

Spania etterforsker folkemord
Nobelprisvinner Rigoberta
Menchu har i mange år kjempet
for en internasjonal granskning
av folkemordet i Guatemala i
årene 1978-86. Nå får hun
endelig spanske myndigheter
med seg.

Trygdemisbruk
- uvitenhet eller svindel?

Norske myndigheter har trappet
opp jakten på trygdemisbrukere i
utlandet. Hvert år går 3 mil-
liarder trygdekroner ut av landet.
Bare i Thailand har trygdekon-
toret 15 konkrete saker der det er
mistanke om trygdemisbruk.

Ny flyplassbussrute

Det ble i forrige uke annonsert av
borgermesteren i Torre Vieja,
Pedro Hernandez Mateo, at det
skal settes opp en bussrute mel-
lom flyplassen El Altet og
Torre Vieja.

"De beste i verden!"

- Bananer fra Kanariøyene
Dette utsagnet stammer ikke
bare fra patriotiske spanjoler,
mange andre bananelskere i
Europa hevder det samme. De
kanariske bananene er mer
smakfulle, mindre og mer mørk
gylden i fargen enn sine slekt-
ninger fra Sør-Amerika og andre
tropiske land.

Skogbrann i Finestrat

Våren kom plutselig over oss i
begynnelsen av mars. Med mye
sol, varme og lite vind øker
risikoen for skogbranner i
området. Det fikk 40 innbyggere
i Finestrat smertelig erfare da de
måtte evakueres etter at en skog-
brann brøt ut i skogområdet Els
Reales. Skogbrannen brøt ut
tirsdag 7. mars ved 23.00 tiden
på kvelden. Evakueringen ble
straks inngangsatt. I løpet av fire
timer var alle naboer i området
evakuert..

IKEA i Murcia

Da er den endelig kommet - IKEA har inntatt Murcia. På
den store åpningsseremonien den 28. februar fikk de aller
første kundene oppleve å bli servert lett frokost skyllet ned
med gratis vodka. Kanskje ikke helt vanlig kost for nord-
menn, men sannsynligvis bra for å komme på gli både med
handlelysten og med å åpne opp pengepungen.



NIENDE IKEA I SPANIA

Ledelsen ved IKEA i Murcia
mener at de bør kunne ha rundt
1.8 millioner besøkende i løpet
av sitt første år i regionen, og
dette er den niende IKEA-
butikken som har åpnet i
Spania.

HANDLEVOGN ELLER IKKE?

Det er med IKEA som det er
med LIDL - alle butikkene går
etter samme malen, og har man
vært på IKEA i Norge eller
Sverige så kjenner man seg
igjen også i Murcia-utgaven.
Noen forskjeller i fra andre

butikker finnes allikevel. En
kjekk sak å vite er følgende: Ta
ikke med deg handlevogn fra
parkeringsplassen og inn - det
er ikke lurt og slett ikke nød-
vendig. På IKEA er han-
dlevognene inne. Og - om du
skal i øverste etasje, skal du
allikevel ikke ha med han-
dlevogn. Der er det nemlig
IKEA's egne "handlebagger"
som gjelder. Disse finner man i
mengdevis ved inngangen til
det som kan betegnes som
"møbelavdelingen", altså i
andre etasje.

ZARA - en spansk moteigigant



Med mer enn 650 butikker i 50 land, har den spanske butikkjeden fun-
net en formel for suksess som går på tvers av anerkjente "sannheter."
Kjeden kommuniserer, designer, produserer og leverer nye klær til sine
butikker i løpet av 15 dager

Zaras designere kreerer cirka
40.000 nye modeller årlig,
hvorav 10.000 blir utvalgt
og satt i produksjon. Noen av disse
ligner det siste fra haute couture
modeller, men Zara slår de anerk-
jente motehusene på raskere lever-

ing av moteplagg til sine butikker,
til en lang lavere pris. De bruker
ikke så kostbare stoffer, men med
fem til seks forskjellige farger og
fem til sju størrelser, blir det i alt
rundt 300.000 nye plagg som skal
ut til butikkene hvert år.

BUSS Stavanger Oslo Spania 1 vel 450/480 euro - 01 882 euro Bestill i god tid!	FRA NORGE:	FRA SPANIA:
	man 03.04.06	fre 07.04.06* (fullt)
	man 04.09.06	fre 08.09.06*
	man 02.10.06	fre 02.10.06*
	søn 05.11.06	fre 05.11.06
	man 11.12.06*	fre 15.12.06

HAGA NOR Reiser Etabla & L.
www.haganor-spania.no Tlf. +34 96 606 41 91 - +47 51 67 65

Skandinavisk Smide
 Alt i metall og aluminium
 Tlf. 96 570 53 73

STOP

REFIS Internacional
 FISCAL & LEGAL CONSULTANTS OFFICE
 Skatterpresentasjon - Administrasjon av sameie - Eiendomskjøp/-salg
 Testamenter - Oversettelser
 C/Ramon Gallud, 39 - 4. etg. Apartado de Correos 601 - 03180 TORREVIEJA
 Tlf.: 96 670 44 37 - Fax: 96 571 63 303 - Email: refis.int@ofimac.es

INDIA GATE

INDISK RESTAURANT
 Se annonse side 23

Har du husket å bestille flybussen?

Vi kjører fra Albir, Alfaz og Benidorm til og fra Alicante flyplass. Korresponderer med alle norske SAS Braathens SasBraathens flyvninger. Forbehold om antall påmeldte!

Kontakt oss på : 96 686 4191
 post@haganor-spania.no **HAGA** NOR Reiser

gente mediterránea
casas mediterráneas

- Boliger med 2 og 3 soverom
- Hus i mediteransk stil
- Privat hage & terrasser
- Svømmebasseng & Beach Club
- Store grøntområder
- Garasje

For mer informasjon kontakt: Linda 600 514 992
<http://www.comercialsopoorte.com?cma=065>

Hus fra 159.000€

- Minimums reservasjonsbeløp
- Maksimale betalingsbetingelser frem til overtakelse
- Uforbedelige lånebetingelser
- Personlig tilpasset finansiering

Mascarat



HER FINNER DU SPANIAPOSTEN

Spaniaposten distribueres på over over hele Costa Blanca. Her finner du noen av stedene du kan hente ditt eksemplar av Spaniaposten.

ALTEA:

Eso Es Cafe (V. havnen)
Casa Vital (I gamlebyen)
Papeleria Sevilla

ALBIR:

Supermercado Mendoza
Supermercado Mercadona
Kirkesenteret
Det norske bakeriet
Yoel Albir (I hovedgaten)

ALFAS DEL PI:

Costa Blanca Bok & Musikk
(Ved rådhuset)
Supermercado Costa Blanca
Supermercado Mendoza
Den Norske klubben
Norske skolen
Reuma Sol
Yoely Alfaz del PI
(V. Ayuntamiento)

BENIDORM:

Kirkesenteret
Restaurante El Escandinavo
Bosses
Carrefour

VILLAJOYOSA:

Presna - Pedero Lloret Marcet
Villa International Assistance
Solgården

GRAN ALACANT:

Den norske klubben
Urb. El Faro

SANTA POLA

Poseidon Presna

LA MARINA

Barry's avisiosk

GUARDAMAR

Casa Tre Toppar

PILAR DE HORADADA

Alpuente

LA MATA

Saga Travel
Roy's Bar

TORREVIEJA

Den Norske klubben
Club Nordica
Mas Amigos
Papeleria Baeza
Heidi frisørsalong
Turistinformasjon v. havnen
Det norske konsulatet
Scandigo
Todo Todo

VILLA MARTIN/LOS DOLCES

Langenes Spaniahus

EL LIMONAR

"Posthus"

CIUDAD QUESADA

Kirkesenteret
Skolen
Don Carlos
Mobico

LOS BALCONES

Media distribusjon

ROCIO DEL MAR/TORREJOVEN

Bazar Colin y Jayne
Prensa Torrejoven

LA MANGA

Firstline



ABONNENT

Avisen kommer ut hver 14. dag med unntak av sommerferie.
Pris for et abonnement er:

495 NOK per år for abonnenter i Norge.
39€ per år for abonnenter i Spania.

Du kan bestille ditt abb. på vår nettside
www.spaniaposten.com sender vi deg neste
utgave sammen med en giro for innbetaling.



SPANIAPOSTEN

- Spanias suverent største skandinaviske publikasjon

Epost: red@spaniaposten.com Adresse: SPANIAPOSTEN
Web: www.spaniaposten.com Apartado 586
Tlf: +34 647 734 390 03590 Altea
Fax: +34 647 734 389 (Alicante)
Utgiver: SPANIAPOSTEN SL
Redaktør: Kim Ammouche
Opplag: 10.000-16.000 (Snitt opplag pr 03.06.2006: 10.500 eks. pr utgave)
Distribusjon: Marina Alta, Marina Baixa & Mar Menor
Deposito legal: A-155-2002
Trykk: SERVICIOS DE IMRESION DE LEVANTE, S.A.

Annonsering:
Ta kontakt for priser eller se vår webside.
Annonse materiell sendes via epost til: desk@spaniaposten.com



Torrevieja

Ny flyplassbussrute



Det ble i forrige uke annonsert av borgermesteren i Torrevieja, Pedro Hernandez Mateo, at det skal settes opp en bussrute mellom flyplassen El Altet og Torrevieja.

Det har vært avholdt flere møter mellom representanter fra kommunen og representanter for

busselskapet Costa Azul S.A for å komme til enighet om detaljene i avtalen. På en pressekonferanse ble det gitt uttrykk for at denne bussruten var absolutt nødvendig, da rundt tre av hver tiende passasjer som lander på El Altet skal til Torrevieja. Den nye bussruten vil sannsynligvis bli satt opp allerede en av de nærmeste månedene.

Alfaz del Pi

Provinsens beste idrettskole

De kommunale idrettsskolene Las Escuelas Deportivas Municipales de Alfaz del Pi, har for andre år på rad blitt nominert som beste idrettsskoler. De gikk videre til finalen i den årlige idrettsgallaen og vant hedersplassen som provinsens beste idrettsskoler. I fjor var Alfaz blant de tre finalistene, men måtte gi tapt for rugbyklubben i Villajoyosa.

Styremedlem i rådhusets idrettsseksjon, Eric Svanberg, uttaler at denne utmerkelsen er en stor anerkjennelse for arbeidet som er lagt ned i de 13 forskjellige idrettsskolene kommunen har i Alfaz del Pi. Det gir motivasjon til videre arbeid og ytterligere forbedringer for de 600 barna som i dag er tilknyttet idrettsskolene.

Svanberg mener også at kommunens arbeide mot rasisme i idretts-



skolene kan ha vært en av de avgjørende faktorene for utmerkelsen, i likhet med både den økende interessen og utvidelsen av idrettsskolene.

Benidorm

Mann ihjelkjørt på N-332

En 70 år gammel mann døde etter påkjørsel på hovedveien N-332 mandag 13. mars. Ulykken fant sted kl. 13.10 ved 144km merket i Benidorm, da mannen av ukjente årsaker ble overkjørt av en bil da han spaserte langs veien. Mannen døde momentant. Ulykkeshendelsen etterforskes nå av politiet.

Javea

Flere politistasjoner

Javea trapper opp kampen mot kriminaliteten ved å bygge flere politistasjoner i nærområdet. Byens nye rådmann for sivil sikkerhet, Rafa Bas, har presentert planer for flere permanente politistasjoner i byen, også i Duanes de la Mar og Arenal. Stasjonen vil ha en stasjonær inspektør og 24 konstabler. Ytterligere 18 konstabler vil få sitt spesialfelt innen vei og trafikk, vold i hjemmet og miljø. I 2004 innførte politiet i Javes nattpatruljer, noe som har gitt gode resultater. Med flere politistasjoner vil det bli enklere for befolkningen å kunne rapportere om hendelser til politiet, man trenger ikke lenger å reise til hovedstasjonen i byen.

KONSERT I MINNEKIRKEN

Torsdag 23. mars kl 19.30

Operasanger

Hilde Haraldsen Sveen

med pianist

Signe Bakke

har konsert i Minnekirken på Solgården med temaet: "Kom mai du skønne milde", tidlig vår i ord og toner med Mozart og Grieg.

Fri entre. Kollekt ved utgangen.



BOLIG:
UKE - MÅNED - HELÅRS.

Grand Nobel Apartments,
Postboks 340, Sentrum
N-3101 Tønsberg
www.grandnobel.no
Tlf: + 47 33 35 35 00

Torrevieja

Tragisk ulykke på CV-90



Torsdag 16. mars litt før klokken 12.00 skjedde det en tragisk ulykke på veien fra Torrevieja mot Crevillente, rett utenfor den nye Mercadona-butikken.

Det var flere ambulanser, politibiler og brannbiler på stedet kort etter ulykken skjedde, men det var idet Spaniaposten gikk i trykken foreløpig usikkert hvor mange personer som var involvert i ulykken, og hvor alvorlig skadet de involverte var.

Benidorm

Uheldige restaurantkunder

To belgiske damer på henholdsvis 61 og 66 år, ante fred og ingen fare da de spiste på en pizzeria i Benidorm i slutten av februar.

Mens de spiste, fikk de plutselig taket i hodet. De ble straks kjørt til Hospital Levante med kuttskader i hodet. Restauranten, Pizzeria de Don Miguel i avda. Madrid, holder midlertidig stengt etter det inntruffe. Årsaken til ulykken er foreløpig ukjent, men man antar at elektrisk arbeid eller rørleggerarbeid har gjort skader på taket. Rådhuset har startet omfattende

En person var dekket til, denne personen skal ifølge vitner ha kjørt en motorsykkel. Ambulansepersonell og brannvesen jobbet på spreng for å hjelpe et ukjent antall personer som satt i en ødelagt bil, og det var spor som kunne tyde på at en bil i stor hastighet kan ha kommet over midtrabatten, truffet en palme og deretter kjørt inn i et eller flere kjøretøy i motgående felt.



inspisering av lokalet. De to uheldige damene fikk kuttene sydd, og ble utskrevet samme dag.

Altea

Fisker fikk død mann i garnet

Mandag 6. mars fikk en fisker fra Altea en uhyggelig fangst i garnet. Under fiske i Villajoyosa denne morgenen dro fiskeren opp en død mann. Den døde var sterkt lemlestet, og manglet både fingre og hud på den ene hånden. I lommene fant fiskeren marokkanske penger og et telefonkort. Tre dager etter gjorde en annen fisker i samme området et funn av en hånd og en skinnjakke. Etterforskere lurte nå på om det siste funnet kan ha forbindelse med den avdøde. Full etterforskning pågår i saken.



Alfaz del Pi

Blotter arrestert i Albir

Torsdag 2. mars fikk politiet i Alfaz telefon fra bekymrede foreldre i Albir. De hadde observert en mann i strandområdet som masturberte mens han betraktet barna som lekte på strandpromenaden. Politiet rykket umiddelbart ut, og takket være foreldrenes beskrivelser ble mannen raskt pågrepet og arrestert for ekshibisjonisme overfor mindreårige. Mannen er spansk statsborger.

CB Jordan* **JOTUN**
Håndverksservice
 C/ Calvari, 18, 03580 Alfaz del Pi
 Åpningstider 0900-1330 og 1600-1900.
 Tlf: 966 814 267 Fax: 966814098 Internett: www.cbhandverk.com

Privat drosjetjeneste ledig for oppdrag:

Henting / bringing flyplass, lokale turer, lengre kjøreoppdrag-turer, med bil & minibuss. Ring Christian på tlf: 678 825 736
Svært rimelige takster



TONY ELLIS
 NUMMER EN I TORREVIEJA
KJØP & SALG
 GODE BRUKTE MØBLER
 TONY - ANGIE - TONY JR.
 Avda. Diego Ramírez, 19 031818 Torrevieja

Køl & Varme
 Installation & service. Klimaanlæg
 Dansk kvalitet til spanske priser.
 Air Condition y Refrigeration
 Svend Erik Høy
 C/ Lo Blanc 38
 03187 Los Montesinos (Torrevieja)
 Tlf: 67 921 19 43
 Fax: 96 672 19 06
 e-mail: coolpartner@hotmail.com

Bici Altea
 - Din fagmann på tråsykler
 Se hovedannonse side 5
 Eneforhandler i Alicante regionen for:
Banshee Bikes
 C./Carrasca 7, Altea
 Tlf/fax: 96 584 16 41

IRENE WÄRN, Jur. Kand. TRANSLATIONS
TOLK, översättare & språklärare BABELINA
 All typ av juridisk och allmän översättning och tolkning, testamenten, dokument, lagfarter, protokoll etc.
 Ring mig så hjälper jag!
Tel.: 600 083 133
irenewaern@hotmail.com

Costa Blanca Data E-post: correu@costablancadata.com
 internet - hardware - software http://www.costablancadata.com
 Datahjelp for privatpersonar og bedrifter.
 Enkeltoppdrag - driftsavtaler.
 L'Alfàs del Pi med omland.
 Mobiltlf.: 636 260 573

Koselig enebolig, rolige omgivelser.
 Denne boligen har 3 soverom, bad, stue, kjøkken. Flott uteplass med flere sittegrupper. Privat garasje, og godt med bodplass. Ligger mot enveiskjørt gate med lite trafikk. Beliggenhet; Lago Jardin, Los Balcones i utkanten av Torrevieja.
222.000€
 For et trygt kjøp til riktig pris; Bruk spansk autorisert megler med norsk ansatt. Ring på norsk i dag:
Rosa Mediterranean Houses
 Telefon **637 96 26 29**

Vi innreder din Spanske bolig
 Vi er et norskeid interiørfirma som hjelper deg å sette sammen innredningen din akkurat slik du ønsker. Vi kjøper møblene for deg direkte fra produsentene, norske så vel som spanske - og til meget konkurransedyktige priser.
 Vi har norske montører som sørger for at alt kommer på plass, og vi har eget lager så vi kan ta vare på møblene dine om ikke alt er klart hjemme hos deg.
 Vi har kontor og showroom i La Nucia, men arbeider på hele Costa Blanca-kysten.
 Ta kontakt så kan vi se om det er noe vi kan hjelpe til med!
 Telefon: 651 182 543 (Johan Hjellegjerde)
 E-mail: norstil@start.no
 Internet: www.norstil.no
NORSTIL

Torrevieja

Prostituerte oppholder seg ulovlig i landet

1 4 kvinner er arrestert i en klubb i Torrevieja mistenkt for å arbeide somprostituerte.

De arresterte skal være ulovlige immigranter som arbeider på den velkjente bordellet Eden Roc. Politiaksjonen som involverte uniformert og sivilt politi startet ved 21.00 tiden fredag 3. mars. En av de arresterte kvinnene er fra Afrika, en annen fra sør-øst Asia, resten fra Romania. Politiet kunne fortelle at ingen av de arresterte hadde verken oppholdstillatelse eller arbeids-



tillatelse i Spania.

Politiet har avslørt en rekke tilfeller av unge jenter som blir lurt til Spania med tilbud om arbeid i hotellbransjen, men som ender opp som prostituerte ved bordeller.

Benidorm

Elever med dårlige matvaner

S koleelever dumper den tradisjonelle skolemateren til fordel for fast food. En ny studie viser at kun 12% av elevene har et variert Middelhavskosthold. IES Beatreu Fajardo ungdomsskole i Benidorm gjorde en spørreundersøkelse blant sine 657 elever. Studien viste at 28% ikke har for vane å spise frokost. Ut fra undersøkelsen kunne det konstateres at elevene ikke fulgte en normal Middelhavsdiett, som består av cerealer, grønnsaker, olivenolje, tørket frukt, fisk, egg, melkeprodukter og rødt kjøtt.

Skolen planlegger nå et samarbeid med foreldrene for å bedre elevenes matvaner. De mener at foreldrene bør kontrollere barnas spisevaner, da et økende antall velger å spise fast food fremfor den tradisjonelle Middelhavsdietten.

Altea

Rengjøring i gatene



R engjøring av gatene i Altea er rådhusets nye satsning, og det er jammen på tide. Strandpromenaden er bare ett eksempel når det gjelder dårlig rengjøring i byen. Flere av restaurantene på sjøpromenaden kan bekrefte å ha sett "vaskebilen" max to ganger det siste året. Promenaden er møkkete, søppelkassene er ramponert og det er griset til med grafitti på fortau, vinduer og bygninger. Strandpromenaden i Altea er en skam for byen, og det ønsker rådhuset å gjøre noe med. Rådmannen for Gaterehold og infrastruktur, Domingo

Berenguer, uttaler at den nye planen for rengjøring består av to faser. Den første fasen er allerede påbegynt og vil vare frem til 30. juni. I denne perioden skal det settes inn 13 nye feiemaskiner som skal brukes til den daglige rengjøringen av gatene. Bare den første fasen vil koste rådhuset 122.000 euro. Den andre fasen vil starte 1. juli og vare ut juni 2007. Arbeidet i fase II vil bestå av innkjøp av siste generasjons rengjøringsmaskiner, samt en lastebil for innsamling og fjerning av skrap. Prislappen på fase II er på netto 693.939 euro.

DEN NORSKE TANNKLIKKEN

Einar Røskeland
Almenpraksis - Spesialkompetanse i
protetik (krone bro og protese)

Helge Andergren
Almenpraksis



Avd País Valencia/Teniente Segui 20

Vis a vis Mendoza i Alfaz del Pi

Medlem av den spansk-norske tannlegeforeningen

Jan Holmefjord
Almenpraksis

Timebestilling tlf: 965 889 061/965 887 277

Velkommen til salgspresentasjon



VELKOMMEN TIL VISNING!

- Priser fra 130.000 € (pluss omkostn.)
- Servicessenter med Den Norske Klubben på området
- Varierte opplevelsesmuligheter i regionen
- Vaktmestertjenester, vakthold, butikk, helse og velvære
- Gjesteleiligheter for familie og venner
- Bedre oppvarming og isolering enn vanlig i Spania

Dato:

27 mars Kl. 18.00 på hotel Kaktus, Albir



Spania: Selvaag Pluss, Alfaz del Sol - Tel: +34 966 860 759
Norge: Selvaag Pluss, Colosseum Park - Tel: +47 23 19 72 00

E-mail: alfaz@selvaag.no

Internett: www.alfazdelsol.no - www.selvaag-pluss.no



Selvaag Pluss



Den tunge spanske arven

Slik gjør du skattebyrden lettere for dine nærmeste

Stefan Gustafsson, Henry Woods Investment Management. Tel. 96 646 0000

JEG FIKK en enorm respons på forrige Spaniaposten. Det står helt klart at arveskatten er et hyppig tema for mange nordboere her i Spania. Til tross for at den spanske arveskatteloven på ingen måte er noen nyskapning opplever jeg at en stor del ikke kjenner til den. I alle fall ikke at skatten kan bli betydelig. Kanskje kan det ha med det å gjøre at man ikke har undersøkt saken og i feilaktig trygghet om at "den kan jo ikke være høyere enn i Norden".

Mange har også fortalt at de jublet når den svenske arveskatten forsvant og den norske blir forenklet redusert, men at de etter min artikkel på nytt fikk en klump i halsen. Dette helt enkelt for at den nordiske arveskatten ikke har noe med arven i Spania å gjøre.

Spansk arveskatt gjelder uansett eiendomsleiers residencia

En eiendom i Spania arvebeskattes her uansett om du og/eller din livsvenn er resident eller ikke. Ikke spiller det noen rolle hvor dine arvinger er skatteresidenter heller. Huset står på spansk mark, og derfor beskattes det her. Er arvingen resident gjelder det dessuten alle eiendeler hvor enn i verden de finnes.

Arveskatten skal betales innen seks måneder etter dødsfallet. Gjøres ikke det straffes de gjenværende også med et skattetillegg. Fra 5 prosent første dagen til 20 prosent av arververdien om de venter i 12 måneder. Lengre forsinkelser enn det koster enda mer. Og som mange nå vet får ikke eiendommen selges eller belånes for å finansiere skatten.

De siste årenes voldsomme pri-

sutvikling på spanske eiendommer langs kysten har gjort mange papirrike uten at det vises i lommeboken – tvert i mot. Mye av det som en gang kan ha vært en viktig anledning for beslutningen om å kjøpe et bosted som ferie eller helårsbolig her har blitt mye dyrere. Vi har vel nesten alle, fattig som rik, reist ned på for eksempel noen golfgrunder og utekvelder de siste årene.

Drømmen om et liv i solen etter et slitsomt arbeidsliv, uten mer enn hverdagslige bekymringer, har med andre ord blitt litt vingeklippt for noen. Det fine huset som man i alle fall har, det vil jo de spanske skattemyndighetene "arve" en stor del av.

For en gjenværende samboer kan skattetillegget bli 140 prosent

Spansk arveskatt er progressiv og grunnskatten kan bli opp til 34 prosent avhengig av arvets størrelse, og det er bare begynnelsen. Den maken som arver betaler arveskatt på den andelen som arves. I neste ledd (barn osv.) må arvingene betale skatt på hele arververdien hvilket innebærer hel- eller delvis dobbelbeskatning.

Skattetillegget kommer avhengig av slektsbånd til den avdøde og arvingenes egen formue. Ingen skattetillegg utgår for arvinger som er biologiske barn, offisielt adopterte barn eller for make, forutsatt at verdien på egne tilganger er under ca. 400 000 euro. Ytterligere er arvinger som mangler slektsbånd med den avdøde. I den gruppen havnar blant andre samboere og partnere av samme kjønn. Da er skattetillegget 100 prosent om arvtageren mangler

egne tilganger og opp til 140 prosent om arvtageren har stor formue.

Pass på ditt hus så dine arvinger slipper skatten helt eller delvis

Nåvel, det behøver ikke være helt svart. Det er bare den som sover for lenge som mister dagslyset. Det finnes en juridisk korrekt løsning som kan dempe de negative økonomiske effektene ved arv.

Løsningen jeg tenker på går under den engelske benevnelsen

SPAIRS og står for Spanish Property and Income Release Scheme. La oss kalle den "Planen" og den er i Henry Woods tilfelle oppbacked av et utvalg velrenommerte europeiske banker.

Vår Plan begrenser ikke bare arveskatten men gir også, blant annet, en valgfri mulighet til å plusse litt på husholdningsbudsjettet med en årlig ekstra inntekt på opp til 3 prosent av eiendommens markedsverdi. Alt mens du fortsatt eier 100 prosent.

Med andre ord; begrenset arveskatt, kanskje ingen i det hele

tatt, mer i lommeboken og alt mens huset, fincaen, tomten eller leiligheten og dens verditilvekst forblir innen familien. Det finnes ytterligere en betydelig positiv økonomisk mulighet, men den forteller jeg mer om når vi møtes.

TA GJERNE KONTAKT om du tror at en Plan kan være noe for deg. Jeg booker da inn et uforbindtlig (kostnadsfritt) møte så vi kan se nærmere på din situasjon. Ring 966 460 000 eller send en mail til admin@henrywoods.com

Bekymret over den høye arveskatten i Spania?



BEROLIGENDE NYHETER mandag 24. april

Treff oss i Henry Woods og Rothschild Bank på Museo Delso i Alfaz del Pi*

Få svar på dine spørsmål om arveskatt i uformelle omgivelser. Kjør bankdirektoren til veggs, møt familier som allerede har tegnet en plan, treff bekjente over et glass vin eller litt på Museo Delso's kunstverk.

Klokken 12.00 åpner vi døren

Klokken 13.00 gir Rothschild Bank en kort presentasjon

Ring 966 460 000 for påmelding!

Vi byr på forfriskninger og snacks.

*Museo Delso ligger i C.E. i Calle Topazi (kort vei fra norske skolen i Alfaz del Pi). Museet er skiltet fra Alfaz.



HENRY WOODS
INVESTMENT MANAGEMENT

COSTA BLANCA
966 460 000

Her 1992, her i dag og selvsagt her i morgen

COSTA DEL SOL
952 861 994

Spørretime

I løpet av februar og mars er vi på plass for å besvare dine spørsmål og planer om din arv innenfor rammen av SPAIRS (Spanish Property and Income Release Scheme).

**Albir,
Kaktus Hotel**

Hver tirsdag 11.00 – 13.00

**Torreveja,
La Laguna Hotel***

Hver torsdag 11.00 – 13.00

Ingen påmelding er nødvendig, kom når det passer deg. Velkommen!

*Urb. Doña Lola

Historie, kultur og fritid
Skinnskatteberg

Her er noe av det du kan oppleve i Skinnskatteberg:

- Eggløst
- 12 hulls golfbane
- Västmanlands 242 fiskevann
- Lerkullens guld og äventyr
- Villmarkens islandshester
- Badeplasser
- Museer
- Herregårder
- Kirker

Vår erfaring og kunnskap - din trygghet

- Vi har solgt 2.600 leiligheter
- Stabliert i 1999
- Kundekonsulenter med bred erfaring og stor kunnskap
- Leilighetene kan brukes både som fritids- og helårsboliger

Priser fra 73.700,-

Ring 815 20 777 for gratis katalog og visning

SVENSK FRITID A/S
DRAMMEN
www.fritid.no - epost: svensk@fritid.no

Se NRK tekst-TV side 499/TV2 tekst-TV side 735

www.fritid.no

Langtidsleie !

- Problemfritt bilhold



**NISSAN MICRA/
FORD KA3
3 DØRS**



395€ PR MÅNED

**FORD FIESTA
3 DØRS**



445€ PR MÅNED

**RENAULT CLIO
5 DØRS**



465€ PR MÅNED

**FORD FOCUS 1.6
5 DØRS**



585€ PR MÅNED

PRIS INK, MOMS, FORSIKRING, FRI KILOMETER ETC. BENSIN PÅ BILEN ER ENESTE TILLEGG. PRISENE I EURO ER GJELDENE OG OPPGJØR SKJER I FORM AV EURO KONTANT ELLER KORT NÅR BILEN HENTES. BILER KAN OGSÅ LEVERES MED BARNESETE.

**FORD FOCUS STV.
5 DØRS**



665€ PR MÅNED

- UTLEVERES FRA EGET KONTOR PÅ FLYPLASSEN ELLER KONTOR I SENTRUM
- BENSIN REFUNDERES NÅR BIL LEVERES
- NYE BILER, MAKS 6 MND
- ALLE BILER HAR AIRCONDITION, EL VINDU, SERVO ETC
- VEIHJELP 24 TIMER I DØGNET INKLUDERT I PRISEN



Kontakt oss på epost: leiebil@spaniaguiden.no for bestilling av langtidsleie.

ALICANTE • BENIDORM • MURCIA • MALAGA • TORREVIEJA

Kanariøyene

Mer enn 200 "illegale"



Siden 10. November 2005 har minst 1200 personer mistet livet i forsøket på å reise over havet til Europa

Spanske myndigheter har tatt i forvaring 208 illegale immigranter i løpet av 24 timer. De reiste i fire båter mot Kanariøyene. Spansk politi hevder at nå er Mauritania blitt det nye utgangspunktet til spansk territorium og Europa etter at Marokko har økt sikkerheten og overvåkingen av sine strender. De frykter at så mange som 10 000 afrikanere nå har samlet seg i West Sahara og Mauritania for å gjøre forsøk på å reise over i båter til Kanariøyene.

FARLIG OVERFART

For bare noen uker siden omkom 45 afrikanere på havet i det de forsøkte å nå Europa i båter. Minst 23 personer druknet i høy sjø etter at båten deres kolliderte med et marokkansk skip som kom for å hjelpe utenfor byen Nouadhibou i Mauritania.

I det andre tilfellet havarte en båt og 22 afrikanere druknet.

Hvert år risikerer tusenvis av afrikanere sine liv ved livsfarlige reiser til Europa, mange dør i forsøket. De gjør hva som helst for å flykte fra et liv i fattigdom og elendighet, mot det forfattede kontinent, Europa.

Siden 10. November 2005 har minst 1200 personer mistet livet i forsøket på å reise over havet til Europa, opplyser det mauritianske røde kors.

SKRUEPÅLØSE BAKMENN

Overlevende har opplyst at de har måttet betale en sum tilsvarende 500 euro for å kunne bli med i en båt som har vært fullastet med immigranter.

Video World 3 Dvd'er 1 uke 7 euro
7 Videofilmer 1 uke 7 euro

Benidorm Mand til torsd 18:00 - 21:30
Albir Fred, lørd, sønd 18:00 - 22:00
Mc Donalds Cami de la Mar 95 Alfaz
Tel 966860358 filmer med norske tekster

Yoel FOTOGRAFIA

Albir
Digitalt og analogt fotoutstyr
Fotoutskrift fra digitalkamera
Avda. del Albir
Alfas del Pi
Tlf: 966 867 393

Torrevieja

Ferdig etter sommeren

Ordføreren i Torrevieja, Pedro Hernández Mateo, foretok nylig en inspeksjonsrunde ved sykehuset som er under oppføring sør for byen, ved Los Altos/Los Balcones. Det skal stå ferdig like over sommeren i henhold til planen og tidsrammen ser ut til å holde.

Det nye sykehuset er et praktisk bygg i moderne design og det vil inneholde det siste i avansert utstyr. Det vil okkupere et område på 100.000 kvadratmeter. Sykehuset vil bli et av de beste og mest moderne i landet. Vegene i området må også legges om noe og det blir nye tilførselsveger til sykehuset.

Sykehuset skal stå til tjeneste for publikum i områdene Torrevieja, Los Montesinos, Rojas, Benijófar, Daya Vieja, Formentera del Segura, Guardamar, San Fulgencio, Playas de Orihuela, Pilar de la Horadada og San Miguel de Salinas.

I alt skal det inneholde 364 senger, hvorav hele 250 er satt av til enkeltrom.

Dette betyr også at sykehuset Vega Baja i Orihuela vil bli avlastet og kan yte bedre service til pasientene. Der har det vært

krise i lang tid med dobbelt så mange pasienter som sykehuset ble bygget for.



Ordføreren i Torrevieja forventer at det nye sykehuset til 80 millioner euro skal stå ferdig like over sommeren

Torrevieja

Modernisering av Policía Local

José Antonio Sánchez ved rådhuset i Torrevieja opplyser at det blant annet er kjøpt inn en betalingsautomat hvor publikum kan betale for borttauing og andre bøter. Maskinen koster 14.000 euro.



Videre er det benyttet 19.130 euro til innkjøp av 97 vendbare, tofargede anorakker til vinterbruk.

Seks nye motorsykler til en pris av 29.154 euro har også blitt kjøpt inn, samt at det har blitt leaset tre patruljebiler og en varebil til en årlig leie på 34.835 euro. I 2003 sa ordføreren i Torrevieja, Pedro Hernández Mateo, at Policía Local i Torrevieja skulle forsterkes med

25 nye agenter i tre år framover. De siste 25 agentene blir ansatt nå ifølge rådhuset. Dette viser også tydelig i bybildet, hvor det florerer av Policía Local med bøtehefter i hånden. Men det ser ut til å være nødvendig med de anarkistiske parkeringsforholdene som råder i byen. Selv om parkering neppe er byens mest alvorlige problem.

På flytefot? - Gjør flytting til en god opplevelse med

INTER LINE Flyttetransport

Déménagement - Mudanza - Mudanças - Umzug - Moving - الترحيل

Flytting internasjonalt, nasjonalt og lokalt - biler ukentlig mellom Norge og

For uforpliktende tilbud og bestillinger, kontakt oss på:

Telefon: +47 22.28.51.05.
IP-tlf.: +47 21.64.78.90.
E-post: flytting@interline.no

Flytte selv? - Vår erfaring er Deres trygghet!

Org.no. NO 960 375 297 MVA - SVENDSEN Trond B, Oberst Rodes vei 22C, 1152, OSLO
Mobil: +47 41.23.25.07. Fax: +47 22.28.29.17. Web: www.interline.no



Et lite flyttelass

Flyttemannen Tore Line

Tilbyr transport/flytting til/fra Spain hver uke

Email: torelino@operamail.com
www.toreline.com

Flytte service siden 1975.
TRANSPORT-LAGRING-PAKKING

T-LINE Int.movers
Los Pavitus no 1. P.B. no 10
ES 29711 Alcaucin Malaga.Espana
Cif/nif:x1641822J

Vakt tlf +34 669 003 443
+47 4000 8777



- Din fagmann på tråsykler

Alt innen tursykler, downhill, freeride, dirt etc.
Stort utvalg i sportstøy og sikkerhetsutstyr
Utleie av sykler, reparasjon/vedlikehold og profesjonell vask.



1099 €



ATTACK > 1.0 699 €



Enforhandler i Alicante regionen for:



Du finner oss langs N332 i Altea
C/.Carrasca 7, 03590 Altea
Vi snakker engelsk & spansk Tlf/fax: 96 584 16 41

FLYTTEBILEN

MOBICO

NORWAY

No.1 PÅ FLYTTING NORGE-SPANIA

VI PAKKER LAGRER TRANSPORTERER

Oslo Tlf: +47 67 97 17 61 fax: +47 67 97 07 00

Bergen Tlf: +47 55 19 39 00

Spania Tlf: +34 966 717 174 fax: +34 966 717 491

Vakt Tlf: +34 610 425 404

E-mail: post@mobico.no

www.mobico.no

INTERNFLYTTER - COSTA BLANCA

Murcia

Rykteflom skremmer innbyggerene



Området syd for Torrevieja er spesielt hardt belastet av kriminalitet. Nå gjør ryktene situasjonen enda værre.

Det går heftige rykter om grov kriminalitet i Murcia. Rykter om voldtekt, bilførere som blir slått av latinske gjenger, unge kvinner som får ansiktet vansiret og mord blant immigranter er bare noen av ryktene som flommer i Murcia. Ryktene har ført til redsel blant befolkningen, og folk advarer både familie og venner mot den voldsomme kriminaliteten som angivelig skal finne sted i Murcia. Politiet har gått ut for å avkrefte ryktene og sier at det finnes ingen bevis på slik kriminell aktivitet i regionen. Allikevel sprer ryktene seg som ild i tørt gress. De første ryktene ble satt ut via e-mail der ofrene for disse kriminelle handlingene alltid er en "venn av en venn". Ryktene har spredd seg så mye at nesten alle kjenner "noen som kjenner noen" som har vært utsatt for grove kriminelle handlinger.

Type kriminelle handlinger varierer alt ettersom hvilket område

man befinner seg i. I Mar Menor-området går rykter om ran og bilførere som blir slått. Det skal være veien fra Los Alcazares til Jimenado som skal være hardest rammet. Det blir sagt at på denne veien kjører en bil med ranere som bruker blålys for å etterligne politiet. På den måten stopper de bilførere på kveldstid på denne øde strekningen, for så å rane både sjåfør og passasjerer.

I Murcia by går rykter om kriminelle handlinger utført av latinske gjenger. Gjengen Latin Kings er godt etablert i byen, noe som gjør ryktene mer troverdige. Her skal angivelig unge kvinner være ofre for gjengens "joker smile", der de kutter opp ansiktet fra munn til øre. Det går også rykte om at en ung jente har blitt voldtatt av gjengen.

Bilførere som blir slått er det mest utbredte rykte. En av de falske historiene begynner med at en bil kjører uten lys på

kvelden. Den første som blinker i motgående kjørefelt for å advare bilføreren, blir så forfulgt og stoppet av de kriminelle. Dette skal være et rollespill der spillet består i å fange bilen og ødelegge den med et balltre, i ytterste fall også drepe bilføreren. Et annet rykte sier at dette rollespillet er en opptaksprøve for å bli medlem av en bevæpnet gjeng.

Politiet har gått ut og insistert på at ryktene er rene oppspinn, mest sannsynlig spredd av høyreekstremister som ønsker å skape furore og xenofobi blant den spanske befolkningen. Tidligere i mars sendte høyreekstremistene ut e-mail til ungdom der de ba om hjelp til å jakte på Latin Kings. Jakten skulle starte i Fofu parken i Murcia, som er Latin Kings faste møtested. Politiet sperret av området for å hindre konfrontasjoner mellom gruppene.

Villajoyosa

Valor sjokoladefabrikk 125 år



Bildet viser Valor's eget sjokolademuseum.

Siden 1881 har Valor sjokoladefabrikk servert uimotståelige fristelser utover den ganske land. Valeriano Lopez Valor var pioneren som grunnla fabrikken, og siden har fabrikken gått i arv i familien. Nå som før er fab-

rikken en av de største leverandørene av sjokolade i Spania og fakturerer for over 70 millioner euro årlig. Valor har også en egen franchisekjede med 27 sjokoladeutsalg i hele Spania.

Altea

Tre nye politifolk

La Policia Local i Altea har fått tre nye politifolk. I alt teller styrken nå 50 konstabler. 1. mars var første dagen for de nye konstablene Eva Lemus, Gabriel Díaz Fernández y David Marcos Muñoz. I velkomstkommiteen var styreformann Jaime Selles, rådmann for bysikkerhet Salvador Martí og sjefen for Policia Local Herminio Navarro. Salvador Martí bekreftet at de nye konstablene



skal integreres i den nye planen som kalles Policia de Cercania (politiet i nærheten). Konstablene vil altså bli å se i bybildet i Altea.

Hvor går eiendomsmarkedet ?

?

?

?

? Hvordan finner jeg meg jobb i Spania ?

Diskusjon, debatt, meningsutveksling tips og triks.

?



WWW.SPANIAGUIDEN.NO / FORUM

Elche

Verdifull dame



I følge kulturdepartementet vil La Dama de Elche forsikres for svimlende 15 millioner euro. Bare transporten av La Dama tilbake til Baix Vinalopo vil koste 12.000 euro å forsikre. Skulpturen vil beskyttes med CCTV-kameraer og et høysensitiv alarmsystem.

La Dama transporteres tilbake til sin hjemby i mai der den vil stå utstilt i 6 måneder. En reke evenementer vil gå av stabelen i forbindelse med La Damas hjemkomst. Deriblant konserter med El Canto del Loco, La Oreja de Van Gogh og Shakira.

Digital TV

(Autorisert Agent for Norsk TV Club)

SAVNER DU DE NORSKE KANALENE?

NRK1* NRK2* TV2* TV2 Zebra* TVNorge* TextTV*
TV3 Norge* EuroSport* SVT Europa* TV4*
og 19 interessante engelske TV kanaler
og 7 radiokanaler (4 norske og 3 engelske)

Vi installerer i:

Alfaz, Albir, Polop, La Nucia og Altea
Spesialtilbud for kunder fra andre firmaer
Spesialtilbud for blokker og fellesanlegg

TELEFON

(Autorisert Agent for Scan Telecom)

Ring billigere til Norge fra din spanske fasttelefon:
0,05 € pr.min (til fasttelefon) 0,23 € pr.min (til mobil)
Ingen oppkallings- eller månedsavgift - betal KUN det du ringer

OVERVÅKINGSSYSTEM

Vi selger og installerer komplette
kameraovervåkingssystemer etter ønske

ServiceCenterAlbir

96 686 57 96

Blvd. De Los Músicos 6, Local 2, 03581 Alfaz del Pi (Albir)

Skandinavisk Hjerte-, lung och allergimottak

Miguel Quintana, Hjertespecialist, Karolinska universitets sykehus
Arja Kenntoft, Specialist i Invertesmedisin, lung- og allergisykedomar

- Vilo-EKG och arbeids-EKG
- Utredning av lungsjukdomar
- Ultralydsundersøkelse
- Utredning av allergier / Pricktest
- Langtids EKG registrering
- Akuttbehandling av astma och KOL
- Langtids blodtrycksregistrering
- Spirometri (lungefunksjonsundersøkelse)

Adresser: Av. Niza 17, Playa de San Juan, i Alicante / Calle Zoa 51, i Torrevieja
Costa Blanca Klinikken, El Albir

Telefon 966 700 888 – 678 723 481 – 667 451 679

Costa Blanca Klinikken



Åpningstider:

Mandag - fredag 09.00 - 15.00
Vinterhalvåret også lørdager 09.30-12.00.

Allmennpraktikere med norsk,
svensk og spansk legeautorisasjon.

- Vanlig konsultasjon 30€
- Allmennpraktikere med lang erfaring.
- Norsk personell.
- Vi tar alle typer blodprøver (også INR og senkning), de fleste analyseres på stedet.
- Full helsesjekk.
- Hjemmebesøk ved behov.
- Vaksiner (til barn og voksne).
- Hudlege og hjertespesialist

Tlf. 966 868 886

Utenom kontortid: 649 542 252

Adresse: Calle Joaquin Turina, no 4 i Albir
(ved siden av den norske bakeren)



Et lite flyttelass

Flyttemannen Tore Line

Tilbyr transport/flytting til/fra
Spaina hver uke

Email: toreline@operamail.com
www.toreline.com

Flytte service siden 1975.
TRANSPORT-LAGRING-PAKKING

T-LINE Int.movers
Los Pavitus no 1. P.B. no 10
ES 29711 Alcaucin Malaga.Espana
Cif/nif:x1641822J

Vakt tlf +34 669 003 443
+47 4000 8777



ALT om Spania på norsk

www.spaniaguiden.no



Eiendom, Aktiviteter & reisetips, Fakta & historie, Festivaler/fiestas, Golf, Helse, Jobb & utdanning, Kunst & kultur, Mat & Vin, Nyheter, Næringsliv & økonomi, Samfunn & politikk, Seniorboliger, Skatt, flytting & arv, Spansk språk.



www.spaniaguiden.no

MARKEDER

MARKEDER / MERCADOS



MANDAG:
Callosa d'en Sarrià
Dénia
Parcent
San Pedro del Pinatar
Santa Pola
Elche
La Nucia
San Pedro

TIRSDAG:
Altea
Alicante
Benidorm
Callosa d'en Sarrià (Frukt og grønt)
Orihuela
Mil Palmera (17-20)

ONSDAG:
Callosa de Segura
Santiago de la Ribera
Benidorm
El Campello
La Mata
Guardamar
Torrevieja / La Mata
Muchamiel
Ondara
Polop
San Miguel de Salinas
Teulada

TORSdag:
Gran Alacant (Urb. Sierra Mar)
Alicante
Gandia
San Javier

Jávea
Pego
Rojales
Villajoyosa
La Marina (Torrevieja)

FREDAG:
Alfás del Pi (8.00 - 14.00)
Finestrat
Gata de Gorgons
Dénia (Frukt og grønnsaker)
Los Montesinos (kveld/natt)
Moraira
Oliva
Pilar de Horadada (natt)
Torrevieja (nære busstasjonen)

LØRDAG:
Alicante
Almoradí
Torre Pacheco
Elche
Benissa
Calpe
Callosa d'en Sarrià (Frukt & grønt)
Gandia
Santa Pola
Playa Flamenca

SØNDAG:
Benidorm
Ciudad Quesada (Zuco)
La Nucia
Campo Guardamar
Albir/Alfaz El Cisne
La Marina (Torrevieja)
La Manga (Cabo de Palos)

Tips oss om endringer og mangler: red@spaniaposten.com

ASOCIACIÓN HISPANO-NORDICA

Spansk-Nordiska föreningen Costa Blanca

Aktiviteter: Bibliotek, bridge, petanca, bowling, resor, utflykter och föredrag.

Medlemsservice: Översättning till och från spanska, hjälp vid kontakt med läkare och spanska myndigheter. Konsultjänst för svenska medborgare i Ahn's lokaler mellan 16.00-18.00, varje tisdag och torsdag.

Välkommen som medlem i vår förening, för mer information ring kontoret, som är öppet måndag till fredag mellan 10.00 - 13.00, 1/9 - 30/5.

Tel: 965 889 198 Fax: 965 889 198 Epost: hispanonordica@terra.es. Besöksadress: Avda. Pais Valenciá, 54, local 2, 03580 Alfaz del Pi



ODD FELLOW & REBEKKA

Odd Fellow og Rebekka inviteres til samvær:

Lørdag 11/02
Lørdag 04/03
Lørdag 25/03
Lørdag 22/04
Kirkesøndag 05/03

Møtene begynner kl. 16.30, Pent antrekk

Informasjon tlf. Spania:

Trygve Romsloe, leder 96 686 4782
Ernst Lilleengen, nestleder 965 887 746
Anne-Grethe Nyquist, sekretær 966 868 106
Marit Brudvik Olsen, kasserer 647 295 378

Åpent for nordiske søstre og brødre.

Etter møtet, som varer ca. 1/2 time, har vi sosialt samvær, og da kan også ikke Odd Fellow medlemmer delta. Så ta med din ledsager.



SJØMANNSKIRKEN I ALFAZ DEL PI (ALBIR)



Adresse: Carrer Mart 8
El Albir, Alfaz del Pi

Tlf.: 966 867 474
Faks: 966 867 466

MARS			
20/ Mar.	Mandag	10.30	Boccia
		18.00	TenSing
		20.00	Gospelkoret
21/ Mar.	Tirsdag	10.30	Småbarnstreff
		19.30	Alltid på en tirsdag
22/ Mar.	Onsdag	11.00	Sjømannskirkens arbeidsgruppe
		17.30	Costabagos
23/ Mar.	Torsdag	19.00	Klubb 10-13
		19.30	Boccia
		17.30	Knøttene
		19.30	Fest på Kjærka i Minnekirken
25/ Mar.	Lørdag	10.00	Hobbykveld på Kirkesenteret
		11.30	After Eight UPTAS
		11.30	Grøt
26/ Mar.	Søndag	12.00	Familieboccia
		11.00	Gudstjeneste i Minnekirken
		17.00	Familiegudstjeneste på
Kirkesenteret			
		19.30	Seniordans
27/ Mar.	Mandag	10.30	Boccia
28/ Mar.	Tirsdag	10.30	Småbarnstreff
		19.30	Alltid på en tirsdag, Rune Larsen
blir med oss.			
29/ Mar.	Onsdag	11.00	Sjømannskirkens arbeidsgruppe
30/ Mar.	Torsdag	10.30	Boccia
		17.30	Knøttene
		19.30	Kulturkveld

APRIL			
1/ Apr.	Lørdag	11.30	Grøt
		12.00	Familieboccia
2/ Apr.	Søndag	11.00	Gudstjeneste i Minnekirken
3/ Apr.	Mandag	10.30	Boccia
		18.00	TenSing
		20.00	Gospelkor
4/ Apr.	Tirsdag	10.30	Småbarnstreff
		17.30	Bønnnettverk
		19.30	Alltid på en tirsdag
5/ Apr.	Onsdag	11.00	Sjømannskirkens arbeidsgruppe
		17.30	Costabagos
6/ Apr.	Torsdag	10.30	Klubb 10-13
		18.00	Boccia
7/ Apr.	Fredag	13.00	Samtalegudstjeneste m konfirm.
		20.00	Sjømannstreff
8/ Apr.	Lørdag	10.00	Ungdomsklubb
		11.30	After Eight UPTAS
		12.00	Grøt
		12.00	Familieboccia

Faste ukentlige aktiviteter:

Mandag 10.30 Boccia, 18.00 TenSing, 20.00 Gospelkor
Tirsdag 10.30 Småbarnstreff, 19.30 Alltid på en tirsdag
Onsdag 11.00 Sjømannskirkens arbeidsgruppe

17.30 Costabagos, 19.00 Klubb 10-13

Torsdag 10.30 Boccia, 17.30 Knøttene

Fredag 20.00 Ungdomsklubb (annenhver)

Lørdag 11.30 Grøtservering, 12.00 Familieboccia

Søndag 11.00 Gudstjeneste i Minnekirken

ÅPNINGSTIDER:

Kirkesenteret er åpent for kaffe, prat og vafler på disse tidene.

Mandag - lørdag kl. 10-14. Kveldsåpent tirsdager kl. 18-21.

Kirkens telefon: +34 966 867 474

Prestens kontortid: Tirsdag 10.30 - 12.00 eller etter avtale.

Tlf.: 00 34 966 86 7474 Faks: 00 34 966 86 7466

DEN NORSKE TURISTKIRKE

Et økumenisk og et samlingssted for alle skandinaver i et inkluderende og åndelig fellesskap. Faste ukentlige aktiviteter: Onsdag kl.19.00 Åpent hus. Fredag kl.12.00 Formiddagstreff Lørdag kl.12.00 - 14.00 Servering av risengrynsgrøt. Lørdag kl.19.00 Lørdagshygge. Variert program. Søndag kl.19.00 Hele kirken synger.

TV-nyheter hver kveld kl.18.30 - 19,30 (unntatt onsdag og søndag) Vi har nå fått Internett m/Bredbånd.

Torre Principado lokale 32,

Avda de Madrid 26,

03500 Benidorm.

Tlf. + fax. 966 800 439

E.post : postmaster@turistkirken.com

SJØMANNSKIRKEN I TORREVIEJA



Calle Ravel 4,
Urb. La Siesta
03180 Torrevieja

Telefon: 966 789 296
Mobil: 630 932 976

MARS

21. tir.	kl. 1900:	Tirsdagsprogram. "Jim Reeves-kveld"
23. tor.	kl. 1300:	Middagsservering
25. lør.	kl. 1300:	Grøtservering
26. søn.	kl. 1700:	Høymesse m/menighetsmøte etterpå.
28. tir.	kl. 1200:	"Johannesbrevne" v/lektor Aud Holter.
28. tir.	kl. 1800:	Kveldsåpent med kaffe.
30. tor.	kl. 1300:	Middagsservering
31. fre.	kl. 0900:	Fjellturn, sted ikke bestemt. Ta kontakt!
Fåmelding til El Molino, depositum 20 €		

APRIL

01. lør.	kl. 1300:	Grøtservering.
02. søn.	kl. 1700:	Familie og samtalegudstjeneste.
		Konfirmantene lager gudstjeneste for alle.
04. tir.	kl. 1900:	Tirsdagsprogram.
06. tor.	kl. 1300:	Middagsservering:
08. lør.	kl. 1300:	Påskebasar
09. søn.	kl. 1100:	Svensk sängudstjänst.
09. søn.	kl. 1700:	Konfirmasjonsgudstjeneste.
11. tir.	kl. 1800:	Kveldsåpent med kaffe.
12. ons.	kl. 0900:	Fjellturn, sted ikke bestemt. Ta kontakt!
13. tor.	kl. 1930:	Skjærtorsdagsgudstjeneste.
14. fre.	kl. 1700:	Langfredagsgudstjeneste.
15. lør.	kl. 1300:	Ingen grøtservering.
16. søn.	kl. 1400:	Påskelunsj.
16. søn.	kl. 1700:	1. Påskedag, høytidsgudstjeneste.
18. tir.	kl. 1400:	Tur til "El bando de las Huertas" i Murcia.
18. tir.	kl. 1800:	Kveldsåpent med kaffe.
20. tor.	kl. 1300:	Middagsservering

AKTIVITETER

Man. kl.	20-22:	Gospelkoret øver.
Tir. kl.	11-13:	Petanca i kirkehagen.
Ons. kl.	1030-14:	Arbeids- og treskjæringsgr.
Ons. kl.	1730-19:	Folkedansgruppe.
Ons. kl.	1730-20:	"Åpen skole" for alle barn!
		NB! På Den norske skole.
Tor. kl.	1030-13:	"Armonia de Noruega" øver.
Tor. kl.	1630-1830:	Blåseorkesteret øver.
		NB! Start tirsdag, øvelser torsdag!
Tor. kl.	1930-2130:	Ungdomsklubb fra 8. kl.
		NB! På Den norske skole.
Fre. kl.	10-12:	Foreldre & barn-gruppe.

AKTIVITETER

Gospelkoret øver hver mandag fra kl. 1930 til 2130 i Sjømannskirken. Koret ledes av Hilde Tetlie, tlf: 679 773 784.

Petanca spilles det hver tirsdag i kirke-
hagen fra kl.11-13 Aktiviteten ledes
av Kjell Tennevoll og Turid Wøren ,
tlf: 965 327 394, mobil 651 570 461.

Bønnering arrangeres 2. hver tirsdag
kl.12 i kirken (når det ikke er bibel-
time). Kontakt: Liv Odny Moen, tlf:
966 785 495.

Arbeidsgruppe og treskjæringsgruppe
møtes hver onsdag fra kl.1030 til
1400 i Sjømannskirken. Produktene
som lages selges bl.a. på kirkens jule-
basar. Kontakt: Reidun Lie-Haugen,
tlf: 966 784 878, Øyvind Henriksen,
tlf: 966 798 427.

Blåseorkesteret øver hver tirsdag fra
kl.1630 til 1830 i kirken. Dirigent
Dennis F. Beecroft, tlf: 965 720 732.

Folkedansgruppe danser hver onsdag
fra kl.1730 til 2000 i Sjømannskirken.
Kontakt: Krossøy, tlf: 670 779 936.

Åpen skole: hver onsdag kl.1730-20.
Ulike aktiviteter som bamekor, form-
ing, ballspill og video.
Ungdomsklubb hver torsdag fra
kl.1930-2130. Aktivitetene ledes av
Espen Ingebrigtsen, tlf: 699 437 358.
På Den norske skolen i Rojales.

Kor "Armonia de Noruega" øver hver
torsdag fra kl.1030-1300. Dirigent:
Turid Mark Thousless, tlf: 966 723
464. Leder: Robert Forsberg, tlf: 965
328 016.

Foreldre & barn-gruppe arrangerer vi
hver fredag fra kl.10 til 12. Leder
Hilde Tetlie, tlf: 679 773 784

Fjellturngruppen: Kontaktpersoner:
Åge 966 717 795, Jonunn og Adler
636 562 962, Arne Leander 618 873
426, Thorunn 966 921 085 og 690
341 977. Se omtale neste side.

Studiegruppe/lesering: 2.onsdag i
måned. Er du interessert?
Kontaktperson Torgunn Sannes tlf:
965 320 518

Sorg og omsorg: Har du mistet noen
som står deg nær eller sliter med andre
tap? Å møte andre i samme situasjon
kan gi støtte. Gruppen starter man.
16.jan.kl.17, og vil samles hver 14.dag
fram til påske. Tilbudet er gratis, og
det er taushetsplikt innad i gruppa.
Gruppen ledes av Dorte Aursund og
diakon Ragnhild Løkke.

Den "åpne" samtale: Dette semesteret
starter vi opp et samtaleforum i
kirken. "Den åpne samtale" begynner
rett etter torsdagslunsjen 16.februar.
Et åpent rom for tvi og tro? Hver
fjortende dag utover våren.

CLUB NÓRDICO DE TORREVIEJA

Club Nórdico de Torrevieja

Calle Bazan 4, 1 D
03180 Torrevieja
Tel 966 704 661
Fax 966 706 032



E-post: clubnordico@terra.es
Hemsida: www.clubnordico.com
Exp.tider: måndag - fredag kl 10-14
Stängt nationella o regionala helger

SKANDINAVISK AA-GRUPPE, TORREVIEJA

Skandinavisk AA-gruppe, Torrevieja

Møter: Tirsdager og fredager kl.1930
adresse Cagllero de Rodas,31
(ved kirken)

Kontakttelefon: 659 779 222

RHK NORGE



Brodertreff i Santa Pola hver tredje
mandag i måneden, kl 1630. Ring
for påmelding og stedsangivelse.

Tlf: 686 931 820 / 678 209 319
Truls R. Birkelid (RSM) / Arne Kvam

SVENSKA FÖRSAMLINGEN COSTA BLANCA

Under perioden oktober-april tjänstgör Lennart Kinnander som präst och Eva Kinnander som diakon i Svenska församlingen Costa Blanca. Måndagar är det "öppet hus" i Märtha Louise kyrka. Tisdagar program kl 19 på Mas Amigos. Prästen kan i regel träffas mellan 12 och 13, måndagar i norska kyrkan tisdagar på Club Nordico och onsdagar på Mas Amigos. Gudstjänster hålls förutom i norska kyrkan även i Mil Palmeras samt i Javea/Xàbia. Se förs.blad som finns på norska kyrkan, samt på klubbarna.

Tlf: 966 700 599, mobil 690 261 431.
e-mail: sv.forsamlingen@terra.es

Hemsida: www.svenskakyrkan.se/skut/torrevieja

SJAKKGRUPPEN, GAMBIT TORREVIEJA

SJAKK KLUBBEN GAMBIT TORREVIEJA

ÅPENT SJAKKMESTERSKAP 2006
Klubbmesterskapet for 2006 starter den 20. februar på restaurant El Paraiso, adr.: Aveny Las Alondras, Plaza de Los Halcones 27, Torrevieja. Det spilles 6 runder etter Monrads system. Start alle dager kl. 1200. Startkontingent er 10 euro som betales før mesterskapets begynnelse.

Informasjon ved tlf. 965709886

SKANDINAVISKA TURISTKYRKAN, BENIDORM

VELKOMMEN TIL VÅRENS MØTER OG SAMLINGER!

Søndager kl. 11:15 Gudstjeneste. kl 19:00 "Kirken synger".
Tirsdager kl. 19:00 Åpent hus.
Torsdager kl. 11:00 Torsdagstreff.
Fredager kl. 18:00 Bønn og lovsang, bibelstudium.

Turistkirken drives av frivillige krefter på økumenisk basis og er en åndelig og sosial møteplass for alle. Vi tilbyr ulike kurs, godt fellesskap, kaffe m. m., aviser og lån av bøker.

Avda de Madrid 26 Local 12-13, Benidorm.
Tlf: 966 830 715, 607 741 053 og 607 194 870.
E-post: info@turistkyrkan.net

LOGE ODD FELLOW (Gruppen Amistad, Torrevieja)

Odd Fellow gruppen Amistad ble stiftet i 1998 med formål å samle Odd Fellow og Rebekka medlemmer fra de nordiske land til møte og sosialt samvær i den tiden de oppholder seg i Torrevieja - området.

Møtene og det sosiale samvær foregår på restaurant Dinastia, Punta Prima, like etter første rundkjøring på 332 syd for byen

Foreningens vedtekter og møteprogram er godkjent av Den Danske Storloge. Det sendes årlig rapporter til alle de nordiske storloger. Terminlisten blir også sendt storlogene for å bli tatt inn i de enkelte lands Odd Fellow blader.

Termnliste våren 2006.

06.02 Medlemsmøte m/middag.
20.02 Medlemsmøte m/middag.
06.03 Medlemsmøte m/middag.
20.03 Banquett.
03.04 Medlemsmøte m/middag.

Middagene er også åpne for ledsager/venner som ikke er Odd Fellow medlemmer. Det oppfordres derfor til å ta med ledsager/venner til det sosiale samvær. Møtene starter kl 1900 og avsluttes ca 1945.

Påmelding til middag må skje til tlf Mia Søberg tlf 965717885/617960008 eller Bo Grenthe tlf 639639441 senest torsdag før møtedagen. Informasjon Tlf 639639441 eller 660679182.

Møt så ofte dere kan.

MC KLUBB

Motor Bikers International - Torrevieja



Vi treffes alle torsdager kl. 19.30 på "Bar Columbus", Torreta 2, og på lørdager kl. 11.00 på bensinstasjonen ved La Sista rundkjøringen (CV90) for lørdagstur. Alle er velkommen!

For info ring Gøran 696 875 777

COSTA BLANCA ST. JOHANNES BRØDERFORENING

Brøderforeningen holder møtene i faste lokaler i Den Norske Kirken ved Solgården, Villajoyosa.



Møter år 2006

Fredag	27. januar	Valg og stadestelse av embetsmenn
Fredag	24. februar	Høytidsdag
Fredag	31. mars	Årsberetning
Fredag	28. april	

Fredag	29. september
Fredag	27. oktober
Fredag	24. november
Fredag	8. desember

Alle møter starter kl. 13.00 (oppmøte senest kl 12.30)
Påmelding 2 dager før møtet til følgende telefoner:
639 46 46 85 & 639 46 46 97
Antrekk: Mørk jakke og slips foretrekkes.

Logebuss fra Orihuela Costa og til samtlige møter i brøderforeningen samt til alle Maria møter i La Nucia. Har du spørsmål om hvor bussen går fra så er kontaktperson for logebussen: Jan Harsvik mob. tlf. 676 298 995 eller 968 179 170

Service, Helse og Velvære
Du finner oss i C/Pau Casals, Albir

De norske tannlegene i Albir

- Vi utvider med to nye norske kolleger og ønsker nye og gamle pasienter velkommen.

Tannlege Jack L. Bostad m.kolleger.
Spes. utd. i endodonti og kjeveortopedi (rotfylling og tannregulering)
pluss almenpraksis.



Tel: 966 86 8072
Mob: 647 169 679
jack.bostad@gmail.com
Oscar Espla 12, Albir
Bak Hotel Kaktus



FYSIOTERAPI OG AKUPUNKTUR BEHANDLING

Miriam Kristiansen

Irene Kristiansen

Lars Christian Ossawy

Unni Sponland Skulstad

Carlos Sørensen

Lin Wæhle

Åse Egge

Vi tilbyr også bassentrening!

e-post: post@fysiakos.com

C./ Pau Casals nr 22, ved La Colina

03581 El Albir

Tel. 966 86 56 86

www.fysiakos.com

TRYGDEREFUSJONSAVTALE

FYSIAKOS
Kristiansen fysioterapi og trening



the power that made the body heals the body

Aleksander Bjargo, D.C
Norsk Autorisert Kiropraktor

9668 65432

Familierettet praksis med fokus på barn og vitalisme

Akutt helgevakt, 617 404 655
Calle Pau Casals 7, Albir

Chiropractic Center

Trenger du leiebil?

Billigst og enklest på internett:

www.spaniaguiden.no/leiebil

Alicante Murcia Malaga Torreiveja Benidorm m.m.



Trygdemisbruk

- uvitenhet eller svindel?

Norske myndigheter har trappet opp jakten på trygdemisbrukere i utlandet. Hvert år går 3 milliarder trygdekroner ut av landet. Bare i Thailand har trygdekontoet 15 konkrete saker der det er mistanke om trygdemisbruk.

BENTE PUIG

BENTE@SPANIAPOSTEN.COM

Trygdeetatens servicekontor i Alfaz del Pi, som åpnet i september i fjor, har så langt avslørt flere tilfeller av misbruk etter tips fra naboer etc. Om det er et bevisst misbruk eller om det er uvitenhet er usikkert, men erfaringene viser at mange lar være å ta kontakt med trygdekontoet sitt før de reiser utenlands. Ved ethvert utenlandsopphold bør man kontakte sitt lokale trygdekonto eller FFU (folketrygdkontoet for utenlandssaker).

I verste fall kan man risikere å bli stående på bar bakke uten rett til støtte fra trygden, sier trygdedirektør Nanna Stender til VG.

Dersom trygdekontoet ikke får beskjed om at den trygdede befinner seg i utlandet, og de ikke får tak i vedkommende verken pr. telefon eller pr. post, kan utbetalingene bli stoppet. Hvis det viser seg at en har tatt penger en ikke har krav på, kan trygdeetaten kreve beløpet tilbakebetalt. I ytterste kon-

sekvens kan en bli politianmeldt for trygdefusk.

Dette er spesielt viktig for dem som mottar sykepengar eller rehabiliteringspenger. Dette er ytelser som i utgangspunktet ikke kan tas med på utenlandsopphold uten godkjenning. En vanlig svindelsak er der den uføretrygdde arbeider svart i utlandet, sier trygdedirektør Nanna Stender til VG.

Servicekontoet i Spania mener det er mye forvirring ute å går



- Ikke hør på naboen, sier saksbehandler Inger Linn Tryger til Spaniaposten. Bildet er fra åpningen av Trygdeetatens servicekontor i Alfaz del Pi.

blant folk. Folk snakker seg imellom om pensjoner og rettigheter, og på den måten blir det mye forvirring og feilinformasjon.

- Ikke hør på naboen, sier saksbehandler Inger Linn Tryger til Spaniaposten, de kan være i en helt annen situasjon enn deg. Kontakt ditt lokale trygdekonto, FFU eller oss på servicekon-

toret, sier Inger Linn. Vi har ingen myndighet til å ta beslutninger i saker, men vi fungerer som et mellomledd mellom trygdemottaker og norsk folketrygd.

VIKTIGE TELEFONNUMRE:

Trygdeetatens Servicekontor i Spania: 965 889 379
FFU: 0047 23 31 13 00



SPANIAPOSTEN

Viste du at du kan laste ned hele avisen fra vår webside og samtidig få tilgang til ALLE våre tidligere utgivelser?

www.spaniaposten.com



DEN NORSKE TANNKLIKKEN

► Einar Røskeland

Almenpraksis - Spesiellkompetanse i protetikk (krone bro og protese)

► Helge Andergren

Almenpraksis

Avd País Valencia/Teniente Segui 20

Vis a vis Mendoza i Alfaz del Pi

Medlem av den spanske-norske tannlegeforening

Timebestilling tlf: 965 889 061/965 887 277



ALT OM BO OG REISE I SPANIA

SPANIAGUIDEN.NO

Endelig på plass!
Eget debattforum for
alle "spanske" tema.

Her kan du dele tips og
erfaringer om det å bo i
Spania. ttig for nykommere
og drømmere !

Del dine ferietips eller spør
etter gode råd før reisen.

Alt om eiendom, kjøp, salg,
tips, triks, uteksling av
erfaringer etc.



WWW.SPANIAGUIDEN.NO/FORUM



Cocoon fusion lounge

-nyåpnet i Altea

Altea var i mange år senter for uteliv i området, om vi da ser bortifra flatfylla i Benidorm. Et enormt utvalg av restauranter i alle varianter og en mengde småbarer i den pittoreske gamlebyen gjorde at mange fant veien til Altea fra Alicante i syd til Valencia i nord, og hver påske og sommer var det "los madrileños" med sine blåskjorter og voks i håret som inntok vår ellers idylliske lille by. Etter noen stille sesonger begynner det igjen å røre seg i Altea. Ved kirkeplassen har Di Selva familien åpnet sitt nye sted, og flere nye steder er på vei.



Interiør og barmenyen er en fusjon av forskjellige stiler.



Alex har utsikt nesten i 360grader fra takterrassen på kirkeplassen.

KIM AMMOUCHE RED@SPANIAPOSTEN.COM

Di Selva familien, opprinnelig fra Frankrike, har drevet "La Tribu" i gamlebyen siden år 2000. Baren ble i 2005 solgt, for å gi plass til nok en ny restaurant i gamlebyen og de tok over "Real 14" beliggende midt oppe på kirkeplassen. Siden jul har man pusset opp og forberedt nyåpningen av "Cocoon lounge" som fant sted i begynnelsen av mars.

Planen var å lage et sted med noe mer "liv" enn gamle "La Tribu". Det mangler i Altea, et sted hvor man kan danse i helgene, og ellers et hyggelig sted å komme innom for en drink eller to resten av uka. Forteller Alex di Selva til Spaniaposten.

- Vi har gjort en "fusjon" av stiler både i interiør og på andre vis. Du finner rustikke elementer så vel som det moderne i form av aluminium, plasmaskjerm etc.

Interiøret er hentet fra land som Indonesia, Thailand, Vietnam, Kina, Mexico m.m.

Ukedagene er det relativt rolig "chillout" musikk som skal sette stemningen, hver torsdag er det R&B kveld, mens i helgene blir det mer liv med house i forskjellige varianter.

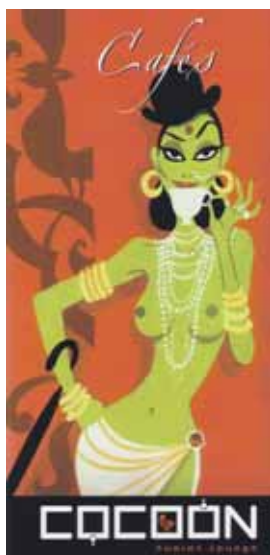
NORSK INNSLAG

"Real 14", som tidligere holdt til i lokalet, var i perioder godt besøkt av norsk ungdom. En del av samme klientellet er tilbake nå, ifølge Di Selva, selv om stilen på det nye stedet er forandret helt. Og så er en av bartenderne ved Cocoon Fusion Lounge også norsk.

Cocoon Fusion Lounge er åpent alle dager unntatt mandag fra 16 til 02.00 og i helgene til 04.30.



Klientellet er hovedsaklig fra 25 til 45, forteller en engasjert Alex di Selva til Spaniaposten.



Fra klokken fire hver dag er det åpent for café, tapas og andre små fristelser.



**BILLIGE TELLERSKRITT TIL
UTLANDET FRA SPANIA
OG NORGE**

iphone

iPhone er et norsk teleselskap som nå også er etablert i Spania. Vi har svært god kvalitet, til markedets laveste priser. Vi har lave priser til alle land i verden.

Priseksempler på tellerskritt til Norge

Fra fasttelefon

4,5 cent pr minutt. Alle avgifter inkludert. Fra mobiltelefon gjelder andre priser.

Fra bredbåndstelefon

Kun 1,5 cent pr minutt. Alt inkludert! Du får eget norsk telefonnr i Spania, og alle i Norge kan også ringe deg til norske lokaltakster. Hvis du vil ha full frihet, kan du for 19,50 Euro pr måned ringe så mye du vil til fasttelefoner i hele Vest-Europa, USA og Canada. Rimelige tellerskritt til mobiltelefoner.

VI LEVERER NORSK TELEFON PÅ DAGEN!

Du kan nå prøve vår kvalitet hos våre samarbeidspartnere. Ring hvor du vil i verden gratis. Ved å registrere deg som kunde får du også 5 euro i ringetid gratis uten noen forpliktelser.

Avda. Cortes Valencianas
Commercial Todotodo
Torrevieja
Man-tor: 10.00-14.00/17.00-19.00
Fre. og lør. 10.00-14.00

TP
TORREPOST
Tlf: 965 709 042

Den Norske Bokhandelen

Plaza Mayor 2
03580 Alfaz del Pi
España

Man - Lør: 10.00-14.00
Man og Tor: 17.00-19.00
bokhandel@pilmis.net

- Costa Blanca
Butikken: 965 889 880
Skolematr: 650 658 625
Faks: (+47) 850 33 124

Du kan også ringe eller sende en mail direkte til iPhone

iPhone AS

Torrepost

Avda. Cortes Valencianas

C.C. Todotodo - local 8

03183 Torrevieja (Alicante)



iphone

Tlf 606 761 395

www.iphone.no • knut@iphone.no

**Vi leverer norske og britiske
telefonnummer i Spania.**

Vi søker flere forhandlere!

Yoely

Alfas del Pi

Fotoutstyr, bokhandel, kontorrekvisita

C/Federico García Lorca nr 15

03580 Alfaz del Pi, Alicante • Tlf 965 888 644

ZARA

- en spansk motegigant

Med mer enn 650 butikker i 50 land, har den spanske butikkjeden funnet en formel for suksess som går på tvers av anerkjente "sannheter." Kjeden kommuniserer, designer, produserer og leverer nye klær til sine butikker i løpet av 15 dager



ZARA SALAMANCA: Nye klær som framvises i begrenset antall, og den korte tiden for å ha en mulighet til å kunne kjøpe nettopp dét plagget, motiverer folk til å besøke Zara oftere enn det de gjør i andre butikker.

KOLBJORN ALSTAD

KOLBJORN@SPANIAPOSTEN.COM

Zaras designere kreerer cirka 40.000 nye modeller årlig, hvorav 10.000 blir utvalgt og satt i produksjon. Noen av disse ligner det siste fra haute couture modeller, men Zara slår de anerkjente motehusene på raskere levering av moteplagg til sine butikker, til en langt lavere pris. De bruker ikke så kostbare stoffer, men med fem til seks forskjellige farger og fem til sju størrelser, blir det i alt rundt 300.000 nye plagg som skal ut til butikkene hvert år.

Dette "hurtigmotesystemet" avhenger av en konstant utveksling av informasjon i kjeden, fra kunder til butikksjefer, og videre derfra til spesialister og designere, fra designere til produksjonen, fra kjøpere til underleverandører, fra lagersjefer til distributører og så videre. De fleste større selskaper er byråkratiske og kommunikasjonen forstummer, forsvinner eller forandres underveis. Til og med utformingen av butikkene og kontorene har som hovedformål å lette kommunikasjonen i systemet til Zara.

Kjedens hovedkvarter og morselskap, Inditex, ligger i La Coruña. Der er både design og produksjon sentralisert. Mer enn 200 designere arbeider her, sentrert midt i mellom de tre produksjonshallene: en for klær for menn, en for kvinneklær og en for barns klær. Hver enhet operer selvstendig, med egne

designere og arbeidere i produksjonen. De har markedsspesialister for hver kanal som igjen står i direkte kontakt med butikkene.

Både den fysiske og organisasjonsmessige nærheten mellom de tre gruppene øker farten og kvaliteten på designprosessen. Designerne kan raskt sjekke informasjon og tegninger med kollegene. Markedsspesialister, som er i konstant kontakt med butikksjefene (mange har selv vært butikksjefer), gir raske tilbakemeldinger om hva de syns om den nye modellen (stil, farge, stoff m.m.) og foreslår en mulig markedspris. Det blir så foretatt foreløpige beregninger av produksjonskostnader og ledig kapasitet. De samarbeidende teamene kan undersøke prototyper sammen i hallen, velge en design og tilegne nødvendige ressurser for plaggets produksjon og introduksjon i løpet av få timer, hvis nødvendig.

Zara er nøye med å utvelge og tilegne seg de siste verktøy innen informasjonsteknologi tilpasset utveksling av informasjon. Spesialtilpassede bærbare computere (PDA) støtter forbindelsen mellom den enkelte butikk og hovedkontoret i La Coruña. I tillegg er den ukentlige telefonsamtalen mellom butikksjefene og markedsspesialistene helt avgjørende. Den flate organisasjonsstrukturen gjør at informasjonsflyten er effektiv og hurtig, den når

fram, og kommunikasjonen på alle ledd er den viktigste årsaken til suksessen.

Så snart teamet har valgt en prototype til produksjon, finpusser designerne farger og stoff ved et avansert computerbasert designsystem. Hvis plagget skal produseres ved en av Zaras egne fabrikker, overfører de spesifikasjonene direkte til den respektive skjæremaskinen og til andre systemer i fabrikk. Hvert tøyestykke i plagget kan følges, det har en egen barkode som konverteres til en helhet (inkludert selve syingen som vanligvis utføres av underleverandører). Det følges videre gjennom distribusjonen og fram til levering til butikken, hvor kommunikasjonssyklusen begynner.

Den konstante flyten av oppdatert informasjon og data, gjør at små forstyrrelser ofte kan forsterkes til store problemer. En liten forandring for eksempel i en ordre til en butikk, kan utvikle seg til store problemer gjennom ledd med grossister og distributører. I en industri som tradisjonelt tillater forhandlere å forandre maksimum 20 prosent av ordrene så snart sesongen har startet, lar Zara sine butikker justere opp til 50 prosent. På den måten unngår Zara kostbar overproduksjon med påfølgende salg som er vanlig i bransjen.

Den stadige introduksjonen av

nye produkter i mindre kvanta, gjør at Zara sparer penger på å være utsolgt for spesielle modeller. De har gjort det til en dyd å være utsolgt. Tomme stativer sender ikke kundene til andre butikker, de har alltid andre nye plagg å velge mellom. Å være utsolgt for et plagg hjelper faktisk til med å selge et annet, fordi kunden er glad for å kunne finne det før noen andre snapper det.

Dersom et plagg ikke er solgt i løpet av to eller tre uker, er Zaras policy å fjerne det. Dette kan være en dyr praksis for en vanlig motebutikk, men fordi Zarabutikken mottar små antall av hvert plagg og ikke ligger inne med store lagre, er risikoen liten. Utsolgte klær står for mindre enn 10 prosent av lageret.

Gjennomsnittet for industrien er fra 17 til 20 prosent.

Nye klær som framvises i begrenset antall, og den korte tiden for å ha en mulighet til å kunne kjøpe nettopp dét plagget, motiverer folk til å besøke Zara oftere enn det de gjør i andre butikker. Forbrukerne i London, for eksempel, besøker den gjennomsnittlige butikk fire ganger årlig, mot Zaras kunder med sine 17 besøk per år. Denne høye trafikken gjør også at Zara ikke har det samme behovet for annonsering som andre i bransjen. De bruker bare 0.3 prosent av omsetningen til annonsering, mot tre til fire prosent som er det vanlige i bransjen.

Kilde: Harvard Business Review



Zara har utsalg over hele verden, denne butikken er fra Beirut i Libanon.

Spania etterforsker folkemord

Nobelprisvinner Rigoberta Menchu har i mange år kjempet for en internasjonal granskning av folkemordet i Guatemala i årene 1978-86. Nå får hun endelig spanske myndigheter med seg.

En spansk domstol har nemlig vedtatt at de har jurisdiksjon til å etterforske drap og forsvinninger under blant annet diktator Efraín Ríos Montt's regime i det mellomamerikanske landet, selv om overgrepene ikke rammet spanske statsborgere.

Menchu, som var i Norge for å ta imot nobelprisen i 1992, har tidligere lidd flere nederlag i spanske rettsaler. Opprinnelig krevde hun granskning av ildspåsettelsen av den spanske ambassaden i 1981 i hovedstaden Guatemala by, der 37 mennesker ble drept, drapene på tre spanske prester i Guatemala og dødsfallene til mesteparten av mayaindianeren Menchus slektninger. Senere har hun bedt om etterforskning av flere forhold.

I den 36 år lange borgerkrigstilstanden, som ikke var slutt før i 1996, ble 200.000 mennesker drept eller borte under mystiske omstendigheter.

Eksdiktator Ríos Montt har for øvrig klart å unnsilpe beskyldningene om folkemord, terrorisme og omfattende brudd på menneskerettighetene, og ble så sent som i høst valgt til president i det guatemalanske senatet. (ANB-AP)



Menchu, som var i Norge for å ta imot nobelprisen i 1992, har tidligere lidd flere nederlag i spanske rettsaler.



Tenk nyt – lån i Sydspanien fra ca. 4%

Nykredit tilbyder realkreditlån til private, der ejer eller køber bolig på Costa Blanca og Costa Del Sol. Lånet kan have en løbetid på op til 30 år og skal ligge inden for 80 % af den værdi, som Nykredit vurderer boligen til.

Få tryghed med et obligationslån med fast rente. Så kender du de månedlige udgifter. Eller få en lavere ydelse med et Tilpasningslån med variabel rente fra ca. 4 % inkl. omkostninger (pr. 1/3-06). Uanset valget, kan du slippe for afdragene i op til 10 år ved at vælge et Pauselån.

Ring til Flemming Richter i København på tlf. +45 33 42 15 35 eller Joakim Dohlmann i Alicante på tlf. +34 627 513 385.

Vi har kontakt til alle de lokale rådgivere, du har brug for.

International afdeling,
Kalvebod Brygge 1-3,
1780 København V
Email: syds Spanien@nykredit.dk,
www.nykredit.dk/syds Spanien

Nykredit
Realkredit på dansk



Alicante Benidorm Murcia Malaga Torrevieja

BILLIGST OG ENKLEST VIA INTERNET!

- DU HENTER BILEN FRA EGET KONTOR PÅ FLYPlassen
- VI REFUNDERER BENSIN NÅR DU LEVERER BILEN
- NYE BILER (INGEN ELDRE ENN 6. MND)
- ALLE BILER HAR AIRCONDITION, EL VINDU, SERVO ETC
- VEIHJELP 24 TIMER I DØGNET



WWW.SPANIAGUIDEN.NO/LEIEBIL

NISSAN MICRA/
FORD KA3
3 DØRS



106€ PR UKE

FORD FIESTA
3 DØRS



114€ PR UKE

RENAULT CLIO
5 DØRS



129€ PR UKE

FORD FOCUS 1.6
5 DØRS



152€ PR UKE

FORD FOCUS STV.
5 DØRS



182€ PR UKE

FORD GALAXY
7 SETER



336€ PR UKE

RENAULT 306 CABRIO



249€ PR UKE

MERCEDES VITO
9 SETER



420€ PR UKE

*PRISENE VARIERER AVHENGIG AV SESONG, SE VÅR WEBSITE FOR AKTUELL PERIODE

ENKELT • TRYGT • RASKT

1. GÅ TIL VÅR NETTSIDE
2. VELG ØNSKET BIL, HENTESTED OG LEIEDØGN
3. SJEKK PRISEN
4. NÅR DU HAR DEN BILEN DU ØNSKER, TRYKK PÅ "BOOKING"
5. DU MOTTAR BEKREFTELSE OG DETALJER PR. MAIL

DU BETALER BILEN NÅR DU HENTER DEN !

WWW.SPANIAGUIDEN.NO/LEIEBIL

PRIS INK. MOMS, FORSIKRING, FRI KILOMETER ETC. BENSIN PÅ BILEN ER ENESTE TILLEGG. PRISENE I EURO ER GJELDENE OG OPPGJØR SKJER I FORM AV EURO KONTANT ELLER KORT, NÅR MAN HENTER BILEN. BARNESETER KAN OGSÅ BESTILLES. BILENE UTLIVERES VED KONTOR PÅ FLYPlassen. Ytterligere RABATT KALKULERES AUTOMATISK PÅ WEBSITE VED Lenger LEIEPERIODE

Monovar

Forsøkte å voldta leietager

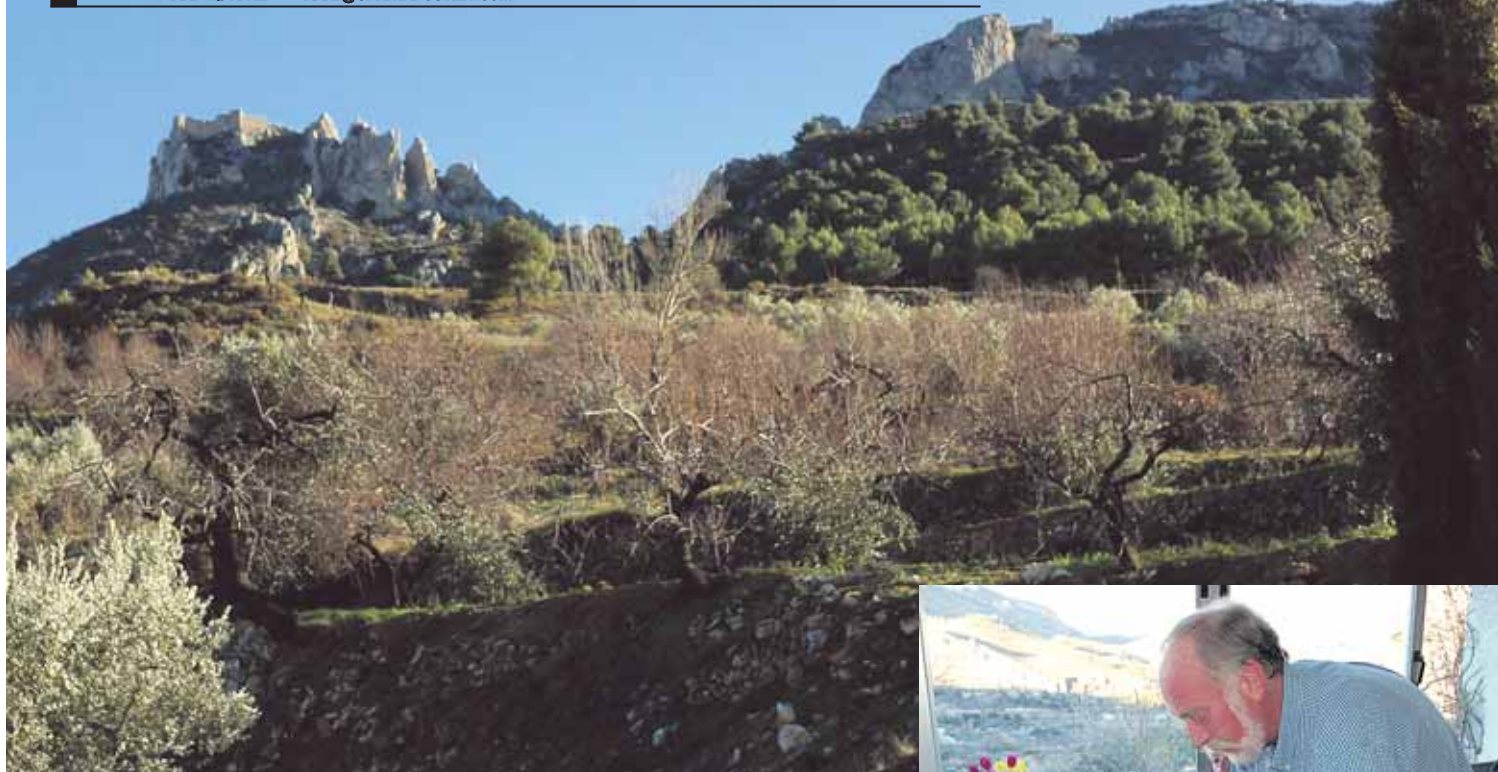
En 28 år gammel mann ble arrestert av Guardia Civil mandag morgen 13. mars tiltalt for voldtektforsøk på en 50 år gammel kvinne. Begge er equatorianere. Kvinnen leier et rom i tiltaltes leilighet, der også tiltaltes kone og barn bor. Voldtektforsøket fant sted natt til lørdag 11. mars, da tiltalte ventet til alle sov for å snike seg inn på leietagerens rom. Der skal tiltalte ha kommet med seksuelle tilnærmelser og trusler overfor den 50 år gamle kvinnen.

Himmelsk lam i Ørneredet

Ta en tur opp i de virkelige fjellene. Bare en times biltur fra Benidorm der hav og himmel møtes, kan du nyte et herlig måltid i dramatiske omgivelser. Kanskje du får se en ørn også?

KARI LØVDAL

KARI@SPANIAPOSTEN.COM



De fleste turister nøyer seg med Guadalest. Det er lett å bli overvældet og mettet av inntrykk her i denne pittoreske landsbyen. Men opplevelsene slutter ikke ved byporten! Følg strake veien mot den taggete fjellranden i retning Alcoi og legg fjellbyen bak deg. Fra nordsiden ser jordskjellvenenes herjinger skremmende ut. Hvordan kunne noen overleve?

Skiltene langs veikanten og terrassene, de dyrkede trapetrinnene, vitner stumt om maurertiden. Sjarmerende Benimantel og Beniarda avslører sin arabiske fortid med navn som begynner på Ben.

Bilen klatrer videre oppover. Du kan ta en stopp i den annerledes dyreparken Aitana hvis ikke sulten driver deg de to milene videre mot småbyen Confridges. Like før tettbebyggelsen tar du av til venstre opp en smal grusvei. Et beskjedent, lite skilt viser vei til "Ørneredet i Confridges" Ikke fortvil om veien er bratt og smal, du er på rett vei!

Reklamen lyver så visst ikke. Utsikten er formidabel. På toppen av fjellmassivet troner restene av enda et befestet slott. Solide steinmurer klorer seg fast i grunnfjellet. Her oppe i høyden blåser det friskt. Utsikten er enorm! Noen engelskmenn

organiserer gjerne en guidet tur opp til slottsruinene hvis du har lyst til å se nærmere på den mystiske borgen.

GOURMETMAT

I fjellsiden over Confridges hviler "Ørneredet". Med utstrakte vinger ønsker ørna over inngangsdøra velkommen til et herremåltid i det hvitkalkede huset. Verten John kommer deg smilende i møte og assisterer deg bort til bordet ved panoramavinduene. For en utsikt! Varmt nybakt brød og fløyelsmyk aleoli skjerper appetitten. Du velger mellom dagens tilbud. Først en suppe av and eller grønnsaker. Mmmm, dette er definitivt ikke pos-



Det er ikke noe å si på servicen, maten eller utsikten.

esuppe!

Hovedretten, som anbefales på det varmeste, er selvfølgelig lam, mørt og smakfullt. Med en snert av trygge beiter fra skråningene under gjeterens voktende øyne smelter kjøttet i munnen. Oregano, stekte poteter med løk, bønner og bacon glir ned mens øyet hviler på naturen badet i kveldssol.



Rykende varm suppe serveres med et smil.

SPANIAPOSTEN

Viste du at du kan laste ned hele avisen fra vår webside og samtidig få tilgang til ALLE våre tidligere utgivelser?

www.spaniaposten.com



- Det spanske lammets er helt



"Ørneredet" ligger i vakre omgivelser.

forskjellig fra lam i New Zealand, forsikrer verten. Ikke vet jeg, men dette måltidet er i alle fall langt unna norsk fårrikål. Er du ikke tilhenger av lam, tryller kokken fram andre kjøttretter, så det nesten ikke er plass til desserten.

John og Jane dro fra Bed & Breakfast i England til det spanske høyfjellet. Med eget vann fra fjellene og strømaggregat kan de nyte roen under raggete fjell. Litt snø rundt februar, mye stillhet og fuglesang pluss gjester som setter pris på et godt måltid holder dem her i Confridges. Vil du besøke dem, så ring 965 885 911.



Ørna vokter over inngangen og ønsker deg velkommen.

Flyttespesialisten Norge A/S

Hovedkontor: Langmyra 11 N-3185 Skoppum Norway

Fast rute mellom Norge – Sverige – Spania

- Vi har lager i Alfas del Pi, Marbella og Skoppum.
- Vi ordner alle dokumenter, pakker og lagrer.
- Vi har stort lagerhotell for oppbevaring i Norge.
- Vi har alt innen emballasje og pakkeutstyr.
- Vi utfører alle slags flytteoppgaver inn/utland.
- Vi har høyt kvalifisert personell og utstyr.
- Vi ordner transportforsikring for våre kunder.

Nytt Spania nummer
0034 - 600 549 549



Norge Hovedkontor
Tlf: 0047 330 400 66
Fax: 0047 330 400 67
Vakt tlf: 0047 415 32 415
E-mail: norge@flyttespesialisten.com

Sverige
Tlf: 0046 866 790 55
Fax: 0047 330 400 67
Vakt tlf: 0047 415 32 415
E-mail: sverige@flyttespesialisten.com

Spania
Tlf: 0034 600 549 549
Fax: 0047 330 400 67
Vakt tlf: 0047 415 32 415
E-mail: spania@flyttespesialisten.com

Når kvalitet og trygghet teller!

THE BED SPECIALIST S.L. Hästens

BUTIKKER I : ALFAZ, TORREVIEJA - JAVEA



Alle Myers senger med GRATIS skuff.



Tilbud på mange elektriske senger med latex madrasser.



Otterman senger i alle størrelser



ALLE typer senger og madrasser tilgjengelig.

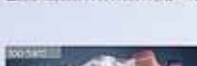
Våre godt utdannede stab hjelper deg å finne en seng tilpasset deg og ditt behov. Ikke nok med det, vi kan hjelpe deg med innredningen av hele soverommet.

Forskning viser stadig i større grad hvor viktig en god natts søvn er. Det er kun mulig gjennom en korrekt tilpasset madrass.

Til tross for hva mange tror betyr dette ikke en hard madrass. Faktat er den at det ikke finnes noen "korrekt" ortopedisk madrass. Hos "The Bed Specialist" finner vi den riktige madrassen som passer DEG, som gir god støtte og lar deg sove godt. Vi tilbyr installasjon og levering hjemme hos deg.



Alle typer møbler for soverom samt laken, dynetrekk, pledd etc.



Nyt en god natts behagelig søvn med en seng fra "The Bed Specialist". Besøk en av våre butikker for råd om hvordan du skaper ditt eget "tempel" fra vårt store utvalg av førsteklasses senger og sengetøy.

Vi leverer senger og sengetøy fra de ledende produsenter i Skandinavia og Europa, hos oss er du sikret høyeste kvalitet for ditt soverom, du kan slappe av med stil og komfort.

- Kostnadsfri levering
- 100% vis av produkter på lager sikrer rask levering.
- Kvalifisert personale og fagmenn svarer på alle spørsmål



E-mail: thebedspecialist@ctv.es



Alfaz del Pi
Tlf: 965 889 497
Fax: 965 889 522

AVD. Pais Valencia 34
Alfaz del Pi



Javea
Tlf: 96 646 12 57
Fax: 96 646 12 57
C/Severo Ochoa 4
Local 2 & 3
Javea Havn



Torrevieja
Tlf: 966 730 157
Fax: 966 730 156

Zenia II, Lokal 1-2
C/ Maestro Torralba
Torrevieja, Orihuela Costa

"De beste i verden!"

- Bananer fra Kanariøyene

Dette utsagnet stammer ikke bare fra patriotiske spanjoler, mange andre bananelskere i Europa hevder det samme. De kanariske bananene er mer smakfulle, mindre og mer mørk gylden i fargen enn sine slektninger fra Sør-Amerika og andre tropiske land.

KOLBJØRN ALSTAD

KOLBJORN@SPANIAPOSTEN.COM

Det dyrkes bananer på alle de sju kanariske øyene. Totalt 8500 hektar som gir en årlig avling på 37 000 tonn. Mesteparten dyrkes på Tenerife med La Palma som en god nummer to. Det kan være hundretusener av planter på en plantasje. Det lages også likør av bananer på øyene. Utenom turismen er eksport av frukt og grønnsaker den viktigste inntektskilden.

Store bananplantasjer dominerer mange steder landskapet på Kanariøyene. Det dyrkes mest på nordsiden av øyene, opp til en høyde av 400m. Over denne høyden og på sørsiden dyrkes mest tomater og poteter, sammen med mais, korn, frukt, grønnsaker og flere forplanter til hjemlig bruk. På grunn av at det er relativt lite nedbør, er jord-

bruket avhengig av et omfattende irrigasjonssystem eller bruk av spesielle tørrdyrkningsmetoder.

Opprinnelig ble bananplantene innført fra Asia i det 15. og 16. århundre. Bananplanten er ikke et tre, som mange tror, det er en plante. Den produserer klaser med frukt som veier fra 15 til 50 kg. Den spises oftest frisk, men på Kanariøyene er det vanlig å spise stekte bananer sammen med ris på kubansk vis. Bananer blir også brukt som desserter og i fruktkoktails. De benyttes stadig mer i internasjonal cuisine.

Mye står på spill for Kanariøyene. Nå står det mye på spill for Kanariøyene, WTO (World Trade Organisation), har slått ned på importrestriksjonene som er fastsatt av EU. Fra januar i år, har Brussel fastsatt en pris på 187 Euro per tonn fra land på den andre siden av atlanteren. Ni søramerikanske eksportland har gått sammen og protestert mot denne avgjørelsen og hevder at bestemmelsen er i strid med internasjonale handelsavtaler om fri markedstilgang i Europa. Europakommisjonen må nå forhandle fram en mye lavere pris, noe som vanskeliggjør salg av bananer fra Kanariøyene i



Opprinnelig ble bananplantene innført fra Asia i det 15. og 16. århundre. Bananplanten er ikke et tre, som mange tror, det er en plante.

Europa. De importerte bananene fra søramerikanske land er langt billigere.

FAO (the Food and Agricultural Organisation) har nå foretatt en u-sving og redusert sitt første forslag til importpriser på bananer til 230 Euro per tonn til 140 Euro per tonn. Hvis dette forslaget går i gjennom, kan det føre til alvorlig krise for produsentene i Europa; de kan ikke konkurrere med denne lave prisen fra land som Honduras, Costa Rica og Ecuador.

VISSTE DU DETTE OM BANANER?

Bananer inneholder tre typer naturlig sukker: sucrose, fruktose og glucose. Kombinert med fiber, gir bananen en umiddelbar og betydelig energipiff. Undersøkelser viser at to bananer gir nok energi for to timers

hard trening. Det er ikke rart at bananer er den frukten som foretrekkes av de fleste idrettsutøvere i verden. Men det er ikke bare med energi bananene kan hjelpe oss med å være i form. De

kan også hjelpe oss ved at de gir bedre og raskere helbred ved sykdommer. Bananer skulle være en naturlig del av vårt daglige matinntak.



FALSK ELLER EKTE VARE ? Bananer fra helt andre himmelstrøm merkes til tider som bananer fra kanariøyene for å oppnå bedre pris.



DEPRESJON

Ifølge nylige undersøkelser foretatt av MIND blant personer som lider av depresjon, viste det seg at de fleste følte seg mye bedre etter å ha spist en banan. Dette fordi den også inneholder tryptofan, en type protein som kroppen omgjør til serotonin, et stoff som er kjent for å få deg til å slappe av, forbedre humøret og gi deg en følelse av å være gladere.

PMS

Ved premenstruellt syndrom: glem piller, spis en banan! Den inneholder vitaminet B6 som regulerer glykosenivået, noe som kan påvirke humøret.

ANEMI

Med høyt jerninnhold stimulerer bananene produksjonen av hemoglobin i blodet. På den måten hjelper det ved anemi.

BLODTRYKKET

Denne unike tropiske frukten har et meget høyt innhold av potassium, men lite salt. Det gjør den til et perfekt middel for å redusere blodtrykket og dermed faren for slag.

HJERNEKAPASITETEN

200 studenter ved en skole fikk hjelp til å yte bedre ved eksamen ved å spise bananer for å øke hjernekapasiteten. Forsøk viser at den potassiumrike frukten øker konsentrasjonen.

FORSTOPPELSE

På grunn av høyt fiberinnhold, kan bruk av bananer i kostholdet hjelpe til å få en normal magefunksjon, slik at avføringsmiddel kan unngås.

BAKRUS

En av de raskeste måtene å kurere en bakrus på, er å lage en bananmilkshake, søtet med honning. Bananen roer ned magen og ved hjelp av honningen bygges et lavt blodsukternivå opp igjen. Melken hjelper med å smøre og samtidig tilfører væske til systemet.

BRYSTBRANN

Bananer har en naturlig basisk effekt på kroppen. Spis en banan for å redusere brystbrann.

MORGESLAPPHET

Unngå det ved å spise bananer mellom måltidene. Hjelper til å holde blodkernivået oppe.

MYGGSTIKK

Før du strekker deg etter kremen

mot insektstikk, prøv å gni innersiden av et bananskall mot stikkstedet. De fleste finner ut at det reduserer opphovningen og irritasjonen.

NERVENE

Bananer har et høyt innhold av B-vitaminer. Det hjelper til å roe ned nervesystemet.

OVERVEKTIG?

Studier viser at høyt arbeidspress fører til trøstespising av snacks og søtsaker. Dette skyldes lavt blodsukternivå. Spis i stedet bananer for å justere for dette.

MAGESÅR

Bananen blir brukt som dietmat mot fordøyelsesproblemer fordi den er myk og glatt. Det er den eneste rå frukten som kan spises uten plager med fordøyelsessystemet. Den nøytraliserer syreinnholdet og reduserer irritasjonen av huden i magen ved å legge på et mykt belegg.

TEMPERATURKONTROLL

Mange kulturer ser bananen som en "kjølende frukt" som reduserer den emosjonelle og fysiske temperaturen hos vordende mødre. I Thailand, for eksempel, spiser gravide kvinner bananer for å forsikre seg om at deres barn blir født med en "kjølig" temperatur.

SESONGPÅVIRKEDE KROPPSFORSTYRRELSER (SAD)

Bananer kan hjelpe de som lider av dette fordi de inneholder stoffet tryptofan som virker positivt på humøret.

RØYKING

Personer som prøver å slutte å røyke, bør spise bananer. Vitaminene B6 og B12, såvel som potassium og magnesium, hjelper kroppen til å komme seg igjen etter effektene fra det å utelate nikotinen.

STRESS

Potassium er et vitalt mineral som hjelper til å normalisere hjerteslagene, sender oksygen til hjernen og regulerer kroppens væskebalanse. Når vi er stresset, øker takten i stoffskiftet, dermed reduseres også nivået av potassium. Bananspising balanserer dette, på nytt.

SLAG

I følge undersøkelser omskrevet i "The England Journal of

Medicine," kan jevnlig forbruk av bananer redusere faren for å dø av slag så mye som 40 prosent!

Bananer er virkelig et naturlig middel til hjelp mot mange sykdommer. Hvis du sammenligner den mot et eple, har den fire ganger så mange proteiner, dobbelt så mange karbohydrater, tre ganger så mye fosfor, fem

ganger så mye vitamin A og jern og dobbelt så mange andre vitaminer og mineraler. Den er også rik på potassium og er en av de beste og mest verdifulle matkildene.

**Det Persiske Teppe Galleri****ALFAZ DEL PI**

Avd. País Valencià, 9 - Loc. 9

Tel. 965 888 432

10:30 a 13:30 h. 10:30 a 14:00
17:00 a 19:30 h.

Opptil 75% avslag! Opphørssalg

Direkte import av tepper av beste kvalitet.
Alle med offisielle sertifikat for opphav.

MEGASYSTEMET KUN EURO

89,50 €12 måneders full returret!
10 års fabriksgaranti

NYHED!

SE VIDEOPRÆSENTATIONEN
www.Activ-antikalk.dk

Mega-systemet sættes uden på vandrøret og kan anvendes på alle rørtypen

**STOP KALKEN I HELE HUSET!**

Kalk i vandet koster dig penge - Vandbehandling med Activ-antikalk

- forhindrer kalkbelægninger i vandrør og varmelegemer i vaskemaskiner
- fjerner gammel kalk- og bakteriebelægninger i rørsystemet
- sparer tid- giver væsentlig lettere rengøring i køkken og bad
- reducerer til energiforbrug til opvarmning op til 70%
- forlænger levetiden for varmtvandsbeholderen, samt vaskemaskiner
- dansk produceret kvalitetsprodukt med mere end 15 år på det danske marked og testet af Danmark Tekniske Universitet, 6-8 gange kraftigere end traditionelle kalkspaltere med kun 2 magneter
- 8 kraftige keramiske magneter der danner et spændingsfelt som hurtigt vil ændre kalkens molekylestruktur.

Alfaz del Pi

Breusch & Magnussen S.L.

Tel. 965 889 923 eller email
piamag@terra.es

Torrevieja

Scandinavian Service Group

Tel. 965 716 247 eller email
ssg@ssgspania.com

OWS^{es} Internet y voz.

Ledelse gjennom innovasjon

Ring hjem !

4,5

€uro-Cent
per minutt*

*Eks. IVA.

Billige tellerskritt til Skandinavia, Spania og resten av Europa.

Samme lave pris hele døgnet, hele uken.

Fakturering per sekund

Ingen forhåndsnummer

Ingen minimum forbruk

Ingen oppkopplingsavgift

Ingen forhåndsinnbetaling

Ingen endringer av din telefon linje

Tjenesten er tilgjengelig for fastlinjer og mobil telefoner

Bare løft av røret og ring!

Kun 4,5 cent pr.min. til land som Norge, Sverige, Danmark, USA, England



Kun 2,4 cent pr. min. på lokalsamtaler i Spania.
23 cent pr. min. til mobiltelefon i Spania.

For mer informasjon
ring vårt gratisnummer

1521

Orange Web Services, S.L.

Apdo. de Correos, 31 • 03330 Crevillent (Alicante)

Tel. 902.347.328 • Fax 902.347.329

esfone is a registered trademark of Orange Web Services, S.L.,
providing telecommunication services in Spain since 1997.

Fredagshandel

Fredag er ingen hvilken som helst dag i Alfaz del Pi. Dette er dagen med stor D for mange alfasinere, og i enda større grad for turistene. Folk strømmer til fra nær og fjern. Sedlene sitter løst denne dagen. Det er sol, det er varmt, og det er markedsdag!

BEATE PUIG

BEATE@SPANIAPOSTEN.COM

VARSTEMNING

Det er markedsdag i Alfaz del Pi. For første gang i år lar vi solens lange stråler varme våre frosne sjeler, det er vår i luften. Enda en grunn til å ta turen til markedet i dag. Vårstemningen har tydelig inntatt flere sjeler, det myldrer av folk. Noen bare kikker, mens andre legger hele sin sjel i prutingens kunst. Det er en overflod av kvinnelige kjøpelystne. Mennene fungerer som sherpaer denne dagen.

EKTE VARE

I den største delen av markedet, selges alt fra leker til klær og figurer. Folk lar seg fasinere av en ivrig skoselger som kan love at Nike-skoene er helt ekte, og prisen så lav at den er for gave å regne. Ved nærmere øyesyn, strekktest og sålebøying så er vel ikke 25 euro så helt ille, det er jo Nike, tross alt!!!

MULTINASJONALT

Det er svært få spanjoler å se i folkevrimmelen. De fleste er lysluggede og snakker norsk. En og annen engelskmann har også funnet veien til fredagsmarkedet. Bildet endrer seg dog når vi nærmer oss frukt og grønt-markedet. Her finner man spanske fruer med trillebag med ett mål for øyet, å gjøre ukens grønnsakskupp. Man ser at fruene er erfarne grønnsakskjøpere, ingen lavmelt nøling der. De lysluggede er litt mer stillfærne og tar gjerne litt mer betenkningstid. Men grønnsaks-selgeren har dårlig tid. - Que te pongo senora?

SPEKEMAT FRA GRANADA

På fruktmarkedet finner vi en spennende bod med spekemat og ferske sardiner. Alle produktene er spesialiteter fra Granada i Andalucia. Selgeren byr på en smaksprøve, et godt salgstriks. Han forteller at han selv er



Lærvarer på markedet i Alfaz del Pi



Alle produktene er spesialiteter fra Granada i Andalucia. Han kjører hele veien fra Granada for å selge varene sine.

granadiner, bosatt i Granada og kjører hele veien til Alfaz for å selge matvarene sine. Han gir oss flere smaksprøver, alt er meget velsmakende. Vel, så set-

ter vi kursen hjem med våre velsmakende granadinere, både chorizo og salchichon. Vel bekomme!

Joaquín Almunia

EUs "finansminister"

Joaquín Almunia ble født i Bilbao 17. juni 1948. Han har vært ansvarlig for økonomiske og monetære forhold innen EU siden 26. april 2004.

Almunia er gift og har to barn. Han er utdannet innen jus og økonomi ved universitetet Deusto i Bilbao og har oppfølgende studier fra École Pratique des Hautes Études i Paris. Han har også studert programmet "Senior Managers in Government" ved Kennedy School ved Harvard i USA. Almunia var også foreleser ved universitetet Alcalá de Henares i Madrid.



ingsprogrammet "Likhet og inntektsutjamning" ved "Fundación Argentaria" fra 1991 til 1994. I 2002 grunnla han og ble direktør for den progressive "Laboratorio de Alternativas." Almunia, har skrevet flere bøker og utallige presseartikler.

Han fikk stilling som økonom ved det Spanske Handelskammeret i Brussel fra 1972 til 1975. Senere ble han sjeføkonom i UGT, en spansk handelsorganisasjon, fra 1976 til 1979. Han var medlem av sosialistpartiet PSOE og satt i det spanske parlamentet fra 1979 til 2004. Almunia var arbeids- og sosialminister fra 1982 til 1986 og minister for offentlig administrasjon fra 1986 til 1991. Han var partiets talsmann fra 1994 til 1997 og partileder fra 1997 til 2000. Han var også lansert som sosialistenes kandidat til statministerstolen.

Almunia var direktør for forskn-

Javea

El Tango åpner igjen

Stranden El Tango åpner igjen etter å ha vært stengt i 18 måneder, da stranden i juli i fjor ble rammet av steinras. Problemet er nå løst med netting for å hindre at steiner faller ned på stranden. Nettingen forebygger også erosjon i fjellet, som har vært et stort problem i denne delen av Javea. Samme type netting blir nå installert på La Granadella-stranden.

LEGEKONTORET

Dr. Vidar Hjelset
Dr. Herulf Torset

Norsk og spansk legeautorisasjon
Samarbeider med norsk og spansk helsevesen

Albir:
Avda. del Albir 68
Tlf: 686 038 181 / 966 864 648

Torrevieja:
Avda. Alfred Nobel 121
Tlf: 699 364 029/965 712 413

Høyteknologi for diagnose og behandling av helserelaterte problemer

Komplett undersøkelse iløpet av kun 2 timer
Komplett diagnose av alle organer.
Finner alle typer sykdommer
Svært effektiv smertefri behandling
Gode resultater hos de fleste brukere

Også

COLONISK IRRIGASJON Rensing av tarmene
AQUADETOX Generell rensing/fjering av skadestoffer
LASER TERAPI
MASSASJER

Skjønnhet

FOTOFORYNGELSE og hårfjerning



CENTRO DE MEDICINA ALTERNATIVA ELIOS
C/ Gambo, 1º Benidorm, Tel: 966 80 82 01

DENTALIA - INSTITUTO DENTAL ESCANDINAVO



EKTE SPANSKE PRISER!

SPECIALIST INNEN **PROTESER**,
KRONER, BROER, IMPLANTER

HOS OSS KAN DU BETALE MED
KREDITTKORT/BETALINGSKORT



TLF: 965 853 011

EDIF. FARMACIA LUZ
MARTINEZ ORIOLA 2,2-B
BENIDORM



Takket være fremskritt innen moderne odontologi!

Vi er spesialister på tannimplant, faste og løse proteser !

Hjemmesykepleie

- Alt innen hjemmetjenester
- 24-timers vakttelefon
- Uttan av hjelpemidler
- Tolketjenester
- Alle typer blodprøver
- Autorisert skandinavisk helsepersonell

Parque de Noruega
Tlf. 619 274 038



NORSK FYSIOTERAPI med trygdeavtale

FYSIOTERAPI & AKUPUNKTUR

Hovedfelt rehabilitering innen:

- ortopedkirurgi
- reumatologi
- idrettsskader
- smertebehandling
- belastningsskader
- Ergonomisk veiledning

Timebestilling og informasjon

Tlf. 620 660 884
Åge Jordal
Estrella Polar 15, ALBIR

husforhelse
www.husforhelse.no



HJEMMEBEHANDLING

IKEA i Murcia

Da er den endelig kommet - IKEA har inntatt Murcia. På den store åpningsseremonien den 28. februar fikk de aller første kundene oppleve å bli servert lett frokost skyllet ned med gratis vodka. Kanskje ikke helt vanlig kost for nordmenn, men sannsynligvis bra for å komme på gli både med handlelysten og med å åpne opp pengepungen.

BEATE LYSTAD

BEATE@SPANIAPOSTEN.COM



NIENDE IKEA I SPANIA

Ledelsen ved IKEA i Murcia mener at de bør kunne ha rundt 1.8 millioner besøkende i løpet av sitt første år i regionen, og dette er den niende IKEA-butikken som har åpnet i Spania.

HANDLEVOGN ELLER IKKE?

Det er med IKEA som det er med LIDL - alle butikkene går etter samme malen, og har man vært på IKEA i Norge eller Sverige så kjenner man seg igjen også i Murcia-utgaven. Noen forskjeller i fra andre butikker finnes allikevel. En kjekk sak å vite er følgende: Ta ikke med deg handlevogn fra parkeringsplassen og inn - det er ikke lurt og slett ikke nødvendig. På IKEA er handlevognene inne. Og - om du skal i øverste etasje, skal du allikevel ikke ha med handlevogn. Der er det nemlig IKEA's egne "handlebagger" som gjelder. Disse finner man i mengdevis ved inngangen til det som kan betegnes som

"møbelavdelingen", altså i andre etasje. Grunnen til at man ikke trenger handlevogn her er enkelt og greit det faktum at om man ønsker noen av møblene, må disse bestilles i en av kassene i nærheten av det ønskede produktet, hvorpå man mottar et handlebevis og får beskjed om hvor produktet kan hentes før avreise og betaling. På mange måter en fin løsning.

SVENSK PRODUKTNAVN

I første etasje, derimot, kommer handlevognene fram. Der finner man tilbehør og alle disse typiske IKEA-sakene som man bare må ha. Her er det mye man kan trenge, uten av man visste at man trengte det. Et greit utvalg av rimelige gardiner, puter, dyner og sengetøy var et høydepunkt for dem som pleier å ta med seg sengetøy fra Norge. Unødvendig heretter, nå har man IKEA til å ta seg av denne saken. Morsomt også, for oss skandinaver, å se alle merkelappene

med skandinaviske navn som Mette, Göteborg, Arden Blom osv. Og her var det mulig å finne ordentlige servietter og stearinlys - nå har nok Casa fått en konkurrent i så henseende. Mye flotte, friske farger preget IKEA's utvalg, knallrosa, lyseblått og hvitt - samt brunt, sort og beige - sammensatt blir det fyrverkeri.

KJØTTBOLLER OG IS

Finner man ingenting man vil ha på IKEA, har man enten en dårlig dag - eller man blir såpass surret i hodet av størrelsen på stedet og alt utvalget at man kanskje heller synker sammen i kafeteriaen og spiser ekte svenske kjøttboller. For ikke å snakke om at det på IKEA faktisk fantes softis som smakte softis.

HVOR?

For å finne fram til IKEA kan man enklest rett og slett ta motorveien til Murcia, og kjøre

av hvor det står skilt til Avenida de Juan Bourbon. Det står selvsagt også store skilt med IKEA og piler, så direkte vanskelig var det ikke å finne. Noe verre var rundkjøringen før avkjøringen til selve butikken, der var det vel mange filer for noen, og det var ikke så rent få som tok seg en runde eller to ekstra her. Det samme gjaldt når man skulle hjem igjen, her var det om å gjøre å holde tungen rett i munnen. Dette blir sikkert bedre når området rundt blir ferdigstilt, for ut fra all byggevirk-somheten der er det tydelig at det vil dukke opp flere store sentre i samme sone. Bygging er man vant til i Spania, så dette er ingen bombe. Det positive med beliggenheten var at man ikke trenger å inn i selve Murcia om man kommer motorveien fra Alicante eller Torrevieja, og parkeringsplasser var det ingen mangel på.

SERVICETILBUD

Av service tilbyr IKEA i Murcia blant annet følgende: Transport av varer til hjemadresse - her varierer prisen alt etter som hvor langt borte man bor og hvor mye man har kjøpt for. IKEA-kort med Visa - for enklere å bruke penger uten å tenke over det? Hjelp til møbleringsforslag på kontor eller kjøkken - hvordan få utnyttet plassen best mulig og hvilke møbler kan passe best? Montasjehjelp - om du ikke ønsker å tulle rundt med alle de skruene som plutselig ikke har noe hull å være i.. Installasjonshjelp til for eksempel kjøkken, om man miste litt pågangsmotet når man sitter med 17 flatpakke kasser som skal ende opp som drømmekjøkkenet. Og, selvfølgelig,



finansieringsordninger for å dele opp betalingen slik at man kan kjøpe det man ønsker seg.

MI COMPRA

Når du drar til IKEA, kan det anbefales å ta med seg en av de mange planoversiktene som ligger rundt om i lokalene. Sammen med en liten hendig blyant - som kanskje senere kan benyttes når du sliter med å sette sammen en hylle som ikke blir som den du så på bildet - kan dette være kjekt å ha. Det er en side som heter Mi compra hvor du kan fylle ut hva du vil kjøpe, hvor det finnes, hvor mange av hver du vil ha - og - ikke minst - prisen. Kommer du til bunnen av siden, er det kanskje lurt å legge sammen prisene før du begynner på en ny side, bare for sikkerhets skyld..

ÅPNINGSTIDER OG INFORMASJON

IKEA har åpent hver dag mandag til og med lørdag fra klokken 10.00-22.00. De holder også åpent noen søndager og fiestaer. For å finne mer informasjon om den splitter nye IKEA-butikken i Murcia, kan man gå inn på følgende webside: www.ikea.es. Eller man kan rett og slett dra dit!

WANTED

VI TRENGER FLERE BOLIGER!

Vi har stor pågang av boligkjøpere. Derfor etterlyser vi nå flere boliger til salg i Albir, Alfab og Altea. Alt av interesse!

Vi søker blant annet etter:

1. ENEBOLIG I ALBIR, gangavstand til butikker og fasiliteter
2. LEILIGHET SENTRALT I ALBIR, 2-3 soverom
3. REKKEHUS SENTRALT I ALBIR, 2-3 soverom
4. ENEBOLIG I ALFAZ, gjerne på ett plan

Bli med på vår suksess og la oss få selge din bolig! Kom inn for en prat (Avenida Albir 56) eller ring Anna på 620 858 617

Costa Blanca Booking

Finestrat

Skogbrann i Finestrat



Våren kom plutselig over oss i begynnelsen av mars. Med mye sol, varme og lite vind øker risikoen for skogbranner i området. Det fikk 40 innbyggere i Finestrat smertelig erfare da de måtte evakueres etter at en skogbrann brøt ut i skogområdet Els Realets. Skogbrannen brøt ut tirsdag 7. mars ved 23.00 tiden på kvelden. Evakueringen ble straks inngangsatt. I løpet av fire timer var alle naboer i området evakuert.

Brannen spredde seg over et område på 100 hektar, men i løpet av morgentimene 8. mars var brannen under kontroll. I slukningsarbeidet deltok i alt 4 helikoptere og tre sjøfly type Air Tractor, som alle gikk i skytteltrafikk for å hente vann fra havet. Ved 10.15 tiden ble

ytterligere et fly satt inn i slukningsarbeidet, et sjøfly type Foca som ble utsendt av Miljøverndepartementet i Madrid. Flyet kunne ses i aksjon i havnebassenget utenfor Altea, der det gikk ned mang en gang for å hente vann.



Valencia

Økende antall fedmeoperasjoner

Statistikker viser at 55% av befolkningen i Valencia-regionen er overvektige, og 16% farlig overvektige. Spesialister mener at tallene er særdeles alarmerende. Bare i Valencia-regionen utføres 30 fedmeoperasjoner hver måned.

Den vanligste operasjonen er reduksjon av magesekken, men teknikker med ballong og gummistrikk benyttes også ofte.

Miguel Ángel Escartí, direktør ved Intra Obes Clinic i Valencia, sier at:

- Vi bruker mer og mer strikkemetoden fordi det er en permanent metode, i motsetning til ballongen som bare varer i 6 måneder.

Valencia-regionen er ledende på landsbasis når det gjelder å bruke gummistrikk-teknikken, og ligger foran både Madrid og Catalonia.

Valencia

Klistret til tv-skjermen



I følge studier er Valencia en av de regionene i landet som har flest tv-tittere. Regionen kommer på en 7. plass blant Spanias 17 regioner. Listetopperne er Castilla La Mancha og Extremadura, der innbyggerene i gjennomsnitt sitter klistret foran tv-skjermene 4 timer og 7 minutter. På andreplass finner vi Andalucía, der folket bruker 4 timer og 4 minutter på tv-titting.

Gjennomsnittet for Spania ligger på 3 timer og 42 minutters tv-titting daglig, det samme som for Valencia. Nederst på listen finner vi Galicia med 3 timer og 10 minutter, Murcia med 3 timer og 16 minutter og Navarra med 3 timer og 15 minutter. De som ser mest tv er de som bor i byer med et innbyggertall under 2000 og som er i aldersgruppen over 65 år.

Guadalest

Lyder som helbreder

For de som ønsker noe alternativt, kan et kurs være tingen. 1. til 4. april avholdes et kurs i lydterapi. Det sies at lyder har en helbredende effekt på mennesket. Under kurset vil man få innføring i etniske helbredende sanger, samt at man får selv spille på tibetanske leirskåler, kvartsskåler, harpe og stemmegaffel for hvert enkelt organ i kroppen. Man får også leke fritt med stemmebruk, for eksempel kan man lære å synge med to stemmer samtidig. Man lærer også innvendig massasje for å

gjenvinne cellenes naturlige vibrasjoner. Og som avslutning på det hele, kan man være tilskuer til en konsert for sjelen "Viaje de los Sonidos".

Ønsker du å delta, eller ønsker mer informasjon, ring 966 80 82 01 eller 639 028 934 og spør etter Nathalie. Påmelding frem til 24. mars. Kurset holder sted på Espacio Vineeta en Chines mellom Callosa og Guadalest. Kjør forbi Restaurant EL RIU. Når du har kjørt 1,4 km ligger stedet på venstre side.

Restaurant 
Dels Artistes

- Kjøkken av beste kvalitet
- Sveitsisk kokk

Noen av våre spesialiteter:
Lam, "Carre de Cordero", fersk fisk og utmerket kjøtt.

Lunchmeny tirsdag & søndag 14€, vin inkludert

Åpent 12.00 - 24.00 stengt mandager
Plaza de la Iglesia 6 - Kirkeplassen i Altea
Tlf: 965 841 269

Vi gir deg en smaksopplevelse med vår internasjonale lunsj- og middagsservering.

BYENS BESTE BIFF!


COCO-LOCO
beach bar
PLAYA ALBIR

OUSTAU
r e s t a u r a n t e . a l t e a

C/Mayor,5. Casco Antiguo. ALTEA . 96 584 20 78 . www.oustau.com

INDIA GATE  

INDISK RESTAURANT

Eneste indiske restaurant med "ekte" indisk eier. Født, oppvokst, og opplært av ekspertene i Dehli. Opplev det magiske India: INDIA GATE

Meny for to Forrett: "Onion Bahaji, Chicken Tikka, 24 €
Hovedrett: "Chicken Balti, Chicken Madras, ris og Naan brød.
Inkluderer en stor flaske vann, 2 øl eller en halv flaske vin.

C/Gerona 2/15 (Benidorm) TEL: 636 059 785
ÅPENT ALLE DAGER FRA 18.00

Gi din kommentar på:



WWW.SPANIAGUIDEN.NO/FORUM


www.spaniaguiden.no

Alt om eiendom i Spania

Alicante

Fullt lovlig å stjele fra samboer

En mann som har stjålet store pengesummer fra sin kjæreste, ble frifunnet i retten fordi de bodde sammen.

A stjele fra sin samboer er ikke en kriminell handling, sier dommeren.

Den unge mannen skal være hektet på gambling, og har over flere måneder i 2003 og 2004 stjålet penger fra sin kjæreste. I tillegg skal mannen ha stjålet penger fra kjærestens søster, som

på tidspunktet var under 18 år. Jentene hadde arvet penger etter sin avdøde mor. Mannen skal ha stjålet alle oppsparte midler jentene hadde, i alt 17.850 euros.

I følge retten er et par som lever sammen, som familie å regne. Å stjele penger fra familie er ingen kriminell handling.

Alicante

Restaurant blir moské

Det muslimske samfunnet i Alicante har forespurt kommunen om mulighetene for å kjøpe restaurant El Palamo for å gjøre den om til moské.

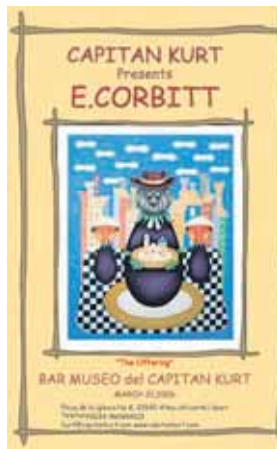
Den førti år gamle bygningen har vært drevet som restaurant de siste 20 årene. Bygningen er på 2.700 kvadratmeter og ligger rett ved hovedveien. Det muslimske samfunnet ønsker å gjøre om restauranten til moske og et senter for kulturelle aktiviteter.

De har bedt om et møte med ordføreren i kommunen, Diaz Alperi, for å drøfte saken.



Altea

Kunstutstilling hos Kaptein Kurt



31.mars arrangeres en kunstutstilling i forbindelse med nyåpningen av baren Museo del Capitan Kurt på kirkeplassen i Altea. Det er ingen ringere enn multikunstneren Carl Corbitt som står for utstillingen. Her viser han sin humoristiske looneyfactooney-kunst. Bildene er fargerike og helt unike i sin genre. Corbitt har en lang rekke suksessfulle utstillinger bak seg, bl.a. fra kunstnerens eget fødested New York, Los Angeles, Beverly Hills, Skandinavia og flere land i Europa. Utstillingen åpner 31. mars kl. 18.00 og varer frem til 3. april.

For mer informasjon ring Corbitt på tel.: 0034 639 434 368 eller kontakt han på e-mail: eccorbitt@mac.com

La Nucia

Malekonkurranse



Helgen 1. og 2. april arrangeres for tredje året på rad malekonkurransen Concorso de Pintura Rapida de la Font de la Favara de La Nucia. Konkurransen er delt opp i to kategorier, en for voksne og en for barn. De tre beste i hver kategori vil få pengepremier.

Konkurransen arrangeres av kulturrådet i rådhuset i La Nucia, og sponses av El Bar La Cueva de la Favara, Distribuciones Cañavate, Premier Estates- Costa Blanca og Plásticos Castaños. Temaet

for konkurransen er gamlebyen i La Nucia. De som er interessert i å delta (gratis deltakelse) kan melde seg på i Bar de La Cueva de la Favara, ungdomssenteret Centro Juvenil de La Nucia eller på Facultad de Bellas Artes i Altea.

De tre beste i barnegruppen premieres med 300 euro som 1.premie, 2.premie 200 euro og 3.premie 150 euro.

Førsteplassvinner blant de voksne premieres med 1.000 euro, 2. premie 700 euro og 3. premie 400 euro.

Ketchup-jentene til Grand Prix?

Mange husker kanskje ketchup-sangen som herjet listene for noen år siden. "A-sea-he-aha-ehe" var på de flestes lepper, og den tilhørende dansen ble praktisert i de tusen hjem.

Ikke siden fugledansen på begynnelsen av 80-tallet har vi opplevd slik iver og danselyst blant folket. Nå er de på banen igjen, de tre jentene fra Cordoba, og ryktene vil ha det til at de skal representere Spania i Grand Prix Eurovision Song Contest i mai. Aviser som El Diario de Cordoba og La Razon har avslørt den store nyheten.

Så har også tv-stasjonen Vertele gjort. Flere lokale og nasjonale

radiostasjoner har også hengt seg på bølgen, og har til og med avslørt hvilken sang Ketchup-jentene skal synges i finalen. Dette til tross for at juryen i Grand Prix slett ikke har avgjort hvem som skal representere Spania i årets Grand Prix arrangement. Siste nytt fra El Diario de Cordoba er at Ketchup-jentene skal synges låten Bloody Mary i finalen, en låt som jentene skal presentere under et show i Athen 20. mars.

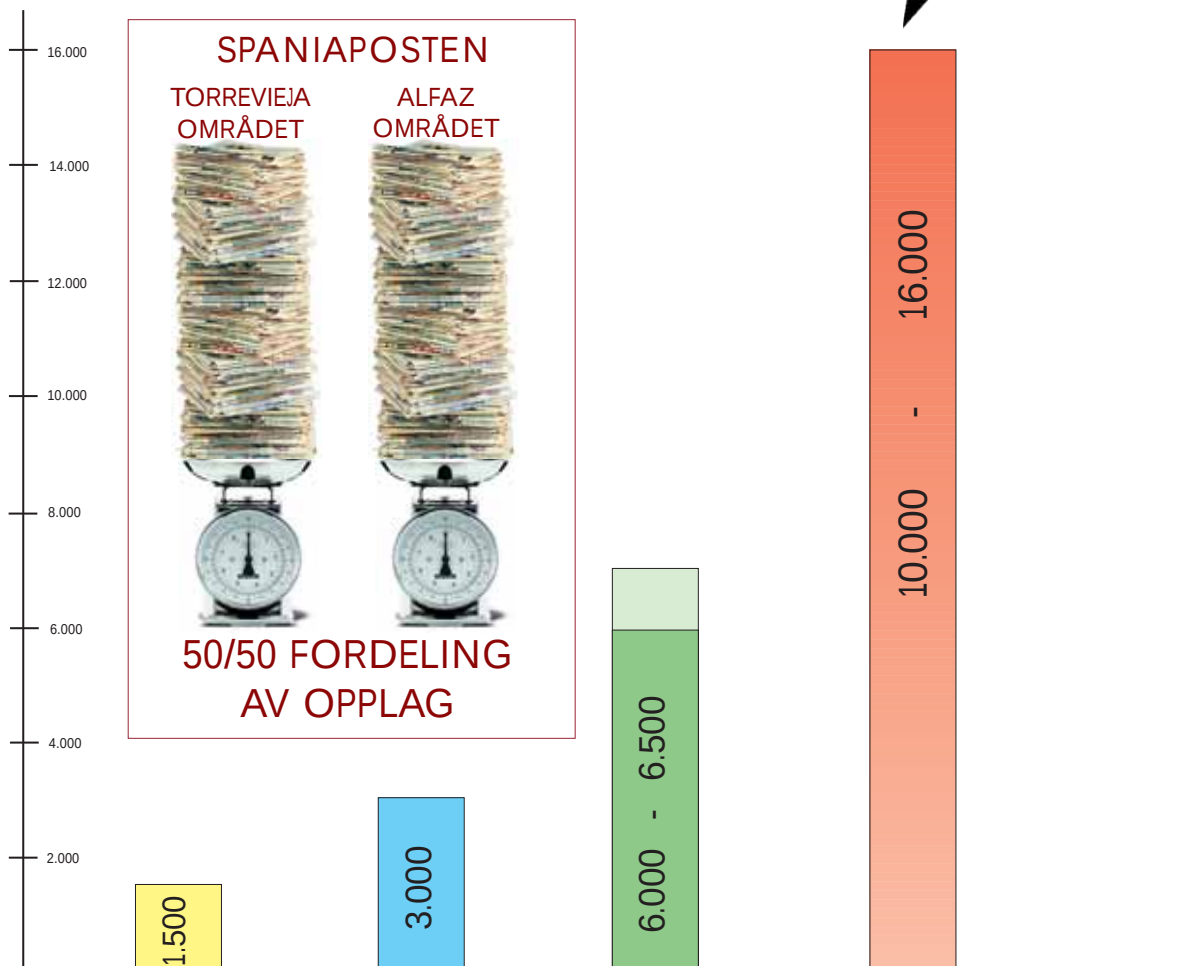
Den samme avisen avslører også at jentene er i ferd med å lage en musikkvideo til låten. Ryktene og hysteriet fortsetter i spanske medier, og stadige nyheter blir publisert. Forvirring er uunngåelig, blir det Ketchup i årets Gran Prix finale?



Ikke siden fugledansen på begynnelsen av 80-tallet har vi opplevd slik iver og danselyst blant folket.

NÅR STØRRELSEN TELLER!

Når du markedsfører din bedrift teller størrelsen på mediet du velger. Størrelse betyr at flere ser ditt budskap, noe som utvilsomt gir best respons.



Aktuelt Spania

Trykket opplag:
Ca 1.500 eks.

Distribusjonsområde:
Denia til La Manga
Enkelte utgaver selges
via Narvesen i Norge

Kilder:
Aktuelt Spania
Asociacion Presna
Nordicas



Spaniajournalen

Trykket opplag:
Ca 3.000 eks.

Distribusjonsområde:
Costa Blanca
Via Narvesen i Norge

Kilder:
Spaniajournalen
Posten Norge
Asociacion Presna
Nordicas



Vikingposten

Trykket opplag:
5.500-6500 eks.

Distribusjonsområde:
Altea til La Manga

Kilder:
VIKINGPOSTEN
Asociacion Presna
Nordicas

SPANIAPOSTEN

Spaniaposten

Trykket opplag:
10.000-16.000 eks.
(Snitt pr utgave 2006 10.500 trykte eks.)

Distribusjonsområde:
Altea til La Manga på papir
Digital fullversjon lastes ned over Internet.

Kilder:
SERVICIOS DE IMPRESION DE LEVANTE, S.A.
SPANIAPOSTEN
Asociacion Presna Nordicas

* Grafen viser opplaget til norske publikasjoner på Costa Blanca oppdatert 31.12.05. Variasjonene i tall for den enkelte publikasjon skyldes sesongvariasjoner (sommer/vinter etc).

Kontakt oss for annonsørinfo: **salg@spaniaposten.com**



**Mandag 20. mars**

06:25 God morgen Norge
09:30 Nyhetene
09:40 Frokostquiz
10:05 God morgen Norge
12:05 Fredag
12:35 Hotel Cæsar
13:05 Cheers
13:35 Home and Away
14:00 Den syvende himmel
14:50 MacGyver
15:40 Home and Away
16:10 Malcolm i midten
16:35 Venner for livet
17:00 That '70s Show
17:30 Hotel Cæsar
18:00 Absolutt underholdning
18:20 Været
18:30 Nyhetene og Sporten
18:55 Tabloid
19:30 Hotel Cæsar
20:00 Familiens ære - Premiere!
21:00 Nyhetene
21:20 Været
21:25 Sporten
21:40 Criminal Minds
22:30 Dokument 2: De vergeløse
23:00 Frasier
23:25 Nyhetene og Sporten
23:40 Været
23:50 60 Minutes
00:40 Fredsprosessen i Irland
01:35 Sporten
00:35 Spesialavsnittet
01:25 Sporten
01:35 Været

Tirsdag 21. mars

06:25 God morgen Norge
09:30 Nyhetene
09:40 Frokostquiz
10:05 God morgen Norge
12:05 Tabloid
12:35 Hotel Cæsar
13:05 Cheers
13:35 Home and Away
14:00 Den syvende himmel
14:50 MacGyver
15:40 Home and Away
16:10 Malcolm i midten
16:35 Venner for livet
17:00 That '70s Show
17:30 Hotel Cæsar
18:00 Absolutt underholdning
18:20 Været
18:30 Nyhetene og Sporten
18:55 Tabloid
19:30 Hotel Cæsar
20:00 Skaperen
21:00 Nyhetene
21:20 Været
21:25 Sporten
21:40 Rikets røst med Otto
21:25 Sporten
21:40 Skaperen - resultater
21:50 Frustrerte fruer

22:40 Joey
23:05 Kongen av Queens
23:30 Nyhetene og Sporten
23:45 Været
23:55 Philly
00:40 Wild card
01:30 Sporten
01:40 Været

Onsdag 22. mars

06:25 God morgen Norge
09:30 Nyhetene
09:40 Frokostquiz
10:05 God morgen Norge
12:05 Tabloid
12:35 Hotel Cæsar
13:05 Cheers
13:35 Home and Away
14:00 Den syvende himmel
14:50 MacGyver
15:40 Home and Away
16:10 Malcolm i midten
16:35 Venner for livet
17:00 That '70s Show
17:30 Hotel Cæsar
18:00 Absolutt underholdning
18:20 Været
18:30 Nyhetene og Sporten
18:55 Tabloid
19:30 Hotel Cæsar
20:00 Idol - Ekstra
20:30 Kjetil og Kjartan show
21:00 Nyhetene
21:20 Været
21:25 Sporten
21:40 Holmgang
22:35 NYPD Blue
23:25 Nyhetene og Sporten
23:40 Været
23:50 60 Minutes
00:40 Fredsprosessen i Irland
01:35 Sporten
01:50 Været

Torsdag 23. mars

06:25 God morgen Norge
09:30 Nyhetene
09:40 Frokostquiz
10:05 God morgen Norge
12:05 Tabloid
12:35 Holmgang
13:35 Hotel Cæsar
14:00 Den syvende himmel
14:50 MacGyver
15:40 Home and Away
16:10 Malcolm i midten
16:35 Venner for livet
17:00 That '70s Show
17:30 Hotel Cæsar
18:00 Absolutt underholdning
18:20 Været
18:30 Nyhetene og Sporten
18:55 Tabloid
19:30 Hotel Cæsar
20:00 Tid for hjem - Sesongstart!
20:30 TV 2 hjelper deg
21:00 Nyhetene
21:20 Været
21:25 Sporten
21:40 Rikets røst med Otto
Jespersen
22:40 Spesialavsnittet
23:30 Nyhetene og Sporten

23:45 Været
23:55 10-8
00:40 Krimavsnittet
01:30 Sporten
01:40 Været

Fredag 24. mars

06:25 God morgen Norge
09:30 Nyhetene
09:40 Frokostquiz
10:05 God morgen Norge
12:05 Tabloid
12:35 Hotel Cæsar
13:05 Home and Away
13:35 Home and Away
14:00 Den syvende himmel
14:50 MacGyver
15:40 Home and Away
16:10 Malcolm i midten
16:35 Venner for livet
17:00 That '70s Show
17:30 Hotel Cæsar
18:00 Absolutt underholdning
18:20 Været
18:30 Nyhetene og Sporten
18:55 Fredag
19:30 Hotel Cæsar
20:00 Idol
21:00 Nyhetene
21:20 Været
21:25 Sporten
21:40 Idol - resultater
22:10 Senkveld med Thomas og Harald
23:10 Hope and Faith
23:35 Nyhetene og Sporten
23:50 Været
00:00 Film: Cascadeur
01:50 Rikets røst med Otto
Jespersen
02:45 Sporten
02:55 Været

Lørdag 25. mars

07:00 TV 2 junior
07:00 Forskerspirene
07:04 Arthur
07:28 Berenstein-bjørnene
07:53 Babar
08:17 Elias
08:27 Winx Club
08:50 Lazy Town
09:14 Sølvvingen
09:35 Prinsesse Sheherazade
10:00 Lassie
10:30 Bonanza
11:25 Ja, kjære
12:00 60 Minutes
12:50 TV-pastoren
13:20 TV 2 hjelper deg
13:50 Dokument 2: De vergeløse
14:20 SportsXtra: Offshore
14:50 Familiens ære - Premiere!
15:50 Skaperen
16:50 Skaperen - resultater
17:00 Skal vi danse - Finale!
18:30 Nyhetene
18:45 Magasinet
19:10 Sporten
19:20 Været
19:30 Karl & Co
20:00 Alle mot en
21:00 Nyhetene

21:10 Været
21:15 Sporten
21:35 Beck: Einsteingen
22:25 God kveld Norge
22:55 Film: Den siste kontrakten
00:50 Senkveld med Thomas og Harald
01:50 Magasinet
03:15 Sporten
03:35 Været

Søndag 26. mars

07:00 TV 2 junior
07:00 Lyriaka
07:08 Merlin
07:17 Snøbarna
07:29 Byggmester Bob
07:39 Jordbær-Mathilde
08:01 Hamtaro
08:21 Koala-brødrene
08:31 Gnoufs
11:25 Ja, kjære
11:50 Film: South pacific
14:05 Prins Williams kvinner
15:00 Alle mot en
16:00 Idol - Ekstra
16:30 Idol
17:30 Idol - resultater
18:00 TV-pastoren
18:30 Nyhetene og Sporten
18:50 Været
19:00 AS Norge
20:00 Tett på Hilde Lyrån
21:00 Nyhetene
21:20 Været
21:25 Sporten
21:45 Film: Dark Blue
23:45 God kveld Norge
00:15 Filmstriper
00:35 White Collar Blue
01:20 Sporten
01:40 Været

Mandag 27. mars

06:25 God morgen Norge
09:30 Nyhetene
09:40 Frokostquiz
10:05 God morgen Norge
12:05 Fredag
12:35 Hotel Cæsar
13:05 Cheers
13:35 Home and Away
14:00 Den syvende himmel
14:50 MacGyver
15:40 Home and Away
16:10 Malcolm i midten
16:35 Venner for livet
17:00 That '70s Show
17:30 Hotel Cæsar
18:00 Absolutt underholdning
18:20 Været
18:30 Nyhetene og Sporten
18:55 Tabloid
19:30 Hotel Cæsar
20:00 Familiens ære
21:00 Nyhetene
21:20 Været
21:25 Sporten

21:40 Criminal Minds
22:30 Dokument 2: Døden er ikke min stil
23:10 Frasier
23:35 Nyhetene og Sporten
23:50 Været
00:00 Frustrerte fruer
00:45 Spesialavsnittet
01:35 Sporten
01:45 Været

Tirsdag 28. mars

06:25 God morgen Norge
09:30 Nyhetene
09:40 Frokostquiz
10:05 God morgen Norge
12:05 Tabloid
12:35 Hotel Cæsar
13:05 Cheers
13:35 Home and Away
14:00 Den syvende himmel
14:50 MacGyver
15:40 Home and Away
16:10 Malcolm i midten
16:35 Venner for livet
17:00 That '70s Show
17:30 Hotel Cæsar
18:00 Absolutt underholdning
18:20 Været
18:30 Nyhetene og Sporten
18:55 Tabloid
19:30 Hotel Cæsar
20:00 Skaperen
21:00 Nyhetene
21:20 Været
21:25 Sporten
21:40 Skaperen - resultater
21:50 Frustrerte fruer
22:40 Joey
23:05 Kongen av Queens
23:30 Nyhetene og Sporten
23:45 Været
23:55 Philly
00:40 Wild card
01:30 Sporten
01:40 Været

Onsdag 29. mars

06:25 God morgen Norge
09:30 Nyhetene
09:40 Frokostquiz
10:05 God morgen Norge
12:05 Tabloid
12:35 Hotel Cæsar
13:05 Cheers
13:35 Home and Away
14:00 Den syvende himmel
14:50 MacGyver
15:40 Home and Away
16:10 Malcolm i midten
16:35 Venner for livet
17:00 That '70s Show
17:30 Hotel Cæsar
18:00 Absolutt underholdning
18:20 Været
18:30 Nyhetene og Sporten
18:55 Tabloid
19:30 Hotel Cæsar
20:00 Idol - Ekstra
20:30 Kjetil og Kjartan show
21:00 Nyhetene
21:20 Været
21:25 Sporten

21:40 Holmgang
22:35 NYPD Blue
23:25 Nyhetene og Sporten
23:40 Været
23:50 60 Minutes
00:40 Fredsprosessen i Irland
01:35 Sporten
01:50 Været

Torsdag 30. mars

06:25 God morgen Norge
09:30 Nyhetene
09:40 Frokostquiz
10:05 God morgen Norge
12:05 Tabloid
12:35 Holmgang
13:35 Hotel Cæsar
14:00 Den syvende himmel
14:50 MacGyver
15:40 Home and Away
16:10 Malcolm i midten
16:35 Venner for livet
17:00 That '70s Show
17:30 Hotel Cæsar
18:00 Absolutt underholdning
18:20 Været
18:30 Nyhetene og Sporten
18:55 Tabloid
19:30 Hotel Cæsar
20:00 Tid for hjem
20:30 TV 2 hjelper deg
21:00 Nyhetene
21:20 Været
21:25 Sporten
21:40 Rikets røst med Otto
Jespersen
22:40 Spesialavsnittet
23:30 Nyhetene og Sporten

Fredag 31. mars

06:25 God morgen Norge
09:30 Nyhetene
09:40 Frokostquiz
10:05 God morgen Norge
12:05 Tabloid
12:35 Hotel Cæsar
13:05 Home and Away
13:35 Home and Away
14:00 Den syvende himmel
14:50 MacGyver
15:40 Home and Away
16:10 Malcolm i midten
16:35 Venner for livet
17:00 That '70s Show
18:00 Absolutt underholdning
18:20 Været
18:30 Nyhetene og Sporten
18:55 Fredag
19:30 Hotel Cæsar
20:00 Idol
21:00 Nyhetene
21:20 Været
21:25 Sporten
21:40 Idol - resultater
22:10 Senkveld med Thomas og Harald
23:10 Hope and Faith

23:35 Nyhetene og Sporten
23:50 Været
00:00 Film: Bedre enn sex
01:25 Rikets røst med Otto
Jespersen
02:20 Sporten
02:30 Været

Lørdag 1. april

07:00 TV 2 junior
11:30 60 Minutes
12:20 TV-pastoren
12:50 TV 2 hjelper deg
13:20 Alle mot en
14:20 Familiens ære
15:20 Idol - Ekstra
15:50 Idol
16:50 Idol - resultater
17:20 Skaperen
18:20 Skaperen - resultater
18:30 Nyhetene
18:45 Magasinet
19:10 Sporten
19:20 Været
19:30 Karl & Co
20:00 Alle mot en
21:00 Nyhetene
21:10 Været
21:15 Sporten
21:35 Beck: Ukjent avsender
22:25 God kveld Norge
22:55 Film: Tekkelig og tarvelig
00:30 Senkveld med Thomas og Harald
01:30 Magasinet
01:55 Sporten
02:15 Været

Søndag 2. april

07:00 TV 2 junior
07:00 Lyriaka
07:08 Merlin
07:17 Snøbarna
07:29 Byggmester Bob
07:39 Jordbær-Mathilde
08:01 Hamtaro
08:21 Koala-brødrene
08:31 Gnoufs
08:52 Creepschool
09:15 Pokemon
09:37 Spøkelsesgjengen
10:00 Lassie
10:30 Just for laughs
10:45 Film: Sherdil
12:30 SportsXtra: Sykkelt Flandern Rundt
16:30 SportsXtra: Håndball: Bylagsturneringen
17:00 SportsXtra: Håndball: Bylagsturneringen
17:30 Dokument 2: Døden er ikke min stil
18:00 TV-pastoren
18:30 Nyhetene og Sporten
18:50 Været
19:00 AS Norge
20:00 Øyeblikkene
21:00 Nyhetene
21:20 Været
21:25 Sporten
21:45 Film: Monster
23:35 God kveld Norge
00:05 Filmstriper



TVNORGE

Mandag 20. Mars

07.05 Interaktiv frokost
11.00 Date my Mom
11.30 Slå på tråden
12.15 Glamour
12.40 Glamour
13.10 The Apprentice II
14.10 Familietrøbbel
14.40 The Fresh Prince i Bel Air
15.10 One Tree Hill
16.00 The Tyra Banks Show
17.00 Date my Mom
17.30 Lokale sendering
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Bymagasinet
18.30 Lokale sendering
19.00 En, to, tre - oppussing!
20.00 Bolig til salgs
20.30 Big Brother
21.35 LOST
22.30 Aktuelt, Sporten og Været
22.50 Supernatural
23.35 Lokale sendering
00.05 Big Brother
01.05 Aktuelt, Sporten og Været
01.25 Magnum, p.i.
02.15 Threat Matrix
03.05 Mess-TV natt

Tirsdag 21. Mars

07.05 Interaktiv frokost
11.00 Date my Mom
11.30 Slå på tråden
12.15 Glamour
12.40 Glamour
13.10 The Apprentice II
14.10 Familietrøbbel
14.40 The Fresh Prince i Bel Air
15.10 One Tree Hill
16.00 The Tyra Banks Show
17.00 Date my Mom
17.30 Lokale sendering
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Bymagasinet
18.30 Lokale sendering
19.00 En, to, tre - oppussing!
20.00 Mr. Bean
20.30 Big Brother
21.35 C.S.I.
22.30 Aktuelt, Sporten og Været
22.50 CSI: N.Y.
23.35 Lokale sendering
00.05 Big Brother
01.05 Aktuelt, Sporten og Været
01.25 Magnum, p.i.
02.15 Touching Evil

03.05 Mess-TV natt
Onsdag 22. Mars
07.05 Interaktiv frokost
11.00 Date my Mom
11.30 Slå på tråden
12.15 Glamour
12.40 Glamour
13.10 The Apprentice II
14.10 Familietrøbbel
14.40 The Fresh Prince i Bel Air
15.10 One Tree Hill
16.00 The Tyra Banks Show
17.00 Date my Mom
17.30 Lokale sendering
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Bymagasinet
18.30 Lokale sendering
19.00 En, to, tre - oppussing!
20.00 Bolig til salgs
20.30 Big Brother
21.35 LOST
22.30 Aktuelt, Sporten og Været
22.50 Supernatural
23.35 Lokale sendering
00.05 Big Brother
01.05 Aktuelt, Sporten og Været
01.25 Magnum, p.i.
02.15 Touching Evil
03.05 Mess-TV natt

14.10 The Fresh Prince i Bel Air
15.10 One Tree Hill
16.00 The Tyra Banks Show
17.00 Date my Mom
17.30 Lokale sendering
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Bymagasinet
18.30 Lokale sendering
19.00 En, to, tre - oppussing!
20.00 Bolig til salgs
20.30 Big Brother
21.35 LOST
22.30 Aktuelt, Sporten og Været
22.50 Supernatural
23.35 Lokale sendering
00.05 Big Brother
01.05 Aktuelt, Sporten og Været
01.25 Magnum, p.i.
02.15 Touching Evil
03.05 Mess-TV natt

Torsdag 23. Mars

07.05 Interaktiv frokost
11.00 Date my Mom
11.30 Slå på tråden
12.15 Glamour
12.40 Glamour
13.10 The Apprentice II
14.10 Familietrøbbel
14.40 The Fresh Prince i Bel Air
15.10 One Tree Hill
16.00 The Tyra Banks Show
17.00 Date my Mom
17.30 Lokale sendering
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Bymagasinet
18.30 Lokale sendering
19.00 En, to, tre - oppussing!
20.00 Mr. Bean
20.30 Big Brother
21.35 LOST
22.30 Aktuelt, Sporten og Været
22.50 CSI: N.Y.
23.40 Lokale sendering
00.10 Big Brother
01.10 Aktuelt, Sporten og Været
01.30 Magnum, p.i.
02.20 Touching Evil
03.10 Mess-TV natt

Freitag 24. Mars

07.05 Interaktiv frokost
11.00 Date my Mom
11.30 Slå på tråden
12.15 Glamour
12.40 Glamour
13.10 The Apprentice II

14.40 The Fresh Prince i Bel Air
15.10 One Tree Hill
16.00 The Tyra Banks Show
17.00 Date my Mom
17.30 Lokale sendering
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Bymagasinet
18.30 Lokale sendering
19.00 Monstergarasjen
20.00 Nærkontakt med verden-srommet
21.00 Flyplassen
21.30 Old School
22.30 Aktuelt, Sporten og Været
22.50 Old School
23.30 Lokale sendering
00.00 LOST
00.50 Hollywood på ville veier
01.30 Aktuelt, Sporten og Været
01.50 Hollywood på ville veier
03.00 Mess-TV natt

Lørdag 25. Mars

07.05 Mess-TV
10.30 Eliminate
11.00 Slå på tråden
12.00 MTVs Laguna Beach
12.30 Cooper og gjengen
13.00 Liv og røre
13.30 På hjemmebane
14.00 Moesha
14.30 Tvilningtrøbbel
15.00 Jesse
15.30 Clueless
16.00 Will & Grace
16.30 Dharma & Greg
17.00 The War at Home
17.30 Russejentene
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Uke-Aktuelt
18.30 Høy på pæra
19.00 Dansefeber
20.30 Big Brother
21.30 Kodenavn: Mercury
22.30 Aktuelt, Sporten og Været
22.50 Kodenavn: Mercury
23.50 Big Brother
00.50 The Million Dollar Hotel
01.30 Aktuelt, Sporten og Været
01.50 The Million Dollar Hotel
03.10 Mess-TV natt

Søndag 26. Mars

07.05 Mess-TV
10.30 Eliminate
11.00 Slå på tråden
12.10 MTVs Laguna Beach
12.40 Cooper og gjengen
13.10 Liv og røre
13.40 På hjemmebane
14.10 Moesha
14.40 Tvilningtrøbbel
15.10 Royal League: Magasinet
15.25 Royal League: Lillestrøm -
Djurgården IF
18.00 Aktuelt, Sporten og Været

18.20 One Tree Hill
19.10 Gilmore Girls
20.00 Three Wishes
21.00 Big Brother Direkte
22.30 Aktuelt, Sporten og Været
22.45 Will & Grace
23.15 Lokal-TV / Airline
23.45 Big Brother Direkte
01.15 Big Spender
01.50 Aktuelt, Sporten og Været
02.10 Big Spender
03.10 Mess-TV natt

Mandag 27. Mars

07.05 Interaktiv frokost
11.00 Date my Mom
11.30 Slå på tråden
12.15 Glamour
12.40 Glamour
13.10 The Apprentice II
14.10 Familietrøbbel
14.40 The Fresh Prince i Bel Air
15.10 One Tree Hill
16.00 The Tyra Banks Show
17.00 Date my Mom
17.30 Lokale sendering
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Bymagasinet
18.30 Lokale sendering
19.00 En, to, tre - oppussing!
20.00 Sesongstart: Ekstrem rengjøring
20.30 Big Brother
21.30 Premiere: Valen & de
22.00 Valen & de
22.30 Aktuelt, Sporten og Været
22.50 Cold Case
23.35 Lokale sendering
00.05 Big Brother
01.05 Aktuelt, Sporten og Været
01.25 Magnum, p.i.
02.15 Touching Evil
03.05 Mess-TV natt

Tirsdag 28. Mars

07.05 Interaktiv frokost
11.00 Date my Mom
11.30 Slå på tråden
12.15 Glamour
12.40 Glamour
13.10 Kandidaten
14.10 Familietrøbbel
14.40 The Fresh Prince i Bel Air
15.10 One Tree Hill
16.00 The Tyra Banks Show
17.00 Date my Mom
17.30 Lokale sendering
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Bymagasinet
18.30 Lokale sendering
19.00 En, to, tre - oppussing!
20.00 Russejentene
20.30 Big Brother
21.35 C.S.I.
22.30 Aktuelt, Sporten og Været
22.50 CSI: N.Y.

23.35 Lokale sendering
00.05 Big Brother
01.05 Aktuelt, Sporten og Været
01.25 Magnum, p.i.
02.15 Touching Evil
03.05 Mess-TV natt

Onsdag 29. Mars

07.05 Interaktiv frokost
11.00 Date my Mom
11.30 Slå på tråden
12.15 Glamour
12.40 Glamour
13.10 Kandidaten
14.10 Familietrøbbel
14.40 The Fresh Prince i Bel Air
15.10 One Tree Hill
16.00 The Tyra Banks Show
17.00 Date my Mom
17.30 Lokale sendering
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Bymagasinet
18.30 Lokale sendering
19.00 En, to, tre - oppussing!
20.00 Bolig til salgs
20.30 Big Brother
21.35 LOST
22.30 Aktuelt, Sporten og Været
22.50 Supernatural
23.35 Lokale sendering
00.05 Big Brother
01.05 Aktuelt, Sporten og Været
01.25 Magnum, p.i.
02.15 Touching Evil
03.05 Mess-TV natt

Torsdag 30. Mars

07.05 Interaktiv frokost
11.00 Date my Mom
11.30 Slå på tråden
12.15 Glamour
12.40 Glamour
13.10 Kandidaten
14.10 Familietrøbbel
14.40 The Fresh Prince i Bel Air
15.10 One Tree Hill
16.00 The Tyra Banks Show
17.00 Date my Mom
17.30 Lokale sendering
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Bymagasinet
18.30 Lokale sendering

19.00 En, to, tre - oppussing!
20.00 Mr. Bean
20.30 Big Brother
21.30 Verdens største pupper
22.30 Aktuelt, Sporten og Været
22.50 CSI: N.Y.
23.35 Lokale sendering
00.05 Big Brother
01.05 Aktuelt, Sporten og Været
01.25 Magnum, p.i.
02.15 Touching Evil
03.05 Mess-TV natt

Freitag 31. Mars

07.05 Interaktiv frokost
11.00 Date my Mom
11.30 Slå på tråden
12.15 Glamour
12.40 Glamour
13.10 Kandidaten
14.10 Familietrøbbel
14.40 The Fresh Prince i Bel Air
15.10 One Tree Hill
16.00 The Tyra Banks Show
17.00 Date my Mom
17.30 Lokale sendering
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Bymagasinet
18.30 Lokale sendering
19.00 Monstergarasjen
20.00 Sex og kjemi
21.00 Flyplassen
21.30 Den helskrudde professoren
22.30 Aktuelt, Sporten og Været
22.50 Den helskrudde professoren
23.30 Lokale sendering
00.00 LOST
00.50 Maybe Baby
01.30 Aktuelt, Sporten og Været
01.50 Maybe Baby
02.55 Mess-TV natt

Lørdag 01. April

07.05 Mess-TV
10.30 Eliminate
11.00 Slå på tråden
12.00 MTVs Laguna Beach
12.30 Cooper og gjengen
13.00 Liv og røre
13.30 På hjemmebane
14.00 Moesha
14.30 Tvilningtrøbbel

15.00 Jesse
15.30 Clueless
16.00 Will & Grace
16.30 Dharma & Greg
17.00 The War at Home
17.30 Russejentene
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Uke-Aktuelt
18.30 Høy på pæra
19.00 Mr. Bean
19.30 Kjendispar
20.30 Big Brother
21.30 Twelve Monkeys
22.30 Aktuelt, Sporten og Været
22.50 Twelve Monkeys
00.10 Big Brother
01.10 Dødelig bedrag
01.40 Aktuelt, Sporten og Været
02.00 Dødelig bedrag
03.05 Mess-TV natt

Søndag 02. April

07.05 Mess-TV
10.30 Eliminate
11.00 Slå på tråden
12.10 MTVs Laguna Beach
12.40 Cooper og gjengen
13.10 Liv og røre
13.40 På hjemmebane
14.10 Moesha
14.40 Tvilningtrøbbel
15.10 Jesse
15.40 Clueless
16.10 Will & Grace
16.40 Dharma & Greg
17.10 Smallville
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.20 One Tree Hill
19.10 Gilmore Girls
20.00 Three Wishes
21.00 Big Brother Direkte
22.30 Aktuelt, Sporten og Været
22.45 Will & Grace
23.15 Lokal-TV / Airline
23.45 Big Brother Direkte
01.15 Sannheten om Jane
01.50 Aktuelt, Sporten og Været
02.10 Sannheten om Jane
03.10 Mess-TV natt

TeleSat
10år i Spania
Bernd Adler

CALLE CALVARI 24, ALFAZ DEL PI

Vi leverer Norske kanaler på eneste lovlige vis:
NRK1 · NRK2 · TV2 · TVNorge
Og flere... Spør oss for mer informasjon.

NYHET !!

Motta NRK1 og P1 med 80cm parabol.
Perfekt kvalitet for NRK1 TV og P1 Radio

Spør oss også om rene engelskspråklige alternativer...

Vi selger ikke bare, men reparerer også !

Tel. 965 887 352
Fax: 965 889 442

SPANIAPORTALEN.NO

- "Spania-nordmenns" egen startside.

- Nyheter fra norske og spanske aviser samt samlet på ett sted. Kontinuerlig oppdatert.
- Direkte til gang til norske aviser radio og TV via internet
- Direkte tilgang til nettbank og søkemotorer



**Mandag 20.03.2006**

06.25 Frokost-tv
09.30 Perspektiv: Slå på tråden
10.00 Siste nytt
10.05 Med hjartet på rette staden
11.00 Siste nytt
11.05 Schrödingers katt
11.30 Migrapolis: Se meg naken
12.00 Siste nytt
12.05 Kar for sin kilt
13.00 Siste nytt
13.05 Ut i naturen: Er det så galt å være snill?
13.30 Har vi det travelt, mor?
14.00 Siste nytt
14.05 Norge rundt
14.30 Åpen himmel: Sanggudstjeneste fra Fjellhamar kirke i Akershus
15.00 Siste nytt
15.05 Drakejegerane
15.30 Hva nå, Scooby Doo?
15.50 Jungelens puls
16.00 Siste nytt
16.03 Gutta boys
16.35 Digge dyr
17.00 Siste nytt
17.10 Oddasat - Nyheter på samisk
17.25 Tid for tegn
17.40 Mánáid-tv - Samisk barne-tv
17.55 Nyheter på tegnspråk
18.00 Barne-tv
18.00 Den vesle bilen Brum
18.10 I Mummidalen
18.40 Distriktsnyheter
19.00 Dagsrevyen
19.30 Puls
19.55 Faktor: Kongen av Stressless
20.25 Redaksjon EN
20.55 Distriktsnyheter
21.00 Dagsrevyen 21
21.30 Stolthet og fordom
22.25 Ansikt til ansikt: The Brazz Brothers
23.00 Kveldsnytt
23.10 Store studio
23.50 Detektiv Jack Frost

Tirsdag 21.03.2006

06.25 Frokost-tv
09.30 Schackenborg - gods i grenseland
10.00 Siste nytt
10.05 Puls
10.30 Faktor: Kongen av Stressless
11.00 Siste nytt
11.05 Oddasat - Nyheter på samisk

11.20 Distriktsnyheter
11.20 fra Troms og Finnmark
11.40 fra Nordland
12.00 Siste nytt
12.05 Distriktsnyheter
12.05 fra Nord- og Sør-Trøndelag
12.20 fra Møre og Romsdal
12.40 fra Hordaland og Sogn og Fjordane
13.00 Siste nytt
13.05 Distriktsnyheter
13.05 fra Rogaland
13.20 fra Aust- og Vest-Agder
13.40 fra Buskerud, Telemark og Vestfold
14.00 Siste nytt
14.05 Distriktsnyheter
14.05 fra Hedmark og Oppland
14.20 fra Oslo og Akershus
14.40 fra Østfold
15.00 Siste nytt
15.05 Reggis
15.25 Tintin
15.50 Ekstremспорт
16.00 Siste nytt
16.03 Sport uten grenser
16.15 Sport uten grenser
16.30 Liga
17.00 Siste nytt
17.10 Oddasat - Nyheter på samisk
17.25 Forandring fryder
17.55 Nyheter på tegnspråk
18.00 Barne-tv

18.00 Postmann Pat
18.15 Grisungen flyr
18.25 Robotgjengen
18.40 Distriktsnyheter
19.00 Dagsrevyen
19.30 Ut i naturen: Snøugla
19.55 En Noman i Pakistan
20.25 Brennpunkt: Løvematt
20.55 Distriktsnyheter
21.00 Dagsrevyen 21
21.30 Standpunkt
22.15 Extra-trekning
22.30 Bokprogrammet
23.00 Kveldsnytt
23.10 Kulturnytt
23.15 Utsyn: Tsjad - oljens forbannelse?

Onsdag 22.03.2006

06.25 Frokost-tv
09.30 Fiskelykke
10.00 Siste nytt

10.05 Markedet bestemmer
11.00 Siste nytt
11.05 Oddasat - Nyheter på samisk
11.20 Distriktsnyheter
11.20 fra Troms og Finnmark
11.40 fra Nordland
12.00 Siste nytt
12.05 Distriktsnyheter
12.05 fra Nord- og Sør-Trøndelag
12.20 fra Møre og Romsdal
12.40 fra Hordaland og Sogn og Fjordane
13.00 Siste nytt
13.05 Distriktsnyheter
13.05 fra Rogaland
13.20 fra Aust- og Vest-Agder
13.40 fra Buskerud, Telemark og Vestfold
14.00 Siste nytt
14.05 Distriktsnyheter
14.05 fra Hedmark og Oppland
14.20 fra Oslo og Akershus
14.40 fra Østfold
15.00 Siste nytt
15.05 Kid Paddle
15.15 Wombatgjengen
15.30 Kim Possible
15.55 Batfink - til unnsetning!
16.00 Siste nytt
16.03 Byttelånerne
16.30 Super G
17.00 Siste nytt
17.10 Oddasat - Nyheter på samisk
17.25 Hvilket liv!
17.55 Nyheter på tegnspråk
18.00 Barne-tv
18.00 Fiffi og blomsterbarna
18.10 Ugler i mosen
18.30 I småkrypenes verden
18.40 Distriktsnyheter
19.00 Dagsrevyen
19.30 Forbrukerinspektørene
19.55 Ut
20.25 Redaksjon EN
20.55 Distriktsnyheter
21.00 Dagsrevyen 21
21.40 Vikinglotto
21.45 Sporløst forsvunnet
22.30 Migrapolis: Sceneskifte
23.00 Kveldsnytt
23.10 Lydverket
23.45 Bokseringens største øyeblikk
00.35 Den tredje vakten

10.05 Tinas mat
10.00 Siste nytt
10.05 Forbrukerinspektørene
10.30 Brennpunkt: Løvematt
11.00 Siste nytt
11.05 V-cupavslutning skiskyting: 7,5 km, kvinner
12.00 Siste nytt
12.05 V-cupavslutning skiskyting: 7,5 km, kvinner
13.00 Siste nytt
13.05 Lunsjtrav
14.00 Siste nytt
14.05 V-cupavslutning skiskyting: 10 km, menn
15.00 Siste nytt
15.05 V-cupavslutning skiskyting: 10 km, menn
16.00 Siste nytt
16.03 The Tribe - Den nye morgendagen
16.30 Dunder
17.00 Siste nytt
17.10 Oddasat - Nyheter på samisk
17.25 Du skal høre mye mer ...
17.40 Mánáid-tv - Samisk barne-tv
17.55 Nyheter på tegnspråk
18.00 Barne-tv
18.00 Vennene på Solflekken
18.15 Brannmann Sam
18.25 Magnus og Myggen
18.40 Distriktsnyheter
19.00 Dagsrevyen
19.30 Schrödingers katt
19.55 Hurtigruten 365
20.25 Redaksjon EN
20.55 Distriktsnyheter
21.00 Dagsrevyen 21
21.30 Sejer - Elskede Poona: Den store kjærligheten
22.30 Fremtiden kommer bakfra
23.00 Kveldsnytt
23.10 Kulturnytt
23.15 Urix
23.45 Lov og orden: New York
00.30 Autofil
01.00 CP-magasinet

Torsdag 23.03.2006

06.25 Frokost-tv

12.20 fra Møre og Romsdal
12.40 fra Hordaland og Sogn og Fjordane
13.00 Siste nytt
13.05 Distriktsnyheter
13.05 fra Rogaland
13.20 fra Aust- og Vest-Agder
13.40 fra Buskerud, Telemark og Vestfold
14.00 Siste nytt
14.05 Distriktsnyheter
14.05 fra Hedmark og Oppland
14.20 fra Oslo og Akershus
14.40 fra Østfold
15.00 Siste nytt
15.05 Lyoko
15.30 Lyoko
15.50 Panikk i landsbyen
16.00 Siste nytt
16.03 VG-lista Topp 20
17.00 Siste nytt
17.10 Oddasat - Nyheter på samisk
17.25 VG-lista Topp 20
17.55 Nyheter på tegnspråk
18.00 Barne-tv
18.00 Kalle og Molo
18.20 Gjengen på taket
18.35 Peo
18.40 Distriktsnyheter
19.00 Dagsrevyen
19.30 Norge rundt
19.55 Beat for beat
20.55 Nytt på nytt
21.25 Først & sist
22.15 Detektimen: Politiagentene
23.00 Kveldsnytt
00.15 Blackpool
00.15 Nirvana - Nevermind
01.05 Usett: Bye & Rønning Show

Lørdag 25.03.2006

08.00 Pysjpopbaluba
08.01 Filmlene
08.25 Tigeren Edelbert
08.35 De tre vennene og Jerry
09.00 Tommys ville venner
09.20 SvampeBob
10.00 Mánáid-tv - Samisk barne-tv
10.15 Liga
10.45 Det søte katteliv
11.00 Sammen drag av Frokost-tv
12.00 NRKs sportslurdag
12.00 Skiskyting: Holmenkollen: Ungdomsstaffett, jenter
12.30 V-cupavslutning skiskyting: Jaktstart, kvinner
13.45 Skiskyting: Holmenkollen: Ungdomsstaffett, gutter
14.30 V-cupavslutning skiskyting: Jaktstart, menn
15.30 4-4-2 Tysk Bundesliga
17.30 Sport i dag

18.00 Barne-tv
18.00 Gisle Wink på eventyr
18.25 Grrr ...
18.30 Gutta boys
19.00 Lørdagsrevyen
19.45 Lotto-trekning
19.55 Borettslaget
20.20 Tore på sporet
21.30 Med hjartet på rette staden
22.15 Løvebakken
22.40 Fakta på lørdag: Historien om 1
23.40 Kveldsnytt
23.55 Nattkino: Shattered Glass

Søndag 26.03.2006

08.00 Stå opp!
08.02 Gisle Wink på eventyr
08.25 Småspøkelsene
08.35 Disneytimen
09.35 Noahs dyrebare øy
10.00 Mánáid-tv - Samisk barne-tv
10.15 Dunder
10.45 Moses
11.45 En dollar om dagen-kjolen
12.30 V-cupavslutning skiskyting
13.00 V-cupavslutning skiskyting: Fellesstart, kvinner
14.30 V-cupavslutning skiskyting: Fellesstart, menn
16.05 Fredskonsert fra Ramallah
17.30 Åpen himmel: Sanggudstjeneste fra Fjellhamar kirke i Akershus
18.00 Barne-tv
18.00 Emil i Lønneberget
18.25 Suppeopera
18.30 Newton
19.00 Søndagsrevyen
19.45 Sportsrevyen
20.15 Dykking på Galapagos
20.45 Typisk norsk
21.15 Hulkken
23.25 Kveldsnytt
23.40 Filmplaneten
00.15 Nytt på nytt
00.45 Verdens største havseilas: Volvo Ocean Race

Mandag 27.03.2006

06.25 Frokost-tv
09.30 Perspektiv: Fast, fin og hvit i kjøttet
10.00 Siste nytt
10.05 Med hjartet på rette staden
11.00 Siste nytt
11.05 Schrödingers katt
11.30 Migrapolis: Sceneskifte
12.00 Siste nytt
12.05 Kar for sin kilt
13.00 Siste nytt
13.05 Ut i naturen: Snøugla
13.30 Har vi det travelt, mor?
14.00 Siste nytt

Hvor går eiendomsmarkedet ?

?

Hvordan finner jeg meg jobb i Spania ?

Diskusjon,debatt, meningsutvekslig tips og triks.

?



?

WWW.SPANIAGUIDEN.NO / FORUM

14.05 Norge rundt	15.05 Reggis	15.55 Batfink - til unnsetning!	18.40 Distriktsnyheter	19.00 Dagsrevyen	08.25 Småspøkelsene
14.30 Åpen himmel: Sanggudstjeneste	15.25 Tintin	16.00 Siste nytt	19.00 Dagsrevyen	19.30 Norge rundt	08.35 Disneymaten
fra Fjellhamar kirke i Akershus	15.50 Ekstremtransport	16.03 Mitt andre jeg	19.30 Schrödingers katt	19.55 Beat for beat	09.35 Noahs dyrebare øy
15.00 Siste nytt	16.00 Siste nytt	16.30 Super G	19.55 Hurtigruten 365	20.55 Nytt på nytt	10.00 Månåid-tv - Samisk barne-tv
15.05 Historier fra barndommen:	16.03 Sport uten grenser	17.00 Siste nytt	20.25 Redaksjon EN	21.25 Først & sist	10.15 Dunder
Kongen av skyskogen	16.15 Sport uten grenser	17.10 Oddasat - Nyheter på samisk	20.55 Distriktsnyheter	22.15 Detektimen: Politiagentene	10.45 Creature Comforts: Hvordan har vi det?
15.35 Hva nå, Scooby Doo?	16.30 Liga	17.25 Hvilket liv!	21.00 Dagsrevyen 21	23.00 Kveldsnytt	10.55 Árdna - Samisk kulturmagasin
16.00 Siste nytt	17.00 Siste nytt	17.55 Nyheter på tegnspråk	21.30 Sejer - Elskede Poona: Drøm og lengsel	23.15 Blackpool	11.10 Utsikt mot Värtan
16.03 Gutta boys	17.10 Oddasat - Nyheter på samisk	18.00 Barne-tv	22.30 Fremtiden kommer bakfra	00.15 Motorhead - Ace of Spades	12.10 Heftig og begeistret
16.35 Digge dyr	17.25 Forandring fryder	18.00 Fiffi og blomsterbarna	23.00 Kveldsnytt	01.05 Usett: Bye & Rønning Show	13.50 Drømmebyen Celebration
17.00 Siste nytt	17.55 Nyheter på tegnspråk	18.10 Ugler i mosen	23.10 Kulturnytt		14.50 Tore på sporet
17.10 Oddasat - Nyheter på samisk	18.00 Barne-tv	18.30 I småkrypenes verden	23.15 Urix		16.00 Fem dager i september - gjennfødselen av et orkester
17.25 Tid for tegn	18.00 Postmann Pat	18.40 Distriktsnyheter	23.45 Lov og orden: New York		17.00 Safari
17.40 Månåid-tv - Samisk barne-tv	18.15 Vrient, Albert Åberg	19.00 Dagsrevyen	00.25 Autofil		17.30 Åpen himmel: Salmes fra Sørlandet
17.55 Nyheter på tegnspråk	18.25 Robotgjengen	19.30 Forbrukerinspektørene	00.55 CP-magasinet		18.00 Barne-tv
18.00 Barne-tv	18.40 Distriktsnyheter	19.55 Ut			18.00 Karlson på taket
18.00 Den vesle bilen Brum	19.00 Dagsrevyen	20.25 Redaksjon EN			18.25 Tryll natten inn - godnattsang
18.10 I Mummidalen	19.30 Ut i naturen: Magasin	20.55 Distriktsnyheter			18.30 Newton
18.40 Distriktsnyheter	19.55 En Noman i Pakistan	21.00 Dagsrevyen 21			19.00 Søndagsrevyen
19.00 Dagsrevyen	20.25 Brennpunkt	21.40 Vikinglotto			19.45 Sportsrevyen
19.30 Puls	20.55 Distriktsnyheter	21.45 Sporløst forsvunnet			20.00 Egypt
19.55 Faktor: Mannen fra Tarnow	21.00 Dagsrevyen 21	22.30 Migrapolis: Når barna skiller seg ut			20.50 Typisk norsk
20.25 Redaksjon EN	21.30 Standpunkt	23.00 Kveldsnytt			21.20 Paradiset
20.55 Distriktsnyheter	22.15 Extra-trekning	23.10 Lydverket			23.10 Kveldsnytt
21.00 Dagsrevyen 21	22.30 Safari	23.45 Bokseringens største øyeblikk			23.25 NM skiskyting
21.30 Stolthet og fordom	23.00 Kveldsnytt	00.35 Den tredje vekten			23.50 Filmplaneten
22.20 Ansikt til ansikt: Wenche Foss	23.10 Kulturnytt				00.15 Nytt på nytt
22.50 Posh Nosh - snobber som jobber	23.15 Utsyn				00.45 Verdens største havseilas: Volvo Ocean Race
23.00 Kveldsnytt	00.05 Mynta				
23.10 Store studio	00.35 Jenteklubben				
23.50 Detektiv Jack Frost	01.10 Ungkarsreiret				

Tirsdag 28.03.2006

06.25 Frokost-tv
09.30 Schackenborg - gods i grenseland
10.00 Siste nytt
10.05 Puls
10.30 Faktor: Mannen fra Tarnow
11.00 Siste nytt
11.05 Oddasat - Nyheter på samisk
11.20 Distriktsnyheter
11.20 fra Troms og Finnmark
11.40 fra Nordland
12.00 Siste nytt
12.05 Distriktsnyheter
12.05 fra Nord- og Sør-Trøndelag
12.20 fra Møre og Romsdal
12.40 fra Hordaland og Sogn og Fjordane
13.00 Siste nytt
13.05 Distriktsnyheter
13.05 fra Rogaland
13.20 fra Aust- og Vest-Agder
13.40 fra Buskerud, Telemark og Vestfold
14.00 Siste nytt
14.05 Distriktsnyheter
14.05 fra Hedmark og Oppland
14.20 fra Oslo og Akershus
14.40 fra Østfold
15.00 Siste nytt

Onsdag 29.03.2006

06.25 Frokost-tv
09.30 Fiskelykke
10.00 Siste nytt
10.05 Muntlig spørretime
11.00 Siste nytt
11.05 Oddasat - Nyheter på samisk
11.20 Distriktsnyheter
11.20 fra Troms og Finnmark
11.40 fra Nordland
12.00 Siste nytt
12.05 Distriktsnyheter
12.05 fra Nord- og Sør-Trøndelag
12.20 fra Møre og Romsdal
12.40 fra Hordaland og Sogn og Fjordane
13.00 Siste nytt
13.05 Distriktsnyheter
13.05 fra Rogaland
13.20 fra Aust- og Vest-Agder
13.40 fra Buskerud, Telemark og Vestfold
14.00 Siste nytt
14.05 Distriktsnyheter
14.05 fra Hedmark og Oppland
14.20 fra Oslo og Akershus
14.40 fra Østfold
15.00 Siste nytt
15.05 Ian tar region
15.30 Kim Possible

Torsdag 30.03.2006

06.25 Frokost-tv
09.30 Tinas mat
10.00 Siste nytt
10.05 Forbrukerinspektørene
10.30 Brennpunkt
11.00 Siste nytt
11.05 Oddasat - Nyheter på samisk
11.20 Brød og sirkus
12.00 Siste nytt
12.05 Brød og sirkus
13.00 Siste nytt
13.05 Lunsjtrav
14.00 Siste nytt
14.05 Distriktsnyheter
14.05 fra Hedmark og Oppland
14.20 fra Oslo og Akershus
14.40 fra Østfold
15.00 Siste nytt
15.05 Orson og Olivia
15.30 Trollz
16.00 Siste nytt
16.03 The Tribe - Den nye morgendagen
16.30 Dunder
17.00 Siste nytt
17.10 Oddasat - Nyheter på samisk
17.25 Árdna - Samisk kulturmagasin
17.40 Månåid-tv - Samisk barne-tv
17.55 Nyheter på tegnspråk
18.00 Barne-tv
18.00 Vennene på Solflekken
18.15 Brannmann Sam
18.25 Magnus og Myggen

Freitag 31.03.2006

06.25 Frokost-tv
09.30 Født på solsidene
10.00 Siste nytt
10.05 Schrödingers katt
10.30 Newton
11.00 Siste nytt
11.05 Oddasat - Nyheter på samisk
11.20 Distriktsnyheter
11.20 fra Troms og Finnmark
11.40 fra Nordland
12.00 Siste nytt
12.05 Distriktsnyheter
12.05 fra Nord- og Sør-Trøndelag
12.20 fra Møre og Romsdal
12.40 fra Hordaland og Sogn og Fjordane
13.00 Siste nytt
13.05 Distriktsnyheter
13.05 fra Rogaland
13.20 fra Aust- og Vest-Agder
13.40 fra Buskerud, Telemark og Vestfold
14.00 Siste nytt
14.05 Distriktsnyheter
14.05 fra Hedmark og Oppland
14.20 fra Oslo og Akershus
14.40 fra Østfold
15.00 Siste nytt
15.05 Lyoko
15.30 Lyoko
15.55 Panikk i landsbyen
16.00 Siste nytt
16.03 VG-lista Topp 20
17.00 Siste nytt
17.10 Oddasat - Nyheter på samisk
17.25 VG-lista Topp 20
17.55 Nyheter på tegnspråk
18.00 Barne-tv
18.00 Fritt fram
18.30 Konstanse
18.35 Peo
18.40 Distriktsnyheter

Lørdag 01.04.2006

08.00 Pysjpopbaluba
08.01 Filmlene
08.25 Tigeren Edelbert
08.35 De tre vennene og Jerry
09.00 Tommys ville venner
09.20 SvampeBob
10.00 Månåid-tv - Samisk barne-tv
10.15 Liga
10.45 Super G
11.15 Sammendrag av Frokost-tv
12.15 Perfekte kvinners kamp
12.55 Kunnskapskanalen: Ibsen i Sør-Italia
13.25 Gjensynet
14.25 En får være som en er
15.25 4-4-2 Tysk Bundesliga
17.30 Den femte veggen
18.00 Barne-tv
18.00 Gisle Wink på eventyr
18.25 Grrr ...
18.30 Gutta boys
19.00 Lørdagsrevyen
19.45 Lotto-trekning
19.55 Borettslaget
20.20 Tore på sporet
21.30 Med hjertet på rette staden
22.15 Løvebakken
22.40 Fakta på lørdag: Lettjente millioner
23.30 Kveldsnytt
23.45 Nattkino: Kvinne søkes midlertidig
Søndag 02.04.2006
08.00 Stå opp!
08.02 Gisle Wink på eventyr



Kalkproblemer?
Klorsmak på vannet?
Ikke med HydroFlow montert !

- **hindrer** v.v.berederen å fylles med kalk, og rørene i vaskemaskin/ oppvaskmaskin/gassvannvarmer å gro igjen av kalk og kalsium
- **fjerner** kalk som allerede finnes lagret, uten kjemikalier
- **virker** 24 timer i døgnet, i alle vannrør. Enkel montering på 10 min.
- **monteres** på k.v.røret inntil v.v.bereder. uten å kappe rør
- **vedlikeholdsfri.** 3 års funksjonsgaranti. Se www.h2o.no.com

Pure Water Technology: Tel. 952 466 077, mob.675 622 312
Forhandlere søkes i områdene: Murcia, Alicante, Benidorm, Dénia, Gandia, València. Ta kontakt på mail: eirikjp@msn.com

Vi selger alt av minne og tilbehør for digitale kamera!

Yoel
Fotoutstyr

Avda. del Albir
Alfas del Pi
Tlf: 966 867 393



Fotoutskrift direkte fra digitalkamera!

Fotokopi og fotoutskrift fra digitale kamera: 0,30€ pr stk.

**BIL & MC****BMW 330Ci Cab**

2001 modell, ALT utstyr, GPS, GSM, TV, Steptronic, 18" etc.
Tlf: 627 816 569 (Altea)

YAMAHA MOPED

2003 modell Yamaha TZR ca. 5.500km. Rimelig kun 1000 Euro
Tlf: 966 860 456

FORD MONDEO

1,8 turbo diesel, 1994 mod, 140000km, A/C, mye utstyr, selges kun 2950,- Euro / bud Ring 649234380

HONDA CRV-IVTEC 2004

Reg aug 2004, kjøpt aug 2005. Grå metallic, pen og velholdt, perfekt stand, kun 16.000 km. 150 HK. Pris 22.000 euro Kontakt Erik på mob 685 412 635
Telefon: 685 412 635

FORD ORION TIL SALGS

1988 mod.108000km.sølv met. selges for 1800€
Telefon: 605 194 571

BIL TIL SALGS

Peugeot 307 HDI, 2 liter diesel. 2002 mod, blå metallic, 94.000 km. AC, klimakontroll, kj@recomputer. Spansk registrert. Pris 8.000 Euro + reg. Telefon: 626041113

BMW 750

Automat, 95 modell, EU godkjent. Mye utstyr. 6500 euro.
Tlf: 966 860 456

FORD MONDEO GHIA

1,8 turbo diesel, 1994 mod, 140000km, A/C, "alt utstyr" meget pen og god bil selges for kun 3500 euro / eller bud. tlf 649234380

MERCEDES-BENZ SLK 200

Sølvgrå, automatgear, A/C, kun 38.000km. Må ses. €16.900,-, Henv.: tlf. ++6301 39 442
Telefon: ++34 96 584 856

SUZUKI GSXR 750 W

I perfekt stand, bare gått 23000km,

selges med hjelm. Vi bor i Torrevieja. Kan sees når som helst, ring først.

Telefon: +34 687 686 228

**DIVERSE****KØYESENG SELGES**

Solid, lite brukt køyeseng med madrasser 225 Euro. 966 704 212 (Torrevieja)

LEKER TIL SALGS

LEGO, PS2-spill, dvd-filmer og div andre leker selges rimelig pga flytting. Alfaz del Pi.
Telefon: +34678812105

BARNEVOGN

Norsk sort Duovogn (både bag og sport vogn), svært lite brukt. kraftig og stødig modell. selges kr 2750,- (ny pris 5500,-) tlf 649234380
Telefon: 649234380

SYKKEL SELGES 60 EURO

Fin sykkel selges 60 euro. Sykkelen er i Albir.
Telefon: 004795803307

BÅT ØNSKES KJØPT!

Har du en grei båt til salgs. Ring nå! Tlf. 965 320 687 eller 652011640 eller 657532800 (Sverre)
Telefon: 965 320 687

BÅTPASS KJØPES

Båtpass søkes i området Altea - Benidorm - Alicante
Telefon: 627 816 569

HUDPLEIE

Hudpleieapparater, massagestoler/benker, øst-telemark bunad m.m. selges. Tlf: 649 854 533

HUS/LOKALE - LEGEKONTOR

For kunde søker nå CasaNordica ett større hus eller lokal i eller omkring Torrevieja, egnet til legekontor. Kontakt K. Hansen på tel 0034 617998257

BEHANDLINGSSENG ØNSKES

Ønsker og kjøpe pent brukt behandlings/Hudpleie seng Telefon +34 966 716 505 mobil + 47 95 87 92 38

Sverige

Studioleilighet til salgs i Gullspång. Ca. 31 m2, møblert. Prisant.NOK 75.000. Fellesutg. SEK 837/mnd. inkl. v.vann og diverse.Trivelig boområde.Lavblokk.
Info: (0034) 966708206

**BEKJENTSKAP****UNGDOMMELIG DAME**

Ungdommelig dame, lys, 172, slank søker en høy, snill og rolig, røykfri mann, 60-68år i Benidorm distriktet for å dele livet med. Elsker dans, musikk og naturen. Kjøre fine turer, lage god mat. Venter på deg. Tlf: 966 808 349

SERIØST FORHOLD

Flyttbar norsk mann, 46/182/100, slank, sterk, omsorgsfull, huslig og ryddig. Røyker og drikker ikke. Glad i danseband, country, rock-'n'roll, musikk og natur. Mørkt brunt hår+bart og blå øyne. Søker ei blid helt røykfri dame i dongeribukser. 0047 99 43 71 14

**JOBB / TJENESTER****SPANSK KURS**

Spansk lærer med utdanning og praksis fra både Spania og Norge. Under viser i spansk på privat basis. Både formiddags- og kveldskurs. 676757198

**BOLIG TILBYS**

**Costa Blanca - Nord
Marina Alta**

LEIE VINTEREN 2006/2007

Trivelig rom ønskes leiet 1.10.2006 - 31.03.2007 av norsk (svensk), tidl. forsikr.ing., 63år. Treffes tlf. 0047-93403117 for personlig møte
Alfas del Pi 18.03 - 31.03.06.

BENIDORM, LANGTIDSLIE

1 soverom, 200m fra Levante stranden, komfortabelt møblert, stor solrik terrasse med havutsikt. Sentralvarme, hage, basseng, parkering. Tlf: 619 107 468 (Engelsk)

REKKEHUS MED TO LEILIGHETER

Rekkehus i Albiråsen med to trivelige leiligheter til salgs. Begge har stue, kjøkken til soverom og et bad, den ene med fantastisk utsikt. Leiligheten ned har noe utsikt og et trivelig uteområde. Felles basseng. Telefon: 0034 628870070

2 SOVEROM LEIL. - ALBIR

Nesten ny 2 soverom/1 bad leilighet

tilgjengelig for kort- eller langtid utleie. Pent møblert, fullt utstyrt, norsk TV, romslig terrasse, sydvendt, parkering, basseng, AC, mulighet for bredbånd.
Telefon: +34 610 533 525

STUDIO TIL LEIE

Studio for korttidsleie i Albir sentrum. Ledig fra 5 mars.
Telefon: 627736774

REKKEHUS I LA NUCIA 180000€

Flott rekkehus selges (85m2). 2 soverom, mulighet for 3. 2 bad terrasse paa 20 m2 solarium paa 10m2. Alarm, aircondition i begge etg. Parkering, stort felles basseng, dobbel vinduer, selges med alt kjøkken utstyr og vaskemaskin, ner alle fasiliteter.
Telefon: 666155114

STOR VILLA I FOYA BLANCA

Stor villa ,240 m2 til salgs, med 5 soverom , 2 stuer m/peis , 2 bad, kjøkken m/peis ca. 30 m2. Casita , svømmebasseng, utekjøkken , garage , bod og tomt på ca. 1 mål. Kan deles opp i to leiligheter . Pris : 430 000 €
Telefon: 0034 670312110

ALFAZ DEL PI/EL OASIS

Villa leies ut fra høsten og til skoleslutt 2007, samt ukesbasis juli og august. Stue med peis, spisestue, kjøkken, 3 soverom, oppvaskmaskin, vaskemaskin, 2 bad stor uteplass og eget basseng. Nabohus til skolen, sentralfyring alt utstyr. Norsk tv. for flere opplysninger: 0034965889155

DEILIG REKKEHUS TIL LEIE

i rolig urbaniasjon ledig fra ca. 1. juli. Nær den norske skolen. 3 soverom, 2 bad. Høy standard, alt utstyr til 6 personer. A/C, gasspeis m.m. Felles pool, norsk TV. Kort eller lang tid.
Telefon: 47 92260550

ALFAZ - SENTRUM

Blokkleilighet ledig i sentrum av Alfaz del Pi. 90 m2.: 3 soverom, kjøkken m/spise plass, bad, vaskerom, stue og balkong. Møblert. Telfnr. +34 618 380 078
Telefon: 618380078

HUS VED STRANDEN

Hus ved Stranden til leie 5 km fra Altea, Drømmeutsikt til middelhavet. Sjarmerende hus `130 km2 like ved stranden. 3 soverom, 2 bad. Hage og terrasse. Egen sti til stranden. Pris fra 950 euro i uken inkl. sentetøy og hånkler. For mer informasjon ta kontakt med Nina: 661069501.

**BOLIG TILBYS**

**Costa Blanca - Syd
Vega Baja**

LEILIGHET TORREVIEJA

Flott takleilighet i Torrevieja til salgs € 166.500 + omk. Innehar gang, stue, kjøkken, 3 soverom og 2 bad. Møblert. Stor terrasse. Garasje. Tlf. +34 650877712.
Telefon: +34 650877712

SELGES 15.000 UNDER TAKST

Rekkehus liggende i Balcon de la Rosaleda med 3 sov. 1 bad + gjestetoalett. kjøkken, stue, flislagt uteplass med peis/grill. Stor priv. takterasse. 2 fellesbasseng. Takst 171.000 euro. Garasje kan kjøpes i fellesanlegg i tillegg dersom ønskelig. Selges for kun 156.000 E + off. avg. Telefon: +4791703165

TORRETA 3

Vi har 2 leiligheter i Torreta 3 til salgs. Inneholder 2 sov. 1 bad, store flislagte uteplasser med gode solforhold. Selges møblert. Prisantydning 110.000 og 116000 euro + off. avgifter.
Telefon: +4791703165

ENEBOLIG M HAVUTSIKT KJØPES

Ønsker å innhente noen alternativer på eneboliger i Torreviejaområdet for en bekjent. Må ha 3 - 4 sov minst 2 bad, stor uteplass med eget basseng og havutsikt, evt. havutsikt fra takterasse. Pris inntil 450.000 euro inkl. kostnader. Kjøpet skjer evt. ut på høsten 2006
Telefon: +4791703165

TILL SALU-ALTOS DE BAHIA

3 sovrur, 2 badrum, vardagsrum, amerikansk kök, möjlighet att göra ett rum till på takterassen (endast fönster o dörr). Gemensam pool, trädgård (söderläge) med parkeringsmöjlighet. Pris: 178.000 euro. +34 965 735 880

ÖNSKAR KÖPA-C. QUESADA

Önskar köpa fristående hus i C. Quesada. Minst tre sovrur. Gärna garage och pool. Ca pris: 300.000 euro. Telefon: + 34 966719164

REKKEHUS I HORIZONTE

Rekkehus til leie i Horizonte. 2 soverom, lang og kort tid. fra mai. Tlf 0046739164686
Telefon: 0046739164686

BUNGALOW TORRE DEL MORO

Trevlig och billig bungalow med 1 sovrur. I "skandinaviskt" område. Nära till affärer, barer och strand. 88.000 Euro. kontakta Monicha 676 494 919

**NØDNUMMER**

Ambulanse	112
Bomberos (brannvesen)	112
Guardia Civil	062
Policia Local	092

VILLA LOS BALCONES

Liten trevlig friliggende villa med 2 sovrerum. "Allt" extra. Pris endast 155.000 euros Kontakta Monicha för mer informasjon. 676 494 919

TIL LEIE PLAYA FLAMENCA

Leilighet til leie lang/korttidsleie. Kort avstand til marked, restaurang og barer. Området er inngjerdet og har felles pool. Avstand til Torrevieja er ca 5 km, og 2 km til strand. For mer informasjon kontakt meg. Ledig i påsken.

Telefon: 0047-91775450

REKKEHUS, CIUDAD QUESADA

Rekkehus på toppen av Quesada med fantastisk utsikt "cockpit-høyde". To sove, ett bad + stor terrasse med liten leilighet. Hekk, Palme, appelsintre. 120 000 euro. Telefon: 966 718592

TIL LEIE I URB. LOS ANGELES

Bungalow til leie i Urb. Los Angeles, Torrevieja. Rolige omgivelser, gangavstand til Playa Los Locos og sentrum. Stue,

kjøkken, bad, 2 soverom patio og hage. Møblert. Langtids eller korttidsleie. Ledig fra 9. april 2006. Ta kontakt for mer informasjon. Telefon: 0047-96235544

SYDVENDT HJØRNELEILIGHET.

La Florida. Sydvendt toppleilighet hjørne 4 etg. Ingen innsyn, usjenert. Sol hele vinteren. Leiligheten har annleggets beste beliggenhet. 2 bad, 2 soverom. Klimaanlegg og norsk tv. Garasje og heis. Mulighet for telefon og bredbånd. Terrasse og takterasse med panoramautsikt over hele kysten, 2 km fra havet. Privat svømmebasseng. Høy standard. Området har alle tilbud. Meget barnevennlig. Attraktivt privat boligområde uten gjennomgangstrafikk og med meget høy standard. Må ses Langtidsleie. 4200 pr mnd Ønskes bilder og visning, ta kontakt.

Telefon: 004793008904

TIL LEIE PLAYA FLAMENCA.

Leilighet 3 sov. 2 bad, takterasse og felles pool, til leie fra 1 april,

langtidsleie. Leiligheten har skandinaviske kanaler++ og AC. Området er inngjerdet, med kort avstand til barer, kjøpesenter og marked. Avstanden til Torrevieja er ca 5 km. Depositum. Telefon: 0034-699403075

DRØMMETILBUD!

For 850.000 nok. pluss omk. Kan du gjøre drøm til virkelighet. Vi selger vår leilighet i Torrevieja. 2 sov. balkong og privat takterasse på 50 kvm. Attraktivt område i gangavstand til by og strand. alt du behøver i umiddelbar nærhet. Fullstendig møblert og utstyrt. Sengeplass til 6 pers. fellesområde med pool, tennis etc. trygg parkering. Telefon: 0047-69152738

BILLIG REKKEHUS.

Ligger i Torreta. Har meget gode solforhold og inneholder 2 sov. 1 bad stor stue, stor takterasse og stor flislagt hage. Kan parkere bil inne på tomten. Møblert. Pris, kun 110.000 euro.

Telefon: +47 917 03 165

SPESIALPEDAGOG

Ledig stilling som spesialpedagog i grunnskolen - 30 % stilling. Ledig omgående. Ta kontakt med skolen for mer informasjon.

Den Norske Skole Costa Blanca

Riu Guadiana 14, Urb. El Oasis, 03580 Alfaz del Pi

costablancaskole@costablancaskole.com

Telefon: 965 887 767

Telefaks: 966 860 001

NORSKE SKOLEN

Leilighet nær den Norske skolen i Quesada tilleige for skoleåret 2006-2007-Tre soverom og to bad. Klimaanlegg og alt utstyr dere trenger for å bo der i 10 mnd. Ligger i ett fredelig familie område, men nær butikker, banker, doktor, golfbaner og ol. Pris pr mnd 750€ + vann og strøm. Tlf 004792681355 eller 004761365198

LA SIESTA

Enderekkehus, nyrenovert med de beste solforhold, till salgs 2 tv-stuer, 3 sovrer, 2 bad og mye ekstra ca 120 kvm. Prisantydning 175.000 euro Telefon 96-678 42 40 tel. 639 225 167 tel. 618 111 389

**KONSULAT & AMBASSADE****BENIDORM**

Real Consulado de Noruega
Besøksadresse: Edificio Aurea, 6 A y B, C/ Pal 1

Åpningstider: 0900-1500 (man - fre)
Telefon: 96 585 21 07 y 96 585 21 66
Fax: 966 80 27 00

**TORREVIEJA**

Real Consulado de Noruega
Besøksadresse: C/ Cañonigo Torres, 8

Åpningstider: 1000-1330 (man - fre)
Telefon: 96 670 45 01
Fax: 96 571 69 16

**VALENCIA**

Consulado General de Noruega
Avenida del Puerto, 312, 46024 Valencia
46024 Valencia

Åpningstider: 1000-1400 (man - fre)
Tlf/Fax: 96 331 08 87

**MADRID**

Norsk ambassade
Paseo de la Castellana, 31 - 9
28046 Madrid
Postadresse: Apartado 6132, 28080 Madrid
Tel. +34 91 310 31 16
Faks: +34 91 319 09 69
E-post: emb.madrid@mfa.no

**MALAGA**

Real Consulado de Noruega
Calle Blasco de Garay 7

Åpningstider: 10.00 - 13.00 (man - fre)
Telefon: 952 210 331
Faks: 952 215 939

For å annonsere her, legg inn din annonse på www.spaniaguiden.no/rubrikk

**SKJEMA FOR RUBRIKKANNONSE**

Rubrikkmarkedet er gratis for privatpersoner. For å sette inn din annonse kan du gå til nettsiden: WWW.SPANIAGUIDEN.NO Velg "rubrikk" sett inn annonsen der så kommer den med i neste utgave av Spaniaposten. Har du ikke tilgang til Internet kan du bruke dette skjemaet og sende oss pr. fax eller post. Unødig lange annonser tas ikke med Vi tar IKKE imot rubrikkannonser pr. telefon!

Overskrift			
Område/Sted			
Annonsetype	☐ Bolig Tilbys	☐ Bil/Mc	☐ Diverse
Annonsetekst	SKRIV KORT MED STORE BOKSTAVER		
Telefon			
E-post			

Send dette skjema til: Spaniaposten, Aptdo. de Correo 586, 03590 Altea (Alicante), Spania.
Eller benytt: Fax (+34) 647 734 389 eller Epost: red@spaniaposten.com

Ditt hjem i Spania

Los Álamos, Luksusleiligheter ved stranden i Albir, Alfaz del Pi



- Unik mulighet bare få meter fra strandpromenaden.
- Meget høy standard.
- Lukket urbanisasjon med felles basseng og grøntområder.
- Toppleiligheter med opptil 100 m² terrasser.

PRISER FRA:

325.000€ + omk

Din eksklusive plass mellom himmelen og havet i Torrevieja



Skjønnhet og livskvalitet

Las Atalayas i Aldea del Mar tilbyr deg leiligheter med to og tre soverom, penthouseboliger med tre og fire soverom, og Costa Blancas flotteste utsikt.

Finn din unike plass mellom himmel og hav kun få meter fra stranden Playa de Los Locos, i leiligheter med meget god standard, fellesarealer og basseng.

PRISER FRA:

134.000€ + omk

Dette er bare noen av våre produkter. Kontakt oss for mer informasjon om vårt boligtilbud.

DnBNOR
Eiendom

Björg Allum Fahlstrøm, Norge
Mob: (0047) 40 87 54 78
Kontor: (0047) 22 31 94 72
bjorg.fahlstrom@dnbnoreiendom.no

 **Bancaja**
habitat

www.bancajahabitat.es

Avda. de L'Albir, 48
Edificio Escadía (Playa de L'Albir)
03581 L'Alfàs del Pi, ALICANTE

Avda. Roëntgen, 4
03580 Torrevieja, ALICANTE

+34 966 867 303

playadelalbir@bancajahabitat.es

Markedsført av DnBNOR i Norge • Selges av Bancaja habitat i Spania