# ¿SERIEUS!?

## Juni 2022

## De ´ja maar´ zegger

## Tapper van de maand


Beach bar
La Cabrita
net voorbij de rots
Paseo Maritimo 11 pta 12
29620 Torremolinos


## VRAGEN PUZZEL

Hollands Café - Dutch Bar
Het Trefpunt
Strandbediening - Beach-service
Playa la Carihuela
Torremolinos

## 10 fascinerende historische foto's

## LAATKOMERS

## KAKKERLAKKEN

**¿SERIEUS!?** Een maandelijkse gratis krant die verspreid wordt in Torremolinos en omgeving. Hierin kunt u columns lezen van onze vaste columnisten. Laten wij weten wat voor nieuws er is te melden uit de regio en leest u diverse artikelen over de meest uiteenlopende onderwerpen. Deze krant heet niet voor niks serieus, er gebeuren zat belangrijke dingen in de wereld qua nieuws, maar wij houden het toch graag wat luchtig en hopen dat mensen het krantje met een glimlach zullen lezen, sommige artikelen moet u ook zien met een knipoog ;-)

Heeft u zelf iets leuks dat u graag in de krant geplaatst ziet? Dat kan. U kunt met ons contact opnemen via de mail. Op onze website staan alle edities die uitgegeven zijn zodat u deze allemaal digitaal terug kunt vinden en lezen.

Wilt u de krant in Nederland, België thuis bezorgd krijgen, of elders? Geen probleem! Stuur ons dan even een mailtje of kijk voor meer informatie even op de website. Heeft u vragen, suggesties of interesse om een advertentie te plaatsen, stuur ons dan een mailtje.

**Wij wensen u veel leesplezier!**

Website: www.serieus.es
E-mail: info@serieus.es
Social media: Serieus Carihuela.

*Alle columnisten zijn vrij om te schrijven wat zij willen. Aan deze ingezonden artikelen wordt door ons niets veranderd. Dit geldt ook voor de ingezonden stukken. Wij zijn dan ook niet aansprakelijk voor deze columns en/of artikelen.*

## Deze maand in ¿SERIEUS!?

Blz. 3. Het weerbericht van juni
Blz. 4. Vragen puzzel
* Het logo
Blz. 5. De column van Peter Klomp
* Laatkomers
Blz. 8. De ja maar zegger
Blz. 9. De juni van toen en nu
Blz. 10. Tapper van de maand
Blz. 11. Tegeltje van de maand
* Derde zondag van juni
Blz. 12. Kakkerlakken
Blz. 13. Tien fascinerende foto´s
Blz. 15. Lekker Hollands
Blz. 16. Foto momentjes
Blz. 18. In de koelkast of toch niet
Blz. 19. Nuttige informatie

# WAAR KOMT JUNI VANDAAN

**Juni is genoemd naar de Romeinse godin Juno, de vrouw van Jupiter. De Romeinse naam voor deze maand was Junius. De oude Nederlandse naam is zomermaand of weidemaand.**

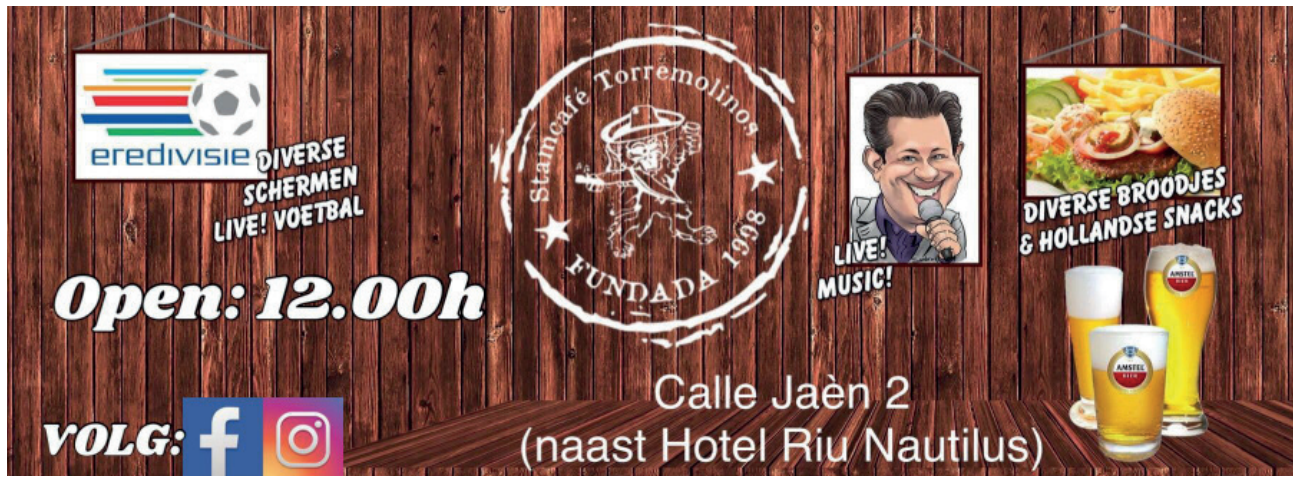
***godin Juno***

Op het noordelijk halfrond is juni de eerste maand van de meteorologische zomer. De astronomische zomer begint rond 21 juni, dus behoort het grootste deel van de maand astronomisch gezien nog tot de lente. De gemiddelde temperatuur ligt in juni doorgaans iets lager dan in de twee erop volgende zomermaanden, juli en augustus. De gemiddelde dagduur is in juni het langst van alle maanden.

Een koude periode in juni wordt Schaapscheerderskou genoemd.

Op het zuidelijk halfrond is juni de eerste maand van de meteorologische winter. De astronomische winter begint daar als op het noordelijk halfrond de zomer begint.

De sterrenbeelden van deze maand zijn Tweelingen en Kreeft.



# RECTIFICATIE

**Vorige maand in de anonieme verteller was niet het volledige verhaal te lezen.**

Nieuw fenomeen de stappenteller. Ieder zichzelf respecterende wandelaar heeft tegenwoordig een stappenteller. Gewoon een appje downloaden op je smartphone en klaar is Kees. Nog even een aantal dingen ingeven zoals je lichaamslengte en je gewicht. Toevallig zijn dat precies dezelfde waardes die je nodig hebt om je BMI uit te rekenen.

Afgelopen weekend maakten we een uitgebreide wandeling, gewapend met een stappenteller. Ik was de enige die "puur natuur" liep. Zonder smartphone en dus ook zonder stappenteller. Gewoon je voeten één voor één vooruit plaatsen en die handelingen gaan bij mij al jaren naar volle tevredenheid. Na afloop van de wandeling werden de drie "uitslagen" vergeleken. Het resultaat was bedroevend. Dat het aantal stappen varieert per deelnemer, ja, dat kan ik nog billijken. De één neemt nou eenmaal grotere passen dan de ander..Maar dat het aantal gewandelde kilometers varieerde van 6,1 tot 9,3 is niet te verklaren.

We hebben allemaal dezelfde route gelopen. Stonden de apps niet goed afgesteld? In elk geval heeft het vertrouwen in zo'n apparaatje bij mij een behoorlijke deuk opgelopen. Mijn partner is blij met 6000 stappen per wandeling. Zo heeft hij dat ingesteld. Na afloop van een wandeling is de smartphone-app soms ontevreden "Helaas slechts 83% van het streeftotaal" of juist zeer tevreden "U heeft vandaag 127% behaald!!"

Ik heb een paar keer, na een wandeling van hem, mijn rekenmachientje tevoorschijn gehaald en de afstand gedeeld door het aantal stappen. Een verrassend resultaat. Mijn partner neemt stappen van 71 centimeter. Best wel groot.

Ik heb thuis twee lineaaltjes, ééntje van 40 cm en ééntje van 30 cm achter elkaar gelegd en dan is de stapgrootte indrukwekkend te noemen.

Klein Duimpje haalde in het gelijknamige sprookje nog betere resultaten toen hij de zevenmijlslaarzen van de reus had aangetrokken. Ze zaten een beetje ruim, maar vooruit... De afstand per stap was 7 landmijlen, omgerekend 11,2 kilometer!!! Met die stappen van ruim 70 centimeter heeft mijn partner nog geen zevenmijlslaarzen, maar toch wel de beschikking over zevendecimeterschoenen.

Een ander fenomeen. Om de moed erin te houden kun je instellen dat de smartphone bijvoorbeeld na elke 2 kilometer een opwekkend melodietje laat horen. Of een opbeurend zinnetje. Zoiets als "Ga zo voort" of "Goed gedaan jochie".

Als je tevoren op je smartphone aangeeft dat je van het vrouwelijk geslacht bent dan past het compliment zich moeiteloos aan: "Goed gedaan meissie". Wat zijn die apps toch ongelooflijk slim. Tijdens onze wandeling leek het net of één van de smartphones compleet van slag was.

Elke 1000 stappen klonk er een luidruchtig "Hoera". Wat bleek? Het was die dag nationale complimentendag en dan is de gemiddelde stappenteller nog scheutiger met complimentjes dan anders.

Ik wens U fijn wandel plezier !!

# WEERBERICHT

**Woensdag 1 juni**
**Zonnig 32° / 20°**

**Donderdag 2 juni**
**Zonnig 29° / 21°**

**Vrijdag 3 juni**
**Zonnig 24° / 19°**

**Zaterdag 4 juni**
**Gedeeltelijk bewolkt**
**25° / 20°**

**Zondag 5 juni**
**Zonnig 24° / 19°**

**Maandag 6 juni**
**Zonnig 25° / 19°**

**Dinsdag 7 juni**
**Gedeeltelijk bewolkt**
**24° / 19°**

**Woensdag 8 juni**
**Gedeeltelijk bewolkt**
**25° / 19°**

**Donderdag 9 juni**
**Gedeeltelijk bewolkt**
**25° / 19°**

**Vrijdag 10 juni**
**Gedeeltelijk bewolkt**
**26° / 20°**

**Zaterdag 11 juni**
**Gedeeltelijk bewolkt**
**25° / 19°**

**Zondag 12 juni**
**Zo nu en dan een regenbui**
**23° / 20°**

**Maandag 13 juni**
**Gedeeltelijk bewolkt**
**25° / 17°**

**Dinsdag 14 juni**
**Gedeeltelijk bewolkt**
**25° / 19°**

**Woensdag 15 juni**
**Gedeeltelijk bewolkt**
**26° / 19°**

**Donderdag 16 juni**
**Geheel bewolkt**
**26° / 20°**

**Vrijdag 17 juni**
**Zonnig**
**26° / 20°**

**Zaterdag 18 juni**
**Gedeeltelijk bewolkt**
**25° / 20°**

**Zondag 19 juni**
**Gedeeltelijk bewolkt**
**26° / 19°**

**Maandag 20 juni**
**Zonnig**
**26° / 19°**

**Dinsdag 21 juni**
**Zonnig**
**27° / 20°**

**Woensdag 22 juni**
**Zonnig**
**27° / 21°**

**Donderdag 23 juni**
**Gedeeltelijk bewolkt**
**26° / 21°**

**Vrijdag 24 juni**
**Zonnig**
**26° / 20°**

**Zaterdag 25 juni**
**Gedeeltelijk bewolkt**
**27° / 21°**

**Zondag 26 juni**
**Zonnig**
**27° / 21°**

**Maandag 27 juni**
**Gedeeltelijk bewolkt**
**28° / 22°**

**Dinsdag 28 juni**
**Gedeeltelijk bewolkt**
**30° / 23°**

**Woensdag 29 juni**
**Zonnig**
**29° / 23°**

**Donderdag 30 juni**
**Zonnig**
**29° / 22°**

***Raad de zin door de vragen correct te beantwoorden. Achter iedere vraag staat een sterretje met een cijfer. Als je het antwoord op de vraag weet gebruik je de zoveelste letter van het antwoord dat met het sterretje achter de vraag staat aangegeven. Als je alle vragen weet verschijnt de zin vanzelf. Succes!***

1. Welke stad wordt er met de oranje kleur in de Nederlandse editie van Monopoly aangeduid? *4

2. Hoeveel snaren heeft een viool? *3

3. Bij welk product hoort de slogan ‘Een stukje paradijs op aarde’? *4

4. Wat was de naam van de sheriff in de TV serie ‘The Dukes of Hazzard’? *3

5. Hoe heet het in de sneeuw uitgezette spoor bij het langlaufen? *5

6. Welke actrice speelde de rol van Juffrouw Jannie uit ‘Debiteuren Crediteuren’? *11

7. Waar staat de afkorting AA voor in de dorstlesser AA Drink? *9

8. Wat is de naam van het koffiehuis waarin veel scenes van de serie Friends zich afspelen? *2

9. Waar staan de letters TT voor in de naam van de bekende motorraces in Assen? *3

10. Welke taal spreken de mensen op Haïti? *5

11.Van welke planeet kwam het buitenaardse wezen Alf in de gelijknamige TV serie? *1

12. Het programma ‘Wedden dat’ werd vanaf 1984 gepresenteerd door Jos Brink. Wie volgde hem op in 1993? *2

13. Hoe heet het stokje waarmee een dirigent de maat aangeeft voor zijn orkest? *4

14. België heeft twee wereldkampioenen voortgebracht die beiden de naam Eddy Merckx dragen. De bekendste was een wielrenner. Welke sport werd door de andere uitgeoefend? *2

15. Uit welk land komt het pitabroodje oorspronkelijk? *11

16. Wie volgde na 11 jaar in 1990 Margaret Thatcher op als premier van Engeland? *6

17. Welke kleur heeft de vlag die bij een Formule1 wedstrijd wordt getoond om aan te geven dat er gevaar is en dat de coureurs elkaar niet mogen inhalen? *1

18. Wie speelde Brandon Walsh in “Beverly Hills 90210”? *1

19. Wat is de naam van de enige voetbalclub van de Bundesliga waarvan de naam van de stad niet in de clubnaam voorkomt? *7

20. Welke wereldberoemde saus is afkomstig van het Spaanse eiland Menorca? *8

21. Hoe heet de sport waarbij 2 spelers achtereenvolgens 1 set spelen in tafeltennis, badminton, squash en tennis? *6

22. Voor welk scheikundig element staat het symbool Cu? *5

23. Hoe heet de mat waarop judo wordt gespeeld? *2

24. Hoeveel wenkbrauwen hebben Bert en Ernie samen? *3

25. Wie maakte de illustraties in de boeken van Jip en Janneke? *11

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

# EEN ANDER IDEE ACHTER HET LOGO

Het logo van de Tour de France, dat onbetwistbaar het grootste wielerevenement is, is een eerbetoon aan de sport. Op het eerste gezicht zijn het gewoon letters in onregelmatige lettertypes die spellen wat we al weten, maar de sleutel tot het ontdekken van de verborgen boodschap is door te focussen op het woord “tour”.

Dit iconische logo werd in 2003 geïntroduceerd om het 100-jarig bestaan te herdenken. De “O” in tour staat voor het achterwiel van de fiets, terwijl de gele cirkel staat voor het voorwiel en de gele truien die de winnaars van elke etappe van de race dragen. De “R” is omgevormd zodat hij op een renner lijkt.

Gelukkige beer in de berg. De volgende keer dat je van een stukje Toblerone-chocolade geniet, kijk dan eens naar het logo. Wij kunnen ons je verbazing voorstellen wanneer je een beer ontdekt in de afbeelding van de berg op je favoriete chocoladekoekje, dat had je niet zien aankomen, nietwaar?

Het logo van de dierentuin van Pittsburgh is een verbluffend kunstwerk. In eenvoudige kleuren van wit en zwart, is dit een logo met meer dan een geheim verborgen binnenin. Op het eerste gezicht is het gewoon weer een boom met vliegende vogels aan de top. Maar kijk beter.

Heb je de leeuw en de gorilla gezien die in elkaars gezicht staren in de negatieve ruimte rond de boom? Als je dat hebt gezien, heb je dan ook de vissen gezien die uit een soort stroompje aan de wortel van de boom springen? Je kunt niet anders dan de maker lof toezwaaien.

# WAT IS DAT TOCH MET DIE LAATKOMERS

**Daar sta je dan, wachtend op je vriend, vriendin of collega, die altijd minimaal 15 minuten te laat komt. Toch doen laatkomers het niet met opzet om punctuele mensen (zoals jijzelf) te irriteren. Het is blijkbaar gewoon de aard van het beestje. De kans is daarom ook groot dat ze het nooit (maar dan ook nooit) zullen leren.**

Als je zelf iemand bent die altijd keurig op tijd is, zul je precies weten wie om je heen een beruchte laatkomer is. Stiptheid is namelijk heel belangrijk - zeker in het bedrijfsleven. Verschillende culturen hebben verschillende ideeën van tijd, maar vooral in de westerse wereld wordt te laat komen gezien als onbeschoft en onprofessioneel.

Toch moeten we eigenlijk stoppen met mensen die te laat komen af te branden. Ze zijn zeker niet lui; het zou zelfs zo kunnen zijn dat ze veel aan hun hoofd hebben.
Door multitasking verlies je namelijk alle besef van tijd. Er zijn onderzoeken die multitasking in twijfel trekken, maar vooral succesvolle mensen hebben de neiging om meerdere dingen tegelijk te doen.

Als je merkt dat je continu achterloopt op schema kan dat zijn omdat je een optimist bent. Ja, dat heb je goed gelezen. Als optimist heb je de neiging om te denken dat je meer tijd hebt dan daadwerkelijk het geval is. Best logisch, toch? Deze manier van positief denken is precies het deel van je karakter dat je succesvol maakt. Maar er is meer, optimisme laat je langer leven. Als je positief door het leven gaat, zal je hart je dankbaar zijn dat je niet zoveel stress hebt.

In de jaren 50 verdeelden onderzoekers mensen in twee groepen: type A en type B. De eerste maakt je competitief en ongeduldig, de tweede maakt je relaxed en creatief. Dus, als je vaak te laat bent, zou je tot de tweede categorie behoren. Ook hebben laatkomers een totaal ander tijdsbesef dan punctuele mensen. Om dit te achterhalen, lieten onderzoekers mensen gokken wanneer een minuut was verstreken. Mensen gedefinieerd als type A gokten gemiddeld 58 seconden, waar type B-mensen 77 seconden gokten.

Het is dus niet de schuld van de laatkomers, zij nemen de wereld gewoon anders waar dan anderen. Kortom, sla dit artikel maar op in je bladwijzers, wie weet komt het nog van pas.

# Maandelijkse *Column* van *Peter Klomp*

**De temperatuur stijgt, de rokjes worden korter en de tattoos glimmen je weer tegemoet.**

**Op het moment dat ik dit zit te rammelen is het weer bloedheet. Gisteren dik boven de 31 graden en ik had een wandeltocht met m'n wandeldinnetje gepland van Mijas Pueblo terug naar Carihuela. Het is gelukkig goed afgelopen. Eigenlijk viel het wel mee alhoewel er toch een paar geïrriteerde tenen aan m'n voeten zitten. Een beetje heuvel op en heuvel af hebben we verschrikkelijk genoten van alles wat in bloei staat, de prachtige vergezichten en de geuren van het voorjaar. Vakantiegangers zijn we niet tegengekomen, die doen denk ik dit soort uitspattingen van 18,5 kilometer te voet niet.**

**Onlangs heb ik het genoegen gehad de eerste funbingo bij La Cabrita (net om de rots) georganiseerd door Jos Torremolinos en Nancy Serieus, Serieus, ja die dus, bij te mogen wonen. Ik heb mij daar kostelijk geamuseerd, mede door de gastvrije ontvangst van de uitbaters. Ook was daar plotsklaps en look a like van Marijke Helwegen. Lipjes getuit, borstjes vooruit en strak gepunt in de blouse. Als ze lachte schoten haar oren 5 centimeter omhoog. Ze had ook nog een eega bij zich die er zo trots als een pauw naast zat te glunderen. Het waren Schotten, ik kan dit dus gelukkig zonder gevaar voor eigen leven opschrijven. Maar de funbingo dus. Dat is echt leuk en ik kan iedereen aanraden om daar binnenkort eens aan mee te doen. Dikke pret en dikke dingen te winnen ook.**

**Waar ik mij hier ook over verbaas is het gigantische aantal swingers clubs wat hier gevestigd is. Ik dacht vroeger dat het iets met muziek te maken had. Stelletjes die op de muziek van een bigband pirouettes draaien op de dansvloer. Inmiddels is mij uitgelegd dat het om stelletjes gaat die aan partnerruil doen. Geen big band maar big dicks dus en dito glijbaantjes. Ik vraag mij af wie daar nu met wie ligt te rampetampen. Loop ik op de boulevard en gaat mijn fantasie volledig op hol als ik achter een willekeurig stelletje loop, ze lopen hijgend en puffend, warm en een hellinkje gehad, en dan denk ik wanneer gaat het gebeuren, vliegen ze de trappen weer op naar de Carlota om toe te slaan en te ruilen met magere Eddie en volslanke Annie?**

**Zo kwam ik pas een maat tegen hier die echt niet groen als het gras is maar toch in een karaoke tent de mooiste van z'n leven was tegengekomen. Hij was er na een dag al helemaal klaar mee. Letterlijk en figuurlijk. Uiteindelijk was het veel geblaat en weinig wol. De leeftijd klopte niet met het spectaculaire uiterlijk en ze was slechter dan een Singer naaimachine zei hij. Ze kon niet zingen en naaien. Ja, dan blijf je met losse knopen zitten of laat er maar gauw in knoop in leggen voor het te laat is.**

**Ik sluit af met een paar quotes die ik in het rondgaan door dit pittoreske dorp heb opgevangen:**

**- Hij heeft een pens, klapt een lege fles op de bar en zegt: La Tasca, that's life!**
**- Komt een Groninger in de Nederlandse winkel en vraagt: heeft u ook koekjes om aan te likken!**
**- In het Borreluurtje: you are a broekie!**

**Ik ben voor deze ronde aan het eind van mijn latijn en ga maar een koel biertje scoren want mijn goede vader zei altijd als hij wiebelend de kroeg uit strompelde: koelen doe je van binnenuit.**

Sensaciones
GASTROBAR
LACARIHUELA
Een eetcafé
waar Spanje en Nederland
culinair samenkomen.
Wij zitten tussen Bar America en Casa Juan
Facebook: Sensaciones La Carihuela

ManD 'Online

Leuke opgemaakte manden voor iedere gelegenheid

mandonlinecarihuela@gmail.com

Bar La Tasca

Dagelijks geopend
vanaf 12:00 uur

*Calle Aladino 12*
*La Tahona rechtsaf, 25M van het strand*

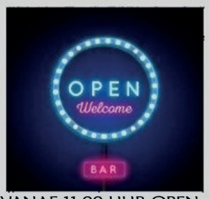
Absolute Media Worldwide S.L.

Bent u opzoek naar Nederlandse TV, camera`s in of rond uw huis of een goede glasvezel internet verbinding aan de Costa del Sol?

Dan bent u aan het juiste adres!

Al meer dan 20 jaar gespecialiseerd in ontvangst van uw televisie en uw internet.

Avenida Palma de Mallorca 76 - local 3 Torremolinos
T: 952 057 276 - Myron 622 072 080 - Maurice 629 557 095

CARIHUELA PARK
TORREMOLINOS
RESTAURANTE-BAR
ELKE WOENSDAG VRIJDAG EN ZONDAG
LIVE MUZIEK
DAGMENU
€ 8,50


DAYLY MENU
€ 8.50
VANAF 11.00 UUR OPEN
4 DAGEN PER WEEK VAN 17:00 TOT 19:00 UUR
HAPPY HOUR
NIET TIJDENS DE LIVE MUZIEK
VOLG ON/FOLLOW US
CALLE MIAMI 8 CARIHUELA

Beach bar
La Cabrita
net voorbij de rots

Paseo Maritimo 11 pta 12
29620 Torremolinos

WAYNE WARD
The Guitar Man
'Not to be missed, music from the fifties to the nineties'
FaceBook Wayne Paul Ward
655365852 Booking Information

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

**Bent u naar iets op zoek? plaats het hier.**

**Voor meer informatie:**
info@serieus.es

Voor onze bar met strandbediening zijn wij op zoek naar medewerkers met een positieve instelling en die 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

Heeft u thuis nog oude rieten manden die alleen maar in de weg staan en waar u niets meer mee doet? Maak een ander hier dan blij mee! U kunt de manden afgeven bij Café de Babbelaar.

**Wilt u iets verkopen? Plaats het hier.**

**Voor meer informatie:**
info@serieus.es

# De ‘ja, maar’ zegger, om moe van te worden

**Je herkent het vast wel, die ene collega die bij iedere feedback die hij (of zij) krijgt gelijk in de weerstand schiet, die bijna standaard met een ‘ja maar’ reactie komt. Het is voor sommige mensen verheven tot kunstvorm en vaak een automatische manier van praten geworden waarbij broertje ‘ja en nee’ en zusje ‘eigenlijk’ ook voorbij komen. Ja maar, waarom zeggen we die twee woorden? Wat zeggen ze? En zijn ze te vervangen door andere woorden? Deze taalkundige sluipmoordenaar heeft een groot effect op sfeer, verantwoordelijkheid en pro-activiteit.**

> Ja, maar’ zie ik steeds meer als een ‘nee’ incognito. Een soort van beleefdheid met een indirecte nee

Je hebt een briljant idee, een inzicht dat misschien niet makkelijk is en toch een mooie uitkomst kan hebben. Je hebt een tip waarmee je de ander echt verder kan helpen. Of je spreekt iemand aan op de afspraak die je volgens jou samen gemaakt had. We horen de reactie vaak; het begin van het antwoord op deze ideeën, oplossingen of doelen die met twee woorden beginnen: ja, maar... Na de ‘ja maar’ reactie volgt vaak een uitgebreide uitleg over waarom de feedback die je geeft niet klopt of een verklaring waarom die hij/zij er niks aan kon doen. Beide niet constructief om te komen tot een oplossing en daarmee vaak heel frustrerend voor de mensen om hem heen…Door het ‘ja maar’ gedrag wordt het heel lastig om die persoon feedback te geven.

Zinnen met ‘ja, maar’ hebben een ontkennend en ontmoedigend effect. Wanneer iemand telkens ‘ja, maar’ zegt, ervaar je dat diegene niet echt openstaat voor jouw inbreng. Vaak resulteert dit in het proberen te overtuigen van de ander vanuit jouw perspectief en hoppa, voordat je het door hebt, ga je zelf ook in de ‘ja, maar’ stand. Op dat moment luister je allebei niet meer naar elkaar. De oplossing is uit het zicht verdwenen. En de sfeer, die wordt er ook niet beter op. ‘Ja, maar’ zie ik steeds meer als een ‘nee’ incognito. Een soort van beleefdheid met een indirecte ‘nee’. Twijfel of ongeloof als antwoord. Soms worden ze ook gebruikt als naar woorden gezocht wordt en het antwoord nog niet helemaal duidelijk is. Ik merk dat gesprekspartners soms zoekend zijn, om de hete brij heen draaien, terwijl een ‘nee’ vaak veel krachtiger is om te antwoorden.

> Als ‘ja maar’-gedrag consequent wordt bestraft, sterft het vanzelf uit

Het is vanuit taalkundig perspectief onjuist om aan ‘ja maar’ een negatieve betekenis toe te kennen. ‘Ja maar’ is samengesteld uit twee woorden. Het eerste woord (‘ja’) duidt op instemming. Het tweede woord (‘maar’) relativeert deze slechts. De balans is dus positief: ‘ja maar’ staat gelijk aan voorwaardelijke instemming.

De afkeer van ‘ja maar’ is begrijpelijk. Al beweren we vaak anders, niemand wordt blij van kritiek. Niets is meer frustrerender dan een omgeving die briljantheid niet herkent. Maar het vermogen om constructief met kritiek om te gaan, bepaalt de kracht van een manager. En de vrijheid om kritiek te uiten de kracht van een organisatie. ‘Ja maar’ is de geest van de kritiek. Ja maar erg vervelend om te horen en om te zeggen. Maarrrrr het is zo menselijk en herkenbaar om in die valkuil te stappen. Hoe kan je dat ‘ja maar gedrag’ dan doorbreken?

Wanneer iemand iets zegt, is het belangrijker voor mij geworden wat er na de komma komt. De spanning van de stilte. Een ‘maar’ na de komma ontkracht naar mijn beleving vaak het voorgaande. Wat is het vervolg na de ‘maar’ of het ‘eigenlijk’? Is het een opmaat naar een excuus om te ontkrachten wat je eerder zei? Mogelijk vinden we het spannend om ‘nee’ te benoemen. Klinkt dat gelijk zo stellig? Bang dat we afgewezen worden? Niet zeker van het antwoord? Minder leuk gevonden worden? Dus dan liever een ‘ja, maar’?

> Neem zelf eens de proef op de som: Verander jouw ‘ja, maars... ‘ in ‘ja, ens’ en ontdek zelf wat er positief verandert in het gesprek met je collega(‘s).

Die twee woorden hebben gigantisch veel invloed, ze kunnen dromen verstikken en groei stagneren. Familie, vrienden en/of collega’s die je allerlei ‘ja, maar’ redenen geven waarom jouw oplossing, idee of droom niet zou gaan werken. Je doet nog een poging om ze te overtuigen en je merkt dat het geen zin heeft. De ‘ja, maars…’ blijven komen. Dat je op een gegeven moment denkt: laat maar, dit heeft toch geen zin. Een ‘ja, maar’ is vaker een dief die ideeën, oplossingen en dromen afpakt of om zeep helpt. Vaak zit er een diepere reden onder waarom mensen ‘ja, maar’ zeggen. Soms angst, teleurstelling of een negatieve ervaring.

> Het vernietigende effect van ‘Ja, maar ...’ in communicatie

Hoe voorkom je de ‘ja, maar…’ discussie? Om te beginnen kun je het onderstaande proberen!

***Luisteren en samenvatten***

Neem jezelf voor om niet direct inhoudelijk te reageren. Luister eerst naar wat de ander zegt, laat het tot je doordringen en vat het vervolgens samen. Focus je op de woorden van de ander. Door het samenvatten dwing je jezelf om aandachtig naar de ander te luisteren. Dit voorkomt dat je met je aandacht meteen naar jouw standpunt gaat en vandaaruit al gaat bedenken hoe jij hierop gaat reageren.

***Stel vragen ter verduidelijking***

Als je het idee van de ander niet begrijpt of er simpelweg de toegevoegde waarde niet van inziet, vraag dan om verduidelijking. Wat wil de ander met zijn idee bereiken of voorkomen? En wat is hierin belangrijk voor de ander? Je hoeft het inhoudelijk niet eens te zijn, echter geef je op deze manier wel aandacht aan de inbreng en beweegreden van de ander.

***reageer met ‘Ja, en…’***

Reageer inhoudelijk op de inbreng van de ander en begin met ‘ja, en …’. Hierdoor ga je bedenken wat er is en wat je ermee zou kunnen. Dit activeert het creatieve gedeelte in je brein en bevordert het denken in oplossingen. Wanneer je vanuit de ‘ja, maar’ reageert, bedenk je vaak wat er zou moeten zijn en er niet is. Dit resulteert in doemdenken, een negatieve lading en ontmoedigt het positieve denken.

*‘Er zit kracht in het zeggen waar het op staat, het schept duidelijkheid en motiveert. Van motiveren kunnen we veel leren’.*

# DE JUNI VAN TOEN EN NU

**We stellen ons regelmatig de vraag welke dag is het vandaag? Iedere dag wordt er wel ergens ter wereld iets bijzonders gevierd of is er ooit iets bijzonders gebeurd. Hier vind je het overzicht van de maand juni.**

**1 juni:** Vandaag in 1980 vindt de eerste uitzending van CNN plaats. Het is vandaag weer de internationale dag van het kapitalisme.
**2 juni:** Vandaag in 1953 sneeuwde het in Belgie.
**3 juni:** Vandaag in 1880 gebruikt Alexander Graham Bell zijn fotofoon voor de eerste keer om een draadloos telefoongesprek te verzenden. Vandaag in 1947 is het bijna 34 graden in Nederland.
**4 juni:** In de 18e eeuw werd op 4 juni twee keer een Paus gekroond. In 1724 Paus Benedictus XIII en 1769 Paus Clemens XIV.
**5 juni:** Op 5 Juni 1969 vliegt een Toepolev 144 als eerste passagiersvliegtuig door de geluidsbarriere. Het is vandaag Wereld Milieu dag.
**6 juni:** Vandaag in 1990 werd de allereerste foto genomen buiten ons zonnestelsel door de Voyager 1. De temperatuur op 6 juni 2012 was hetzelfde als op 1e Kerstdag 2011
**7 juni:** Vandaag in 1661 werd de Amersfoortse kei van de hei naar de stad getrokken. Het is vandaag Tourette dag.
**8 juni:** Vandaag in 1637 wordt Discours de la Methode van Rene Descartes gepubliceerd. Het is vandaag Wereld Oceanen Dag.
**9 juni:** Vandaag in 68 overleed keizer Nero. Vandaag in 1934 is Donald Duck 'geboren'. Hij vertolkte op deze datum zijn eerste filmrol, namelijk een kleine bijrol in de tekenfilm 'The Wise Little Hen'
**10 juni:** Vandaag in 1935 wordt de AA (Alcoholics Anonymous) opgericht.
**11 juni:** Vandaag in 323 v. Chr. overlijdt Alexander de Grote. Vandaag is ook de Nationale feestdag van Hawaii.
**12 juni:** Het is vandaag machinedag.
**13 juni:** Vandaag in 2014 wint Nederland met 5-1 van Spanje op het WK voetbal. Het is vandaag Wereld Albinodag
**14 juni:** Vandaag in 1982 eindigde de Falklandoorlog. Vandaag in 1777 werd de 'Stars and Stripes' in de VS in gebruik genomen.
**15 juni:** Vandaag in 1184 sneuvelde Koning Magnus V van Noorwegen bij de slag bij Fimreite. Vandaag is de Internationale dag van de Wind.
**16 juni:** Vandaag in 1948 werd Air France opgericht.
**17 juni:** Vandaag in 1911 wordt de universiteit van IJsland opgericht. Vandaag in 1885 komt het Vrijheidsbeeld aan in de haven van New York.
**18 juni:** Vandaag in 1983 is Sally Ride de eerste Amerikaanse vrouw in de ruimte.
**19 juni:** Vandaag in 2001 is het begin van de Nederlandstalige Wikipedia, bron van vele nutteloze feiten.
**20 juni:** Het is vandaag goskateboardingday. Ondanks het begin van de zomer viel vandaag in 2013 op sommige plaatsen in Nederland evenveel regen als normaalgesproken in de hele maand juni.
**21 juni:** Vandaag in 1955 komt het eerste Nijntje boekje uit. In 2012 bleek uit onderzoek dat de meeste vaders winst van het Nederlands elftal prefereerden boven een cadeau van de eigen kinderen. Het is vandaag Wereldhumanismedag. Vandaag is de dag van de architectuur
**22 juni:** Vandaag in 1941 vielen de Duitsers de Sovjet Unie binnen. In 2013 vond het Nederlands kampioenschap knikkeren plaats. Het is vandaag Wereld Smurfendag.
**23 juni:** Vandaag in 1894 wordt het Internationaal Olympisch Comité opgericht. Het is vandaag United Nations Public Service Day.
**24 juni:** Vandaag in 1963 werd de eerste videorecorder gedemonstreerd. Vandaag in 1988 werd Nederland Europees kampioen voetbal. Het is vandaag Sint Jan. Op Sint Jan eindigt het aspergeseizoen in Nederland.
**25 juni:** Vandaag in 1864 wordt de eerste tramlijn van Nederland geopend in Den Haag, een paardentram. Microsoft brengt Windows 98 op de markt.
**26 juni:** Op 16 juni 2011 was de Google Doodle een gitaartje waar je op kon spelen. Wereldwijd werd hier 10,6 miljoen uur mee gespeeld. Het is vandaag de internationale dag tegen drugsgebruik.
**27 juni:** In 1979 wordt bij Ponypark Slagharen de eerste achtbaan in Nederland geopend die over de kop gaat.
**28 juni:** HET IS VANDAAG INTERNATIONALE CAPSLOCKDAG.
**29 juni:** Vandaag in 2007 verschijnt de eerste iPhone.
**30 juni:** Vandaag in 1913 werd Herta Heuwer, de bedenker van de curryworst, geboren.

# KNOFLOOK

**Een broodje met knoflookboter, Gamba pill pill, heerlijk. Maar de geur die je daarna uitademt is alles behalve lekker. In knoflook zitten vier stoffen waar je van gaat stinken, waaronder allylmethylsulfide (AMS). Dit kan niet worden afgebroken door de spijsvertering. Je ademt of zweet het uit.**

Nu maakt dat niet zo veel uit als je alleen bent. Maar als je niet vies wil worden aangekeken door je omgeving, is het toch fijn als je van die geur af komt. Gelukkig is er onderzoek gedaan naar hoe je dat voor elkaar kunt krijgen.

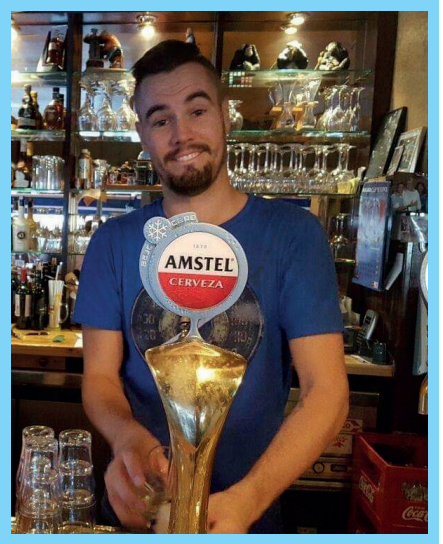
Een optie is om een glas melk achterover te slaan. Een glas melk van 200 milliliter kan de hoeveelheid AMS in je adem met de helft vermindert. Zowel magere als volle melk, al is volle melk het meest effectief. Vooral als het tijdens de maaltijd word gedronken en niet erna.

Maar melk blijkt niet het enige trucje te zijn. Appels, munt en sla  kunnen de knoflook stank ook verminderden. Dat deze rauwe producten de stank verminderen is niet zo raar, voor het afbreken van de geur en de vluchtige stoffen in knoflook heb je enzymen en polyfenolen nodig. Die vind je vooral in rauw voedsel.

Er wordt gezegd dat groene thee ook zou helen, dit is een fabeltje! Dus de volgende keer als je weer een lekker maar met knoflook overgoten gerecht naar binnen werkt dan weet je wat je moet doen!

# TAPPER VAN DE MAAND

## Tim Zonneveld




**De meeste vakantie ganger en bewoner van Carihuela kent Tim natuurlijk wel van het Euro Cafe. Deze maand uitgeroepen tot de tapper van de maand. Maar wat weten we nog niet van Tim!**

Hij is geboren op 12 april 1985 in Alkmaar en opgegroeid in Heiloo. Heeft een broer luuk en heeft verkering (zoals hij zelf lief zegt) met Barbara, samen hebben zij een dochtertje Indah. Tim is al zo'n 17 jaar in het euro Cafe. Als hij hier niet is heeft hij niet veel hobby's omdat hij hier geen tijd voor heeft, maar hij vindt modeltreintjes erg leuk. Toen hij klein was wou hij graag piloot worden als hij groot zou zijn.

Als je hem zou vragen wat een afknapper in een relatie is zou hij liegen zeggen. Tim zou de keuze op 50 procent leggen als hij moet kiezen tussen het uiterlijk of de intelligentie van een vrouw. Het gekste wat hij ooit voor de liefde heeft gedaan is de trein gemist..... Zijn favoriete slaaphouding is nr. 69. Je kan hem wakker maken voor een lekker prakkie, aardappelen met groenten, behalve bietjes, want dan slaapt hij liever gewoon door. Als je vraagt waar hij wakker van kan liggen dan is het antwoord: ik kan me overal druk om maken. Zoals een echte jongenman betaamt at hij vroeger de korstjes van zijn boterham op.

Tim drinkt zijn koffie zwart, het liefst espresso. Zijn favoriete bier draagt het merk Amstel. Zijn meest bijzondere eigenschap is dat hij bijna altijd vrolijk is en voor zover is hij er zelf niet van bewust een minpunt te hebben, al kan hij zeggen dat zijn kleine teennagel wel erg raar is aan zichzelf.

Tim praat het liefst kroegpraat, sex/auto's/vrouwen, je kent het wel. Als je wat vaker naar de Euro zou gaan kom je hier vanzelf wel achter. Zijn favoriete moment van de dag is tussen het wakker worden en wakker zijn, wat inderdaad een prima moment van de dag is. Een ideaal weekend zou als volgt worden ingevuld; heerlijk naar het strand met de kleine meid, kastelen maken en kuilen graven. Vanaf Heiloo is het hooguit 3 uur rijden naar Duitsland, dus dit verklaard een hoop.

De adrenaline schoot het meest door zijn lijf tijdens het bunjee jumpen. Tim zou nog graag een keer een vakantie bezoek brengen aan de Filipijnen.

Het meest gespeelde nummer in de playlist van Tim is mr. trololo en de beste film die hij ooit heeft gezien is scareface. Als hij een willekeurig fictieve persoon zou kunnen zijn zou hij kiezen voor de onzichtbare man.

Het leukste waar hij 25 euro aan uit heeft gegeven is voor iemand een cadeautje te kopen. De vraag waar heb je zo om moeten lachen dat de tranen over je gezicht rolden werd beantwoord met Guus kom naar huus, mocht je nou het hele verhaal willen horen dan kan hij dat zelf aan je vertellen. Het zal wellicht niet echt overkomen als het geschreven staat.

Tot slot gelooft Tim al een tijdje niet meer in Sinterklaas, hij kwam erachter dat de beste man niet bestaat omdat hij de buurman herkende die zich als sint voor deed.

# INGEZONDEN

**PIEPJES....**

De vraag is niet; wat ZIJN wij eigenlijk, maar tot wat zijn wij verworden? Wij zijn identiteiten geworden die zich afhankelijk van apparaten hebben gemaakt. TV, laptop, mobiel, magnetron, wasmachine, droger, enfin, vult u zelf maar in. Dat allemaal tot daar aan toe. Maar of het niet allemaal al erg genoeg is, worden de meeste apparaten voorzien van een "piepje"Zo laat de magnetron een piep horen als je eten tot niets is gereduceerd door zijn straling. En na 5 seconden, als je de drap niet snel genoeg uit de magnetron haalt, is er een nieuw, ditmaal iets geïrriteerder piepje. De wasmachine produceert ook piepjes als de was gewassen is. Sinds gister heb ik een nieuwe waterkoker. Deze heeft nu ook een piepje, als het water kookt. Kortom: ik ga om mij heen rammen als morgen ook mijn nieuwe spijkerbroek die ik besteld heb, een piepje gaat produceren als de rits niet dicht zit. Podverdepodverdegodver!!!!!!!

***G.K.***

**Snoozzze**

Snoozen: wie het heeft uitgevonden weet ik niet maar ik ben hem of haar eeuwig dankbaar. Het besef dat je nog even kunt blijven liggen is echt 'geweldig'. We houden ons natuurlijk voor de gek omdat het moment van opstaan toch echt gaat komen. Soms zijn 5 minuten genoeg om te snoozen. Een kwartier deel ik op in 3 stukken van 5 minuten snooze. Zo kun je drie keer voelen hoe het is nog heel even te kunnen blijven liggen op het warmste plekje in huis. Mensen en hun vreemde gewoontes, dat is wat ons zo anders maakt dan dieren. Ik heb immers nog nooit een koe gezien die geen honger had maar wel zin in iets lekkers. Of een gans met een binnenpretje. Veel huisdiereigenaren doen nog altijd pogingen hun dier te vermenselijken Diepgaande dialogen klinken eenstemmig zonder dat er vanuit het dierenrijk wordt terug gesproken.
Honden eten mee vanaf een volwassen stoel aan een prachtig gedekte tafel en voor kinderen is er de kinderstoel. Katten worden ingepakt in rompertjes en rond gereden in een trendy kinderwagen met drie stoere cross wielen. Vogels en muizen gaan op de schouder mee naar werk en konijnen zijn reeds verkrijgbaar in zalmroze.
We brengen ze naar de kapper, psycholoog, dames van lichte zeden, nagelstylist, masseur of verwenparadijs.
De uitlaatcentra draaien overuren.
Ik zie een hond wakker worden in zijn mand, hij drukt nog even op snooze..

***R.S.***

**Rimpels enzo**

Toen de eerste rimpels kwamen was ik in paniek, ik liet mijn face toen liften in een prijzige kliniek. Nou, mijn man vond het fantastisch, mijn gezicht was weer elastisch. Niks geen rimpels, niks geen vouwen, net zo glad als bij ons trouwen. Tot mijn man zei 'het is misschien gek... maar jouw kop past niet meer bij je nek'. Ach, een kleine ingreep, ze trekken dit dus strak en geven hier een sneetje, anders krijg je daar een zak. Nou, mijn man was heel tevreden over wat ze met me deden. De chirurg zat met mijn borsten in z'n maag want nu zaten die volgens hem veel te laag. Toen ze waren opgehesen, leken ze een beetje klein, maar met siliconenvulling mochten ze er best weer zijn. Nou, ik zag mijn man ontvlammen, want ik had dus zulke prammen.Toen op een avond na het vrijen, keek hij peinzend naar mijn dijen. En al had ie geen duidelijke kritiek ik ging toch weer terug naar de kliniek. Ik had trouwens ook een buikje, dus na enig overleg liet ik dat meteen ontvetten, ze zuigen dat in no-time weg. Om tegelijkertijd mijn billen minstens zo'n stuk op te tillen. Ik was op ieder feestje weer in tel maar zat wel heel strak in mijn vel. Mijn man was niet meer zo op zijn gemak, want op straat riepen jongens 'ga je lekker.... ouwe zak'. Nou, toen kocht ie een toupetje en een veel te strak korsetje. Hij ging wandelen en trimmen en in het fitnesscentrum gymmen. En maandenlang volgde hij een rigoureus dieet, tot hij zonder reden in de sauna overleed! Daar stond ik op het kerkhof mooi te wezen aan het graf, maar nu hij erin lag was de aardigheid eraf. Nu laat ik de kwabben zwellen en ik zal u wat vertellen... Dames, laat je niet verlakken, laat de boel toch rustig zakken. Met gladgestreken nekken valt het leven niet te rekken! Koester buik en onderkinnen, echte schoonheid zit van binnen!

***L.W***

# Het tegeltje van de maand

*Het seizoen is klaar voor de*
*eerste veldslag*
*Standaard bekvechten om wie*
*het bedje als eerste zag*
*Maar dan eindelijk een plekje*
*bemachtigd op het strand en*
*met je kop als een biet*
*rap terug naar Nederland*

# Derde zondag van juni

**De derde zondag van juni is altijd een heel bijzondere dag in Nederland. Het is immers Vaderdag. Dit jaar was dat 19 juni. De dag wordt internationaal gevierd. Juni is de maand van de viering van Vaderdag. Dit geldt voor vele landen. Het is meestal de derde zondag van die maand. In België en Oostenrijk is het de tweede zondag van die maand. In Spanje is de dag 19 maart, de feestdag van St. Jozef, de voedstervader van Jezus.**

In 1909 is in de VS en wel in de staat Washington de dag geïntroduceerd door mevrouw Sonora Smart Dodd. Dit deed zij ter ere van haar vader William Jackson Smart, een veteraan uit de Amerikaanse Burgeroorlog, weduwnaar geworden doordat zijn vrouw bij de bevalling van hun zesde kind was komen te overlijden. De dochter, eenmaal volwassen geworden, wilde haar vader vereeuwigen vanwege zijn kracht en enorme doorzettingsvermogen. Hun grote voorbeeld was Anna Jarvis, die in 1908 Moederdag had geïntroduceerd.

In de staat Washington werd de eerste Vaderdag gevierd in Spokane op 19 juni 1910. Het idee werd goedgekeurd door president Calvin Coolidge in 1924. Het ketste echter af in het Congres voor het grootste gedeelte bestaande uit mannen. Volgens het Congres leidde het tot een overdreven verering van de man.

Daarom is de dag pas in 1972 officieel erkend onder president Nixon.
In Nederland vond de viering plaats vanaf 1937 en wel in de maand oktober. In 1948 werd, op initiatief van de “Nederlandse Bond voor Herenmode Detaillisten” de dag definitief bepaald op de derde zondag van juni.

Volgens een Nederlandse opiniepeiling is Moederdag in Nederland nog altijd populairder dan Vaderdag. De peiling toont verbazingwekkend genoeg aan dat 67,4 procent van de Nederlanders nauwelijks of geen waarde hecht aan Vaderdag, terwijl een goede 50 procent net zo denkt over Moederdag.

Ondanks dat 22 procent Vaderdag onzin vindt, voelt 40 procent zich toch moreel verplicht om er iets aan te doen. Een kwart van de ondervraagden koopt voor vader een cadeau, voor alle zekerheid. Er wordt in ieder geval meer gekocht dan in het verleden en vooral de supermarkten en bouwcentra spelen hier goed op in. Een leuke kaart, fles whiskey of een stropdas doen het ook altijd goed.

Het opmerkelijkst van al: vader blijkt Vaderdag nog het minst belangrijk te vinden.

***Vaderdag is niet alleen bedoeld voor vaders maar voor iedereen die zich als een echte vader gedraagt. Dat kan dus ook een stiefvader zijn.***

# DE LEKKERE BEK VAN JOHN BIJ DE EURO

**Vrijdag kan je bij John en Els genieten van een lekkere haring. Onder het genot van een lekker koud getapt biertje.**

**Maar zaterdag kun je bij John terecht voor een lekkerbekkie. 7 euro per stuk. Wil je er patatjes bij? Dan betaal je 9,75.**

# Kakkerlakken

**Nog suf van de slaap schuifel je naar de badkamer. Als je het licht aandoet schrik je. Schoot daar iets weg? Muisstil luister je even. Niks. Je haalt je schouders op en stapt de douche in: het zal wel je verbeelding zijn. Fris en schoon reik je even later naar de zachte handdoek aan het haakje. Zodra je hem omslaat, voel je iets kouds tegen je blote rug. Het beweegt!** Snelle pootjes rennen razendsnel naar je nek. Gillend mep je om je heen. Dan hoor je een krakend geluid. Een vieze lucht vult de badkamer. Je bent zojuist op een kakkerlak gaan staan! Huiverend vlucht je de badkamer uit. Waar is het nummer van de bestrijdingsdienst?

Veel mensen vinden kakkerlakken eng en vies Krijg je de kriebels van zo'n kakkerlakkenverhaal? Je bent zeker niet de enige. Het insect wordt overal ter wereld flink gehaat. De kakkerlak scoort hoog als het gaat om beesten die we eng én vies vinden.

Een insect heeft bijna iets buitenaards, en daar houden we niet zo van. Ook schrikken we vaak van de snelle en plotse bewegingen die veel van deze beestjes maken. Ze hebben bovendien nogal nare eigenschappen: ze komen ongewild je huis binnen, ze planten zich vaak razendsnel voort en ze lijken je uit te dagen. Ze laten zich bijvoorbeeld even zien en zijn daarna ineens weer weg, zonder dat je weet waar ze vandaan komen of hoe je ze te pakken kunt krijgen. Kakkerlakken worden binnen mum van tijd een plaag.

Kakkerlakken voldoen ruimschoots aan alle dingen die we haten aan insecten. Ze zien er raar uit, ze zijn razendsnel, ze nestelen zich in de donkere kieren van je huis en als je er een paar hebt, zit je binnen mum van tijd met een plaag. Bovendien worden de dieren 's nachts actief. En hoewel ze in principe geen mensen bijten, knagen ze volgens een rapport van de Wereldgezondheidsorganisatie nog weleens aan je nagels of wimpers als je slaapt. Welterusten.

Ook dat hebben we aan de evolutie overgehouden. Ons brein wil ons waarschuwen voor dingen waar we ziek van kunnen worden. En we associëren slijmerige dingen al snel met besmetting en verrotting. Het zit de beestjes dus niet echt mee. Dat slijmerige waslaagje is trouwens voor de kakkerlak zelf wel handig, want het zorgt ervoor dat hij geen vocht verliest.

## Een paar kakkerlaksoorten die ons wel ziek kunnen maken, verpesten het voor de rest die geen mens kwaad doet

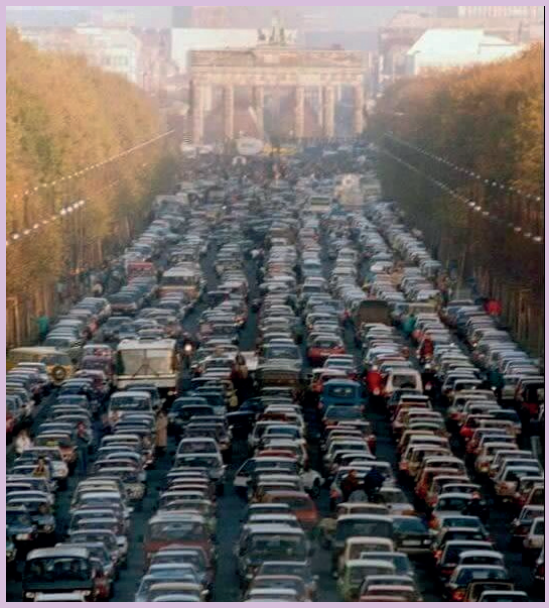
Toch vormt het beest voor mensen nauwelijks een gevaar. Ze zijn niet giftig en ze leven niet van menselijk bloed. Er gaan jaarlijks veel meer mensen dood aan een muggenbeet, maar van een mug in de badkamer zal niemand gaan gillen. Waarom veel mensen bang zijn voor insecten? De beesten hebben naar onze smaak simpelweg te veel poten, ogen, sprieten en andere vreemde uitsteeksels. Het uiterlijk van insecten staat daarmee erg ver af van ons idee over hoe een mens of dier eruit zou moeten zien.

Veel kinderen zijn minder bang voor insecten Veel jonge kinderen hebben nog de neiging om een insect van dichtbij te bekijken. Maar hun nieuwsgierigheid maakt gaandeweg plaats voor angst. Dat kan grofweg op drie manieren gaan: door een directe ervaring (bijvoorbeeld als er een kakkerlak je broekspijp in kruipt), door associatie (elke keer als jouw moeder zo'n beest ziet, begint ze te gillen) of door opmerkingen van ouders zoals: 'Getver, een vies beest, blijf af!' Akelige verhalen die de ronde doen, zoals dat nagel- en wimperknabbelen, dragen verder bij aan de kakkerlakkenhaat.

# 10 fascinerende historische foto's

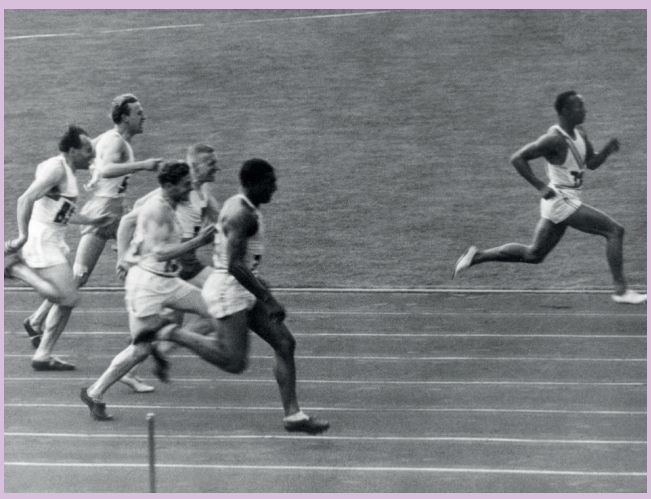
**In een wereld die vaak volledig gericht is op het heden ten koste van de toekomst, kan de waarde van het verleden niet worden overschat. Hier zijn 30 obscure historische foto's en hun verhalen, die ons allemaal waardevolle inzichten, lessen en reflecties bieden over waar we vandaan kwamen en misschien waar we naartoe gaan.**

***Verkeersopstopping na de val van de Berlijnse muur, 1989***



De Berlijnse muur was een enorme betonnen barrière die niet alleen als fysieke barrière diende, maar ook als ideologische barrière, en het werd een symbool van de Koude Oorlog. De muur, gebouwd door de Duitse Democratische Republiek, scheidde bijna dertig jaar lang West-Berlijn van Oost-Berlijn en Oost-Duitsland als geheel. De DDR verwees naar de Berlijnse Muur als de 'Antifascistische Beschermingswal', terwijl de autoriteiten van West-Berlijn er vaak naar verwezen als de 'Muur van Schaamte'. Officieel was de muur bedoeld om het Oosten te beschermen tegen westerse fascistische en kapitalistische elementen, maar functioneel verhinderde de muur de Oost-Duitse emigratie naar het Westen, die vóór de bouw ongebreideld was geweest. Terwijl meer dan 100.000 probeerden te ontsnappen, slaagden er slechts ongeveer 5.000 in, en meer dan honderd werden tijdens de poging gedood.

***Jesse Owens wordt een baanlegende en wint 4 Olympische gouden medailles... in nazi-Duitsland, 1936***



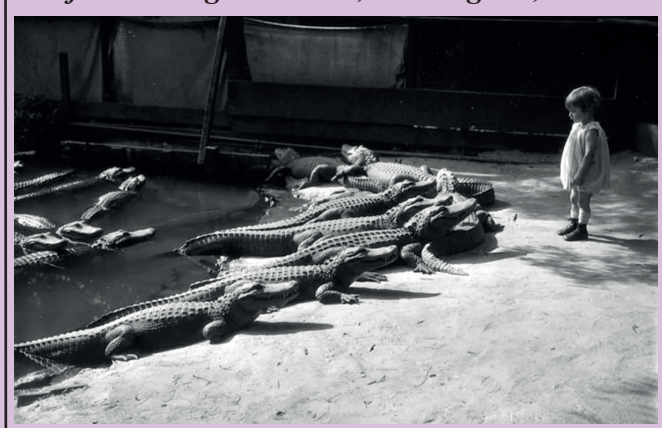
Drie jaar voor het begin van de Tweede Wereldoorlog werden de Olympische Spelen van 1936 georganiseerd door Berlijn. Adolf Hitler was in feite al de dictator van Duitsland en was een van de aanwezigen - enthousiast om zijn ideeën over Arische dominantie en superioriteit aan de wereld te bewijzen. Owens daarentegen wilde graag bewijzen dat hij een absoluut monster was in de baansport. Jesse Owens pakte de gouden medailles op de 100 m en 200 m sprint, evenals die van de categorieën verspringen en 4x100 m estafette, en werd de beste baanatleet die de Verenigde Staten tot dan toe ooit hadden gezien. Ondanks het vernietigen van Hitlers aspiraties van de door Ariërs gedomineerde Olympische Spelen, bevestigde Owens dat hij een golf had ontvangen van de toekomstige genocidale dictator van Duitsland.

***Dove jongen hoort voor het eerst geluid, 1974***

Voor het grootste deel van de menselijke geschiedenis was er begrijpelijkerwijs weinig dat tegen doofheid kon worden gedaan. De technologie bestond eenvoudigweg pas in de 20e eeuw, en zelfs toen was niet bijzonder indrukwekkend. Het transistorhoortoestel was in ontwikkeling sinds de jaren vijftig en hoewel het later zou worden vervangen door de meer bekende digitale hoortoestellen, was het destijds de beste algemeen beschikbare technologie.

Doof totdat deze foto werd genomen, ervaart een jonge Harold Whittles voor het eerst in zijn leven geluid. Toen zijn dokter het vreemde apparaat activeerde en het in Harolds oor stopte, schoot de eerste geluidsstoot door de draden. Ook was fotograaf Jack Bradley aanwezig, die deze foto maakte, waarmee hij de uitdrukking van ontzag en verwondering op het gezicht van het kind vereeuwigde toen een geheel nieuwe vorm van waarneming werd ontgrendeld.

***California Alligator Farm, Los Angeles, 1920***



De California Alligator Farm was in de eerste helft van de 20e eeuw redelijk populair. Bezoekers betaalden een toegangsprijs van 25 cent, die vandaag ongeveer $ 6,50 zou bedragen, om niet minder dan duizend alligators te zien, van baby's tot volwassenen.

Op ware darwinistische wijze werden gasten naar verluidt aangemoedigd om de hokken binnen te gaan om met de alligators te 'spelen'. De niet-gereguleerde "boerderij" had 20 vijvers vol "getrainde" alligators waar gasten de kleine lieverds van de natuur konden beschimpen en verleiden zonder zich zorgen te maken over onnodige administratieve rompslomp zoals veiligheid, controle en buitensporig toezicht. Hoewel bezoekers werden gewaarschuwd om "geen stenen naar de alligators te gooien, erop te spugen, te slaan of op enigerlei wijze te mollen", werd bij ten minste één kind zijn hand verminkt door een onbeschofte en ondankbare alligator. Dat kind was niemand minder dan de zoon van 'Gator-farm mede-oprichter Francis Earnest, en ongelooflijk, hij groeide op de een of andere manier op zonder enige vorm van alligator-gerelateerd trauma.

***The White Death, een van de dodelijkste sluipschutters uit de geschiedenis, 1940***

Drie maanden na het uitbreken van de Tweede Wereldoorlog viel de Sovjet-Unie de regio Karelië in Finland binnen om grensgebieden in te nemen die cruciaal waren voor de verdediging van Leningrad, dat slechts 31 km naar het noorden lag. Het volgende conflict werd bekend als de Winteroorlog. Terwijl Sovjettroepen de oostelijke bossen binnentrokken, besloot een Finse man, Simo Hayha genaamd, dat hij, ondanks dat hij slechts een jaar verplichte basistraining had gehad, de slagvelden van -30° in het bos zou intrekken om zijn land te verdedigen. Hayha bracht de 100 dagen durende Winteroorlog door in dicht opeengepakte sneeuwheuvels of in bomen, uitgerust met alleen zijn persoonlijke burgerwachtgeweer, een machinepistool en slimme tactieken. Ongelooflijk voor een sluipschutter, hij gebruikte alleen de ijzeren vizieren van zijn wapen, omdat een richtkijker in het licht kan glinsteren. Hij stond erom bekend dat hij zich omringde in dicht opeengepakte sneeuw die niet zou opspringen als gevolg van terugslag en ook zijn mond gevuld hield met ijs of sneeuw om zijn adem te verbergen in het ijskoude klimaat. Hij doodde tussen de 500 en 700 vijandelijke troepen, waaronder veel contra-sluipschutterteams die speciaal op hem waren gestuurd om op hem te jagen, en hij kreeg de bijnaam "The White Death".

### *Het Rode Leger bevrijdt de derde trein uit Bergen-Belsen, 1945*

Eind 1944 naderde het Rode Leger nazi-Duitsland, roeide bataljons uit en bevrijdde krijgsgevangenenkampen met een alarmerende snelheid. Nazi-troepen verloren kampen zo snel dat ze opgesloten raakten in een cyclus van hectische gevangenenverplaatsing. Tienduizenden gevangenen zouden dieper het nazi-territorium in worden getransporteerd om slechts enkele dagen later weer te worden geëvacueerd omdat er grond verloren was gegaan. Binnen enkele maanden stonden de Sovjet-troepen klaar om het beruchte concentratiekamp Bergen-Belsen te bestrijden, en het nazi-commando was wanhopig om bijna 8.000 opmerkelijke gevangenen opnieuw te verplaatsen. Drie dicht opeengepakte treinen verlieten Bergen-Belsen, op weg naar het concentratiekamp Theresienstadt, gelegen in het door de nazi's bezette Tsjechoslowakije. Alleen de tweede trein bereikte echter zijn bestemming. De eerste trein werd prompt bevrijd door Amerikaanse troepen in de nabijgelegen stad Farsleben. De derde, hierboven afgebeeld, was tijdelijk ontsnapt en stond stevig in handen van de nazi's, zelfs nadat Bergen-Belsen zelf in handen van de geallieerden was gevallen. Bijna twee weken lang reisde de "Lost Train" langs de sporen op zoek naar een door de as gecontroleerde stad. Gelukkig voor de gevangenen kwam de trein tot stilstand in Troebitz, Oost-Duitsland, waar hij werd gevangengenomen en bevrijd door het Rode Leger.

### *The Hexagon Hotel, c. 1900*

Het Hexagon-hotel, gelegen in Mineral Wells, Texas, hield zijn naam redelijk trouw aan zijn naam, die, zoals geïmpliceerd, een zeshoekig hotel was. David G. Galbraith, de toekomstige uitvinder van de paperclip, ontwierp en bouwde hem met een specifiek doel. In een tijdperk vóór airconditioning hielp de unieke vorm om maximale luchtcirculatie te bereiken iets dat zeer werd gewaardeerd tijdens de zomers in Texas.

Het was ook het eerste hotel in de omgeving met die nieuwerwetse electriciteit. Na de dood van Galbraith woonde zijn weduwe in het oude hotel tot de leeftijd van 88, toen ook zij overleed. De dochters van de Galbraiths, aan de andere kant, leken het unieke hotel van hun vader niet te zien als iets dat historisch behoud verdiende, maar eerder als iets dat gesloopt kon worden voor snel geld. In september 1959 huurden ze een sloopaannemer in die het Hexagon Hotel in slechts een paar weken tijd afbrak.

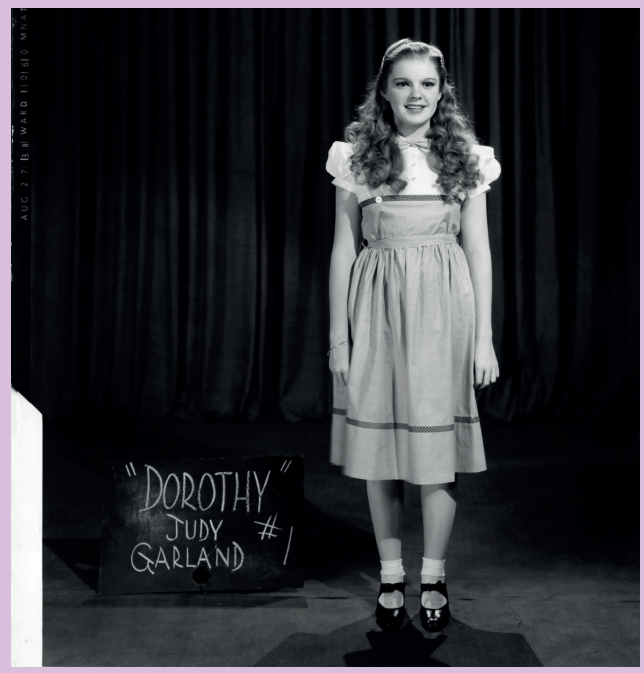
### *Het ongebroken zegel van het graf van Toetanchamon, 1922*

Als misschien wel de beroemdste archeologische ontdekking in de geschiedenis, hebben de meeste mensen gehoord van koning Toet, zijn graf en de mythe van de 'vloek van de farao's'. Het is echter alleen te danken aan de pogingen van het oude Egypte om de jonge Toetanchamon uit de geschiedenis te wissen dat zijn graf het zo lang heeft overleefd en dieven heeft ontweken. Tut's vader, Achnaton, had geprobeerd met kracht een monotheïstische zonneaanbiddingsreligie te implementeren - een impopulaire zet die volledig werd ontmanteld na zijn dood. Toetanchamon, een overblijfsel van het bewind van zijn vader, stierf onder mysterieuze omstandigheden op ongeveer 15-jarige leeftijd. Na zijn begrafenis deed het koninkrijk zijn best om alle archieven van Tut en zijn vader uit de geschiedenis van Egypte te wissen, die ironisch genoeg zijn graf beschermde tegen dieven en de uiteindelijke ontdekking achterliet om hem te vereeuwigen als de beroemdste farao aller tijden.

### *Hitlers geheime Führerbunker, Berlijn, 1945*

Begin 1945 begonnen Sovjet-troepen - woedend na getuige te zijn van de nasleep van de nazi-bezetting van Leningrad - Duitsland te overstromen, waardoor de relatief korte strijd begon die resulteerde in de uiteindelijke vernietiging van nazi-Duitsland. Berlijn had al maanden te kampen met bijna constante spervuur van geallieerde bommenwerpers, dus samen met een aantal hogere staf, waaronder Martin Bormann, vluchtte Hitler naar zijn Führerbunker, ongeveer 15 meter onder de Reichskanzlei. Hij werd later vergezeld door zijn metgezel Eva Braun, minister van propaganda Joseph Goebbels, en zijn beroemde Duitse herder, Blondi. Op de avond van 28 april, toen Sovjettroepen oprukten naar het bunkercomplex, hielden Hitler en Braun een klein burgerlijk huwelijk, hoewel dit weinig veranderde aan de sfeer van naderend onheil dat iedereen voelde. De volgende dag begon Hitler zijn resterende opties af te wegen. Verdacht van de effectiviteit van de cyanidepillen die de SS hem had gegeven, liet Hitler er een testen op Blondi - haar vermoordde en het resterende moreel van de bunker verpletterde. Hitler zelf werd naar verluidt ontroostbaar en de volgende dag namen hij en Eva afscheid en pleegden beiden zelfmoord. Goebbels verzocht daarop onmiddellijk om een staakt-het-vuren, wat door de Russen werd geweigerd. Nadat ze hun zes kinderen met cyanide hadden vergiftigd, pleegden Goebbels en zijn vrouw ook zelfmoord. Bormann werd naar verluidt kort daarna gedood door een Sovjet-patrouille terwijl hij probeerde te vluchten.

### *Jonge Judy Garland poseert in testshoot voor de rol van Dorothy, 1939*




Hoewel The Wizard of Oz door niemand nuchter meer wordt bekeken, was het in zijn tijd absoluut revolutionair. De hoofdrol van Dorothy werd gespeeld door de 17-jarige Frances Ethel Gumm, beter bekend onder haar artiestennaam Judy Garland. Ze is een Grammy-prijswinnaar en wordt beschouwd als een van de grootste filmsterren aller tijden, naast een ongelooflijke zangeres. Hoewel de rol haar internationaal beroemd maakte, kwam haar succes niet gemakkelijk. Garland werd oorspronkelijk ondertekend door MGM op 13-jarige leeftijd nadat een auditie de mede-oprichter van de studio verbijsterd had achtergelaten, en hij tekende haar zonder verdere screening. Helaas besefte Judy Garland al snel dat ze niet meer in Kansas was. Ze werd zeer slecht behandeld door de studio, ze werd op een streng hongerdieet geduwd, gedwongen om tot 18 uur per dag te werken en kreeg constante doses amfetaminen waaraan ze de levenslange verslaving ontwikkelde die haar op 47-jarige leeftijd doodde.

# LEKKER HOLLANDS

**Klompen, windmolens en Sinterklaas. Hartstikke Nederlands, toch? Nou, niet helemaal. De leeuwen op het Nederlandse wapen zijn gejat van andere landen.** Geloof het of niet, maar de leeuw is geen inheemse soort op de Veluwse savanne. Leeuwen komen voor in Afrika en een stukje van India. Niet in Nederland, behalve in de dierentuin dan. Maar dierentuinen waren er nog niet, toen de leeuw uitgroeide tot symbool van Nederland.

De Nederlandse leeuw danken we aan Willem van Oranje, afkomstig uit het Duitse graafschap Nassau. Dat graafschap had al vanaf de twaalfde eeuw een leeuw in het wapen staan, net als trouwens heel wat andere regio's. De meeste Europeanen hadden destijds nog nooit een leeuw gezien, wat wel is af te zien aan veel afbeeldingen van de dieren. 5 akelige kantjes van Amsterdam. De Oranjes hielden van hun inteeltleeuw, en in 1815 werd die ook tot nationaal symbool gekozen. Bijna had de kikker gewonnen, want ook die was een symbool van ons land. De kikker was een geuzennaam geworden nadat Venetië Nederland juist belachelijk had gemaakt als kikkerlandje, met z'n zompige klimaat.

Toch koos de regering voor de leeuw als hét nationaal symbool. Blijkbaar sloot die beter aan op wat Nederland wilde zijn: moedig en sterk. Daar is Nederland weinig creatief in. De leeuw is ook symbool van landen als België, Bulgarije, Denemarken, Finland, Paraguay, Engeland en een hele bups Afrikaanse landen (die natuurlijk wel recht van spreken hebben).

**Klompen komen niet uit Nederland, maar uit Frankrijk. Van hout kun je schoeisel maken, dat hebben niet alleen Nederlanders bedacht.** De klomp is het type uitvinding dat niet één oorsprong heeft, omdat het zo voor de hand ligt, al zijn er sporen die naar Noord-Frankrijk wijzen. En toch gaan toeristen uit Frankrijk hier in klompen op de foto, terwijl ze thuis sabots hebben liggen. Waarom is de klomp dan toch een toeristisch symbool van Nederland geworden? Klompen waren populair in Nederland. De houten schoenen zijn geschikt voor de drassige polders.

En tot aan de Tweede Wereldoorlog droegen veel boeren daadwerkelijk klompen.

In andere landen werd zo snel mogelijk overgestapt op leren schoenen, toen die betaalbaar werden. Klompen hoorden dus nog bij Nederland, terwijl ze elders allang naar musea waren verbannen. Ook na de oorlog bleef de Nederlandse klomp bestaan, als onderdeel van klederdracht.

Nog altijd dragen sommige mensen in Volendam en andere vissersdorpen klompen, in elk geval als dat toeristen lokt. Want die vormen inmiddels de belangrijkste afzetmarkt voor houten schoenen.

**De eerste windmolen stond waarschijnlijk in China. Niets Nederlandser dan een polder met wuivend riet, slootjes en een windmolen, toch? Nou nee.** Die windmolen kon je eeuwen terug net zo goed in Frankrijk of Duitsland aantreffen. En eeuwen eerder al in China, want daar stond vermoedelijk de eerste windmolen. In de Middeleeuwen kwam de windmolen naar Europa.

Waar mogelijk gaven molenaars de voorkeur aan water om hun molen te laten draaien. Maar snelstromende riviertjes zijn niet overal beschikbaar. In heel Europa gebruikten molenaars tot ver in de negentiende eeuw de wind om hout te zagen, graan te malen of verf te maken.

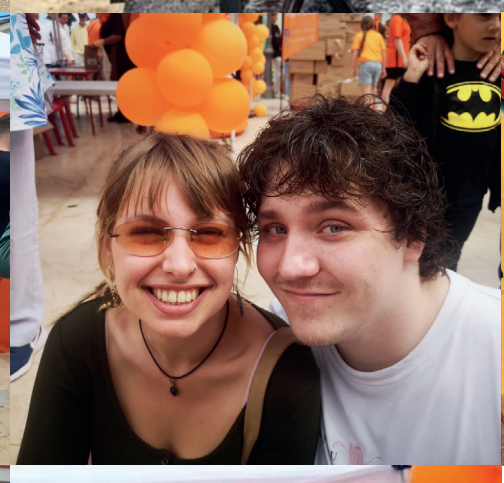
Nederland telde zo'n 9000 molens, maar in Duitsland stonden er dubbel zoveel. Over Europa verspreid bevonden zich waarschijnlijk zo'n 200.000 exemplaren, dus zo Nederlands was dat tafereel niet. Dat begon pas in de negentiende eeuw, toen stoommachines molens overbodig begonnen te maken.

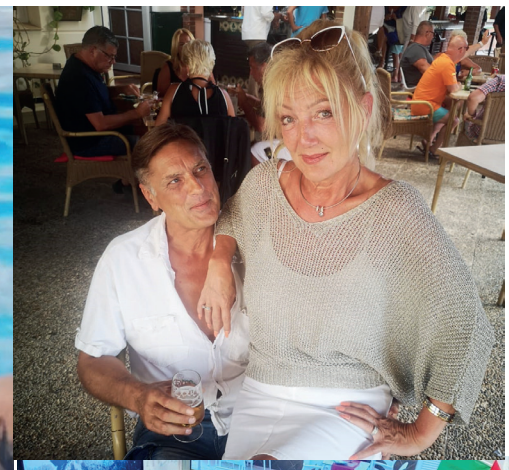
Overal in Europa raakten ze in verval en gingen ze tegen de vlakte. Nederlandse molenaars hielden het langer vol. Zelfs rond 1920 werden er nog verbeteringen aan de Hollandse molen aangebracht. Toen ook die zijn functie verloor, werd de historische waarde al erkend. Daardoor bleven er in Nederland relatief veel molens staan, al is ook bij ons het merendeel verloren gegaan.

## Antwoorden puzzel

1. Utrecht
2. Vier
3. Bounty
4. Rosco P. Coltrane
5. Loipe
6. Annet Malherbe
7. After Activity
8. Central Perk
9. Tourist Trophy
10. Frans
11. Melmak
12. Rolf Wouters
13. Baton
14. Biljart
15. Griekenland
16. John Major
17. Geel
18. Jason Priestly
19. Schalke 04
20. Mayonaise
21. Racketlon
22. Koper
23. Tatami
24. Eén
25. Fiep westendorp

# FOTO MOMENTJES





Heb je zelf een leuke foto die je graag terug wilt zien in de krant mail deze dan naar info@serieus.es

# Bewaren in de koelkast?

**Als je de meeste boodschappen en restjes snel in de koelkast gooit, ben je niet de enige. Maar verrassend genoeg moeten veel van de dingen die we gewend zijn in die koude doos op te bergen, eigenlijk bij kamertemperatuur worden bewaard om hun smaak het best te behouden en ze langer mee te laten gaan.**

***Oude Kaas***
Oude kazen mogen over het algemeen niet in de koelkast worden bewaard. Dit omdat koelkasten gerijpte kazen verder kunnen uitdrogen. Sommige kazen hebben maanden of langer nodig om goed uit te harden. Dit is wat ze hun unieke smaak geeft, dus het is het beste om niet al die tijd te verspillen door ze in de koelkast te gooien en hun smaak te verliezen.

***Eieren***
Deze kan voor veel mensen als een verrassing komen, maar het is meestal prima om eieren in een kom op het aanrecht te bewaren. In veel Europese landen kan het zelfs als een verrassing komen dat ze overal worden bewaard, behalve bij kamertemperatuur.

***Ketchup***
Ja, dit is een andere specerij die vaak wordt bewaard in koelkast. Ketchup hoeft niet koel bewaard te worden, omdat de lekkere smaakmaker door zijn zuurgraad niet bederft. Als je toevallig in een warme en vochtige omgeving woont, is het voor de zekerheid het beste om ketchup in de koelkast te bewaren.

***Mosterd***
Ook deze specerij wordt ook vaak gekoeld bewaard. Maar het is eigenlijk niet nodig om mosterd in de koelkast te bewaren. Net als ketchup heeft mosterd een hoge zuurgraad, wat betekent dat het van nature tegen bederf is. De meeste restaurants bewaren bijvoorbeeld hun mosterd op kamertemperatuur omdat het prima in orde is.

***Komkommers***
Komkommers lijken misschien een ideale groente om in de koelkast te bewaren, maar dit vochtrijke voedsel is eigenlijk beter als het op kamertemperatuur wordt bewaard. Koelende komkommers hebben een negatief effect op de smaak en kunnen ervoor zorgen dat ze sneller bederven.

***Uien***
Dit is misschien wel een van de slechtste groenten die je in de koelkast kunt bewaren. Uien houden er gewoon niet van om in een koude, gekoelde omgeving te zijn. Als je uien in de koelkast legt, worden hun zetmeel omgezet in suiker. Ze kunnen zelfs volledig vloeibaar worden als ze lang genoeg in de koelkast worden bewaard. Hun textuur verandert al na een dag als ze in de koelkast liggen.

***Appels***
Het lijkt een goed idee om appels in eerste instantie in de koelkast te bewaren, maar dit is eigenlijk niet het geval. Appels produceren gas waardoor andere producten sneller rijpen. Dus als je wat appels hebt bewaard in een kleine crisper met een heleboel ander fruit, kunnen ze snel bederven. Zet in plaats daarvan appels in een kom op het aanrecht en laat ze op natuurlijke wijze rijpen. Appels in de koelkast bewaren kan ook hun voedingswaarde negatief beïnvloeden.

***Meloenen***
Deze zal sommige mensen misschien verbazen, maar meloenen smaken het lekkerst als ze op kamertemperatuur worden bewaard. Er is niets lekkerder dan een koud stuk watermeloen na een warme, zonnige dag. Watermeloenen zullen echter van nature blijven rijpen als ze op kamertemperatuur worden bewaard. Deze smakelijke vruchten zijn tot twee weken goed als ze worden weggelaten om verder te rijpen, maar waarom zou iemand twee weken wachten voordat hij de watermeloen op eet?

***Wortels***
Dit is er een waar niet veel mensen aan denken. Wortelen zijn bedoeld om bij kamertemperatuur te worden bewaard, en als ze dat niet doen, kunnen ze zelfs gaan rotten. Wortelen bevatten namelijk veel vocht en dat vocht kan ervoor zorgen dat de groente sneller gaat rotten door de koele lucht van een koelkast.

Wortelen bewaar je idealiter in een droge, donkere ruimte, zoals in een voorraadkast.

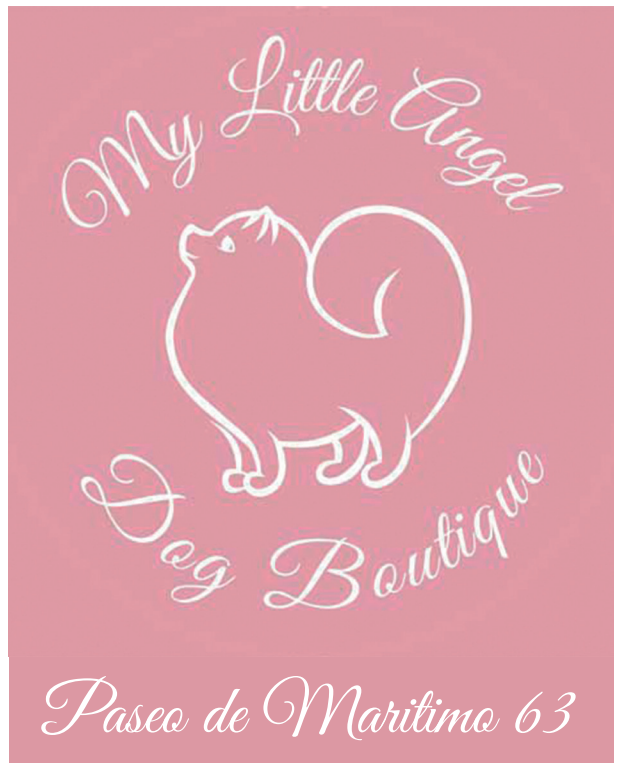
***Bessen***
Bessen zijn gevoelig voor bederf, waardoor je ze misschien in de koelkast wilt gooien. Ze zijn echter prima als ze een tijdje op het aanrecht staan, en als ze in de koelkast worden bewaard, kunnen ze wat van hun smaak verliezen. Het beste kun je ze op dezelfde dag opeten.

***Brood***
Brood is een veelvoorkomend product dat in sommige koelkasten over de hele wereld wordt aangetroffen. Dit is echter een van de ergste dingen die je kunt doen met dat verse brood dat je net bij de bakker hebt gehaald. Dit komt omdat brood in een koelkast de houdbaarheid doet verkorten. Brood kan snel oud worden als het in de koelkast wordt bewaard. Bewaar het in plaats daarvan op het aanrecht of, beter nog, in een broodtrommel.

***Fruittaarten***
Appeltaarten hebben de reputatie een deel van die heerlijke smaak te verliezen als ze in de koelkast worden bewaard. Het goede nieuws is dat ze dat niet hoeven te zijn. Fruittaarten bevatten veel suiker, waardoor de taarten langer vers blijven. Het is altijd wel een goed idee om er wat aluminiumfolie op te gooien, alleen om te voorkomen dat overmatige bacteriegroei en vliegen je dessert stelen.

VOLG ONS OP:

**Friet van Piet, La Carihuela**
**De Calle Decano Higueras De Castillo 66**
**Torremolinos, Malága**



# Handige telefoonnummers en informatie

## HUISARTSEN
**J.O. Landman, Torremolinos.**
Tel: 952 388 872
voor spoed Tel: 606 93 98 12
**Frank Buster, Torremolinos.**
Tel: 952 473 170 of 608 658 338
**Dr. Bernadette Veeger, El Morche**
Tel: 952 53 20 65
**Dr. Frank Buster, Mijas**
Tel: 952 47 31 70
**Dr. Henri Guemal, Fuengirola**
Tel: 952 46 19 92
**Medisch Centrum Alhaurin - Dr. Ch. M van Meer, Benalmádena**
Tel: 950 59 72 30
**Dr. Rik Heymans, Coín**
Tel: 952 52 67 75
**Dr. Bernadette Veeger, El Morche**
Tel: 952 53 20 65

## TANDARTS
**Snezana Kools, Torremolinos.**
Tel: 661 470 111
**Clínica Dental MonteBlanco, Mijas**
Tel: 952 47 59 72
**Dr. Wouter Teng, Marbella**
Tel: 952 82 73 92
**Clinica NorDental, Fuengirola**
Tel: 952 58 35 95
**Clínica Mosdental, Fuengirola**
Tel: 952 47 83 08

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

## GYNAECOLOGIE & VERLOSKUNDE
**Ziekenhuis La Serranía Nefrologi (Ronda), Capuchinos**
Tel: 951 06 50 01
**Vithas Xanit Ziekenhuis Limonar, Málaga**
Tel: 952 22 92 27
**Vithas Xanit Ziekenhuis, Benalmádena**
Tel: 952 36 71 90
**Medisch Centrum, Fuengirola**
Tel: 952 47 67 40

## APOTHEKEN (24 UUR OPEN)
U kunt de dichtsbijzijnde apotheek het beste vinden via Google Maps.
In de lijst van Google staat vermeld of deze apotheek 12 of 24 uur open is.
(Google Maps: farmacia 24 horas)

## FYSIOTHERAPIE
**Mireille Rinchard, Marbella**
Tel: 607 15 30 25
**Fysiotherapie Holandesa, Nerja**
Tel: 952 52 68 81
**Stanley Groot, Mijas**
Tel: 952 93 39 75
**Mariëlle de Bruin,Mijas**
Tel: 670 66 39 10
**Robina v/d Berge, Marbella**
Tel: 639 92 62 28

## ZIEKENHUIZEN
**Vithas Xanit Ziekenhuis - Benalmádena**
Tel: 952 36 71 90
**Ziekenhuis La Serranía Nefrologia, Ronda**
Tel: 951 06 50 01
**Medisch Centrum, Fuengirola**
Tel: 952 47 67 40
**Vithas Xanit Ziekenhuis Limonar, Málaga**
Tel: 952 22 92 27

## MOND & KAAK CHIRURGIE
**Medisch Centrum, Fuengirola**
Tel: 952 47 67 40
**Vithas Xanit Ziekenhuis, Benalmádena**
Tel: 952 36 71 90
**Vithas Xanit Ziekenhuis Limonar, Málaga**
Tel: 952 22 92 27

## THUISZORG
**Anneke Verhoeff, Benalmádena**
Tel: 952 56 21 07
**Jet Scholts, Neja**
Tel: 0031 6 34 203 090
**Bep van de Bremer, Málaga**
Tel: 687 48 72 91

## NOODNUMMERS
Algemeen noodnummer: 112
Medisch noodnummer: 061
Brandweer: 080 of 085
Nationale politie: 091
Guardia Civil: 062
Plaatselijke politie: 092 (noodgevallen)

## OVERIGE NUMMERS
Urgente medische vragen: 902 505 061
Nederlandse Ambassade: 913 537 500
Belgische Ambassade: 915 776 300
24-uurs slotenmaker: 951 440 006
Kustwacht: 900 202 202
Huiselijk geweld en misbruik: 016
Burgerbescherming: 952 126 650
Rode Kruis: 902 222 292
Uitvaartbegeleiding: 690 341 198
Postkantoor, Correos: 902 197 197 Vliegveld
Málaga: 952 048 484
Busstation Málaga: 952 350 061
Treinstation Málaga: 952 128 079

## VERKEER/ONDERWEG
Verkeer, Tráfico: 900 123 505
Reale Seguros: 902 365 240
Generali: 911 123 240
Mapfre: 902 448 844

## 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.