

Flyshow på San Javier i juni
Titusener av tilskuere forventes
til showet på flyplassen like
utenfor Murcia. Nesten alle
hotellene i distriktet er allerede
fullbooket for perioden.

17.mai i Torrevieja



17.mai-komiteen i Torrevieja
kan også i år melde om et allsidig
17.mai program som man tror
passer både små og store.
Feiringen starter i
Sjømanskirken med flaggheis-
ing og minnemarkering.

Billigst og enklest på internett

Leiebil til lavpris

NISSAN MICRA
3 Dører



119€

FORD FIESTA
3 Dører



128€

FORD FOCUS
5 Dører



162€

FORD FOCUS sv
5 Dører



195€

Prisen er pr uke /
14. dager, ink. alle
kostnader.

Henting ved kontor
inne på flyplassen.
Fri km & forsikring
inkludert. Automatisk rabatt ved
lengre leieperioder.

RENAULT CLIO
5 Dører



143 €



www.spania.no/leiebil

Alicante • Benidorm • Murcia • Málaga • Torrevieja

Montserrat, et hellig sted



I hjertet av Katalonia rager disse magiske fjellene
med sin karakteristiske silhuett nesten tretten
hundre meter over havets overflate. Bli med pile-
grimene og få en himmelsk opplevelse, et møte
med himmel og jord.

En kort times biltur fra
travle Barcelona og du
står ved foten av fjell-
massivet ved elva Llobregat.
Ikke la deg avskrekke om mor-
gentåka skjuler toppene. Oftest
letter disen, og du får en over-
sikt over landskapet som
nesten tar pusten fra deg.

Det er flere måter å komme
opp til klosteret som ligger fem
hundre meter over havet i ly av
fjelltaggene. Pilegrimene tar
 gjerne beina fatt og får med seg

"Veien til korset" der stien
passerer fjorten statuer. Den
mer bedagelige tar gjerne den
moderne, grønne Cremalla, en
delvis tannhjulbane bygget på
den tidligste jernbanen fra
1881. Utsikten herfra og fra
svevebanen, Funicularen fra
stasjonen Aeri de Montserrat,
er enorm. En god kombinasjon
kan være å ta Cremalla opp og
buss ned. Da får en med seg
Montserratfjellene fra alle
sider.

Graviditet i Spania

Mange nordmenn i utlendighet
vender nesene hjem til gamle-
landet når en graviditet er et
faktum. Vi er ikke så
godtroende at vi lar spanske
leger ta hånd om våre
bulende mager og fødsels-
forberedelser. Da er jordmor
i hjemkommunen trygg å ty
til, da blir det i hvert fall gjort
på "ordentlig vis".

Det er mange fordom-
mer mot "syden" og
svangerskap; "du må
ikke reise til syden når du er
gravid, og du må i hvert fall
ikke spise grønnsaker der nede,
drikkevannet er heller ikke bra".

Ja, du skal i følge de blåfryste
hjemme på berget være særdeles
forsiktig ned i landene i syd.
Men ingen grunn til bekymring!
Tenk bare hvor mange kvinner
som faktisk føder barn i Spania,
og babyene kommer sunne og



friske til verden! Du kan spise
både grønnsaker og drikke
vann, ikke galt bare det! Og når
det gjelder helsevesenet så er
"helse-Spania" faktisk kåret til
en fjerdeplass på WHO's lister
over helsesystemer i hele ver-
den.

REFIS Internacional

FISCAL & LEGAL CONSULTANTS OFFICE

Skatterepresentasjon - 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

Skandinavisk Smide

Alt i metall og aluminium

Tlf. 96 570 53 73



BUSS
Stavanger
Oslo
Spania
Bestill i god tid!
www.haganor-spania.no

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

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
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

Mascatal



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. Ajuntamento)

BENIDORM:

Kirkesenteret
Restaurante El Escandinavo
Bosses
Carrefour

VILLAJOYOSA:

Presna - Peder 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

Langesen 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



Altea

Ny promenade i Altea

Planene har vært mange for Alteas sjøfront. Arbeidene med utbyggingen startet så smått i fjor da det ble igangsatt utskifting av vannet i den store naturlige dammen. Ikke lenge etter igangsettelse stoppet arbeidene og byggefirmaets store skilt ble tatt ned. Kommunen har atter en gang endret planer og vil på nytt vurdere anbud fra forskjellige byggefirmaer. Kommunen har som mål å starte byggearbeidene i april neste år og være ferdig i løpet av et år. Hele sjøfronten fra Algar-elven til sjøhavnen skal få et ansiktsløft. Kommunen har budsjettet med 9,6 millioner

euro. I planen finnes to underjordiske parkeringshus som til sammen skal romme over 700 biler. Hele sjøfronten skal bli bilfri og det skal anlegges to store torg. Plantegningene er totalt forskjellige fra de opprinnelige planene som ble godkjent i kommunen i år 2000 av Partido Popular.

Planene ble senere stoppet da sosialistene overtok styret i kommunen. De siste planene viser at sjøfronten vil øke med 15.000 kvadratmeter til 115.000 kvadratmeter.

Altea

Misnøye med ordførerens byggepolitikk

El Bloc ved rådhuset i Altea er sterkt misfornøyd med ordførerens boligpolitikk, og setter spesielt fingeren på en byggesak i Cap Blanc, som ordfører Ortiz nå gikk offentlig ut og stoppet. El Bloc mener at Ortiz handler galt. Etter å ha ligget i rådhuset i hele 6 år, er planene og saken nå utgått på dato.

El Bloc mener også at Ortiz alltid har vist stor interesse ved store byggeprosjekter der det er snakk om store penger, store konstruksjonsfirma og "viktige" eiere, men aldri vist interesse, som i dette tilfellet, overfor små utbyggere, og viser samtidig til andre byggesaker Ortiz har godkjent som har gitt store penger til rådhusets favør. El Bloc minner også om at den samme ordføreren som går ut og forsvarer miljøvern og små utbyggere mot urbanistiske overgrep, vurderer i samme moment å godkjenne et



Ordfører Miguel Ortiz (PP) beskylde for å stoppe boligprosjekter for mindre utbyggere uten særlige forbindelser til rådhuset, mens han aktivt arbeider for prosjekter til store utbyggere med særlig dype lommer og partiforbindelser til Partido Popular.

prosjekt for gigant urbanisasjon i Algar-elven med 5.760 boliger i et vernet våtområde.

-Hvis Ortiz vil føre en konsekvent og rettferdig politikk slik han gir uttrykk for, er saken enkel: trekk planene om elveprosjektet!, insisterer El Bloc.

Altea

Boligprosjekt nedstemt

Ordføreren i Altea, Miguel Ortiz (Partido Popular), har gitt et klart nei til planene om utbygging av 479.938 kvadratmeter og 1.400 boliger i området mellom havnen i Altea og frem til N-332 i Alfaz del Pi. Ortiz sier at planene strider mot den generelle reguleringsplanen fra 1982.

Samtidig godkjenner han en svært omstridt utbygging på andre siden av byen ved Rio Algar. Hvor våtmarker og tur-områder blir boliger og golfbane.

Altea

Krever byggestopp!

Sosialistpartiet i Altea har fremlagt et krav for det spanske kystdepartementet og miljøverndepartementet, og krever byggestopp i et pågående boligprosjekt mellom Campomanes og Mascaratfjellet. Byggevirksomheten hindrer direkte tilgang til Moro-Toix-grottene. Sosialistene krever derfor at rådhuset setter en stopper for byggeaktiviteten.



Beboere i Mascarat selger nå sine boliger som resultat av den massive utbyggingen rådhuset har tillatt.

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 almenntannpraksis.



Tel: 966 86 8072
Mob: 647 169 679

jack.bostad@gmail.com
Oscar Espla 12, Albir
(Bak Hotel Kaktus)

COCO-LOCO
beach bar
PLAYA ALBIR
Tel: 966 866 999
don't be lazy,
be crazy
Åpent hver dag
09⁰⁰ - 03⁰⁰

Alicante

Nedgang i antall boliginnbrudd

Takket være iherdig innsats fra politiet har tallet for boliginnbrudd sunket i Alicante-provinsen med 2,8% de første fire månedene i 2006. Mens Alicante-provinsen opplever en nedgang i denne type kriminalitet, har Valencia-regionen hatt en oppgang 3,96% i samme periode. Castellón følger etter med en økning på 5,42%.

Valencia

Dyrere grønnsaker



Den valensianske jordbruksorganisasjonen AVA-ASAJA varsler økning av prisen på grønnsaker. Årsaken til prisøkningen skal være den store mangelen på enkelte type grønnsaker. Lederen for organisasjonen, Enrique Tomas, hevder at mangelen på poteter i provinsen gjør at prisen må økes til 1 euro kilo- en mot normale 32 centimos.

Til tross for den positive nedgangen, opplever Alicante-provinsen en økning i vold i hjemmet og sexovergrep, samt kriminelle handlinger med våpenbruk og narkotika. Antall arrestasjoner i provinsen økte i samme periode til 2.338 arrestasjoner mot 1.742 i Valencia og 595 i Castellón.

Han legger til at omkostningene i forbindelse med potetdyrking har økt i det siste, noe som også bidrar til prisøkning. Dyrking av løk har også blitt dyrere. En kilo tomater fra Valencia-regionen ligger nå på rekordhøye 3 euro kilo.

Mangelen på grønnsaker har også gjort seg gjeldende også i Sevilla, Alicante og Murcia.

Elche

Spanias kosmopolitt

Elche er en av Spanias kosmopolitter. De siste 15 årene har innbyggertallet fordoblet seg, og byen huser idag mennesker fra over 120 land fra alle fem kontinenter. 24.000 innbyggere, eller 11% av befolksjonen, er utenlandske.



Rundt 47.000 innbyggere er fra andre deler av Spania utenfor Valencia kommune. Det er flest innbyggere fra Amerika, rundt 9.000. Mer enn 7.500 er europeere. Deretter følger afrikanere og asiater. De fleste ikke-spanske europeere er fra Romania, dog er antall briter, tyskere, belgiser og franskmenn stadig økende. Der er også mange fra Marokko, Ecuador, Argentina, Algerie, Colombia og

Kina. De fleste spanjoler som ikke er fra provinsen, kommer fra Murcia, Granada, Albacete, Jaén, Madrid og Barcelona. Elche er en populær by p.g.a. klima og gode jobbmuligheter.

Murcia / Marbella

Pengefunn hos byggkonsulen

Politiet fant 20. april en portefølje med 200.000 euro i kontanter i byggkonsul Juan Antonio Rocas gård i Los Alcazares i Murcia. Under aksjonen fant politiet 3 hemmelige rom på hver 4 kvadratmeter. I ett av disse var porteføljen med 500 sedler gjemt. Juan Antonio Roca mistenkes for å være hjernen i korrupsjonssaken i Marbella.

Guadalajara

Kjernerkeftverk stenges



Spanias eldste kjernerkeftverk legges ned, mindre enn en uke etter 20-årsminnet av ulykken i Tjernobyl i Ukraina. Kjernerkeftverket ved Almonacid de Zorita i Guadalajara har vært i drift i 38 år. Ved stengning av verket reduseres antall kjernerkeftverk i Spania til 10, mens miljøvernorganisasjoner krever en total nedlegging av alle kjernerkeftverk i Spania.

Murcia

Flerkulturelle ekteskap

Flere og flere spanjoler inngår i dag ekteskap med utlendinger. Bare i fjor ble det i Murcia-regionen inngått 382 fler-kulturelle ekteskap. Borgerlige bryllup blir mer og mer populært fremfor tradisjonelle kirkebryllup.



BOLIG:
UKE - MÅNED - HELÅRS.

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

C/ Calvari, 18, 03580 Alfaz del Pi
Åpent 0900-1330 og 1600-1900
Lørdager 1000-1300
Tlf: 966 814 267 Fax: 966814098 Internett: www.cbhandverk.com

FLYTTEBILEN

MOBICO

NORWAY

No.1 PÅ FLYTTING NORGE-SPANIA

VI PAKKER LAGRER TRANSPORTERER

Oslo Tlf: +47 67 97 12 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

INTERNFLYTTINGER - COSTA BLANCA

Se hovedannonse side 11

- Din fagmann på tråsykler

Eneforhandler i Alicante regionen for:

C/.Carrasca 7, Altea Tlf: 677 040 613

Banshee Bikes

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

669 412 236-7-8

TONY ELLIS

NUMMER EN I TORREVIEJA

KJØP & SALG

GODE BRUKTE MØBLER

TONY - ANGIE - TONY JR.

Avda. Diego Ramirez, 19 031818 Torrevieja

Valencia

Tropiske sykdommer oppdaget



Rundt 100 pasienter får diagnostisert tropiske sykdommer, deriblant Malaria, hver måned i Valencia kommune. Andre sykdommer som er blitt påvist er tuberkulose, forårsaket av en bakterie som normalt sett angriper lungene, samt Chagas sykdom forårsaket av en parasitt fra Sentral- og Sør-Amerika.

Helsemyndighetene mener at utlendinger bringer smitten med seg inn i landet, samt turister som besøker tropiske land.

Madrid

Mer spanske soldater til Afghanistan

Spania kommer til å sende flere tropper til Afghanistan. Forsvarsminister José Antonio Alonso besøkte de eksisterende troppene i landet den 25. april og kunne der bekrefte at Spania har lagt inn formell søknad om forsterkninger til de spanske troppene i Afghanistan. Søknaden presenteres i parlamentet 9. mai. Initiativet får støtte fra de fleste opposisjonspartier. Det er bare Izquierda Unida som krever at Spania trekker seg fullstendig tilbake fra Afghanistan.



Valencia

Skraphandler tok fyr

4000 beboere i Sollana i Valencia ble onsdag 26. april rådet å holde seg innendørs med vinduene lukket etter at det utbrøt storbrann på en bilskraphandlertomt. Flammene sto 12 meter til værs og svartøyken spredde seg.



Brannen som fant sted ved 14.00 tiden ble fort tatt hånd om av lokale brannmenn, som ankom stedet i løpet av få minutter. Brannen kom fort under kontroll, men det vil ta flere dager å slukke brannen fullstendig. Brannen rammet rundt 500 biler.

Murcia

Feilernærte pensjonister

Minst en tredjedel av Murcias eldre befolkning lider av feilernærning viser den sjokkerende rapporten fra farmakologiskolen i regionen. 36% av de over 65 år er klinisk overvektige, mer enn landsgjennomsnittet som ligger på 30%. Over halvparten av de overvektige eldre i Murcia er kvinner viser rapporten, som viser at Murcias eldre er de mest feilernærte i hele landet. Regionen overgår både Andalucía, Galicia, Asturias og Castilla-La Mancha, som alle sliter med feilernærning

blant de eldre.

Til tross for at landbruk er regionens største inntektskilde, sier hele 83% at de ikke spiser frukt eller grønt. 10% av de eldre over 65 år drikker ikke melk eller spiser meieriprodukter. Derimot hevder 45% at de drikker 2 liter vann daglig.

De sunneste i landet bor i Navarra-regionen, der bare litt over 1% av de eldre lider av helseproblemer relatert til dårlig kosthold.

Valencia

Gjennomsnitts levealder 80 år

En undersøkelse utført av de spanske helsemyndighetene viser at gjennomsnitts levealder i Valencia-regionen er 78,9 år, en økning på 2,3 år over de siste 10 årene.



Analytikere mener at årsaken til økningen er økt livskvalitet og det gode kystklimaet, og mener samtidig at folk i gjennomsnitt kan forvente å leve de 59 første årene med relativt god helse og de resterende 19 med diverse sykdomstilstander.

Kystklima er en av faktorene som gir økt levealder i Valencia regionen.

Studien viser også at helsetilstanden til personer over 64 år i Valencia-regionen er bedre enn landsgjennomsnittet. 66% av de eldre i regionen er ved god helse, mens tallet for landsgjennomsnittet ligger på 57%.

Studien tok også for seg de viktigste dødsårsakene, og kunne vise til at i Valencia-regionen dør 91,1% av kardiovaskulære sykdommer, et tall som er høyere enn landsgjennomsnittet på 88,7%. Krefte er den nest største dødsårsaken med flest tilfeller av hals- og lungekreft hos menn, og brystkreft hos kvinner. Når det gjelder hals- og lungekreft ligger Valencia-regionen 9% høyere enn landsgjennomsnittet.

HydroFLOW
PATENTED TECHNOLOGY

Stopp kalkproblemene med HydroFlow

HydroFlow monteres på kaldtvanns røret inn til v.v.bereder. Monteres uten å kappe rør, og er det eneste produktet på markedet som:

- hindrer v.v.berederen å fylles med kalk, og rørene i vaske-maskin/oppvaskmaskin/gassvannvarmer å gro igjen av kalk
- fjerner kalk som allerede finnes lagret, uten kjemikalier
- virker 24 timer i døgnet, i alle vannrør i hele huset.

Virker også når vann ikke brukes. Kun 4€/år i strøm

- gjør håret mykere, glassene i oppvaskmaskin blir blanke
- vedlikeholdsfri og 3 års pengene tilbake funksjonsgaranti.
- Forlenger levetiden på bereder, vaske- og oppvaskmaskin
- 400.000 levert til fornøyde kunder i 30 land

British Gas testet i sitt laboratorium de fleste anti-kalk produktene på markedet. HydroFlow er mer enn 5 ganger så effektiv som nr. 2.

AquaKlear gir renere bassengvann med mindrekjemikalier



- Fristende krystallklart vann når mikroforurensing fjernes.
- Kjemikalier for flokkulering er unødvendig.
- Fjerner klor bi-produkter (kloraminer virker irriterende på hud, slimhinner, psoriasis)
- Klortilsetning kan reduseres med 40-50%
- Sparer opptil 60% vann og strøm når sandfilteret renses
- Hindrer kalkrand, fjerner kalk i rørsystemet

Pure Water echnology: Tel. 952466077, mob.675622312
Forhandlere søkes i områdene: Murcia, Alicante, Benidorm, Valencia

Forhandler, for områdene:
Alfaz del Pi/Albir/Altea: E. Fiske, tel. 966860297, m.64722964
Torrevieja/Rojales/Santa Pola/San Javier: Marthin Andersen
Rørleggerservice S.L. tel.966786002, m.690264727
Murcia/Elche/Alcoy: Kato Hansen, tel 965625008, m.617998257

ETA-fanger på flyttefot

Regjeringen vurderer nå å flytte 100 ETA-fanger til fengsler innenfor den baskiske regionen. Flyttingen vil finne sted i juni, dersom regjeringen ser en positiv indikasjon på at ETA er forberedt på full og endelig våpenvile. Flyttingen vil ikke berøre de 242 fangene som sitter inne for mord eller de som har blitt dømt til mer enn 30 års fengsel.

Kjøp drømmebolig i Sverige
Skinnskatteberg

Her er noe av det du kan oppleve i Skinnskatteberg:

- Elgsafari
- 12 hulls golfbane
- Västmanlands 242 fiskevann
- Lerkullans guld og äventyr
- Villmarkens blandshester
- Badeplasser
- Museer
- Herregårder
- Kirker

Ring 815 20 777
for gratis katalog og visning

Gjør en trygg og spennende bolighandel
Vår erfaring og kunnskap - din trygghet

Priser fra 747,- pr. mnd.
- felleskostnader fra 1.000,- pr. mnd.
(fordelstatter kan med sikkerhet i norsk eiendom)

SVENSK FRITID A/S
DRAMMEN • www.fritid.no • epost: svenkf@fritid.no

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

www.fritid.no

BOLIGER I TORREVIEJA OG OMEGN

- Finansiering opp til 100% + kostnader mulig, uten garanti
- Brukte og nye kvalitetsboliger for salg
- Utleie
- Forretningslokaler, garasjer og tomter
- Vi har kontorer over hele Spania og i Europa



Se vår eiendomsportal på www.adaix.com
 ☎ 664 172 631 ☎ 667 855 035
 Kontor: 966 704 192
 Rambla Juan Mateo García 30, 03180 Torrevieja



Costa Blanca Booking

Costa Blanca Booking har lang erfaring innen eiendomsmarkedet, både med salg og utleie. Alt blir håndtert på en sikker og profesjonell måte.



Loftsleilighet med solrik takterrasse og hav/fjell utsikt. 2 sov. Flott felles hage med basseng og tennisbane. 5 min. til standen. 320.000 €



En meget fin og lys leilighet i Albir sentrum. 80 m², 2 soverom, 2 badrom. Møblert med høy standard. Flott fellesområde 269.000 €



Luksuriøs leilighet i Balcon de Altea. 110m², 2 soverom, 2 badrom. Norsk bygd med lydisolering og gulvvarme. Stor terrasse med panoramisk utsikt over fjell og hav. 380.000 €



Nyrenovert leilighet med 50 m til Albir stranden. 44 m², 1 soverom, 1 bad. 180.000 €

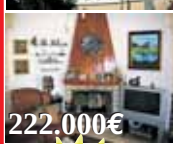
Ring Anna på tlf 620 858 617. Mail: anna@costablancabooking.com

Vårt kontor ligger midt i hovedgaten i Albir, Avenida Albir 56
www.costablancabooking.com



www.spaniaguiden.no

Alt om
eiendom i
Spania



222.000€



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.

For et trygt kjøp til riktig pris; Bruk spansk autorisert megler med norsk ansatt.
 Ring på norsk i dag:

Telefon
637 96 26 29



Valencia

Bensinstreik 18. mai



Rundt 550 bensinstasjoner i Valencia-området truer med å gå ut i streik 18. mai for et fritt bensinmarked. De hevder at de tre største bensingigantene Repsol, Cepsa og BP ulovlig styrer bensinmarkedet.

Av de 700 bensinstasjonene i organisasjonen Confederación Española de Estaciones de Servicio (CEES), er 78% klar for streik. CEES presiden Juan Prats uttaler at de store bensinkjedene ulovlig styrer bensinmarkedet. Prats mener at problemet startet allerede i 1993 da uavhengige

bensinstasjoner ble tvunget til å inngå en kontrakt på 10 år med bensingigantene, i enkelte tilfeller så mye som 40 år. Prats sier at bensinstasjonene ikke selger bensinen på kommisjonsbasis, men til prisen satt av de store bensingigantene.

Konkurransetilsynet gikk i mai 2000 ut og beskyldte Repsol, Cepsa og BP for ulovlig "prisfiksing", noe som førte til en kleskelig bot på 4,2 millioner euro for to av de tre bensingigantene.

JOBB HJEMMEFRA I SPANIA!
NÅR DET PASSER DEG.VI SØKER OVERVÅKERE OG VERTINNER TIL VÅRE
NORSKE TELETORG TJENESTER.

Mobile Media Services Ltd

Vi har drevet med teletorg tjenester i tre år og har nå utvidet våre tjenester med telex. Tjenestene annonseres i norske erotiske blader samt ViMenn og Dagbladet.

MMS
MOBILE MEDIA SERVICES

HVA KAN VI TILBY

Jobb hjemmefra, eller fra våre kontorer i Alfaz, Fleksibel arbeidstid, jobb når det passer deg best. Lett å kombinere med annen jobb, eller studier. Du velger selv hvor mange vakter i mnd du ønsker. Dersom du kun ønsker å jobbe i helger eller på kveldstid er dette fullt mulig. Opplæring vil bli gitt i våre lokaler i Alfaz del Pi, eller over telefon og web.

ANONYMITET

Kundene ringer kun våre nummer som er annonsert, og overvåker eller vertinner nummer vil aldri bli benyttet i noen annonser, eller på noen annen måte oppgitt til kundene. Du vil heller aldri se, eller få tilgang til kundens nummer. Det er kun våre telefonnummer som vises til kunden. Og det koster selvsagt ikke deg noe å motta samtaler. Overvåkere vil også avvise kunder som ikke er gamle nok, eller av andre grunner ikke bør ha tilgang, eller slippe igjennom til vertinnene.

LØNN

Vi tilbyr meget gode lønnsbetingelser. Timeslønn avhenger av når på døgnet man jobber, provisjon kommer i tillegg til timeslønn.

Overvåker:
Timeslønn.
Utbetalt fra 10 til 14 euro pr time.

Vertinne:
Timeslønn og provisjon.
Utbetalt fra 12 til 24 euro pr time, inkludert provisjon.

BETINGELSER
FOR Å SØKE

For å kunne jobbe hjemmefra som vertinne, eller som overvåker må du være kvinne over 20 år, ha gode norsk kunnskaper, tilgang til pc, bredbånd og telefon. Dersom du ikke har tilgang på dette kan du jobbe fra våre kontorer i Alfaz del Pi.

HVORDAN SØKE

Vi oppfordrer kvinner i alle aldre over 20 år til å ringe oss eller sende oss en søknad på e-post. Ring Martine på 676 996 253 eller send e-post til jobb@mobilemediaservices.no. Ønsker du mer informasjon før du kontakter oss, finner du det på www.mobilemediaservices.no

MMS
MOBILE MEDIA SERVICES
Arbipark 28, 03588 Alfaz del Pi, Alicante

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
Urb. Marina, San Fulgencio (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
Urb. Marina, San Fulgencio (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. Konsulärtjänst 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 23/09
Lørdag 14/10 (årsmøte)
Lørdag 04/11
Lørdag 25/11



Møtene begynner kl. 16.30, Pent antrekk

Informasjon tilf. Spania:

Trygve Romslo, leder 96 686 4782
Ernst Lilteengen, 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

Mai					
8/ Mai.	Mandag	10.30	Boccia		
		18.00	TenSing		
		20.00	Gospelkor		
9/ Mai.	Tirsdag	10.30	Småbamstreff		
		19.30	Alltid på en tirsdag		
10/ Mai.	Onsdag	17.30	Costabagos		
		19.00	Klubb 10-13		
11/ Mai.	Torsdag	10.30	Boccia		
		17.30	Knøttene		
		19.30	Hobbykveld på Kirkesenteret		
13/ Mai.	Lørdag	11.30	Grøt		
		12.00	Familieboccia		
14/ Mai.	Søndag	11.00	Gudstjeneste i Minnekirken		
15/ Mai.	Mandag	10.30	Boccia		
		18.00	TenSing		
		20.00	Gospelkor		
16/ May.	Tirsdag	10.30	Småbamstreff		
		19.30	Alltid på en tirsdag		
17/ May.	Grunnl.dag	10.00	Familiegudstjeneste i Minnekirken		
18/ May.	Torsdag	10.30	Boccia		
		17.30	Knøttene		
19/ May.	Freitag	20.00	Ungdomsklubb		
20/ May.	Lørdag	10.00	After Eight UPTAS		
		11.30	Grøt		
		12.00	Familieboccia		
21/ May.	Søndag	11.00	Gudstjeneste i Minnekirken		
22/ May.	Mandag	10.30	Boccia		
		18.00	TenSing		
		20.00	Gospelkor		
23/ May.	Tirsdag	10.30	Småbamstreff		
		19.30	Alltid på en tirsdag		
24/ May.	Onsdag	17.30	Costabagos		
		19.00	Klubb 10-13		
25/ May.	Kr. Himm.	10.30	Boccia		
		17.30	Knøttene		
27/ May.	Lørdag	11.30	Grøt		
		12.00	Familieboccia		
28/ May.	Søndag	11.00	Gudstjeneste i Minnekirken		
		19.30	Seniorans		
29/ May.	Mandag	10.30	Boccia		
		18.00	TenSing		
		20.00	Gospelkor		
30/ May.	Tirsdag	10.30	Småbamstreff		
		19.30	Alltid på en tirsdag		
31/ May.	Onsdag	17.30	Costabagos		

Faste ukentlige aktiviteter:

Mandag 10.30 Boccia, 18.00 TenSing, 20.00 Gospelkor
Tirsdag 10.30 Småbamstreff, 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 tirsdag 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

Mai					
09.tir.	kl. 1800:	Kveldsåpent med kaffe.			
12.fre.	kl. 0900	Fjelltur, sted ikke bestemt. Ta kontakt!			
14.søn.	kl. 1700:	Høymesse i Sjømannskirken.			
		Grilling i kirkehagen etter gudstjenesten.			
16.tir.	kl. 1900:	Ingen kveld program.			
17.ons.	kl. 0830	SE EGET PROGRAM FOR HELE 17-MAI.			
19.fre.	kl. 0900	Fjelltur: Cabo Tiñoso - Siste før ferien.			
21.søn.	kl. 1700:	Gudstjeneste i Sjømannskirken.			
		Grilling i kirkehagen etter gudstjenesten.			
23.tir.	kl. 1800:	Kveldsåpent med kaffe.			
28.søn.	kl. 1700:	Høymesse i Sjømannskirken.			
30.tir.	kl. 1800:	Kveldsåpent med kaffe.			
31.ons.	kl. 1800:	Åpen Skole-fest i Sjømannskirken.			

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.

ÅPNINGSTIDER

Mandag, Onsdag, Torsdag, Fredag & Lørdag: kl.1000-1500
Tirsdag: kl.1000-1500 & kl.1800-2100
Søndag: kl.1500-2000
Gudstjeneste hver søndag kl.1700

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 kirkehagen 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 julebasar. 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, forming, 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.

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 Dorthea 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 tvil og tro? Hver fjortende dag utover våren.

BRUKTMARKEDER (RASTROS)

ALICANTE: Daglig kunstmarked ved Paseo Gadeo fra 1200
Søndager kunst og antikk fra 0900
BENIDORM: Søndager jazz, funk og loppemarked
CALPE: Onsdager fra 0800-1400
DÉNIA: Fredager fra 0800
GUARDAMAR: Søndager (Rastro Santa Ana)
JALÓN: Lørdag loppe- og antikkmarked fra 0800-1400
TEULADA: Søndag stort brukmarked (Flyttet til Pedreguer)
LA NUCIA: Søndager loppemarked
POLOP: Søndager loppemarked
VILA JOYOSA: Søndager kunst og antikk fra 0900

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

Svenska församlingen Costa Blanca har sommarverksamhet under tiden 15 juni - 15 augusti. Sommarprästar 15 juni - 23 juli är Eva och Lennart Kinnander och 24 juli -15 augusti Johanna och Johan Lautmann (således samma "besättning" som förra sommaren) Gemensamma gudstjänster med norska kyrkan hålls varannan söndag fr.o.m. den 18 juni. Höstverksamheten börjar som vanligt den 1 oktober. När inte svensk präst finns tillstades går det bra att ringa norska kyrkans jourtelefon 630 932 976. Under sommaren har vi inget regelbundet öppethållande i Prästgården, men man kan alltid ringa vid behov - i glädje eller sorg. Tel. 966 786 535 mobil 690 261 431. Adr. James Ensor 2 A Urb. El Chaparral, 01384 Torrevieja. Tlf: 966 786 535, mobil 690 261 431
e-mail: sv.forsamlingen@terra.es Hemsida: www.svenskalyrkan.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

VI HAR SOMMEROPPHOLD FRA 1.MAI TIL 30.SEPT.

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 kurser, 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.

Terminliste høsten 2006.

09.10 Medlemsmøte m/middag.
23.10 Medlemsmøte m/middag.
06.11 Medlemsmøte m/middag (nom).
20.11 Medlemsmøte m/middag (nom/valg).
04.12 Julemøte 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 BRODERFORENING

Broderforeningen 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 Julemøte

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
broderforeningen 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

Kunngjøring:

Vil gjerne få takke våre venner i
Albir for oppmerksomheten ved
vårt bryllup 15. april og en takk
til gjengen på Casino.
Mvh, Janne og Geir



FYSIOTERAPI OG AKUPUNKTUR BEHANDLING

Miriam Kristiansen

Monica Skogheim

Irene Kristiansen

Carlos Sørensen

Lin Wæhle



Ny massør!
Monica Skogheim

Vi tilbyr også bassengtrening!

e-post: post@fysiakos.com

C./ Pau Casals nr 22, ved La Colina

03581 El Albir

Tel. 966 86 56 86

www.fysiakos.com



Kristiansen fysioterapi og trening



DEN NORSKE TANNKLINKKEN

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 spanske-norske tannlegeforeningen

Jan Holmefjord

Almenpraksis

Timebestilling tlf: 965 889 061/965 887 277



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

Flyttespesialisten Norge A/S

Hovedkontor: Langmyr 11 N-3185 Skoppum Norway

Fast rute mellom
Norge – Sverige – Spania

- Vi har lager i Alfaz del Pi, Marbella og Skoppum.
- Vi ordner alle dokumenter, pakker og lagrer.
- Vi har stort lagerbottell for oppbevaring i Norge.

- Vi har alt innen eroballasje og pakkeutstyr.
- Vi utfører alle slags flytteoppgaver inn/utland.
- Vi har høy kvalifisert personell og utstyr.
- Vi ordner transportforsikring for våre kunder.

Nytt Spanianummer
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!

Trenger du leiebil?

Billigst og enklast på internett:

www.spania.no/leiebil

Alicante Murcia Malaga Torrevieja Benidorm m.m.



Vi innreder din Spanske bolig

Vi er et norsk eid 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



Costa Blanca Klinikken

Åpningstider:

Mandag - fredag 09.00 - 15.00

Vinterhalvåret også lørdager 09.30-12.00.

- Vanlig konsultasjon 30€
- Allmennpraktiker med lang erfaring.
- Norsk personell.
- Vi tar alle typer blodprøver (også INR og senkning), de fleste analyseres på stedet.
- Full helsejekk.
- 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)

Allmennpraktikerne med norsk,
svensk og spansk legeautorisasjon.



Et lite flyttelass

Flyttemannen Tore Line

Tilbyr transport/flytting til/fra
Spain hver uke

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

Flytte service siden 1975.
TRANSPORT-LAGRING-PAKKING

T-LINE Int.movers
Los Pavitos 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

Flyshow på San Javier i juni



Luftakrobatene fra det Italienske luftforsvaret blir å se i Murcia i juni.

Titusenvise av tilskuere forventes til showet på flyplassen like utenfor Murcia. Nesten alle hotellene i distriktet er allerede fullbooket for perioden.

KOLBJORN ALSTAD

KOLBJORN@SPANIAPOSTEN.NO

Arrangørene ser ikke bort fra at det kan bli så mange som 250.000 tilskuere som strømmer til San Javier i Murcia den 3. Og 4. juni. Det er gratis inngang og det vil bli vist fram mange forskjellige flymodeller på den nye landingsbanen på flyplassen. Det vil være åpent fra kl. 10:00 til kl. 18:00 på lørdag. Besøkende blir fraktet med buss fra inngangen til selve utstillingsområdet.

dette forventes å komme senere.

Flyentusiaster vil sikkert være interesserte i å lese om den offisielle listen over flytypene som er å se på utstillingen på lørdag. Blant disse er å finne den nye Hawk 128 avanserte treningsflyet fra RAF. Det er laget av British Aerospace Systems og har en Rolls Adour Mk 951 motor med FADEC full digital motorkontroll.

Selve flygingen foregår på søndag fra kl. 10:00 til 18:00 og vil være synlig fra strendene i La Ribera og Lo Pagán. Det vil også da bli busser satt opp fra bilparkeringene. Detaljer om

Den offisielle websiden for showet er www.aire06.com og der kan du finne alle flytypene som deltar og på engelsk kan du lese mer på www.discovering-cartagena.com



Airbus kommer til å vise frem sin transportkjempe Airbus A300-600ST.

Leserkommentar

Gisler i Paradiset ???



APRIL: Carl Ivar Hagen holdt tale for fremmøtte fra den norske kolonien i Alfaz del Pi, like utenfor den norske klubben i Alfaz del Pi. Han snakket om farene ved "ghetto tilstander steder som Drammen og Holmlia.

Nå er påsken ett tilbakelagt kapittel, og alt er tilbake til det normale. De fleste nordmenn drar til fjells i påsken, mens andre drar til andre steder som f. eks Spania. Den påsketuristen som tiltrakk seg mest oppmerksomhet i Spania var kanskje Carl I. Hagen, FRP's ubestridte leder.

Det hele startet med at Norges Stortingspresident, Torbjørn Jagland, offentlig kritiserte Hagen for å ikke møte opp på jobb i Stortinget, men heller bruke tiden til ferie i Spania. Det er en kjent sak at Hagen har hus i Torrevieja der han tenkt å tilbringe sin pensjonisttilværelse.

Hagen på sin side hevdet at dette slettes ikke var snakk om ferie, men hardt politisk arbeid, da det er ett faktum at FRP har lokalpartier i Spania som han måtte besøke. Og politisk arbeid var da vitterlig ikke ferie, og etter eget utsagn benyttet han seg av mulighetene for å drive politisk arbeid utfor Stortingets fire vegger.

Og etter norsk tabloidpresse å dømme så holdt Hagen taler for lokalpartiet i både Alfaz og Torrevieja. Det påfallende var at forberedelsene og gjennomføringen av dette skjedde etter at påskeferien var over, og at dette ble brukt som påskudd for å forlenge oppholdet i Spania, i stedet for å møte opp i Stortinget. Man skal i denne sammenhengen være klar over at Hagen er Visepresident i Stortinget, han er nr. 3 etter Kongen. Altså er det viktig arbeid i Stortinget, så burde Hagen sendt noen andre fra partiet for å holde talene, mens han selv skjøttet jobben som Visepresident i Stortinget. Men da har han ikke kunne "utvide" påskeferien.

Det er da overskriften kanskje kommer til sin rett. Var opprettelsen av lokale partier noe som ble gjort for å kunne reise på ferie til Spania, dekket av partiets reisebudsjett som igjen er bevilget over Statsbudsjettet. Og at Hagen med samme begrunnelse kan "tøye" feriene i begge endene. Da er

spørsmålet om FRP's medlemmer i lokalpartiene i Spania ikke er noe annet enn ferie og fritidsargumentet til Carl I Hagen. Jeg ville i alle fall ha følt meg som Carl I Hagens gissel.

Ellers så var deler av innholdet av denne talen det samme som Hagen har "messet" om en stund nå. Bl. Annet at innvandrere i Norge må integrere seg og lære seg norsk. Det nye fra Hagen var at spanjoler i Spania burde lære seg norsk for å tilfredstille behovene til den norske kolonien i Spania. Hva skal man si til slikt.....Halleluja. Det neste blir vel at norsk skal bli obligatorisk fremmedspråk i Spania, i alle fall i de områder men mange nordmenn.

Jeg bryr meg ikke. Jeg har hørt for mye til å la meg provosert og irritere av det jeg oppfatter som en politisk klovn. Jeg bare oppserverer.

VALENCIA, 1. MAI 2006
TRN



**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 tellerskrutt 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 tellerskrutt 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@pimmin.net

— Costa Blanca
Butikken: 965 889 880
Skolemetr: 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!

Hva mener du om FRP i Spania?

?

Diskusjon, debatt,
meningsutveksling tips og triks.

WWW.SPANIAGUIDEN.NO / FORUM



Montserrat, et hellig sted




Flemming Richter
Int. boligkonsulent

Leif Sandholdt
Int. boligkonsulent

Tænk nyt
Lån i friværdien i Sydspanien?

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

Med et Pauselån betaler du ikke afdrag i op til 10 år. Det giver luft i økonomien i den afdragsfrie periode. Du kan få Pauselån med fast rente, hvor du kender de månedlige udgifter i hele lånets løbetid, og som Tilpasningslån, hvor renten kun er ca. 4% (inkl. omk. pr 1/4-06).

Ring til Flemming Richter eller Leif Sandholdt i København på tlf. +45 33 42 15 35.

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

I hjertet av Katalonia rager disse magiske fjellene med sin karakteristiske silhuett nesten tretten hundre meter over havets overflate. Bli med pilegrimene og få en himmelsk opplevelse, et møte med himmel og jord.

KARI LØVDAL

KARI@SPANIAPOSTEN.NO

En kort tides biltur fra travle Barcelona og du står ved foten av fjellmassivet ved elva Llobregat. Ikke la deg avskrekke om morgentåka skjuler toppene. Oftest letter disen, og du får en oversikt over landskapet som nesten tar pusten fra deg.

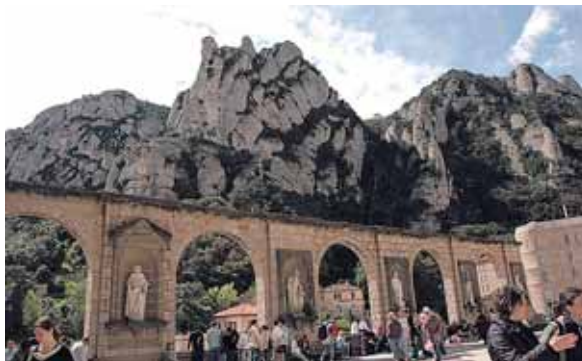
Det er flere måter å komme opp til klosteret som ligger fem hun-

dre meter over havet i ly av fjelltaggene. Pilegrimene tar gjerne beina fatt og får med seg "Veien til korset" der stien passerer fjorten statuer. Den mer bedagelige tar gjerne den moderne, grønne Cremalla, en delvis tannhjulbane bygget på den tidligste jernbanen fra 1881. Utsikten herfra og fra svevebanen, Funicularen fra stasjonen Aeri de Montserrat, er enorm. En

god kombinasjon kan være å ta Cremalla opp og buss ned. Da får en med seg Montserratfjellene fra alle sider.

Erosjon av vann og vind har gitt toppene fantastiske former og navn som Calavera (hodeskallen) og Nina (den lille jenta). Klatrere, som forserer den høyeste toppen Sant Jeroni med sine 1 235 meter, får virkelig utsikt over Catalonia. Den som ikke haster, kan tusle rundt i fjella, besøke eremitthuler eller se på jettegryter. En ny tannhjulbane tar deg videre opp i høyden. Vegetasjonen er overraskende variert. Et område har til og med fått navnet etter tarantella edderkoppene.

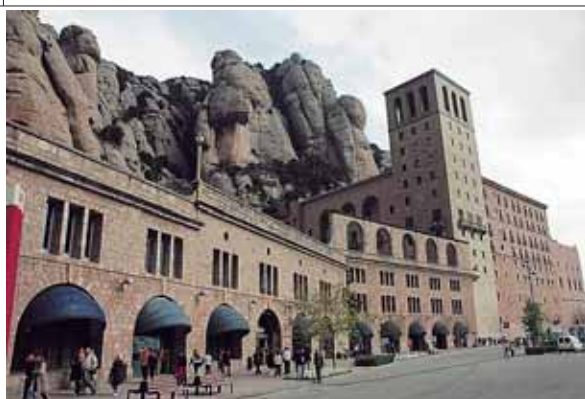
De tidligste bevisene på Neolitisk kultur er funnet her. Potteskår fra mer enn seks tusen år tilbake ser du på museet.



Fra Santa Maria plassen skimtes forrevne fjell mellom søylerekkenne.

BEREGN GOD TID

Sett av god tid til Montserrat. En ide kan være å starte med en ti minutters video når du er vel oppe. Den gir et lite innblikk i benediktinerklosterets betydning. Du passerer butikker og spisesteder på vei videre mot Placa de Santa Maria, den store plassen foran basilikaen. Her er inngangen til kirken, museet og ikke minst, til midtpunktet - den sorte madonna! Til høyre er øen for å se den mørke statuen. Til venstre står brennende lys i mengder langs fjellsida.



Utsikt fra hovedgata i Montserrat.

Den eldste delen av klosteret står her i gotisk stil fra 1477. Rundt den indre gårdsplassen med vakker marmormosaikk, går søyleganger. Fasaden til basilikaen er i ny renessanse med store skulpturer av Jesus og disiplene etter modell av den opprinnelige fronten fra 1592.

I 888 ble Montserrat først nevnt av historiske kilder. I 1025 tok abbed Oliba initiativ og gjorde stedet til et benediktinerkloster. I 1409 ble stedet uavhengig av Roma. Historien er dessverre temmelig blodig her. I 1811 ødela franskmennene klosteret og drepte munkene. General Franco fikk ikke lagt ned klosteret. Så de sortkledde benediktinermunkene bor og arbeider her fortsatt. De lager

keramikk, kraftig likør eller trykker bøker. Klosterets bibliotek huser mange tusen verdifulle bøker.

Men det som får andakten til å senke seg over en fullsatt kirke, er de tjue hvitkledde guttene i koret Escolania. Hver dag ved elleve - tiden synger englestemmen hymnen til Montserrat. En kort preken for dagen på flere språk avsluttes med Fadervår på enda flere språk. Småguttene, som både må kunne synges godt og spille et instrument, begynner i koret ved seks års alderen. De må slutte når de blir fjorten år gamle. Først når de er atten år, kan de komme tilbake som munk og leve et liv i forsakelse, arbeid og bønn.



Fronten til basilikaen viser Jesus og de tolv disiplene.



Trenger du leiebil?

Billigst og enklast på internett:

www.spania.no/leiebil

Malaga Alicante Benidorm Murcia Torrevieja

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

Benidorm Mand til torsd 16.00 - 21.30
Albir Fred, lør, sønd 16.00 - 22.00
Mc Donalds Cami de la Mar 95 Alfaz
Tel 966860358 filmer med norske tekster

Costa Blanca Data

internet - hardware - software

E-post: correu@costablancadata.com

<http://www.costablancadata.com>

Datahjelp for privatpersonar og bedrifter.

Enkeltoppdrag - driftsavtaler.

L'Alfàs del Pi med omland.

Mobiltilf.: 636 260 573



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

Yoel
FOTOGRAFIA

Albir

Digitalt og analogt fotoutstyr

Fotoutskrift fra digitalkamera

Avda. del Albir

Alfas del Pi

Tlf: 966 867 393

Yoely

Alfas del Pi

Fotoutstyr, bokhandel, kontorrekvisita

C/Federico García Lorca nr 15

03580 Alfaz del Pi, Alicante · Tlf 965 888 644

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 oppkoblings- eller månedavgift - 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)

Bici Altea

- Din fagmann på tråsykler



YAKUZA

1099 €



ATTACK > 1.0

699 €



Eneforhandler i Alicante regionen for:



Banshee Bikes

Bici Altea

Du finner oss langs N332 i Altea

C./Carrasca 7, 03590 Altea

Vi snakker engelsk & spansk

Tlf: 677 040 613

Den sorte madonna

Catalonias skytshelgen er en høyt elsket trestatue av ubestemmelig alder. Du må smøre deg med tålmodighet hvis du vil se henne. Her er det kø, lang kø!

KARI LØVDAL

KARI@SPANIAPOSTEN.NO

I 1881 ble denne lille trestatue av madonna med barnet Catalonias skytshelgen. Hun har en mangslungen og myteaktig forhistorie. Fra sitt gullglinsende kapell like over basilikaens høyalter skuer hun ut over det enorme kirkerommet. Kvinnen, symbolet på kongelig guddommeligheit, sitter på en trone med Jesusbarnet på kneet.

Begge har krone. De opprinnelige kronene ble laget av gullsmeder fra barokken. Napoleons soldater rasket med seg det de fant under den franske krigen i 1811. Det sies at kronene var prydet med fem hundre edelstener, blant annet en diamanth som så stor som et dueegg. Kronene, du ser i dag, er gaver fra det katalanske folket i 1881. Septeret, liljen og sølvtronen er også av moderne dato, fra 1947. Mange kjente kunstnere har gitt gaver til stedet.

KARBONDATERING

Fra uminnelige tider har kapell blitt dedikert til Jesu mor. I år 888 blir Montserrat nevnt første gang. I følge legenden skulle evangelisten Lukas ha laget statuen, og Paulus tok den med hit til Spania på en av sine reiser i år 50 etter Kristus.

Da maurerne overtok landet, ble statuen, i følge tradisjonen, gjemt i den hellige hulen. Fargen på statuen skyldes tiden i hulen og røyken fra alle stearinlysene. Karbondateringer viser imidlertid at trestatuen ble skåret ut i det tolvte århundre. De vitenskapelige undersøkelsene har ikke dempet folks hengivenhet. Hvis du vil se eller berøre den sorte madonna, må du pent stille deg i kø. Langsomt snegler den tause køen seg av gårde på høyre side av basilikaen, gjennom kapeller, oppover marmortrappene og inn til hennes private kapell. En og en går fram, ber hastige bønner, kysser eller berører statuen for så å gi plass til neste mann. Kvinner kan bli velsignet med stor fruktbarhet ni måneder etter besøket her.



POP: Du må ta tiden til hjelp hvis du vil se den sorte madonna på nært hold.



OVER: Vakker og majestetisk er hun, Jesu mor, den sorte madonna.

VENSTRE: I et lite kapell på baksiden kan besøkende sitte ned.

UNDER: Det er mye vakkert å se på mens du venter. Relieffet over en av trappeoppgangene viser Montserrats sjel.



Hvor går eiendomsmarkedet ?

?

?

?

? Hvordan finner jeg meg jobb i Spania ?

Diskusjon, debatt, meningsutveksling tips og triks.

?



WWW.SPANIAGUIDEN.NO/FORUM

Alfaz del Pi

Spansk-Norsk samarbeid

Medlemmer fra arbeidsdepartementet i Norge besøkte 20. april rådhuset i Alfaz del Pi, der dem var i samtale med rådmann Eric Svanberg (Partido Popular), den norske konsulen Jan Arild Nilsen og riksmann José López Garrido, for å få informasjon om situasjonen til de mange norske beboere i provinsen Alicante. Departementsmedlemmene ønsker å opprette kontakt med de lokale og provinsielle autoriteter for å bedre kunne ivareta nordmenns interesser i utlandet.

PRESSEMELDING

Svanberg forklarer at departementsmedlemmene fikk innblikk i hvordan det sosiale systemet fungerer i Spania og hvordan norske beboere lever i landet. Medlemmene viste stor interesse i spørsmålet om integrering og hvordan nordmenn tilpasser seg det spanske systemet. Møtet varte i en og en halv time, og alle var fornøyde med utfallet. Partene avtalte å opprettholde kontakten for fremtidig samarbeid.

Nilsen understreker hvor viktig Alfaz del Pi er for Norge. Bare de to siste månedene har to forskjellige delegasjoner fra Norge besøkt byen.

- For Norge er Alfaz del Pi et viktig sted. Her er 2.500 fastboende nordmenn, noe som

vekker stor interesse i den norske regjeringen. Vi har i løpet av de siste to månedene hatt besøk fra Helse- og Sosialdepartementet, og nå Arbeidsdepartementet, sier Nilsen.

Et av temaene som ble diskutert under møtet var problemet med innmelding i manntallet. Mange nordmenn unnlater å registrere seg, noe som gir problemer på flere nivå.

- Nordmenn velger å melde seg inn i manntallet på det norske konsulatet, men slett ikke alle gjør dette. Vi vet egentlig ikke helt omfanget av situasjonen, og kan derfor ikke si med sikkerhet hvor mange dette dreier seg om. Inntrykket vi har er at ca. halvparten av norske beboere registrerer seg. Sett fra kommunens og

konsulatets side er det særdeles viktig å vite hvor mange nordmenn som befinner seg her og hvor. Dette i tilfelle katastrofe og nødstilfeller, sier Nilsen.

Den norske konsulen mener at grunnen til at nordmenn ikke vil registrere seg er at de tror de da lettere kan kontrolleres av myndighetene. Nilsen påpeker at registreringen er kun for egen sikkerhet og han påstår at enkeltmenneskets frihet ivaretas.

- Ingen ønsker å ha kontroll over enkeltmennesket!

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

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

DENTALIA - INSTITUTO DENTAL ESCANDINAVO



EKTE SPANSKE PRISER!

SPESIALIST 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



COCO-LOCO
beach bar

PLAYA ALBIR
Tel: 966 866 999

don't be lazy,
be crazy

Åpent hver dag
09⁰⁰ - 03⁰⁰

17. mai er vi så glad i !

"Norges nasjonaldag", det ligger dyp patriotisme i ordene. Norge kler seg i nasjonaldrakt og feirer grunnloven til fulle. Rødt, hvitt og blått svaier stolt i vinden. Kongeriket Norge viser seg fra sin beste side denne syttende dagen i mai.

BENTE PUIG

BENTE@SPANIAPOSTEN.COM

NASJONALDAG 4. NOVEMBER

17. mai har ikke alltid vært Norges nasjonaldag. De svensk-norske kongene regnet unionssdagen 4. november som Norges offisielle nasjonaldag.

TORVSLAGET I 1829

Norges grunnlov ble vedtatt på Eidsvoll 17. mai 1814. Samme dag ble den danske prins Christian Frederik valgt til konge. Til å begynne med ble dagen feiret meget forsiktig i privat regi, men fra 1824 fikk den et mer offisielt preg. Karl Johan var

imidlertid sterkt imot feiringen av syttende mai fordi han mente at markeringen av denne dagen var en feiring av kongevalget (Christian Fredrik) på Eidsvold og et uttrykk for misnøye med unionen. Dette la en demper på feiringen, men studentersamfunnet lot seg ikke stoppe. I januar 1829 vedtok et flertall av studentene å gjøre 17. mai til en årlig festdag. Mange meldte seg ut i frykt for konsekvensene. I nettene forut for den store dagen ble løpesedler og slagord satt opp på husveggene for å oppfordre folk



ALFAZ DEL PI: 17. MAI 2005

til å markere grunnlovsdagen. Følgende innbydelse ble slått opp på Universitetets port i Karl

Johans gate 47:

"Ifølge det Norske Studentersamfunds Beslutning av 9de Maj 1829, indeholdende, at ogaa akademiske Borgere udenfor Samfundet kunde deltage i dets Festligholdelse af 17de Maj, tilkjendegives det herved, at D'Hrr. Studenter, der maatte ønske at tage Del heri, kunde subscribere paa en hos Universitetsportneren nedlagt Liste, eller Mandags og Thorsdags Aftener paa den i Samfundslokalet liggende." Christiania, 11te Maj 1829
Ludvig Christensen Daae p.r.Samfundets 1ste Directeur L.F.Holst p.t.Secretair

Denne søndagen 17. mai samlet en stor mengde folk seg på Stortorvet i Christiania. Den store folkemengden gjorde regjeringen bekymret og torvs-

laget var et faktum. Etter at opprørsloven var lest opp, ble folkemengden jaget fra hverandre av det militære. Dette ble ikke godt mottatt av folket, og resultatet var at kongen oppga motstanden mot 17. mai-feiringen.

BARNETOGENES INNTOG

Henrik Wergeland var en foregangsmann når det gjaldt å feire 17. mai. Ved taler og dikt ga han dagen mye av det preget den har idag. I 1870 kom det første barnetoget i stand etter initiativ fra Bjørnstjerne Bjørnson, og dette er senere blitt det mest markante og originale trekk ved dagen.



TORREVIEJA: 17. MAI 2003

Hva om pakisternerne sperret av Karl Johans gate for å feire sin nasjonaldag i Norge ?



Si din mening !

WWW.SPANIAGUIDEN.NO/DEBATT

Flaggets historie



ALFAZ DEL PI, 17. MAI 2002: Visste du at når du flagger med det norske flagget i Spania skal du også bruke det spanske flagget!

BENTE PUIG

BENTE@SPANIAPOSTEN.COM

Fra 1600-tallet og fram til 1814 hadde Norge felles flagg med Danmark, det samme flagget Danmark har i dag. I 1814 kom Norge i union med Sverige. Dermed ble det i 1818 bestemt at Norge skulle bruke det svenske flagget, bare med et hvitt kryss på rød bunn i øverste venstre hjørne.

Men nordmennene som hadde laget sin egen grunnlov, ville ha sitt eget flagg også. I 1821 fikk Norge eget flagg, det flagget vi har i dag. Flagget ble tegnet av Fredrik Meltzer. I 1844 kom en lov som sa at det norske flagget skulle ha unionsmerke i den øverste firkanten. Mange nordmenn likte ikke det, og kalte merket for "Sildesalaten". Først i 1898 ble det lov å bruke flagget slik vi kjenner det idag, og i 1905 ble dette det offisielle norske flagget

Under 2. verdenskrig var det bare lov å bruke flagget når det var heist på flaggstang. Noen protesterte og lot være å heise flagget i det hele tatt. Andre lurte seg til å bruke små flagg, for eksempel på 17. mai. Mange tok

godt vare på flaggene sine i de fem årene krigen varte. Da freden kom i 1945 ble de hentet fram. Eldre folk forteller at mange gråt da menneskene i Norge igjen kunne gå i tog med norske flagg i hendene.

FLAGGREGLER

1. Det norske flagget skal alltid behandles med aktelse og ærbødighet.
2. Det skal aldri berøre jorden eller slepe vannet.
3. Det skal heller ikke tjene som underlag eller bakgrunn for noe annet.
4. Flagget skal henge fritt.
5. Et utslitt flagg skal brennes, eller sprettes fra hverandre fargevis.
6. Ved dødsfall og begravelse flagges det på halv stang. Flagget heises først til topps og fires så ned 1/3 del av stangens høyde. Når begravelsen har funnet sted heises flagget til topps.

FLAGGTIDER

Flagget skal heises ved soloppgang og fires ved solnedgang. Dette er hovedregelen. Men soloppgang og solnedgang vari-

erer mye i et langstrakt land som Norge. Derfor finnes unntaksregler.

Fra mars til oktober skal ikke flagget heises før kl. 8.00, og fires senest kl. 21.00.

Fra november til februar skal det ikke heises før kl. 9.00.

Om vinteren skal ikke flagget heises før kl. 10.00 i de nordligste fylkene, Nordland, Troms og Finnmark, og fires senest kl. 15.00

OFFISIELLE FLAGGDAGER

1. januar 1. Nyttårsdag
21. februar H.M. Kong Harald V
1. påskedag
1. mai Offentlig Høytidsdag
8. mai Frigjøringsdagen 1945
17. mai Grunnlovsdagen
1. pinsedag
7. juni Unionsoppløsningen 1905
4. juli H.M. Dronning Sonja
20. juli H.M.K. Kronprins Haakon Magnus
29. juli Olsok
19. august Kronprinsesse Mette-Marit
22. september Prinsesse Märta Louise
25. desember 1. Juledag



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 NETTSTIDE
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 webside ved lenger leieperiode

Pressemelding

17.mai i Torrevieja



17.mai-komitèen i Torrevieja kan også i år melde om et allsidig 17.mai program som man tror passer både små og store. Feiringen starter i Sjømannskirken med flaggheising og minnemarkering.

Selve 17.mai prosesjonen vil foregå i sentrum av Torrevieja. Alle som ønsker å delta i 17.mai-toget kan møte opp ved Playa de la Cura. Herfra vil toget gå ca.2-3 kilometer gjennom byen til "Eras de la Sal". Eget musikk-korps vil delta i prosesjonen. Før 17.mai toget starter vil det bli salg av 17.mai sløyfer og norske flagg ved elever fra Den norske skolen i Rojales. Alle er hjertelig velkommen til å delta i 17.mai-toget.

Prosesjonen ender i "Eras de la Sal". Her vil restaurant Henrik Ibsen stå klar med servering av forfriskninger, mat og drikke. Etter matserveringen vil det bli et kort program fra scenen, med blant annet 17.mai tale ved Sjømannsprest Helge

Pettersson, og underholdning av elever fra Den norske skolen i Rojales. Det vil også bli loddssalg under samlingen i "Eras de la Sal". Inntektene fra loddssalget vil gå til nytt lekeområde i Sjømannskirken sin. Gevinstene er 2 flybilletter t/r Alicante-Norge, gitt av SAS, og et saltskip, gitt av Den norske klubben.

Etter feiringen i sentrum inviterer skolen og FAU til 17.mai fest på skolen i Quesada.. Her vil det bli underholdning, leker og konkurranser, og salg av mat og drikke. Alle er hjertelig velkommen. Festen varer ca.3 timer.

17.mai feiringen avsluttes på restaurant Los Arcos. Her inviterer Den norske Klubben til festmiddag på kvelden. Billetter

kan fås kjøpt ellers bestilt på klubbkontoret i Torrevieja, fra 2.mai. Kontoret er åpent hver dag fra kl.10.00-14.00. Tlf: 965 716 326.

Hilsen
17.mai komiteen

Signy Munkeby
Den norske skolen i Rojales

Leif Larsen
Den Norske klubben

Nils Lefsaker
Den norske klubben

Espen Ingebrigtsen
Sjømannskirken i Torrevieja

Tim Kindem
Det Norske Konsulat

17.MAI PROGRAMMET

TORREVIEJA

Kl.08.30.

Flaggheising, minnemarkering og frokost på Sjømannskirken. Pris for frokost; 6 € for voksne og 3 € for barn.

Kl.10.30

Vi møter fram på Playa del Cura. Salg av 17.mai sløyfer og norske flagg v/Den norske skolen.

Kl.11.00

Toget går fra Playa del Cura til "Eras de la Sal"

Kl.11.45

Ved ankomst, salg av forfriskninger, mat og drikke. Program og loddssalg. Gevinsten - et saltskip, er gitt som en gave av Den norske klubben, og 2 SAS billetter, gitt av SAS. Inntektene går til et prosjekt i Sjømannskirken.

Kl.13.30

Avslutning

Kl.14.00

Feiringen forsetter på Den norske skolen i Ciudad Quesada, Rojales. Alle er hjertelig velkommen. Avlutning ca.17.00

Kl.19.00

Den norske klubben arrangerer festmiddag på restaurant Los Arcos. Billetter kan fås kjøpt ellers bestilt på klubbkontoret i Torrevieja, fra 2.mai. Kontoret er åpent hver dag fra kl.10.00-14.00. Tlf: 965 716 326.

De mest korrupte landene verden

- Norge på "hederlig" åttendeplass, Spania nummer 23.



Nordmenn tar lettere imot bestikklser enn f.eks. svenskene ifølge undersøkelsen.

KOLBJORN ALSTAD

KOLBJORN@SPANIAPOSTEN.NO

Ifølge den årlige undersøkelsen utført av den Berlin-baserte organisasjonen Transparency International, er verdens minst korrupte land Island; de som befinner seg i den andre enden av skalaen er Bangladesh og Chad.

Indeksen definerer korrupsjon som misbruk av offentlige midler til private formål, og måler graden av hvordan korrupsjon ser ut til å eksistere blant et lands offentlige ansatte og politikere. Det er en sammensatt indeks basert på 16 undersøkelser fra 10 forskjellige uavhengige institusjoner som har samlet informasjon fra forretningsfolk og analyser fra landene. Bare 159 land i verden er inkludert i undersøkelsen på grunn av at det er problematisk å

samle inn de nødvendige data fra de resterende nasjonene.

Poengene beregnes fra 10, som er helt ren, til null som er ekstremt korrupt. Poengsummen 5.0 er det tallet som Transparency anser som et grensetall som skiller mellom land som har eller ikke har et alvorlig korrupsjonsproblem. Land som har bedret sin posisjon siden forrige undersøkelse, er Argentina,, Østerrike, Bolivia, Estland, Frankrike, Guatemala, Honduras, Hong Kong, Japn, Jordan, Kazakstan, Libanon, Moldova, Nigeria, Qatar, Slovakia, Sør-Korea, Taiwan, Tyrkia, Ukraina, og Yemen.

Noen av de landene har i tidligere undersøkelser hørt med blant verstingene.

1:	9.0 - 9.3	8.6	18	24
Island		8.3 - 8.8	Frankrike	Barbados
9.7	7		7.5	6.9
9.5 - 9.7	Sveits	13	7.0 - 7.8	5.7 - 7.3
	9.1	Luxembourg		
2	8.9 - 9.2	8.5	19	25
Finland		8.1 - 8.9	Belgia	Malta
9.6	8		7.4	6.6
9.5 - 9.7	Norge	14	6.9 - 7.9	5.4 - 7.7
	8.9	Canada		
3	8.5 - 9.1	8.4	Irland	26
New Zealand		7.9 - 8.8	7.4	Portugal
9.6	9		6.9 - 7.9	6.5
9.5 - 9.7	Australia	15		5.9 - 7.1
	8.8	Hong Kong	21	
4	8.4 - 9.1	8.3	Chile	27
Danmark		7.7 - 8.7	7.3	Estland
9.5	10		6.8 - 7.7	6.4
9.3 - 9.6	Østerrike	16		6.0 - 7.0
	8.7	Tyskland	Japan	
5	8.4 - 9.0	8.2	7.3	28
Singapore		7.9 - 8.5	6.7 - 7.8	Israel
9.4	11			6.3
9.3 - 9.5	Nederland	17	23	5.7 - 6.9
	8.6	USA	Spania	
6	8.3 - 8.9	7.6	7.0	Oman
Sverige		7.0 - 8.0	6.6 - 7.4	6.3
9.2	Storbritannia			5.2 - 7.3



THE BED SPECIALIST S.L.



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.



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

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.



E-mail: thebedspecialist@ctv.es



Torrevieja
Tlf: 966 730 157
Fax: 966 730 156

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

Graviditet i Spania

Mange nordmenn i utlendighet vender nesen hjem til gamlelandet når en graviditet er et faktum. Vi er ikke så godtroende at vi lar spanske leger ta hånd om våre bulende mager og fødselsforberedelser. Da er jordmor i hjemkommunen trygg å ty til, da blir det i hvert fall gjort på "ordentlig vis".

BENTE PUIG

BENTE@SPANIAPOSTEN.NO

FORDOMMER

Det er mange fordommer mot "syden" og svangerskap; "du må ikke reise til syden når du er gravid, og du må i hvert fall ikke spise grønnsaker der nede, drikkevannet er heller ikke bra". Ja, du skal i følge de blåfryste hjemme på berget være særdeles forsiktig nedi de landene i syd. Men ingen grunn til bekymring! Tenk bare hvor mange kvinner som faktisk føder barn i Spania, og babyene kommer sunne og friske til verden! Du kan spise både grønnsaker og drikke vann, ikke galt bare det! Og når det gjelder helsevesenet så er "helse-Spania" faktisk kåret til en fjerdeplass på WHO's lister over helsestystemer i hele verden.

JORDFAR

Som nordmenn flest var jeg også litt bekymret og usikker på hvordan svangerskapskontrollene foregikk i Spania. Derfor ventet



Spaniapostens skribent Bente Puig skriver om erfaringer med graviditet i Spania.

jeg helt til tredje måned før jeg våget å bestille time hos "matron" (jordmor) ved det lokale helsesenteret "centro de salud". Nervene var til å ta og føle på ved det første besøket, og bedre ble det ikke da jeg oppdaget at jordmor faktisk var en jordfar.

- Det er ikke mulig, tenkte jeg, en mannlig jordmor? Det må være en misforståelse!

Hjertebank og skyhøyt blodtrykk var uunngåelig, da jordfar dro frem blodtryksmåleren. 140 over 80!!

- Slapp av, stress ned, sier jordfar, du har et unormalt høyt blodtrykk!

GOD OPPFØLGING

Hver tredje uke går jeg til svangerskapskontroll, og jordfar er nøye med oppfølgingen. Da blodtrykket har ligget litt i grenseland ved hver kontroll, ble jeg beordret til å måle trykket en gang i uken på helsesenteret. Med lange arbeidsdager og ellers daglige sysler, er det ikke lett å finne rom for disse ukentlige målingene. Det ble til at jeg skulket unna, til jordfars ville vrede. Ved neste svangerskapskontroll fikk jeg regelrett kjefte av jordfar, lange tirader om hans ansvar for barnets ve og vel, faren for svangerskapsforgiftning osv. osv. Som straff må jeg nå måle trykket hele TRE ganger i uken!

TRIPPEL-TEST

Da dette er mitt fjerde svangerskap husker jeg godt rutinene i Norge når det gjelder prøver etc. Et stikk i fingeren og urinprøver ved omtrent hver kontroll. I Spania er dette noe annerledes. Kun én gang har jeg tatt blodprøve og urinprøve, og det var i første trimester. Alle nivåer var i skjønneste orden. Jeg skal visst gjennom samme tester i hvert fall en gang til, har jordfar fortalt. Allerede ved første svangerskapskontroll spurte jordfar om jeg ønsket å ta fostervannsprøve for å sjekke om barnet led av Downs syndrom, noe jeg synes var forunderlig. I Norge gjøres dette kun i nødstilfeller der det er mistanke om noe galt, eller mor er over 40 år. Jordfar fortalte at dette var helt frivillig. Jeg takket pent nei, og jordfar var skjønt enig at det ikke var en absolutt nødvendighet. Det er faktisk en risiko forbundet ved en slik test.

ULTRALYD

Når man er ca. 12 uker på vei er det normalt at jordfar bestiller time for deg ved det lokale sykehuset. Der går legen gjennom papirene, sjekker blodtrykk og gir deg den aller første ultralyd. For første gang får man altså møte sin baby, men å fastsette kjønn er ennå for tidlig. Legen gir deg ny tid til ultralyd rundt uke 20, altså halveis i svangerskapet. Dette er også noe annerledes enn i Norge, der man

som regel bare får én ultralyd i løpet av svangerskapet.

FAR OPP! DET HELE

Den blivende far blir tillagt større betydning under svangerskapet enn tidligere, en utvikling vi også ser i resten av den vestlige verden. Far blir anbefalt å bli med på svangerskapskontroller og ultralydundersøkelser. Han blir oppfordret til å ta del i fødselsforberedelsene og oppmuntres selvfølgelig til å bli med på selve fødselen. Ved det lokale helsesenteret kan man også få opplysninger om fødselsforberedende kurs og mammagrupper.

SVANGERSKAPSKONTROLL

Svangerskapskontrollene fortsetter med et treukers intervall og prosedyrene er de samme, veiing, blodtryksmåling og lytte til babyens hjerteslag. Blodtrykket har gått noe ned, og jordfar har benådet meg til blodtryksmåling kun én gang uken, en stor lettelse for en hardt arbeidende blivende mor. Nå ser vi bare frem til neste ultralyd i 20. uke, blir det gutt eller jente?

Skribent i lykkelige omstendigheter!

Vår dyktige medarbeider og skribent, Bente Puig, er i skrivende stund i lykkelige omstendigheter, det vil si gravid! I fem måneder har vi i redaksjonen vært vitne til stadig bulende mage, kvalme, humørsvingninger, ja, alt som hører et sunt svangerskap til. Mange har stilt seg spørrende til dette med svangerskap i utlendighet. Nå velger vår kjære skribent å dele sine erfaringer med våre lesere, og vi i Spaniaposten ønsker Bente lykke til med det forestående! Red.



Middelhavsdietten forebygger Alzheimer

I tillegg til generelt forbedret helse, mindre fare for hjerte og karsykdommer reduserer sunn mat faren med 40 prosent for Alzheimer.



KOLBJORN ALSTAD

KOLBJORN@SPANIAPOSTEN.NO

At middelhavsdietten er bra for hjertet er velkjent, men ny forskning viser at den også reduserer risikoen for Alzheimer; det skriver reporter Ed Edelson i Health Day.

De som har fulgt middelhavsdietten svært nøye, med mye fisk, frukt og grønnsaker, og benyttet umettede fettsyrer som finnes i olivenolje, samt spist lite meieriprodukter og holdt seg til lite kjøttspising, hadde 40 prosent lavere risiko for å utvikle Alzheimer enn de som holdt seg til en mer konvensjonell diett.

- Det er en ganske betydelig effekt, sier Dr. Nikolaos Scarmeas, assisterende professor i nevrologi ved Columbia University Medical Center og leder av studien.

Mens mange studier viser at middelhavsdietten minsker risikoen for hjerteproblemer, så er dette den første studien som viser at den er bra for de mentale funksjoner også, sier han.

Resultater av forskningen er å finne i aprilutgaven av "Annals of Neurology."

Studien involverte 2.258 innbyggere i New York. De ble delt inn i tre grupper avhengig av hvor trofast de fulgte dietten. Ved en gjennomsnittlig oppfølging i løpet av fire år, var det 20 prosent lavere antall Alzheimer blant de som ikke fulgte planen fullt ut, mens den ble doblet til

40 prosent blant de som holdt seg til dietten.

Scarmeas sier at det er dietten som en helhet, ikke enkelte deler av den som er ansvarlig for den positive effekten. Og det faktum at det er "en kombinasjon av mange matvarer" gjør at det er vanskelig å bestemme helt eksakt hvordan dietten virker, la han til, men det er rom for spekulasjoner.

- En mulighet er at middelhavsdietten har den samme gode effekten på blodkarene i hjernen som i hjertet og dermed reduserer risikoen for blokkering, sier Scarmeas, - det kan også være at maten i dietten er rik på antioksydanter som er veggjørende, eller at dietten reduserer tilfeller av skadelige betennelser. - Vi forsøkte å skille ut de komponentene i dietten som fremkaller effekten, men ingen av de er utpreget ansvarlig for det, sier Scarmeas, - men når de er sammen, er effekten til stede. Dr. Dimitrios Trichopoulos, professor i forebygging av kreft og epidemiologi ved Harvard School of Public Health, har gjort lignende studier av middelhavsdietten; han kaller den nye forskningen for "spennende."

- Forskerne ser ut til å ha gjort et svært godt arbeid, sier han, - de brukte en diett-tabell vi har utviklet over mange år. Jeg mener denne studien er god. Dette er spekulasjon, men det er en fornuftig og god spekulasjon. Det må arbeides videre med å

duplisere funnene, men resultatet er spennende.

- Det har vært en "generell oppfatning" at tilfellene med Alzheimer er lavere i regioner hvor middelhavsdietten benyttes, sier Trichopoulos,

- antagelsen har alltid vært der, så det passer inn med studien. Trichopoulos er enig i at det gode resultatet "ikke er en effekt av en enkelt komponent, men det er hele dietten som sådan. Små effekter som utgjør en kollektiv styrke."

Han sier også at han følger middelhavsdietten, og Scarmeas hevdet at det inkluderer "moderat konsumering av alkohol, vanligvis i form av vin til middagen."



Det Persiske Teppe Galleri

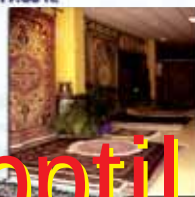
ALFAZ DEL PI

Avd. Pais 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.



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



Kakao bønner

- Når penger vokser på trær

Sjokolade er også kjent som helsebringende remedium og som "kjærlighetsmiddel". Kakao, råstoffet for sjokolade blir, var nesten som gull å regneen tid tilbake. Den har dog fortsatt universell apell. Det hevdes at sjokoladens opprinnelse er i Amazonas og at den ble oppdaget for minst 4000 år siden. De spanske conquistadorene var spesielt interessert i nettopp sjokolade!



KOLBJORN ALSTAD

KOLBJORN@SPANIAPOSTEN.NO

Mayakulturen er kjent for å ha brukt sjokolade så tidlig som som i det sjette århundre f. Kr. Mayaene kalte kakaotreet for cacahuaquchtl (tre), og ordet sjokolade stammer fra det mayaordet xocoatl som betyr

"bittert vann." For mayaene symboliserte kakaobønnen livet og fruktbarheten, ikke noe kunne være mer viktig. På stentavler i palasser og templer finnes mange utskjæringer som viser kakaotreet og bønner.

600 år f. Kr. strakte mayakulturen seg fra Central-Amerika til de nordlige delene av Sør-Amerika, fra Yucatan til stillehavskysten av Guatemala. På Yucatan vet vi at mayaene opprettet den første kjente kakaoplantasjen. Kakaobønnen var ofte representert i religiøse ritualer og i mayatekster finner vi at de refererte til kakao som "mat for guder."

Aztekerne dedikerte skapelsen av kakaoplanten til sin gud Quetzalcoatl, som i følge sagnet steg ned fra himmelen på en stråle fra morgenstjernen. Han bar med seg en kakaoplante som han hadde stjålet i paradiset.

Både blant mayaene og aztekerne brukte de drikken xocoatl usøtet, men den utgjorde basisen for en tykk og kald drikk som de trodde var en eliksir for bedre helse. Siden sukker var ukjent for aztekerne, benyttet de forskjellige krydder for å få mer smak, til og med chilipepper og maismel ble brukt.

KAKAOBØNNEN SOM BETALINGSMIDDEL

Aztekerne trodde at de fikk visdom og kraft ved å spise frukten fra kakaotreet og at den hadde en velgjørende effekt, også som afrodisiakum. Den aztekiske herskeren Montezuma drakk tykk sjokolade som var rødfar-

get. Drikken var så statuspreget at den ble drukket i gullbeger som ble kastet etter bruk. Han likte det så godt at det hevdes han drakk femti beger for dagen.

Kakaobønnene ble også brukt som penger. Opptegnelser viser at 400 kakaobønner var det samme som en zontli, mens 8000 bønner utgjorde en xiquopilli. Når aztekerne erobret andre stammer, forlangte de å få betaling i kakaobønner. Ved å undertrykke både mayaer og chimmimeker, ble aztekerne mer og mer enerådende i Mexico. Opptegnelser fra år 1200 viser nøye detaljer av kakaoleveringer, noe som ble pålagt de beseirede stammene.

I 1492 returnerte Columbus i triumf fra Amerika. Kong Ferdinand og dronning Isabella ble presentert for mange fine og fremmede ting. De få mørke brune bønnene som lignet litt på mandler, fikk ikke mye oppmerksomhet, den gangen.

På sin fjerde reise til Amerika landet Columbus i det som nå er Nicaragua. Han var den første europeeren som oppdaget at kakaobønnen ble brukt både som betalingsmiddel og til drikke, på samme vis som blant aztekerne. Columbus, som fortsatt søkte etter en rute til India, så fortsatt ikke potensialet i kakaobønnen

og det enorme markedet for den.

Hernando de Oviedo y Valdez, som reiste til Amerika i 1513 som et medlem av ekspedisjonen til Pedro Avila, forteller at han kjøpte en slave for 100 kakaobønner. For 10 bønner kjøpte han tjenester av en prostituert, og han betalte fire bønner for en kanin til middag. På den tiden skiftet mayanavnet på drikken til det aztekiske navnet chocolatl. Det betyr vann eller varm drikk på aztekisk.

Hernando Cortéz, som erobret en del av Mexico i 1519, etablerte en kakaoplantasje i Spanias navn og hadde en visjon om å gjøre om kakaobønnene til gulldubloner. Selv likte han ikke drikken, men han var opptatt av bønnenes verdi som penger. Nå så han for seg en storstilt dyrking av "penger." Dette var opprinnelsen til noe som skulle vise seg å bli en meget lukrativ forretning.

SJOKOLADE PÅVIRKER MANGE KULTURER OG TRADISJONER, OGSÅ INTERNASJONAL ØKONOMI.

Cortéz presenterte bønnene fra den Nye Verden for spanskekongen, Carlos V, og viste ham hvordan de skulle tilberedes. Han viste ham hvordan han skulle lage sjokolade. Cortéz postulerte at når den bitre drikken ble blandet med sukker,



PENGER PÅ TRÆR: Hernando de Oviedo y Valdez forteller at han kjøpte en slave for 100 kakaobønner. For 10 bønner kjøpte han tjenester av en prostituert, og han betalte fire bønner for en kanin til middag.

ville den forandres til en delikatesse. Spanjolene blandet den med sukker, vanilje, nøtter, krydder og kanel. Resultatet var utfordrende, delikat, god smak og ikke minst fasjonabelt. Den ble reservert for de spanske notabiliteter som etter hvert skapte et større og større behov for disse fruktene fra spanske plantaser. Sjokolade var en hemmelighet som spanjolene klarte å skjule for resten av verden i mer enn hundre år.

Det er ingen hemmelighet at sjokolade nyter et rykte av å være et afrodisiakum, helt siden conquistadorene first ble klar over den "hedenske" måten aztekerne benyttet den på. Men aztekerne brukte den som medisin, neppe som kjærlighetsmiddel.

Dominikanerne bragte over en delegasjon med mayaindianere til Spania for å møte kong Filipe i 1544. De spanske munkene, som hadde lært å dyrke kakaobønner, lot til slutt hem-

meligheten lekke ut. Det tok ikke lang tid før sjokolade var utbredt over hele Europa, og kjent som særdeles delikat og helsebringende.

Bønnene ble fortsatt brukt som betalingsmiddel: To hundre bønner kostet en kalkunhane. Hundre bønner for en kanin eller høne. Prisen hadde allerede steget betydelig i løpet av tretti år, så det var inflasjon også på bønnemarkedet. For et kalkunegg forlangtes det tre bønner, det samme som for en fersk avocado eller en fisk pakket inn i maisblad. En moden avocado eller en tomat kostet en bønne. Men bønnene ble også brukt som betalingmiddel i Spania. I 1625 var 200 små bønner verd det samme som en real.

Den romersk-katolske kirken måtte etter hvert også se nærmere på sjokoladen. Pave Pius V, som forøvrig ikke likte sjokolade, deklarerer at å drikke sjokolade på fredager ikke var et brudd på fasten.

I 1579 erobret engelske pirater et spansk skip fullastet med kakaobønner, men brente hele lasten. De tok bønnene for å være sauelort. Det første skipet med kakaobønner beregnet for markedet ankom Spania i 1585. Bare to år senere erobret engelskmennene et annet spansk skip fullastet med kakaobønner, men de anså lasten som ubrukbar og ødela også den.

I 1643 omfavnet det franske hoff sjokoladen. Da den spanske prinsessen Maria Theresa ble forlovet med Louis XIV (Solkongen) av Frankrike, ga hun sin forlovede en sjokolade-gave elegant pakket inn i en treske med ornamenter.

Via det franske hoff spredde sjokoladen seg over hele Europa, den ble også mer og mer kjent som et afrodisiakum.

Spanjolen Pedro Bravo de los Camerinos tok et modig standpunkt: Han besluttet at han hadde fått nok av kristne overfarer til Amerika og utnyttelse av menneskene, der. Han reiste til Filippinene og slo seg ned der for godt. Han dyrket kakao og la grunnlaget for en av de største plantasjene i den tid.

Sjokoladene ble satt i produksjon og ble lenge håndlaget. Den første maskinproduserte sjokoladen i verden var også spansk, den kom ut fra en maskin i Barcelona.



Kakaobønner tørkes i solen før de behandles videre.



COLUMBUS GÅR I LAND PÅ GUANAHANI, 1492: På sin fjerde reise til Amerika landet Columbus i det som nå er Nicaragua. Han var den første europeeren som oppdaget at kakaobønnen ble brukt både som betalingsmiddel og til drikke, på samme vis som blant aztekerne.



Stilling ledig

Coco-Loco søker skandinavisk kokk, servitører og bartendere for sommeren. Internasjonalt, hektisk og trivelig miljø.

Noe for deg kanskje ?

Ring Kristian på telefon 616 370 331.



don't be lazy,
be crazy

Trådløst
bredbånd
+
IP Telefoni

Ett av de beste tilbudene du får på hele Costa Blanca!

Vi tilbyr:

- Rimelig telefoni
- Lynraskt internett
- Nybegynner kurs i databruk
- Hyggelig service

Telespana lanserer nå sitt trådløse internett og IP telefoni tilbud, i den forbindelse avholder vi informasjonsmøter i Torrevieja. Her vil vi være for å fortelle om våre produkter og tjenester. Vi håper så mange som mulig tar seg tid til å lære mer om en lønnsom investering.

Sted: Hotel La Zenia
Urbanizacion La Zenia, 03189
Playa De La Orihuela
Vi vil være på Hotel La Zenia
Onsdag 10. mai, kl 14 til 19

TEL España

Tlf +34 636 667 255
correo@telespana.no

Sted: Hotel La Fontana,
Calle Rambla de Juan Mateo
19, 03180 Torrevieja
Vi vil være på Hotel La Fontana
Torsdag 11. mai, kl 14 til 19

www.telespana.no

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.

Fakturerer 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.

Hvem var Columbus?

Den 3. august 1492 måtte alle jøder forlate Spania i henhold til et edikt om utvisning av alle jøder fra landet. Columbus skulle egentlig forlate landet med sine skip den 2. august på sin første, og nå så berømte reise, men han og hans mannskap utsatte avreisen til like før solen sto opp dagen etter, samme dag som den fastsatte utvisningen.

KOLBJORN ALSTAD



Hans historiske reise ble finansiert av rike jøder i høytstående posisjoner; mange av de hadde konvertert til kristendommen, i det minste tilsynelatende. Det var ikke kongen og dronningen av Spania som finansierte hans reise, slik man kan få inntrykk av. Kilden til Columbus inspirasjon var hans bibelske syn på vitenskapelige data så vel som åndelig tillit til Skriften. Han ble drevet mest av sitt syn på bibelske profetier. Columbus selv skrev: "Ingen skulle frykte å påta seg hvilken som helst oppgave i Frelserens navn, hvis det er rettfærdig og intensjonen er kun for å tjene Ham."

DET ANDRE HJEMLAND

Skjønt jødernes immigrasjon til Europa teknisk sett begynte med ødeleggelsen av Jerusalem i år 70, noe som førte til forfølgelser, så hadde jødene allerede begynt å slå seg ned på den iberiske halvøy århundrer før Kristus. Fra omkring det første århundre etter Kristus ble de spanske jødene kalt for sephardim (fra det hebraiske ordet for den iberiske halvøy, Sepharad). De foretok også pilegrimsreiser til Jerusalem og Paulus snakket om at det var behov for å sende misjonærer for

å arbeide blant jødene i Spania.

inkvisisjonen.

Etter år 200 ble Spania det andre hjemlandet til jødene for mer enn et millenium. Så tett innvevd i Spanias kultur og historie er jødene, at å utelukke påvirkning fra den ene eller andre ikke lar seg gjøre.

CONVERSOS AND MARRANOS

Jødene i Spania ble utsatt for både pogromer og religiøs forfølgelse. Mange ble tvunget til å avsværge jødedommen og omfavne katolisismen. Disse ble kjent som conversos, eller konverterte. Andre ble kalt marranos, falske konverterte; de praktiserte katolisismen offentlig, men privat så forble de tro mot sin overbevisning. Marranos har to betydninger på spansk: "den fordømte" og "svin."

En petisjon ble sendt til Roma for å introdusere inkvisisjonen og for å finne en endelig løsning på jødeproblemet. I 1487 fikk Spania pavens godkjenning av inkvisisjonen. Den ble egentlig motivert av kong Ferdinands grådighet og hans forsøk på å få total makt og beslaglegge all rikdom i landet. Fire år senere led titusenvis av jøder, marranos og conversos under den spanske

VAR COLUMBUS JØDE?

Columbus benyttet seg av data og fraser som er helt spesielle for jødene. I stedet for å referere til "ødeleggelsen" eller "erobringen av Jerusalem," brukte han uttrykket "ødeleggelsen av det andre hus." Han benyttet også det hebraiske året 68 i stedet for 70. Et notat viste at han også ga årstallet 1481 det jødiske motstykket, som er 5241, og så videre. Han skro også av at han nedstammet fra kong David og i noen av hans brev ble det skrevet i et "ukjent språk" (hebraisk?). Det sies at han brukte en spesiell triangulær signatur i likhet med inskripsjoner funnet på gravsteiner på gamle jødiske kirkegårder i Spania og det sørlige Frankrike.

Var Columbus en genoveser eller en jøde? Var han en marrano eller converso? Var han Cristoforo Colombo, den italienske katolikken eller Cristóbal Colón, en spansk jøde? Hans etniske bakgrunn er i og for seg ikke så viktig, men interessant.

ISLAMIS ROLLE

I det åttende århundre invaderte muslimske tropper den Iberiske Halvøy. De delte opp de erobrede

områdene i kongedømmer og kalte de for spaniene. Omkring år 980 flere av disse uavhengige spaniene begynte å føre krig mot sine muslimske erobrere. Den fremste finansielle kilden den gang var handel med det Fjerne Østen.

Rundt år 1400 ble passasjene til Østen ikke lenger tillatt for de kristne. Muslimene kontrollerte også den alternative hovedruten over land til Orienten. Røvere, heten i ørkenen og sandstormer, såvel som andre farer, ble for farlig og risikofylt for europeerne. I tillegg ble det for kostbart. Å finne en ny rute, sjøvegs, var nå den store utfordringen.

Det siste muslimske kongedømmet, Granada, ble gjenerobret i 1492. Dette ser ut til å være den hendelsen som fikk satt fart på prosessen med den berømte sjøreisen.

DEN MARITIME TEKNOLOGIEN I DET 15. ÅRHUNDRE

Størstedelen av menneskene som hadde noe utdannelse i Europa i det 15. århundre, visste at jorden var rund. Hebraiske astronomer, slik som Abraham Zacuto, som oppdaget Vasco da Gama hadde konsultert for å finne en sjørute til India rundt Afrika, kom opp med forskjellige tidstabeller. Rabbi Levi ben Gershon, hvis matematiske system ble basis for moderne trigometri, hadde oppfunnet en kvadrant kjent som Jacobs Mannskap. Denne vinkelmåleren ble brukt av Columbus, Da Gama og Ferdinand Magellan.

Abraham Ibn Esra, Jacob ben Machir og Jacob Carsoni utviklet tekniske apparater som ble brukt til å bestemme posisjonen med lengde- og breddegrad. Kartografi, kunsten og vitenskapen om å lage kart, var også et område med jødisk ekspertise i Europa. En slik jødisk spesialist var Abraham Cresques, kjent som "Mesteren med Kart og Kompass." En annen var hans sønn, Jehudah ben Cresques, som administrerte flere skoler som befattet seg med kartografi og på den måten la til rette for "oppdagelsesens tidsalder."

Det var en ung sjømann og kartograf som kombinerte disse faktorene til en radikal plan om å nå til Østen ved å seile over havet mot vest.

FAMILIEBAKGRUNN

Italienerne hevder at Cristoforo Colombo ble født i Liguria i fattigslige kår. De sier at hans far, Domenico Colombo, arbeidet først i Genova for senere å bli vever i Savona. Spanjolene på sin side insisterer på at Cristóbal Colón var sønnen til Domingo Colón, en ullhandler, og av Susanna Fontanarossa; begge fra Pontevedra i Spania.

Andre kilder sier at Columbus' familie var spanjoler som bodde i Italia, men returnerte senere til Spania og tok tilbake sitt opprinnelige navn, Colón.

AVSLAG FRA DE KONGELIG

Ikke lenge etter at Columbus fikk avslag på sin henvendelse til hofset om en finansiering av den første reisen, henvendte tre framstående menn seg til kongen og dronningen. Det var Juan Cabrero, Luis de Santangel og Gabriel Sanchez. De var ingen hvem som helst. I tillegg til at de var conversos, jøder som hadde konvertert til kristendommen, hadde de innflytelse. Santangel kom fra en av de rikeste og mest innflytelsesrike familiene i Spania, i tillegg var han kongens personlige rådgiver. Juan Cabrero var en nær venn av kong Ferdinand og de hadde kjempet side ved side mot muslimene. Gabriel Sanchez var finansminister i Spania. Disse tre tilbød seg å

finansiere Columbus prosjekt og det ble akseptert. Noen forskere tror at Santangel og hans partnere var villige til å finansiere reisen til Columbus fordi de på den måten håpet å finne "det lovede land," og at planen var å emigrere og flykte dit for å unngå forfølgelser og presset fra kirken.

INKVISISJONEN

Tomás de Torquemada ble utnevnt til hovedinkvisitor høsten 1483, han var en person som tok sin jobb alvorlig. I løpet av knapt 12 år dømte inkvisisjonen 13.000 marranos, menn og kvinner som hadde fortsatt å praktisere jødedommen i hemmelighet. De ble torturert i Las Casas Santa, De Hellige Hus, og ble brent levende på en stake mens deres eiendommer og andre verdier ble beslaglagt og delt mellom paven og kongen.

Da Granada falt den 2. Januar 1492, ble utviklingen mot en full religiøs enhet forsterket. Den 31 mars 1492 ble utvisningsediktet signert. Siste frist for jødene til å forlate Spania var den 3. august 1492. Denne datoen var, ironisk nok, den niende Av (Tisha B'av) i den jødiske kalenderen, en dag med faste og en minnedag for ødeleggelsen av begge templene i Jerusalem. Columbus og hans mannskap gikk ombord før midnatt den 2. august og seilte ut i grålysningen den 3.



"Columbus drøm" av Salvador Dali

Madrid

Mange "Bin Ladens" i omløp



Politi og finanssekspert i Spania er bekymret over spredningen av "Bin Laden", kallenavnet til 500 euro-sedler, som i likhet med terrorlederen er noe alle kjenner men ingen har sett.

Så mye som en fjerdedel av alle 500-sedler trykket av sentralbanken skal være i omløp i Spania i dag, noe som kom frem i lyset

etter funnet av 378.000 euro i "Bin Laden-sedler" i leiligheten til Isabel Garcia Marcos, tidligere ordfører i Marbella.

Finanssekspert mener også at et stort antall svarte penger florerer i Spania, anslagsvis to hundre tusen millioner euro årlig. Tallet tilsvarer 23% av Spanias nasjonalprodukt, og forventes å øke ytterligere dette året.



Restaurant 

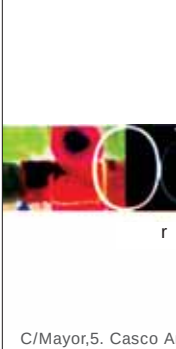
Dels Artistes

- Kjøkken av beste kvalitet
- Sveitsisk kokk

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

Lunchmeny 14€, vin inkludert

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



Oustau

restaurante . altea

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

Alicante

31 tonn hasj på tre måneder

Guardia Civil og politiet har tilsammen konfiskert over 31 tonn med hasj og 285 kilo kokain i Alicante-provinsen i perioden januar-april i år. I begynnelsen av mai-måned ble to menn arrestert i det de losset 2,5 tonn hasj fra en Zodiac i Santa Polahavnen like ved restauranten Varadero. To andre menn, som også var involvert i lossingen, klarte å flykte fra Guardia Civil-betjentene.

Det siste funnet ble gjort av politiet i forrige uke da to tonn hasj ble losset på stranden i Denia.

Hasjen antas å skulle distribueres på Costa Blanca og Costa del Sol. 9 menn ble arrestert.



En "joint" med hasj forberedes.

Madrid

Carrefour utvider

Carrefour Spania har annonsert at de vil utvide kjeden i 2006. Gruppen vil investere 490 millioner euro i utvikling av nye formater som mini-hypermarkeder og Carrefour Express. Gruppen vil også åpne 6 nye hypermarkeder i Madrid, Barcelona, Navarra, Murcia og Málaga. I tillegg vil kjeden åpne 6 nye bensinstasjoner, 5 eieningsmeglerfirmaer, 6 reisebyråer og 4 finansservicesentre og forsikringsselskap.

Carrefour vurderer også starte andre servicebedrifter, f.eks. innenfor mobiltelefoner.

Barcelona

Smuglet 200 kilo kokain i pizzaovn

Politiet har avslørt enda et fantasifullt forsøk på å smugle narkotika inn i landet. Nesten 200 kilo kokain til en gateverdi av 6 millioner euro ble funnet gjemt i en pizzaovn sendt fra Argentina. Politistyrker i Barcelona fant kokainet pakket i poser tildekket av bly inne i bunnen av pizzaovnen.

Kokainprodusenter fra Colombia, Peru og Bolivia bruker fortsatt Argentina som et av de viktigste transitsteder. Den tre tonn tunge pizzaovnen ble eksportert til et fiktivt selskap i Spania. En boliviansk mann er arrestert i saken.

Metodene er mange for å smugle narkotika inn i landet. Narkotiske stoffer har blitt funnet gjemt i tennisracketter, sjoko-

ladekjes, sko og ved ett tilfelle i en tannlegestol.

Argentina har blitt et viktig transitsted for kokainproduserende land til Europa av mange grunner, bl.a. p.g.a. den store trafikken av mennesker og gods fra Buenos Aires til Spania og Italia, samt fordi kontrollene ved flyplasser og båthavner i landet er ekstremt korrupt.

Madrid

Guardia Civil i protest

Politistyrken Guardia Civil krever samme rettigheter som andre politistyrker i landet. Rundt 12.000 Guardia Civil-konstabler med familier deltok 22.april i den første demonstrasjonen som er gjennomført i styrkens lange historie. Demonstrasjonen foregikk i styrtende regn i Madrids gater, der de krevde at Guardia Civil skal avmilitæriseres og

demokratiseres.

Konstablene krever samme vilkår og ressurser som andre politistyrker, og anklager statsminister José Luís Rodríguez Zapatero for å ikke ha oppfylt sine valgløfter om å avmilitærisere styrken. Hittil har Guardia Civil verken hatt rett til å demonstrere eller organisere seg gjennom fagforbund.

Økonomi

3.548 millioner i gebyrer

De fem største bankene i Spania, Santander, BBVA, La Caixa, Popular og Caja Madrid, kunne de første tre månedene i år fakturere gebyrer for 3.548 millioner euro.

Bankene har senket noen av sine gebyrer for å lokke til seg flere kunder, men til gjengjeld har de øket andre gebyrer og tjenester, noe som gav en økning i inntjeningen på 630 millioner mot samme periode i fjor, en økning på 21,62%.

Flesteparten av de nevnte

Økonomi

Økt eksport til Tyskland

Spanske leketøysfabrikker kan vise til en økning i eksporten på 1,22% i fjor. Årsaken til økningen skal være den sterke Euroen fremfor Dollar, samt økt forbruk i EU. Tallene viser en tydelig oppgang i eksport til de eksisterende store kundene som Tyskland med en økning på 24,71%. Eksport til

Litauen økte med hele 194%, Polen med 160%, Russland med 49% og Venezuela med 140%. I noen av de utenlandske markedet har man registrert en nedgang. Salget til Frankrike har sunket med 8,84%, Storbritannia med 23%, USA med 21% og Belgia med 19%.

Langtidsleie !

- Problemfritt bilhold



SPANIAGUIDEN.NO

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

FORD FOCUS STV.
5 DØRS



665€ 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.

- 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

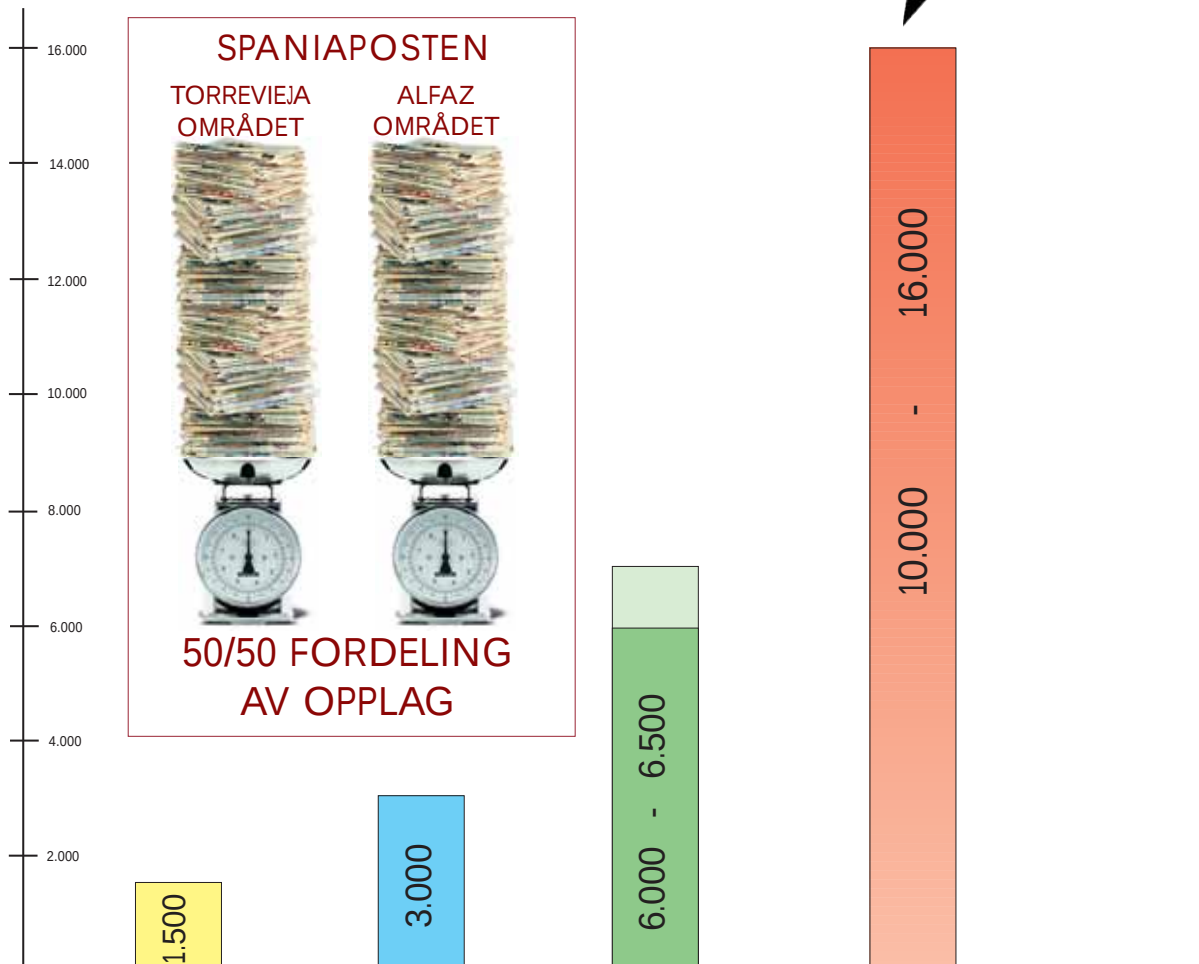
Kontakt oss på epost: leiebil@spaniaguiden.no for bestilling av langtidsleie.



ALICANTE • BENIDORM • MURCIA • MALAGA • TORREVIEJA

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

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

SI

Spaniajournalen

Trykket opplag:
Ca 3.000 eks.

Distribusjonsområde:
Costa Blanca
Via Narvesen i Norge

Kilder:
Spaniajournalen
Posten Norge
Asociacion Presna
Nordicas

VIKING
POSTEN

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 8. mai**

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 FotballXtra
21:40 Criminal Minds
22:30 Dokument 2: Ingen nåde
23:00 Kontoret
23:25 Nyhetene og Sporten
23:40 Været
23:50 Frustrerte fruer
00:35 Spesialavsnittet
01:25 Sporten
01:35 Været

Tirsdag 9. mai

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 Et lite stykke Norge
21:00 Nyhetene
21:20 Været
21:25 Sporten
21:40 Frustrerte fruer

22:30 Joey
22:55 Kongen av Queens
23:25 Nyhetene og Sporten
23:40 Været
23:50 Philly
00:35 Wild card
01:25 Sporten
01:35 Været

Onsdag 10. mai

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 Hos Martin
20:30 Kjetil og Kjartan show
21:00 Nyhetene
21:20 Været
21:25 Sporten
21:40 FotballXtra
22:30 Holmgang
23:25 Nyhetene og Sporten
23:40 Været
23:50 60 Minutes
00:40 The Vice
01:20 Sporten
01:35 Været

Torsdag 11. mai

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 - siste episode!
20:30 TV 2 hjelper deg
21:00 Nyhetene
21:20 Været
21:25 Sporten
21:40 24
22:30 Dømt skyldig - Premiere!

23:20 Nyhetene og Sporten
23:35 Været
23:45 10-8
00:30 Philly
01:20 Sporten
01:30 Været

Fredag 12. mai

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 Hotel Cæsar
17:05 Hotel Cæsar
17:35 FotballXtra: Før kampen
17:55 Vålerenga - Lillestrøm
1. omgang
18:50 FotballXtra: I pausen
19:00 Vålerenga - Lillestrøm
2. omgang
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: Jaget
02:10 Sporten
02:20 Været

Lørdag 13. mai

07:00 TV 2 junior
07:00 Forskerspirene
07:04 Arthur
07:28 Berenstain-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 Dr. Quinn
11:20 Villmarksliv
11:50 Bare for moro skyld
12:10 60 Minutes
13:00 Et himla liv
13:30 TV 2 hjelper deg
14:00 Dokument 2: Ingen nåde
14:30 Familiens ære
15:30 FotballXtra: Før kampen
15:55 Sandefjord - Brann 1. omgang
16:50 FotballXtra: I pausen
17:00 Sandefjord - Brann 2. omgang
18:00 VM i magi
18:30 Nyhetene
18:45 Magasinet
19:10 Sporten

19:20 Været
19:30 God kveld Gullruten
20:00 Gullruten
21:00 Nyhetene
21:10 Været
21:15 Sporten
21:30 Gullruten - fortsetter
22:00 God kveld Gullruten
forts.
22:25 FotballXtra
23:25 Film: Dødelig avtale
01:10 Senkveld med Thomas og Harald
02:10 Magasinet
02:35 Sporten
02:55 Været

Søndag 14. mai

07:00 TV 2 junior
07:00 Lyriaka
07:08 Merlin
07:17 Noddy
07:29 Byggmester Bob
07:39 Jordbær-Mathilde
08:01 Hamtaro
08:21 Koala-brødrene
08:31 Gnuffene
08:52 Creepschool
09:15 Pokemon
09:37 Spøkelsesgjengen
10:00 Lassie
10:30 Dr. Quinn
11:20 Villmarksliv
11:50 Bare for moro skyld
12:05 Film: Eddie's Million Dollar Cook-Off
13:35 God kveld Gullruten
14:05 Gullruten
15:30 God kveld Gullruten
forts.
16:00 Idol - Ekstra
16:30 Idol
17:30 Idol - resultater
18:00 Et himla liv
18:30 Nyhetene og Sporten
18:50 Været
19:00 Kronprinsesse Märtha
20:00 Familiens ære
21:00 Nyhetene
21:20 Været
21:25 Sporten
21:45 I mors mage
22:40 I mors mage
23:40 Eddie
00:25 Filmstriper
00:45 White Collar Blue
01:35 Sporten
01:50 Været

Mandag 15. mai

06:25 God morgen Norge
09:30 Nyhetene
09:40 Frokostquiz
10:05 God morgen Norge
12:05 Ja, kjære
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 - Første semifinale!
21:00 Nyhetene
21:20 Været
21:25 Sporten
21:40 Criminal Minds
22:30 Dokument 2: Frykten for frykten
23:00 Kontoret
23:25 Nyhetene og Sporten
23:40 Været
23:50 Frustrerte fruer
00:35 Spesialavsnittet
01:25 Sporten
01:35 Været

Tirsdag 16. mai

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 FotballXtra: Runden
19:30 FotballXtra: Runden med Start - Vålerenga
19:55 Start - Vålerenga 1. omgang
20:50 FotballXtra: I pausen
21:00 Start - Vålerenga 2. omgang
22:00 Nyhetene og Været
22:15 FotballXtra
23:15 Nyhetene og Sporten
23:30 Været
23:40 Philly
00:25 Wild card
01:15 Været

Onsdag 17. mai

06:30 God 17. mai Norge
10:00 God 17. mai Norge
12:55 Hotel Cæsar
13:25 Bare for moro skyld
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 Hotel Cæsar
17:30 Hotel Cæsar
18:00 Mat og myter
18:30 Nyhetene og Sporten

18:50 Været
19:00 Aurlandsdalen
19:30 Hotel Cæsar
20:00 Hos Martin
20:30 Kjetil og Kjartan show
21:00 Nyhetene
21:20 Været
21:30 Film: Norske byggeklosser
23:05 Tango Zippo
23:20 Nyhetene og Sporten
23:35 Været
23:45 60 Minutes
00:35 The Vice
01:25 Været

Torsdag 18. mai

06:25 God morgen Norge
09:30 Nyhetene
09:40 Frokostquiz
10:05 God morgen Norge
12:05 Ja, kjære
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 Jakten på kjærligheten
21:00 Nyhetene
21:20 Været
21:25 Sporten
21:40 24
22:30 Dømt skyldig
23:20 Nyhetene og Sporten
23:35 Været
23:45 First wave
00:30 Philly
01:20 Sporten
01:30 Været

Fredag 19. mai

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 Fredag
19:30 Hotel Cæsar
20:00 Idol - finale
21:00 Nyhetene

21:20 Været
21:25 Sporten
21:40 Idol - resultater
22:15 Idol - nachspiel
22:55 Hope and Faith
23:20 Nyhetene og Sporten
23:35 Været
23:45 Film: Narc
01:30 Sporten
01:40 Været

Lørdag 20. mai

07:00 TV 2 junior
07:00 Forskerspirene
07:04 Arthur
07:28 Berenstain-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 Dr. Quinn
11:20 Villmarksliv
11:50 Ja, kjære
12:15 60 Minutes
13:05 Et himla liv
13:35 Dokument 2
14:05 Familiens ære
15:05 Familiens ære - Første semifinale!
16:05 FotballXtra: Før runden
17:05 Fotball: Mer enn et spill
18:00 VM i magi
18:30 Nyhetene
18:45 Magasinet
19:10 Sporten
19:20 Været
19:30 Karl & Co
20:00 Veien mot VM
21:00 Nyhetene
21:10 Været
21:15 Sporten
21:35 God kveld Norge
22:05 Film: Dr. T og kvinnene
00:10 Film: Prozac Nation
01:45 Magasinet
02:10 Sporten
02:30 Været

Søndag 21. mai

07:00 TV 2 Junior
07:00 Lyriaka
07:08 Merlin
07:17 Noddy
07:29 Byggmester Bob
07:39 Jordbær-Mathilde
08:01 Hamtaro
08:21 Koala-brødrene
08:31 Gnuffene
08:52 Creepschool
09:15 Pokemon
09:37 Spøkelsesgjengen
10:00 Lassie
10:30 Dr. Quinn
11:20 Villmarksliv
11:50 Feel Free
12:50 Film: Beautiful girl
14:20 Idol - Ekstra
14:50 Idol - finale
15:50 Idol - resultater
16:25 Idol - nachspiel

17:05 Fotball: Mer enn et spill
18:00 Et himla liv
18:30 Nyhetene og Sporten
18:50 Været
19:00 FotballXtra
19:30 FotballXtra: Runden med Lyn - Rosenborg
19:55 Lyn - Rosenborg 1. omgang
20:50 FotballXtra: I pausen
21:00 Lyn - Rosenborg 2. omgang
22:00 Nyhetene og Været
22:15 FotballXtra
23:15 Eddie
00:00 God kveld Norge
00:30 White Collar Blue
01:20 Været



TVNORGE

Mandag 08. Mai

07.05 Interaktiv frokost
11.00 Date my Mom
11.30 Slå på tråden
12.15 Glamour
12.40 Glamour
13.10 The Apprentice III
14.10 Familietrøbbel
14.40 The Fresh Prince i Bel Air
15.10 Smallville
16.00 The Tyra Banks Show
17.00 Date my Mom
17.25 Sjøarmørskolen Spesial
17.30 Lokale sendering
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Bymagasinet
19.00 Fra Hollywood til kumøkk
20.00 Ekstrem rengjøring
20.30 Big Brother
21.30 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 Buffy
03.05 Mess-TV natt

Tirsdag 09. Mai

07.05 Interaktiv frokost
11.00 Date my Mom
11.30 Slå på tråden
12.15 Glamour
12.40 Glamour
13.10 The Apprentice III
14.10 Familietrøbbel
14.40 The Fresh Prince i Bel Air
15.10 Smallville
16.00 The Tyra Banks Show
17.00 Date my Mom
17.25 Sjøarmørskolen Spesial
17.30 Lokale sendering
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Bymagasinet
18.30 Lokale sendering
18.55 Sjøarmørskolen Spesial
19.00 Fra Hollywood til kumøkk
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 Buffy

03.05 Mess-TV natt
Onsdag 10. Mai
07.05 Interaktiv frokost
11.00 Date my Mom
11.30 Slå på tråden
12.15 Glamour
12.40 Glamour
13.10 The Apprentice III
14.10 Familietrøbbel
14.40 The Fresh Prince i Bel Air
15.10 Smallville
16.00 The Tyra Banks Show
17.00 Date my Mom
17.25 Sjøarmørskolen Spesial
17.30 Lokale sendering
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Bymagasinet
18.30 Lokale sendering
18.55 Sjøarmørskolen Spesial
19.00 LYST: bolig
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 Buffy
03.05 Mess-TV natt

Torsdag 11. Mai

07.05 Interaktiv frokost
11.00 Date my Mom
11.30 Slå på tråden
12.15 Glamour
12.40 Glamour
13.10 tur : retur
14.10 Familietrøbbel
14.40 The Fresh Prince i Bel Air
15.10 Smallville
16.00 The Tyra Banks Show
17.00 Date my Mom
17.25 Sjøarmørskolen Spesial
17.30 Lokale sendering
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Bymagasinet
18.30 Lokale sendering
18.55 Sjøarmørskolen Spesial
19.00 Fra Hollywood til kumøkk
20.00 SOS hundehjelpen
20.30 Big Brother
21.30 Sjøarmørskolen
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 Buffy
03.05 Mess-TV natt

Freitag 12. Mai

07.05 Interaktiv frokost
11.00 Date my Mom
11.30 Slå på tråden
12.15 Glamour
12.40 Glamour
13.10 tur : retur
14.10 Familietrøbbel

14.40 The Fresh Prince i Bel Air
15.10 Smallville
16.00 The Tyra Banks Show
17.00 Date my Mom
17.25 Sjøarmørskolen Spesial
17.30 Lokale sendering
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Bymagasinet
18.30 Lokale sendering
18.55 Sjøarmørskolen Spesial
19.00 Monstergarasjen
20.00 Beyond Tomorrow
21.00 Flyplassen
21.30 American Pie: Bryllupet
22.30 Aktuelt, Sporten og Været
22.50 American Pie: Bryllupet
23.35 Lokale sendering
00.05 LOST
00.55 Love Potion No. 9
01.55 Aktuelt, Sporten og Været
02.15 Love Potion No. 9
03.00 Mess-TV natt

Lørdag 13. Mai

07.05 Mess-TV
10.30 Eliminate
11.00 Slå på tråden
12.00 På Klozz Hold
12.30 Cooper og gjengen
13.00 Liv og røre
13.30 På hjemmebane
14.00 Moesha
14.30 Tvillingtrøbbel
15.00 Aldri fred å få!
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 Sjøarmørskolen
20.30 Big Brother
21.30 Signs
22.30 Aktuelt, Sporten og Været
22.50 Signs
23.50 Big Brother
00.50 På tørre never
01.50 Aktuelt, Sporten og Været
02.10 På tørre never
03.10 Mess-TV natt

Søndag 14. Mai

07.05 Mess-TV
10.30 Eliminate
11.00 Slå på tråden
12.10 På Klozz Hold
12.40 Cooper og gjengen
13.10 Liv og røre
13.40 På hjemmebane
14.10 Moesha
14.40 Tvillingtrøbbel
15.10 Aldri fred å få!
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

20.05 Commander in Chief
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 Shooting War
02.00 Aktuelt, Sporten og Været
02.20 Shooting War
03.15 Mess-TV natt
07.05 Interaktiv frokost
10.45 The Tyra Banks Show
11.45 tur : retur
12.45 Glamour
13.10 En, to, tre - oppussing!
14.10 Familietrøbbel
14.40 Smallville
15.30 Steg for steg
16.00 Will & Grace
16.30 Spin City
17.00 Dharma & Greg
17.25 Sjøarmørskolen Spesial
17.30 Lokale sendering
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Bymagasinet
18.30 Lokale sendering
18.55 Sjøarmørskolen Spesial
19.00 Fra Hollywood til kumøkk
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 Buffy
03.05 Mess-TV natt

18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Bymagasinet
18.30 Lokale sendering
18.55 Sjøarmørskolen Spesial
19.00 Fra Hollywood til kumøkk
20.00 Ekstrem rengjøring
20.30 Big Brother
21.30 Kvinnen med halv kropp
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 Buffy
03.05 Mess-TV natt

Mandag 15. Mai

07.05 Interaktiv frokost
10.45 The Tyra Banks Show
11.45 tur : retur
12.45 Glamour
13.10 En, to, tre - oppussing!
14.10 Familietrøbbel
14.40 Smallville
15.30 Steg for steg
16.00 Will & Grace
16.30 Spin City
17.00 Dharma & Greg
17.25 Sjøarmørskolen Spesial
17.30 Lokale sendering
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Bymagasinet
18.30 Lokale sendering
18.55 Sjøarmørskolen Spesial
19.00 Fra Hollywood til kumøkk
20.00 Ekstrem rengjøring
20.30 Big Brother
21.30 Kvinnen med halv kropp
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 Buffy
03.05 Mess-TV natt

Tirsdag 16. Mai

07.05 Interaktiv frokost
10.45 The Tyra Banks Show
11.45 tur : retur
12.45 Glamour
13.10 En, to, tre - oppussing!
14.10 Familietrøbbel
14.40 Smallville
15.30 Steg for steg
16.00 Will & Grace
16.30 Spin City
17.00 Dharma & Greg
17.25 Sjøarmørskolen Spesial
17.30 Lokale sendering
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Bymagasinet
18.30 Lokale sendering
18.55 Sjøarmørskolen Spesial
19.00 Fra Hollywood til kumøkk
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 Buffy
03.05 Mess-TV natt

Onsdag 17. Mai

07.05 Interaktiv frokost
10.45 The Tyra Banks Show
11.45 tur : retur
12.45 Glamour
13.10 En, to, tre - oppussing!
14.10 Familietrøbbel
14.40 Smallville
15.30 Steg for steg
16.00 Will & Grace
16.30 Spin City
17.00 Dharma & Greg
17.25 Sjøarmørskolen Spesial
17.30 Lokale sendering / Eliminate
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Bymagasinet
18.30 Lokale sendering / Oliver's Twist
18.55 Sjøarmørskolen Spesial
19.00 Fra Hollywood til kumøkk
20.00 LYST: bolig
20.30 Big Brother
21.35 Supernatural
22.30 Aktuelt, Sporten og Været
22.50 Supernatural
23.35 Lokale sendering / MTV Pimp My Ride
00.05 Big Brother

01.05 Aktuelt, Sporten og Været
01.25 Magnum, p.i.
02.15 Buffy
03.05 Mess-TV natt

Torsdag 18. Mai

07.05 Interaktiv frokost
10.45 The Tyra Banks Show
11.45 tur : retur
12.45 Glamour
13.10 En, to, tre - oppussing!
14.10 Familietrøbbel
14.40 Smallville
15.30 Steg for steg
16.00 Will & Grace
16.30 Spin City
17.00 Dharma & Greg
17.25 Sjøarmørskolen Spesial
17.30 Lokale sendering
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Bymagasinet
18.30 Lokale sendering
18.55 Sjøarmørskolen Spesial
19.00 Fra Hollywood til kumøkk
20.00 SOS hundehjelpen
20.30 Big Brother
21.30 Sjøarmørskolen
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 Buffy
03.05 Mess-TV natt

Freitag 19. Mai

07.05 Interaktiv frokost
10.45 The Tyra Banks Show
11.45 tur : retur
12.45 Glamour
13.10 En, to, tre - oppussing!
14.10 Familietrøbbel
14.40 Smallville
15.30 Steg for steg
16.00 Will & Grace
16.30 Spin City
17.00 Dharma & Greg
17.25 Sjøarmørskolen Spesial
17.30 Lokale sendering
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.15 Bymagasinet
18.30 Lokale sendering
18.55 Sjøarmørskolen Spesial
19.00 Monstergarasjen
20.00 Beyond Tomorrow
21.00 Flyplassen
21.30 Politiskolen 1
22.30 Aktuelt, Sporten og Været

22.50 Politiskolen 1
23.40 Lokale sendering
00.10 Virkelighetens C.S.I.
01.05 På farlig grunn
02.00 Aktuelt, Sporten og Været
02.20 På farlig grunn
03.10 Mess-TV natt

Lørdag 20. Mai

07.05 Mess-TV
11.00 Eliminate
11.30 Marry Me
12.00 På Klozz Hold
12.30 Cooper og gjengen
13.00 Liv og røre
13.30 På hjemmebane
14.00 Moesha
14.30 Tvillingtrøbbel
15.00 Aldri fred å få!
15.30 Clueless
16.00 What I Like About U
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 Sjøarmørskolen
20.30 Big Brother
21.30 Femme Fatale
22.30 Aktuelt, Sporten og Været
22.50 Femme Fatale
23.55 Big Brother
00.55 Forbrytelsen
01.55 Aktuelt, Sporten og Været
02.15 Forbrytelsen
03.25 Mess-TV natt

Søndag 21. Mai

07.05 Mess-TV
11.10 Eliminate
11.40 Marry Me
12.10 På Klozz Hold
12.40 Cooper og gjengen
13.10 Liv og røre
13.40 På hjemmebane
14.10 Moesha
14.40 Tvillingtrøbbel
15.10 Aldri fred å få!
15.40 Clueless
16.10 What I Like About U
16.40 Dharma & Greg
17.10 Smallville
18.00 Aktuelt, Sporten og Været
18.20 One Tree Hill
19.10 Gilmore Girls
20.05 Commander in Chief
21.00 Jamie Olivers Italia



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



**Mandag 08.05.2006**

06.25 Frokost-tv
09.30 Perspektiv: Foto: Johan Brun
10.00 Siste nytt
10.05 Med hjartet på rette staden
11.00 Siste nytt
11.05 Schrödingers katt
11.30 Migrapolis: Et rikt liv
12.00 Siste nytt
12.05 Kar for sin kilt
13.00 Siste nytt
13.05 Ut i naturen: Merket for livet
13.30 Arbeidsliv
14.00 Siste nytt
14.05 Norge rundt
14.30 Åpen himmel: Lys i mørket
15.00 Siste nytt
15.05 Monsterallergi
15.25 Hva nå, Scooby Doo?
15.50 Frosk til middag
16.00 Siste nytt
16.03 Alltid beredt
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
18.01 I Mummidalen
18.25 Erik og Arne
18.40 Distriktsnyheter
19.00 Dagsrevyen
19.30 Puls
19.55 Faktor: Ein samaritan frå Jæren
20.25 Redaksjon EN
20.55 Distriktsnyheter
21.00 Dagsrevyen 21
21.35 Skjergardsdokteren
22.30 Siv og Knut - en kjærlighetshistorie
23.00 Kveldsnytt
23.10 Store studio
23.50 Inspektør Morse

Tirsdag 09.05.2006

06.25 Frokost-tv
09.30 På jakt etter lykken
10.00 Siste nytt
10.05 Puls
10.30 Faktor: Ein samaritan frå Jæren
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 Hedmark og Oppland
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 VM ishockey Riga 2006: Norge-Danmark
17.40 Oddasat - Nyheter på samisk
17.55 Nyheter på tegnspråk
18.00 Barne-tv
18.00 Postmann Pat
18.15 Charlie og Lola
18.25 Robotgjengen
18.40 Distriktsnyheter
19.00 Dagsrevyen
19.30 Ut i naturen: Vettisfossen - eit vågestykkje
19.55 Jærbu i junaiten
20.25 Brennpunkt: Dommen over dommen
20.55 Distriktsnyheter
21.00 Dagsrevyen 21
21.30 Standpunkt
22.15 Extra-trekning
22.30 Safari
23.00 Kveldsnytt
23.10 Kulturnytt
23.15 Utsyn: Bullshit
00.15 Kontoret
00.45 Tilfeldig vitne

Onsdag 10.05.2006

06.25 Frokost-tv
09.30 Grønne rom
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 I an tar region
15.30 Kim Possible
15.54 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
18.11 Ugler i mosen
18.30 I småkrypenes verden
18.40 Distriktsnyheter
19.00 Dagsrevyen
19.30 Forbrukerinspektørene
19.55 Tinas mat
20.25 Redaksjon EN
20.55 Distriktsnyheter
21.00 Dagsrevyen 21
21.40 Vikinglotto
21.45 Sporløst forsvunnet
22.30 Migrapolis: Halleluja
23.00 Kveldsnytt
23.15 Lydverket live: Audioslave fra Quart
00.05 Natt på Manhattan

Torsdag 11.05.2006

06.25 Frokost-tv
09.30 De grå krigerne: Forandring fryder
10.00 Siste nytt
10.05 Forbrukerinspektørene
10.30 Brennpunkt: Dommen over dommen
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 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 Du skal høre mye mer ...
17.40 Mánáid-tv - Samisk barne-tv
17.55 Nyheter på tegnspråk
18.00 Barne-tv
18.00 Nå er det nå
18.30 Den vesle dyrlegen
18.35 Wummi
18.40 Distriktsnyheter
19.00 Dagsrevyen
19.30 Schrödingers katt
19.55 Oljeriket
20.25 Redaksjon EN
20.55 Distriktsnyheter
21.00 Dagsrevyen 21
21.35 Mord i tankene
22.30 Ekko av Ibsen: Kjøter
23.00 Kveldsnytt
23.15 Kulturnytt
23.20 Urix
23.50 Lov og orden: New York
00.35 Autofil
01.05 CP-magasinet

Freitag 12.05.2006

06.25 Frokost-tv
09.30 Den siste lensgreven
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
13.55 Høyres landsmøte
15.10 Lyoko
15.35 Lyoko
16.00 Siste nytt
16.03 Rovfuglane
16.50 Creature Comforts: Hvordan har vi det?
17.00 Siste nytt
17.10 Oddasat - Nyheter på samisk
17.25 Gal etter Alice
17.55 Nyheter på tegnspråk
18.00 Barne-tv
18.00 Fritt fram
18.25 Konstanse
18.35 Peo
18.40 Distriktsnyheter
19.00 Dagsrevyen
19.30 Norge rundt
19.55 Beat for beat - tone for tone
20.55 20 spørsmål på tv
21.20 Detektimen: Dalziel og Pascoe
23.00 Kveldsnytt
23.15 Casanova
00.15 Adresse Athen
01.15 Alfred Hitchcock presenterer

Lørdag 13.05.2006

08.00 Pysjpopbaluba
08.01 Tigeren Edelbert
08.10 Willy Nilsen
08.35 De tre vennene og Jerry
09.00 Tommys ville venner
09.20 SvampeBob
10.00 Mánáid-tv - Samisk barne-tv
10.15 Newton
10.45 Liga
11.15 Super G
11.45 Sammen drag av Frokost-tv
12.45 Bananen
12.55 Brød og sirkus: Nachspiel på direkten
14.25 Gjensynet
15.25 4-4-2 Tysk Bundesliga
17.30 Solens mat
18.00 Barne-tv
18.00 Willy Nilsen
18.20 Sauer
18.30 Alltid beredt
19.00 Lørdagsrevyen
19.45 Lotto-trekning
19.55 Den siste Fleksnes

21.20 Med hjartet på rette staden
22.05 Fakta på lørdag: Pingvinene går til filmen
23.00 Kveldsnytt
23.20 Nattkino: Hvit oleander
01.05 Alfred Hitchcock presenterer

Søndag 14.05.2006

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 Norge rundt
11.10 Hvorfor, Ouafa?
11.40 Gullfeber
12.50 Pilot Guides: Dei beste fjellturane
13.45 Kunsten å oppdra en isbjørn
14.30 Safari
15.00 Jessye Norman
16.30 Trav: Oslo Grand Prix
17.30 Åpen himmel: Vårtoner fra Sverresborg
18.00 Barne-tv
18.00 Karlson på taket
18.25 Sigge og Gunnar
18.30 Newton
19.00 Søndagsrevyen
19.45 Sportsrevyen
20.00 Nakne fakta om mann og kvinne
20.50 Herskapelig
21.20 Jurassic Park
23.20 Kveldsnytt
23.35 Rallycross: EM-runde fra Frankrike
00.00 Verdens største havseilas: Volvo Ocean Race
00.30 Profil: Sissel Blystad "Landskap"

Mandag 15.05.2006

07.30 Jukeboks
07.30 Norge rundt-jukeboks. 08.30 Ut i naturen-jukeboks.
09.30 Perspektiv: Soldater - på stedet hvil!
10.00 Med hjartet på rette staden
10.50 Tom og Jerry
11.05 Schrödingers katt
11.30 Migrapolis: Halleluja
12.00 Siste nytt
12.05 Kar for sin kilt
13.00 Siste nytt
13.05 Ut i naturen: Vettisfossen - eit vågestykkje
13.30 Arbeidsliv
14.00 Siste nytt
14.05 Norge rundt

Hvor går eiendomsmarkedet ?



Hvordan finner jeg meg jobb i Spania ?



Diskusjon,debutt, meningsutvekslig tips og triks.



WWW.SPANIAGUIDEN.NO / FORUM

14.30 Åpen himmel: Vårtoner fra Sverresborg
15.00 Siste nytt
15.05 Monsterallergi
15.30 Hva nå, Scooby Doo?
15.50 Frosk til middag
16.00 Siste nytt
16.05 Alltid beredt
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 I Mummidalen
18.25 Erik og Arne
18.40 Distriktsnyheter
19.00 Dagsrevyen
19.30 Puls
19.55 Faktor: Ei anna hamn
20.25 Redaksjon EN
20.55 Distriktsnyheter
21.00 Dagsrevyen 21
21.35 Skjergardsdokteren
22.30 Siv og Knut - en kjærlighetshistorie
23.00 Kveldsnytt
23.10 Store studio
23.50 Inspektør Morse

Tirsdag 16.05.2006

07.30 Jukeboks
07.30 Ut i naturen-jukeboks. 08.30 Norge rundt-jukeboks.
09.30 På jakt etter lykken
10.00 Puls
10.25 Faktor: Ei anna hamn
10.55 En finsk arkitekt - sett utenfra
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 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 Reggis
15.25 Tintin
15.50 Ekstremsport
16.00 Siste nytt
16.03 Ekspedisjon Arktis

16.30 Liga
17.00 Siste nytt
17.10 Oddasat - Nyheter på samisk
17.25 Forandring fryder - i hagen
17.55 Nyheter på tegnspråk
18.00 Barne-tv
18.00 Postmann Pat
18.15 Charlie og Lola
18.30 Robotgjengen
18.40 Distriktsnyheter
19.00 Dagsrevyen
19.30 Ut i naturen: Magasin
19.55 Ja, de elsker
20.25 Brennpunkt
20.55 Distriktsnyheter
21.00 Dagsrevyen 21
21.30 Standpunkt
22.15 Extra-trekning
22.30 Safari
23.00 Kveldsnytt
23.15 Kulturnytt
23.20 Utsyn
00.10 Kontoret
00.40 Filmplaneten: Alfred Hitchcock

Onsdag 17.05.2006

08.00 Stå opp!
08.02 Filmlene
08.25 Gisle Wink på eventyr
08.50 Historier fra barndommen: Prinsen og fattiggutten
09.15 Jimmy Neutron
09.45 Gratulerer med dagen!
13.45 Babettes gjestebud
15.25 Perspektiv: Sjukolade
15.45 Ja, de elsker
16.15 Asterix & Obelix: Oppdrag Kleopatra
18.00 Barne-tv
18.00 Fiffi og blomsterbarna
18.10 Hubert
18.20 Pingu
18.30 Wallace og Gromit - robotbuksene
19.00 Dagsrevyen
19.30 Gratulerer med dagen!
20.55 Plastposen
22.20 Vikinglotto
22.30 Migrapolis
23.00 Kveldsnytt
23.15 Lydverket live: Jim Stårk fra Storås
23.55 Hodet over vannet

Torsdag 18.05.2006

07.30 Jukeboks
07.30 Norge rundt-jukeboks. 08.30 Ut i naturen-jukeboks.
09.30 De grå krigerne: Grått gull
10.00 Brennpunkt
10.30 Gratulerer med dagen!
12.00 Siste nytt
12.05 Siegfried Bing og L'Art Nouveau

13.00 Siste nytt
13.05 Vestindia - vårt tapte paradisi: Drømmehuset
13.30 Et kvinneliv
14.00 Siste nytt
14.05 Isleendinger i Dakota
15.00 Siste nytt
15.05 Jimmy Neutron
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 Du skal høre mye mer ...
17.40 Mánáid-tv - Samisk barne-tv
17.55 Nyheter på tegnspråk
18.00 Barne-tv
18.00 Nå er det nå
18.30 Den vesle dyrlegen
18.35 Wummi
18.40 Distriktsnyheter
19.00 Dagsrevyen
19.30 Schrödingers katt
19.55 Oljeriket
20.25 Redaksjon EN
20.55 Distriktsnyheter
21.00 Eurovision Song Contest 2006: Semifinale
23.15 Kveldsnytt
23.25 Kulturnytt
23.30 Urix
00.00 Lov og orden: New York
00.45 Autofil

Fredag 19.05.2006

07.30 Jukeboks
07.30 Ut i naturen-jukeboks. 08.30 Norge rundt-jukeboks.
10.05 Schrödingers katt
10.30 Newton
10.55 Tom og Jerry
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 Nifse saker
16.00 Siste nytt
16.03 Rovfuglane
16.45 Creature Comforts: Hvordan har vi det?
17.00 Siste nytt
17.10 Oddasat - Nyheter på samisk
17.25 Gal etter Alice
17.55 Nyheter på tegnspråk
18.00 Barne-tv
18.00 Fritt fram
18.30 Konstanse
18.35 Peo
18.40 Distriktsnyheter
19.00 Dagsrevyen
19.30 Norge rundt
19.55 Beat for beat - tone for tone
20.55 20 spørsmål på tv
21.20 Detektimen: Dalziel og Pascoe
23.00 Kveldsnytt
23.15 Casanova
00.15 Simply Red - Stars
01.05 Little Britain

Lørdag 20.05.2006

08.00 Pysjpopbaluba
08.01 Tigeren Edelbert
08.10 Willy Nilsen
08.35 De tre vennene og Jerry
09.00 Tommys ville venner
09.25 SvampeBob
10.00 Mánáid-tv - Samisk barne-tv
10.15 Newton
10.45 Liga
11.15 Creature Comforts: Hvordan har vi det?
11.25 Pilot Guides: I kajakk gjennom isødet
12.10 Brennpunkt
12.40 Eksistens
13.10 Kunnskapskanalen: Å ofre seg for andre
13.55 Stormen
15.30 Gjensynet
16.30 Harry Connick jr - bare for deg
17.30 Solens mat
18.00 Barne-tv
18.00 Willy Nilsen
18.20 Her er eg!
18.30 Julie
19.00 Lørdagsrevyen
19.45 Lotto-trekning
19.55 'Allo, 'Allo!
20.35 Fra Alta til Athen
21.00 Eurovision Song Contest 2006: Finale

00.05 Kveldsnytt
00.20 Nattkino: Villmark

Søndag 21.05.2006

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 Norge rundt
11.10 Hvorfor, Ouafa?
11.40 Pilot Guides: Dei beste sykkelturnane
12.30 Fra Alta til Athen
12.55 Eurovision Song Contest 2006: Finale
16.05 Profil: Wolfgang Amadeus Mozart
17.00 Safari
17.30 Åpen himmel: Vårtoner fra Sverresborg
18.00 Barne-tv
18.00 Karlson på taket
18.25 Sigge og Gunnar
18.30 Newton
19.00 Søndagsrevyen
19.45 Sportsrevyen
20.00 Nakne fakta om mann og kvinne
20.50 Herskapelig
21.20 Unfaithful
23.20 Kveldsnytt
23.40 Rally-VM 2006: VM-runde fra Italia
00.30 Verdens største havseilas: Volvo Ocean Race
01.00 Du skal høre mye mer ...

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****SAAB 9.5 - 2004 - 3.0 T1D**

Jeg selger min Saab 9.5 stasjonsvogn, 2004 modell. 3,0 ltr turbodiesel med 186 HK, 350 NM !!Bilen har alt utstyr. Service historikk og bare norsk eier. Nypris i 2004: 36.500 euro. Selges nå 25.000,- euro. Dette er 5.000,- euro under butikkpris! Santa Pola Telefon: 699771372

BMW TIL SALGS

SPANSKREG. BMW 535I, AUTOMATIC, 1989 MOD. ITV-GOD-KJENT 2006. EL. TAKLUKE, AIRCOND, CRUCECONT. 2200E Telefon: 605355809

SEAT IBIZA

2003 modell Seat Ibiza 1,4 Stella, 16V, 50.000 km, AC, radio/CD-spiller, el.vinduer. Garanti fra produsent til juni 2007. Selges for 6995 Euro.

Telefon: +34 635 107 476

SEAT IBIZA

2003 mod. Seat Ibiza Stella 1,4 16V, 50.000 km, A/C, el.vinduer, radio/CD-spiller. Alle servicer overholdt, meget god stand, garanti fra produsent til juni 2007. Selges for 6995 Euro. Alfaz del Pi. Telefon: +34678812105

FORD FOCUS TIL SALGS

Spansk registrert Ford Focus 99mod. 100HK, 77000km. Billig i forbruk. 6300 euro tlf.636848037

BMW 328ia

Mycket bra skick, modell -95, AC, automat, helläder, svenskregistrerad. 5000€. tel 667 248 171

**DIVERSE****KONTOR TIL LEIE**

Kontorlokale til leie, sentralt Alfaz del Pi. ADSL tilgang! Rimelig pris! Kontakt 628711948

BARNESYKLER SELGES

1 Decathlon barnesykkel str 3-6 år, lite brukt. 1 Decathlon guttesykkel 18 gir, str 8-12 år. Selges halv pris, 60 Euro pr stk eller 100 Euro for begge. Alfaz del Pi. Telefon: +34678812105

LEKSIKON

La Enciclopedia. Spansk leksikon, UBRUKT. 20 Bind. Ny pris 5-600 Euro. Selges 150 eur Telefon: tlf. 699 597 955

**BEKJENTSKAP****SPORTY SPANSK DAME**

Søker kjekk nordmann 60-70 som liker å danske og gå turer. Du må snakke litt spansk. Ringg Dolores 667 999 970

UNG MANN SØKER

Skandinavisk talende ung, slank, sporty mann med fast job i Albir søker bekjentskabb/vennskap med snill, ung jenta mellom 24-34 år fra Albir, Alfaz del Pi, Altea eller Benidorm-området. Du skal helst ville bo i spania i framtiden. Tag chansen, håper at høre fra dig. Telefon: 639 099 481

**JOBB / TJENESTER****NEDVASKING KLARGJØRING**

nedvasking av hus , leil, og klargjøring av ferie lei. min. pris 50 euro pr jobb.. Alfaz , benidorm, området. Anita Telefon: 600688575

TO NORSKE JENTER SØKER JOBB

Vi søker alle typer jobber i område for perioden mai-august. Telefon: 697989069

SØKER PERSONALE FOR RTE./BAR

Coco Loco i Albir, se annonse se 21.

ØNSKER VASKEHJELP ALBIR

1 gang pr uke fra uke 26. til 33(vask av gulv/tørke støv m.m. samt ordentlig rundvask inkl alle skap på kjøkken, vinduer m.m søndag 13.August. Kontakt meg på mail snarest for avtale om ant. timer og pris pr time. Telefon: +4766903834

SØKER JOBB I

Jente, 29, ønsker jobb i Torrvieja! Meget service-innstilt og pålitelig! Kun seriøse henvendelser. Snakker flytende engelsk og ok spansk. Telefon: +34 628686773

**BOLIG TILBYS**

Costa Blanca - Nord Marina Alta

ALBIR

Leiligheter og Studioapt. m ulike innredninger og størrelser i mindre kompleks m spektakulær utsikt, kort vei til alt, meget trivelig miljø, baseng, bredbånd, hyggelige priser. Kort/langtids leie. Massimo el. Jannis Telefon: +34 61000 3139

REKKEHUS ALBIR

Rekkehus til leie sentralt i Albir. Det er 3 soverom og 2 bad i andre etasje,toalett ,kjøkken og stue i første etasje og garasje i kjelleren. Felles basseng.Fint innegjerdet område. Telefon: 47 70042185

LEILIGHET I ALBIR TIL LEIE

Flott leilighet med 2 soverom, 2 bad, norsk TV, pent møblert og fullt utstyrt. A/C og sentralvarme. Romslig balkong med mye sol. Barnevennlig. Innendørs-og utendørs basseng. Egen parkeringsplass i kjeller med heis direkte til leilighetens inngangsdør. Ingen husdyr. Telefon: 610 533 525

LEILIGHET I ALBIR TIL SALGS

Leilighet på klippen av Albiråsen med flott havutsikt . 2 soverom, 1 bad , stue / kjøkken , innglasset terrasse. Felles basseng og uteområde. Pris: 205 000 € Telefon: 0034 670312110

JARDIN FOYA BLANCA

rekkehus 2 soverom 2 bad stor stue m/tv norske kanaler, alt moderne utstyr som oppvaskmaskin vaske-maskin nabo til reuma sol ledig for ukeleie 2 -12 ukers leie hele høst vinter - nabo til reuma sol Telefon: 0047 41230862

LEILIGHET I ALBIR

Til leie fra 10/5 til 30/9 06. 2 sov. aircon. fullt utstyrt, garage, basseng,

norsk TV, 300 m fra stranden. kr 4.000,00 pr uke inkl strøm/gass. min 2 uker. telf. 0034 610 533 525

SPANIA I SOMMER?

Leilighet i utkanten av Altea(2 km.) 1 soverom.4 sengeplasser. Fullt møblert ,m/AC.Felles basseng. Norske / nordiske TV kanaler. Parkering. Telefon: 004790512575

ALFAZ DEL PI HUS TILLEIE

Hus, 3 sovr, (6 senger) rolig strøk tilleie. Lang eller korttid. Tlf. 0034 966 896 266 eller 0034 670 266 401

ALFAZ DEL PI - SENTRUM

Lys og trivelig blokkleilighet, leies ut sommer og høst 2006. Fleksibel ang. leieperiode. Leiligheten er møblert og består av 2 store soverom, 2 bad, 2 balkonger, stue og kjøkken. Telfnr.966 860 584/618 380 078

ENDEREKKEHUS SELGES ALFAZ

Koslig rekkehus med 3 soverom, 2 bad , 2 stuer , kjøkken , bad og vaskerom. Terasse og takterasse med havutsikt. Liten trivelig urbanisasjon. Pris : 275 000 € Telefon: 0034 670312110

ALFAZ DEL PI.

Unik terrasseleilighet 180 m2. Terrasser ca.150 m2.Beliggenhet 200 moh . Utsikt mot Benidorm-Albir-Alfaz by-Altea-Calpe-med Middelhav samt fjellpartier mot nordvest. 3sover-3 bader-salong-spisestue-entre-vaskerom-bod-garasje. Egen innkjørsel. Stort felles svømmebasseng.For prospekt og avtale omvisning ring 004755553720.

**BOLIG TILBYS**

Costa Blanca - Syd Vega Baja

HUS M/POOL PLAYA FLAMENCA

Nyrestaurert frittliggende enebolig med nytt svømmebasseng. Tomt ca 350kvm.Parkering på egen gårdsplass. To soverom, bad, stue og nytt kjøkken. Meget sentralt. Kort vei til strand, restauranter, butikker og kjøpesentere Selges 239.000 euro Telefon: +47 908 58 610

A ZENIA - NYDELIG VILLA

Usjenert villa, 104 m2 på 250 m2 tomt, ny i 2001, 3 sov, 2 bad, sep. kjøk, 4 terr, innglassering, vaskerom, utebod, priv. basseng, alarm, 2 x A/C, tlf/internett, skand. TV-kanaler, priv. parkering, havsut-sikt, selges for KUN 259.000 EUR. Ingen meglere, takk. Telefon: +34 636 539 394

PLAYA FLAMENCA

Sjarmerende tårnhus (semi) til salgs. Ny 2002. 89m2, 3 sov, 2 bad, romslig stue og kjøkken. 175.000 euro. Telefon: 965329928

SKØNT NYT HUS I TORREVIEJA

Skønt nyt hus i Villa Martin 8 km syd for Torrevieja udlejes. 2 etager plus tagterasse 2 soveværelser, badeværelse og gæstetoilet 5 km til strand La Zenia 1,5 km til golf bane i Villa Martin Restauranter og shopping inden for gå afstand. Kan lejes i kortere eller længere perioder. Henv. +45 3253 6912

LA MATA UTHYRES

Söderläge med havsutskikt, 3 sovrum, 2 badrum, allrum/kök fullt utrustat, möblerat och modernt. 2 stora solterasser. Lugnt och fridfullt område, en barnpool, en vuxenpool och egen carport /p-plats. Nära till affär, strand och bussförbindelse. Parabol med nordiska, engelska och spanska kanaler. Uthyres kortare eller längre perioder. Hyresedigt 2/7 till den 23/7 2006. Telefon: +46 345 71419

TIL LEIE, FRA AUGUST - OKT

Rekkehus med 3 sov. 1 bad + gjestetoalett, stue, kjøkken, flislagt uteplass m/peis/grill, privat takterasse. 2 flotte bassengområder. Ligger i Balcon de la Rosaleda. Gangavstand til alle fasiliteter, 10 min gange ned til strand. Puber, flere restauranter og nærbutikk fra 3 - 7 min gange. Gangavstand til sentrum. Barnevennlig. Pris 450 euro pr. uke. Ledig fra 4. august. Telefon: +47 917 03 165

SELGES, UNDER 1 MILL.

Rekkehuset ligger rett utenfor sentrum mot saltsjøene i et område som heter Torreta 3. Inneholder priv. takterasse, stor flislagt uteplass med

**NØDNUMMER**

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

bla. plass til bil. Meget gode solforhold. 2 sov. 1 bad selges fullt møblert. Må sees. prisantydning 116.000 euro. Be om bilder. Telefon: +47 917 03 165

HØST I TORREVIEJA

Leiligheta vår er ledig fra ca midten av august og utover høsten. Den ligger i stille område med alt innen rekkevidde. Nydelig strandpromenade og flere uteplasser. 2 sov. airc. Kontakt tlf +4777181479

CABO ROIG

Cabo Roig 100m til stranda noen uker ledig på sommeren og utover høsten 1 soverom og dobbel sovesofa på stuen leie fra € 250 per uke. Telefon 966 760 452. Mobil 697 361 694

LEILIGHET TIL LANGTIDSLEIE

i Riomar fase III Pilar de la Horadada Ledig fra 1. september 2006 til 31 mai 2007 1 soverom, aircondition, møblert og felles svømmebasseng Telefon +4740235401. Fin leilighet tileie

STILLING LEDIG:

SERVITØRER, KOKK OG KOKKEASSISTENT

Palmen Bar & Bistro på Playa Albir (strandpromenen) søker servitører, kokk og kokkeassistent. Erfaring er en fordel, men opplæring vil bli gitt. Snakker du litt engelsk og spansk er det en god fordel. Full tid eller deltid stilling! Telefon: 966 865 166

Flott Hjørneleilighet i Agua Nuevas området med fin beliggenhet til det meste. Ledig for kortid/Langtidsutleie fra ca 24 April. Pris: 3000/4500 Nok. Kontaktperson: Pål :0034-679478099. Eier håkon:92236755.

LANGTIDSLEIE SØKES

Sentrumsnær leilighet med min. 2 sov og garasje ø. leid i Torrevieja. Norsk TV. Forskuddsleie. Tlf 679 478 099

LANGTIDSLEIE

To fullt utstyrte leiligheter (ny 2002) sentralt i Torreviejas nordre del til leie enkeltvis eller samlet fra sept. 2006. Leilighetene består av stue med klima-anlegg, TV (alle norske kanaler), 2 soverom (4 sen-

ger), godt utstyrt kjøkken, bad (med kar, vaskemaskin), balkong (9 m2), egen takterrasse (36 m2). Telefon: +4745602671

ALTOS DE LA BAHIA

Ny flott leilighet ledig fra 10-25 mai, også ledig i perioden 2 august til 22 august og for langtidsleie til vinteren fra 23 september. Leiligheten har alt du trenger inkl norske tv-kanaler. Den har 2 soverom og stor takterrasse i tillegg til frokostveranda. Telefon: 004790045415

Vi søker seljare som är från Scandinavien

Är du intresserad att arbeta i vårt team var vänlig tag kontakt med Simone Ekblad på telefon 0034 965 709 452, eller på mobil 0034 695 150 078.

Du kan också maila din CV till: sekblad@iberian-int.com.

STILLING LEDIG I OPTIKER BUTIKK

Vi søker norsktalende personale, gjerne med kjennskap til tysk for vår optiker forretning i Torrvieja. Tidligere erfaring er ikke nødvendig heller ikke spansk kunnskaper.

Er du interessert ta kontakt på tlf: 630 662 920

Klima. erfaring med pass av barn og fjærrk.. gode referanser. Hilsen færgad. Maria. Tlf. +47 97 73 00 56 en. säll. eller +47 70 01 08 51. Vi er en familie som bor med Gunnar på tel. 0034-0034-607 78 98 31. Vi har en dame som bor i nærheten, som kan hjelpe oss med litt barnepass og husarbeide. Førerkort er nødvendig. Myh Trond (tel. +34) 92684010. **BOLIG TILBYS** med fin utsikt til La Mata's saltjø. Möblert. Lette fin sjø. Boligen er uts...

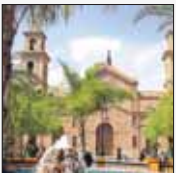
For å annonsere her, legg inn din annonse på:

www.spaniaguiden.no/rubrikk

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



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