



¿Qué Pasa?

Hva skjer i Den Norske Klubben Costa Blanca?



Et magasin for medlemmer av Den Norske Klubben Costa Blanca og Norgesvenner

Nr. 2, april 2015

*Dette kan du lese mer
om i denne utgaven*



Månedens utstillinger



VinoGastro på medlemstur



Den gode magefølelsen



Fotballgutta er i mål!



*CostaGolfen
Turneringene er i gang*



Costa Blanca
PHYSIO THERAPY








Fysioterapeut og daglig leder
Nazanin B. Heydar





**BETAL KUN FOR BEHANDLING
IKKE FOR OPPHOLDET!**

4 Klinikker i Albir & Altea

- FYSIOTERAPI BEHANDLING
- AKUPUNKTUR
- MEDISINSK TRENINGSTERAPI
- LYMFEDRENASJE - MASSASJE
- GRUPPETRENING - BASSENGTRENING
- HELSE REISER - SPORTSREISER

Costa Blanca Physiotherapy Group SL
Calle de Narciso Yepes, 4,
03581 El Albir - Alicante
+34 966 86 71 78
info@cbphysio.es
www.cbphysio.es



NORSKE FYSIOTERAPEUTER
REFUSJON FRA HELFO

MEDLEM AV
NORSK
FYSIOTERAPEUTFORBUND



N-D
NordicHD.TV Føl deg hjemme

LANSERER NY TJENESTE I SPANIA

KVALITETS HD TV MED DE BESTE NORSKE KANALER

- Norsk kundeservice
- God tilgjengelighet med eget salgskontor i Alicante-regionen (Albir)
- Åpent 6 dager i uken (08.30-18.30)
- Gratis teknisk støtte, selv i hjemmet ditt
- Alle betalingsmetoder (bank, kredittkort, kontanter)
- Bilder i høykvalitets HD
- 2,5 Mb Internet forbindelse er nødvendig

Kundeservice: 618 483 651, +47 75 80 32 05, www.nordichd.tv

NORDIC HD S.L., Avenida del Albir 66, 03581, l'Alfàs del Pi. Kontoret ligger rett i hovedgaten, midt i mellom Den norske Bokcafé og Universal Café. Åpningstid: Mandag-Fredag 08.30-18.30, Lørdag 10.00-14.00.



10gb INTERNET

<http://www.10gb.es>

A COMPLETE SOLUTION 4 YOUR INTERNET NEEDS

Vi tar hånd om deg på hele Costa Blanca: **BENIDORM · TEULADA · ELCHE**



SYKEHUS IMED LEVANTE

Vi bryr oss om din helse

Sykehuset IMED Levante er på nivå med de beste sykehus i Europa med et høyt kvalifisert team av medisinske fagfolk, moderne fasiliteter og det siste av teknologiske fremskritt. Vi samarbeider med alle utenlandske forsikrings selskap, og de fleste spanske forsikringer. Vi hjelper deg på ditt eget språk. Vi hjelper deg også å fylle ut nødvendige papirer. Alle tjenester blir utført fortløpende, vi har IKKE ventelister.

Intensivavdeling · Røntgenavdeling · Akutthjelp 24 timer Ambulansetjeneste
Hemodynamisk avdeling · Klinisk kjemisk og mikrobiologisk laboratorium
Alle medisinsk-kirurgiske spesialiteter: Fire operasjonstuer/ Endoskopi-seksjon/ Fødestuer
Hjerterkirurgi · Fysioterapi · Hjemmebesøk ved behov · Poliklinikk
Avdeling for forebyggende medisin

SYKEHUS IMED LEVANTE
 C/ Ramón y Cajal, 7. BENIDORM
 Tlf: 966 87 87 87
 AKUTTHJELP: 900 22 33 44
 levante@imedhospitales.com
 www.imedlevante.com

POLIKLINIKK IMED TEULADA
 Carretera Moralra-Teulada, 2
 Camí del Calvari, TEULADA
 Tlf: 902 17 87 87
 teulada@imedhospitales.com
 www.imedteulada.com

Den Norske Klubben Costa Blanca N.I.F.: G-03482593

¿Qué Pasa? nr. 2, 2015
Løpende nummer: 53. Årgang: 11

Ansvarlig Utgiver,
Informasjonsrådets leder,
og sjefsredaktør:
Lisa Uttersrud
leder@dnkcb.com

Redaktør:
Bente Puig
quepasa@dnkcb.com
Tel: 645036543

Informasjonsrådet:
Lisa Uttersrud
Bente Puig
Tove Riege
Per Moe
Bjørn Væthe
Hans Svedbergh

Annonser og stoff til bladet:
quepasa@dnkcb.com
Tlf: 694 444 140

Layout, Tilretteleggelse og
Grafisk bearbeidelse:
Bente Puig/Bjørn Væthe

Klubbens besøksadresse:
Avenida de la Constitución 30
03580 Alfaz del Pi.
Tlf.: 694 444 140

Postadresse:
Den Norske Klubben Costa Blanca
Apartado nr. 34,
ES 03580 Alfaz del Pi

Klubbens hjemmeside:
www.dnkcb.com
e.post: info@dnkcb.com
Facebook:
Den Norske Klubben Costa Blanca

Åpningstider:
September til mai:
Mandag – torsdag: 10.00 – 14.00
Fredag: 10.00 - 15.00
Tirsdag til torsdag: 17.00-21.00
Sommeråpent, bestemmes senere.

Bankkontonummer Bankia:
2038-5781-43-6000033490

Annonsepriser:

Helside 300€ Halvside 175€
Kvartside 100€ 1/8 side 62,50€

Innhold i dette nummer

- 6 Klubbinformasjon
- 8 Referat fra GF
- 12 Hvem Hva Hvor
- 14 Bridge
- 16 Cava Cataluña
- 18 Vino Gastro i Villena
- 20 Medlemsmøte VinoGastro
- 22 Den gode magefølelsen
- 24 Månedens utstillter
- 26 Månedens bilde
- 28 Nordmenn før oss
- 30 Tusen takk for meg
- 32 CostaGolfen
- 34 Tanker fra en avtroppende..
- 36 Klubbsidene
- 42 Costatrimmen i Cazorla
- 48 Klubbinformasjon



Skandinaviske produkter Telf. 96 588 85 08
 Vintertid: 09.00 - 20.30 Camí de la Mar 30
 Sommertid: 09.00 - 21.00 Alfaz del Pi

SUPERMERCADO
COSTA BLANCA

ANNONSØRLISTE

10gb	s. 4	Dr. Tertit	s. 29	P. Hansen	s. 15
Adv. Chiropractic	s. 36	Eurocars	s. 38	Rochas	s. 41
Alfaz del Sol	s. 46	Europasol	s. 31	San Jorge	s. 41
Boreal	s. 51	Fysiakos	bakside	Sanden Pools	s. 26
Bricol	s. 15	H. Pedersen	s. 15	Skolen	s. 51
Cap Negret	s. 27	Himolla	s. 41	Solident	s. 15
Casa Vital	s. 51	Hogar	s. 37	Terra Natura	s. 13
CB Klinikken	s. 15	IMED	s. 4	Wipzona	s. 31
CB Nursing	s. 13	inelec	s. 40		
Cl. Benidorm	s. 47	Nordic HD	s. 3		
Cl. Dental Albir	s. 47	Nuevo Alcazar	s. 29		
Costa Bl. Physio	s. 2	Nykredit	s. 40		



Klubblederen har ordet

Kjære medlemmer i den norske klubben,

Jeg skriver min første hilsen til dere alle som nyvalgt leder i DNKCB.

I den korte tiden siden generalforsamlingen har jeg blitt møtt med så mye varme, vennlighet og gode ønsker at jeg er sikker på at vi skal arbeide godt sammen i beste norske dugnadsånd. Dette er ikke en enmanns oppgave, her er jeg én i et fellesskap, her er vi mange tillitsvalgte og frivillige som sammen gjør en innsats for at klubben skal være et godt samlingsted med mange tilbud til våre medlemmer.

Klubben er medlemmene og medlemmene er klubben!

Mine svigerforeldre var med og stiftet klubben, og jeg føler at det nå er min tur å ta del i klubbens virksomhet til glede for dem som bor eller besøker distriktet. Og en viktig ting for meg er å ha støtte og hjelp av min mann Nils og hans positive innstilling og interesse for klubben. Jeg kan love dere at jeg tar oppgaven på alvor og med dyp respekt for den innsats og det arbeid som er gjort i klubben gjennom mange, mange år – frivillighet, samarbeid og fellesinnsats og alltid med den målsetning at arbeidet i og for den norske klubben skal vise vår glede og vår respekt for det spanske samfunn vi får være en del av.

Den norske klubben har i mange år vært en bærende faktor i det norske og nordiske miljøet i vårt distrikt og med stor anerkjennelse og støtte fra det spanske samfunn vi er blitt en del av. Vårt nye klubbhus, vårt felles hjem og rammen om vår virksomhet, står der som et ruvende og imponerende resultat av innsats av frivillige gjennom mange år.

Som leder av klubben ønsker jeg å bruke alle sider av meg selv, min utdanning, erfaring både yrkesmessig og gjennom mange års arbeide i organisasjoner og frivillige foreninger.

Min økonomisk administrative utdanning og praksis håper jeg passer inn i driftens formelle krav til styring, oppfølging og kontroll; viktige oppgaver som styret og de ansvarlige frivillige forvalter sammen. Styring og ledelse er en side av lederoppgaven, hånd i hånd her går oppmerksomheten og omtanken for medlemspleien og vern om godt fellesskap og positivt ånd. Dette tror jeg best kan oppnås med åpenhet, delaktighet og vern om felles verdier.

Min helsefaglige grunnutdanning gjør at jeg kjenner og vet menneskets behov for tilhørighet og sosial aksept. Vi er alle likeverdige og vi har alle behov for å ha et nettverk rundt oss, vi trenger hverandre og vi trenger varme og fellesskap. Jeg tror at klubben for mange er en trygg og god plass til å søke sosial omgang, en god samtale og aktivitetsgruppens brede tilbud åpner for mange muligheter til stimulerende og hyggelige ting i et fint miljø og spennende, varierte aktiviteter.

Det viktigste av alt er at vi alle som medlemmer bruker klubben, deltar og støtter opp om det arbeidet som gjøres til beste for fellesskapet, trivselen og vårt gode klubbmiljø.

Jeg takker for den tillit som er vist meg og jeg vil gjøre mitt beste for å føre gode tradisjoner videre og utvikle klubben som et felles eie for alle medlemmer.

La oss sammen vise vår glede og skape engasjement for felles sak:

Tenke positivt, tenke fellesskap og hva klubben er og kan bli for oss alle.

Hilsen Lisa



Hvem sitter i styret?



Lisa

Lisa Uttersrud - leder@dnkcb.com - tlf: 620 639 723

Bjørn

Bjørn Væthe - bv@bondia.no - tlf: 664 869 471
Nestleder, styrets kontakt til VinoGastro og Costatrimmen



Bente

Bente Puig Solem - bente@spaniasbeste.com - tlf: 645 036 543
Styresekretær, styrets kontakt til Fotogruppen

Melissa

Melissa Thelwall Bjargo - mthelwall@gmail.com - tlf: 617 404 655
Styremedlem



Olav

Oddbjørn Fredriksen - oddbjfre@gmail.com - tlf: 602 550 215
Økonomiansvarlig

Olav Raaen - olav.raaen@gmail.com - tlf: 693 739 516
Styremedlem, styrets kontakt til historiegruppen

Oddbjørn

Arne Flaten - arne.flaten@elim.no - tlf.: 693 481 516
Styremedlem

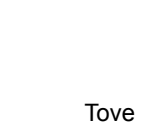


Harald

Harald Becker - becker@online.no - tlf: 693 862 688
Varamedlem

Arne

Tove Riege - tove.riege@gmail.com - tlf: 618 554 255
Varamedlem, kontakt for kunstgruppen, lyrikkgruppen og filmgruppen



Tove

Styret informerer

Etter lederskiftet på generalforsamlingen er det nå mitt ansvar som ny leder å videreføre og utvikle klubben sammen med styret og medlemmene. Ny økonomiansvarlig er Oddbjørn Fredriksen og hans kompetanse og erfaring kommer nå fellesskapet til gode. Vi har lange og gode tradisjoner i klubben med å tenke felles innsats til felles beste og jeg erfarer hver dag nå at alle gode frivillige medarbeidere og tillitsvalgte gjør en kjempeinnsats for at medlemmene skal trives og føle seg hjemme i klubben vår.

Og vårt nye klubbhus står der og viser at det nytter å jobbe for det man tror på. Huset trenger fortsatt utstyr og mindre justeringer, så la oss hjelpe til, hver på sin måte.

Våren står for døren og det betyr at grunnlovsdagen nærmer seg. Og her i Alfaz del Pi skal vi markere dagen fra morgen til kveld, så jeg ber dere følge med på oppslag og informasjon, som blir sendt ut. Kommunen støtter oss og sammen med den norske skolen inviterer vi til tradisjonell feiring med tog, taler og leker og underholdning for barna. Dette skal bli en fin markering av Norges nasjonaldag her i Alfaz.

Ønsker til slutt alle en god vår og sommer og på gjensyn i klubben.

Hilsen Lisa

Gavekontoen i BANKIA er fortsatt åpen

Vi ønsket oss et eget klubbhus – nå har vi det! Lukk øynene en liten stund og tenk tilbake på den gangen vi etablerte vårt første hjem. For klubben var det leilighetene i Alfaz i 1990.

Mange av oss husker da vi bygget eller kjøpte vårt første hus, tenk på alt vi trengte den gangen for å komme i orden.

Sånn er det for klubben også.

Vi ønsker oss følgende for "å komme i orden": i auditoriet (2 etg.) ønsker vi oss en flyttbar lydtett vegg, sånn som de har på konferansehotellene, en slik vegg koster ca.€ 30.000,-. Med en slik vegg kan flere bruke auditoriet samtidig.

I kafeen ønsker vi oss først og fremst en vektorovn, en sånn som de proffe kjøkenene har, en slik en koster ca. € 5.000,-. Får vi råd til en slik ovn kan vi selv lage VARME festmiddager både til 17 mai, julaften, nyttårsaften, bursdager..... Tenk på det.

Kontonummeret er: BANKIA 20138.5781.43.6000033490

EN STOR TAKK TIL ALLE SOM ER MED OG BIDRAR!



REFERAT FRA GENERALFORSAMLINGEN DEN NORSKE KLUBBEN COSTA BLANCA 9. mars 2015 i Hotel Kaktus

Sak 1 Åpning av Generalforsamlingen

Klokken 1800 var færre enn en tredjedel av de stemmeberettigede til stede og innkalling nr. 2 ble berammet til kl. 1830 i henhold til vedtektenes §14. Antall fremmøtte var 178 pluss 20 fullmakter, tilsammen 198 stemmeberettigede medlemmer.

Sak 2 Konstituering

Styret utpekte Bjørg Svedbergh til møteleder (iht.vedtektenes artikkel 13)

Styrets sekretær Bente Puig var referent (iht. vedtektenes artikkel 13h)

Kari Mølsæter ble av styret foreslått som medreferent.

Vedtak: Kari Mølsæter ble valgt til medreferent

Stemmetall: Vedtatt ved akklamasjon

Sak 3 Styrets årsberetning for 2014

Bjørg Svedbergh leste styrets årsberetning for 2014.

Vedtak: Styrets årsberetning ble godkjent.

Stemmetall: Vedtatt ved akklamasjon

Sak 4 Regnskap og revisjonsberetning

Bjørg Svedbergh gjennomgikk hovedpunktene og gjorde oppmerksom på at budsjett-tallene for 2014 er tallene for 2013, samt at det er en summeringsfeil i UB-2013. Disse tallene er historiske, og uten betydning for årets regnskap og budsjett.

Aud Aasen hadde kommentarer til kravet fra kommunen for 3 års tomteleie fra mai 2011. Hun stilte spørsmål om fra hvilket tidspunkt styreleder visste om kravet. I tillegg spurte hun om revisor visste om kravet.

Bjørg Svedbergh redegjorde for historikken om tomteavtalen. Klubben hadde en muntlig avtale om ikke å betale tomteleie før vi hadde huset ferdig. Denne ble endret pga. politisk uenighet i kommunen, slik at DNKCB må betale tomteleie fra dag en. 15. januar 2015 kom kravet fra kommunen om 3 års tomteleie. Kommunen har kommet med en nedbetalingsplan for skyldig tomteleie.

Revisor Rolf Kvam bekreftet at revisor hadde fått vite om kravet i 2015.

«Forbehold fra revisor» i Revisorerklæring 2014

Jarle Ørnebo, representant for æresmedlem Bjørn Wahl, anmodet om at vi brukte lineære avskrivninger i regnskapsperioden som kommer. Han påpekte at det var divergerende oppfatning om anleggsmidler hos revisorene. Han stilte spørsmål om hvordan konsesjonsavtalen som Den Norske Klubben har inngått skal forstås.

Revisor Rolf Kvam redegjorde for sitt syn og kom med følgende konklusjon:

«Etter 25 år vil den økonomiske verdien av konsesjonsavtalen, slik denne revisoren ser det, være uttømt. Ønsker å avskrive over 25 år.»

Revisor Elsa Østerman hadde et annet syn. Hun uttalte at det hadde vært god informasjon under hele prosessen og at hun aldri hadde vært i tvil om at alt er korrekt. Hun støttet ikke forbeholdet til revisor Rolf Kvam.

Vedtak: Regnskap og revisjonsberetning for 2014 ble godkjent

Stemmetall: Ved akklamasjon

Sak 5 Fastsettelse av kontingent for 2016

Styret foreslår at årskontingent, helårsmeldemsskap 2016, forblir uendret.

Vedtak: Medlemskontingenten for 2016 forblir uendret, 50 euro for helårsmedlemskap

Stemmetall: Ved akklamasjon

Sak 6 Styrets forslag til budsjett for 2015

Vedtak: Styrets forslag til budsjett 2015 ble godkjent

Stemmetall: Ved akklamasjon

Sak 7 Valg

a) Valgkomitéen

Leder av valgkomitéen, Kari Kvæken, orienterte om valgkomitéens arbeid og innstilling, og styrets forslag til nye medlemmer i komitéen.

Verv	Navn	Periode
Leder	Bjørg Svedbergh	Velges for 2 år
Medlem	Einar Torwig	Ikke på valg
Medlem	Knut Lithell	Ikke på valg
Varamedlem	Tormod Seljevoll	Velges for 2 år

Vedtak: Styrets forslag til ny valgkomité ble godkjent

Stemmetall: Valgt ved akklamasjon

b) Valg av nytt styre

Kari Kvæken leste valgkomitéens forslag

Vedtak: Valgkomitéens innstilling til Generalforsamlingen ble vedtatt.

Stemmetall: Valgt ved akklamasjon

Det nye styre er som følger:

Verv	Navn	Periode
Leder	Lisa Uttersrud	Valgt for 2 år
Nestleder	Bjørn Væthe	Ikke på valg
Økonomiansvarlig	Oddbjørn Fredriksen	Valgt for 2 år
Styresekretær	Bente Puig Solem	Ikke på valg
Styremedlem	Arne Flaten	Valgt for 2 år
Styremedlem	Melissa Thelwall Bjargo	Ikke på valg
Styremedlem	Olav Raaen	Ikke på valg
Varamedlem	Harald Becker	Valgt for 2 år
Varamedlem	Tove Riege	Valgt for 2 år

c) Valg av revisor

Generalforsamlingen skal velge 2 kvalifiserte revisorer og 1 varamedlem, hver for 2 år. Kari Kvæken leste valgkomitéens enstemmige innstilling.

Vedtak: Valgkomitéens innstilling til valg av revisor ble vedtatt.

Stemmetall: Valgt ved akklamasjon

Klubbens revisorer er etter dette:

Verv	Navn	Periode
Revisor	Rolf Kvam	Ikke på valg
Revisor	Halfdan Lie	Valgt for 2 år
Vararevisor	Trond Michelsen	Valgt for 2 år

Sak 8 Forslag fra medlemmer og styret

1) Ekskluderings sak

Björg Svedbergh leste opp følgende orientering om bakgrunnen for ekskluderings saken mot Arne Tollefsen:

«Denne høsten har det kommet grove beskyldninger mot styret i klubben og våre samarbeidspartnere gjennom ett av våre medlemmer, Arne Tollefsen. Det har vært beskyldninger om korrupsjon og underslag av 300 000 euro, og at styret bruker mafiametoder.

Det har vært spredd usannheter på en lokal TV-stasjon, 7 dias Alfas, i avisen El Pais, og i diverse internasjonale aviser. Nettavisen.no har publisert flere artikler.

Styret ved leder har blitt anmeldt til Fiscalia de anticorrupcion (statsadvokat for antikorupsjon). Disse beskyldningene har ingen rot i virkeligheten. Arne Tollefsen nekter å godta de svar han har fått ved sine utallige henvendelser til styret, og han nekter å godta vedtak som er fattet av generalforsamlingen. Dette har medført mye ekstraarbeid for styret i tillegg til kostnader for klubben.

Det ble åpnet en ekskluderingsmappe på Arne Tollefsen, og dette ble først meddelt han i medlemsmøtet 24. november 2014, og i brev form samme dag.

Senere ble han i rekommandert brev av 29. desember 2014 informert om at det var oppnevnt en komité på tre personer som skulle vurdere og fremme forslag til styret i saken. Arne Tollefsen ble orientert om at han hadde anledning til å uttale seg til denne komitéen, skriftlig eller i et møte, før den foretok sin konklusjon, noe han unnlot å gjøre. Komitéen, som har bestått av Jørgen Juel-Larsen, Einar Torwig og Tor Erik Ryan Jonassen, leverte sin innstilling 29. januar 2015. Komitéen forslag til styret var suspensjon i 2 år, hvor han må oppfylle visse betingelser, hvis han skulle bli gjenopptatt som medlem. Styret har valgt å gå for ekskludering.»

Björg Svedbergh påpekte at saken ikke gjaldt Arne Tollefsens meninger, men injurierende uttalelser.

Uttalelser fra statsadvokatens kontor i Benidorm viste at det ikke er har foregått noe kritikkverdig med DNKCB's byggeprosess.

Arkitekten som Arne Tollefsen har brukt som sakkyndig, har i en dom fra den spanske arkitektforeningen blitt suspendert for 1 år og 1 dag.

Harald Berge leste et innlegg fra Arne Tollefsen der han bl.a. hevdet at klubben ikke har rett til å suspendere han.

Arild Koch hadde et innlegg der han på generelt og prinsipielt grunnlag var skeptisk til muligheten for ekskludering i frivillige organisasjoner.

Vigdis L'Orsa ga Björg Svedbergh sin uforbeholdne støtte i denne ekskluderings saken.

Vedtak: Medlem nr. 10605 Arne Tollefsen ble ekskludert fra medlemskap i DNKCB. Arne Tollefsen kan bare oppnå nytt medlemskap i DNKCB hvis et fremtidig styre anbefaler det overfor Generalforsamlingen.

Stemmetall: Flertall ved skriftlig avstemming; 175 JA - 15 BLANKE - 8 NEI

2) Kjøp av tomten

Pga. all oppmerksomheten i klubben rundt konsesjonsavtalen DNKCB har med L'Alfas del Pi kommune, ønsker styret å se på mulighetene for å kjøpe tomten klubbhuset står på. I 2013 kom en ny lov som åpner for en slik mulighet. Med dagens prisnivå regner man med at tomten vil koste ca. 100 000 euro.

Jørgen Juel-Larsen uttalte at han legger 10 000 euro i potten, hvis vi går for å kjøpe tomten.

Det kom til en meningsutveksling, der det var argumenter både for og mot et slikt tomte kjøp.

Björg Svedbergh kom med forslag om at styret kunne få mulighet til å forhandle om kjøp av tomt, men ikke slutføre handelen. Hvis det blir aktuelt, vil det bli tatt opp på en ekstraordinær eller evt. senere generalforsamling.

Vedtak: Styret i DNKCB gis mulighet til å forhandle om kjøp av tomten klubbhuset står på, men ikke slutføre handelen.

Stemmetall: Ved akklamasjon

Som avslutning overrakte Bjørn Væthe blomster til avgående leder i valgkomitéen, Kari Kvæken, avgående revisor Elsa Østerman og avgående styreleder Björg Svedbergh.

Alfaz del Pi, 11. mars 2015

Bente Puig Solem
referent

Kari Mølsæter
medreferent

Arkitekten som utførte taksten på huset på bestilling fra Arne Tollefsen, har fått følgende dom fra Arkitektkollegiet i Comunidad Valenciana.

Et resyme av de viktigste punktene.

Fecha 13 de febrero de 2015

Sr. Juan Antonio Alberdi betjente sin kunde Sr. Arne Tollefsen med mangel på profesjonalitet, da det ble lagt til grunn upresise og ufullstendige data, og han benyttet feil metoder og beregninger som resulterte i en rapport som manglet nøyaktighet, objektivitet og sannhet som resulterte i en falsk (uriktig) fremstilling vedr. de totale kostnader

Dessuten har Sr. Alberdi forvirret Sr. Tollefsen ved å undertegne en rapport med en tilføyelse "perito judicial" da dette ikke er en stilling, kun en benevnelse de gangene man kan bli tilkalt til et spesifikt oppdrag fra rettsvesenet.

III.- Consideración final de la Comisión. (Slutning)

I følge de etiske regler innen statuttene til del Colegio Oficial de Arquitectos, har den etiske komiteen som har behandlet saken mot Sr. Alberdi, kommet til følgende konklusjon:

At rapporten mangler objektivitet og sannferdighet.

At den ga falsk/løgnaktig informasjon.

At den har forårsaket skade for D. Jaime Martín da denne rapport ble offentlig publisert.

At forfatter av denne rapport mangler lojalitet og redelighet mellom arkitektkolleger.

At han tok et oppdrag fra Sr. Tollefsen med mangel på profesjonalitet.

Sr. Alberdis handlinger bryter med retningslinjene for Arkitektkollegiumet (Normas Deontológicas de los Arquitectos) i mer enn seks artikler innen regelverket Código Deontológico.

DENNE KOMMISSJONEN AKSEPTERER FULLT UT KLAGEN FRA ANMELDER I SAKEN DA MAN ANSER AT DET ER FORÅRSAKET SKADE, OG BRUDD PÅ DE ETISKE RETNINGSREGLER SOM ER VEILEDER/RETNINGSLINJER FOR ARKITEKTENES PROFESJONELLE HANDLINGER. FØLGENDE SANKSJON FASTSETTES FOR SR.ALBERDI: SUSPENSJON FRA Å UTØVE SOM PROFESJONELL ARKITEKT FOR EN TID AV 1 ÅR OG EN DAG.

UTDRAG AV DOKUMENTASJON RESYMERT AV

Benito Sáez Vicente-Almazán

ABOGADO Col. 6549

Dommen kan ankes.

HVEM HVA HVOR? er artikler som er ment å være en praktisk hjelp i det spanske byråkrati og andre situasjoner der vi norske som oppholder oss i Spania kan bli informert om det offentlige spanske systemet og dets "irrganger" og hva man kan ha rett til av tjenester.

Hvem Hva Hvor?

HVA SKJER I DET POLITISKE SPANIA?



Av Angelica Majos,
Spansk/norsk
sosiolog

Spania i førvalgsperiode



Alt som skjer nå fremover mot regjeringsvalget i Spania vil bli en spennende periode. I desember går det spanske folk til valg.

Mye har skjedd siden forrige valg da høyrepartiet Partido Popular fikk fullt flertall for sin regjering. Den regjeringen som overtok etter

det spanske sosialistpartiet fikk en vanskelig oppgave da landet opplevde en økonomisk krise nesten uten sidestykke som fortsatt har satt sine spor og som mange spanjoler mener langt fra er over. Regjeringen på sin side viser til fremgang og stigning i nasjonalproduktet samt styrke

nok til å nedbetale gjeld til EU og det internasjonale pengefond, som ble gitt under den lange krisen. Spania er nå det landet i Europa som har mest stigning i nasjonalproduktet. Selv om denne er liten så overgår de faktisk så mektige land som Tyskland og Storbritannia. Arbeidsløsheten,

som er den høyeste i Europa, viser liten forandring og er til størst bekymring hos spanjoler flest. Regjeringen, derimot, viser til mer positive tall selv om mange arbeidskontrakter ikke er av fast varighet. Panoramet for de dette rammer er fortsatt svart, for ikke å si "beksvar". Vi er vitner

til at arbeidsløsheten har skapt et stort skille i folket som betegnes som fattige. Mange har mistet sine boliger og må få hjelp av Cáritas og andre veldighetsorganisasjoner til mat og klær.

Samtidig stryker stadig politikere på høyt nivå og andre med stort økonomisk ansvar, i banker etc., inn i spanske fengsler for underslag og overføringer av svarte penger, millioner til pengeparadiser i Amerika, Sveits, Andorra og andre skatteparadiser.

Pengeforbruk av luksusartikler har steget voldsomt, og gapet mellom fattige og rike i Spania blir stadig større. En slik situasjon har skapt enorm misnøye blant

den vanlige befolkningen og de som er direkte rammet har vist sitt sinne i demonstrasjoner av mange slag i Spanias gater. Demonstrasjoner som er slått ned med hard hånd i mange tilfeller.

Valg-galluppen viser nå resultatene av dette, da de to hittill største partiene Partido Popular og Partido Socialista mister mange stemmer til fordel for andre partier. Sosialistpartiet er de som har mistet flest stemmer, og det nye partiet PODEMOS har hatt en utrolig oppgang, som nok vil bety at de blir det største partiet etter Partido Popular, eller sammen med Partido Popular ved valgene i desember. Podemos har fått mye kritikk for sin marxistiske profil,

spesielt blant deres ledere, men de har fått de misfornøyde velgerne som har fått nok av arbeidsløshet, fattigdom og korrupsjon, og nå ønsker en dyp forandring i det spanske styre og stell.

Ellers finnes de andre partiene som hittil sammen med det sosialistiske parti har sittet i opposisjonen. Izquierda Unida (sosialistisk venstrevridt), parti som med årene har mistet sin styrke), hvorav mange av deres velgere nok vil gå over til Podemos. UpyD, et venstreparti og Ciudadanos, et høyreorientert ganske nytt parti som nok vil få mange velgere fra dagens regjeringsparti på grunn av alle korrupsjonsskandalene i Partido Popular. Cataluña

er en sak for seg da de nasjonalistiske partiene ønsker å skille seg fra Spania og bli egen stat. Det samme, om enn ikke så drastisk, er de baskiske nasjonalistpartiene.

I tiden før valget kan det dessuten dukke opp nye sammensetninger av partier. Trenden ser ut til at de hittill dominerende partiene, som har styrt Spania de siste årene, vil bli svekket til fordel for de nye partiene og ville i alle tilfeller måtte inngå kompromisser som de hittil ikke har behovd.

Spennende skal det bli uansett å se resultatene når den tiden kommer!



Bridge ♥ ♣ ♦ ♠

MARS 2015



Planlegge spillet dét er spørsmålet!

Nord		Øst	
♠	J 9 5 4	♠	7
♥	8 4 3	♥	K J 6 2
♦	E D 7	♦	K J 5
♣	D 8 5	♣	K 10 9 7 3
Vest		Syd	
♠	2	♠	E K D 10 8 6 3
♥	D 10 7 5	♥	E 9
♦	8 4 3 2	♦	10 9 6
♣	E J 4 2	♣	6

Hvis Vest stikker første kløverstikk med E, går spilleren bet. Og enda morsommere er det da å styre motspillet og fortsette med Ruter tilbake til Østs K og J.

Vigdis

Her kan det se ut til at åpningsmeldingen fra Syd - 4 Spar -var vel optimistisk. 9 stikk er ingen kunst, men å få det 10ende? En rutinert bridgespiller vil kanskje også gå bet her, hva vet jeg. Spillet kan vinnes hvis spilleren har is i magen og gjør som følger når Vest spiller ut Hj.5. Syd lar Østs K få beholde stikket fordi Syd tar stikk når neste Hj. spilles. Så spiller han Kløver 6 og bordets Dame blir selvfølgelig stukket av Østs K. Øst har nå fått 2 stikk og spilleren sitter fremdeles med Ruterfargen som ser ut til å være problemet. Øst fortsetter med Hjerter som stikkes. Syd spiller seg inn på bordet 2 ganger for å trumfe Kløver. Jeg stakk høyt på hånden for ikke å miste kontrollen. Det var godt å beholde J på bordet i tilfelle jeg hadde glemt et kort (noe jeg dessverre gjør litt for ofte). Med Hjerter og Kløver eliminert, trekker Syd Ruter 9 fra egen hånd og lar den løpe – Øst får for J, men dermed er det også slutt. Samme hva han spiller, er kontrakten vunnet.



Byggefirma i Albir



Mange års erfaring i byggebransjen i Spania.

Besøk vår nettside www.peterhansenbygg.com for å se nye hus, prosjekter, svømmebasseng kjøkken og andre byggearbeider vi har gjort. Vi kan gi referanser fra våre kunder.

Vi snakker norsk - i firmaet har vi egen arkitekt, snekker, elektriker, rørlegger og andre 18 byggearbeidere.

Peter Hansen Guerra
0034 647 732 709

Liv Rolfsen
0034 647 456 977

www.dnkc.com

LEGESENTERET Costa Blanca Klinikken

Almennpraktikerne har norsk og spansk legeautorisasjon

Åpningstider:

Man-Fred: 9.00 - 14.00 Lør: 9.30 - 13.30

- Blodprøver/vaksiner
- Hjemmebesøk
- Spesialister

Vi samarbeider med Hospital IMED Levante

Øyeblikkelig hjelp: Ring Rita på 649 542 252

Tlf: 966 86 86 86 / 966 86 88 86

Adr: Calle Joaquin Turina no. 4 - Albir

Tannlege Hallgeir Pedersen

Ny Norsk Tannklinikk i Alfaz del Pi

ønsker alle pasienter
velkommen til
kontoret på Plaza del Sol
i Urb. Alfaz del Sol

Timebestilling på tlf. 966 860 857



BRICOL
BYGGEVARER OG VERKTØY

C/ Calvari, 43
03580 L'ALFAS DEL PI (Alicante)
Telf: 965 88 79 56 - 965 88 88 52
Fax: 965 88 95 26
bricol@grupobdb.com bricol@bricol.es
www.bricol.es

BRICOL HOME

MØBLER - INNREDNING - OPPUSSING

Innredning etter mål
Oppussing av bad, kjøkken, terrasse, basseng
Vi snakker engelsk

C/Calvari, 43 - Alfaz del Pi 03580 (ALICANTE)
Tel: 96 686 00 31 - 965 88 79 56
Fax: 965 88 95 26

Email: bricolhome@bricol.es
www.bricolhome.es

Cava - Cataluña

Vel verdt et besøk!

Det er mange eksperter som mener at kvaliteten på Cava de seneste 10 årene har blitt svært bra. Fra et billig og søtlig produkt til dagens knusktørre, chic og hipp, fra kvantitet til kvalitet, noe som også merkes i Robert Parkers poengsetting, hvor flere Cava'er nå har passert 90 poeng, og ingen vinrangering er mer tonegivende enn hans. Slik avsluttet vi artikkelen om Cava i QP nr. 2-2014, side 18 og 19.

Utgaven med artikkelen finner du på våre nettsider.

Nå i 2015 lanserer VinoGastro en spesiell høsttur til Cataluña med besøk hos Cava-produsenter og gastronomiske opplevelser i historiske Barcelona. Vi tenkte derfor at å lære litt mer om Spanias sprudlende festdrikk ville vær nyttig før du drar av sted.

I følge spansk lov, skal all Cava produseres i henhold til Método Tradicional. Den tradisjonelle metoden innebærer at vinen lages etter samme metode som blir brukt i produksjonen av Frankrikes Champagne. Men all musserende vin som produseres i Spania er ikke Cava. Bare spanske bobler som hører hjemme i DO Cava får den ettertraktede betegnelsen, og disse flaskene gjenkjennes på stjernen med de fire spissene som stemples på undersiden av hver kork. Hvert enkelt DO har et kontrollorgan, Consejo Regulador, som påser at reglene følges og at Cavans varemerke beskyttes.

Cava er til forskjell fra sin kusine Champagnen ikke en geografisk betegnelse. Tvert i mot er DO Cava den eneste DO som dekker flere regioner. Cataluña, Baskerland, Rioja, Navarra, Aragón, Extremadura, Castilla-León og Valencia. For å komme rundt de EU-reglene som krevde at hvert nytt DO skulle ha en spesifikk geografisk avgrensning, oppga Spania 159

byer over hele landet som den geografiske avgrensningen – dette var byer hvor man hadde tradisjon med å produsere musserende vin etter champagne-metoden.

DO Cava regulerer også hvilke druetyper som kan brukes i Cavaproduksjonen. De spanske druene som brukes er Xarel Lo, Parellada, Macabeo, Monastrell, Garnacha, Subirat og Trepát. I tillegg brukes importerte druesorter, Chardonnay er tillat fra 1986 og Pinot Noir for rosé, og fra 2007 også for all Cavaproduksjon. Disse internasjonale druetyperne, som også kjennes fra Champagnen, blir nå flittig brukt i Spania, noe som vekker blandede følelser og deler produsentene inn i to leire: de moderne og de tradisjonelle. De moderne mener at smaken er vinneren og at de "nye" druene er mer gangbare på det internasjonale markedet. De tradisjonelle hevder at introduksjonen av de nye druene er unødvendig og bare skaper en ensretting av smaken. Det får være som det vil, men trenden er tydelig: de "nye" druene forekommer i flere og flere Cavaer.

Cava består altså i utgangspunktet av druer fra et enormt geografisk område, men er likevel en vinstil. Hva er forskjellen på Cava og Champagne? Egentlig

alt og ingenting. Ingenting - dersom vi ser på hvordan vinen fremstilles. Teknikken er den samme med to gjæringer, én i tank eller på fat og den andre på flaske. Alt – når det kommer til de myriader av faktorer som påvirker hvordan en vin smaker. Mens det i Champagne ikke er lov med kunstig vanning og at det kun er lov å bruke de tre druesortene, Chardonnay, Pinot Noir og Pinot Meunier, så har cavaprodusentene muligheten til å vanne når det er tørt og står friere i valg av druetyper. Rent generelt kan vi nok si at Cava er fruktigere en Champagne. Mye av den Cava som selges, spesielt utenfor Spania, er også av en enklere karakter. Men påstanden om at Cava skulle være en enklere drikk, mindre kompleks og mangle det elegante snitt, som mange mener finnes nettopp i Champagnen, er helt enkelt ikke sant. Det finnes Cava av ypperste kvalitet, som har minst like mange smaksfasetter og eleganse som Champagne. Spennvidden i Cava-tilbudet er enormt. Ett av Cavans absolutte fordeler er den lave prisen, men lavprisprofilen er samtidig en utfordring, spesielt for de produsentene som er innstilt på høy kvalitet. Vinkjennere utenfor Cataluña og Spania har helt enkelt hatt vanskeligheter med å anse Cava som noe annet enn billig boble-vin. Noe av skylden for dette ligger nok hos gigantene Freixenet og Codorníu. Selvfølgelig lager disse bransjedominantene også noen fine kvalitetsviner, men mesteparten er av den enklere typen. Spesielt gjelder det for den eksporterte varen. Det er nok nær sannheten at de enkle sendes ut i verden, mens de som kvalitetsmessig "matcher" mange av de gode Champagner

har en tendens til å bli igjen i Cataluña. Utfordringen vi som vinelskere får, er å lete frem de gode med høy kvalitet i det enorme utvalget av rimeligere varianter som fyller butikkenes hyller.

Robert Parkers poengsetting har betydning, når flere Cavaer nå har passert 90 poeng er Cataluña på rett vei. Dette sto å lese på www.vinetur.com: "Los Cavas de Gramona puntuados hasta 94 puntos en "The Wine Advocate" a la espera de la puntuación del Cava Celler Battle, su Cava insignia".

Dette fremskrittet merkes først og fremst hos de mindre merkene fra Penedés som taper bobler av det fineste slaget. Mye av det beste kommer fra familiedrevne vingårder, og utviklingen peker fremover mot en mer kompleks og langlagret Cava. Der det tidligere manglet Cava med ambisjoner på bordet – dukker det nå opp noen som er proppfulle. Med knusktørre bobler, vintagecava og prestige Brut Cuvées skal vinkjennere verden over forføres. Produsenter som Gramona, Mestres, Parxet, Sumarroca og Augustí Torelló har kommet seg inn på områder der Champagnen tidligere tronet i ensom majestet – de stjernestrødde spisestedene. Spanias internasjonalt berømte restauranter

som El Bullí, Arzak, Can Fabes og Martín Berasategui har alle mottatt tre Michelinstjerner og møter kjøkenets høye ambisjoner med Cava-produsentenes.

Dette er en fremskritt som ennå ikke er oppdaget av alle – Cava er fortsatt av mange stemplet som spansk lavprischampagne – et rykte det er vanskelig å få visket bort.





VinoGastro medlemstur til fantastiske Villena og Bodegas Francisco Gómez tirsdag 24. februar



Ja, så populær at det måtte kjøres en ekstratur 3. mars.

Torhild Borsheim fikk sin ilddåp som guide på sin første tur i VinoGastro regi, og for en ilddåp. Hun hadde virkelig gjort hjemmeleksa. Turen var gått opp på forhånd, her er Torhild med sin mann Arne



Turen startet med buss fra La Nucía Fotball, den var virkelig glimrende, og sjåføren en artig fyr, som selv ville bestemme hvor han skulle kjøre, hvilket medførte at vi på vei til Bodegas Francisco Gómez fikk stifte bekjentskap med den indre kjerne av Villena. Tro meg, de gatene er ikke beregnet på en stor buss, men han fikk da demonstrert sine sjåførkunnskaper og, med all respekt, de var meget gode. Han kunne ha valgt en lettere rute rundt Villena, men nei da, ikke denne gutten.

Vel fremme på Bodegaen, var vår ene guide klar med den første gruppen, og startet med å vise det utrolige underjordiske kapellet.



Det var virkelig en god start på en interessant rundtur, som var annerledes enn mange andre bodegabesøk. Vi fikk se de store ståltankene til vinen, men det var i kjelleren det var spennende. Det første vi så var selvsagt masse vinfat, men det som kanskje imponerte mest var 32 fresker (veggmalerier) på veggene som fortalte sin historie.



Bodegas Francisco Gómez er ingen gammel bodega, bygget rundt millenium. Men det har

vært vinproduksjon i mange år på en stor finca, som ble kjøpt opp i 1992. Det er ca. 33.000 mål jord, ikke alt dyrkes, men det er vinstokker og oliventrær så langt øyet rekker. Bodegaen har en stor produksjon av olivenolje.



På vår fortsatte tur i kjelleren kom vi til bodegaens vinjuvel, en eksklusiv vin som lagres i mange år og som koster ca. 370 euro per flaske. Den var vel ikke for nordmenn på tur. Kundene er folk som trenger å bli sett, men vi fikk dufte, ikke smake. Bodegaen inneholder en eksklusiv vinklubb hvor det er 1100 vin-nisjer som kan kjøpes eller leies. Der kan eierne komme med sine gjester og nyte vinens gleder.

Etter hvert kom vi til overflaten, etter fotografering etc., dette var jo det mange hadde sett fram til – vinsmaking! Det var hele 4 forskjellige viner som skulle tes-

tes, sammen med gårdens egne hjemmelagede pølser, brød etc. Det ble et helt lite måltid, og det var nok velkomment, klokken var blitt ca. 12.00.



For mange, det viktigste gjenstod – å handle vin. Det var mange muligheter med priser fra 3 euro og opp til før omtalte 370. VinoGastro hadde fått et tilbud: "kjøp 12 flasker årgangsvin 2007 for 7 euro per flaske og du får 6 flasker årgang 2006 med på kjøpet". I tillegg fikk vi 8 euro tilbake, som vi hadde betalt i inngangspenger. Mange på begge turer benyttet tilbudet, en meget god vin. Jo mer folk kjøpte desto billigere ble jo turen, hehe.



Neste stopp på programmet var det arkeologiske museum, for å se den berømte gullskatten som, ved en tilfeldighet, ble funnet i 1963 rett utenfor Villena. Den er imponerende, ett gullarmbånd som veier 500 gr. (stakkars jente), men det fineste var et armbånd i jern. Jern var ikke kjent på den tiden, så derfor var det finere enn gull!!!



Bo og Pian (DK og SU)

Nå var sulten påtagelig. Heldigvis var det kort tur til vår restaurant La Teja Azul, hvor alltid smilende Pipè og hennes mann The Chef var klar til å ta imot oss.

For en Gastronomisk opplevelse:

Ristet brød med fersk tomat og allioli

Grillet Middelhavs-akkar

Salat med ost og nøtter

Kalv tender sirloin med foie og portvinssaus

Et utvalg av 4 forskjellige desserter

Rødvin Francisco Gómez, Vann/mineralvann

Kaffe

En gastronomisk opplevelse av de helt skjeldne, men så var det også byens beste restaurant med Michelin-omtale og med i Valencias gastronomi-kalender for 2015.



Lisa (nye leder i DNKCB) og Nils)



Babs og Bjørn Schullstrøm (S)

Stemningen var upåklagelig. Turen var veldig nordisk, vi manglet bare Island. Vi koste oss i hele restauranten, som for anledningen var stengt, ved egne små og mellomstore bord.

Enhver god dag får sin slutt. Det gjorde også denne. Vi var tilbake ved klubben ca. kl. 19.00. Det var stille i bussen hjem. Vi takket alle Torhild for en fantastisk opplevelse.

Skal ikke gjenta meg selv, men turen uken etter var minst like vellykket.

Vil du har en matopplevelse, ta turen til Villena, vel en time i bil. Bestill bord på La Teja Azul, Tlf. 96 534 82 34 Pepi snakker glimrende engelsk.

Bruk medlemskortet ditt aktivt!

Benytt fordelene!

For mer informasjon, se medlemsfordelene bakerst i bladet.

Det er mye penger å spare på å være medlem i klubben!



Medlemsmøte 17. mars 2015

En ny VinoGastro suksess, mer enn 100 forventningsfulle medlemmer av VinoGastro kom til det siste medlemsmøtet i DNKCBs bodega.

Tema denne gangen var olivenolje og oliven ved Olav Raaen. Men innen vi kom så langt var lotterisalget i gang, vi må huske at alt medlemmene får servert betaler de ikke for, altså gratis. Det som driver hele møtet og VinoGastro er salg av lodd, og der er dere utrolig flinke til å kjøpe. Vi kunne sikkert ha solgt flere, men jeg synes, når dere kjøper mer enn 1000 lodd, så viser det en så positiv holdning til det VinoGastro står for.

Førstegevinsten var, som sedvanlig, middag for to personer på ELIDA'S STEAKHOUSE, som nå også har åpent fra 13.00 til 17.00 med norske hverdagsretter. Stor takk til Aksel og Ann-Kristin. Denne gangen kom en av våre annonsører med gevinster, 2x3 fl. god rødvin.

I tillegg var det mer enn 15 gevinster. Vinen kom tidlig på bordet og med den stemningen! Olav – vår munnskjenk, hadde funnet en aldeles utmerket Faustino, som tydelig falt i smak.



Etter hvert kom Olav i gang med sitt foredrag om Oliven og Olivenolje, og for en kunnskap!



Ikke visste jeg at det er med olivenolje som med vin, mange forskjellige sorter og smaker.



Olav og kjøkkenet, med våre flotte jenter, hadde tilberedt forskjellige skåler med olje og honning, sammen med brød, skinke, ost og annet godt. Og ikke visste jeg at revne appelsiner med, jeg tror det var Timian-honning, var så godt.

All den informasjonen som Olav kom med blir det for mye og komme inn på her, vi får se om vi klarer å samle alt og legge det ut på våre hjemmesider, men jeg fikk med meg at:

- Picual står for 50% av spanske avlinger og at oljen er lett søtlig og fuktig, med et syrenivå på kun 0,4%.
- Hojiblanca dyrket kun syd i Spania og står for 15 % av landets produksjon, en frisk og søtlig olje med noe bitterhet.

Cornicabra blandes ofte med Hojiblanca på grunn av den karakteristiske rustikke og bitre ettersmak. Picuda er lite utbredt. Den gir stor avkastning, modner sent og må plukkes for hånd.

www.dnkcb.com



Arbequina er den viktigste oljen i Cataluña, det er små oliven meget fuktig og søt med en smak av epler og tropisk frukt, i Cataluña benyttes den først og fremst i retter av fisk og skalldyr. Empeltre benyttes mest i det nordligste Spania, gir relativt lette myke oljer med mandelpreg

Terminologi:

Mandel: en touch av ren mandelsmak gjenfinnes ofte i jomfruolje
Bitter: Jo mindre modne olivenen er når de blir presset, desto bitrere olje.

Søt: sødmefyllt, men ikke søtlig smak.

Fuktig: Noen oljer dufter rett og slett frisk frukt.

Gressaktig: Assosiasjonen noen olje gir av nyklippet plen.

Epler: Oljebasert på blant annet Arbequina-oliven har ofte epleaktig aroma.

Skap: Oljelaget av grønne oliven har ofte en ganske stram og gjennomtrengende duft

Det skilles mellom følgende jomfruoljer.

Extra jomfruolje: Olje med perfekt smak og aroma. Maks. 1 % syre.

Fin Jomfruolje: Olje med perfekt smak og aroma. Mindre enn 1,5 % syre.

Vanlig jomfruolje: Olje med god smak og aroma. Mindre enn 3 % syre.

www.dnkcb.com



Stemningen var upåklagelig, gikk nesten gjennom taket og når Bjørn satte i gang med loddtrekning, godt hjulpet av Oddbjørn og Bjarne, var det bare euforisk. Her må vi ikke glemme historiene som serveres, jeg undrer om mange bare venter på hva kommer Bjørn med nå – han er flink.

Møtet varte litt lengre en vanlig, hvilket jeg tolker som at vi har det godt, hvorfor skal vi gå?



Vel, langt om lenge ble lokalet ryddet og klargjort til neste gruppe. En STOR takk til alle medhjelpere, fra hjelpekorps og styre. Forruten dem, ikke noe møte.



Av Melissa Thelwall Bjargo

Melissa er utdannet kostholdsveileder. Hun drifter Helsekosten i Albir og skriver bloggen melissaispania.no i tillegg til at hun sitter i styret i klubben.

“Stadig har jeg folk som er innom meg i Helsekosten og vil ha råd for enten treg mage eller løs mage. Når jeg får høre litt mer, kommer det ofte frem at det er mye magesyre, luft i magen og magesmerter inne i bildet. Med andre ord, en mage som ikke fungerer som den skal!”



Magesyre og fordøyelsesproblemer,

I magesekken vår brytes proteinene ned av magesyren, som er en viktig del av fordøyelsesprosessen. Mange av oss mangler faktisk magesyre, tro det eller ei, og dette fører til ufordøyd mat som blir liggende i magesekken og skaper blant annet sure oppstøt, dårlig ånde, luftplager og generell følelse av ubehag. Her i Spania får vi tak i et produkt som heter Betaine HCL, som er et magesyretilskudd. Dette vil fungere utmerket til å stimulere mageproduksjonen. For, tro det eller ei, vi har antageligvis for lite magesyre, ikke for mye som mange tror.

I tarmen vår har vi omkring en kilo med tarmbakterier, og mer enn 1000 ulike sorter lever på tarmtottene våre. En sunn tarmflora styrker immunforsvaret og ikke minst sørger for et godt næringsopptak av maten. Ubalanser i tarmfloraen kan bidra til plager som oppblåsthet og flatulens. Et godt tilskudd av probiotika (gode tarmbakterier) kan redusere problemet.

Maten vi spiser må inneholde riktige mengder med fett. For lite fett i kosten vil gjøre avføringen hard, og for mye vil irritere magen. Gode kilder til sunt fett finner vi i kokosfett, som er perfekt å ta før frokost. Oljen smører tarmen samtidig som den kan ta knekken på uønskede bakterier.

Andre sunne fettkilder er meierismør, fet fisk, mandler, olivenolje og linfrøolje, usaltede nøtter og frø, avokado og økologiske egg.

Hva mer kan jeg gjøre?

Ved å drikke nok vann vil også avføringen få en bedre konsistens slik at den passerer lettere.

Søken etter den gode Magefølelsen

hva kan jeg gjøre?

Da vil jeg anbefale romtemperert vann, gjerne med noen dråper sitron i som en start på morgenen. Og gjerne en skvett eplecidereddik om du har.

Jeg pleier også ofte å anbefale å kutte ut melkeprodukter helt så lenge magen er i ulage. Har du for eksempel en tarminfeksjon, vil tarmen ha mangel på et enzym som heter laktase som er med på å bryte ned melkesukkeret. Har man diaré vil kumelk forsterke dette. Derfor bør man holde seg unna sauser laget på melkeprodukter, fløteis og kaffedrinker med melk i en periode på 4-6 uker.

Probiotika bør tas daglig om man har tatt antibiotika. Magen trenger både gode og dårlige bakterier, og i et skikkelig probiotikatilskudd kan man finne opptil 30 billioner bakterier! I tillegg kan man få i seg fermentert mat og hjemmelaget kraft som er med på å styrke tarmen.

Noe som er blitt brukt i folkemedisinen i århundrer er bitterstoffer. Det var gjerne et alkoholholdig uttrekk av bitre urter som ble inntatt før måltidet for å hjelpe fordøyelsen. Personlig så er Underberg en favoritt, men mange sverger også til Fernet Blanca, gammel dansk eller akevitt.

Helt til slutt vil jeg nevne at man ikke bør drikke for mye til maten, da magesaftene trenger å være konsentrerte for å bryte ned maten skikkelig.

Jeg ønsker dere alle en god fordøyelse!

Melissa



solident

VI SNAKKER NORSK

- Tannlege
- Kirurgi
- Siste teknologi
- Spanske priser
- Spesialist på implantater
- Egen kundeparkering

☎ 965 854 463 www.solident.es

Avenida Alfonso Puchades 15, Benidorm, vis-à-vis Clinica Benidorm

Vil du annonsere i Que Pasa?

Vi har fire utgivelser i året; februar, april, oktober og desember, og når ut til alle våre medlemmer og ikke-medlemmer.

Fra 62 euro kan du synliggjøre din bedrift via vårt blad.

Ta kontakt med oss på telefon: 96 588 70 28

Månedens utstillter **APRIL**
Gun Bjelke

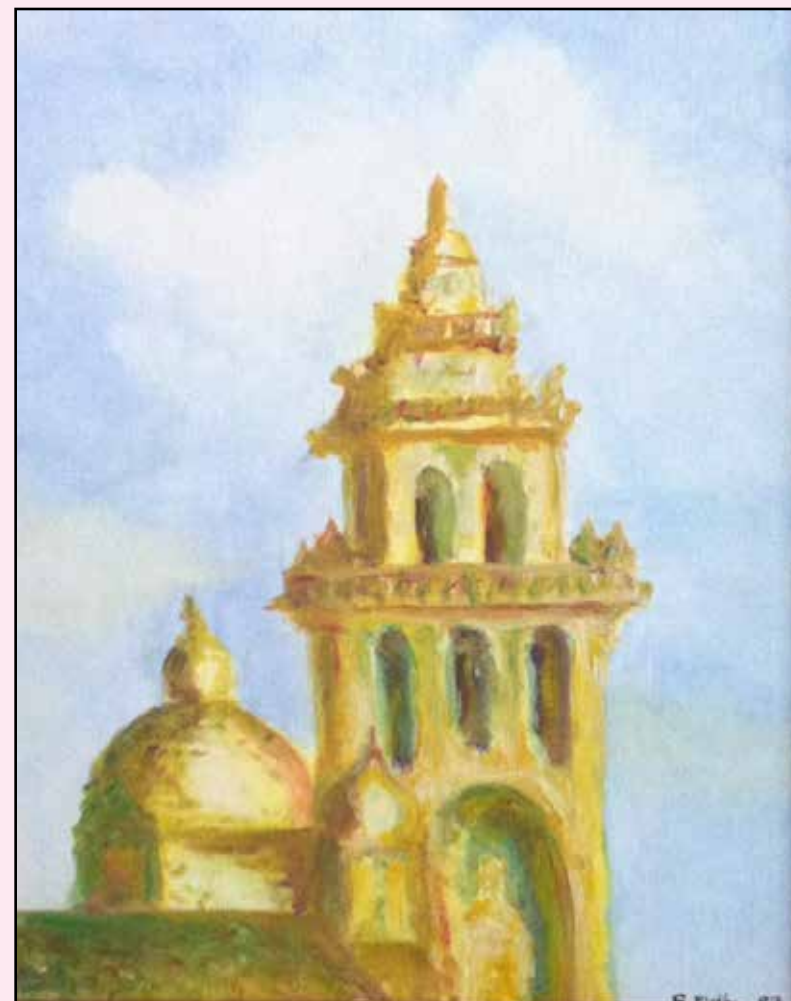


Gun trådte sine barnesko i Åsgårdstrand hvor hun og vennene ofte lekte i Munch parken hvor de lå under ateliéet til Munch og tittet opp på hans arbeider. Senere flyttet hun til Oslo hvor hun begynte på yrkesskole med søm, mote og draktsøm før hun tok tegning, form og farge i tillegg til kunsthistorie, på Elvebakken skole. Etter at hun hadde stiftet familie, ble det voksengymnas og sykepleierskole. Hun arbeidet i mange år innen helsesektoren og var med på å starte tre helseklinikker.

For fem år siden fikk hun en skade, og da hun var på rehabilitering etterpå ble hun inspirert av en lærer til å ta opp malingen igjen. Hun malte noen bilder, men det var først da hun kom til Spania i fjor at malingen skjøt fart. Hun var med på utstillingen kunstgruppen hadde i Casa de Cultura i Alfaz del Pi i år og stiller nå for første gang ut i DnkCB.

Hun både gleder og gruer seg når hun nå stiller ut i klubben, men etter å ha sett hva hun har laget på «Mal med Tachi», vet jeg mange vil ha glede av hennes arbeider.

Når Que Pasa går i trykken har hennes bilder allerede hengt der en stund, men har du ikke fått sett dem, har du anledning helt fram til og med 29.4.15.



Har du prøvd Klubbens
Rekesmørbrød?

Klubbkaféen kan ellers friste med forskjellige typer smørbrød og Silde-tallerken med tre sorter sild. Selvsagt har vi også nystekte vafler!

Vi har også utvidede åpningstider: Fra kl. 17.00 – 21.00 tirsdag, onsdag og torsdag.

Hjertelig velkommen!

Kom bli med!

Vi er nå 1000 medlemmer i klubben, og ønsker enda flere velkommen. Vi har nå flyttet inn i nybygget klubbhus, og blitt her i eget bygg. Dette betyr større lokaler, flere aktiviteter og masse engasjement fra ivrige medlemmer.

Meld deg inn nå, og ta del i moroa! Helårsmedlemskap koster bare 50€.

Som helårsmedlem får du rettigheter og fordeler iht våre vedtekter.



Månedens bilde

FEBRUAR



AV ARNE BØRSHEIM



sandenpools

Svensk-spansk familiebedrift



Avenida de Europa 65, Alfaz del Pi

Tel: 966 866 325

comercial@sandenpools.com

Åpent mandag til fredag: 09.00 - 17.00

Fra 1. april: man-fre 9-18 og lør 9.30-13.00



Ekspert på
bassengvann
siden 1973

www.sandenpools.com

- Spesialister på alt tilbehør til bassenget! filter - pumper - alle typer bassengtrekk - varmepumper - solvarme
- Beste priser på saltelektrolysmetode for bassengvann
- Et variert tilbud av SPA og produkter spesielt for SPA-vann
- Nye behandlinger for klart bassengvann med oksygen, "low salt og U.V."
- Vi designer basseng etter kundens ønske



HOTEL

cap negret

Hotel Cap Negret

Vi gir bort* sol til medlemmer
av DEN NORSKEN KLUBBEN COSTA
BLANCA og deres venner og familie.

SPESIELT VELKOMSTTILBUD



Kom og nyt solen, stranden
og Middelhavets gastronomi
**fra 29,90€/pers og dag
Barn gratis

Prisen inkluderer:

- ✓ Dobbeltrum m/terrasse med havsutsikt
 - ✓ Fullpensjon med spansk mat (risretter, paella, salater, kjøtt, fisk...) med vin og vann
 - ✓ Underholdning/aktiviteter: utflukt i Altea, helsestudio, leker og diskotek hver kveld.
- **Tilbud etter sesong og tilgjengelighet. Minimum 5 netter.



Vi gir bort sol:

*For hver dag det regner eller er overskyet (50% av dagen), gir Hotel Cap Negret deg en verdikupong som kan byttes inn i en natt. Tilbudet gjelder til 31. desember 2015.

Ditt selskap i havkanten

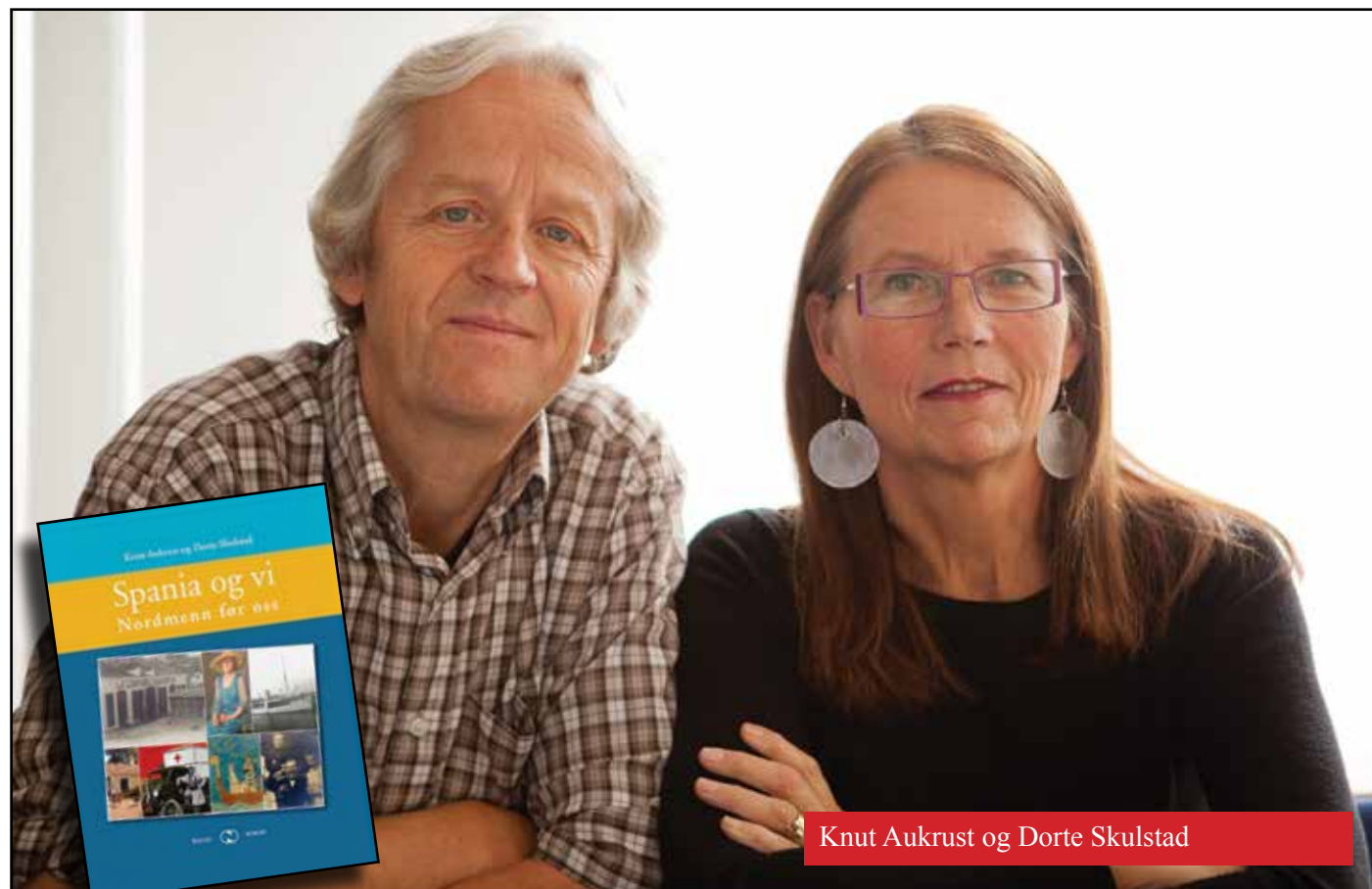
BRYLLUP
GEBURSDAGER
SELSKAPER
EVENTS
FIRMAFESTER



INFORMASJON OG RESERVASJON: +34 965841200 • info@hotelcapnegret.com
Hotel Cap Negret • Pda. Cap Negret, 7 • 03590 Altea • Costa Blanca

Nordmenn før oss

**Nordmenn har i århundrer hatt tilknytning til Spania.
Hvem var de? Og hva gjorde de?**



Knut Aukrust og Dorte Skulstad

Knut Aukrust er professor i kulturhistorie ved Universitetet i Oslo, og Dorte Skulstad har tidligere arbeidet samme sted. Sammen har de til nå skrevet tre bøker om Spania: «Kulturmøter i spansk historie – fra berbere til bergensere» (2008), «Spansk gullalder og arven fra jøder og muslimer» (2011) og «Spania og vi. Nordmenn før oss» høsten 2014. Mye av arbeidet med bøkene er gjort i L'Alfàs del Pi, hvor de har oppholdt seg deler av året siden 2005, og på reiser omkring i Spania. De har dessuten tilknytning til L'Alfàs del Pi tilbake til tidlig på 1970-tallet, gjennom foreldre som den gangen etablerte seg i området.

I den siste boka viser forfatterne at dagens nordmenn i Spania har forløpere som går langt tilbake i tid. Gjennom ni fortellinger trekker de

frem personer og eksempler på nordmenns tilknytning til Spania gjennom tidene.

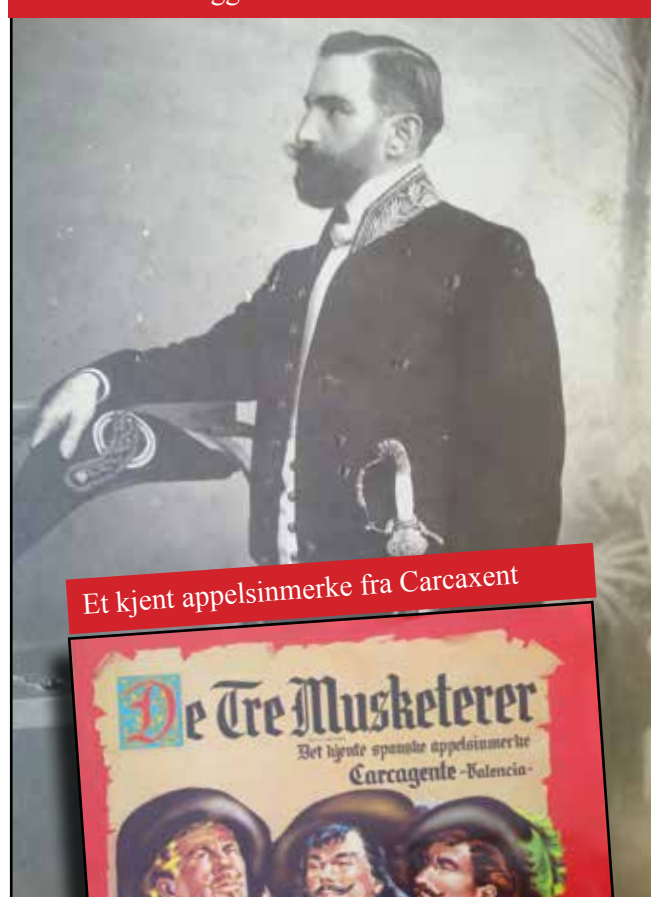
Rundt midten av 1800-tallet dro driftige norske menn ut fra byer som Halden, Bergen, Kristiansund og Bodø og slo seg ned i Nord-Spania, i Bilbao og Santander. Der startet de med import av klippfisk og trelast fra Norge. Andre dro lenger sørover til Valenciakysten for å eksportere appelsiner og annen sitrusfrukt til vitaminhungrige nordboere. En tredje gruppe nordmenn «før oss» var tilknyttet skipsfarten og la grunnlaget for frakten av både varer og mennesker mellom Norge og Spania.

Flere av dem var også konsuler. Finn Roggen fra Bergen, for eksempel, var Norges første konsul i Valencia etter unionsbruddet med Sverige

i 1905. Fra rundt 1890 startet han forretninger med import av norsk klippfisk og eksport av appelsiner til Norge. I forbindelse med etableringen av lepra-hospitalet i Fontilles, noen mil fra Dénia, var han den nødvendige budbringeren mellom Spania og den norske lepraekspertisen i Bergen.

Den økonomiske støtten fra nordmenn til det spanske folk under borgerkrigen i 1936-39 var betydelig. Gjennom landsomfattende innsamlinger finansierte den norske Spaniahjelpen matforsyninger, hjelp til flyktninger, et militærhospital i Alcoy og etablering av barnekolonier i byen Oliva. De to forfatterne trekker dessuten frem eksempler på nordmenn i Spania langt tilbake i tid, til middelalderens vikinger, Olav den hellige som fikk sine kongstanker utenfor

Konsul Finn Roggen i Valencia 1872-1922



Et kjent appelsinmerke fra Carcaxent



En av filialene til La Compañía de Maderas

Cádiz, pilegrimer, korsfarere og den norske prinsesse Kristina som i 1257 dro ut fra Norge for å giftes bort til en av brødrene til kong Alfonso X – «el sabio» (den vise).

Mange av personene i boka Spania og vi er delvis ukjente og deres innsats oversett. Skulstad og Aukrust har ønsket å trekke fortidens nordmenn frem fra glemelsen, og viser et bredt utvalg av nordmenn i Spania «før oss». Hvem var de, hva drev de med, og hvordan gikk det med dem?

“The Future of Medicine Today”



Dr. Tertit Handberg
er spesialisert innen alternativ
medisin; akupunktur,
e-Lybra 9 – digital bio resonans,
magnettrommel og håranalyse

C/ manises 3 i Urb. Alfaz del Sol
Post/Correo: Apt 259, 03580 Alfaz del Pi
Tel. **966 814 024**, Mobile **696 711 359**
dr.tertit@handberg.net



Restaurante Nuevo Alcázar
Cocina selecta y creativa
Hacemos todas sus fiestas privadas
C/ Argentina 2 La Nucia
Rotonda nr.6
965 873 208
www.nuevoalcazar.com

Tusen takk for meg

Jeg sier tusen takk for meg etter mange år som leder av Historiegruppen. Jobben går videre til Hans Svedbergh. Han har vist seg å være en dugelig administrator, så det kommer sikkert til å gå bra. Gleden over å få studere den rike spanske historien og foreta reiser over hele den iberiske halvøya har gitt mange gode minner, ikke minst har tirsdagsmøtene vært en viktig del av mitt liv de siste 15-20 årene.



Knut Bøe som Sancho Panza og Jan L'Orsa som Don Quijote i en morsom versjon av historien om ridderen av den bedrøvelige skikkelse. Foran sitter Peder Gjelsten, Juan Antonio López og Historiegruppens første leder og initiativtaker, Solfried Gjelsten.

Første gang vi dukket opp der var på 90-tallet da Jan, svigermor og jeg hørte et interessant foredrag av Sverre Kalmar. Vi var ti stykker som satt rundt et konferansebord i Den norske klubbens lokaler i Alfás. Det var intimt og koselig og ga mersmak. I 1998 reise Jan og jeg på en tur til Syria, arrangert av Pilegrimsselskapet St. Jacob. Vi fulgte sporene til de første kristne og fikk ny kunnskap om hvordan religionshistorien hadde utviklet seg i landet der noen fremdeles snakker Jesu språk, arameisk. På denne turen fikk vi også for første gang en innføring i muhammedanismen, som det het da, og ble også klar over hvordan islam

hadde krysset Middelhavet og slått seg ned i Spania. Vi tok selvfølgelig mange lysbilder og hadde kjøpt et lydbånd med "Fader Vår" på arameisk og var lystne på å fortelle andre om alt vi hadde sett og lært, så det ble et foredrag med lysbilder. Det hadde aldri hendt før i Historiegruppen og det kom 40 interesserte tilhørere. Klubblokalet var fullt. Siden den gang har vi blitt vant til at nordmenn i Spania er historieinteressert.

I år 2000 var jeg dagsturlleder for første gang. En full buss dro til Valencia for å besøke parlamentet der vi fikk en innføring i hvordan Spania

og "delstatene" styres, og vi besøkte det lille museet der som viser Valentias tidligste historie på en illustrerende måte. I tillegg var vi omkring til alle de andre obligatoriske stedene som må ses. Det samme året var vi på langtur til øya Formentera i Balearene for å lete etter Sigurd Jorsalfar slik han beskrives av Snorre.

I 2001 ble lokalene i klubben for små og vi flyttet til Kulturhuset i Alfás. Solfried Gjelsten var Historiegruppens leder helt til hun spurte om jeg ville overta høsten 2006. Etter dette har det bare gått slag i slag. Jan har holdt mange foredrag om spanske forfattere og om borgerkrigen. Det

første holdt han i 2001, mens jeg har holdt meg til lokalhistorie, byvandring til fjern og nær, noen lengre turer med overnatting, kvinnehistorien i et mannsdominert samfunn, og kanskje ikke minst vikinghistorien i Spania og Portugal. Jeg har skrevet to bøker om vikingene, en historiebok (2009) og en historisk roman, som kom ut i 2014.

I 2007 ble lokalet i Kulturhuset i Alfás for lite og vi fikk lov til å komme til Auditori i La Nucía der vi har nytt godt av gjestfriheten og rausheten til kommunen og de ansatte i nesten åtte år. Men livet har ikke bare bestått av forelesninger om spansk historie. Vi har feiret jubileer også og Jan og jeg har vært så heldig å få være med og arrangere begge de store – både 10 års – og 20 års jubileet for Historiegruppen.

Jeg gir alle en klem og takker for trofast oppmøte og interesse. Uten dere hadde det ikke vært noen historiegruppe. Som vi har sagt så mange, mange ganger: Alle som er interessert i å få vite mer om dette landets historie og kultur er hjertelig

velkommen, det koster ingen ting, men vi oppfordrer deg til å melde deg inn i Den norske Klubben. Så vil jeg gjerne minne om en, ikke så liten, ting til slutt – du kan holde foredrag om det som interesserer deg innenfor den rike spanske historien og du er garantert en lydhør og interessert tilhørerskare blant vennene i Historiegruppen.

Hans Svedbergh vil fortsette Historiegruppens lange og gode tradisjon, med foredrag, turer, lunsjer og mye, mye hygge. Vi ses der, ja, for Jan og jeg har ikke tenkt å forsvinne, vi skal bare konsentrere oss om andre oppgaver.

Vi ses. Vennlig hilsen Vigdis L'Orsa

Fra 20-årsjubileet. Johan Galtung og jeg er gode venner.



EUROPA~SOL
INMOBILIARIA - REAL ESTATE

T. 96 686 57 76 | www.europasol.com

Den Beste: Support - Service - Teknologi

NIPZONA

Betaler du for mye?
Internett / Telefoni / TV
Midlertidig abonnement
Kontakt oss for løsninger, vi kan hjelpe deg!

Internett med høy hastighet
fra 29,90 euro pr. mnd.
Ingen bindingstid

Fasttelefon med 200 min.
gratis tellerskritt
for 9,99 euro pr. mnd.

Ring utlandet med mobilen
fra 3 cent pr. min

Alle priser eks. IVA

NY 4G

Nå 10 år i Spania

Wipzona Network S.L.
G/ Pau Casals, 5
03561 EL ALFIR 965019000
www.wipzona.es

CostaGolfen

Klubbens egen golfgruppe
har hatt sine første «turneringer»

Drivingrange'n i Albir er hver onsdag omgjort til en 9-hulls-bane, og der har nå CostaGolfen hatt sine første to turneringer. Den første var onsdag 28. januar, og den neste var onsdag 11. mars. Vi var 5 «flighter» (lag) med 4 spillere begge ganger. Turneringene var såkalt «Texas Scramble», det vil si at alle på flighten

slår ut fra utslagsstedet. Deretter slår alle fra den som kom nærmest hullet. Dette betyr at alle får være med, uansett ferdigheter på banen. Begrensningen er at alle på flighten må ha to tellende utslag, slik at alle uansett ferdighet får være med som tellende på resultatet. Det er derfor ikke bare de beste som bestemmer utfallet.

Begge turneringene ble meget jevne, beste flight endte med 25 slag (banens «par» er 27),

og dårligste endte med 29 slag. På turneringen 28. januar besto det vinnende laget av Hildur Julianne Olsen, Knut Sellæg, Kåre Sveistrup, Jan Petter Stavelin. Vinnerlaget 11. mars besto av Kåre Sveistrup, Oddvar Tonaas, Lars Mølsæter og Oddbjørn Fredriksen. Det må nevnes at eldstemann i CostaGolfen, Kåre Sveistrup på 92 år, var med på begge vinnerlagene, og var den ledende når det gjaldt puttingen. Muligens skyldes det lengst erfaring?



Vinnerlaget 28. januar



Vinnerlaget 11. mars

Det blir nok fler turneringer, både på denne og andre måter fremover, men hovedsaken ved CostaGolfen er golf for alle, at man finner likesinnede å spille og ha det hyggelig sammen med, og få trening fra nybegynnervå.

Vi har plass til flere medlemmer, så har du lyst til å «begynne med golf», «er noe øvet», eller «ganske god», så meld deg inn i CostaGolfen! Send en epost til costagolfen@gmail.com, eller snakk med en av oss i styret. Vi treffes i Klubben, og på mandager fra 11.30 er vi på Sierra Cor-

tina (korthullsbanen i Finestrat, ved Marina-senteret). Husk: Du må være medlem i DNKCB. Se www.dnkcb.com/golf.html for mer informasjon.

Velkommen!



Det ble en del «birdies» under turneringene



Kåre Sveistrup



Oddvar Tonaas



Putting er vanskelig

Noen tanker fra en avtroppende leder

Premi L'Alfas



De første årene våre i Spania var stort sett bare glede over at vi hadde vært så smarte å legge grunnlaget for en passe aktiv, solfylt og rolig tilværelse. Etter hvert, da nyhetens interesse for både oss og våre venner begynte å legge seg, og vi hadde opparbeidet oss en viss kunnskap om nærområdet, etter utallige guidede turer med besøkende, ble vi introdusert til DNKCB. Det tok ikke lang tid før Hans, som er interessert i det meste og veldig løsningsorientert, var i gang med å etablere en aktivitetsgruppe med formål om å spre kunnskap om mat- og drikkekultur i Spania, med tematurer. En dagstur i måneden i nærområdet og to langturer i året til distrikter som lå lenger unna. VinoGastro var i gang.

Selv så jeg for meg en tilværelse med litt jobbing, og rikelig med tid til familie og venner. Helsa hadde skrantet en del, og legens innstendige oppfordring var at jeg måtte unngå stress, og han syntes det var en god idé å flytte til Spania. Det var derfor med veldig blandede følelser og stor tvil jeg sa ja til vervet som leder i klubben. Betingelsen min var at Hans måtte hjelpe til. Vi måtte gjøre dette sammen, og det har vi gjort.

Vi visste ikke helt hva vi gikk til. Selve driften av klubben, dugnadsinnsatsen, frivillighetsarbeidet, planleggingen og byggingen av huset, flytting av klubben, planlegging og gjennomføring av alle aktivitetene og feiringer både i og utenfor klubben, har vært inspirerende,

lærerikt, arbeidskrevende, og utrolig morsomt.

Vi setter stor pris på alle kreative, kunnskapsrike, lojale og hyggelige mennesker som vi har blitt kjent med, både spanske og norske. Samarbeidet med kommunen, ordføreren og hans stab, alle de spanske samarbeidspartnere og de norske institusjonene, har vært givende. Samtidig må jeg si at jeg hadde aldri forestilt meg at jeg skulle bli motarbeidet på en så uredelig måte, bli hengt ut i media og at jeg skulle bli anmeldt for korrupsjon og underslag. Det er fortsatt litt surrealistisk.

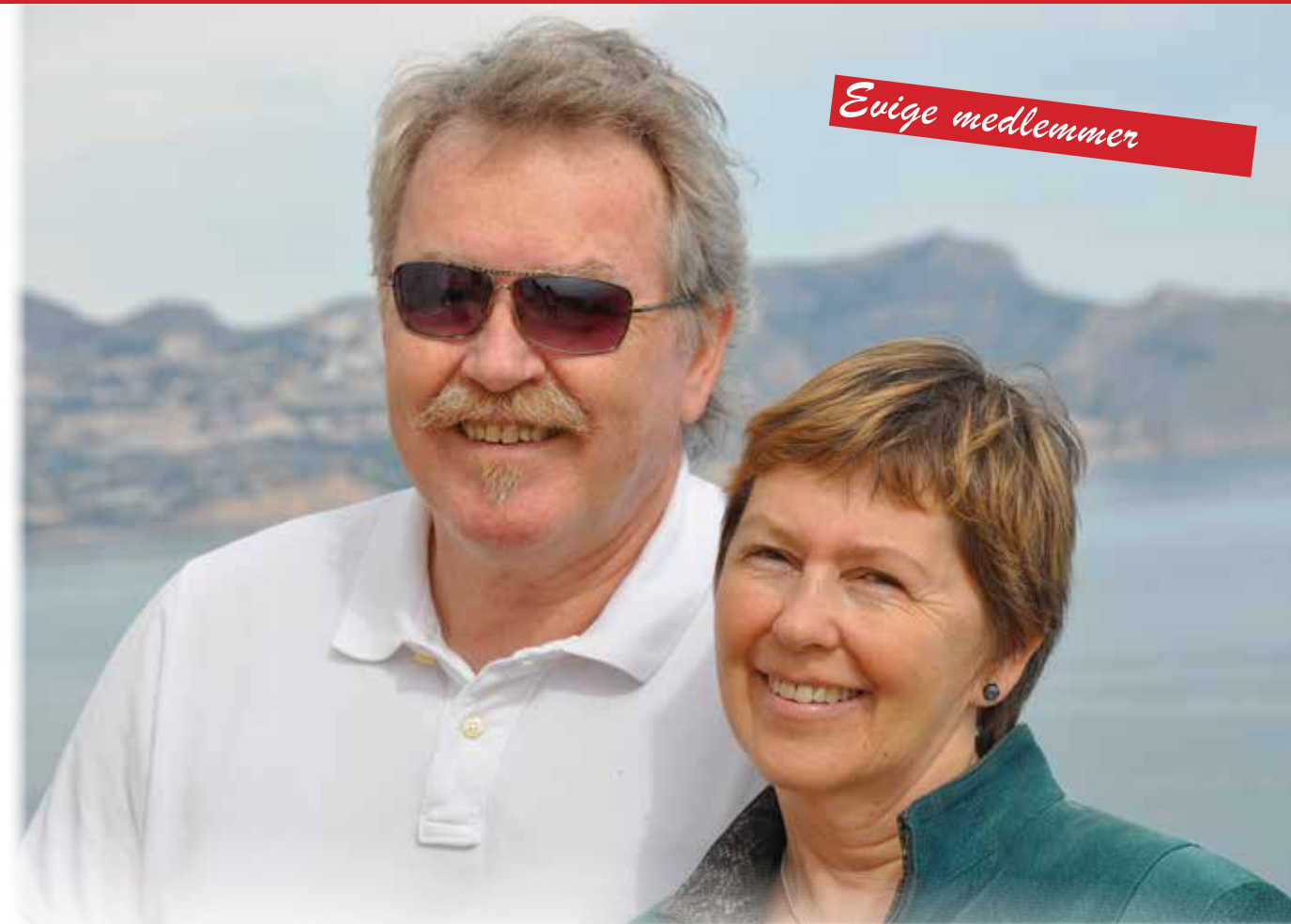
Jeg er allikevel takknemlig for alt jeg har fått oppleve i disse seks årene som leder av klubben.

Det har gitt meg trygghet i å stå for det jeg tror på, ingen kan forlange mer enn at jeg gjør mitt beste. Jeg har fått tillit til at folk kan tenke og har vurderingsevne, og jeg er utrolig takknemlig, av hele mitt hjerte, for all den støtte og tillit dere har gitt meg, og for all ståpåvilje og frivillige innsats. Sammen fikk vi det til!

Det er mange spørsmål nå som stafettpinnen er gitt videre til ny leder. "hva skal du gjøre nå? Blir det vanskelig å ikke ha noe å gjøre? Er du lettet? Skal dere flytte til Norge?" osv.



Evige medlemmer



For det første er det oppgaver i valgkomiteen og, inntil videre er bemanningsplanen for kafeen mitt ansvar. Hans og jeg har tatt på oss å drifte kontoret i de første seks måneder av Anne-Elisabeths permisjonstid. Om det blir utvidelse får tiden vise. Vi har lovet å hjelpe til med forskjellige oppgaver i en overgangsperiode, til Lisa og Oddbjørn har kommet inn i systemet.

Vi er også godt involvert i kafe-drift-en, og Hans er nyutnevnt leder i HistorieGruppen, så jeg regner med at vi får tiden til å gå. Vi har ingen planer om å flytte til Norge.

Ellers synes jeg ikke det er vanskelig å sitte med en kaffe på strandpromenaden i Altea og se på livet, men ja, jeg føler en lettelse. En lettelse over at vi har fått to nye, kompetente og veldig flotte personer inn i styret. Tormod vil fortsette å bidra, selv om han ikke

lenger er med i styret. En lettelse over at alle de frivillige fortsetter, og at stadig nye kommer til. Vi har fått vårt eget hus, og dette fine fellesskapet vi er en del av vokser og blomstrer.

I tillegg til mange gode ord, blomster, vin og gaver, har vi fått noen nye utfordringer, Hans og jeg. Utfordring om å aktivere medlemskapet i CostaGolfen, gavemedlemskap i Costatrimmen og gavemedlemskap i Kunstgruppa, så det er bare å komme seg ut av komfortsona, og nå som vi trodde vi hadde litt kontroll... Jeg gjentar refleksjonen vi fikk fra en venn av oss; "Livet pågår!"

Vi Ses i klubben!!!

Bjørgh og Hans Svedbergh

De første spatak



Revygruppen 2012



Møte i strikkegruppen



VI ER I MÅL.....



I november 2014 gikk «nettverket Alfaz del Sol» i gang med prosjektet «Norway Cup 2015». Nettverket består av nordmenn, både fastboende og ferierende, i landsbyen Alfaz del Pi og omegn på Costa Blanca, Spania. Det disse nordmenn har til felles er at de har blitt glade i Spania, og mange ønsker å gi noe tilbake til dette flotte landet som har tatt i mot oss med åpne armer. Dette er litt av bakgrunnen for at vi bestemte oss for å prøve å sponse et lokalt fotballag til deltagelse i verdens største fotballturnering for barn og unge,

Norway Cup. Vi begynte så forsiktig med en sparegris, og var nok litt engstelig for om vi hadde gapt for høyt. Greide vi dette, flybilletter, opphold, drakter, mat.....?

For å samle inn penger har det vært arrangert presentasjon av fotballaget, Cadetes A, født i 1999, det har vært lotteri og loppemarked. Sistnevnte ble avholdt søndag 15. mars. Et fantastisk hjelpekorps av godt voksne møtte opp flere timer i forveien for å sette ut bord, stoler og lopper, kjøkkenet ble organisert, kaker og kaffe, pølse med

brød, vafler og nyrørt jordbærsyltetøy, rykende ferske boller! Foreldrene til fotballspillerne disket opp med spanske retter. Alle fant sin plass og styrte elegant salget. Fotballaget møtte opp, med sin maskot, og satte farge på dagen. Pengene strømmet på..... vi fikk inn hele 1505,50€!!!!

Samtidig slaktet vi grisen, som var sprekkfull. Der var det 1740€!!!! Guttene kunne ikke tro det var sant, og ikke vi heller! :)

Dagen etter var vi invitert ned til Den Norske Klubben Costa Blanca. På nytt disket de spanske foreldrene opp med det beste de kunne. En kom til og med med et stort gassbluss og paellapanne. Han satte i gang med å lage «arroz a banda», en risrett kokt på fiskekraft. Aldeles nydelig. Den Norske Klubben spanderte drikke og vafler på gutta. Vaflene gikk ned på høykant, og det ble ingen fotballtrening den kvelden..... J De fremmøtte ga så det monnet, og det ble samlet inn noe over 600€, hvorpå Den Norske Klubben rundet av og la til slik at det ble en rund sum på 1000€, og 2,54€ på toppen!

Det viser seg at ingenting er umulig. Ved felles anstrengelse, samarbeid og engasjement flytter vi fjell og gjør en drøm til virkelighet. Uten ildsjeler og dugnadsånd ville ikke prosjektet ha blitt realisert. Dette er sosial integrasjon, og ryggraden i et godt utviklet sivilsamfunn.

Mange kan lure på hvorfor fotball er så viktig? Fotball kan faktisk spores helt tilbake til Middelalderen. Det første nasjonale fotballforbundet ble stiftet i England så tidlig som i 1863. Der ble fotball betraktet som en viktig del av oppdragelsen fordi spillet fremmet egenskaper som selvbeherskelse og gruppealjalitet. De som har sett laget til treneren Juan Antonio spille, skjønner hva vi snakker om.

Fotballen når alle samfunnslag, folk med høy og lav utdanning, unge og gamle, og er med på å samle befolkningen. Den kan skape relasjoner mellom folk som ellers ikke har så mye til felles. Den gir gode og spennende historier som kan fortelles og forstås på tvers av språk og kulturer. En varm takk til alle som har engasjert seg, til alle som har bidratt, til alle som har støttet, til alle som har fått en drøm til å bli virkelighet. VI ER I MÅL!

Norway Cup - be prepared - here we come! :)

En varm hilsen på vegne av Cadets A, Alfaz del Pi Marit Gjelsten



ADVANCED CHIROPRACTIC

Med Fokus På Strukturell Korrigering

Vi kombinerer KIROPRAKTIKK med FYSIOTERAPI

Gullstandarden innenfor bløtvevsbehandling
Tel. 9668 65432

Muskulær rehabilitering med Redcord slyngetrening
www.chiropractorinspain.com

Norsk autorisert med REFUSJON fra HELFO
Calle Pau Casals nº 7 - Albir

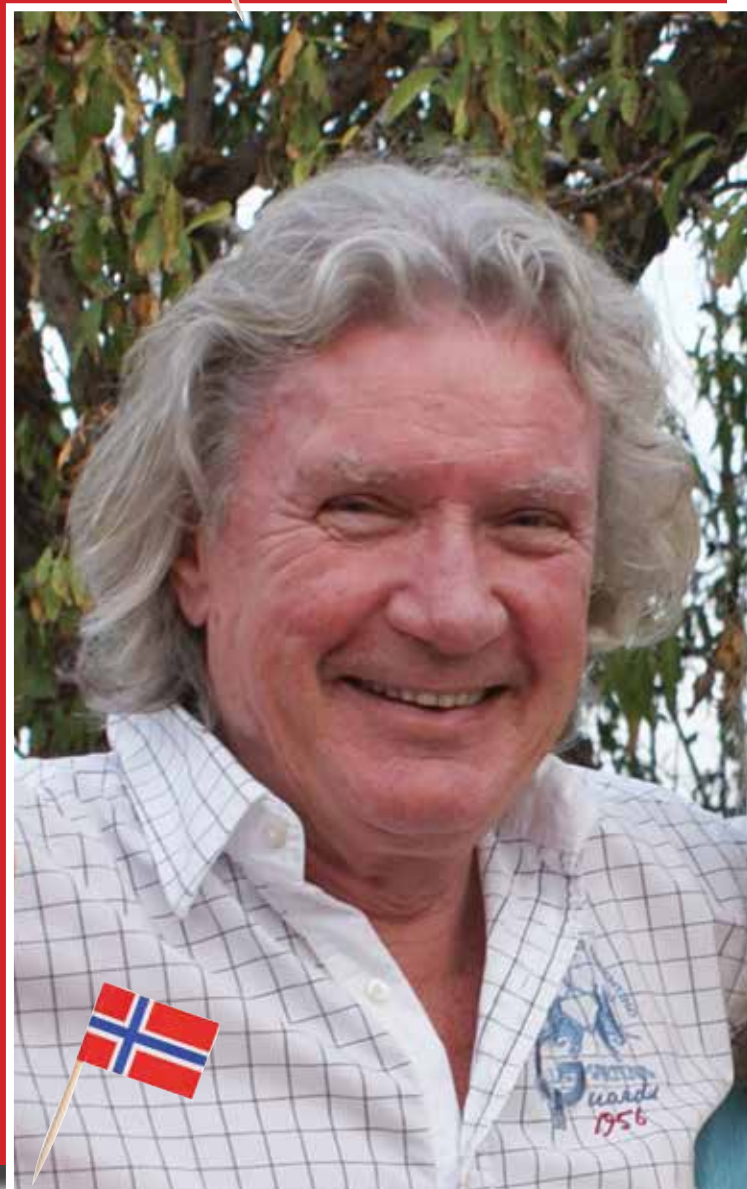
HOGAR

DISEÑO Y MODA HOME

DENIA
PTDA. MADRIGUERES SUD, A-32
(innkjøringen til Dénia fra Ondara,
ved siden av Mercedes og Peugeot
Tel: 966 17 35 75

ALTEA
PTDA. EL PLANET, 174
(over gaten for Juguetilandia)
Ctra. nacional N-332
Telf: 965 84 43 15

Vi feirer grunnlovsdagen med **Benny Borg**



Det er ikke første gang Benny Borg opptre på Costa Blanca. Han har blitt en slags stamgjest etter at han for noen år siden la sin elsk på kysten "vår". Det er dog første gang han opptre i regi av den norske klubben. Dette skjer i forbindelse med feiringen av Norges nasjonaldag.

Kvelden 16. mai holder Benny Borg konsert i Minnekirken kl. 19.00. Dette blir en spesialkonsert utenom hans tette turnéprogram, til ære for skandinaverne på Costa Blanca og spesielt klubbens medlemmer.

- Det er med stor glede jeg takket ja til å opptre i regi av klubben. Jeg har etter flere besøk på Costa Blanca fått et godt inntrykk av det norske miljøet, et miljø preget av samhold og et høyt aktivitetsnivå, sier Benny Borg til Que Pasa.

Spesialkonserten vil bestå av låter av Elvis, Cash, Cornelis og Taube, så vel som egne låter. Det er nå 80 år siden Elvis Presley ble født, noe som behørig bemerkes av mannen som har ikledd seg Elvis-drakten flere ganger enn selve rockekongen. Vi får servert smakebiter fra Benny Borgs enmannsshow "Hvor var du da Elvis ble født".

Som prikken over i'en vil Benny Borg være æresgjest under gallamiddagen i klubben 17. mai, sammen med andre prominente gjester som ordfører, viseordfører, konsul m.fl.

Billetter blir lagt ut for salg i klubben 10. april, og koster 25 euro per person.

Benny Borg konsert

Vi starter feiringen av den norske nasjonaldagen allerede 16. mai med konsert i Minnekirken. Benny Borg fremfører Elvis, Cash, Cornelis, Taube og egne låter.

i Minnekirken
i Villajoyosa
16. mai kl. 19.00

Billetter 25 euro
kan kjøpes i
Den Norske Klubben Costa Blanca

I mars i år fikk klubben nytt telefon-nummer og ny adresse i markeds-gaten i Alfaz del Pi.

Nytt nummer er:
965 034 967

Din bilforhandler på Costa Blanca siden 1994

EURO-CARS ★ LA NUCIA

www.eurocarslanucia.com

Apningstider:
Mand - fred
08.45 - 13.30
16.00 - 19.00

- Verksted
- Service
- Brukte biler med lav kilometer
- Spesialitet biler med automatgear

Carretera Benidorm - La Nucia, 03530 La Nucia, Like ved Clínica La Nucia, tel: 966 873 860

Vi sikrer Klubben!

Topp moderne alarmsystemer.
Kun installasjonskostnader,
ingen månedsavgift eller abonnement.

Kontakt Albert på tlf.: 616 367 338, evt a.marques@inelecsa.es
for mer informasjon.



Få spansk
sjarm med
skandinavisk
finansiering



Å kjøpe bolig i Spania og flytte vekk for en kortere eller lengre periode er et stort skritt.
Hos Nykredit sørger vi for at det blir et skritt i riktig retning der du kan føle deg trygg.

Nykredit Rep. Office Alicante
Bulevar de los Músicos, 23, local 2.
E-03581 Albir, Alicante
Tlf.: +34 966 865 690
alicante@nykredit.dk

Først og fremst så låner vi deg penger med gode lånevilkår i en skandinavisk bank til å
finansiere boligen du drømmer om. Det kan vi, for vi arbeider lokalt i Spania. Det kan du
dra nytte av når du har bruk for veiledning om forholdene i ditt nye land.

Finansiering som er til å forstå - les mer på nykredit.dk/norge

Nykredit, International
Under Krystallen 1
DK-1760 København V

Nykredit

Moderne Design og ren avslapning!



Himolla

Kvalitetsmøbler laget i Tyskland

Himolla Home - rett foran MERCADONA i ALTEA., Ctra. nacional 332, Ptda. El Planet 159
Tel: 966 881 122 eller 639 139 585
www.himolla.com



TERRASSEGLASS
UTEN VERTIKALE KARMER

ALLE TYPE PRODUKTER
AV ALUMINIUM
TAK (FAST OG FLYTTBART)
STORT UTVALG AV PRODUKTER



FABRICA - ALMACEN - EXPOSICION Y VENTA
Pol. Industrial "La Alberca" - C. Benimantell Nº 28 - 03530 - La Nucia - Alicante
Tel.: 966 89 70 31 - Fax: 965 87 08 07 - Mob.: 661 85 61 72
www.cerramientossanjorge.com - info@cerramientossanjorge.com

Vi snakker
norsk!

ROCHA'S HAIR
FRISØRSALONG HÅR OG SKJØNNHET

Farge+klipp+føn 51€
Pedikyr 19€
Manikyr 11€
Gelish manikyr 25€

Fetthjerner uten kirurgi
Første konsultasjon GRATIS
uten forpliktelser
Umiddelbare resultater

Tel: 965 887 324

Plaza Salvador Dalí 5, loc. 4, Alfaz del Pi, vis a vis den spanske skolen, ved den norske klubben

COSTATRIMMEN PÅ TUR TIL SPANIAS STØRSTE

Tirsdag 17. mars steg 36 forventningsfulle costatrimmere opp i bussen, med Pedro bak rattet og Dorrit som turleder, bussen som skulle ta oss med til Spanias største vernede område og nasjonalpark: Parque Natural Sierras de Cozorla, Segura y las Villas.

Ferden gikk fra Alfaz og vestover. Mellom Murcia og Granada svingte vi nordover, og kom etter kort tid inn i naturparken. Veien gikk oppover og oppover, en praktfull utsikt over landskapet: det andalusiske slettelandskapet og mer kupert terreng/fjellandskap i og rundt parken.

Hotellet het Coto del Valle og lå midt inne i Sierra de Cozorla-delen av parken. Meget bra hotell med et godt kjøkken og en utmerket spa-avdeling. Her skulle vi bo mesteparten av tiden, og ha det som base for fotturene våre i området.

På veien til hotellet kunne vi fra bussen se en rekke ville dyr og fugler, så som hjortedyr av ulike sorter og størrelser, og fugler som ørner og gribber. Det viste seg for øvrig at det var helst fra bussen vi så de ville dyrene, ute i naturen holdt de seg godt unna oss to-beinte.

Parken ble satt på Unescos naturreservatliste i 1983 og etablert som naturpark i 1989. Det er Spanias største vernede område og dekker 209.920 ha, det vil si 2099 kvadratkilometer. Hele parken ligger over 600 moh, og høyeste topp er Pico Empanada på 2107 moh. Parken har en usedvanlig rik flora og fauna.

NATURRESERVAT

17.-22. mars 2015



Furu-artene dominerer blant trærne, noen (ca. 100 i Cazorla-parken) er av de eldste furutrærne i Spania, og skal være over 1300 år gamle.

Ellers var der mengder av blomstrende ville påskeliljer, og ditto juleroser. De sistnevnte er svært giftige (alle plantedelene). Plantesaften ble i gamledager brukt på pilspissene under jakt, informerte turguiden. Også blomster som peoner, gladiolus, orkideer, og urter som timian, rosmarin, merian, lavendel for å nevne litt av det som finnes der, og "gåsunger" (blomstrende selje) ga norske vår-fornemmelser.

For øvrig også mengder av prosesjonslarve-reir i furutrærne så ut som store hvite fugleflokker i furutoppene.

Angående faunaen skal der være 51 arter pattedyr, 185 arter fugler, 21 arter reptiler, 12 arter amfibier, 11 fiske-arter og 112 forskjellige typer sommerfugler i naturparken.

Villsvin, villsau og noen hjortedyr-arter døde ut eller ble borte på 1950-tallet, men har blitt tilbakeført i senere år. Tidligere var der også bjørn og ulv (siste ulv på 1920-tallet). Ellers er der rovdyr som rev, villkatt, grevling, røyskatt, ilder, mår og





flaggermus. Angående fugl: 29 typer rovfugler: blant annet ørn, gribb, hauk, falk og rikt fugleliv forøvrig.

Naturen og vandringen var svært variert. Ferden gikk langs fossende elver, stille skog, bratte heng, flater, på sti, på

vei, på planker, i trapper, langs levadaer etc. etc.

Dyktige guider hadde vi også, selv om de snakket bare spansk, men med felles anstrengelser/forente spanskkunnskaper forstod vi det meste.

Turen bød ikke bare på natur og vandringer. Kulturtilbudet var der også. Det fikk vi i byene Cazorla, Úbeda og Baeza; spansk arkitektur og spansk historie, og litt røverhistorier innimellom. Dyktige guider her også, og disse snakket utmerket engelsk.





Både Ûbeda og Baeza ble satt på UNESCOs verdensarvliste i 2003 for deres historie og arkitektur. Det er gamle byer fra bronsealderen, det vil si ca 6000 år gamle.

Forskjellige folkeslag/kulturer har inntatt byene i tur og orden: romere, vestgotere, muslimer og kristne. Bygningene representerer, til tross for ødeleggelser, forskjellige kulturer, perioder og stilarter.

Bussturen til og fra parken var en opplevelse. Store områder med mandeltrær i full blomstring, vakkert! Og enorme oliventrær-områder, det var bakke opp og bakke ned, mil etter mil, time etter time med snorrette rekker med oliventrær. Man skjønner godt at Jaén-provinsen alene produserer 20% av verdens oliven-olje.

Det krever sitt å overta jobben etter en dyktig turleder som Kjell Henden, men Dorrit viste seg som en verdig etterfølger. Vi var alle svært fornøyde, og ser frem til og gleder oss til neste costatrimtur.

TAKK FOR EN FLOTT TUR!

Kort og Langtidsleie i Alfaz del Sol

Moderne 2 og 3 roms leiligheter til leie for kort tid eller lang tid i et rolig og sikkert boligområde med vakthold.

Leilighetene holder norsk standard med gulvvarme, aircondition, trappefri adkomst og norske tv-kanaler.

Boligområdet har et eget servicesenter der en kan få hjelp med alle tjenester som for eksempel rengjøring og hjemmehjelpstjeneste.

I tilknytning til boligområdet finnes et norsk senter med fysioterapeut, frisør, tannlege og hudpleier.

Alfaz del Sol for trivsel og trygghet.....

Booking
+34 966 860 759

Resepsjon og Booking
 Alfaz del Sol Services S.L.
 Plaza del Sol
 03580 Alfaz del Pi (Alicante)

Mail: alfazdelsol@selvaagbolig.no
www.alfazdelsol.com

CLÍNICA DENTAL ALBIR

www.dentistasalbir.com

- ✓ **Vi er spesialister på implantat**
- ✓ **Estetiske behandlinger**
 rengjøring, bleking hjemme eller ved klinikken, skallfasetter for form, størrelse og farge - alt på en gang uten anestesi (sliter ikke på tannen), krone og bro av metallisk keramikk, ren keramikk eller zirkonium.
- ✓ **Restaurering av tenner**

Vi tilbyr våre pasienter 3D-briller med videoer og konserter for å unngå stress og angst.

Vi behandler snoring og apné

Vi bruker spesiallupe som forstørrer arbeidsområdet x10

966 86 51 31

Avenida el Albir hjørne C/Manuel de Falla n1
 1 B. Edificio Primavera
dentistasalbir@gmail.com

Vi snakker
norsk og engelsk

Dr. Luis López

Din hjertespesialist
Snakker skandinavisk

Time ved Salus
Albir
og Hospital
Clinica Benidorm

Spesialist i hjerte/
kar- sykdommer
og indremedisin

GRATIS 24 TIMERS/ Nødtelefon med
 900 380 580
 Avenida del Albir, 78
 03581 El Albir
info.albir@clinicabenidorm.com
www.centromedicosalusalbir.com
 96 686 86 38

Kontaktinformasjon

Gruppene

Gruppe:	Kontakt/Leder:	Telefon:	E-mail:	Web:
Costatrimmen	Dorrit Møller	630690163	dorritgnist@gmail.com	
Cantamos	Hilkka Krane	699 602 969	hilkka.dekor@gmail.com	
Visens venner	Reidun Osland	672 979 232	r-os@online.no	
Lyrikkgruppen	søker ny leder			
Filosofi I	Sidsel Sparre	617 664 143	kreativ21@hotmail.com	
Bridge	Vigdis L'Orsa		vigdis@lorsa.se	
Kunstgruppen	Brith Færgestad	640 363 695	brithtf@gmail.com	
VinoGastro	Jørgen Juel-Larsen	629 324 298	leder@vinogastro.com	
Fotogruppen	Bjørn H. Kristiansen	616 575 455	fotogruppen@dnkcb.com	
Helse og Sosial	søker ny leder			
Historiegruppen	Hans Svedbergh	616 873 182	hans@svedbergh.com	
Costagolfen	Lars Mølsæter	693 749 316	costagolfen@gmail.com	
Hobbygruppa	Tove Thorstensen		helsesosial@dnkcb.com	

Nye medlemmer

Åse og Geir Ole Thorstensen	Lars Ystad	Annika K. Rosenwoldt Warner	Asbjørn Hamstad
Paul Sigurd og Zoe Espe	Lisbeth Gjelsvik	Arvid Landaas	Thor Joh. Johansen
Else Rakvaag	Jon Sverre Lund	Elisabeth Stenvik	Charlotte Sanden
Turid og Aksel Lysøy	Lars Nord-Varhaug	Gun og Sven Erik Elstad	Heidi Solem
Kjellaug og Pål Jørgen Storødegård	Babs og Bjørn Schullstrøm	Svein A. Lindås	Otto M. Olsen
Trond Neri Strandskogen	Erling Bjørke	Roar T. Svendsen	Signe Aa. Delso
Andreas Johannes Verland	Elin Solheim	Karin og Harald Ingebrigtsen	
Knut Rafto	Robert Myhre	Jarle Ørnebo	Til sammen: 44
Harald Thiis	Helle Karman	Berit og Øyvind Kvitvær	
	Jesper H. Weinreich	Eva D. og Tor Solum	

Bedriftsmedlemmer

Europasol ♦ DNSCB ♦ Little Norway
Bodegas Enrique Mendoza ♦ Toldos Costa Blanca
Fysiakos ♦ Hotel Cap Negret ♦ Nordic HD S.L.

Klubbsponsorer

IMED Levante ♦ Bonanetto ♦ Flyttespesialisten
Costa Blanca Physiotherapy ♦ Bricol

Se aktivitetsplan på våre hjemmesider www.dnkcb.com, eller i magasinet Aktuelt Spania

UKENTLIGE FASTE AKTIVITETER:

MANDAG:

Hobbygruppen. Kl. 11.00 til 14.00.
Cantamos - koret møtes på Kirkesenteret i Albir kl. 16.00.
Costatrimmen: Langtur kl. 10.00, Korttur kl. 10.30.
Costatrimmen.com
Oppmøte ved den store parkeringsplassen ved parken.
CostaGolfen kl. 10.30 på Sierra Cortina i Finestrat.
Se også www.dnkcb.com/golf.html for mer info.

TIRSDAG:

Bassengtrening kl 15.00 ved Albir Garden hotell i Albir.

Bridge i Klubben tirsdag og torsdag kl. 17.30.
Spanskurs i klubben hver tirsdag og torsdag
Kafeen kveldsåpent tirs, ons, tors 17.00-21.00

ONSDAG:

Quiz kl. 19.00.

Costatrimmen turkl. 10.30
www.costatrimmen.com

TORSdag:

Trim "Kom deg i form" kl 11.00 i klubben

Strikkekafe kl. 11.00.

Bridge 17.30

FREDAG:

Filosofigruppe kl. 11.00



RABATTER FOR HELÅRSMEDLEMMER AV KLUBBEN

ELEKTRISK

5% på varer hos Llinares Elektrisk (gjelder ikke tilbudsvarer), C/Escoles, Alfaz del Pi.

SKJØNNHET

10% Frk. Storemyr, dame- og herrefrisør i Alfaz del Sol.

5% "beycan beautycenter" (gjelder ikke for tilbudspakker), C/Federico García Lorca 38, (vis a vis Marianne-tours), Alfaz del pi. Tel: 966814527

HELSE

20% Optica Mediterranea. Avda del Albir 52, Albir. Tel: 966867370. Gratis hørseltest og 5% rabatt på høreapparat. C/Principes d'Espanya 17, Alfaz del Pi. Tel: 965887872.

20% Euro Optica, Avda. País Valencia 9, Alfaz del Pi. Tel: 966 86 02 76

10% Optica Kristal, C/Federico García Lorca 7, (vis a vis Ayuntamiento), Alfaz del Pi. Tel: 965744992

20% Centro Optico Alfaz, C/Federico García Lorca 50, Alfaz del Pi. Tel: 965887166

10% hos Ortopedia Vital Esport (ikke på tilbudsvarer). GRATIS hørselstest. GRATIS bh ved kjøp av protese for bad. Avda. Beniardá i Benidorm. Tel: 966805301 el. 615397472

10% hos Clinica Paca på vannrensesystem og/el. dusjfilter. Vis a vis golfbanen i Albir. Tel: 672493452

15% på behandlinger ved Costa Blanca Physiotherapy. Calle de Narciso Yepes 4 ved golfbanen i Albir. Tel: 966867178 el. 622249341

10% ved Helsekosten i Albir. Calle Pau Casals 7. Tel: 96 686 68 89

BOLIG OG HAGE

10% på listepreis på langtidsleie av leiligheter i Alfaz del Sol til helårsmedlemmer. Tel: 96 686 07 59

10% SOS Piscinas på klorprodukter til svømmebasseng. Camino viejo Altea 27, 100 m fra slottet i Alfaz. Tel: 664273170

10% hos Bart, renovering, flislegging, rørlegger, maler. Snakker engelsk og tysk. Tel: 697404999 el. 966446949

5% jernvarebutikken Ferrosol, Camí Vell d'Altea 34, Albir (vis a vis Mercadona). Tel: 966864205

10% hos Pint Decor på alle malerjobber, innendørs og utendørs, og dekor. Gratis uforpliktende prisoverslag. Tel: 616 915 995
Facebook: Pintdecor estilos profesionales personalizados

20% Gartner / hagearbeid. Snakker engelsk, tlf: 650361026 / 669635904

FRITID

10% Casa Lis i Calle Joaquin Turina 4, Albir. Tel: 966864522

10% hos restaurant Finca Rustica, Finca Martina, La Nucia. Tel: 965873174

Gratis dessert når du spiser a la carte ved Restaurante El Jardin i Foya Blanca, Alfaz del Pi. Tel: 966 814 233

20% pa reiseforsikring hos Poli&Fani Correduría de Seguros. Avda. Alfonso Puchades 18, local 2, Benidorm. Tel: 965867516 663093702

10% hos Restaurante Casa Vital i Altea. Calle Salamanca i gamlebyen. Tel: 965840936

20% hos Seguros Catalana Occidente på hus- og bilforsikring, samt livs- og sykeforsikring.

Cl. Ejercito Españoles 13, Alfaz del Pi. Tel: 647172721
leonor.tomas@agentes.
catalanaoccidente.com

10% på alle Fred Olsen Cruises ved bestilling hos BeniConnect Travel Agency, tlf.: 966 811 847, epost: info@beniconnect.com

10% hos Restaurante Juan Abril på strandpromenaden i Altea. Gjelder kun a la carte. Tlf: 965 84 37 22

DIVERSE

Timepris 25€, og 10% på deler hos Boxes bilverksted i Alfaz, rett ovenfor kirkeplassen.

10% Terminal Parking flyplassparkering. Se deres hjemmeside: www.terminalparking.es

10% hos VG Abogados, advokat José Antonio, tel: 650 80 43 87

10% hos skredder Juan Narro på skreddersydde klær etter mål. Partida Cap Blanc 64, Altea Tel: 965 843 671

10% hos Calza-t på skotøy. Gjelder ikke tilbudsvarer. Cl. Herrerías 17, Alfaz del Pi Tel: 699434932

20% Gestora Angela López, revisortjenester / rådgivning skatter / avgifter m.m. Snakker engelsk. C/Ferrería 32, loc. B, Alfaz del Pi. Tel: 965887037 / 669635904

10% Benioffi på kontormateriell. Utsalg i C/Beniardá 13, bygg 1a, La Alberca industriområde i La Nucia. Tel: 966895151/966896343
benioffi@benioffi.es

10% Ask & Embla i Altea y Albir

Har du fått eller endret e-post el. telefonnummer, husk å gi beskjed til kontoret via e-mail: info@dnkcb.com

DESCUENTOS PARA SOCIOS CON SUSCRIPCIÓN ANUAL

ELECTRICIDAD

5% en la tienda Llinares (no acumulable con otras ofertas), C/Escoles, Alfaz del Pi.

BELLEZA

10% Frk. Storemyr, peluquería hombre/mujer en Alfaz del Sol.

5% "beycan beautycenter" (no acumulable con otras ofertas), C/Federico García Lorca 38, (vis a vis Mariannetours), Alfaz del pi. Tel: 966814527

SALUD

20% Optica Mediterranea. Avda del Albir 52, Albir. Tel: 966867370. Gratis audio revisión y 5% en aparatos audio. C/Principes d'Espanya 17, Alfaz del Pi. Tel: 965887872.

20% Euro Optica, Avda. País Valencia 9, Alfaz del Pi. Tel: 966 86 02 76

10% Optica Kristal, C/Federico García Lorca 7, (vis a vis Ayuntamiento), Alfaz del Pi. Tel: 965744992

20% Centro Optico Alfaz, C/Federico García Lorca 50, Alfaz del Pi. Tel: 965887166

10% Ortopedia Vital Esport (no acumulable con otras ofertas). GRATIS test de audio. GRATIS sujetador con compra de prótesis mamarias para baño. Avda. Beniardá i Benidorm. Tel: 966805301 el. 615397472

10% Clinica Paca en filtro de agua para ducha y/o depuradora de agua. Vis a vis el golf en Albir. Tel: 672493452

15% en tratamientos en Costa Blanca Physiotherapy. Calle de Narciso Yepes 4 al lado del golf en Albir. Tel: 966867178 el. 622249341

10% Helsekosten i Albir. Calle Pau Casals 7. Tel: 96 686 68 89

CASA Y JARDIN

10% en alquiler de pisos para larga temporada en Alfaz del Sol. Tel: 96 686 07 59

10% SOS Piscinas en productos de cloro para piscina. Camino viejo Altea 27, 100 m del castillo del Conde de Alfaz. Tel: 664273170

10% Bart, renovación, losas, fontanería, pintura. Habla inglés y alemán. Tel: 697404999 el. 966446949

5% Ferretería Ferrosol, Camí Vell d'Altea 34, Albir (vis a vis Mercadona). Tel: 966864205

10% Pint Decor, todo tipo de pintura, exterior, interior, decoración. Presupuesto gratis sin compromiso. Tel: 616 915 995

Facebook: Pintdecor estilos profesionales personalizados

20% Jardinero. tlf: 650361026 / 669635904

10% Casa Lis, Calle Joaquin Turina 4, Albir. Tel: 96686452

OCIO

10% Restaurante Finca Rustica, Finca Martina, La Nucía. Tel: 965873174

Gratis postre comiendo a la carte en Restaurante El Jardin i Foya Blanca, Alfaz del Pi. Tel: 966 814 233

20% seguros de viaje con Poli&Fani Correduría de Seguros. Avda. Alfonso Puchades 18, local 2, Benidorm. Tel: 965867516 663093702

10% Restaurante Casa Vital en Altea. Calle Salamanca i gamlebyen. Tel: 965840936

20% Seguros Catalana Occidente en seguros de casa, coche, médicos y decesos. Cl. Ejercito Españoles 13, Alfaz del Pi. Tel: 647172721 leonor.tomas@agentes.catalanaoccidente.com

10% en cruceros de Fred Olsen Cruises comprándolos en BeniConnect Travel Agency, tlf.: 966 811 847, correo electrónico: info@beniconnect.com

10% en Restaurante Juan Abril en el paseo mediterráneo de Altea, solo a la carta. Tlf: 965 84 37 22

VARIOS

25€ la hora y 10% en piezas, Taller Boxes en Alfaz, Calle Francia.

10% Terminal Parking aeropuerto El Altet. www.terminalparking.es

10% VG Abogados, abogado José Antonio, tel: 650 80 43 87

10% sastre Juan Narro en ropa de sastre a medida. Partida Cap Blanc 64, Altea Tel: 965 843 671

10% Calza-t, calzados (no acumulable con otras ofertas). Cl. Herrerías 17, Alfaz del Pi Tel: 699434932

20% Gestora Angela López, C/Ferrería 32, loc. B, Alfaz del Pi. Tel: 965887037 / 669635904

10% Benioffi en material para oficina. C/Beniardá 13, nave 1a, Pol. ind. La Alberca, La Nucía. Tel: 966895151/966896343 benioffi@benioffi.es

10% Ask & Embla i Altea og Albir



BOREAL COSTA BLANCA, S.L.
PROMOCIONES

ALT INNEN EIENDOM
Vi kvalitetessikrer og oppdaterer alle forhold vedr. din eiendom.

Til salgs: Boligprosjekt med 2 enheter i La Capitana, Alfaz del Pi

For mer informasjon: +34 609 902 628

Bulevard de los Musicos, 11, Edif. Celio Albir
Tel: +34 966 866 517 Mob: +34 609 902 628
www.borealcostablanca.com www.borealcostablanca.no



Restaurante www.casavital.com

Casa Vital
Vi har Tapas og a la Carte

Torsdager kl. 18.00:
Byvandring m/meny, 30€

Lukkede selskaper
Brylluper

VI ER PÅ FACEBOOK
Tel: 965840936
Sms: 617640859

Åpent
Alle dager kl. 12-16.30 og kl. 19-23.00

Cl. Salamanca 11
Gamlebyen i Altea



- Ta 1 år eller 13 i Spania!
Norsk grunnskole og VGS

Den Norske Skole Costa Blanca
www.costablancaskole.com

FYSIAKOS



Tren gratis
hos oss



Miriam Kristiansen

Følg oss på
Facebook

FYSIOTERAPI

Fysioterapeuter med lang erfaring og høy faglig kompetanse

Ferdigutfylte HELFO skjema
Rehabilitering innen nevrologi og ortopedi
Spesialkompetanse på muskel- og
skjelettlidelser
Yoga

VELVÆRE

Uketilbud på velværebehandling

Aromaterapi - klassisk massasje -
Føtterapi - Pedikyr - Manikyr - Gelenegler - negledesign
Voksing - Ansiktsbehandlinger - Algeinnpakning - Peeling
Refleksologi - Napping og farging av bryn -
Farging av vipper

AKUPUNKTUR OG URTEMEDISIN

OMSORGSTJENESTER

Trygghet Helse Glede Omsorg Trivsel



Bente Lise S. Rasmussen

Hjemmesykepleie og hjemmehjelp
Utleie av hjelpemidler til hjemmet
Daglig oppfølging og tilsyn av
autoriserte sykepleiere og hjelpepleiere
Hjemkjøring av mat, handlehjelp, følge til
lege, sykehus, tannlege
Tolketjenester etc.

Nært samarbeid med norsktalende lege

MEDLEMSTJENESTER

FYSIAKOS

OMSORGSTJENESTER

Bente Lise S. Rasmussen

tlf: 966 86 56 86/600 01 54 70
bentelises@hotmail.com

FYSIAKOSREISER AS

Bestill dine reiser gjennom oss

Du reiser trygt,
vi er medlem av



Vi skreddersyr helse- og fritidsreiser for deg,
samt for lag og organisasjoner

Bestill dine reiser gjennom oss, vi vektlegger trygghet, trivsel og
gode opplevelser!

Kontakt Anne Elisabeth Nessel

Tlf: 0034 628 870 070 - email: fysiakosreiser@gmail.com



Anne Elisabeth Nessel

TOTALLEVERANDØR AV BEHANDLINGS- OG OMSORGSTJENESTER

- VI HAR BÅDE SPANSKE OG NORSKE AUTORISASJONER

Hotel La Colina, Carrer Pau Casals 24, 03581 Albir

www.fysiakos.com - post@fysiakos.com - Tlf: +34 966 865 686