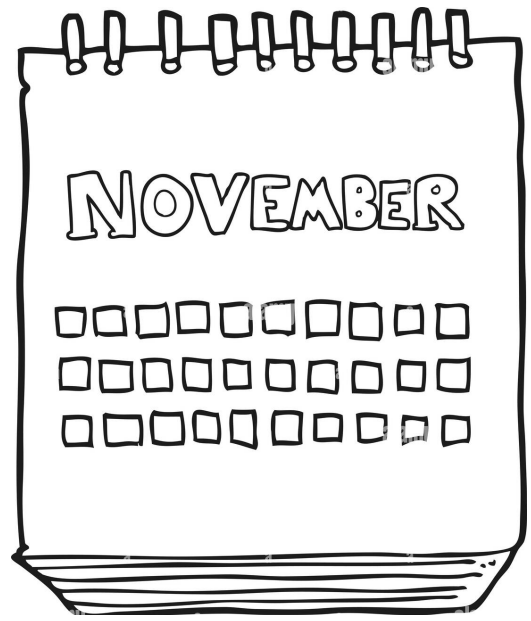
18 november:
Europese antibiotica dag

19 november:
Internationale Mannendag
Dag tegen kindergeweld
Wereld toiletdag
Have a bad day Day
Werelddag van de filosofie

20 november:
Internationale dag van de rechten van het kind
Dag van de ondernemer

21 november:
Wereld hallo dag
Wereld televisie dag

24 november:
Verander je wachtwoorden dag



25 november:
Internationale Dag ter Uitbanning van Geweld tegen Vrouwen

26 november:
Thanksgiving day

27 november:
Black Friday
Niet-winkel dag

29 november:
Sint pannekoek

30 november:
Cyber monday



11 miljard mensen op die hele grote ronde aarde!!!

Inmiddels wonen er meer dan 7 miljard mensen op aarde. En recente cijfers onthullen dat maar liefst 11 procent van de totale wereldbevolking honger lijdt. Geen wonder dat velen hun hart vast houden, want de wereldbevolking groeit gestaag. Rond 2030 zijn we naar verwachting met 8,5 miljard mensen. En tegen het einde van deze eeuw kunnen dat er wel eens 11 miljard of meer zijn. Hoe kunnen we al die monden voeden als we er nu al niet in slagen om iets meer dan 7 miljard mensen van voldoende voedsel te voorzien?

Daar komt bij welke oplossingen ze hier voor gaan verzinnen? Talloze studies zouden al hebben aangetoond dat er in principe voldoende voedsel wordt geproduceerd om de wereldbevolking te voeden. Alleen bij de verdeling van dat voedsel gaat het fout; in een groot deel van de wereld kun je met je boodschappenkarretje door een afgeladen supermarkt lopen en is het niet ongewoon om kliekjes of voedsel dat over de datum is, weg te gooien, terwijl mensen in andere delen van de wereld honger lijden.

Distributie VS Armoede

Distributie zou hier het probleem zijn. Maar laten we eerlijk zijn dat armoede een groter probleem is dan distributie. Je moet immers zowel als land en als individu de koopkracht hebben om voedsel te importeren of aan te kunnen schaffen. Ook is er geld nodig om goede wegen aan te kunnen leggen en zo het transport van voedsel en noodzakelijke inputs (kunstmest, zaaizaad) mogelijk en zelfs goedkoper te maken. Het distributieprobleem komt in feite dan ook voort uit armoede. En zou de oplossing dus simpel moeten zijn: zorgen dat mensen wel de middelen hebben om voedsel te kopen en een goede distributie ervan mogelijk te maken. Als we dan met zijn 11 miljard hier rondlopen zou dat tegen die tijd dus moeten kunnen om allemaal genoeg voedsel te hebben.

Maar als er zoveel mensen zullen zijn is het voedsel niet het enige robleem!
Zullen er niet heel veel nieuwe ziektes bijkomen omdat de natuur de mens een beetje de kop in zou willen drukken omdat het met ons soort toch wel een beetje de spuigaten uitloopt? Uiteindelijk gaat de wal het schip een keer keren. Niks kan volgens mij oneindig groeien. Bioloog Jelle Reumer heeft weleens gezegd: Wij zijn oorspronkelijk een Afrikaans apensoort dat op de één of andere manier over de wereld is verspreid geraakt, én in aantal is ontploft. Wellicht heeft hij daar wel een puntje.

De pest Spaanse griep Oorlogen Covid

Wat kunnen we leren van de geschiedenis? De pestepidemie van de 14e-eeuw zorgde voor een flinke deuk in de bevolkingsgroei. Uit Azië kwam het virus via knaagdieren naar Europa. Miljoenen mensen stierven letterlijk als vliegen. Je had steden waar driekwart van de bevolking doodging. Dat kan je je zelfs tijdens de covid-19 pandemie niet voorstellen. Het was apocalyptisch.



Ook de Spaanse griep vergde bijvoorbeeld meer slachtoffers dan de Eerste Wereldoorlog. Daarna kreeg je ellendes als de Armeense genocide en de Tweede Wereldoorlog met miljoenen doden. Maar heel cynisch gezegd waren dat druppels op de gloeiende plaat, het zorgde allemaal niet voor een deuk in de bevolkingsgroei.



Hoe zit het dan met de huidige coronapandemie? Er zijn ongeveer 2 miljoen mensen overleden aan de gevolgen van het coronavirus. Maar voor een wereldbevolking van 7,8 miljard is dat natuurlijk heel weinig. Hoe verschrikkelijk het ook is. Uiteindelijk verpesten we onze leefomgeving dusdanig dat het voor onszelf onleefbaar wordt. Je wilt niet dat dit uit de hand loopt voor de mensheid. En dat we naar de knoppen gaan door afgrijselijke pandemieën.

Voor de mensheid zou het dus beter zijn als we nu al met minder op deze aardbol zouden zijn. Maar hoe kan er voorkomen worden dat er gestopt wordt met fokken, gaan we het met z´n allen doen zoals de Chinezen dat deden in 1975. Eenkindpolitiek ofwel “One Child Nation”. Dat het strafbaar is als je meer dan één kind per gezin krijgt? Dat boeren op het plattenland er dan wel twee mogen als de eerste een meisje is, die wellicht het bedrijf niet wilt overnemen of kan mee kan helpen in het bedrijf.

3e wereldoorlog

Moeten we één keer per maand naar een dokter of bepaalde post waar we dan 25 prikken in ons arm krijgen om alle nare ziektes die je zou kunnen krijgen tegen te gaan, die er nu wellicht nog niet eens zijn. Of zullen al deze goede goedjes allemaal in één tabletje of drankje zitten?

Wellicht zullen er tegen het einde van deze eeuw al meerdere oorlogen zijn geweest waar gebruik van de atoombom zal worden. Het zal niet in de buurt komen van de eerste en tweede wereldoorlog. Een groot deel van de mensheid zal dan al weggevaagd zijn. Dus misschien is het probleem straks niet de overbevolking maar de omgang met elkaar als bevolking van deze aarde.

wereld meisjes dag

Wereldmeisjesdag! Dit is een belangrijke dag, want dagelijks worden miljoenen meisjes wereldwijd achtergesteld, uitgebuit en gediscrimineerd. Simpelweg omdat ze meisje zijn.Nog steedsworden meisjes wereldwijd ver achtergesteld en anders behandeld dan jongens. Het is zelfs zo dat er bewust minder meisjes worden geboren, omdat ouders een jongen wensen. Door selectieve abortus en kindermoord is er momenteel volgens het bevolkingsfonds van de VN een tekort van meer dan 140 miljoen vrouwen.

Meisjes gaan minder vaak en korter naar school dan jongens en jaarlijks lopen tot 4 miljoen meisjes (en vrouwen) risico op veminking van de genitalien. Ook het cijfers van kindhuwelijken is schrikbarend hoog: 12 miljoen meisjes onder de 18 jaar worden jaarlijks uitgehuwelijkt en door de economische terugval door corona, wordt voor de komende 10 jaar voor 13 miljoen extra kindbruiden gevreesd.



Wereldwijd werken 160 miljoen kinderen tussen de 5 en 17 jaar als kindarbeider, waarvan miljoenen onder gevaarlijke omstandigheden. Kinderarbeid berooft kinderen van hun kindertijd en hun recht op scholing. Daarnaast is het schadelijk voor hun lichamelijke en geestelijke gezondheid. Er zijn diverse oorzaken voor kinderarbeid, zoals armoede, gebrek aan kennis, het ontbreken van goed onderwijs en een slechte naleving van wetten die kinderen beschermen.

uitgebuit achtergesteld gediscrimineerd



Kinderhandel is een vorm van mensenhandel. Kinderen worden ontvoerd of gerekruteerd, en daarna verhandeld voor prostitutie, dwangarbeid, slavernij of het verwijderen van organen. Soms worden ze verkocht als bruid, kindsoldaat of gebruikt bij religieuze rituelen zoals offeringen.



GIRLS CAN DO ANYTHING

Kinderhandel gebeurt overal ter wereld, op verschillende manieren. Door armoede, gebrek aan kennis en de ongelijkheid tussen mannen en vrouwen, kunnen handelaren kinderen vaak onder valse voorwendselen meenemen. In sommige gevallen worden de kinderen ontvoerd, van straat of uit ziekenhuizen. Ook komt het voor dat kinderen 'vrijwillig' meegaan omdat ze worden gelokt met mooie beloftes.

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

**"Het is hoog tijd dat meisjes hun eigen leven mogen leiden, met dezelfde kansen en vrijheid als jongens.
Zonder barrières die hun ontwikkeling in de weg staan, zoals gedwongen trouwen wanneer ze nog kind zijn."**

KELTISCH IERLAND!

Als je echt fan bent van Halloween moet je naar Ierland! Met duizenden jaren ervaring in het vieren van Halloween, weten de Ieren als geen ander hoe je een betoverend en mysterieus feest kunt maken van de spookachtigste dag van het jaar!

Halloween (wat is afgeleid van Hallow-e'en, oftewel All Hallows Eve wat Allerheiligenavond betekent) is het oudste feest van Ierland en een mengsel van Heidense en Christelijke elementen en legenden. De vroegste vorm van Halloween was 'Samhain', een einde-van-de-zomerfeest, vaak het Keltische nieuwjaar genoemd. Dit komt omdat het jaar in de Keltische kalender begon op 1 november en Allerheiligen dus oudejaarsavond was en voor hen het begin van de lange winteravonden inluidde. Deze overgangstijd werd gekoppeld aan de dood en het hiernamaals. De Kelten ontstaken vreugdevuren om vriendelijke geesten te verwelkomen en hen op weg te helpen en droegen kostuums en maskers om de slechte geesten te verjagen.

De volgende keer als je een masker opzet voor Halloween, denk dan even aan het Ierland van de Kelten. Het eng verkleden begon namelijk hier. Ook veel andere Ierse Halloweentradities hebben zich over de hele wereld verspreid, waaronder het snijden van duivelse gezichten uit uitgeholde pompoenen. Andere gebruiken zoals appels happen, spookplekken bezoeken en 'trick or treating' die nu overal ter wereld plaatsvinden, begonnen op het eiland Ierland waar ze trouwens nog volop leven.

Maar waarom moesten ze nou eigenlijk een pompoen uithollen? In het oude Ierland werden deze Jack-o-lanterns van rapen gemaakt. Jack-o-lanterns komen uit een volksverhaal over Stingy Jack die de duivel een loer draaide. Als straf liet de duivel Jack eeuwig zwerven met slechts een brandend kooltje uit het hellevuur dat hij droeg in een raap om zijn weg te verlichten.

De Ierse immigranten, de nakomelingen van de oude Kelten, namen deze tradities in de 19e eeuw mee naar de VS. Maar ze moesten roeien met de riemen die ze hadden: knolrapen waren in de VS niet te vinden. Pompoenen waren er wel ruim voorhanden, en zo ontstond de traditie waarbij op 31 oktober pompoenen worden uitgesneden en er lichtjes in worden geplaatst.

TRICK OR TREAT

Op Halloween is het een gewoonte: kinderen verkleden zich in spoken en monsters, nemen een mandje mee en lopen van deur tot deur om er snoep en lekkers te verzamelen. Als de deur open gaat, roepen ze in koor: trick-or-treat! Dat betekent zoveel als: Een snoepje of ik schiet! Krijgen ze geen snoep, dan halen ze bloem uit het mandje en bekladden er de voordeur mee. Al bij al valt dat nog mee als straf voor het niet uitdelen van lekkers, er zijn immers tijden geweest dat geen 'treat' geven, heel veel onheil voorspelde.

HALLOWEEN IN SPANJE

Spanje is echter niet de grootste op gebied van Halloween feesten, maar het is geleidelijk aan aan het veranderen, zij het langzaam, aangezien de huidige traditie hier slechts 5 tot 10 jaar geleden begon. Kostuums hebben de neiging te worden beperkt tot enkel schrikachtig, spoken, heksen en vampieren, "trick or treat" gebeurt hier niet echt en u zult met moeite iemand vinden ouder dan 12 jaar en verkleed, tenzij ze op de universiteit zitten en op zoek zijn naar een feestje!

Echter, wat Spanje wel viert is Dia de Todos Las Santas of Allerheiligen, gevierd op 1 November. Het is traditie in Spanje dat veel van de mensen zijn vernoemd naar een heilige. Dit is iets dat in veel katholieke landen gebeurt. In Spanje zijn mensen net als de koningin, ze hebben twee verjaardagen, de dag van hun geboorte en hun saint-dag, ter ere van de Heilige naar wie ze werden vernoemd.

Allerheiligen is een algemeen erkende feestdag, dus geen werk of school. Het is een dag voor families en vrienden om een bezoek te brengen aan de graven van hun dierbaren die zijn gestorven. In veel steden en dorpen in heel Spanje zijn straten vol met mensen en auto's die begraafplaatsen bezoeken. Het is een goede zaak voor bloemisten aangezien ze ongeveer 20% van hun jaarlijkse omzet op deze dag verdienen met verkoop van boeketten en bloemstukken. Bakkerijen zijn ook druk met bestellingen voor speciale gebakjes, zoals Huesa de Santas (Heilige botten), een gebakje gemaakt van marsepein, ei en suiker siroop.

Op Allerheiligen wordt iedereen vereerd, heiligen en degenen die zijn overleden, dus grote kans dat u een meer bedroefde kant van het Spaanse volk die worden verdeeld met de moderne festiviteiten van 31 oktober (Halloween) en herinneren zowel hun heiligen als hun dierbaren.

Feitjes uit 1500

Wat je NIET verteld werd tijdens de geschiedenisles! De volgende keer dat je je handen wast, en je vindt de temperatuur van het water niet echt aangenaam, denk er dan eens aan hoe het er ooit aan toe ging... Hier volgen een aantal feiten uit de jaren 1500:

Een bad bestond uit een grote kuip die gevuld werd met heet water. De heer des huizes genoot het privilege van het schone water, daarna volgden de zoons en andere mannen die deel uitmaakten van het huishouden, dan de vrouwen, en ten slotte de kinderen. De baby's waren als laatste aan de beurt. Tegen dan was het water zo vuil dat je er makkelijk iemand in kon kwijtraken... Vandaar de uitdrukking "de baby met het badwater weggooien".

Huizen hadden in die tijd strooien daken, zonder houten gebinte. Het was de enige plek waar de dieren zich warm konden houden, en dus leefden de katten en kleinere dieren (muizen, ongedierte) in het dak. Als het regende werd het daar glibberig, en soms gleden de dieren dan uit en vielen van het dak. Vandaar het Engelse gezegde "It's raining cats and dogs".

Niets kon verhinderen dat er dingen in het huis vielen. Dit was een echt probleem in de slaapkamer, waar ongedierte en uitwerpselen je schone beddengoed konden bederven. Daarom werden bedden voorzien van grote palen om een laken over te hangen dat dan toch een beetje bescherming bood. Zo is het gebruik van hemelbedden ontstaan.

In die tijd kookte men in de keuken in een grote ketel die altijd boven het vuur hing. Elke dag werd het vuur aangestoken, en werden er ingredienten toegevoegd aan de ketel. Men at meestal groenten, en weinig vlees. Men at deze stoofpot 's avonds, en liet het overschot in de ketel. Dit werd dan 's nachts koud, en 's anderendaags begon men gewoon opnieuw. Zo zaten er in hun stoofpot vaak dingen die er al heel lang inzaten.

Wie geld had, kon zich tinnen borden veroorloven. Voedsel met een hoge zuurtegraad zorgde er voor dat een beetje van het lood in het voedsel terecht kwam, wat vaak tot een loodvergiftiging en de dood leidde. Dit gebeurde het meest met tomaten, waardoor tomaten de volgende +/- 400 jaar als giftig werden beschouwd. Brood werd verdeeld volgens je sociale status. Arbeiders kregen de aangebrande bodem van het brood, het gezin at het middendeel op en gasten kregen de bovenste, krokante korst.

Men gebruikte loden bekers om bier of whisky te drinken. Die combinatie zorgde er soms voor dat de drinker een aantal dagen buiten westen was! Als de dronkaard dan bewusteloos gevonden, werd langs de straat, werd hij vaak gereed gemaakt om begraven te worden. Hij werd een aantal dagen op de keukentafel gelegd, en de familie at en dronk aan diezelfde tafel, en wachtte af of hij nog wakker zou worden. Vandaar het gebruik van de doodswake.

Kisten werden uitgegraven op het kerkhof en de beenderen naar een beenderhuis overgebracht, zodat ze de graven konden hergebruiken. Bij het heropenen van deze kisten, ontdekten ze dat er bij 1 op 25 aan de binnenkant gekrabd was, en ze beseften dat ze levenden hadden begraven. Van toen af werd er een touwtje rond de pols van een lijk gebonden, dat omhoog leidde en verbonden was met een belletje boven de grond. Iemand moest dan heel de nacht op het kerkhof zitten om te horen of de bel niet rinkelde. En zo werd er wel eens iemand "gered door de bel".

De meeste mensen huwden in juni, omdat ze hun jaarlijks bad namen in mei, en dus in juni nog redelijk fris roken. Tegen die tijd begon men echter toch al lichtelijk te stinken, en dus droeg de bruid een boeketje bloemen om haar lichaamsgeur te verbergen. Daar komt dus het gebruik van dat ook vandaag nog de bruid een bruidsboeket draagt.





Hoe vaak?

Het lijkt vrij simpel: dagelijks douchen houdt je schoon en fris. Toch zijn dermatologen het er niet met elkaar over eens hoe vaak je nou eigenlijk écht zou moeten douchen.

Wat betreft onze gezondheid willen we een hoop weten. Keiharde cijfers het liefst: hoe vaak moet je je bed verschonen? Hoeveel seks moet ik hebben? Lastige vragen om een antwoord op te geven, maar zeker het onderzoeken waard. Hoevaak moet ik douchen?

Helaas zijn experts het niet altijd eens over het antwoord op een bepaald vraagstuk, zo ook bij dit vraagstuk. Hoe vaak je zou moeten douchen, is niet zomaar uit te leggen. Dat verschilt namelijk per persoon. In principe douchen we om zweet, vuil, stank en dode huidcellen van ons lichaam te boenen. Al die dingen hebben te maken met hoe vet je huid is, hoeveel je zweet en of snel een luchtje achterlaat of niet. Ook jouw omgeving (het klimaat) en je inspanningen (sport je veel?) hebben hier een grote invloed op.



Hoewel de meeste experts geen eenduidig antwoord op de vraag hebben, zijn de meeste dermatologen het erover eens dat elke dag douchen, heus niet voor iedereen nodig is. Het idee dat je elke 24 uur zou moeten douchen om hygiënisch te zijn is eerder een sociale norm dan biologische logica. Sterker nog: waarschijnlijk douchen we een stuk vaker (en langer) dan we nodig hebben. De meeste mensen hoeven maar een paar keer per week te douchen.

Volgens de dermatologen moet je de gedachten dat je iedere dag moet douchen dus maar snel uit je hoofd zetten want een keer of twee is meer dan genoeg voor een gemiddeld persoon. De voornaamste dingen waarnaar je wilt kijken als je wilt weten hoevaak je nou écht moet douchen, zijn je lifestyle, hoe snel je huid vettig wordt, hoeveel je zweet en hoe je ruikt. Best simpel dus.





Zweten is gezond! Maar zweet kan ook stinken. Zo kun je zonder schaamte naast iemand zitten.

Zweet stinkt pas als het in aanraking komt met bacteriën. Als bacteriën groeien door warmte en vocht, maken ze vieze geuren aan. Je kunt vaak wel iets doen aan de oorzaken van (overmatig) zweten! Hier staan er zes voor je op een rijtje.

Stressvolle situaties
Best logisch: in stressvolle situaties ga je meer zweten. Wat gebeurt er dan in je lichaam? Door angst en stress gaat onder andere je hart sneller kloppen en vernauwen je bloedvaten. Hierdoor stijgt je lichaamstemperatuur. Je lichaamsthermometer signaleert dit en zorgt ervoor dat je gaat zweten om de temperatuur weer op normaal niveau te krijgen. Angstzweet kun je trouwens ook écht ruiken. Bij angstzweet wordt je zweet namelijk vermengd met adrenaline en andere stoffen die je alleen op dat moment kunt ruiken.

Hoe te voorkomen: Het is een natuurlijke reactie, dus écht voorkomen kun je het niet. Je kunt wel zoveel mogelijk proberen om stressvolle situaties te vermijden.

Verkeerde kleding
Vast herkenbaar: in dat ene t-shirt zweet je áltijd. Waarschijnlijk is het gemaakt van synthetische materialen. Die ademen niet goed en zorgen er zo voor dat je sneller gaat zweten. Ook blijft het langer hangen in de stof.

Hoe te voorkomen: Draag zoveel mogelijk katoen – linnen is ook goed – en zo min mogelijk synthetische materialen. Draag ook losse, luchtige kleding en trek elke dag schone kleren aan. En wat veel mensen vergeten: koop ook sokken van katoen.

Verkeerde deodorant
Deodorant, de keuze is reuze. Maar niet elke deodorant werkt voor iedereen even goed. De één zweert bij een roller, terwijl de ander liever een spuitbus gebruikt. En zweet je echt heel veel, dan is een deodorant niet voldoende. Die gaat namelijk het zweten niet tegen.

Hoe te voorkomen: Uitproberen! Heb je een gevoelige huid, let dan op de ingrediëntenlijst en ga voor een zo natuurlijk mogelijke deodorant. Vooral producten met meer dan 15 procent aluminiumzout en producten waarin alcohol is verwerkt, zorgen voor irritatie. Last van overmatige transpiratie, dan kan een antiperspirant goed werken.

Gebruik van medicijnen
Sommige medicijnen bevatten stoffen die ervoor zorgen dat je ‘s nachts gaat zweten, zoals de pil, paracetamol en antidepressiva.

Hoe te voorkomen: Je kunt niet ineens stoppen met het gebruiken van medicijnen als je deze echt nodig hebt. Heb je wel het idee dat dit de oorzaak is en heb je er last van, dan kun je advies vragen aan je huisarts. Bij sommige medicijnen, zoals de pil zijn er alternatieven mogelijk.

Verkeerde voeding
Een lekker fruitsapje, fris ijsje of chocolade. We houden van zoet. Maar door alle suikers krijg je een overdosis. Om alles af te voeren, wordt je hele lichaam ingezet. Zo ook je zweetklieren.

Hoe te voorkomen: Eet en drink niet te veel zoetigheid. Water met munt en citroen is ook erg lekker! Eet verder afwisselend, genoeg groenten, fruit en drink veel.

Eiwitverbranding
Door lichamelijke omstandigheden kan een tekort aan vet of glucoseverbranding ontstaan. Hierdoor kan je lichaam overgaan naar een andere energiebron, zoals eiwitten. Door de verbranding van eiwitten ontstaat echter een bijproduct… ammoniak! De geur is vergelijkbaar met urine of kattenpis.

Hoe te voorkomen: Het kan iets tijdelijks zijn, maar komt ook vaker voor bij bepaalde ziekten. Denk aan diabetes, hypoglykemie, ijzertekort. Houdt het langer aan, dan wordt aangeraden om langs de huisarts te gaan.

RAADSELS



1. Overmorgen is het de derde dag na woensdag. Welke dag was het eergisteren?

2. De armen hebben het, de rijken hebben het nodig, maar als je het eet, dan ga je dood. Wat is het?

3. Jules en Vincent zijn broers. “We zijn geboren binnen hetzelfde uur”, zegt Jules, “op dezelfde dag van hetzelfde jaar.” “Maar”, zegt Vincent, “we zijn geen tweeling!” Hoe kan dit?

4. Er rijdt een schoolbus van Veldhoven naar Roosendaal. In de bus zitten 4 kinderen. Elk kind heeft 4 rugzakken bij zich. In elke rugzak zitten 4 honden. Elke hond heeft 4 puppy’s bij zich. Al deze honden hebben 4 poten, met 4 tenen aan elke poot. Wat is het totaal aantal tenen in de bus?

5. Wat kun je in je linkerhand houden, maar niet in je rechterhand?

6. Jantje zegt: “Ik ga naar de verjaardag van de enige zoon van de man van mijn tantes enige broer”. Naar welke verjaardag gaat Jantje?

7. Op een familie reünie zijn de volgende mensen: 1 opa, 1 oma, 2 vaders, 2 moeders, 4 kinderen, 3 kleinkinderen, 1 broer, 2 zussen, 2 zonen, 2 dochters, 1 schoonvader, 1 schoonmoeder, 1 schoondochter

Er zijn niet zo veel mensen bij de reünie als dat het lijkt, hoeveel mensen zijn er en wie zijn het?

antwoorden vorige maand



1. Toetsenbord
2. Sneeuwvlok
3. Wekker
4. Vuur
5. Letter M
6. Boom
7. Woorden
8. Onjuist
9. Horizon

soms zit het mee & soms zit het tegen

Inderdaad, soms zit het mee maar het kan ook vaak tegen zitten. Als je denkt dat alles tegenzit zit, denk dan nog een keer!

drie simpele regels in het leven:

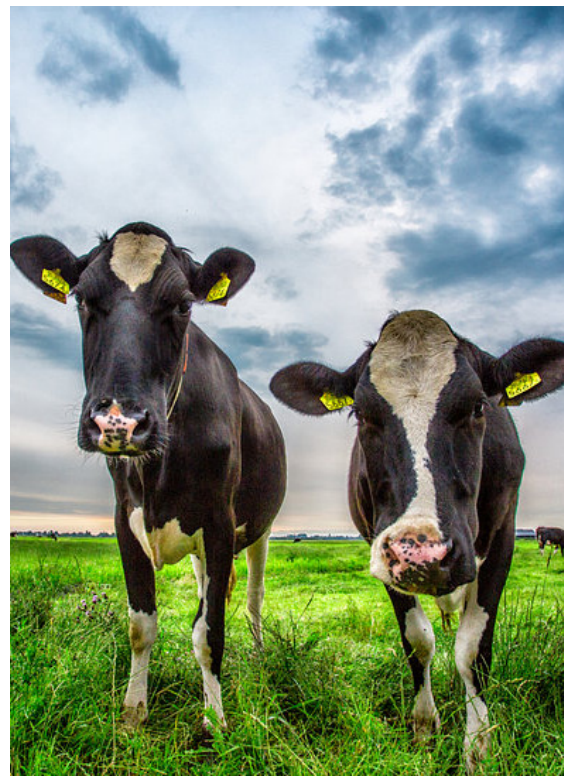
1. Als je niet nastreeft wat je wil hebben, dan zul je het nooit krijgen.

2. Als je nooit iets vraagt, zal het antwoord altijd nee zijn.

3. Als je niet naar voren stapt, zul je altijd op dezelfde plek blijven staan.

Een trekvogeltje vliegt ‘s winters in de ijzige wind en stort bevroren ten aarde....
... een koe die in het weiland loopt, laat zijn stront op haar vallen.....
... door de warmte ontdooit ze en begint van puur geluk weer te fluiten...
... een kat hoort dat en haalt haar uit de stront en vreet haar op.....

Moraal van dit verhaal:
... niet iedereen die op je schijt is je vijand
... niet iedereen die je uit de stront haalt is je vriend
... als het je een keer meezit, hou dan je mond dicht...



serieus.es

Heeft u de editie van serieus gelezen toen u op vakantie was in het (meestal) zonnige Spanje en wilt u de volgende edities ook lezen?

Dat kan! U kunt de krant online lezen op onze website: www.serieus.es

Wilt u de krant thuis ontvangen?
Ook dit is mogelijk!

Hiervoor kunt u ook terecht op onze website.

Natuurlijk kunt u ook een mailtje sturen naar info@serieus.es


¿SERIEUS!?
&
SERIEUS
MEDIA
KRANTEN UITGEVERIJ
ONTWERP EN DESIGN
DRUKKERIJ
!?
menukaarten
placemats
naamkaartjes
huisstijl
special gifts
Serieus alles wat bedrukbaar is

Het tegeltje van de maand



De Dorpsgek

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

Kan het nog gekker?

Vorige keer hebben jullie kunnen lezen wat een bizarre ervaring ik had bij Happy (020) Days. Maar wat ik deze maand heb meegemaakt overtreft alles. Met enige regelmaat breng ik een bezoekje aan The Sunset Inn, leuke engelse pub aan de boulevard bij Lounge 17 en de Caribbean Beachclub. De uitbaters zijn Ward uit Bristol en Hilde uit Rotterdam. Op enig moment vraagt één van de barmeisjes aan Ward of hij morgen twee doosjes mondkapjes mee kan nemen als hij boodschappen gaat doen bij de Mercadona. Een paar dagen later val ik wederom binnen voor een drankje, wat ik te horen kreeg overtrof m´n wildste fantasie. De doosjes mondkapjes bleken inlegkruisjes van Always te zijn, met vleugels, sorry Max, geen Redd Bull. Afsluitend, Nick is trouwens één van de beste engelse chefs van de costa. Dus ja, het kan nog gekker, veel gekker zelfs.

De Dorpsgek.





FOTO MOMENTJES

























Zelf een leuke foto die je graag in de krant wilt plaatsen? Mail deze dan naar: info@serieus.es

FOTO MOMENTJES



Zelf een leuke foto die je graag in de krant wilt plaatsen? Mail deze dan naar: info@serieus.es

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 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 mail met een foto en wat informatie over jezelf naar: werk@het-trefpunt.com

APPARTEMENTENVERHUUR

SONRISA

www.appartementsonrisa.com

Wilt u zelf iets aanbieden of verkopen?

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 Torox-Costa, naast het voetbalstadion-feria terrein.
Dinsdag:
Fuengirola, feria terrein nabij los Boliches.
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 Aquapark El Calvario.
Vrijdag:
Arroyo de la Miel
Zaterdag:
La Cala de Mijas
Fuengirola (rommelmarkt)
Parque Dona Sofia (vlooienmarkt)
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, Torremolinos
M123 Churriana, Torremolinos, Benalmádena Costa, Plaza Mayor, Ikea.
L1 Gaat naar de markt in Torremolinos.

Door de ogen van een sportfanaat

Málaga CF

Het Spaanse voetbal en dan met name de Primera División (hierna te noemen “La Liga”) staat nog altijd bekend als de beste voetbalcompetitie ter wereld, puur voetbaltechnisch gezien. Dat Europees gezien de laatste jaren met name de Engelse clubs de boventoon voeren in de Champions League doet daar niets aan af. Dat is puur een geldkwestie.
In de volksmond wordt deze competitie ook wel “La Liga Santander” genoemd, wat weer te maken heeft met sponsorrechten.

Twintig clubs nemen deel aan de competitie, waarbij de onderste 3 degraderen aan het eind van het seizoen en worden vervangen door de nummers 1, 2 en een door play-offs te bepalen team van de Segunda División. Het tweede niveau in Spanje is nog altijd vele malen beter dan de Nederlandse competitie. Ook veel harder! De wedstrijden baren opzien door bikkelharde overtredingen, waarbij er vaak meer rode kaarten dan doelpunten vallen. In totaal hebben 62 clubs ooit deelgenomen aan La Liga, waarvan 9 de landstitel hebben behaald. De afgelopen 70 jaar zijn met name Real Madrid en Barcelona kampioen geworden van La Liga. Het was daarom extra mooi om te zien dat Atletico Madrid zich de kampioen van Spanje mocht noemen in het seizoen 2020/2021.

Een voetbalbolwerk met een fanatieke aanhang en een minstens zo gekke trainer, Diego Simeone. Als speler ging Diego door muren en ook als trainer kent de beste man weinig rust langs de kant.

Siert de Vos
&
Málaga

El Sierd (Sierd de Vos, commentator van beroep) is al jaren supporter van deze prachtige club en zelfs Socio Abonado (lid en seizoenkaarthouder). Dit wordt El Sierd niet altijd in dank afgenomen, maar geef hem eens ongelijk. Voetbal is emotie en iedereen heeft ongetwijfeld een voorkeur voor een voetbalclub.

Boven het dorp Carihuela wordt ook gevoetbald in een aardig stadion, Estadio La Rosaleda, dat plaats biedt aan ruim 30.000 toeschouwers. We spreken hier over Málaga Club de Fútbol, kortgezegd Málaga CF. De club kent haar oorsprong uit het jaar 1904, maar is in feite vrij recentelijk tot stand gekomen onder de naam Málaga CF. In 1994 ontstond zij namelijk uit een fusie tussen 2 clubs.

Málaga CF. sinds 1904

Via allerlei lagere divisies klom de club in 1999 voor het eerst op tot in La Liga. In 2002 plaatste Málaga CF zich voor het eerst in haar geschiedenis voor de UEFA Cup. Vervolgens degradeerde Málaga CF vier jaar later weer naar de Segunda División. In het seizoen 2008/2009 promoveerde Málaga CF wederom naar La Liga en op dat moment (juni 2010) besloot een sjeik uit Qatar om de club over te nemen. Binnen een half jaar bestond het elftal niet meer uit middelmatige voetballers, maar speelden er namen als Julio Baptista, Martin Demichelis, Sergio Asenjo en José Rondon.

Geen kleine namen in die tijd en allemaal international voor hun land. De zomer daarop werd het grote talent Isco overgenomen van Valencia. Isco speelt momenteel bij Real Madrid en is geboren in Benalmádena. Dat hij op jonge leeftijd furore maakte bij Málaga CF is niet vreemd. Isco voelde zich thuis en werd voor een aardig bedrag aan Real Madrid verkocht. Niet veel later voegden spelers als Ruud van Nistelrooij en Joris Mathijsen zich bij de club.

van 4e naar 14e in eindklassering

Met een 4e en 6e plek als eindklassering in La Liga ging het in die periode zeer goed met deze club dat bulkte van ambitie. Men sprak zelfs over een nieuw stadion dat plaats moest bieden aan ruim 65.000 toeschouwers. In het seizoen 2012/2013 werd Champions League voetbal gespeeld, waarbij het reikte tot de kwartfinale. Daar bleek Borussia Dortmund een sta in de weg, wat bekend stond als een dramatische uitschakeling.

Na een aantal magere jaren waar Málaga CF veelal geen rol van betekenis speelde (o.a. door opgelegde straffen ivm het niet voldoen aan het Financial Fair Play beginsel) en zich begaf in de middenmoot, viel het doek in het seizoen 2017/2018. Sindsdien doet zij er alles aan om weer terug te keren op het hoogste niveau. Dit gaat niet makkelijk, met als resultaat een 14e en 12e eindklassering in de afgelopen 2 seizoenen.

Ook in het huidige seizoen zal Málaga CF het zwaar krijgen en vooralsnog speelt zij wederom in de middenmoot. Grote spelers halen met een zak geld biedt niet altijd succes voor de toekomst en daarmee de lange termijn. Málaga CF heeft er even aan mogen ruiken, maar zal het nu echt over een andere boeg moeten gooien. Met clubs als Gijon, Almería, Eibar en Valladolid is het ook geen realistische gedachte bij de eerste drie te eindigen.

Er is met name goede doorstroom vanuit de jeugd noodzakelijk. Op het veld staan veelal spelers met een marktwaarde van enkele tonnen, een schijntje op dit niveau. De komende jaren zal Málaga CF moeten uitkijken dat het niet nog een niveau afdaalt. Wanneer dat gebeurt zie ik het niet meer goedkomen.



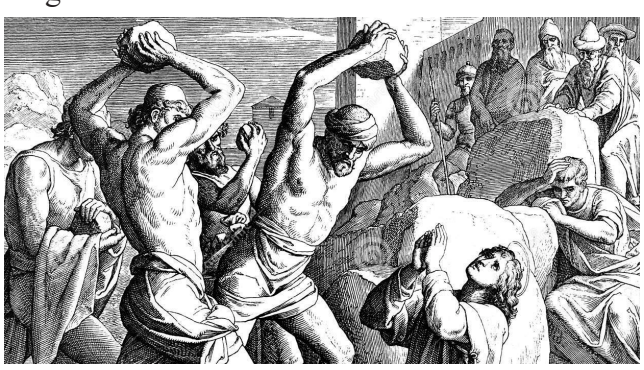
Dood of straf

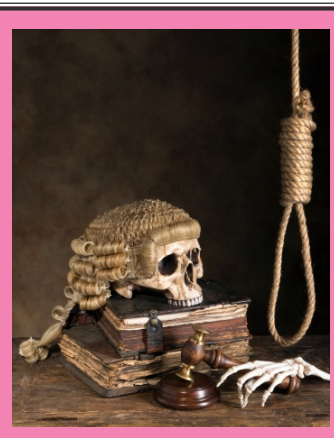
De oud-Hebreeuwse wetgeving schreef de doodstraf voor bij moord en bepaalde religieuze en seksuele misdrijven. Bij de Grieken waren moord, verraad en heiligschennis halsmisdrijven. In de republikeinse Romeinse tijd werd de doodstraf vooral opgelegd voor militaire misdrijven; later werd het aantal halsmisdrijven sterk uitgebreid. In de 13e eeuw kon de doodstraf worden opgelegd voor een groot aantal misdrijven. Geestelijken kregen in de regel lichtere straffen.

Historische methoden van doodstraf waren onder meer steniging (Mesopotamië en Hebreeuws recht), zoals nu nog in sommige islamitische gemeenschappen gebeurt. Bij de Grieken mocht een vrije burger vergif nemen, maar slaven werden doodgeslagen. In het Romeinse recht waren de methoden onder meer: van een rots werpen, wurging, voor de wilde dieren gooien, kruisiging. Ophanging en onthoofding waren de gebruikelijke methoden in de middeleeuwen en vroegmoderne tijd. Ketters en heksen werden op de brandstapel verbrand.

onthoofding
wurging
stenigen
vergif

Ook het breken van het lichaam op een houten wiel en langzame wurging werden gebruikt. Frankrijk voerde tijdens de Franse Revolutie de guillotine (valbijl) in. Spanje kende tot 1974 terechtstelling door middel van de wurgpaal. In de VS zijn nu de wettelijk mogelijke middelen van executie: fusilleren, elektrocutie in de elektrische stoel, vergassing in de gaskamer of een dodelijke injectie. De laatste jaren wordt alleen die laatste vorm nog gebruikt. Veelgebruikte methoden in het Midden-Oosten zijn ophanging en onthoofding.





43%
van de Nederlanders voor de DOODSTRAF

Bijna alle voorstanders van de doodstraf (97 procent) vinden dat de dader van een terroristische aanslag met zijn leven zou moeten betalen voor zijn daad.

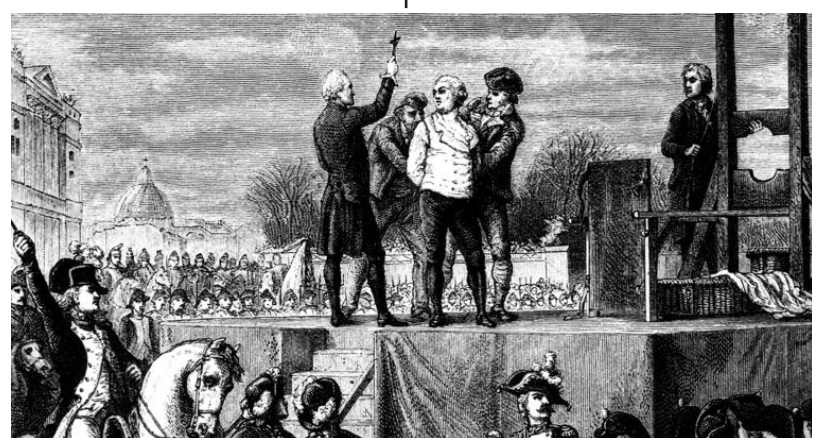
Negentig procent van de voorstanders vindt dat de doodstraf ook zou moeten gelden voor plegers van moord met voorbedachte rade, 87 procent voor moord na verkrachting, en 22 procent voor ontvoering met het doel losgeld los te krijgen.



Garotte, schandstok, is een instrument voor de voltrekking van de doodstraf, waarbij de veroordeelde aan een paal vastgebonden wordt. Het Nederlandse equivalent is de wurgpaal.

Doodstraf in Nederland

De doodstraf is in Nederland voor het laatst uitgevoerd op 21 maart 1952. Die dag stonden er twee oorlogsmisdadigers tegenover het vuurpeloton: de Duitser Wilhelm Artur Albrecht en de Nederlander Andries Pieters. Ze waren de laatsten van de 39 oorlogsmisdadigers (38 mannen en één vrouw) die na de Tweede Wereldoorlog door de staat zijn geëxecuteerd. De doodstraf was al in 1870 afgeschaft, maar werd in 1945 opnieuw ingevoerd voor de bestrafffing van oorlogsmisdadigers. Tijdens de bezetting had de regering in ballingschap besloten dat er na de bevrijding speciale maatregelen moesten komen voor de bestraffing van oorlogsmisdadigers en collaborateurs. Er kwam een Bijzondere Rechtspraak én er kwam een bijzondere straf voor de allerzwaarste oorlogsmisdadigers: de doodstraf.



Doodstraf in Spanje

De doodstraf was gebruikelijk in het Spaanse koninkrijk, en gebruikte veelal de methode onthoofding, vooral voor de mensen van Adel. De straf werd afgeschaft door deTweede Spaanse Republiek in 1932, maar twee jaar later hersteld te midden van sociale en politieke onrust voor een paar grote misdrijven, met uitzondering van moord.
Uitgave van Le Progres met de executies van anarchisten in Xeres in 1892 met behulp van de garrote.

De doodstraf in het Franco-Spaanse Spanje werd volledig hersteld bij decreet in 1938. Van 1940 tot 1975 zouden 165 gerechtelijke executies hebben plaatsgevonden, hoewel de exacte cijfers uit de jaren na de Spaanse Burgeroorlog vaag zijn.

Naarmate het regime van Franco werd geconsolideerd, werd de doodstraf schaarser; tussen 1950 en 1959 werden ongeveer 58 Spanjaarden (waaronder twee vrouwen) geëxecuteerd door garrote en negen door een vuurpeloton. In de jaren zestig daalde het totale aantal executies tot zes; twee in 1960, twee in 1963 en twee in 1966.

Na de dood van Franco in 1975 werd de doodstraf snel afgeschaft. De laatste executies vonden plaats op 27 september 1975, toen vijf personen werden doodgeschoten voor terroristische moord. In 1978 schafte Spanje de doodstraf formeel af, middels artikel 15 van de Spaanse grondwet.

Column van Peter Klomp

Op het moment dat ik dit schrijf is het Prinsjesdag. Wat een domme naam eigenlijk voor een dag waarop in de regel allerlei ellende over de bevolking wordt uitgestort.

Ellende van een demissionair kabinet van een stel bewindslieden die van de prins geen kwaad weten. Intussen hebben ze wel zowat alles wat ze verkeerd kunnen doen ook daadwerkelijk gedaan.

De Groningers zitten nog steeds bibberend in hun scheve huizen te wachten op de toegezegde maatregelen, de slachtoffers in de toeslagen affaire zijn ook nog lang niet allemaal gecompenseerd, over de coronamaatregelen zal ik maar niet beginnen want dan kom ik ruimte tekort.

Ze krijgen het niet voor elkaar het woningtekort op te lossen. De asielzoekersstroom is schier oneindig. Evacuatie uit Afghanistan die noodzakelijk was brengen ze niet tot een goed einde.

De ene na de andere bewindspersoon stapt over naar het bedrijfsleven om de opgedane kennis en ervaring om te zetten in een goudgerand baantje. De rest stapt regelmatig op omdat ze wegens incompetentie weggestemd worden. Kortom, een bananenrepubliek staat er beter voor dan Holland.

Onze koning neemt vandaag weer plaats op z'n troon om ons een spiegel voor te houden en de les te lezen terwijl hij zelf met z'n ganse familie alle regels aan de laars lapt. Geef mij maar Torremolinos.

Zo zat ik pas op het terras bij zo'n zaak waar je een lurkpijp kan bestellen. Het was nogal druk en een Hollandse knul kwam naast ons zitten en vroeg of wij geen bezwaar hadden dat hij aan zo'n pijp zou gaan lurken. Maakt ons niet uit, ga je gang maar gozer. Aaron bleek hij te heten, zijn vriendin had hij met een smoes naar het hotel gedirigeerd zodat hij even alleen kon zijn.

Hij werkt in een magazijn en zijn ultieme toekomstdoel was het om vrachtwagenchauffeur te worden zodat ie lekker in z'n eentje door Europa kan scheuren.



Dat zal hem vast wel lukken. Overigens bleek die lurkpijp toch een stinkding te zijn zeg, niet normaal, en dat voor € 25,-. We hebben maar snel de kuierlatten genomen en Aaron zielsgelukkig en alleen achtergelaten.

Inmiddels is de feestmaand volop aan de gang en de ene na te andere artiest blèrt de longen uit z'n lijf in de plaatselijke etablissementen. Het is niet normaal druk en dat is goed voor de horecaondernemers en de winkeliers want die hebben het afgelopen anderhalf jaar nogal wat klappen op moeten vangen. Ik hoop dat er de komende maanden ook weer voldoende overwinteraars komen zodat ons Torremolinos weer vanouds gezellig de winter doorkomt. Ik ga er vanmiddag vast een pintje nemen op wat komen gaat. Die Prins pils zal na het uithakkelen van die troonrede zich ook wel weer vol laten lopen.

Peter Klomp.

Een eetcafé in het straatje achter de boulevard in La Carihuela waar Spanje en Nederland culinair samenkomen.

Sensaciones
GASTROBAR
LACARIHUELA

Wij zitten tussen Bar America en Casa Juan

Facebook: Sensaciones La Carihuela

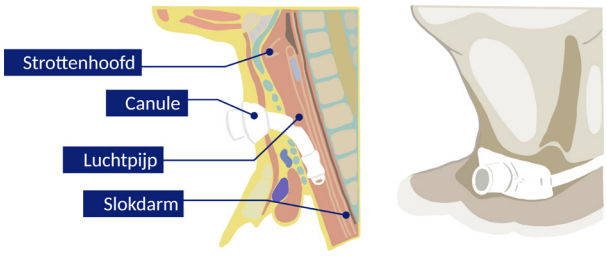


Bianca Poeste vertelt over:

TRACHEACANULE

Superhelden bestaan wel degelijk alleen deze vliegen niet…

Iedereen heeft wel eens een film gezien waarin dat er iemand in ademnood komt, en die knappe held dan een pennenhuls door het slachtoffer zijn keel duwt zodat hij weer kan ademen. Superhelden bestaan niet echt maar toch ook weer wel. Een klein beetje dan, zoals een KNO arts. Hij heeft bij Tom dan wel geen pennenhuls naar binnen moeten drukken maar wel operatief een tracheacanule geplaatst.



Canule in de luchtpijp

Canule buitenzijde

Wat is dit dan precies, een tracheacanule? Het is eigenlijk niks meer of minder dan een heel dun buisje in je keel om door te ademen. Deze tracheacanule zit vast met een bandje welke elke dag verschoond moet worden. Er zit een gaasje onder om de huid te beschermen, welke ook dagelijks en soms vaker verschoond moet worden.

Op een tracheacanule doen we een spreekdop waarmee je kunt praten of een filter die ervoor zorgt voor het bevochtigen, verwarmen en filteren zoals onze neus doet En we hebben een dopje dat de tracheacanule volledig afsluit. Als je hem volledig afsluit wordt er gewoon door neus en mond geademd zoals wij. Tom kan op dit moment met afgesloten tracheacanule al trekt hij hem er met regelmaat af. Als hij de kans zou krijgen zou hij ook de tracheacanule eruit trekken, kleine boef!



Waarom een tracheacanule?

Er zijn verschillende redenen waarom iemand in aanmerking komt voor een tracheacanule, zoals spierziekte, kanker, neurologische aandoening etc. De hoofdreden is dat er niet op een normale manier door de neus of mond kan worden geademd. Langdurige beademing is ook een reden.

Dit is bij Tom een reden geweest. Tom heeft 12 weken aan de beademing gelegen op de intensive care voordat deze operatie plaats vond. Hij had een tube in zijn neusje waar de beademingsmachine op aan was gesloten.

Doordat Tom een dwarslaesie hoog in zijn nek heeft werken niet alle ademhalingsspieren. Hij gebruikt vooral zijn middenrifspier. Ademen door een canule is makkelijker en als je niet (goed) kunt hoesten kan het sputum (een minder onsmakelijk woord voor slijm) worden uitgezogen. De tracheacanule zou er wellicht uitkunnen over een aantal jaren.



Tom aan de beademing. Nog voor de operatie van de tracheacanule

Wonen aan zee dat betekent zand en water…

Zand en water zijn uit den boze! Zand wil je niet in je luchtpijp vandaar dat een strand dag niet vanzelfsprekend is en tijdens zo'n dag ben je dan ook in opperste staat van paraatheid! Hetzelfde geldt voor water.

Zwemmen kan niet, douchen is een echte uitdaging. Stel je voor dat er water in de tracheacanule terecht komt! Het water loopt rechtstreeks de longen in. Dus je verdrinkt als het ware, brrr doodeng!



Tom aan de beademing op het strand.

In geval van nood

Er moet 24/7 iemand in de buurt zijn die alles weet van canulezorg. Er moet in geval van nood adequaat gehandeld kunnen worden. Tom moet regelmatige worden uitgezogen omdat sputum zijn canule kan verstoppen en hoestbuien kan veroorzaken.

Een calamiteit is bijvoorbeeld dat de canule verstopt zit waardoor er geen lucht meer doorheen komt of dat de canule er volledig uit is. De canule moet dan zo snel mogelijk terug geplaatst worden.

Hier in Spanje hebben we geen thuishulp of een opvang voor kindjes met een tracheacanule. Dat betekent dat ik 24/7 zorg draag voor Tom. Voor het uitzuigen van de canule hebben we een uitzuigapparaat met bijbehorende uitzuig rietjes. Het uitzuigen doet geen pijn maar kan soms ongemakkelijk zijn.



“Ikzelf heb een haat/liefde verhouding met de tracheacanule van Tom. Aan de ene kant beperkt de canule, mij in het dagelijks leven, dus ik haat het dat hij die ellendige canule heeft. Maar aan de andere kant, Tom zou zonder de canule niet kunnen leven, dus fijn dat hij hem heeft.”



Niet zielig

We worden veel nagekeken op straat. Ik kan me er voor afsluiten en stoor mij er niet meer altijd aan. Ik weet dat Tom anders is dan een gezond kindje. En we zien niet alle dagen iemand met een tracheacanule.
Vaak hoor ik ook, ach wat zielig! Maar Tom is niet zielig!

Het is een kleine superheld, een vechter, een doorzetter en een ontzettend blij ei.
Ja hij is beperkt en ja natuurlijk had ik het graag anders gehad. Iedereen wil een gezond kind en het beste voor zijn/haar kind. Maar het is wat het is en we maken er het best van.

We blijven positief en hoop houden! Hij is al van zover gekomen. Ja ik ben heel moe en heb mindere dagen maar zijn fantastische lach maakt je dag weer goed en dan gaan we er samen weer voor!



Tom met zijn spreekdop.



Tom met een afgesloten canule.



El Mico

Marinus en Piotr, de eigenaren van El Mico Bar in La Carihuela.
Marinus is geboren in Nederland en Piotr in Polen, woonde voordat ze naar Spanje verhuisde voor 17 jaar in England. Waar Piotr als verzorger werkte in goede doelen verzorgings thuis voor blinde en slechtziende oudere oorlogs veteranen. Marinus werkte voor een amerikaans wereldwijd gevestigd bedrijf in verschillende manager, coatching en mentor functies.

In Februari 2019 namen ze de bar The Albert in La Carihuela over, met de hoop te openen in April 2019. Helaas door de Covid moest dit uitgesteld worden maar uiteindelijk na een nodige" MAKE OVER " van de bar konden ze eindelijk in Augustus 2020 de EL MICO BAR openen.

Een veel gestelde vraag van mensen is wat de naam EL MICO betekent en waarom de keuze van de naam. Het is niet echt makelijk om een naam te bedenken voor je nieuw bedrijfje, maar wat ze wilden dat het een vier letter naam moest zijn omdat mensen dat makkelijker kunnen onthouden. Verder moest het een beetje spaans klinken en ook nog passen bij de bar.

Mico is een klein apen soort en aangezien de bar nu niet echt groot is vonden ze dit een leuke speelse naam.

Wees jezelf & geniet van het leven





Daar zij in een zijstraatje (Calle Jaen 2, Locale 13) van de boulevard gevestigd zijn naast het zo bekende Stam Café en bij het Riu Nautilus Hotel vonden ze dat zichbaarheid vanaf de boulevard erg belangrijk is en hebben gekozen voor een helder kleur voor de borden zodat de bar goed opvalt.

Deze kleur komt uiteraard terug op sociaal media, zoals Facebook en Instagram zodat men weet dat het om de El Mico bar gaat.

Het motto is wees je zelf en geniet van het leven! Marinus en Piotr hebben geen bepaalde doelgroep als gast, en het is waarschijnlijk heel onnodig te zeggen, maar het maakt hun niet uit wat iemand zijn nationaliteit, cultuur, godsdienst, geslacht, seksuele geaardheid ect is.

De gasten zijn van verschillende nationaliteiten, leeftijden en het is een leuke mix van mensen die hier wonen en van vakantiegangers. Wij staan voor alle mensen die een leuke en gezellige tijd willen hebben.

Ze proberen zoveel mogelijk met iedere gast een praatje te maken. Wat iets moeilijker is tijdens de Karaoke vrijdag avonden, de Cabaret Drag Show Spice zondagen en sommige andere entertaining events vanwege de drukte.

Onlangs gaf een klant een papiertje aan ze, waarop zij hadden opgeschreven; " je komt als vreemde, maar gaat weg als vrienden" Dat deed Marinus en Piotr toch wel wat. Want daar doe je het toch voor! Tevreden mensen die een geweldige herinnering hebben aan hun welverdiende vakantie!





