

Ihr deutsches Magazin an der Costa Blanca

COSTA JOURNAL

Ausgabe Nr. 30 / März 2026



Der Frühling in Spanien

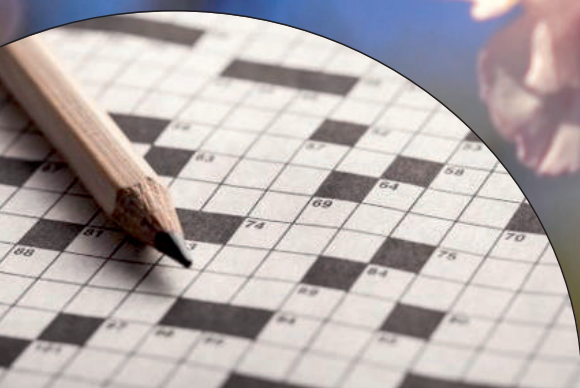
Erwachen zwischen Blütenmeeren und Festesfreude

Feuchtigkeit & Schimmel

Ursachen und Bekämpfung

Osterprozessionen an der Costa Blanca

Glaube, Kunst und tausendjährige Tradition



**Rätselspass:
Kreuzworträtsel und Sudoku**

Liebe Leserinnen und Leser,

Es ist unser Anliegen, Ihnen eine Mischung aus redaktionellen Texten, Informationen über unsere Region sowie Werbeanzeigen zu präsentieren. Das wird ergänzt durch Rätsel, Kreuzworträtsel, Witze uvm.



„Im Krieg wird weder Freiheit noch Familie verteidigt, sondern die Ideologie der Verursacher.“

Markus Keimel

Inserentenverzeichnis

Auto	Autotaller Marcos Coches	29
Farben und Lacke	SPS Farben	5
Friseur	Hair Studio Silvia	21
Haustechnik	DAT	14
	CMO Ventas	15
Hauservice	Allround Haus-Service	3
	Keyholding & Home Care	29
	CANCASA	21
Hörgeräte	Maike Fortak	11
Immobilien	Hahn Fürstenberg	23
	Inmoclasic	30
	IAD Immobilien	31
	Raquel Escudero	13
Kosmetik, Schönheit	Maren Hustan	25
	MONI'S	27
Lebensmittel	MEYERS Supermarkt	35
Metallbau	INOX MB	21
Optiker	Optiker Fischer	11
Pflegedienst	Cura Vita	25
	D&A Pflorgeteam	7
Psychologe	Bruns	3
Physiologie	Martin Zaic	9
Reisen	Falken Tours	23
	Mein Schiff	19
Restaurant	Bräustüberl	9
	La Herradura	5
Service-Büro	Fischer / Carrasco	9
	Gutycas	17
Steuerberater	Bismark	7
Solar	Solaranlagen	27
Transport	HusTrans	15
	Umszüge Brocke	29
Versicherung	Fiatc Kaleja	7
	Göring	3, 15
Wohnmobile	Fraron	33
Zahnarzt	Clinica Dental Gilabert	34
	SweDent	11

Texte / Artikel

Warum machen wir Frühjahrsputz?	Seite 4
Seelachsfilet mit Senf - Dill - Soße	Seite 6
Feste Zähne an einem Tag	Seite 8
Handwerkskunst trifft Hightech	Seite 10
Osterprozessionen an der Costa Blanca 2026	Seite 12
Feuchtigkeit & Schimmel im Ferienhaus	Seite 16
Allergien in Spanien während des Frühlings	Seite 22
10 Jahre Pflegedienst CuraVita	Seite 25
Fussball Bundesliga Spielplan	Seite 26
Der Frühling in Spanien	Seite 32

Impressum

Herausgeber:
Steffen Anton
Urb. Torrealmendros, 103
03184 Torreveja

Gestaltung:
Steffen Anton

Anzeigenschluss:
immer der 15. des Monats

Tel: 711 066 867

Email:
info@costajournal.de

Internet:
www.costajournal.de



Krankenversicherung (z.B. 65 Jahre) **ab 67 €**



Autoversicherung **ab 149 €**



Vollkasko-Schutz

für Ihr Gebäude, Ihren Hausrat, Schmuck & Wertsachen

- ✓ Elementarschäden, Feuer, Erdbeben, Wasserschäden, Einbruch-Diebstahl, Überspannung, Vandalismus ...
- ✓ Privat-Haftpflicht bis 1.000.000 €
- ✓ Eigener, deutschsprachiger Schadensservice
- ✓ Deutscher Vertrag

www.goring-online.com

Besuchen
Sie unser
neues Büro in
SAN FULGENCIO

GÖRING
VERSICHERUNGSMAKLER

Alfaz del Pi: Centro Comercial Arabi Plaza 14, Tel. 96 588 92 71

Calpe: Avenida Europa 5, Tel. 96 583 28 09

Jávea: El Arenal, Ed. Jávea Park, Tel. 96 646 05 70

San Fulgencio: Calle Mar Jónico, 4 – Local 30, Tel. 96 527 22 20

Allround Haus-Service Villamartin

Firma Rickert/Dreßel

Transporter mieten inkl. Fahrer
Kleintransporte / Umzüge
Sperrmüllabholung
Haushaltsauflösungen
Möbelaufbau-Service
Malerarbeiten rund ums Haus



Preise und Termine auf Anfrage unter

Telefon: + 34 744 736 663

Email: dany12587@web.de



BALANCE

PSICOLOGIA Y BIENESTAR



MIRKO BRUNS

Diplom-Psychologe
Psicología General Sanitaria
Graduated Psychologist
Col. N° CV10593

- Ängste
- Panikattacken
- Depression
- Beziehungsprobleme
- Persönliche Krise
- ...und vieles mehr!

Von Ciudad Quesada, Torre Vieja, Orihuela Costa aus
in 10 Minuten zu erreichen:

Avda. La Marquesa, 34

Los Montesinos

Info & Termin/Cita/Appointment:

(+34) 630.341.888

mirko.bruns@gmail.com
www.m-psychologe.com

...und weiterhin in Denia und online (Skype, Meet etc)!

EMPATHIE COACHING
ZUHÖREN
COPING STRATEGIES
PSYCHOTHERAPY
VERBESSERN
THERAPIA
EMPATHIE
EMOTION MANAGEMENT
REFLEXIÓN
VERBESSERN
COPING STRATEGIES
ZUHÖREN
PSYCHOTHERAPY

Sauberer Brauch: Warum machen wir Frühjahrsputz?

Die Tiefenreinigung nach dem Winter ist in vielen Kulturen Teil wichtiger Feste. Die Deutschen hingegen machen auch ohne traditionellen Anlass sauber. Was treibt uns an?

Wenn der Frühling in der nördlichen Hemisphäre Einzug hält, löst das bei manchen Menschen den plötzlichen Drang aus, Staub zu wischen und Schränke auszumisten. Der Frühjahrsputz, bei dem das Zuhause bis in die Tiefe gereinigt wird, hat in vielen Kulturen dieser Welt seinen festen Platz. Und die Wurzeln dieser Tradition reichen bis in uralte Zeiten zurück.

Der intensive Hausputz hat auch eine symbolische Bedeutung. Er steht für Neuanfang und den Übergang von der Dunkelheit und Kälte des Winters in den Frühling, in dem das Leben wieder aufblüht. Indem man Unnötiges, das sich über die letzten Monate angehäuft hat, aus dem Zuhause entfernt und das, was bleibt, neu ordnet, schafft man sich nicht nur ein sauberes Umfeld, sondern verhilft auch dem Geist zu mehr Klarheit.

„Mit jedem Zimmer, das wir fegen, und jeder Oberfläche, die wir zum Glänzen bringen, folgen wir einer Tradition, die die Menschen seit Jahrhunderten begleitet“, sagt Danielle Patten, Kuratorin am Museum of the Home in London. „Dadurch werden wir eins mit den vielen Generationen, die vor uns auf dieselbe Weise nach diesem Gefühl der Erneuerung gestrebt haben.“

Tiefenreinigung für Haus und Seele

Die Natur und ihr Kreislauf haben seit eh und je einen starken Einfluss auf das menschliche Verhalten. In den Wintermonaten fehlt uns oft die Energie, um unser Zuhause von Grund auf zu säubern. Das hat nichts mit Faulheit zu tun. Schuld ist das Hormon Melatonin, das der Körper als Reaktion auf fehlendes Tageslicht bildet. Es macht uns träge und schläfrig.

„Das Melatonin sorgt dafür, dass uns der Antrieb für große Putzaktionen fehlt. Wenn das Frühjahr beginnt, nimmt diese Trägheit ab. Wir haben wieder mehr Energie und geradezu Lust darauf, unser Umfeld in Ordnung zu bringen“, erklärt die Psychotherapeutin Eloise Skinner. „Dieses Gefühl, neu anzufangen, weckt unseren Ehrgeiz und treibt uns an.“

Studien konnten zeigen, dass das Putzen eine therapeutische Wirkung haben kann. Das hat auch eine neue Generation sogenannter „Cleanfluencer“ erkannt. Sie geben auf Social Media Tipps für ein sauberes Zuhause, misten Schränke aus und schrubben dreckige Ecken – und lassen sich dabei von Millionen Menschen zuschauen.

„Beim Putzen müssen wir uns vollkommen auf eine Aufgabe konzentrieren. Dadurch sind wir ganz im Hier und Jetzt, was unsere Aufmerksamkeit erhöht“, so Skinner. „Außerdem hat das Saubermachen viele sich wiederholende Elemente – und das kann auf manche Menschen sehr beruhigend wirken.“

Kulturelle Wurzeln des Saubermachens

Eine der ältesten Traditionen, die einen Frühjahrsputz einschließt, ist Pessach. Das jährlich stattfindende Fest gehört zu den wichtigsten des Judentums und fällt entweder in den März oder den April. In Vorbereitung auf das Pessachfest müssen alle



gesäuerten Lebensmittel – genannt Chametz –, die währenddessen verboten sind, verzehrt, verkauft oder verschenkt werden. Um sicherzugehen, dass sich kein Chametz mehr im Haus befindet, wird dieses intensiv gereinigt.

Für Katholiken ist der Gründonnerstag vor Karfreitag der Tag, an dem traditionell die Altäre in den Kirchen geputzt werden. Und auch zum persischen Neujahrsfest Nouruz, das jährlich zur Frühlings-Tagundnachtgleiche am 20. oder 21. März stattfindet, wird ordentlich sauber gemacht: Vor dem Fest, das rund 3.000 Jahre alt ist und bis in den Zoroastrismus zurückverfolgt werden kann, werden Kleidung, Decken und andere Textilien gründlich gewaschen. Der Name dieses Brauchs – khane-takani – bedeutet übersetzt so viel wie „das Haus durchschütteln“.

Das Neujahrfest Songkran, das über mehrere Tage im April gefeiert wird, geht in Thailand traditionell mit der Säuberung von Privathäusern, aber auch von Schulen und anderen öffentlichen Gebäuden einher. Außerdem übergießen die Menschen auf den Straßen einander mit Wasser, um das Pech des alten Jahres abzuwaschen – und auch die Buddha-Statuen bekommen eine Dusche, die Glück im neuen Jahr verspricht.

Putzen nach dem Winter: früher Muss, heute Kann

Bevor der Strom aus der Steckdose kam, wurde mit dem Verbrennen von Kohle, Öl oder Holz für Wärme und Licht gesorgt – dadurch gab es in den Häusern viel Ruß. Fenster blieben in den Wintermonaten geschlossen, um die Kälte draußen zu halten. Sobald es im Frühling wieder wärmer wurde, lüftete man das muffige Zuhause, beseitigte Verbrennungsrückstände zu beseitigen und reparierte, was in der dunklen Jahreszeit kaputt gegangen war.

Dank moderner Errungenschaften wie Elektrizität, Staubsauger, Waschmaschinen und Reinigungsmittel ist dieser Prozess nun sehr viel einfacher und effizienter geworden – und muss nicht zwangsläufig im Frühling stattfinden. Doch trotz oder vielleicht auch wegen dieses Wandels, ist die Tradition des Frühjahrsputzes in vielen Teilen der Welt erhalten geblieben.

Der Geschmack der Vega Baja in Los Montesinos



**RESTAURANTE
LA HERRADURA**

☎ Reservierung: 96 672 10 78

www.restaurantelaherradura.com

**1 SOL
Guía Repsol
2025**

lula
by Aurora Torres

☎ RESERVAS: 657 53 97 87

www.lulabyauroratorres.com



**Avenida del Puerto 1
GUARDAMAR DEL SEGURA
966 840 274 - 637 633 579
WWW.SPS-PINTURAS.COM
Montag bis Freitag
9.30 - 18.00
durchgehend geöffnet**



**Grosse
auswahl an
wandtapeten**



Auch Maler- und Tapezierarbeiten



Wir mischen jede Farbe





CHEFKOCH.DE

Seelachsfilet mit Senf - Dill - Soße

Für 4 Portionen:

- 4 große Seelachsfilet oder 8 kleine, TK
- Mehl
- Salz und Pfeffer
- 1 kleine Zwiebel(n)
- Butter
- 1 TL Gemüsebrühegehäuft, instant
- 250 ml Wasser
- 2 EL süße Sahne
- 3 TL Senf
- 1 TL Dill TK
- Zitronensaft



Zubereitung

Arbeitszeit ca. 20 Min · Gesamtzeit ca. 20 Min

Das Seelachsfilet antauen lassen und unter fließendem Wasser kurz abbrausen und trocken tupfen. Mit Salz und Pfeffer und Zitronensaft von beiden Seiten würzen und mit etwas Mehl bestäuben. Die Butter in der heißen Pfanne schmelzen und die Seelachsfilets garen.

In der Zwischenzeit eine kleine

Zwiebel würfeln und in einem guten TL. Butter in einem Topf erhitzen. Die Zwiebel glasig dünsten. Dann einen gut gehäuften TL. Mehl dazu geben etwas mit anschwitzen.

Die Gemüsebrühe in dem 250ml heißen Wasser auflösen und die Mehlschwitze damit ablöschen. Etwas einkochen lassen. Dann

mit Salz, Pfeffer, Senf (je nach Geschmack mehr oder weniger) und der Sahne abschmecken. Zum Schluss gebe ich immer noch 1 gehäuften TL. Dill dazu.

Das Seelachsfilet mit der Soße servieren. Dazu passen Kartoffeln oder Reis.

Guten Appetit!

Unsere Dienstleistungen

- ✓ Erbschaftsabwicklungen & Schenkungen
- ✓ Immobilienkauf und -verkauf
- ✓ Steuererklärungen
- ✓ Übersetzungen
- ✓ Kfz-Ummeldungen
- ✓ Residencia & N.I.E
- ✓ Testamente (zweisprachig)
- ✓ Patientenverfügungen & Vollmachten etc.



Unsere Standorte

Los Montesinos (Torrevieja)
Avda. del Mar 2
03187 Los Montesinos

Neues Büro

Alfaz del Pi
C/ Tabarca 40-A
03580 Alfaz del Pi

Ondara (Denía)
C/ Maestra Juaquina Gávila 5
03768 Ondara

Bald auch
in
Andalusien

Standort in Planung

+34 966 177 940

+34 663 575 501

info@bismark.es

www.bismark.es

FIATC
VERSICHERUNGEN

VERSICHERUNGEN A. KALEJA

SEIT 30 JAHREN · VERSICHERUNGSFACHMANN · VERSICHERUNGEN ALLER
ART · PERSÖNLICHE BERATUNG UND SCHADENSABWICKLUNG

BEI UNS STIMMEN **PREIS + LEISTUNG**

Mehr als 4000 zufriedene Kunden können sich nicht täuschen.



Kfz-Versicherung ab 149 € / Jahr (mit Rabattübernahme)

Öffnungszeiten:

Mo-Fr 9.00 - 15.00 Uhr
und nach Vereinbarung

Tel/Fax:

96 678 20 96

Büro: C/ Albaterra, 1 Local 64 · Algorfa · Email: arthurkaleja@agentes.fiatc.es



DA
Pflegeteam



**Professionell und Zuverlässig.
Qualifizierte Pflegekräfte mit langjähriger
Berufserfahrung.**

Wir helfen Ihnen:

- tägliche Körperpflege
- Wundmanagement
- Überwachung der verordneten
Medikamente
- Hilfe im Alltag
- Begleitung zu Arztterminen
- Krankengymnastik
- u.v.m.



Tel: 622 791 440

www.da-pflegeteam.com

Feste Zähne an einem Tag



Feste Zähne an einem Tag bedeutet für den Patienten, dass er den ständigen Ärger, den eine lose Prothese mit sich bringen kann, ein für alle Mal in nur einem Termin der Vergangenheit zuschreiben kann.

Es ist heute möglich, mit Hilfe von hochmoderner Technik, innerhalb eines Tages Implantate einzusetzen und diese am selben Tag gleichzeitig mit einer individuellen Brücke zu vereinen.

Feste Zähne an einem Tag, ermöglicht dem Patient somit die Funktion und Ästhetik seiner Zähne in kürzester Zeit wieder herzustellen um die Lebensqualität zu steigern.

Wie funktioniert die Methode der festen Zähne an einem Tag?

Feste Zähne an einem Tag ist ein spezielles Implantatverfahren für Patienten mit zahnlosem Oberkiefer oder/und Unterkiefer. Dabei werden in einem einzigen Eingriff mehrere Implantate in den Kiefer eingebracht, auf die sofort ein fester provisorischer Zahnersatz aufgesetzt wird.

Zunächst muss der Implantologe prüfen, wie die Beschaffenheit des Kieferknochens des Patienten ist.

Bei dem Verfahren wird zunächst mit Hilfe einer 3D- Scanner Aufnahme eine exakte Abbildung des Kiefers erstellt. Ebenso werden die Informationen digital an eine hochempfindliche Fräsmaschine im Labor gesendet, die dann millimetergenau die benötigte Brücke erstellt.

Die Voraussetzungen:

- Zahnloser Kiefer oder nicht erhaltungsfähige Restbezzahnung
- Ausreichendes Knochenangebot
- Ausführliche Diagnose inklusive Beratungsgespräch, um Risiken auszuschließen

Pro Kiefer werden vier Implantate eingesetzt: zwei im vorderen Bereich und zwei im hinteren Bereich.

Da die Implantate in einem gesunden Kieferknochen belastet werden können, ist es möglich, eine zuvor geplante Brücke in direktem Anschluss auf den Implantaten zu befestigen.

Welche Vorteile hat das Verfahren feste Zähne an einem Tag?

Der Vorteil der Methode feste Zähne an einem Tag liegt ganz klar in der Zeitersparnis. Dank der hochinnovativen, modernen Technik und eines ausgereiften Behandlungsplanes, kann die Behandlung in allen Durchführungsabschnitten an einem Tag erfolgen.

Die Implantate verhindern den weiteren Rückgang des Kieferknochens. Trotzdem ist ein gewisses Knochenangebot im Kiefer Grundvoraussetzung, damit die künstlichen Zahnwurzeln genü-

gend Halt finden. Der Zahnersatz sieht aus und fühlt sich an wie die echten Zähne.

- Der Zahnersatz ist sofort belastbar.
- Keine herausnehmbaren Provisorien oder längere Zahnlosigkeit.
- Die Behandlung dauert in der Regel nur einen Tag.
- Nur vier Implantate genügen
- Zähne schon am selben Tag belasten

Sie werden schräg in den Seitenzahnbereich eingesetzt, sodass sie die notwendige Stabilität haben. Somit können wir selbst komplett zahnlose Kiefer mit einer neuen Zahnreihe versorgen. Sie bekommen innerhalb weniger Stunden einen belastbaren Zahnersatz, der sich wie die echten Zähne anfühlt!

Ist die Methode feste Zähne an einem Tag für jeden geeignet?

Die Methode ist für Menschen geeignet, deren Oberkiefer oder Unterkiefer zahnlos ist. Auch Patienten, deren eigene Zähne nicht mehr erhalten werden können.

Menschen, die seit längerer Zeit eine Vollprothese nutzen. Mit der Methode können wir einen komplett zahnlosen Kiefer mit Zahnersatz versorgen.

Im Prinzip kann jeder Patient seinen zahnlosen Kiefer durch dieses Verfahren mit festen Dritten ersetzen lassen. Es kommt allerdings darauf an wie Stabil die Knochenbeschaffenheit des Kiefers ist.

Ob der Kieferknochen ausreichend Substanz für eine Implantation mitbringt, stellen wir mithilfe der Digitalen Volumentomographie (3D-Scanner) fest.

Die Voraussetzungen:

Zahnloser Kiefer oder nicht erhaltungsfähige Restbezzahnung

Ausreichendes Knochenangebot

Ausführliche Diagnose inklusive Beratungsgespräch, um Risiken auszuschließen

Exakte Diagnose

Vor dem Eingriff vereinbaren wir einen Diagnosetermin. Mithilfe von 3D-Röntgenaufnahmen bekommen wir einen Einblick in die Knochenstruktur des Kiefers und bestimmen die exakte Position der Implantate.

Damit Sie Ihren Zahnersatz nach der Implantation sofort belasten können, setzen wir die Implantate gezielt in solche Bereiche des Kiefers ein, in denen genügend Knochenmaterial für einen festen Sitz vorhanden ist. Auch Ihr provisorischer Zahnersatz wird auf der Basis der Computerdaten bereits vorbereitet, damit er am Behandlungstag zur Verfügung steht.

Unsere Spezialisten erklären Ihnen jedes Detail Ihrer Behandlung und erstellen für Sie einen individuellen Heil- und Kostenplan.

Die wichtige Nachsorge

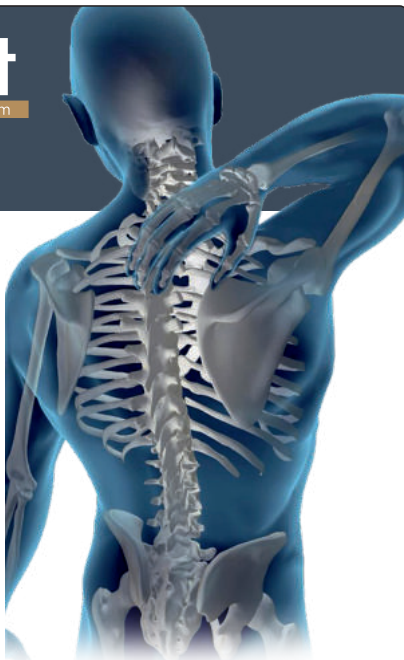
Um sicherzustellen, dass die Implantate gut in den Kieferknochen einwachsen, vereinbaren wir nach der Behandlung einige Kontrolltermine.

Clinica Dental Gilabert
C/Malaquita I bajo 4-5. CC Costa Zenia
03189, La Zenia, Orihuela Costa
Tel: +34966730122
WhatsApp: +34626503690
info@clinicagilabert.com
www.clinicagilabert.com

Martin Zaic
Diplom-Physiotherapeut

Unsere Leistungen

Mehrsprachige Therapeuten
Physiotherapie & Manuelle Therapie
Osteopathie
Akupunktur
Massage & Lymphdrainage
Medizinische Fitness in grossem Fitnessstudio
Spezielle Golf-Physiotherapie
Rehabilitation nach Operation
Podologe massgefertigte Einlagen
Medizinische Fusspflege
Deutschsprachige Kosmetikerin
Schmerzlinderung bei akuten Schmerzen im Rücken, Nacken oder Schultern



PHYSIOTHERAPIE

Rehabilitation · Medizinische Fitness

C./ Vistahermosa, 74
03190 Pilar de la Horadada
647 549 702
965 352 680

Internet: www.costablancaphysio.com
Email: info@costablancaphysio.com
Facebook: Physio-Fit Costa Blanca

MARTINA FISCHER
SERVICEBÜRO

CARRASCO
& FISCHER



**Verlässlichkeit
schafft Vertrauen**

Unser Weg - Unser Ziel

Behörden-
Angelegenheiten

Wir helfen Ihnen.
Rufen Sie uns an!

E-Mail:
martina@mfischer.es

Steuervertretungen

Terminvereinbarung
wird erbeten.

Telefon:
(+34) 966 761 169

Abwicklung von
Immobilienkäufen
oder -verkäufen und
Erbschaftsannahmen

Geschäftszeiten:
Mo - Fr 8-15 Uhr

Internet:
www.mfischer.es

Urb. Playa Flamenca | C/ Pablo Picasso, 1-1º3 | 03189 Orihuela Costa



Restaurante

Zum Bräustüberl



Deutsch-Österreichische Küche



Wir sind bei Facebook.



SCHNITZELPARADIES



Von Mittwoch bis
Samstag
von 12 - 17 Uhr
Jedes Schnitzel-Menü

12,90€

Mo & Di Ruhetag

*Wir freuen uns
auf Ihren Besuch!*

**Vom 20.3. - 22.3.
HAXNWOCHENENDE**

Mit Musik!



AUF RESERVIERUNG!

ÖFFNUNGSZEITEN:

MITTWOCH BIS SONNTAG: 12 BIS 24 UHR

Reservierung und Auskunft: ☎ 625 081 701

Av. Ramon Del Valle Inclan 32 · Toretta II · Torrevieja

Handwerkskunst trifft Hightech – Die Entwicklung der Brille im Wandel der Zeit von Optica Fischer

Für Menschen über 60 ist die Brille mehr als Sehhilfe: Sie bietet Sicherheit, Komfort und Lebensqualität. Dahinter stehen präzises Handwerk und moderne Technologie. Sie schenkt Sicherheit im Straßenverkehr, Komfort beim Lesen und Lebensqualität im Alltag.

Die Brille als individuelle Maßarbeit

Eine hochwertige Brille beginnt immer mit einer persönlichen Beratung. Gesichtsform, Sitz auf der Nase, Ohrposition und Pupillenabstand – all diese Faktoren müssen exakt berücksichtigt werden. Selbst kleinste Abweichungen können den Sehkomfort deutlich beeinflussen.

Besonders bei Gleitsichtgläsern ist Präzision entscheidend. Die exakte Zentrierung bestimmt, ob das Sehen entspannt und natürlich wirkt oder ob unnötige entstehen. Das Einschleifen der Gläser in die Fassung erfordert daher Erfahrung, Sorgfalt und handwerkliches Können.

Früher hatten Bifokalbrillen Einschränkungen wie Bildsprünge, während moderne Gleitsichtgläser stufenloses, komfortables Sehen in allen Entfernungen ermöglichen. Der Fortschritt in der Sehtechnologie macht das Seherlebnis dabei kontinuierlich noch natürlicher und angenehmer.

Präzision im Detail – unser Anspruch bei Optica Fischer

Traditionelles Handwerk und innovative Technik ergänzen sich ideal. Bei Optica Fischer verbinden wir unsere langjährige Erfahrung in der individuellen Brillenanpassung mit modernsten Messverfahren. Seit Kurzem verfügen wir über ein Seiko Vision Xperience Centre.

Dieses System ermöglicht eine noch genauere Analyse Ihrer persönlichen Sehbedürfnisse. Durch präzise Messmethoden und digitale Simulationen können Gleitsicht- und Individualgläser exakt auf Sie abgestimmt werden.

Für Sie bedeutet das: mehr Genauigkeit, höherer Sehkomfort und maßgeschneiderte Lösungen.

Denn gutes Sehen ist keine Massenware – es ist das Ergebnis aus Erfahrung, Sorgfalt und moderner Technik.



Optica Fischer
Calle Gerardo Rueda 1, Local 3
Urb. Playa Flamenca
03189 Orihuela Costa
Tel: 966 761 349
Whatsapp: 620 814 777
Email: hola@opticafischer.com
Internet: opticafischer.com



Spezialistinnen für Ihre Zähne und Ohren



Maïke Fortak

Hörgeräte - Akustikmeisterin



Seit 25 Jahren an der Costa Blanca.



Hörgeräte zu
vernünftigen Preisen



Wir nehmen uns die Zeit
zuzuhören.

Wir kümmern uns.
Deutschsprachige Zahn-
ärztinnen.

Aligner- Schienen

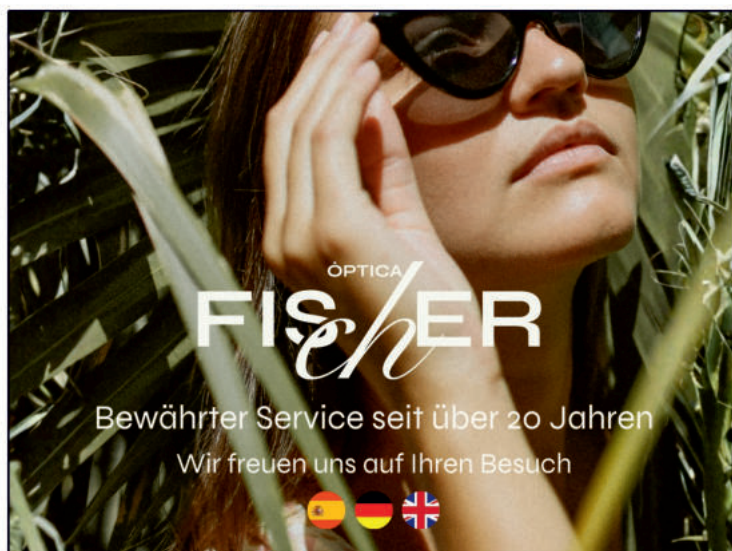
Ein komfortabler und ästhetischer Weg
um das Lächeln ihrer Träume zu bekommen.

Immer Donnerstag
nach Terminabsprache!

📞 **658 446 384**

📞 **639 841 104**
966 730 019

C/ Diamante 5
03189 Orihuela Costa



Immer klar sehen –
egal wo, egal wann. Mit
den selbsttönenden
SEIKO Sensity
Brillengläsern genießen
Sie maximalen Komfort
und perfekte Sicht,
ohne je die Brille
wechseln zu müssen.



- Individuelle Deutschsprachige Betreuung
- Wir sind Spezialisten in Gleitsichtgläser
- Individuelle Anpassung von Kontaktlinsen (auch multifocal)
- Professioneller Sehtest
- Intraokulare Druckmessung (Glaukom-Vorsorge)
- Grauen Star Vorsorge



C/Gerardo Rueda 1, Local 3 PLAYA FLAMENCA · +34 966 761 349 · +34 620 814 777 hola@opticafischer.com @opticafischeroficial

Osterprozessionen an der Costa Blanca 2026

Glaube, Kunst und tausendjährige Tradition

Die Semana Santa – mehr als nur Prozessionen

Die Karwoche, auf Spanisch „Semana Santa“, ist an der Costa Blanca weit mehr als eine religiöse Veranstaltung. Sie ist kulturelles Erbe, lebendige Kunst und Ausdruck jahrhundertealter Tradition. Während der Küstenstreifen der Provinz Alicante im Sommer für seine Strände und sein Nachtleben bekannt ist, offenbart sich in den Tagen zwischen Palmsonntag und Ostersonntag eine ganz andere, besinnliche Seite dieser Region.

Im Jahr 2026 erstreckt sich die Karwoche vom 29. März (Palmsonntag) bis zum 5. April (Ostersonntag). Für die Autonome Gemeinschaft Valencia sind der Karfreitag (3. April) und der Ostermontag (6. April) offizielle Feiertage. Dies bietet Besuchern die ideale Gelegenheit, mehrere Tage in die faszinierende Welt der Osterprozessionen einzutauchen.

Jede Stadt, jedes Dorf entlang der Costa Blanca pflegt eigene, oft jahrhundertealte Rituale. Gemeinsam ist ihnen die tiefe Emotionalität, mit der die Gläubigen den Leidensweg Christi nachvollziehen. Was die Prozessionen dieser Region jedoch besonders auszeichnet, ist die mediterrane Verbindung von Feierlichkeit und Farbenpracht, von andächtiger Stille und mitreißender Klanggewalt der Marschkapellen.



Das Prunkstück der Costa Blanca – Orihuelas Karwoche von internationalem Rang

Wenn an der Costa Blanca von Osterprozessionen die Rede ist, gebührt Orihuela zweifellos der erste Platz. Die Karwoche der südlich von Alicante gelegenen Stadt genießt den Status einer „Feierlichkeit von internationalem touristischen Interesse“ und zieht Jahr für Jahr Zehntausende Besucher aus aller Welt an.

Was Orihuela so besonders macht, ist der außerordentliche künstlerische Reichtum seiner Prozessionsfiguren. Einige der Skulpturen, die bei den Umzügen durch die Altstadt getragen werden, stammen von **Francisco Salzillo**, dem wohl bedeutendsten Barockbildhauer der Region Murcia. Diese kunsthistorische Dimension verleiht den Prozessionen eine museumswürdige Qualität – nur dass die Exponate hier nicht hinter Glas stehen, sondern auf den Schultern der Träger durch die Gassen wandern.

Die Schweigeprozession am Karfreitag – ein Erlebnis der Superlative

Das absolute Highlight der Orihuelaer Karwoche ist die nächtliche Schweigeprozession am Karfreitag. Stellen Sie

sich vor: Mehr als 10.000 Menschen ziehen schweigend durch die historische Altstadt. Kein Gespräch, kein Husten, kein Handyklingeln. Nur das rhythmische Schlurfen der Schritte auf dem Kopfsteinpflaster ist zu hören. Die einzige Lichtquelle sind die Laternen in den Händen der Teilnehmer, die gespenstische Schatten an die alten Gemäuer werfen.

In dieser absolut surrealen Atmosphäre erklingt plötzlich ein Gesang aus dem 18. Jahrhundert: der „Canto de la Pasión“. Diese traditionelle Passionsmusik, die

die Christusfigur begleitet, versetzt selbst eingefleischte Nicht-Romantiker in eine tiefe, emotionale Bewegung. Es ist einer jener Momente, in denen man vergisst, dass man eigentlich nur Tourist ist – und Teil einer jahrhundertealten Tradition wird.

Der Bedeckte Ritter – eine päpstliche Ausnahme

Orihuela bewahrt eine Tradition, die es so in ganz Spanien kein zweites Mal gibt. Bei der morgendlichen Prozession am Karsamstag, der sogenannten „Prozession des Bedeckten Ritters“, ist genau einer Person erlaubt, was allen anderen strengstens verboten ist: in der Kirche einen Hut zu tragen.

Dieses Privileg geht auf eine päpstliche Bulle zurück – ein Dokument aus Rom, das diese Ausnahmegenehmigung bis heute legitimiert. Jedes Jahr aufs Neue wird dieses historische Vorrecht zelebriert, ein lebendiges Zeugnis der engen Verbindung Orihuelas zur Kirchengeschichte. Für Besucher ist dieser Anblick gleichermaßen kurios wie beeindruckend: Ein einzelner Mann mit bedecktem Haupt in einem Meer von entblößten Köpfen.

Was wäre, wenn 2026 mit einer neuen Adresse startet?

Ein Projekt? Kontaktieren Sie mich.



Raquel ESCUDERO

Asesor inmobiliario

🇪🇸 🇩🇪 🇬🇧 🇫🇷

📞 688 70 40 10

✉ raquel.escudero@iadespana.es

📍 Alicante/alacant

Sígueme    

iadespana.es

Raquel ESCUDERO, Agente comercial independiente nº 10 (sin gestión ni retención de fondos) de IAD ESPAÑA INMOBILIARIA A DOMICILIO S.L., con CIF nº B-67131573, nº 8544 (ALACANT) - Registro de agentes inmobiliarios de Cataluña nº asociado A-12191



„Neues Projekt 2026 Gastronomiejuwel!

Dein Café & Restaurant mit Meerblick – nur 50m vom Strand! Mietkauf möglich – sichere dir jetzt diese Traumlage an der Costa Blanca.“

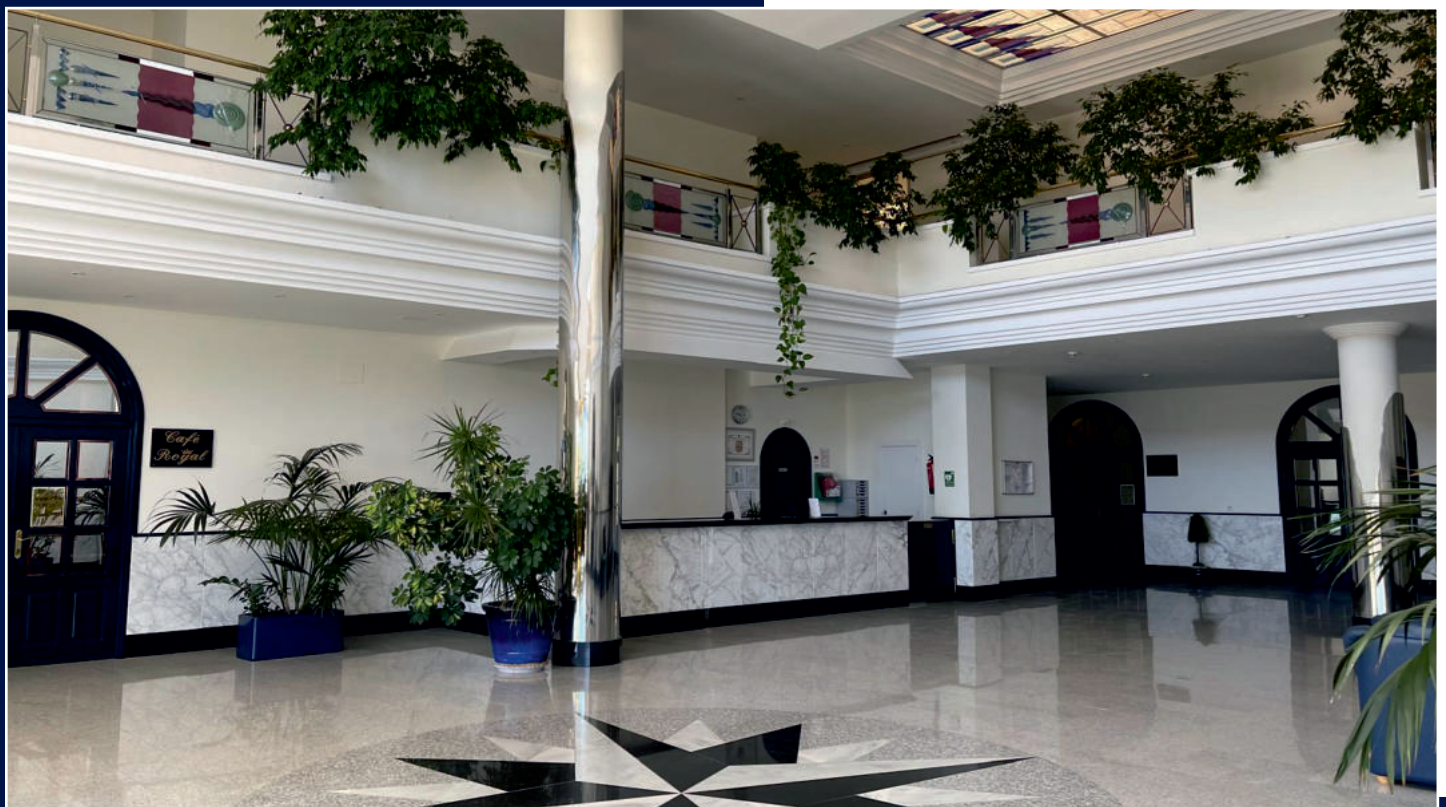
Zukauf einer Pianobar möglich!

Direkt am Meer, in einem luxuriösen Wohnkomplex, bietet dieses elegante Café-Restaurant die perfekte Gelegenheit für Gastronomie-unternehmer oder Investoren.

- Stilvolles, zeitloses Ambiente im Stil klassischer Wiener Kaffeehäuser
- Zwei voll ausgestattete Profi-Küchen – flexibel für Café oder Restaurantbetrieb
- Vitrine für Gebäck & sofort betriebsbereite Bar
- Kapazität für ca. 100 Gäste – gemütlicher Innenbereich & große Terrasse mit Meerblick, weitere Kapazitäten möglich!
- Lizenz zur sofortigen Nutzung vorhanden

Ideal für Frühstück, Kaffee & Kuchen, Abendessen oder exklusive Events. Top-Lage, hochwertige Ausstattung und direkte Strandnähe machen diese Immobilie zu einer einzigartigen Investition an der Costa Blanca.

Extras: Klimaanlage, Alarmanlage, barrierefrei, Concierge.



Rufen Sie mich an! Jetzt ist der richtige Zeitpunkt!

Interior

Exterior

DAT

interior design

**965 077 116
649 770 091**

**komplett
von
A bis Z**

**UMBAU UND
INNEN
EINRICHTUNG**

www.dat-interior.eu



Hausversicherung ab 180 €



Autoversicherung ab 149 €



Hausversicherung ✓
Krankenversicherung ✓
KFZ-Versicherung ✓

Wir suchen für Sie die beste
und günstigste Versicherung...
... versprochen!

www.goring-online.com

DKV
Deutsche Krankenversicherung

mit freier Arztwahl
ab 80 €/Monat
Aufnahme bis 75 Jahre.

Besuchen Sie unser
neues Büro in
San Fulgencio

GÖRING
VERSICHERUNGSMAKLER

Alfaz del Pi: Centro Comercial Arabi Plaza 14, Tel. 96 588 92 71

Calpe: Avenida Europa 5, Tel. 96 583 28 09

Jávea: El Arenal, Ed. Jávea Park, Tel. 96 646 05 70

San Fulgencio: Calle Mar Jónico, 4 – Local 30, Tel. 96 527 22 20

HUSTRANS

Transporte Deutschland - Spanien



- Umzüge
- Beiladungen
- Auto Transport
- Motorrad Transport
- Einlagerung
- Umzüge innerhalb Spaniens
- bis 60m² Ladevolumen



Standort: **Deutschland**
Horstweg 8
16775 Nassenheide
Tel: +49 3301 2072986
Mobil: +49 170 5040119
Email: hustrans@web.de

Standort: **Spanien**
Vereda los Nietos 101
03159 Daya Nueva / Alicante
Tel: +34 966 263 710
Mobil: +34 622 393 299
Email: hustrans@web.de

DRUTEX
ENGINEERED FOR YOU

JETZT NEU

GARAGENTORE



Fenster | Türen | Rollläden

CENTRO COMERCIAL CABO ROIG
N332, KM 49, ORIHUELA COSTA

info@cmoventanas.es

+34 613 96 75 71

CMO VENTANAS

DRUTEX
ENGINEERED FOR YOU



Feuchtigkeit & Schimmel im Ferienhaus in Spanien - Ursachen und Bekämpfung

Feuchtigkeit und Schimmel sind in spanischen Ferienhäusern ein weit verbreitetes Ärgernis, das nicht nur die Bausubstanz angreift, sondern auch die Gesundheit gefährden kann. Die gute Nachricht ist: Mit dem richtigen Wissen um die lokalen Ursachen können Sie effektiv vorbeugen und handeln.

Die spezifischen Ursachen in Spanien

Anders als in Mitteleuropa liegt das Problem in Spanien oft in einer unglücklichen Kombination aus Klima, Bauweise und Nutzung. Besonders in Küstenregionen und während der feuchten Wintermonate steigt die Luftfeuchtigkeit stark an. Trifft diese warme, feuchte Luft auf kalte Wände oder Fenster (z.B. in unbeheizten Schlafzimmern), kondensiert das Wasser und schafft ideale Bedingungen für Schimmel.

Hinzu kommt, dass viele spanische Häuser traditionell für ein trockenes Klima gebaut wurden. Sie haben oft keine ausreichende Isolierung oder moderne Belüftungssysteme. Ein spezifisches Problem, vor allem bei älteren Fincas, ist die kapillar aufsteigende Feuchtigkeit. Dabei fehlt eine Horizontalsperre im Mauerwerk, und das Wasser wird wie durch einen Schwamm aus dem Boden nach oben gezogen. Wenn Sie Ihr Ferienhaus zudem nur unregelmäßig nutzen und im Winter nicht heizen, kann die Luft nicht zirkulieren und die Feuchtigkeit staut sich.

Vorbeugung: Die besten Strategien für Ihr Ferienhaus

Vorbeugen ist einfacher als Sanieren. Mit diesen angepassten Strategien bleiben Ihr Ferienhaus und Ihr Urlaub schimmelfrei:

- **Richtiges Lüften (Stoßlüften):** Lüften Sie kurz und intensiv, anstatt Fenster dauerhaft zu kippen. Öffnen Sie mehrere Fenster weit, um einen Durchzug zu erzeugen. Besonders wichtig ist das nach dem Duschen, Kochen und Schlafen.
- **Luftentfeuchter als Standardausstattung:** Elektrische Luftentfeuchter sind in Spanien kein Luxus, sondern eine sinnvolle Grundausstattung, besonders für Schlafzimmer, Badezimmer und Abstellräume.
- **Möbel richtig positionieren:** Stellen Sie Möbel, insbesondere an Außenwänden, mit etwas Abstand (5-10 cm) zur Wand. So kann die Luft zirkulieren und es bilden sich keine feuchten, toten Ecken hinter Schränken.
- **Gleichmäßige Temperatur:** Vermeiden Sie große Temperaturschwankungen. Ein konstant temperierter Raum beugt Kondensation vor. Moderne Klimaanlagen mit Heiz- und Entfeuchtungsfunktion können



hier doppelt nützlich sein.

- **Regelmäßige Kontrolle:** Überprüfen Sie bei Ihren Besuchen das Haus auf erste Anzeichen: Beschlagene Fenster am Morgen sind ein klares Warnsignal für zu hohe Luftfeuchtigkeit. Achten Sie auch auf modrige Gerüche in Schränken oder erste dunkle Flecken in Ecken.

Bekämpfung: Was tun, wenn der Schimmel bereits da ist?

Wenn Sie Schimmel entdecken, hängen die weiteren Schritte entscheidend von der Ursache ab.

- **Bei oberflächlichem Schimmel (meist durch Kondensation):** Hier können Sie oft selbst Hand anlegen. Kleine Flächen lassen sich mit 70%igem Alkohol oder einem chlorfreien Anti-Schimmel-Mittel behandeln. Wichtig ist, die befallenen Stellen gründlich zu reinigen und den Raum danach gut zu trocknen. Kontrollieren Sie auch Textilien, Kleidung und Möbel und reinigen oder entsorgen Sie diese bei Befall.
- **Bei tiefer liegenden Problemen (z.B. aufsteigende Feuchtigkeit):** Wenn der Schimmel immer wiederkehrt, Salzausblühungen an den Wänden zu sehen sind oder der Putz abblättert, reicht oberflächliches Putzen nicht aus. Dann müssen Sie die Ursache im Mauerwerk bekämpfen.
- **Fachfirma konsultieren:** Suchen Sie sich ein Unternehmen, das Erfahrung mit der Sanierung von Feuchtigkeitsschäden in spanischen Häusern hat. Diese können mit Feuchtigkeitsmessern, Infrarotkameras oder Endoskopen die genaue Quelle aufspüren.
- **Bauliche Sanierung:** Bei aufsteigender Feuchtigkeit wird oft im Injektionsverfahren eine nachträgliche Horizontalsperre in das Mauerwerk eingebracht. Bei seitlich eindringender Feuchtigkeit (z.B. durch undichte Terrassen) hilft eine Vertikalsperre an der Außenwand.



GUTYCAS

SERVICIOS ADMINISTRATIVOS

ERHALTUNG VON NIE-NUMMERN / RESIDENCIAS

NOTARIELLE UND IMMOBILIENRECHTLICHE FORMALITÄTEN
(Kauf und Verkauf, Schenkung, Auflösungen des Miteigentumsrechts, usw.)

BESCHEINIGUNGEN / ZERTIFIKATE VON ARCHITEKTEN

LEGALISIERUNG VON UMBAUTEN

VOLLMACHTEN

TESTAMENTE UND ERBSCHAFTEN

ÜBERSETZUNGEN

KFZ-ZULASSUNG + UMMELDUNG

HAUSRAT-, AUTO- UND KRANKENVERSICHERUNGEN

NICHT-RESIDENTENSTEUERERKLÄRUNGEN

VERMITTLUNG VON SPEZIALISTEN

Für andere Dienstleistungen, kontaktieren Sie uns bitte.

Urb. Villacosta II Local 3, 03189 Orihuela Costa (ALICANTE)

T. +34 965 322 528 | M. +34 695 75 51 85

info@gutycas.com



Bei diesen Rätseln brauchen Sie keine Fragen zu beantworten. Die Buchstaben der Lösungswörter stehen schon in den Kästchen, alphabetisch geordnet. Stellen Sie sie richtig um.

AAA HHH		BCLOO	AIK NPT		AEIN NSSS		AHLW		BII NOT	EGS	EEF HTU			ENS	DEIR	EGM NOT	
ACI NOT							ABDEG GINRU										
AAAB BKL			ABL RTU		BCEE HINS									EOPS		CEEG HILN	
							LOS				EEI LST		EGOR				
HINO RST							AENN			AELN PST							
					ENR RTU		EEINT						AAB DER		ET		
ALSTU	EEF IRS	EOP RRT		EENRU						AEF LNS		AIST					SUV
AEF GNR							EEI KNR		DEEF					ACS			
				DEG IOS		AAEI KLRV									DEH LOR		
BELR			DEKU					BES				IPRT		EHV			
FGIO ORST									AAE KRT		AEGNT						ACEIN NORT
EENRZ						GMPU		IKLRR						AEG HIS		EL	
			EEF NRU		AEGNT						AEE LST		GLOO				
EMT	ANOST	FGIRU					EIN STW		EELN PSU								
EGST					EEN RST		ADEW					DIK				AFL LOR	
EFI KNT		ABF GIR		EILN PSTT									CEEE MORS		AF		
						AES				AERS		CHIIL					
AEN NRT							AIS SST		AAMOS						AAB KSU		
				ADER		AEGLN						ELMRU		AER			
NORZ	ADLW		AGNST						AILM		ABE LRS						
DEILW						DLS		AAEI LMRT									GMM
			OP		AILM					MSU				BS		NU	
AGT		AELN PRSS									BEG NUU						
DEO				DDT				EIMMP RSSU									

Lösung weiter hinten im Heft.

Mein Schiff

24.5.2026 – 9 Nächte Mittelmeerkreuzfahrt mit Mein Schiff 1 ab Mallorca

*Im Reisepreis enthalten sind ganztägig in den meisten Bars und Restaurants ein vielfältiges kulinarisches Angebot und Markengetränke in Premium-Qualität sowie Zutritt zum Bereich SPA & Sport Entertainment und Kinderbetreuung. Preis p.P. in Doppelkabine.

Balkonkabine
ab **2.939 €* (PRO-Tarif)**



02.10.2026 – 14 Nächte Mittelmeerkreuzfahrt mit Mein Schiff 2 ab Mallorca

*Im Reisepreis enthalten sind ganztägig in den meisten Bars und Restaurants ein vielfältiges kulinarisches Angebot und Markengetränke in Premium-Qualität sowie Zutritt zum Bereich SPA & Sport Entertainment und Kinderbetreuung. Preis p.P. in Doppelkabine.

Balkonkabine
ab **3.749 €* (PRO-Tarif)**



05.1.2027 – 15 Nächte Südostasienkreuzfahrt mit Mein Schiff 6 ab Singapur

*Im Reisepreis enthalten sind ganztägig in den meisten Bars und Restaurants ein vielfältiges kulinarisches Angebot und Markengetränke in Premium-Qualität sowie Zutritt zum Bereich SPA & Sport Entertainment und Kinderbetreuung. Preis p.P. in Doppelkabine.

Balkonkabine
ab **3.079 €* (PRO-Tarif)**



23.12.2026 – 15 Nächte Karibikkreuzfahrt mit Mein Schiff 5 ab La Romana

*Im Reisepreis enthalten sind ganztägig in den meisten Bars und Restaurants ein vielfältiges kulinarisches Angebot und Markengetränke in Premium-Qualität sowie Zutritt zum Bereich SPA & Sport Entertainment und Kinderbetreuung. Preis p.P. in Doppelkabine.

Balkonkabine
ab **3.499 €* (PRO-Tarif)**



Beratung und Buchung:

Falken Tours

REISEBÜRO TRAVEL AGENCY AGENCIA DE VIAJES

Avda. de la Playa 1
03189 Orihuela Costa

Te: +34/ 966 730 151

WhatsApp: +34/ 711 088 239

www.falkentours.com

TUI Cruises

Rätselspaß: Nicht nur für Profis

Teste Dein Wissen

41. Die Geschwister Scholl waren

- a) die Begründer der Sozialversicherung in Deutschland
- b) die Gründer der Partei „Die Grünen“
- c) Widerstandskämpfer im Dritten Reich
- d) die Erfinder des Duetts
- e) die Begründer der antiautoritären Erziehung

42. Was verbinden Sie mit Alfred Nobel?

- a) die Relativitätstheorie
- b) einen Preisstifter
- c) den ersten Mann auf dem Mond
- d) einen bekannten Zukunftsforscher
- e) die Dampfmaschine

43. Michael Gorbatschow

- a) ist der derzeitige Präsident der UdSSR
- b) hat als Präsident die Abschaffung aller russischer Atomwaffen verfügt
- c) trat mit Russland in die Nato ein
- d) ließ als Präsident die Wiedervereinigung Deutschlands zu
- e) löste den Warschauer Pakt auf

44. Islamische Gotteshäuser heißen

- a) Minarette
- b) Tempel
- c) Moscheen
- d) Pagoden

45. Welches historische Gebäude verhüllte der Künstler Christo 1995?

- a) die Gedächtniskirche
- b) den Reichstag

- c) den Glockenturm des Parlaments
- d) das Pergamon-Museum

46. Die „dokumenta“, eine bedeutende Ausstellung für moderne Kunst, findet statt in

- a) Köln
- b) Kassel
- c) New York
- d) Paris

47. Roy Lichtenstein ist ein Hauptvertreter der „Pop-Art“. Seine Motive stammen

- a) aus Comic und Werbung
- b) aus der Natur
- c) von Menschen und Gesichtern
- d) von abstrakten Formen

48. Aus welchem Land stammt die Gruppe „Abba“?

- a) Deutschland
- b) Holland
- c) Italien
- d) Schweden

49. Wie heißt der amerikanische Filmpreis, der jährlich für die besten künstlerischen Einzelleistungen an Schauspieler, Regisseure u.a. verliehen wird?

- a) Bambi
- b) Oscar
- c) goldene Kamera
- d) Grammy

41. c), 42. b), 43. e), 44. c), 45. b), 46. b), 47. a), 48. d), 49. b)

SUDOKU

			7	1	9	5		
	1	2		3	5	8	6	7
7		5	6	2	8	1		
3	2	9	1	7	4			
5	8	1	9		2	4	7	3
	9	7		5	1			6
2	5	3			6	7	1	9
	6			9		2	4	5

8		2			3	4		
	5					7	1	2
	4		9		2	8	3	
	9	5			1			
	6				5	1	7	4
7	3		4	2			5	6
		3			9			
	8		2			5	4	
			1					7

Lösung weiter hinten im Heft.

www.Cancasa.es



 Ihr Zuhause, unsere Leidenschaft, von Mil Palmeras bis Los Alcázares
Zuverlässiger und kompetenter Komplettservice für Ihre Immobilie oder Ihr Unternehmen.



INOX MB
ULRICH S.L.



Deutscher Meister im Metallbau!



Wir bauen Alles für:

- Haus
- Treppengeländer
- Karport
- Yachten
- Lebensmittelindustrie

Edelstahl und ALUCOBOND



Tel: +34/ 624 126 443 oder +49/ 171 3520353

Email: mbulrichdl@gmail.com

Web: <https://todoinoxidable.es>

Hair Studio

Silvia
IHR MEISTERBETRIEB

Familien-Friseur

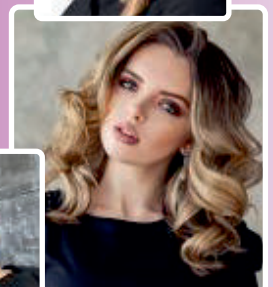
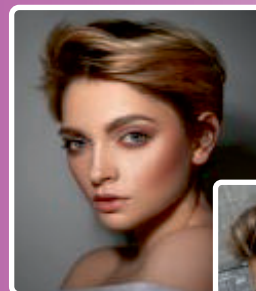
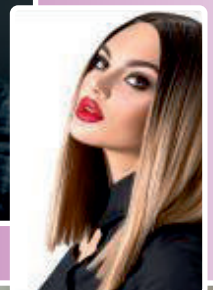
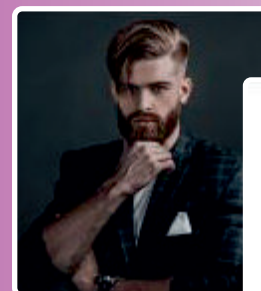
- Haarschnitte für Damen und Herren
- Waschen, Schneiden, Föhnen
- Färben
- Dauerwelle
- Wimpern und Augenbrauen
- Verkauf von Stylingprodukten

Urlaub vom 24.03. - 06.04.

Carrer del Sol 36 · Guardamar
Montag bis Freitag geöffnet



+34/ 671 220 016



Allergien in Spanien während des Frühlings



In Spanien führt die Frühlingssaison zu einem Anstieg von Allergien, vor allem aufgrund der erhöhten Pollenbelastung in der Luft.

Die fünf häufigsten Allergien, die im Frühling in Spanien häufig auftreten, sind:

Pollen (Heuschnupfen)

Symptome: Niesen, laufende oder verstopfte Nase, juckende oder tränende Augen, Husten, Müdigkeit.

Maßnahmen:

- Vermeiden Sie Aktivitäten im Freien während der Pollenflugzeit.
- Verwenden Sie Luftreiniger und halten Sie die Fenster geschlossen, um die Pollenbelastung zu minimieren.
- Als langfristige Lösung können Sie eine Immuntherapie in Betracht ziehen.
- Bitte kontaktieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie selbst Antihistaminika und/oder nasale Kortikosteroide einnehmen.

Olivenblüten

Symptome: Ähnlich einer Pollenallergie, verschlimmert sich jedoch während der Blütezeit der Olivenbäume (März bis Juni).

Maßnahmen:

- Ähnliche Mittel wie bei Pollenallergien.
- Beobachten Sie die Blütezeiten der Olivenbäume und passen Ihre Outdoor-Aktivitäten entsprechend an.
- Kontaktieren Sie einen Allergologen für individuelle Behandlungsmöglichkeiten.

Zypressenblüten

Symptome: Die Symptome einer allergischen Rhinitis

verstärken sich während der Blütezeit der Zypressen (Februar bis April).

Maßnahmen:

- Ähnliche Mittel wie bei anderen Pollenallergien.
- Versuchen Sie während der Pollenspitzenzeiten drinnen zu bleiben.
- Verwenden Sie allergenblockierenden Nasenmasken, wenn es unvermeidbar ist rauszugehen.

Birkenpollen

Symptome: Kreuzreaktivität mit bestimmten Nahrungsmitteln (orales Allergiesyndrom) zusätzlich zu den typischen Heuschnupfensymptomen während der Birkenpollensaison (März bis Mai).

Maßnahmen:

- Vermeiden Sie rohes Obst und Gemüse, das ein orales Allergiesyndrom auslösen kann.
- Allergen-Immuntherapie für schwere Fälle.

Gräserpollen

Symptome: Die Symptome einer allergischen Rhinitis verschlimmern sich während der Gräserpollensaison (April bis Juni).

Maßnahmen:

- Ähnliche Mittel wie bei anderen Pollenallergien.
- Minimierung von Outdoor-Aktivitäten in Grasflächen bei hohem Pollenflug.
- Duschen und Umziehen nach einem Aufenthalt im Freien, um Pollen vom Körper zu entfernen.
- Nasenspülung mit Kochsalzlösungen, um Allergene aus den Nasengängen auszuspülen.

HAHN-FÜRSTENBERG

INMOBILIARIA

seit 1995

Überlegen Sie zu verkaufen? - Wir beraten Sie gern

Top-Angebot des Monats



CABO ROIG Meerseite

239.900 Euro

Großes Eck-Apartment fußläufig zum Strand! 3 Schlafzimmer, Badezimmer, amerik. Küche, große Terrasse, schöner Blick, möbliert, Klima, Garten, Autostellplatz.

Besuchen Sie uns im Büro in La Zenia



Kontakt

Mobil: 616 939 326

Telefon: 966 773 985

Fax: 966 730 430

Avenida España, n° 2, 1-22

Res. Sal y Mar IV • La Zenia

03189 Orihuela Costa (Alicante)

webmaster@hf-immo.com

www.hf-immo.com



SAN MIGUEL de Salinas, Blue Lago

Villa mit Einliegerwohnung, 700m² GS, 146m² Wohnfl., 3 Schlafz., 2 BZ, Gäste-WC, Klima, möbl., Solarium, Wintergarten, Autostellplatz, schön angelegter Garten, großer Pool.

359.000 Euro



NEUE LUXUS-VILLEN

Schön gelegen am Golfplatz, ca. 437m² Grundstück, 134m² WF, 3 Schlafzimmer, 2 Badez. (mit Fußbodenheizung), Autostellplatz, privater Pool.

555.000 Euro



LOS ALTOS

Reihenhaus, 3 Schlafz., 2 Badez., sep. Küche, Klima, teilmöbl., Terrasse, Solarium, Garten vorn, großer Keller, 2 Gem.-Pools.

199.900 Euro

Lassen Sie Ihren Traum wahr werden

Wir helfen Ihnen, die richtige Immobilien zu finden



SAN MIGUEL de SALINAS

Luxus Finca auf 7.500m² Grundstück, 220m² Wohnfl., 3 Schlafz., 3 BZ, amerik. Küche, Klima, Kamin, Heizung, Pool, Garage.

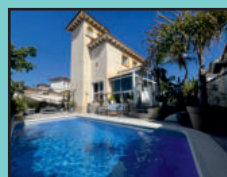
1.290.000 Euro



CABO ROIG Meerseite

Ebenerdige Doppelhaushälfte am schönen Gemeinschaftspool, 2 Schlafzimmer, Badezimmer, Klima, möbliert, Terrasse, Autostellplatz, schöne geschlossene Anlage, fußläufig zum Strand!

269.000 Euro



PLAYA FLAMENCA

Große Villa, 4 Schlafz., 3 Badez., 2 Küchen, 2 Wohnzimmer, Esszimmer, teilmöbliert, Klima, 2 Wintergärten, Solarium, priv. Pool, Top Lage!

399.999 Euro

Falken Tours

REISEBÜRO TRAVEL AGENCY AGENCIA DE VIAJES

La Zenia:

Avda. De la Playa 1,

03189 Orihuela Costa

Tel.: 966730151

Whatsapp: 711 088 239

La Marina:

Calle Mar Baltico 8,

03177 San Fulgencio

Tel.: 966790004

Whatsapp: 622 045 993

Öffnungszeiten:

Mo-Fr: 9.30-16 Uhr

Sa: Geschlossen!

7. Januar 2027 – 129 Tage Weltreise MSC Magnifica ab Barcelona



Preise:

Innenkabine ab 17.171€

Aussenkabine ab 19.761€

Balkonkabine ab 24.431€

Yacht Club 67.655€

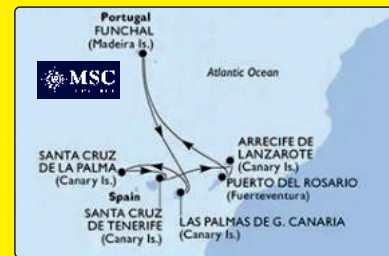
(inkl. AI Premium

Extra Getränke,

Interne und SPA)

8 Tage Kreuzfahrt MSC Musica ab Teneriffa jeden Sonntag mit Direktflug ab Alicante

Preise auf Anfrage!



Preis pro Person in Doppelkabine – inkl. 15 Landausflüge - Inklusive Getränke (Mineralwasser, Softdrinks, Bier, Weiß- und Rotwein/Hauswein) während des Mittag- und Abendessens im Haupt- und Buffetrestaurant.
inkl. Trinkgelder



2026 - 8 Tage Mittelmeerkreuzfahrt MSC Orchestra ab Valencia

Preise ab*	02. Mai	23. Mai	15. Aug	26. Sep	03. Okt	24. Okt
Innen	999 €	999 €	1.299 €	1.049 €	999 €	999 €
BalkonFantastica BR2	1.249 €	1.249 €	1.599 €	1.349 €	1.299 €	1.299 €

Weitere Angebote in Facebook:



*Preis pro Person in Doppelkabine mit All inklusive „Easy Plus“ und inkl. Hafengeb. und Trinkgelder.
*Bustransfer von La Zenia, Torrevieja, Quesada, La Marina, Elche, Benidorm und Ondara inklusive.

Lustiges: Lachen ist gesund

Der Vater einer wunderschönen Tochter sitzt im Wohnzimmer, als es auf einmal an der Wohnungstür klopft. Er macht auf und ein Mann steht vor der Tür. Der sagt: „Guten Morgen, Herr Fischer, ich möchte mit Ihrer Tochter fischen.“ Der Vater antwortet: „Sie müssen sich irren, ich bin Herr Vogel.“ „Ich weiß, ich wollte nicht mit der Tür ins Haus fallen.“



Ein verliebtes Pärchen sitzt eng umschlungen spät abends auf der Hollywoodschaukel und blickt in den Sternenhimmel. Plötzlich zeigt er gen Himmel: „Schatz! Da! Eine Sternschnuppe! Jetzt darfst du dir was wünschen!“ Darauf sie ad hoc: „Oh ja! Ich möchte, dass wir heiraten!“ Erwidert er: „Au, ich glaub, das war doch nur ein Flugzeug!“

Unterhalten sich zwei Freunde. Sagt der eine: „Du hast du mitbekommen? Die haben Giovanni, unseren Friseur festgenommen – wegen Prostitution, Drogen- und Waffenhandel!“ Darauf der andere: „Verrückt! Jetzt bin ich da so lange Kunde und wusste gar nicht, dass der auch Friseur ist!“

Zwei Freunde liegen nachts auf der Isomatte und blicken gen Himmel. Sagt der eine: „Atemberaubend, diese unendliche Weite! Ob es da draußen wohl fremdes Leben gibt? Oder was glaubst du?“ Darauf der andere: „Ich glaube, die haben uns das Zelt geklaut!“

Die Oma geht mit ihrer Enkelin zum Binkini-Kaufen in den Laden. Als die Oma mit dem Höschen in der Umkleidekabine verschwunden ist, reicht die Enkelin ihr das Oberteil durch den Vorhang. Darauf die Oma: „Kannst Du behalten, Schatz! Ich

bekomme alles ins Höschen!“

Polizeikontrolle. Fragt der Polizist den Mann: „Guten Abend! Haben Sie Alkohol getrunken?“ Darauf der Mann: „Ja, sechs Bier und drei Schnaps!“ Erwidert der Polizist: „Das ist doch aber bitteschön noch lange kein Grund Ihre Frau fahren zu lassen!“

Das zehnjährige Mädchen kommt zum Vater gerannt und ist tränenaufgelöst. Der Vater besorgt: „Was ist denn los, Süße?“ Darauf die Tochter: „Die Mama hat gesagt, ich sei furchtbar hässlich!“ Der Vater schüttelt energisch den Kopf: „Aber Kind, das kann ich mir nicht vorstellen! Die Mama sagt doch immer wie lieb sie dich hat! Was genau hat Mama denn gesagt?“ – „Sie sagte, ich sähe genau gleich aus wie du!“

Fragt der Richter den Angeklagten: „Sagen Sie mal, warum haben Sie eigentlich die Domina geschlagen?“ Darauf der Angeklagte: „Ey, die hat doch angefangen!“

Eine alte Frau kommt zum Frauenarzt. Der untersucht sie und fragt: „Und, haben Sie noch Sex?“ Darauf sie: „Ja, einmal!“ Fragt er: „Einmal im Jahr?“ Sie: „Nein!“ Er: „Einmal im Monat?“ Sie wieder: „Nein!“ Er: „Einmal in der Woche?“ Sie: „Nein!“ Er: „Einmal am Tag?“ Sie: „Nein!“ Er: „Etwa einmal in der Stunde?“ Sie: „Ja!“ Darauf er: „Dann sind Sie ja Nymphomanin!“ Erwidert sie: „Au, Herr Dokter, können Sie mir das bitte aufschreiben? Im Altersheim sagen sie alle, ich wäre eine alte Sau!“

Kommt die eine Blondine bei der anderen vorbei, die gerade in einem Buch liest. Fragt die eine: „Was liest du denn da für ein Buch?“ Die andere: „Das ist der Duden!“ Die eine: „Und ist es spannend?“ Die eine: „Nein, das ist ein ganz komisches Buch! Der Aal vom Anfang kommt später nirgendwo mehr vor!“

Das Ehepaar kam gerade seinen ehelichen Pflichten nach, als sie plötzlich offen ausspricht: „Schatz, es tut mir leid, aber ich muss es dir nach all den Jahren einfach sagen. Im Bett bist du eine absolute Pfeife!“ Er steht spontan auf, zieht sich an und will das Schlafzimmer verlassen. An der Tür hält sie ihn auf: „Wo willst du denn jetzt hin?“ Darauf er: „Ich will mir eine Zweitmeinung einholen!“

Die Frau kommt völlig geschafft nach Hause und stöhnt zu ihrem Mann: „Boah du, mir tut so der Rücken weh! Das ist bestimmt ein Hexenschuss!“ Darauf der Mann gelangweilt: „Nein Schatz, unmöglich! Die schießen nicht auf ihre eigenen Leute!“

Ein Jäger ruft bei der Polizei an. „Hallo, Herr Wachtmeister?! Mein Jagdfreund liegt auf dem Boden und ich glaube, er ist tot! Was soll ich denn jetzt machen?“ Darauf der Beamte: „Zu allererst sollten Sie sich davon überzeugen, ob er auch wirklich tot ist!“ Plötzlich Ruhe, dann ein Schuss. Schließlich meint der Jäger: „Okay, und was soll ich als nächstes machen?“

Medical & Beauty



Maren Hustan

622 571 730

- Kosmetik
- Permanent Make-up
- Nagelmodellage
- Plasma Pen
- Falten unterspritzen
- Microdermabrasion
- Needeling
- Bio Revitalisation

Plaza de Figuera Nº 1
Urb. El Raso
(Campo de Guardamar)



Pflegedienst



Cura Vita

**WIR HELFEN, WO SIE
HILFE BRAUCHEN.**

TELEFON:

635 645 661

www.pflegedienst-curavita.com

kontakt@pflegedienst-curavita.com

Der Pflegedienst CuraVita blickt mit großem Stolz auf 10 Jahre engagierte Arbeit zurück

Seit unserer Gründung im Jahr 2015 konnten wir hunderte Menschen und ihre Angehörigen in unterschiedlichen Lebenslagen begleiten.

Ob im Alltag, bei schwerer Krankheit, in herausfordernden Zeiten oder am Lebensende – wir stehen Ihnen zuverlässig zur Seite. Unser Ziel war und ist es, dort zu helfen, wo Unterstützung gebraucht wird, und dabei stets den Menschen in seiner individuellen Situation in den Mittelpunkt zu stellen.

Neben der pflegerischen Betreuung unterstützen wir auch bei organisatorischen Fragen, bei der Beantragung von Pflegegeld oder im Austausch mit Ärzten. Wir sind behilflich bei der Vermittlung von Pflegehilfsmitteln und Leistungen die den Alltag erleichtern und die Versorgung sinnvoll ergänzen.

Gerade im Ausland bedeutet diese umfassende Unterstützung für viele Familien eine große Entlastung und gibt Sicherheit in oft komplexen Situationen. Als Pflegedienst mit regionaler Verwurzelung kennen wir die besonderen Bedürfnisse der Menschen in Torrevieja und Umgebung genau.

Kurze Wege, persönliche Ansprechpartner und ein verlässliches, erfahrenes Team ermöglichen eine Betreuung, die Nähe, Vertrauen und Kontinuität schafft.

Im vergangenen Jahr durften wir unser 10-jähriges Bestehen feiern und auf viele wertvolle und bewegende Begegnungen zurückblicken. Jede einzelne Geschichte, jedes entgegengebrachte Vertrauen und jede Zusammenarbeit haben unsere Arbeit geprägt und bereichert. Ohne dieses Vertrauen wäre all dies nicht möglich gewesen.

Dafür sagen wir von Herzen Danke – und blicken motiviert und zuversichtlich in die Zukunft.

Haben Sie Fragen? Sie erreichen uns jederzeit unter 635645661
www.pflegedienst-curavita.com

[illegible]

01.03.26 17:30 (So)
01.03.26 19:30 (So)

Eintracht Frankfurt
Hamburger SV

Sport-Club Freiburg
RB Leipzig

06.03.26	20:30	(Fr)
07.03.26	15:30	(Sa)
07.03.26	15:30	(Sa)
07.03.26	15:30	(Sa)
07.03.26	15:30	(Sa)
07.03.26	15:30	(Sa)
07.03.26	18:30	(Sa)
08.03.26	15:30	(So)
08.03.26	17:30	(So)

FC Bayern München
1. FC Heidenheim 1846
1. FSV Mainz 05
RB Leipzig
Sport-Club Freiburg
VfL Wolfsburg
1. FC Köln
FC St. Pauli
1. FC Union Berlin

Borussia Mönchengladbach
TSG Hoffenheim
VfB Stuttgart
FC Augsburg
Bayer 04 Leverkusen
Hamburger SV
Borussia Dortmund
Eintracht Frankfurt
SV Werder Bremen

14.03.26	20:30	(Fr)
14.03.26	15:30	(Sa)
14.03.26	15:30	(Sa)
14.03.26	15:30	(Sa)
14.03.26	15:30	(Sa)
14.03.26	18:30	(Sa)
15.03.26	15:30	(So)
15.03.26	17:30	(So)
15.03.26	19:30	(So)

Borussia Mönchengladbach
Bayer 04 Leverkusen
Borussia Dortmund
Eintracht Frankfurt
TSG Hoffenheim
Hamburger SV
SV Werder Bremen
Sport-Club Freiburg
VfB Stuttgart

FC St. Pauli
FC Bayern München
FC Augsburg
1. FC Heidenheim 1846
VfL Wolfsburg
1. FC Köln
1. FSV Mainz 05
1. FC Union Berlin
RB Leipzig

20.03.26	20:30	(Fr)
21.03.26	15:30	(Sa)
21.03.26	15:30	(Sa)
21.03.26	15:30	(Sa)
21.03.26	15:30	(Sa)
21.03.26	18:30	(Sa)
22.03.26	15:30	(So)
22.03.26	17:30	(So)
22.03.26	19:30	(So)

RB Leipzig
1. FC Heidenheim 1846
1. FC Köln
FC Bayern München
VfL Wolfsburg
Borussia Dortmund
1. FSV Mainz 05
FC St. Pauli
FC Augsburg

TSG Hoffenheim
Bayer 04 Leverkusen
Borussia Mönchengladbach
1. FC Union Berlin
SV Werder Bremen
Hamburger SV
Eintracht Frankfurt
Sport-Club Freiburg
VfB Stuttgart

moni's
Beauty Studio

*Dauerhaft
schön*

- Conture Make-Up
- Nageldesign
- Kosmetik
- Med. Fußpflege
- Hopi Ear Candles

Mehr als
30 Jahre
Erfahrung!

Urb. El Presidente
Calle Puerto Rico 5
03189 Orihuela Costa
Email: moni.luebeck@gmail.com

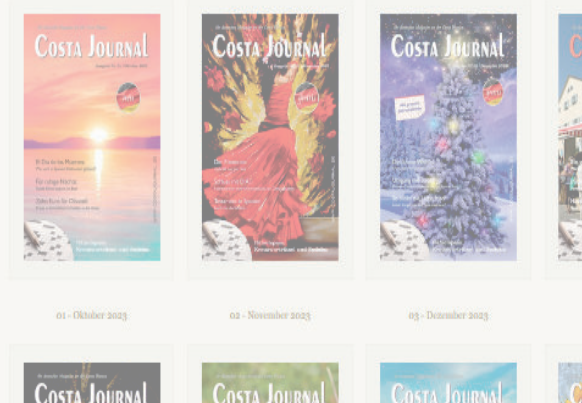
696 762 123

Costa Journal

**Unser Costa Journal
ist online verfügbar!**

Auch als PDF-Download!

www.costajournal.de



Installation von Solaranlagen für alle innovative Technologien

**5 kW schlüsselfertige Solaranlage
ab 5200 Euro ***

- ✓ kostenlose Beratung
- ✓ volle Unterstützung
- ✓ deutsche Qualität

5 Jahre Garantie

* abhängig von der Rahmenkonstruktion

Tel., WhatsApp: +34 642840076 +49 17667335251

Clubs und Vereine

CF DeBassus

Deutschsprachiger Fußball Club des Brauerei-Restaurantes De Bassus

Kontakt: Hr. Dietmar Retz | Tel.: 617 514 510 | retzdietmar@yahoo.es | www.cf-debassus.es

Club Crisol

Internationale Gruppe von Rentnern und Pensionären an der Costa Blanca

Kontakt: clubcrisol.es | Sprechstunde Freitag 11.00h – 12.00h

Computer Club International

Deutschsprachiger Computer Club an der Costa Blanca Süd

Kontakt: Hr. Michael Allhoff | vorstand@cci-torrevieja.eu | www.cci-torrevieja.eu

Deutscher Golf Club Costa Blanca

Golfen mit Gleichsprachigen auf allen Golfplätzen zwischen Alicante und Murcia

Kontakt: Sekretariat | manuela.stoeckli@dgccb.org | www.dgccb.org

Die flotten Geher

Wandern ist gesund und gut für Herz und Seele. Wandertage: montags und donnerstags

Kontakt: Hr. Peter Liedtke | info@partybike.de

dTOC Deutschsprachiger Tisch Orihuela Costa

"Bewährtes Erhalten und Neues Versuchen"

Kontakt: Hr. Reiner Kohlstedt | Kohlstedt@dtoc.eu | www.dtoc.eu

Fröhliche Wanderer

Kontakt: Fr. Karin Lippek | Tel: 609 67 55 22 | karin.lippek@gmx.net

Wandern macht den Kopf frei für Dinge die wirklich zählen im Leben "Die fröhlichen Wanderer" wandern immer donnerstags.

Interessengemeinschaft Euro Club Torrevieja

Internationale deutschsprachige Gruppe für Stammtische, Reisen, gemütliches Wandern und andere Aktivitäten.

Kontakte: Birgit Knöchel, WhatsApp +34 613899145, Reinhard Giersch, WhatsApp +49 1731458326

Skippertreff Torrevieja

Deutschsprachiger Nautikclub

Kontakt: Hr. Gunter Handau | Tel. 643 823 345 | gunter@mccspanien.es | www.skippertreff.eu

Wanderfreunde Gemässigt Wandern

Wandertag: jeden Dienstag ab La Mata

Kontakt: Hr. Bernd Zimmermann | +49 170 468 24 61 | zimmermannbe@online.de

FFKK

Organisation von Festen, Fahrten, Konzerten, Kultur

Kontakt: Marlen Patzer | Tel./WhatsApp. 0034699819998 | Mail: hm.patzer@gmail.com

Costa Blanca Biker Torrevieja

Treffen sich donnerstags 19:30 im Paulaner- fahren samstags ab 10h unseren Touren- internationale Gruppe(Deutsche/ Belgier/ Holländer/Schweizer) · Kontakt : Josef Mobil 0049 1637461803 | Festnetz 966844851

Club Suizo de Rojales

Wir sind ein Club, der ein reichhaltiges Angebot an Reisen, Veranstaltungen und zahlreichen Aktivitäten anbietet.

Kontakt: Christine Kornexl-Uhrmann / Sekretariat.clubsuizoderojales@gmail.com / www.clubsuizoderojales.ch

Coro Alegre de Torrevieja

Probe donnerstags 16.00 Uhr, c/Ravel in La Siesta, anschließend geselliges Beisammensein

Kontakt: Chorleiter Ulrich Dörr / +34 613 631 045 / RicoA0758@gmail.com

Tennisclub Torrevieja

Der internationale Tennisclub Torrevieja trifft sich jeden Dienstag und Freitag um 10:00 Uhr auf der Tennisanlage in Algorfa.

Infos bei Herbert Tel.: 609979124 oder Edgar Tel.: 639365332

Euroresidentes del Mar Menor

Deutschsprachiger Club, Feste, Fahrten, Kultur, Information.

Kontakt: Manfred Steffen Tel: 0034/ 634 330 235 | www.euroresidentes-del-mar-menor.eu



Deutschland
UMZÜGE BROCKE
Spanien



Deutschland - Frankreich - Spanien

- Umzüge
- Beiladungen
- Möbeltransporte
- Pallettentransporte
- Auto-/Krad-/Quad Überführungen



0049 (0) 6897-7 51 80

www.umzuege-brocke.eu
info@umzuege-brocke.eu



AUTOTALLER
MARCOS COCHES



OUR SERVICES

- ✓ GENERAL REPAIRS
- ✓ ENGINE REPAIRS
- ✓ AUTOMATIC GEARBOX SERVICE & REPAIRS
- ✓ OIL & FILTERS CHANGE
- ✓ TYRE SERVICE
- ✓ AIRCON SERVICE - GAS 134a & 1234yf

UNSERE DIENSTLEISTUNGEN

- ✓ ALLGEMEINE REPARATUREN
- ✓ MOTORREPARATUREN
- ✓ WARTUNG UND REPARATUR VON AUTOMATIKGETRIEBEN
- ✓ ÖL- UND FILTERWECHSEL
- ✓ REIFENSERVICE
- ✓ KLIMAAANLAGENSERVICE - GAS 134a und 1234yf

CAR RENTAL FROM 140€ / WEEK
SMALL & MEDIUM SIZE CARS,
ESTATE & 7 SEATER.
DRIVER INCLUSIVE.

AUTOVERMIETUNG AB 140€ / WOCHE
KLEIN- ODER MITTELKLASSEWAGEN,
KOMBIS UND 7-SITZER.
FAHRER INKLUSIVE.



611 472 742 | BUSINESS HOURS: MON-FRI: 9am-6pm

www.marcos-coches.com



C/ Fusters 49, Polig. Industrial Santa Ana, Guardamar del Segura



ZUVERLÄSSIG • PROFESSIONELL
Keyholding · Homecare · Real Estate Property Consulting



Orihuela Costa



WhatsApp 34 665 921 896
keyholdinginfo@web.de



Unsere Leistungen

Schlüsseldienst & Hausbetreuung

- Sicherer Schlüsseldienst & Hausbetreuung
- Regelmäßige Kontrolle von Ferienhäusern
- Lüften, Postservice & Inspektion bei Unwetter
- Reinigung & Vorbereitung von Anreise und Abreise

Immobilienberatung

- Unterstützung beim Verkauf und Kauf von Immobilien
- Begleitung zu Besichtigungen & Notarterminen
- Betreuung von Vermietungen & Gästen
- Vertrauensvolle Beratung auf Deutsch, Englisch & Spanisch

Hausmeisterservice & Renovierungen

- Kleinreparaturen & Wartungsarbeiten
- Gartenpflege & Umbauten nach Absprache



INMOCLASICO Costa Blanca

Ihr Immobilienbüro



Wir suchen dringend für unsere Kunden
Immobilien im Raum von Pinar de Campoverde
bis Los Alcazares und Umgebung!

03191 Pilar de la Horadada, Alicante

Tel: +34/ 609 416 437

Whatsapp: +34/ 609 416 437

Email: info@inmoclasticocostablanca.com

Lösungen Kreuzworträtsel und Sudoku

■ H ■ ■ P ■ I ■ W ■ ■ ■ H S ■ ■ ■ E
 ■ A C T I O N ■ A B G R U E N D I G
 ■ H O ■ K ■ S C H I E B E N ■ I ■ M
 K A B B A L A ■ L O S ■ F ■ E R G O
 ■ H O R N I S T ■ T ■ S T A P E L N
 S A L U T ■ S ■ N I E T E ■ O ■ E T
 ■ ■ ■ T ■ R E U E N ■ I ■ A S T I ■
 ■ F R A G E N ■ N ■ F E E D ■ A C S
 B R E L ■ T ■ K A V A L I E R ■ H U
 ■ I P ■ D U K E ■ B S E ■ B ■ H E V
 ■ S O F O R T I G ■ E ■ T A G E N ■
 ■ E R Z E N ■ N ■ K L I R R ■ R ■ C
 M E T ■ S ■ G E T A N ■ I ■ G O L O
 ■ ■ ■ F I G U R ■ R ■ S P U E L E N
 ■ S T E G ■ M ■ W A D E ■ K I D ■ T
 ■ A ■ U ■ S P L I T T E N ■ S ■ F A
 I N F E K T ■ A S E ■ T ■ C H I L I
 ■ T A R N E N ■ E ■ S A M O A ■ O N
 Z O R N ■ R ■ A N G E L ■ M ■ A R E
 ■ ■ B ■ A N G S T ■ R ■ L E S B A R
 ■ W I L D E ■ S ■ M A T E R I A L ■
 T A G ■ E ■ L I M A ■ U M S ■ K ■ M
 ■ L ■ P R A S S E L N ■ U E B U N G
 ■ D E O ■ D D T ■ I M P R E S S U M

8	4	6	7	1	9	5	3	2
9	1	2	4	3	5	8	6	7
7	3	5	6	2	8	1	9	4
3	2	9	1	7	4	6	5	8
6	7	4	5	8	3	9	2	1
5	8	1	9	6	2	4	7	3
4	9	7	2	5	1	3	8	6
2	5	3	8	4	6	7	1	9
1	6	8	3	9	7	2	4	5

8	1	2	7	5	3	4	6	9
3	5	9	8	6	4	7	1	2
6	4	7	9	1	2	8	3	5
4	9	5	6	7	1	2	8	3
2	6	8	3	9	5	1	7	4
7	3	1	4	2	8	9	5	6
1	7	3	5	4	9	6	2	8
9	8	6	2	3	7	5	4	1
5	2	4	1	8	6	3	9	7

Harald Wengenmair

Asesor Inmobiliario

Tel: 609 41 64 37

Email: harald.wengenmair@iadespana.es



So kannst Du 500*€ verdienen!

**Du kennst jemanden,
der seine Immobilie
verkaufen möchte?**

Dann ruf uns an und verdiene Geld!

propertips
by iad

Der Frühling in Spanien – Erwachen zwischen Blütenmeeren und Festesfreude

Das Wunder der erwachenden Natur

Der Frühling ist in Spanien mehr als nur eine Jahreszeit – er ist ein alljährliches Naturschauspiel, das das Land in ein Meer aus Farben und Düften taucht. Während in Mitteleuropa oft noch winterliche Temperaturen herrschen, beginnt Spaniens Süden bereits im Februar zu erblühen. Der Frühling breitet sich von Süden nach Norden aus, wobei der Grundsatz gilt: je südlicher, desto wärmer und früher erwacht die Natur.



Andalusien gilt als die Region, in der der Frühling am frühesten Einzug hält. In keiner europäischen Großstadt beginnt diese Jahreszeit so früh wie in Sevilla, der andalusischen Hauptstadt. Bereits ab Ende Februar steigen die Temperaturen merklich, und die ersten Blüten zeigen sich. Doch das spektakulärste Schauspiel des andalusischen Frühlings ist die Mandelblüte in den Alpujarras, einem Vorgebirge der Sierra Nevada. Zwischen Januar und März verwandeln hunderte Mandelbäume die sanften Hänge in ein weiß-rosa Blütenmeer – und das mit Blick auf die schneebedeckten Gipfel der Sierra Nevada. Ein Kontrast von besonderer Schönheit.

Weniger bekannt, aber nicht weniger beeindruckend ist die Pfirsichblüte in der Region Murcia. Im Norden dieser Mittelmeerregion, im Ricote-Tal und rund um die Stadt Cieza, wird die Landschaft im März in ein rosa Farbenmeer getaucht. Millionen von Pfirsichbäumen stehen dann in voller Blüte – ein Erlebnis, das noch viele Besucher unentdeckt lässt.

Eines der berühmtesten Blütenereignisse Spaniens findet in der Extremadura statt: die Kirschblüte im Jerte-Tal. Zwischen Ende März und Mitte April erblühen hier mehr als anderthalb Millionen Kirschbäume und verwandeln das Tal in ein weißes Blütenmeer. Die umliegenden Dörfer wie Piornal, Navaconcejo oder El Torno feiern dieses Naturschauspiel mit zahlreichen Festen und Aktivitäten – ein Termin, den sich Naturliebhaber unbedingt vormerken sollten.

Ganz anders, aber nicht weniger reizvoll präsentiert sich der Frühling im Nordwesten Spaniens. Galicien zeigt sich von seiner sanften Seite, wenn die Kamelien blühen. Entlang der sogenannten „Ruta de la Camelia“ in den Rías Baixas können Besucher zwischen Dezember und April über 8.000 verschiedene Kamelien-Sorten bewundern. Die Blüten schmücken die Gärten prächtiger Herrenhäuser, der Pazos, die oft als Hotels oder Restaurants geöffnet sind. Der Pazo de Rubianes bei Cambados erhielt 2014 sogar die Auszeichnung „Kameliengarten von internationaler Exzellenz“.

Auch die Zentralspanien erwacht im Frühling zu neuem Leben. In Madrid verwandelt sich der Park Quinta de los Molinos zwischen Februar und März in ein beliebtes Fotomotiv, wenn hunderte Mandelbäume blühen – mitten in der Großstadt. In Kastilien-La Mancha wiederum locken die roten Klatschmohnfelder bei Toledo im April und Mai, während die Sierra de Gredos in Ávila sich Ende Mai in ein gelbes Blütenmeer aus Ginster verwandelt. Und wer Lavendel liebt, sollte sich das Lavendelfestival in Brihuega (Guadalajara) vormerken, auch

wenn die Hauptblüte hier erst Ende Juni beginnt.

Feste, Farben und Lebensfreude

Der Frühling ist in Spanien untrennbar mit Festen verbunden. Keine andere Jahreszeit zeigt das Land so traditionsverbunden, emotional und gleichzeitig ausgelassen wie die Monate zwischen März und Juni.

Den Auftakt bilden die Fallas von Valencia vom 1. bis 19. März. Dieses Fest, das zum immateriellen Weltkulturerbe gehört, ist ein Spektakel für alle Sinne. Ursprünglich ein Brauch valencianischer Zimmerleute, die am Vorabend des Josefstages ihre Holzgestelle für Öllampen verbrannten, haben sich die Fallas zu einem künstlerischen Ereignis entwickelt. Über 750 monumentale Figuren aus Pappmaché – oft satirische Darstellungen von Prominenten und Politikern – werden in der Stadt aufgestellt und in der Nacht des 19. März, der „Cremà“, fast alle wieder verbrannt. Begleitet wird das Fest von täglichen Mascletàs, einem ohrenbetäubenden pyrotechnischen Schauspiel auf dem Rathausplatz, nächtlichen Feuerwerken und der Blumengabe an die Schutzpatronin der Stadt. Ein Fest, das man mindestens einmal im Leben erlebt haben sollte.

Die Feria de Abril (Ende April/Anfang Mai) ist eines der berühmtesten Volksfeste Spaniens. Auf einem riesigen Festgelände werden rund tausend bunt geschmückte Zelte („Casetas“) aufgestellt. Die Sevillaner erscheinen in traditioneller andalusischer Tracht – die Frauen in weit schwingenden Flamencokleidern, die Männer als Reiter – und tanzen Sevillanas, trinken Fino-Sherry und Rebujito. Tagsüber ziehen Reiter und Kutschen durch das Festgelände, nachts erstrahlen tausende Lichter. Ein Fest, das andalusische Gastfreundschaft und Lebenslust pur zelebriert.

Ein Fest für die Sinne ganz anderer Art erwartet Besucher in Córdoba während der ersten Maihälfte. Dann öffnen die Bewohner der Altstadt ihre privaten Innenhöfe, die Patios, und verwandeln sie in ein einziges Blütenmeer. Mit prachtvollen Blumengestecken, farbenfrohen Kacheln, plätschernden Brunnen und duftenden Orangenbäumen entsteht eine märchenhafte Atmosphäre. Ein Wettbewerb kürt den schönsten Patio, und seit 2012 gehört dieses Fest zum UNESCO-Weltkulturerbe.

Reiseziele und Aktivitäten – Spaniens Frühling erleben

Elegant und traditionsbewusst zeigt sich die Feria del Caballo in Jerez de la Frontera im Mai. Hier dreht sich alles um die andalusische Reitkunst, edle Pferde und kunstvoll geschmückte Kutschen. Die berühmten Sherry-Bodegas laden zur Verkostung, und auch hier feiern die Menschen in traditionellen Trachten. Eine gute Gelegenheit, die Stadt zu besuchen, die für Flamenco, Sherry und Pferdezucht gleichermaßen bekannt ist.

Weitere Frühlingsfeste von besonderem Reiz sind die Romería del Rocío in der Provinz Huelva (Mai/Juni), eine der größten Pilgerfahrten Europas, sowie die Moros y Cristianos-Feste in vielen Städten der Levante, besonders in Alcoy (Alicante), wo Ende April historische Umzüge an die Kämpfe zwischen Mauren und Christen während der Reconquista erinnern.

Reiseziele und Aktivitäten – Spaniens Frühling erleben

Der Frühling ist die ideale Reisezeit für fast alle Regionen Spaniens. Die Temperaturen sind mild, die Sonnenscheindauer nimmt spürbar zu, und die Touristenströme halten sich noch in Grenzen. Ob Städtereise, Strandurlaub, Wanderungen oder Rundreisen – für jeden Geschmack gibt es das passende Ziel.

Städtereisen sind im Frühling ein besonderer Genuss. Die andalusischen Metropolen Sevilla, Granada und Córdoba zeigen sich von ihrer schönsten Seite: Die Temperaturen sind angenehm für ausgedehnte Stadtpaziergänge, und die Frühlingsfeste verleihen den Städten zusätzliches Flair. Sevilla lockt mit seiner riesigen Altstadt, der gotischen Kathedrale und dem Königspalast Alcázar. Granada begeistert mit der maurischen Festung Alhambra und dem arabischen Viertel Albaicín. Córdoba verzaubert mit seiner Mezquita, einer der außergewöhnlichsten Moscheen-Kathedralen der Welt.

Auch Madrid ist im Frühling eine Reise wert. Die Hauptstadt erwacht zu neuem Leben, der Retiro-Park lädt zu Spaziergängen ein, und die Museen – Prado, Reina Sofía, Thyssen-Bornemisza – sind bei milden Temperaturen ohne Sommerhitze ideal zu besuchen. Ein Abstecher ins nahe gelegene Toledo, die Stadt der drei Kulturen, oder nach Segovia mit seinem römischen Aquädukt bietet sich an – beide Städte gehören zum UNESCO-Weltkulturerbe.

Barcelona und die Costa Brava sind im Frühling noch nicht überlaufen. Die katalanische Hauptstadt lockt mit Gaudís Sagrada Família, Park Güell und der lebendigen Promenade Las Ramblas. An der Costa Brava lassen sich die malerischen Buchten und Fischerdörfer wie Cadaqués, Tossa de Mar oder Palafrugell in aller Ruhe entdecken – ein Genuss, der im Sommer viel schwieriger zu finden ist.

Wer Strand und Baden sucht, für den sind die Kanarischen Inseln die sicherste Wahl. Hier herrscht ganzjährig mildes Klima, die Inseln des ewigen Frühlings bieten auch im März und April bereits Badetemperaturen. Besonders die Südküsten der Inseln garantieren sonniges Wetter. Aber auch die Costa Blanca rund um Alicante oder die Costa de Almería mit dem Naturpark Cabo de Gata bieten im Frühling schon angenehme Temperaturen für

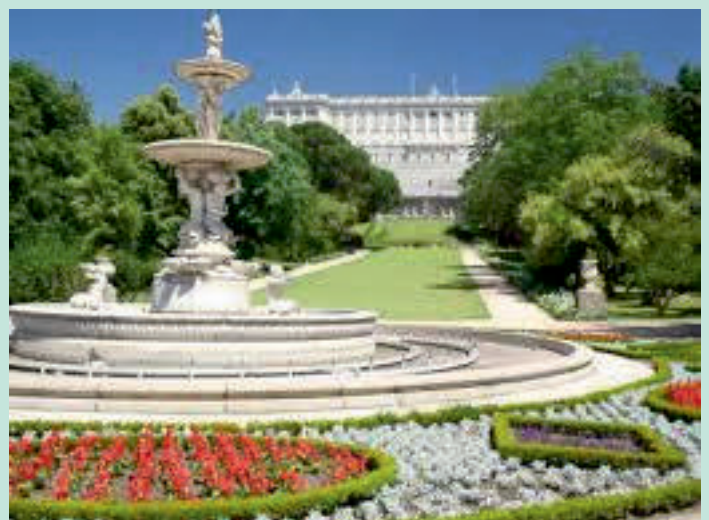
Strandspaziergänge und erste Badeversuche – die Wassertemperatur ist allerdings noch frisch.

Aktivurlauber kommen im Norden auf ihre Kosten. In den Pyrenäen beginnt im Frühling die ideale Zeit für Outdoor-Sportarten. Wandern, Mountainbiken, Rafting oder Kanufahren – die schmelzenden Schneemassen verwandeln die Flüsse in lohnende Ziele für Wildwasserfreunde. Orte wie Benasque, Jaca oder Vielha sind perfekte Ausgangspunkte. Auch Asturien und Kantabrien locken mit grünen Landschaften, ursprünglichen Dörfern und der berühmten Apfelblüte in der Region des Apfelweins.

Für Rundreisen ist der Frühling die beste Zeit. Besonders Andalusien lässt sich jetzt hervorragend mit dem Mietwagen erkunden: Von der Alhambra in Granada über die weißen Dörfer der Alpujarras, die Mezquita von Córdoba bis nach Sevilla und weiter an die Costa de la Luz – die Temperaturen sind ideal, und die Natur zeigt sich von ihrer schönsten Seite. Auch Kastilien und León mit seinen UNESCO-Welterbestätten wie Burgos, Salamanca und León oder die Extremadura mit ihrer unberührten Natur und historischen Städten wie Cáceres und Mérida sind im Frühling lohnende Ziele.

Ein wichtiger Hinweis für die Reiseplanung: Während der Semana Santa und der Feria de Abril sind die Hotels in den betroffenen Städten oft monatelang im Voraus ausgebucht, und die Preise steigen deutlich. Frühzeitige Buchung ist hier unbedingt ratsam. Doch wer diese Hektik scheut, findet in den weniger bekannten Frühlingszielen – dem Ricote-Tal in Murcia, den Alpujarras in Granada oder den Kameliengärten Galiciens – ebenso reizvolle Alternativen, oft noch fernab des Massentourismus.

Der Frühling in Spanien ist ein Fest für alle Sinne: Die Natur explodiert in einem Farbenrausch, die Städte pulsieren vor Lebensfreude, und überall begegnet man einer Gastfreundschaft und Herzlichkeit, die diese Jahreszeit zur vielleicht schönsten macht, das Land zu entdecken. Ob Blütenwanderung, Prozession, Stadtbummel oder Strandspaziergang – Spaniens Frühling lässt keine Wünsche offen.



Märkte in Spanien: Nicht nur Obst und Gemüse

Schnäppchen, Souvenirs und Sonnenbrillen



Wochenmärkte sind eine klassische Attraktion an der Costa Blanca, die Touristen und Einheimische als Treffpunkt nutzen.

Selbstverständlich sind hiesige Wochenmärkte ebenfalls ein Ort, der zum Bummeln und Einkaufen einlädt. Auf den quirligen und farbenfrohen Mercadillos entdecken Schnäppchenjäger alles, was das Herz begehrt: Ob Schuhe, Kleidung, Souvenirs, Spielsachen, Haushaltswaren, Obst, Gemüse oder andere Lebensmittel – hier wird jeder fündig! Tatsächlich sind die Wochenmärkte ein Volltreffer für Sparfüchse, da die Preise für die Waren verhältnismäßig niedrig sind.

Da die meisten Märkte bereits in den frühen Nachmittagsstunden schließen, ist es ratsam, die Vormittagszeit für den Einkaufsbummel zu wählen.

Wochenmärkte

Montag

Santa Pola
San Pedro del Pinatar

Dienstag

Benijofar
Los Alcazares
Orihuela

Mittwoch

Guardamar
San Miguel de Salinas
Torre de la Horadada

Donnerstag

Rojales
San Fulgencio
Urb. la Marina

Freitag

Orihuela
Pilar la Horadada
Torrevieja

Samstag

Almoradi
Orihuela Costa
San Fulgencio

Sonntag

Guardamar
Los Montesinos
(Campo de Guardamar)

Lustiges



MEYER'S

Deutscher Supermarkt



festkochende
Kartoffeln

Kohlrabi

Deutsche Lebensmittel
original, frisch, günstig

Mehr als
1200
verschiedene
Produkte.

JEDE WOCHE FRISCHE WARE AUS DEUTSCHLAND!

www.meyersdeutschersupermarkt.de

Aus unserem Sortiment:



Alpenhain
OBAZDA 125g
2,38 €



Pfälzer Leberwurst
200g
2,42 €



Viba Nougat Rolle
50g
1,29 €



Kosmetik-
Produkte
von
**Hildegard
Braukmann**



JT H-SCHMAND
24% 200g
1,29 €



GuG Edle Matjesfilet
250g
2,95 €



Mondamin Milchreis
2-3 Portionen
1,80 €

Frische Würste
Mettenden und Bockwürste



Biskin Pflanzen-
Creme 0,5l
3,40 €



ERDINGER Kristall
0,5l
1,44 €



JT Pflaumenmus
450g
2,44 €



San Javier

Avda. Pinatar n°22 Bajo B,
30730 San Javier (Murcia)
Tel: 868 166 525

Mo - Fr: 10:00 - 17:00 Uhr
Sa: 10:00 - 13:00 Uhr

Orihuela Costa

Calle Azafran 1, Playa Flamenca
03189 Orihuela Costa
Tel: 966 941 649

Mo - Fr: 09:30 - 18:00 Uhr
Sa: 10:00 - 13:00 Uhr





Unsere Dienstleistungen

- *Implantologie und Parodontologie*
- *Spezialisiert auf Zahnästhetik*
- *Kieferorthopädie und Endodontie*
- *Mund- und Kieferchirurgie*
- *Pädiatrische Zahnmedizin*



Montag – Freitag 9:00 – 17:00



Centro Comercial Costa Zenia
C/Malaquita, Bajo 4-5
03189 La Zenia, Orihuela Costa



626 503 690 – 966 730 122

