

# EXO

L I F E  
S T Y L E  
M A G A  
Z I N E

#26 (46)



GRATIS / FREE



EXQUISITÍSIMO

# QUALITY PROPERTIES ON THE COSTA BLANCA



## SPACIOUS FAMILY VILLA IN ALBIR ref 1935

Totally refurbished spacious family villa. Open views to the mountains. A short walk to the beach and boulevard of Albir. 5 minutes from a supermarket and restaurants.

Beds 6 | Plot 754m<sup>2</sup> | Built 338m<sup>2</sup> | €975.000,-



## VILLA WITH POOL IN BUSOT ref 1866

Detached house on a fenced plot in a residential urbanisation. 30 minutes from the airport of Alicante, 15 minutes from the sandy beaches of El Campello and close to Bonalba Golf Course. South orientation.

Beds 3 | Plot 802m<sup>2</sup> | Built 199m<sup>2</sup> | €315.000,-



## LARGE VILLA IN ALTEA LA VELLA ref 1791

Large traditional style family villa in Altea la Vella with panoramic views over the landscape and distant sea views from the 1st floor and solar terrace. 5 minutes' drive from the restaurants and shops of Altea la Vella.

Beds 3 | Plot 1182m<sup>2</sup> | Built 236m<sup>2</sup> | €750.000,-



## KEY READY COUNTRY HOUSE IN BENISSA ref 1680

Key ready new build country house in traditional style with modern interior, built on a large plot in Benissa, with valley and mountain views and impressive panoramic views of the Mediterranean Sea.

Beds 4 | Plot 12.048m<sup>2</sup> | Built 417m<sup>2</sup> | €1.650.000,-

**VISIT OUR WEBSITE FOR OUR COMPLETE OFFERS**

**[WWW.ROYAL-RESIDENCE.COM](http://WWW.ROYAL-RESIDENCE.COM)**



# QUALITY PROPERTIES ON THE COSTA BLANCA



## VILLA WITH FANTASTIC VIEWS IN ALTEA ref 1954

Beautiful well maintained villa with panoramic sea views. 5 mins from Altea la Vella, 5 mins from the golf course, 10 mins from Altea. Totally renovated in 2010 and façades and outdoor kitchen recently updated.

Beds 4 | Plot 1400m<sup>2</sup> | Built 320m<sup>2</sup> | €1.495.000,-



## NEWLY BUILT VILLA IN MORAIRA ref 1913

Newly built designer villa in a popular area of Moraira, beautiful views towards the Bernia Mountain, walking distance to the center, the boulevard and the sandy beach. South-west orientation.

Beds 4 | Plot 800m<sup>2</sup> | Built 275m<sup>2</sup> | €1.350.000,-



## PLOT WITH SEA VIEWS IN ALTEA HILLS ref 1944

Upward sloping plot with good sea views in the famous urbanisation of Altea Hills with 24-hour security located a few minutes' drive from the centre and boulevard of Altea, the marina of Campomanes and the Golf Course.

Plot 1182m<sup>2</sup> | €249.000,-



## VILLA CLOSE TO THE ARENAL OF JAVEA ref 1951

Newly built house with private swimming pool. Situated in the area of Pinosol, 6 car minutes from the Arenal of Jávea with its sandy beach and its nice boulevard and not far from the Golf Course.

Beds 3 | Plot 1240m<sup>2</sup> | Built 350m<sup>2</sup> | €955.000,-

**ROYAL RESIDENCE LIFESTYLE SL**

Avda. Comunidad Valenciana 2, bajo C 03590 Altea

T: 0034 96 584 0513 E: info@royal-residence.com



# Edi to rial



**DIRECTOR**  
*DIRECTOR*  
HOSTE YVO  
info@magazine-exquisitissimo.com

**DISEÑO Y MAQUETCIÓN**  
*DESIGN AND LAYOUT*  
ANCKLA COMUNICACIÓN  
timon@anckla.com

**TRADUCCIÓN**  
*TRANSLATION*  
A. CONRAD

**IMPRESIÓN**  
*PRINTING*  
GRÁFICAS AGULLO

**COLABORADORES**  
*PARTNERSHIP*  
ALEXANDER VAN DER BIEST, JR, MARIA  
FERNANDA, CLÍNICA RINCÓN, LOS  
CABALLOS LUNA, MARÍA CATALINA  
GINESTAR, BENISSA TURISMO Y CENTRO  
AUDITIVO AMPLIVOX.

**DIRECCIÓN**  
*ADRESSE*  
CALLE LLORER 1  
03110 MUCHAMIEL (ALICANTE)  
TLF. 603 798 837  
info@magazine-exquisitissimo.com  
www.exquisitissimo.com  
Facebook @MagExq  
Instagram @MagExq  
Twitter @MagExq

\* Exquisitissimo no se identifica con el contenido de los artículos, ni con las opiniones de sus colaboradores. Queda prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos y fotografías sin previa autorización de la editorial..

\* *Exquisitissimo does not identify with the contents of the articles, or with the views of its collaborators. It is prohibited to reproduce totally or partially the contents and photographs without the permission of the editor.*

DEPÓSITO LEGAL / LEGAL DEPOSIT A769-2016

**5**  
*Amplivox.*

**6-11**  
*El Campello  
ama al mar.*

**12-18**  
*Alicante para  
ornitólogos.*

**19-35**  
*Receta  
Galletas de  
coco y pasas.*

**36-39**  
*Aurora  
su historia.*

**40-42**  
*Euroclínica  
Rincón.*

**44-50**  
*Sant Antoni  
El alma rural  
de Benissa.*



# Audífonos

## ¿Cuándo tengo que usarlos?

By Violeta Jacobo - Audioprotesista

El audífono es un aparato auditivo que debe colocarse una vez que tengamos la evaluación completa de un especialista y diagnostique pérdida auditiva.

La pérdida de audición motivada por el paso de los años, tiene un tratamiento rápido y sencillo y con buenos resultados.

Los problemas para oír, y sobre todo para entender bien, tienen unos efectos que aunque los consideramos leves al principio a medio y largo plazo tiene una repercusión sobre nuestra salud y estilo de vida.

***“El no oír bien, el aislamiento puede desencadenar procesos depresivos, que deterioran aun mas las capacidades.”***

Por eso debe realizarse pruebas anualmente para poder evitarlo.

En nuestro Centro Audiológico Amplivox estamos dispuestos a hacerle las pruebas gratuitas y sin compromiso, no dude en llamarnos o visitarnos.



Siempre pensando en ti  
y tu salud



**Síguenos en redes sociales  
y benefíciate de nuestras  
promociones.**



# *El Campello*

## *ama al mar.*

By Alexander Van der Biest

**Cristina Lledó**  
Óptico Optometrista  
Col. nº 5485

**vision&co**  
siempre a la última



**Óptica Cristina Lledó**  
Avda. Generalitat, 41  
03560 El Campello (Alicante)  
Tel. 98 563 39 71  
info@opticacristinalledo.com  
[www.opticacristinalledo.com](http://www.opticacristinalledo.com)  
[www.visionco.es](http://www.visionco.es)

facebook



## WILLEM CARS

- In- en verkoop van Spaanse auto's
- Wij regelen alle formaliteiten rondom uw auto
- Autoverzekeringen
- Nu ook Nederlandse APK - keuring
- Wij verzorgen ook de in- en uitvoer van uw auto.


*Willem Cars uw vertrouwde adres voor een tweedehands auto met meer dan 30 jaar ervaring in Spanje*

Geopend: maandag t/m vrijdag 10 - 18 uur zaterdag 10.30 - 14 uur


Ctra. Alicante-Cartagena, km 80, casa 91 03194 La Marina

Tel/fax.: 965 419 508


[www.willemcars.com](http://www.willemcars.com) - [info@willemcars.com](mailto:info@willemcars.com)

 **El Campello ama al mar.** No es una afirmación, sino un hecho. Esta relación por supuesto comienza por su ubicación: un territorio de más de 5.450 hectáreas a lo largo de la costa alicantina, entre la capital de la provincia y la Marina Alta. Aunque casi el 40% de ese término municipal sea territorio forestal, los 23 km de línea costera inevitablemente captarán la atención.


*“Tanto si prefiere arena oscura o blanca, franjas íntimas o largas, desea que se considere su minusvalía o su compañero canino, o practicar el nudismo, hay una playa para cada gusto.”*

 **El Campello loves the sea.** That is not a claim, but a fact. This relationship obviously starts at its location: a territory of more than 5450 ha along the Alicante coast, between the province’s capital and the Marina Alta. Although nearly 40% of that surface are forestland, particularly the 23km of shoreline inevitably catch one’s attention.

*Whether you prefer darker or silver sands, intimate or larger strips, would like your reduced mobility or canine companion to be taken into consideration, or wish to practice nudism, El Campello offers a beach for every taste.*

 **El Campello houdt van de zee.** Dat is geen bewering, maar een feit. Deze relatie begint uiteraard met haar ligging: een grondgebied van meer dan 5450 hectare langs de kust van Alicante, tussen de provinciehoofdstad en de Marina Alta. Alhoewel bijna 40% van die oppervlakte bosgrond is, zijn het de 23km aan kustlijn die onvermijdelijk de show stelen.

*“Of u nu donker of lichter zand verkiest, intiemere of grotere stroken, wenst dat men met uw bewegingsbeperkingen of viervoeter rekening houdt, of nudisme wil beoefenen, voor elke strandwens is er wat wils.”*

 **El Campello aime la mer.** Ceci n’est pas une affirmation, mais un fait. Cette relation commence naturellement par sa localisation : un territoire de plus de 5450 hectares le long de la côte d’Alicante, entre la capitale provinciale et la Marina Alta. Bien que près de 40% de cette superficie soit constituée de terres forestières, ce sont les 23 km de côtes qui se font remarquer.

*Que vous préférez le sable foncé ou plus clair, des étendues plus intimes ou plus grandes, que vous souhaitiez que vos limites de mouvement ou votre ami à quatre pattes soient pris en considération, ou que vous vouliez pratiquer le nudisme, il y a une plage selon les désirs de chaque personne.*





**LASAROCA DENTAL**  
El Campello

GENERAL REVIEW · REVISIÓN GENERAL  
ORTHODONTIC STUDY · ESTUDIO DE ORTODONCIA  
FOLLOW-UP DENTAL WORK · SEGUIMIENTO DENTAL

LOWER BRACKETS · BRACKETS INFERIORES  
FREE / GRATIS





Dr. Fleming 41 · 2º Izq.  
El Campello · Alicante

WE ONLY WANT TO SEE YOU  
**SMILE**

SÓLO QUEREMOS VERTE  
**SONREÍR**

ALL TREATMENT | EN TODOS LOS TRATAMIENTOS


**20% dto.**






URGENCIAS/URGENCY 24 h  
T.: 651 164 726


entendemos TODOS los idiomas  
we accept all languages


 Quién realmente ama al agua salada no se queda en la playa, sino también sale a explorarla, tanto por la superficie como por debajo de ella. Los 475 amarres del Club Náutico acogen a embarcaciones con un calado de hasta 4m y una eslora de hasta 20m. Aquí podrá aprender a navegar en vela, hacer kayak, remar ó obtener su título de Patrón de Embarcaciones de Recreo. El entorno del sitio arqueológico de los Baños de la Reina resulta idóneo para quienes quieran practicar el esnórquel en toda seguridad. Los buceadores auténticos pueden tras un desplazamiento en barco campar a sus anchas por las Calas, las rocas de El Caballón, o el arrecife artificial de La Lloma dels Reixes.

El municipio apenas existe desde hace poco más de 12 décadas, pero esta historia de amor ya dura unos 7.000 años. Inevitablemente ya influía la economía local mucho años antes del turismo, pensemos en la piscifactoría de antaño en los Baños. La Cofradía de los Pescadores actual remonta a 1919 y cuenta con 30 amarres propios. Es una de las poquísimas organizaciones de su tipo en ofrecer en su Lonja a particulares la posibilidad de comprar las frutas del mar directamente, sin intermediarios, después de su captura. Una experiencia única dónde cada día laboral a partir de las 6 se puede pujar por bandejas ofrecidas por su peso o por su contenido.

 Those who truly love salt water do not just stay on the beach, but also get out to explore it, both on the surface and below. The 475 docking points at the Club Náutico (yachting harbour) welcome leisure craft with a draught of up to 4m and an overall length of up to 20m. Here you can learn how to sail, kayak, row or earn your Pleasure Craft Master Certificate. The surroundings of the Queen's Baths archaeological site ideally suit those who would like to snorkel safely. Real divers can -combined with a boat trip - practice their sport to their hearts' content at the Calas, the El Caballón rocks or the La Lloma dels Reixes artificial reef.

The current municipality has only been around for little more than 12 decades, but this love story has been ongoing for 7000 years. Inevitably, it impacted the local economy long before tourism came around, as the ruins of the fishing factory once situated at the Baños demonstrate. The current Fishermen's Cofradía (professional guild) dates to 1919 and boasts its own 30 docking points. It is one of the few organisations of its kind to offer private customers the opportunity of buying the fruits of the sea directly, without any intermediaries, right after their capture, at its Lonja (covered marketplace). A unique experience where every working day from 6 PM onwards you can bid on trays offered either by weight or according to their contents.

 Wie echt van zout water houdt blijft niet aan het strand liggen, maar gaat ook de zee verkennen, zowel aan de oppervlakte als eronder. De 475 aanlegpunten van de Club Náutico verwelkomen pleziervaartuigen met een diepgang tot 4m en een lengte tot 20m. Hier kan u leren zeilen, kayaken, roeien of uw yachtbrevet halen. De omgeving van de archeologische site van de Baden van de Koningin is perfect voor wie veilig wil snorkelen. Echte duikers kunnen mits verplaatsing per boot hun hart ophalen aan de Calas, de rotsen van El Caballón of het kunstmatige rif van La Lloma dels Reixes.

 Ceux qui aiment vraiment l'eau salée ne restent pas sur la plage, mais explorent la mer aussi en surface et en dessous. Les 475 points d'amarrage du Club Náutico accueillent des bateaux de plaisance d'un tirant d'eau jusqu'à 4m et d'une longueur jusqu'à 20m. Ici, vous pouvez apprendre à naviguer, faire du kayak, ramer ou obtenir votre certificat de yacht. La zone entourant le site archéologique des Bains de la Reine est parfaite pour ceux qui souhaitent faire de la plongée en combinaison avec un tour en bateau. Les vrais plongeurs peuvent profiter des Calas, des rochers d'El Caballón ou du récif artificiel de La Lloma dels Reixes en bateau.



**Singapore GARDEN**  
RESTAURANT

*Asiático 100%*

RESERVAS 96 563 88 77  
Calle Montnegre 10 (Coveta Fumà) - 03560, El Campello (Alicante)  
[www.thesingaporegarden.com](http://www.thesingaporegarden.com)



**EMAR** AUTOTALLER 

**TALLERES**  
**EMAR EL CAMPELLO**

c/ San Ramón, 32 03560 El Campello  
Teléfono: 965630331 / 667640479  
Email.: [talleresemarelcampello@gmail.com](mailto:talleresemarelcampello@gmail.com)  
[www.talleresemarelcampello.com](http://www.talleresemarelcampello.com)





**BAMBALINA**



C/ San Bartolomé, 58  
03560 Campello (Alicante)  
Teléfono 865 60 53 11

 [Facebook.com/Bambalina](https://www.facebook.com/Bambalina)

 [Instagram.com/Bambalina\\_shop2017](https://www.instagram.com/Bambalina_shop2017)




**EUROBAN**  
TAPIZADOS CAR & MARINE

[euroban.net](http://euroban.net)

Tel./WhatsApp: 677 040 743  
El Campello - 03560 (Alicante)



 Si no se siente muy masterchef, los restaurantes de El Campello le invitan a catar estos tesoros en una amplia variedad de recetas deliciosas, no solamente en arroces. Los profesionales culinarios locales le ofrecen lo mejor del mar para cada bolsillo y cada ocasión. Por algo son participantes siempre bienvenidos en eventos para los auténticos gourmets como la Feria Alicante Gastronómica.

Consciente que el Mediterráneo también determina el futuro, el Ayuntamiento ha dado los pasos necesarios para crear una Reserva Marina de unas 2.300 hectáreas. España actualmente sólo cuenta con 16 áreas de este tipo. Su existencia favorecería el crecimiento y la calidad de la población de peces y crearía magníficas nuevas oportunidades para el buceo bajo autorización e investigaciones científicas. Si al nivel público-administrativo todos los trámites tienen éxito esta Reserva será constituida aún en este año 2022.

Según el poeta valenciano Vicent Andrés Estellés el mar representa 'la sombra húmeda del Paraíso'. Para encontrar la puerta al este Paraíso, basta entonces con elegir la salida de El Campello en la AP-7.


 If you are not masterchef material, then El Campello's restaurants offer you the opportunity to taste these treasures in a large variety of delicious recipes, not just in rice dishes. The local culinary professionals allow you to taste the best seafood at any budget or for any occasion. They are therefore very welcome contributors at authentic foodies' events such as Feria Alicante Gastronómica.

Aware that the Mediterranean also determines the future, City Hall has taken the necessary steps to create a Marine Preserve of approximately 2300ha. Spain currently only counts about 16 such areas. This will protect the fish population's growth and quality and create wonderful new opportunities for authorised diving and for scientific research. If everything runs smoothly at the public administration level, this Preserve may already become a reality this year 2022.

Valencian poet Vicent Andrés Estellés once described the sea as 'the moist shadow of Paradise'. To find the gate to this Paradise, it is therefore enough to choose the El Campello exit on the AP-7.




Calle San Ramón 151  
 El Campello, Alicante, 03560  
 Tel: 0034965632810  
[www.edirentacar.com](http://www.edirentacar.com)

 De huidige gemeente bestaat amper meer dan 12 decennia, maar dit liefdesverhaal duurt al 7000 jaar. Onvermijdelijk beïnvloedde het de plaatselijke economie reeds lang vóór het toerisme, getuige de viskwekerij die zich destijds in de Baños bevond. De huidige Cofradia (beroepsorganisatie) van de Vissers dateert uit 1919 en telt 30 eigen aanlegplaatsen. Het is één van de weinige in haar soort die in haar overdekte visveiling particulieren de mogelijkheid biedt om de vruchten van de zee rechtstreeks, zonder tussenpersoon, na de vangst te kopen. Een unieke ervaring waarbij u gedurende elke werkdag vanaf 6 uur 's avonds kan bieden op schalen die volgens hun gewicht of volgens hun inhoud worden aangeboden.

Bent u niet zo'n keukenheld(in), dan verwelkomen de restaurants van El Campello u om deze schatten te proeven in een grote diversiteit aan heerlijke recepten, niet alleen in rijstgerechten dus. Dankzij de lokale culinaire professionelen kunt u het beste van de zee proeven binnen elk budget en voor elke gelegenheid. Ze zijn dan ook graag geziene deelnemers aan evenementen voor de echte fijnproevers zoals de Feria Alicante Gastronómica.

Bewust dat de Middellandse Zee ook de toekomst bepaalt, heeft de gemeente de nodige stappen ondernomen om een beschermde maritieme zone van zo'n 2300 hectare te creëren. Spanje telt op dit moment slechts 16 dergelijke gebieden. Dit zal de groei en kwaliteit van het visbestand beschermen en prachtige nieuwe kansen voor duiken mits toelating creëren, en ook mogelijkheden tot wetenschappelijk onderzoek. Als alles op het publiek administratief niveau vlot verloopt, zal deze zone nog dit jaar 2022 tot stand komen.

Volgens de Valenciaanse woordkunstenaar Vicent Andrés Estellés vormt de zee 'de vochtige schaduw van het Paradijs'. Om de poort naar dit Paradijs te vinden, volstaat het dus om op de AP-7 de afslag van El Campello te kiezen.

 La municipalité actuelle existe à peine depuis plus de 12 décennies, mais cette histoire d'amour dure depuis 7 000 ans. Inévitablement, il a influencé l'économie locale bien avant le tourisme, comme en témoigne la ferme piscicole qui se trouvait dans les anciens Bains. L'actuelle Cofradia (organisation professionnelle) des Pêcheurs date de 1919 et compte 30 mouillages privés. C'est l'un des rares du genre qui offre à son marché de poissons la possibilité aux particuliers d'acheter les fruits de mer sans intermédiaire, directement après la pêche. Une expérience unique où vous pouvez enchérir sur des plateaux, proposés selon leur poids ou selon leur contenu pendant toute la journée de travail à partir de 6h du soir.

Si vous n'avez pas vraiment les qualités de chef, les restaurants d'El Campello vous invitent à déguster ces trésors dans une grande variété de délicieuses recettes, pas seulement dans les plats de riz. Grâce aux professionnels de la cuisine locale, vous pourriez déguster le meilleur de la mer dans tous les budgets et toutes les occasions. Ils sont donc les bienvenus lors d'événements pour les vrais gourmets comme la Feria Alicante Gastronómica.

Consciente que la mer Méditerranée détermine aussi l'avenir, la municipalité a pris les mesures nécessaires pour créer une zone maritime protégée d'environ 2300 hectares. L'Espagne ne compte actuellement que 16 zones de ce type. Cela protégera la croissance et la qualité du stock de poissons et créera de merveilleuses nouvelles opportunités de plongée autorisée, ainsi que des opportunités de recherche scientifique. Si tout se passe bien au niveau de l'administration publique, cette zone sera créée en 2022.

Selon l'artiste valencien Vicent Andrés Estellés, la mer est "l'ombre humide du paradis". Pour trouver la porte du Paradis, il suffit donc de prendre la sortie El Campello de l'AP-7.



Entrenamiento  
Funcional  
adefredo y  
Pre-postparto

Hatha Yoga

Pilates Mat

Zumba

Rta. Fabraquer 18B, local  
C.C. Villanuco  
03560 El Campello  
(Alicante)

info@quatroeme.com  
www.quatroeme.com



@qmtrainingplace



Tfno.: 965 63 38 04  
665 58 78 51

 flores@floristeriatere.com

Avda. de la Generalitat, 43  
03560 El Campello - Alicante

 **Interflora**  
The Flower Experts

 **Flower 10**


SÍGUENOS:


 Floristeria Tere  
www.floristeriatere.com





# Alicante para ornitólogos.

By Alexander Van der Biest

 **Alicante para ornitólogos.** ¿Le satura el estrés profesional? ¿Se siente encerrado/a veces en el entorno urbano? ¿Le encantaría echar a volar sus preocupaciones? En Alicante puede hacer todo esto de una sola vez y casi literalmente. Este artículo no anuncia ninguna cura milagrosa. Le invita a valorar más un elemento clave de la belleza del entorno natural de esta provincia: la (escucha y) observación de pájaros.

 **Alicante voor vogelliefhebbers.** Vult uw job uw hoofd met stress? Voelt u zich soms opgesloten in de bebouwde kom? Zou u uw bekommernissen willen zien (weg)vliegen? In Alicante kan dat alles in één keer en zelfs bijna letterlijk. Dit artikel is geen reclamespotje voor een of ander wondermiddel. Het is een uitnodiging om via een nieuwe activiteit een kernelement van de natuurpracht van deze provincie meer te leren waarderen: het (beluisteren en) observeren van vogels.

 **Alicante for birders.** Does your job stuff your head with stress? Do you sometimes feel locked up in the city's confines? Would you like to see your woes fly away? In Alicante, you can do all that in one go, almost literally even. This article does not advertise some miracle cure. It invites you to learn to appreciate a core element of this province's natural beauty more through a new activity: birdwatching (and listening to birds).

 **Alicante pour les amants des oiseaux.** Votre travail vous remplit la tête de stress? Vous sentez-vous parfois pris au piège dans les agglomérations? Aimeriez-vous voir vos inquiétudes s'envoler? Dans la province d'Alicante, vous pouvez faire tout cela en même temps et presque littéralement. Cet article n'est pas une publicité pour un remède miracle. C'est une invitation à apprendre à apprécier un élément essentiel de la beauté naturelle de cette province à travers d'une nouvelle activité: observer (et écouter) les oiseaux.







[www.marelmujer.com](http://www.marelmujer.com)

  
**MARELMUJER**  
1983

TARJETA REGALO  
**30€**  
MARELMUJER

NUESTRAS TIENDAS | OUR STORES

Álvarez Sereix 3 - Alicante  
C.C. Fontana, local 50 - Playa de S. Juan  
Pasaje Plaza Mayor s/n - Palencia

T. 659 90 97 47



\*Válido exclusivamente para compras superiores a 200€.  
\*Caduca el 30-06-2022 \*Válido en su primera compra.  
\*No acumulable en otras ofertas y promociones






Las aves son mucho más que animales alados con picos que construyen nidos, ponen huevos y de los cuáles la mayoría sabe vencer la gravedad en mayor o menor medida. Como ha argumentado la Asociación de Protección Aviar de los Países Bajos, son esenciales para todo y todo el mundo. Dispersan las semillas, polinizan las plantas, comen los insectos, eliminan los cadáveres, mantienen los arrecifes de coral con vida, inspiran estudios científicos e impactan positivamente nuestra salud. Encontrarlas como ser humano requiere no solamente ejercicio corporal y explorar la naturaleza, sino también exponerse a los sonidos relajantes de la naturaleza, recuperar el silencio y mantener la concentración.


La ornitología también es una experiencia educativa para todas las edades que combina bien con el desarrollo de una conciencia ambiental, la fotografía paisajística y de animales, caminatas y otras actividades de exterior. Se originó en el siglo XIX, pero por estas partes es una actividad relativamente nueva. La organización valenciana especializada en la materia (la SVO) apenas se fundó hace unos 25 años, y la sección de la ANSE en Orihuela (Asociación de Naturalistas del Sudeste) sólo existe desde 1988. Pero se crearon justo a tiempo, porque la urbanización, la deforestación, y la caza representan una amenaza permanente.

Birds are more than animals with beaks and wings that build nests, lay eggs and of which the majority are capable of conquering gravity to a greater or lesser degree. As the Dutch Bird Protection association has argued, they are essential for everything and everyone. They spread seeds, pollinate flowers, eat bugs, clean up carcasses, keep coral reefs alive, inspire scientific research and positively impact our health. Tracking them as a human being requires not just physical exercise and exploring nature, but also exposition to relaxing nature sounds, the recovery of silence, and staying focused.

Ornithology is also an educational experience for all ages that combines nicely with the development of environmental awareness, wildlife and landscape photography, hiking and other outdoor activities. It originated in the nineteenth century, but it is a fairly new activity around these parts. The dedicated Valencian organisation (SVO) has only been around for a little more than 25 years and the Orihuela ANSE (Association of Nature Lovers of the South-West) section has only been around since 1988. But they came into being not a moment too soon, because urban growth, deforestation and hunting represent a permanent threat.

 Vogels zijn meer dan dieren met snavels en vleugels die nesten bouwen, eieren leggen en waarvan de meerderheid de zwaartekracht in kleinere of grote mate kan overwinnen. Zoals Vogelbescherming Nederland heeft aangetoond, zijn ze essentieel voor alles en iedereen. Ze verspreiden zaden, bestuiven planten, eten insecten, ruimen karkassen op, houden koraalriffen in leven, inspireren wetenschappelijk onderzoek en oefenen een positieve invloed uit op onze gezondheid. Om hen als mens te vinden vereist niet alleen lichaamsbeweging en het verkennen van de natuur, maar ook blootstelling aan kalmerende natuurgeluiden, het terugwinnen van de stilte en het behoud van concentratie.

Ornitologie is ook een leerrijke ervaring voor alle leeftijden die mooi combineert met de ontwikkeling van milieubewustzijn, landschapen dierenfotografie, wandelingen en andere buitenactiviteiten. Van negentiende eeuwse oorsprong, is het wel een relatief nieuwe activiteit in Alicante. De gespecialiseerde Valenciaanse organisatie (SVO) bestaat nog maar 25 jaar en de afdeling van de ANSE (Vereniging van Natuur liefhebbers van het Zuidwesten) in Orihuela pas sinds 1988. Maar ze ontstonden geen moment te vroeg, want de verstedelijking, ontbossing en jacht vormen een permanente bedreiging.

 Les oiseaux sont plus que des animaux avec des becs et des ailes qui construisent des nids, pondent des œufs et dont la majorité peut vaincre la gravité dans une plus ou moins grande mesure. Comme l'a montré Vogelbescherming Nederland, ils sont indispensables à tout et à tous. Ils répandent des graines, pollinisent les plantes, mangent des insectes, éliminent des carcasses, maintiennent les récifs coralliens en vie, inspirent la recherche scientifique et ont un impact positif sur notre santé. Pour les trouver en tant qu'humains, il faut non seulement faire de l'exercice et explorer la nature, mais aussi s'exposer à des sons apaisants de la nature, retrouver le silence et maintenir la concentration.

L'ornithologie est aussi une expérience éducative pour tous les âges qui combine à merveille le développement de la conscience environnementale, la photographie de paysages et d'animaux, les promenades et autres activités de plein air. D'origine du XIXe siècle, c'est une activité relativement nouvelle à Alicante. L'organisation spécialisée valencienne (SVO) n'existe que depuis 25 ans et la branche de l'ANSE (Association des amoureux de la nature du sud-ouest) section d'Orihuela seulement depuis 1988. Mais ils ont vu le jour pas trop tôt, car l'urbanisation, la déforestation et la chasse sont une menace permanente.



**Avd. Illice, 55 03320 Torrellano (Elche)**

-  floristerialeo@gmail.com
-  facebook.com/leofloristeria
-  instagram.com/leonor\_anton\_perez



**Kekx café**




Avda. Mariners, 6 - local 8  
03570 Villajoyosa (Alicante)

 Mòvile: 636 270 745  
Facebook: kekx xav evy



**Adelgazamiento acelerado**



-  SIN CIRUGÍA
-  SIN PASAR HAMBRE
-  SIN EJERCICIO FÍSICO

**Pruébalo GRATIS**

PIERDE INCLUSO MÁS  
DE **1KG** POR SESIÓN


[www.neobelle.es](http://www.neobelle.es)

CONSULTA MÉDICA ESTÉTICA

Av. Historiador Vicente Ramos, 2 local 2 | 03540 Alicante  
Tel. 965 16 46 16 - 672 00 66 95  
info@neobelle.es  






 En un atlas innovador publicado en 2015, investigadores de la Universidad de Alicante identificaron al menos 179 especies nidificantes en Alicante, 187 si se añaden las especies que se tratan de volver a introducir en la provincia. En el último anuario del SVO se alcanzó la suma de hasta 418 especies observadas por toda la Comunidad autónoma.

Según una guía de la Comunidad Valenciana y SEO Birdlife, dos factores convierten a Alicante y toda la Comunidad en general en un destino tan atractivo para las aves. Por una parte, su situación en una zona donde se cruzan dos de las rutas migratorias más importantes de Europa, la de la Zona Este del Océano Atlántico y la del Mar Negro y del Mediterráneo. Por otra, su gran variedad de entornos y hábitats, incluyendo bosques, montañas, playas, islas, cauces de ríos, y humedales. Y no solamente los visitantes humanos nacionales y extranjeros saben apreciar el clima suave.


 In een innoverende in 2015 gepubliceerde atlas identificeerden onderzoekers van de Universiteit van Alicante minstens 179 soorten die in Alicante hun nesten bouwen, 187 als je er soorten die men opnieuw wenst te introduceren bijtelt. In het laatste jaarboek van de SVO bereikte men een totaal van maar liefst 418 waargenomen soorten in de hele deelstaat.

Volgens een gids van de Valenciaanse Gemeenschap en SEO Birdlife zijn er twee factoren die Alicante en de Comunidad in het algemeen zo aantrekkelijk maken voor vogels. Enerzijds de ligging in een gebied waar twee van de belangrijkste migratieroutes van Europa zich kruisen, die van het Oostelijk Gebied van de Atlantische Oceaan en die van de Zwarte en Middellandse Zee. Anderzijds haar grote variëteit aan omgevingen en habitats, waaronder bossen, bergen, stranden, eilanden, rivierbeddingen, en draslanden. En het zijn heus niet alleen menselijke binnen -en buitenlandse bezoekers die het zachte klimaat waarderen.



 In an innovative atlas published in 2015, Alicante University researchers identified at least 179 bird species nesting in Alicante, 187 if one were to include those species conservationists are trying to reintroduce. The last SVO yearbook reached the sum of no less than 418 different species observed across the whole state.



According to a guide published by the Valencian Community and SEO Birdlife, two factors make Alicante and the entire Community such an attractive destination for birds. On the one hand its location in an area at the crossroads of two of Europe's most important migratory routes, the one of the Eastern Atlantic Ocean Region and the one of the Mediterranean and Black Seas. On the other the large variety of natural environments and habitats, including forests, mountains, beaches, islands, riverbeds, and wetlands. And human domestic and foreign visitors are not the only ones to appreciate the soft climate.

 Dans un atlas innovant publié en 2015, des chercheurs de l'Université d'Alicante ont recensé au moins 179 espèces qui font leur nid à Alicante, 187 si l'on y ajoute les espèces que l'on souhaite réintroduire. Dans le dernier annuaire de la SVO, le nombre de pas moins de 418 espèces observées dans tout l'état a été atteint.

Selon un guide de la Communauté Valencienne et de SEO Birdlife, il y a deux facteurs qui rendent Alicante et la Comunidad en général si attrayants pour les oiseaux. D'une part, sa localisation dans une zone où se croisent deux des principales routes migratoires européennes, celles de l'Atlantique Est et des mers Noire et Méditerranée. D'autre part, sa grande variété d'environnements et d'habitats, y compris les forêts, les montagnes, les plages, les îles, les lits des rivières et les marais. Et ce ne sont certainement pas seulement les visiteurs humains nationales et internationales qui apprécient la douceur du climat.

 raíces

mobiliario · decoración

  @raices. mobiliario

www.raicesmobiliario.com




C/ Els Oms 2 03110 Mutxamel Alicante telf:965659558

**THE SALON** FOR **HAIR**  
PELUQUERÍA UNISEX

PELUQUERÍA & ESTÉTICA  
C/ RIU TÚRIA 5 - 03111 BUSOT

Tlf: (+34) 865 751 969

 Tlf: (+34) 663 167 378



Avda. Illice, 57  
03320 Torrellano

 965 682 209


 644 258 557




Realizamos todos nuestros servicios  
a domicilio y atención on line.


Siempre pensando en ti y tu salud



 Si por lo tanto sus prismáticos y sus zapatos de caminar se sienten tentados, visite una de las 40 zonas protegidas para pájaros que forman parte de la red Natura 2000 europea. Piense, por ejemplo, en la Reserva de El Hondo en Elche, la del Marjal en Pego-Oliva, las Lagunas de la Mata en Torrevieja, la Sierra de Mariola en Alcoy y Cocentaina, pero también en lugares menos evidentes como Las Salinas de Calpe o la Isla de Benidorm. No dude en pedir información a guías y servicios de información turística locales y lance inmediatamente sus problemas al aire.

 If your binoculars and walking shoes are starting to feel tempted, then head to one of the 40 Valencian protected zones for birds in the European Natura 2000-network. The El Hondo Nature Preserve in Elche, El Marjal in Pego-Oliva, the Lagunas de la Mata in Torrevieja, the Sierra de Mariola in Alcoy and Cocentaina, for example, or less evident locations such as Las Salinas in Calpe or the Island of Benidorm. Do not hesitate to enquire your local guides or Tourist Information offices and watch your worries take flight right away.

 Als uw verrekijker en wandelschoenen onweerstaanbaar beginnen te worden, begeef u dan naar één van de 40 beschermde Valencianse gebieden voor vogels in het Europees Natura 2000-netwerk. Denk bijvoorbeeld aan het El Hondo natuurpark in Elche, dat van de Marjal in Pego-Oliva, de Lagunas de la Mata in Torrevieja, de Sierra de Mariola in Alcoy en Cocentaina, maar ook minder evidente plekken zoals Las Salinas in Calpe of het Eiland van Benidorm. Vraag gerust eens na bij lokale gidsen en diensten voor toerisme en zie meteen uw problemen het luchtruim kiezen.

 Alors si vos jumelles et vos chaussures de promenade commencent à vous attirer, rendez-vous dans l'une des 40 zones ornithologiques protégées valenciennes du réseau européen Natura 2000. Pensez, par exemple, au parc naturel El Hondo à Elche, à celui de la Marjal à Pego-Oliva, aux Lagunas de la Mata à Torrevieja, à la Sierra de Mariola à Alcoy et Cocentaina, mais aussi à des endroits moins évidents comme Las Salinas à Calpe ou l'île de Benidorm. N'hésitez pas à vous renseigner auprès des guides locaux et des services touristiques et voyez ainsi s'envoler vos problèmes tout de suite.

**EX**  
GUIDE

EAT  
DRINK  
SLEEP

#26 (46)





# OUR PLACE



"the place for fish and chips"

***Urb. La Marina - C/ Pedro María Unanue, 1  
03177 - San Fulgencio, Alicante***



Extensive traditional British Fish and Chips menu and much, much more.  
Find us on the La Marina Urbanisation, in Calle Pedro María Unanue,  
(Just down the hill from the Tourist Information office).

**Open Monday - Saturday 12:00 - 21:00.**





Try our Blue wine Classic o Frizzante  
For sale at restaurante Casa Vital  
in Altea and we send all over Spain  
order Whatsapp 617640859

Casco Antiguo  
Altea



Vino Casa Vital  
Barrica 2011



Bodegas Santa Margarita  
Age Jofkstad  
Vinos de Castilla La Mancha

Milennium  
Casa Vital  
2010



Restaurante Casa Vital



C/ Salamanca, 11 - T. 965 84 09 36 - 03590 Altea (Alicante) - casavitalaltea@gmail.com - [f](https://www.facebook.com/restaurante-casa-vital) restaurante casa vital

[www.casavital.com](http://www.casavital.com)

[i](https://www.instagram.com/casavital) casavital



## FRITERÍA *Blama's*

BEN JE OP ZOEK NAAR DE GEZELLIGHEID VAN THUIS, NEEM DAN PLAATS OP ONS TERRAS VOOR EEN BORREL EN EEN LEKKERE SNACK. ZIN IN EEN PATATJE STOOFFVLEES OF VOL AU VENT? JE VINDT ONS IN HET CENTRUM VAN CALPE RECHT TEGENOVER HET SUITOPIA HOTEL.

T. 0034 634 33 71 07  
Mail. [maesann03@gmail.com](mailto:maesann03@gmail.com)  
Web. [www.snackbarblamas.com](http://www.snackbarblamas.com)

Avenida Europa 1 local 11  
(Tegenover Suitopia Hotel)  
03710, Calpe (Alicante)





# Galletas de coco y pasas

By María Fernanda Escalona



Instagram icon @MARIAFERNANDAESCALONA



**SEIS PERLAS**  
RESTAURANTE

Arroces - Pescados - Carnes  
Rice - Fish - Meet

*Freute al Mar*

C/ San Vicente 97  
EL Campello, Alicante  
Paseo Marítimo

SALÓN CRISTAL - TERRAZA MAR - CHILLOUT



 **Receta**

Les traigo unas riquísimas galletas de coco, pasas y avena, que serán la delicia de toda la familia; además es una buena forma para que los pequeños de la casa consuman avena. Usaremos como producto regional las maravillosas uvas pasas de la provincia de Alicante. Estas galletas resultan crujientes por fuera y suaves en el interior.

 **Recept**

Ik presenteer u een paar overheerlijke koekjes op basis van cocos, rozijnen en havermout, waarvan de hele familie zal genieten. Het is bovendien een uitstekende manier om ervoor te zorgen dat de kleinsten thuis havermout eten. Als streekingrediënt kan u de heerlijke rozijnen van de provincie van Alicante gebruiken. Deze koekjes zijn krokant van buiten en zacht van binnen.



*La Milla*

Avenida San Bartolomé de Tirajana  
Arenales del sol, Elche  
T. 609 56 00 44





EXQUISITÍSIMO



**TO  
CH**  
RESTAURANTE

C/ ENRIC VALOR N°2  
ZONA GOLF ALICANTE

RESERVAS  
TEL-966 354703

[www.tochrestaurante.es](http://www.tochrestaurante.es)



# EXQUISITÍSIMO

ONLINE STORE





- 🇪🇸 Buscamos puntos de venta
- 🇳🇱 We zijn op zoek naar nieuwe verkooppunten
- 🇬🇧 Were looking for new sellingpoints
- 🇫🇷 Nos recherchons des points de vente



EXQUISITÍSIMO



*filet pur*  
*Jens & Sabine*  
CHARCUTERIE & MORE

Av. de la Marina, 302 · Benissa-LA FUSTERA · Tel 603 503 025 · [sabine.filetpur@gmail.com](mailto:sabine.filetpur@gmail.com) 

**Horario: De martes hasta sábado de 9-18 h**  
**Domingo y lunes cerrado**

**🇪🇸 Ingredientes:**

1 Taza Avena / 100g  
 1 Taza Coco Rallado / 185g  
 1/4 Taza Harina /40g  
 2g Sal  
 1/2 Taza Azúcar / 100g  
 1/2 Taza Mantequilla /115g  
 1/4 Taza Uvas Pasas de la provincia de Alicante / 40g  
 1 Huevo  
 1 cdtá Vainilla

**🇳🇱 Ingrediënten:**

1 tas haverhout/ 100g  
 1 tas cocofilters/ 185g  
 1/4 Meel /40g  
 2g zout  
 100g suiker  
 115g zoete boter  
 40g rozijnen afkomstig uit de provincie Alicante  
 1 ei  
 1 theelepél vanille extract





C/ La Pinta Nº11 Calpe  
Tel. 034 605 99 92 69



Voor reserveringen  
Puedes reservar  
Whatsapp 654 333 881  
Calle Dr Flemin 17, Calpe







Bar Rest. La Casita Belga - Paseo Marítimo, El Campello Tel. 688 792 080



## **Preparación:**

Vamos a precalentar el horno a 180 °C. Luego procedemos a hidratar las pasas en agua tibia.

Mezclamos todos los ingredientes secos en un bol, añadimos la mantequilla y mezclamos durante 2 minutos más. Escurremos bien las pasas y secamos con un papel absorbente antes de agregarlas a la masa, luego agregamos el huevo y la vainilla y mezclamos durante 2 minutos más hasta que la masa se despegue del bol.

Amasamos entre dos papeles de horno y refrigeramos durante 30 minutos, luego cortamos las galletas.

Horneamos a 180 °C por 12 min.

¡Buen provecho y sigánnos por Instagram @mariafernandaescalona!





Instagram icon @MARIAFERNANDAESCALO

# La Toscana

RISTORANTE ITALIANO

Tel. 96 563 21 71

Mov. 683 288 798

Carrer Sant Vicent 83,  
esq. Carrer D'Hernán Cortés 133  
03560 El Campello (Alicante)



# Star of India

ORIGINAL  
TANDOORI



INDIAN  
RESTAURANT  
& BAR

TAKE AWAY / COMIDA PARA LLEVAR  
FREE HOME DELIVERY / SERVICIO A DOMICILIO

Tel. 965 630 665 - 632 335 020 - 693 586 637  
Av. de Aloy, 22 - 03560 - El Campello (Alicante) starofindia58@yahoo.es

# Topolino

Ristorante Italiano



965 633 613  
639 186 814

Calle San Vicente, 103 - El Campello

# MIRAMAR

Bar - Restaurante - Cafetería - Pizzería

Tel. 965 63 40 61 - 619 802 991  
C/ San Vicente, nº 33 - Paseo Marítimo  
03560 El Campello (Alicante)



## Bereiding:

We gaan de oven voorverwarmen aan 180 °C.  
Vervolgens gaan we de rozijnen in lauw water laten weken.

We mengen alle droge ingrediënten in een schaal, we voegen de boter toe en we mengen het opnieuw gedurende twee bijkomende minuten. We laten de rozijnen goed uitlekken en we drogen ze met keukenrol voor we ze aan het deeg toevoegen. Vervolgens voegen we het ei en de vanille toe en we mengen het gedurende 2 extra minuten tot het deeg loskomt van de schaal.

We kneden het gedurende twee vellen bakpapier en we laten het afkoelen gedurende 30 minuten. Vervolgens snijden we er de koekjes uit.

Tenslotte laten we bakken aan 180 °C gedurende 12 minuten.

Smakelijk en volg ons op Instagram @  
mariafernandaescalona





## Ristorante Italiano e Internazionale

Desde/Since 1982

Av. Dr. Orts Llorca 2 - Benidorm

☎ 965 857 168

Calle San Francisco 67 - Alicante

☎ 965 209 749



# KOSTA



Kosta Restaurant in Moraira is een gastronomisch restaurant met een hoogwaardige internationale keuken en uitstekende service. Kom en geniet van de ultieme eetervaring met speciale gerechten zoals Fois Gras, Rundercarpaccio en Filet Mignon.



El restaurante Kosta en Moraira es un restaurante de alta cocina que ofrece cocina internacional de alta calidad y un servicio excepcional. Venga y disfrute de la mejor experiencia gastronómica con platos especiales como foie gras, carpaccio de res y filet mignon.



Kosta Restaurant in Moraira is a fine dining restaurant offering high quality international cuisine and exceptional service. Come and enjoy the best gastronomic experience with special dishes such as foie gras, beef carpaccio and filet mignon.








# Aurora y su historia

## Aurora en haar verhaal.


By [www.paardinnoodspanje.nl/](http://www.paardinnoodspanje.nl/) [www.loscaballosluna.es](http://www.loscaballosluna.es)

 Parpadeó lánguidamente, los rayos de sol jugaban suavemente con su brillante pelaje rojizo, una suave brisa hacia crujir las hojas secas, disfrutando de su libertad, disfrutando de la tranquilidad y de sus nuevos amigos los caballos.

Pensando en cinco años atrás, ella y su hijo potro tenían una vida muy diferente, o mejor dicho, ninguna vida. Los transeúntes vieron cómo golpeaban con un bate a una yegua castaña con un potro. Su cabeza y cuello fueron golpeados decenas de veces, la Guardia Seprona fue llamada inmediatamente.

Aurora llegó a nuestro medio junto con su potro, traumatizada de por vida. Cada vez que Aurora siente la necesidad, viene a buscar a su mora o a su caramelo, esos son los momentos intensamente bellos. Muy suavemente su nariz aterciopelada contra tu mano, su cálido aliento, estos son nuestros intensos momentos de disfrute...

Aurora es libre, vive en libertad en nuestra reserva natural, donde una manada de 154 caballos comparte pasados similares. Donde todos pueden volver a ser caballos, jugar y chapotear en el lago de juegos construido, donde galopan arriba y abajo de las colinas españolas, donde el suelo polvoriento se levanta y da una niebla misteriosa. Aurora se libera del hombre.

 Loom knipperde ze met haar ogen, de zonnestralen speelde zachtjes met haar roodkleurige briljante vacht, een zacht briesje lieten de gedroogde bladeren ritselen genietend van haar vrijheid, genietend van de rust en haar nieuwe paardenvrienden.

Peinsend ging zij terug naar 5 jaar geleden, waar zij met haar veulen kind een heel ander leven had, of beter gezegd, geen leven. Voorbijgangers zagen een voskleurige merrie met veulen in elkaar geslagen worden met een knuppel. Haar hoofd en hals werden tientallen keren in elkaar geslagen, de Guardia Seprona werd direct gebeld.

Aurora kwam in ons midden samen met haar veulen, getraumatiseerd voor het leven. Wanneer Aurora daar behoefte aan heeft komt zij haar asndacht of snoeppie halen, dat zijn de intens mooie momenten. Heel voorzichtig haar fluweelzachte neus tegen jouw hand, haar warme adem, dit zijn ons intens mooie geniet momenten...

Aurora is vrij, ze leeft in alle vrijheid in ons natuurgebied waarin een kudde van 154 paarden leven die soortgelijke verledens delen. Waar zij allemaal weer paard mogen zijn, spelen en spetteren in het aangelegde speelmeer, waar zij de Spaanse heuvels op en af galloperen, waar de stoffige ondergrond opwaait en een mysterieuze mist geeft. Aurora is bevrijd van de mens.





**KEY READY VILLA IN ALTEA LA VELLA ref 1818**

Key ready luxury modern designer villa in Altea la Vella. Large plot with beautiful open green country and hill views. Close to the Golf Course of Altea and all amenities of the village of Altea la Vella.

Beds 4 | Plot 1781m2 | Built 402m2 | €1.250.000,-



**VILLA NEEDING FULL REFURBISHMENT ref 1949**

Detached house in Altea to be refurbished situated on a flat corner plot of 1,487 m2 in an established residential area. Close to the Golf Course of Altea and the village of Altea la Vella with all its amenities.

Beds 3 | Plot 650m2 | Built 405m2 | €650.000,-

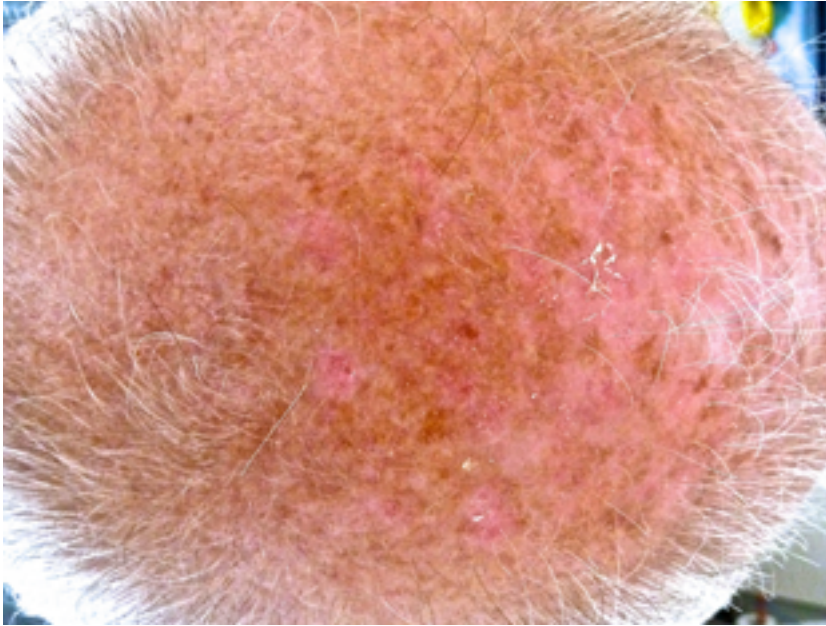


Visit our website [www.royal-residence.com](http://www.royal-residence.com) or plan an appointment with our office in Altea.


T: 0034 96 584 0513 E: [info@royal-residence.com](mailto:info@royal-residence.com)



***Photodynamic  
therapy with  
daylight.***



***Fotodynamische  
therapie met  
daglicht.***

 PAINLESS AND EFFECTIVE AGAINST SKIN CANCER

In recent years, photodynamic therapy has become an important addition in the treatment of especially extensive and/or resistant forms of aktinic keratoses and the superficial basal cell carcinoma (figure 1). Aktinic keratoses are a pre-stage of skin cancer and are often treated with local chemotherapeutic or immune-modulating creams such as 5-fluoracil 5% cream (efudix®) and imiquimod 5% cream, which are all very effective, but are not always sufficient on their own and must be used for several weeks.

Photodynamic therapy (often abbreviated as PDT) is a special technique for removing pre-stages and superficial forms of skin cancer. The treatment is based on the principle that a light-sensitive substance is absorbed by the skin using a cream and selectively destroys the malignant or agitated cells in the skin upon activation by visible light by daylight therapy or by the light of a special lamp in the case of the classic form.

**The benefits of Photodynamic Therapy**

This technique is fast and non-invasive.

It is highly selective, destroying only the malignant or restless cells. The healthy tissue thus remains intact

It also works preventively and treats as yet invisible areas where restless cells are present, which may later become (pre)malignant.

Larger areas of the skin can be treated

Excellent cosmetic results

 PIJNLOOS EN EFFECTIEF TEGEN HUIDKANKER

Fotodynamische therapie is in de laatste jaren een belangrijke aanvulling geworden in de behandeling van vooral uitgebreide en/of resistente vormen van aktinische keratosen en het oppervlakkige basaalcel carcinoom (Figuur 1). Aktinische keratosen zijn een voorstadium van huidkanker en worden vaak behandeld met lokale chemotherapeutische of immuun-modulerende crèmes zoals 5-fluoracil 5% crème (efudix®) en imiquimod 5% crème die allen zeer effectief zijn, maar niet altijd alleen afdoende zijn en bovendien enkele weken gebruikt moeten worden.

Fotodynamische therapie (vaak afgekort als PDT) is een speciale techniek voor het verwijderen van voorstadia en oppervlakkige vormen van huidkanker. De behandeling is gebaseerd op het principe dat een lichtgevoelige substantie met behulp van een crème wordt opgenomen door de huid en selectief de kwaadaardige of onrustige cellen in de huid vernietigd bij activatie door zichtbaar licht by daglicht therapie of door het licht van een speciale lamp in het geval van de klassieke vorm.

**De voordelen van Fotodynamische therapie**

Deze techniek is snel en niet invasief.

Erg selectief, alleen de kwaadaardige of onrustige cellen worden vernietigd. Het gezonde weefsel blijft dus intact

Het werkt ook preventief en behandelt ook de nog niet zichtbare plekje waar al wel onrustige cellen aanwezig zijn, die later (pre)maligne kunnen worden.

Grotere delen van de huid kunnen behandeld worden

Excellente cosmetische resultaten



**Euro Clínica Rincón**  
 De meest gastvrije polikliniek  
 aan de Costa Blanca

Avda. Dr. Severo Ochoa 6  
 03503 Benidorm

+34 966 830 849  
 info@euroclinarincon.com

 Euro Clínica Rincon



### 🇬🇧 Disadvantages of Photodynamic Therapy

An inflammatory reaction in the first days after treatment (Figure 1)

The absence of a biopsy and therefore a histological examination does not guarantee that everything will be gone after the treatment. This is especially true for superficial basal cell carcinomas, where surgery does offer this possibility

The procedure is more expensive than the aforementioned local creams

### Photodynamic therapy with daylight

Until a few years ago, photodynamic therapy was only carried out using a special, usually red, lamp and the patients had to stay for many hours in the clinic. The treatment was also usually painful and more expensive. For some years now, however, it has been possible to use ordinary daylight instead of a red lamp. This method was developed in Denmark and gives similar results, but has major advantages. First scales and crusts are removed, as they prevent the absorption of both the light and the cream. Then a sun cream is applied, which consists only of chemical filters and therefore allows the necessary daylight to activate the photosensitive substance. After 15 minutes, the photosensitive cream, usually 5-methyl-aminolevulinat (Metvix®) or 5-aminolevulinic acid (Ameluz), is applied. After half an hour the patient is allowed to go outside for at least two hours.

After the treatment, it is recommended to stay out of the sun and to use sun creams with a very high protection factor. The great advantage of this form of photodynamic therapy is that it is NOT painful, the patient only spends a short time in the clinic and the treatment is therefore much cheaper. This photodynamic therapy with daylight can be done practically all year round here on the Costa Blanca, except during the winter months of December and January when the sunlight is too weak. Now that the sunlight is stronger again, this is an ideal therapy for extensive actinic keratoses and also has a prophylactic effect on the still invisible spots.

### 🇳🇱 De nadelen van Fotodynamische therapie

Een ontstekings reactie in de eerste dagen na de behandeling (Figuur 1)

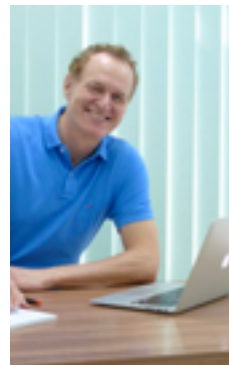
Het ontbreken van een biopsie en dus een histologisch onderzoek garandeert niet dat na de behandeling alles weg is. Dit geldt vooral bij het oppervlakkige basaalcel carcinoom waar een operatie dus wel die mogelijkheid biedt

De procedure is duurder dan de eerder genoemde lokale crèmes

### Fotodynamische therapie met daglicht

Tot voor enkele jaren geleden werd Fotodynamische therapie alleen m.b.v een speciale meestal rode lamp gegeven en moest de patiënt urenlang in de kliniek verblijven. De behandeling was vaak ook pijnlijk. Sinds enkele jaren bestaat echter de mogelijkheid i.p.v een rode lamp gewoon daglicht te gebruiken. Deze methode is in Denemarken ontwikkeld en geeft vergelijkbare resultaten, maar heeft grote voordelen. Eerst worden schilfers en korsten verwijderd, aangezien deze zowel de absorptie van het licht als de crème verhinderen. Dan wordt eerst een zonnecrème opgedaan, die alleen uit chemische filters bestaat en alleen het nodige daglicht doorlaat om de lichtgevoelige substantie te activeren. Na 15 minuten wordt de lichtgevoelige crème opgedaan, meestal 5-methyl-aminolevulinat (metvix®) of 5-aminolevulinezuur (Ameluz) en na een half uur mag de patiënt naar buiten gedurende minimaal twee uur.

Daarna wordt de patiënt weer gezien en moet vervolgens die dag verder uit de zon blijven. Het grote voordeel van deze vorm van fotodynamische therapie is dat het NIET pijnlijk is, dat de patiënt alleen kortdurend in de kliniek aanwezig is en de behandeling dus veel goedkoper is. Deze fotodynamische therapie met daglicht kan hier aan de Costa Blanca praktisch het gehele jaar gedaan worden behalve in de wintermaanden december en januari wanneer het zonlicht te zwak wordt. Nu dat het zonlicht weer sterker wordt is dit een ideale therapie voor uitgebreide actinische keratoses en heeft ook een profylactische werking op de nog niet zichtbare plekkjes



Ruud Valks  
Dermatoloog  
t. 966 830 849

[www.euroclinarincon.com](http://www.euroclinarincon.com)





## Desde 1998 Inmobiliaria Sandoval API-910



Inmobiliaria Sandoval API-910 - Playa de San Juan, Arroyo, Vereda de Plaza, Aguacayanes, Altos, Chorrillos, Playa San Juan, Ball, Cabo Maricao, Mochales

### Esta semana



Compraventa - Asesoramiento jurídico - Tasaciones - Gestión notarial y Registro Propiedad

[www.inmobiliariasandoval.es](http://www.inmobiliariasandoval.es)

# MARIN PARQUETS

C/ Cervantes 42 - 03550 SAN JUAN - Tel. 965 955 722  
info@parquetsmarin.com - [www.parquetsmarin.com](http://www.parquetsmarin.com)

# *Sant Antoni o el alma rural de Benissa*

Con mi agradecimiento a Benissa Turismo y a María Catalina Ginestar Giner (Biblioteca Pública Bernat Capó de Benissa)

By Alexander Van der Biest



## *Sant Antoni o el alma rural de Benissa*

Por sus calas soleadas y alta calidad de vida Benissa con razón atrae enormemente tanto a turistas como a residentes potenciales en la Costa Blanca. Pero muchos no perciben que este encanto parcialmente resulta de un carácter rural histórico subyacente que continúa influyendo la vida del pueblo. A pesar de décadas de turismo, las actividades de unas 282 empresas locales siguen basadas en la agricultura o la ganadería.

## *Sant Antoni of de landelijke ziel van Benissa*

Door haar zonovergoten baaien en hoge levenskwaliteit oefent Benissa terecht een enorme aantrekkingskracht uit op zowel vakantiegangers als kandidaat-residenten aan de Costa Blanca. Maar velen beseffen niet dat deze charme mede het resultaat is van een onderliggend historisch landelijk karakter dat het dorpsleven blijft beïnvloeden. Ondanks decennia van toerisme vormt landbouw of veeteelt nog steeds de activiteit van zo'n 282 lokale ondernemingen.

## *Sant Antoni or Benissa's rural soul*

Due to its sun-drenched inlets and high quality of life, Benissa rightfully tremendously appeals to holidaymakers and potential Costa Blanca residents alike. But many fail to realise this charm is partially the result of an underlying rural character that continues to influence the town's life. Despite decades of tourism, agriculture or livestock farming continues to be the activity of about 282 local businesses.

## *Sant Antoni ou l'âme rurale de Benissa.*

Grâce à ses baies ensoleillées et sa qualité de vie élevée, Benissa exerce à juste titre une énorme attraction pour les touristes et les futurs résidents de la Costa Blanca. Mais beaucoup ne se rendent pas compte que ce charme est en partie le résultat d'un caractère rural historique sous-jacent qui continue d'influencer la vie du village. Malgré des décennies de tourisme, l'agriculture ou l'élevage reste l'activité de quelque 282 entreprises locales.



FIRA DEL 21 AL  
30 DE GENER  
I PORRAI  
2022







Los pasados 21-30 de enero Benissa volvió a celebrar unas fiestas populares en su honor: la Fira i Porrat de Sant Antoni. Una 'fira' es una feria, mientras que un 'porrat' es un mercado y una conmemoración en la que el campesinado local venera a los santos para garantizar una buena cosecha, la fertilidad de sus tierras, y la salud de su ganado. Estas festividades parten de una larga y rica tradición.

La primera prueba escrita de una misa en honor a Sant Antoni remonta a 1634. Durante este siglo también ya existía una ahora ya desaparecida ermita dedicada a él, con un altar y murales. Los primeros porrats se celebraron aquí, pero con el tiempo se desplazaron al casco urbano, lo que favoreció el aumento de visitantes. Para muchos las fiestas eran el momento idóneo para la compra de ganado y llegar a conocer las últimas novedades en maquinaria agrícola y herramientas, pero también en moda, textil, y enseres. Las fiestas se volvieron por lo tanto muy populares, lo suficiente para ser mencionadas en 1845 en el Diccionario Geográfico-Estadístico-Histórico de España.

The past period of 21st-30th of January, Benissa again celebrated a popular festivity that pays tribute to them: the Fira i Porrat de Sant Antoni. A 'fira' is a fair, whereas a 'porrat' is a market and a tribute of the local farmers to the saints to guarantee a good harvest, the fertility of their soils, and the health of their cattle. These festivities relay on a long and rich tradition.

The first written evidence of a mass in honour of Sant Antoni dates to 1634. We also know of a chapel of that century with altar and murals dedicated to this saint, that has since disappeared. The first porrats were held there, but moved to the town centre over time, which spurred a growth in the number of visitors. For many they were the perfect time to buy cattle and learn about the latest farming machines and equipment, but also about novelty fashion, textiles, and household items. The fiestas therefore became very popular, enough to be included in the 1845 Diccionario Geográfico-Estadístico-Histórico de España (Spanish Geographical-Statistical-Historical Dictionary).

De voorbije 21-30 januari vierde Benissa opnieuw een dorpsfeest dat hier eer aan betoont: de Fira i Porrat de Sant Antoni. Een 'fira' is een kermis, terwijl een 'porrat' een markt en huldiging is van de lokale boeren aan de heiligen om een goede oogst, de vruchtbaarheid van hun gronden, en de gezondheid van hun vee te garanderen. Deze festiviteiten bouwen op een lange en rijke traditie.

Het eerste schriftelijk bewijs van een mis ter ere van Sant Antoni dateert uit 1634. Diezelfde eeuw bestond ook reeds een ondertussen helaas verdwenen aan deze heilige gewijde kapel, met een altaar en muurschilderingen. De eerste porrats vonden hier plaats, maar mettertijd verplaatsten ze zich naar de dorpskern, wat de groei aan bezoekers bevorderde. Voor velen waren ze het ideale moment om vee te kopen en met de laatste nieuwigheden in landbouwmachines en gereedschap kennis te maken, maar ook qua mode, textiel en huisraad. De feesten werden dan ook heel populair, voldoende om in 1845 in het Diccionario Geográfico-Estadístico-Histórico de España opgenomen te worden.

Du 21 au 30 janvier dernier, Benissa a de nouveau célébré une fête de village qui lui rend hommage : la Fira i Porrat de Sant Antoni. Une « fira » est une fête foraine, tandis qu'un « porrat » est un marché et un hommage rendu par les agriculteurs locaux aux saints pour assurer une bonne récolte, la fertilité de leurs terres et la santé de leur bétail. Ces festivités s'appuient sur une longue et riche tradition.

La première trace écrite d'une messe en l'honneur de Sant Antoni date de 1634. Au même siècle, une chapelle qui lui était dédiée, comprenant un autel et des peintures murales. C'est là que les premiers porrats ont eu lieu, mais avec le temps ils se sont déplacés vers le centre du village, ce qui a favorisé la croissance des visiteurs. Pour beaucoup, c'était le moment idéal pour acheter du bétail et se familiariser avec les dernières innovations en matière de machines et d'outils agricoles, mais aussi de mode, de textile et d'articles ménagers. Les fêtes sont devenues très populaires, suffisamment pour être incluses dans le Diccionario Geográfico-Estadístico-Histórico de España en 1845.



- Especialista en odontología estética.
- Especialista en Implantes.
- Colocación de implantes asistida por ordenador.
- Odontología infantil.
- Blanqueamiento de dientes.
- Sedación con óxido nítrico (gas de la risa).
- Odontología sin amalgamas.
- Terapia endodóncia microscópica.
- Equipamiento de alta tecnología.
- Cosmetic dentistry specialist
- Implant specialist
- Computer guided implant placement
- Children's dentistry
- Teeth whitening
- Nitrous oxide sedation (happy gas)
- Amalgam free dentistry
- Microscopic endodontic therapy
- State of the art equipment



**ANTES / BEFORE**

**DESPUÉS / AFTER**



🇪🇸 ¿Me pregunta de dónde lo de Sant Antoni? Quizás lo conocerá como San Antonio Abad de Egipto, ese santo con el bastón largo de caminar y un cerdito a sus pies. Nació en 251 después de Cristo, supuestamente vivió unos 105 años, y es considerado el padre de la vida monástica. Como santo patrón se le conoce sobre todo como el protector de los funerarios y de los animales (domésticos). Se alega que enterró a Pablo El Ermitaño con la ayuda de leones y otros animales, y que rescató a unos jabatos de la ceguera.

🇬🇧 Why Sant Antoni, you ask? You might know him as Saint Anthony the Abbot from Egypt, that saint with the walking stick and a piglet at his feet. He was born in 251 AD, allegedly lived for 105 years, and is considered the father of monastic life. As a patron saint he is mostly known as the protector of the funeral undertakers and the animals (particularly pets). It is said, after all, that lions and other animals helped him bury Paul the Hermit, and that he cured boar piglets of blindness.



🇳🇱 Vanwaar Sant Antoni, vraagt u? U kent hem misschien als Sint-Antonius Abt van Egypte, die heilige met de wandelstok en een varkentje aan zijn voeten. Hij werd geboren in 251 na Christus, zou 105 jaar geleefd hebben, en wordt als de vader van het kloosterleven beschouwd. Als patroonheilige staat hij vooral bekend als beschermheer van de begrafenisondernemers en de (huis)dieren. Hij zou immers Paulus de Kluizenaar hebben begraven met de hulp van leeuwen en andere dieren, maar ook everzwijnbiggetjes van blindheid genezen hebben.

🇫🇷 D'où Sant Antoni, demandez-vous? Vous le connaissez peut-être comme Saint Antoine Abbé d'Égypte, ce saint avec une canne et un petit cochon à ses pieds. Il est né en 251 après JC, aurait vécu 105 ans et est considéré comme le père de la vie monastique. En tant que saint patron, il est principalement connu comme le patron des entreprises funèbres et des animaux (domestiques). Après tout, on dit qu'il a enterré Paul l'Ermite avec l'aide de lions et d'autres animaux, mais aussi qu'il a guéri des porcelets de sanglier de la cécité.



Síguenos 

@patrikpatrickpeluqueria



**P**  
**PATRIK**  
**PATRIKS**



SATISFACEMOS TUS DESEOS, CUIDAMOS TU CABELLO

**INNOVADOR**

**NUEVO**



**FRESCO**

**PELU**




**KÉRASTASE**  
PARIS

**L'ORÉAL**  
ENERGIZANTE

PEDICURA & MANICURA

Calle Pau 32, Calpe (Alicante) - Tel. 965 837 549 / 653 17 37 61




 Son pues elementos imprescindibles de la Fira i el Porrat la bendición de animales de todos los tamaños y el mercado de ganadería, pero también una hoguera y el pasacalles de animales domésticos, caballerías y carrozas. Como ha argumentado el cronista oficial de Benissa, representaban un respiro antes del cuaresma obligatorio antes de Pascua, un momento de relajación para jugar a las cartas o ver obras teatrales ligeramente atrevidas. Estas fiestas también permitieron que la población local llegara a conocer al cine por primera vez, por ejemplo.


Conciernen por lo tanto desde hace tiempo mucho más que la religión y la agricultura. También hoy en día encontrará en la programación diversos eventos dignos de visitar, como un mercado medieval y filatélico, partidas de pilota valenciana, o una exposición de vehículos clásicos, por ejemplo. Si su conocimiento de las fiestas locales se limita únicamente a las Festes de la Puríssima Xiqueta o los Moros i Cristians, entonces aún no lo ha visto todo. Añada esta cita a su calendario y llegará a conocer inmediatamente al alma rural de Benissa.

 Essentiële elementen van de Fira i Porrat zijn dan ook de zegening van de dieren groot en klein en de veemarkt, maar ook een vreugdevuur en een parade van huisdieren, paarden en ruituigen. Zoals de officiële kroniekschrijver van Benissa heeft aangetoond, vormden deze feesten ook een adempauze vóór het verplichte vasten vóór Pasen, een ontspanningsmoment voor onder andere kaartspelen en het bijwonen van lichtjes gedurfde theaterstukken. Ook is het bijvoorbeeld dankzij deze feesten dat de lokale bevolking oorspronkelijk kennismaakte met de cinema.

Ze betreffen dan ook reeds lang meer dan landbouw en godsdienst. Op het feestprogramma vindt u ook tegenwoordig diverse bezoekwaardige evenementen zoals een middeleeuwse -en filateliemarkt, pilota valenciana-wedstrijden, en een tentoonstelling van oldtimers . Als u van de lokale feestvieringen enkel de Festes de la Puríssima Xiqueta of de Moros i Cristians kent, dan heeft u nog niet alles gezien. Voeg deze afspraak aan uw kalender toe en u leert meteen de landelijk ziel van Benissa kennen.

 The blessing of animals of all sizes and cattle market are therefore essential to the Fira i Porrat, but so are a bonfire and a pets, horses, and carriages parade. As Benissa's official historian has argued, they also represented a break before Lent, a moment to relax by playing cards and attending slightly bold theatre performances. It is also thanks to these festivities that the local population was first introduced to the cinema, for example.

They have therefore long been about far more than agriculture and religion. In today's programming you will continue to find several noteworthy events to visit; a medieval and stamp-collectors' market, pilota valenciana games and a classic cars exhibition, for example. If you only know the Festes de la Puríssima Xiqueta and the Moros i Cristians, then you have not seen it all yet. Add this date to your calendar and get to know Benissa's rural soul right away.

 Les éléments essentiels de la Fira i Porrat sont donc la bénédiction des animaux petits et grands et le marché d'animaux de ferme, mais aussi un feu de joie et un défilé d'animaux de compagnie, de chevaux et de calèches. Comme l'a démontré le chroniqueur officiel de Benissa, ils ont également fourni une pause pour le jeûne obligatoire de Pâques, un moment de détente pour entre autres jouer aux cartes et assister à des pièces de théâtre un peu audacieuses. Aussi, c'est grâce à ces célébrations que les locaux ont été initiés au cinéma, par exemple.

Depuis longtemps il s'agit de beaucoup plus que de l'agriculture et la religion. Le programme du festival comprend aujourd'hui également divers événements à visiter, un marché médiéval et philatélique, des concours de pilota valenciana et une exposition de voitures classiques .... Si vous ne connaissez que les Festes de la Puríssima Xiqueta ou les Moros i Cristians comme célébrations locales, alors vous n'avez pas encore tout vécu. Ajoutez ce rendez-vous à votre calendrier et vous découvrirez immédiatement l'âme rurale de Benissa.



**BALTHAZAR  
PROJECT GALLERY**



Calle Barranquet 5 - 03724 Moraira  
Alicante, España  
T. 0034 965 744 203





PROFESIONEEL,  
BETROUWBAAR, ERVAREN.

PROFESIONAL, CONFIABLE,  
EXPERIMENTADO.

PROFESSIONAL, RELIABLE,  
EXPERIENCED.

UW NEDERLANDSTALIGE VASTGOED MAKELAAR VOOR CALPE, BENISSA, MORAIIRA EN OMGEVING.  
VERTROUW DE VERKOOP VAN UW HUIS TOE AAN ONS PROFESSIONEEL TEAM.  
VOLLEDIGE BEGELEIDING BIJ AANKOOP ZOWEL ALS BIJ VERKOOP... van A tot Z.

SU AGENTE INMOBILIARIO PARA CALPE, BENISSA, MORAIIRA Y REGIÓN  
CONFÍE LA VENTA DE SU CASA A NUESTRO EQUIPO PROFESSIONAL  
ORIENTACIÓN COMPLETA PARA LA COMPRA COMO LA VENTA ... de A a Z

YOUR REAL ESTATE AGENCY FOR CALPE, BENISSA, MORAIIRA AND REGION  
TRUST THE SALE OF YOUR HOUSE TO OUR PROFESSIONAL TEAM  
FULL SUPPORT PROVIDED THROUGHOUT THE SALE AND PURCHASE PROCESS ... from A to Z

*Cristian Botella Perles*

*Jurgen de Kort*



**HEAD OFFICE BENISSA**  
Avda. de la Marina 302,  
03720 Benissa (Alicante)  
Tel. (+34) 965 839 005

**OFFICE CALPE**  
Avda. del Port, nº 1  
03710 Calpe (Alicante)  
Tel. (+34) 966 112 428

[www.areacostablanca.com](http://www.areacostablanca.com)