

MIÉRT SZERETJÜK
az ősz?

13. old.

MESTEREMBEREK

15. old.

MESTEREMBEREK

LOKÁCIÓ

HELYZETBE HOZZUK!

MEGJELENIK: Vecsésen,
Monoron és környékén

KERESSEN MINKET
AZ INTERNETEN IS!



www.lokacio.hu

2021. OKTÓBER



AZ ERŐSZAKMENTESSÉG világnapja

11. old.



RÉMES FINOMSÁGOK halloween- napra

14. old.

HIRDETÉS

VÍZ-, GÁZ-, FÜTÉSSZERELÉS
GÁZKÉSZÜLÉK-SZERELÉS – DUGULÁSELHÁRÍTÁS

Kaposvári Péter helyi vállalkozó

GÁZKÉSZÜLÉK-JAVÍTÁS,
-KARBANTARTÁS

BAXI



06-30/662-70-87 www.gazvizfutes.eu

JUHÁSZ SÍRKŐ JUHÁSZ-ÉPKŐ KFT.

Monorierdőn a 4-es főút mellett

Tel.: 06-20/957-8607 • 06-29/419-497

Web: sirko.109.hu

E-mail: juhaszsirko.monorierdo@gmail.com

- Gránit, márvány, mészkő, műkő egyedi sírkövek készítése (nem kínai)
- Betűvésés
- Gravír képek készítése
- Ablakpárkány, pultlap, kerítés fedkő
- Régi sírkövek pótlása, felújítása, tisztítása

Gránit
sírkövek



Szüretre is ajánljuk!

Birkahús
1980 Ft/kg

Nagyobb mennyiség
rendelését kérem, előre
jelezzem!

Suncity
fűszerkeverékek
bomba jó áron!

MONOR, PIAC TÉR mellett Bocskai u. 2.

H: zárva, K-P: 6-18, Szo: 6-13

Rendelés sms-ben: 06-30/549-5704

KÖVESSEN MINKET A FACEBOOKON!

fb: sarok-abc „kedvenc hentesem” monor-monorierdő

Reggelente Önt várja:
ízletes házi abált szalonna, rántott húsos
szendvics, sült császár és tarja!

Marhahúsos szalámi
marhabélben

2500
Ft/kg

Pulyka
alsócomb FILÉ

999
Ft/kg

Kacsaszír

599
Ft/kg

A készlet erejéig.

Bank- és SZÉP-kártya-elfogadó hely HATÓSÁGILAG BEVIZSGÁLT MAGYAR HÚSOK

SZÉPSÉGFORRÁS
STUDIO

1 ALKALOM
INGYENES
ALAKFORMÁLÓ KEZELÉS

www.szepsegeforrasstudio.hu

06706300285



TETŐFEDŐ

18 éve a lakosság
szolgálatában!



Árvai Richárd

Mindenféle tetők
készítése, javítása

Ácsszerkezet építése

Ereszcsatornák szerelése

Lapostetők szigetelése, javítása

INGYENES FELMÉRÉS,
kisebbségi javítások
azonnali kezdéssel!
GARANCIÁVAL!

06-30/475-2917

KERTÉPÍTÉS • KERTRENDEZÉS
FAKIVÁGÁS • GALLYAZÁS
FÜVESÍTÉS • ÖNTÖZŐRENDSZER
TELEPÍTÉSE ÉS JAVÍTÁSA

INGYENES MUNKAFELMÉRÉS
06-20/511-7557



kertrendezetek.hu

VILLAMOSSÁGI ÜZLET
PETŐFI-VILL
Izmán Bolt Villamossági Kft.

Nálunk az ár nem ráz!



Monoron és környékén
házhoz szállítás ingyen!
Bankkártyás terminál!

Nyitvatartás:
 H-P: 8-17.00,
 Szo: 8-13

VILLAMOSSÁGI SZAKÜZLET
 ET. GIMN. BULTYÓF



Monor,
Petőfi S. utca 26.
Tel.: 06-29/411-780

HŰTŐGÉPEK,
FAGYASZTÓK
JAVÍTÁSA

Helyszínen,
garanciával

Telefon:
06-30/960-8495,
06-70/426-3151

PINK OKTÓBER

Október nem csak a Halloween és az őszi szünet hónapja. A varázslatos tizedik hónap fontos időszak az emlőrák tudatosítására.

Miért október?

Az NBCAM-ot (National Breast Cancer Awareness Month) 1985-ben, októberben alapították, az American Cancer Society és az Imperial Chemical Industries gyógyszeripari részlege között. Az NBCAM célja, hogy felhívja a figyelmet a mellrák elleni küzdelem fontosságára világszerte. Csak Magyarországon minden tizedik nő szenved élete során emlőrákban, de az esetek 95%-ában a korai diagnózis után ez a betegség gyógyítható. Az Amerikai Rák Társaság, a Magyar Rákellenes Liga és minden olyan szervezet, amely

csatlakozott az NBCAM tudatossági és szenzibilizációs kezdeményezéséhez, segítő kezét nyújt a nőknek, hogy időben felismerjék a mellrák tüneteit, és megelőző tanácsokkal látják el a potenciális érintetteket.

Miért rózsaszín?

Az akció elején nem volt szimbólumuk. A rózsaszín szalag 1991-ben lett az alapítvány jelképévé, amikor egy nagyszabású new york-i alapítványi futáson valamennyi résztvevő ilyen szalagot vihetett haza emlékül. *Elenor Lauder*, az Estee Lauder igazgatója és a BCRF alapítvány alapítója vitte tovább,

hisz maga is a mellrák túlélője volt. 1992 októberében újabb különszámban már ugyanaz a rózsaszín szalag tűnt fel, mint az Estee Lauder kozmetikai pultjaiban értékesített termékeken és tájékoztató anyagokon. Az Estee Lauder Pink Ribbon jelzéssel ellátott termékek árusításával is támogatja a mellrák ellenes BCA kampányt. Az együttműködés révén egymillió nőhöz jutott el a rózsaszín szalag, mely ezzel egybeforrott a mellrák elleni küzdelemmel. Azóta a rózsaszín, az emlőrák elleni küzdelem attribútuma (különösen októberben), fokozatosan megjelenik. Ma rózsaszín sétákon, futásokon vehetünk részt, autómentes napot tarthatunk, de a ruhánk színének megválasztása egyben a legegyszerűbb módja annak, hogy megmutassuk, hogy kiállunk az ügy



mellett. A kezdeményezés mára elterjedt az egész világon, így a Fehér Ház rózsaszín kivilágítása mellett számtalan ország középületeit, ikonikus helyeit világítják meg így legalább néhány napra. Október folyamán minden NFL-játékos rózsaszín cipőt és kesztyűt visel.

Hogyan válhat ebből kampány?

Az eddig említett szervezetek mindegyike csak töredéke azoknak, akik világszerte

HIRDETÉS

ÁCS, TETŐFEDŐ, BÁDOGOS



- zsindelyezés
- széldecskázás
- szegőelemek cseréje
- beázások javítása
- ereszcsonna javítása, cseréje, takarítása
- tetőszerkezet teljes cseréje és fedése

Alpin-technikával.
Kedvező árak!

06-30/919-4694

SAKKÉPZETT MESTEREK

Bali Taxi

Monoron ez valóban a legolcsóbb!

70/3-595-595

HÍVJANAK BIZALOMMAL A HÉT BÁRMELY NAPJÁN!
 Állunk rendelkezésre Monor, Gomba, Bénye, Üllő, Péteri, Vasad, Csévharaszt. Gyömrő, Maglód, reptéri transzfer.
 Orvosi szakrendelő. Kórházi intézmény.

Fizetési lehetőség • Facebook-elérhetőség **Bali-Taxi Plusz**

Vecsésen, Monoron és környékén

AKÁR KÉPZÉssel!

TARGONCAVEZETŐT keresünk

3 műszakos 8 órás munkarendbe Gyálra. A targoncavezetői jogosítvány megszerzése után, amit finanszírozzunk, 1 éves hűség esetén az átlag bruttó bérek: **442 000 – 467 000 Ft.**

Ingyenes céges buszok:
Budapest, Cegléd, Ceglédbercel, Albertirsa, Nyáregyháza, Monor, Csévharaszt, Süllyasp, Pilis, Dánszentmiklós, Káva, Pánd, Gomba, Uri, Mende, Maglód, Üllő, Vecsés.

Érd: 06-70/779-4447



Monorierdő, Barátság utca 16.
(volt Csapágház helyén) *
*Google és Waze mobilalkalmazással:
„Deak Üzletház Monorierdő”

MEGNYITOTTUNK!

- **Barkács, hobby barkács áruk**
- **Minden, ami világítástechnika**
- **Elektronikai termékek**
- **Csapágy**
- **Kertészeti/permetezés**
- **Háztartási termékek**
- **Kisműszaki termékek**

Facebook: Deak Üzletház
Nyitva: H–P: 7.30–17.00, Szo: 8–12.00
Tel.: +36-70/537-3177
E-mail: deaktradekft@gmail.com

Minden hónapban AKCIÓ!



VÍZSZERELES, DUGULÁSELHÁRÍTÁS, CSATORNAELEPÍTÉS FÖLDMUNKÁVAL, KÖZMŰHÁLÓZAT KIÉPÍTÉSE FŰTÉS, RADIÁTOR, BOJLER, MOSDÓ, CSAPTELEP CSERÉJE, BESZERELÉSE



06-70/635-7804

http://vizetszererek.hu/

foglalkoznak a kérdéssel, akár kutatásban, akár mentális segítségben, akár megelőzésben vesznek részt. Ma legalább három szervezet dolgozik ezen a területen Magyarországon: a Magyar Rákellenes Liga, a Mellrák Szövetség és az Alapítvány a Mellrák Gyógyításáért, továbbá sok kis- és nagyvállalat is részt vesz a témában, és egyetlen közös céljuk van: megtanítani a nőket a megelőzésre és a korai felismerésre. Ezek a programok bizonyítják, hogy az éghajlati katasztrófa vagy a túlfogyasztás mellett az emlőrák is ugyanolyan problémát jelent, ha elhanyagolják.

Végezzünk önvizsgálatot!

Valóban fontos, hogy önvizsgálatot végezzünk az emlőrák diagnosztizálásában, amint azt a vezető szervezetek hangsúlyozzák. Ebből a célból havi vizsgálatot célszerű elvégezni. Ehhez segítség lehet az internet vagy a videók a Youtube-on, de sok infografika segíthet a

helyes technika elsajátításában. A Magyar Rákellenes Liga és sok más szervezet világszerte biztosít ilyen szórólapokat, infografikákat, hogy segítse az embereket a világ minden táján.

Összefoglaló

Magyarországon évente ötször-hatszor többet diagnosztizálnak emlőrákot, mint méhnyakrákot, de mindkettő megelőzhető rendszeres vizsgálattal és szűréssel. Az emlőrák a férfiakat is érintheti, ezért érdemes odafigyelni, ha bármilyen mellrákos tünetet mutatnak. Következésképpen a Pink október kezdeményezés nem csak a rózsaszínbe öltözött emberek mozgalma egy kis probléma miatt. Az akció mögött emberek, emberi életek és sorsok állnak egy olyan betegség ellen, amely korai felismeréssel gyógyítható.

Szerencsére sok civil szervezet várja a jelentkezőket különböző programjaira, így több lehetőségünk van az érintettek megsegítésére. **BEA**

ROSSMANN
Drágéria Parfüméria

Áruösszeállítót keresünk!

Főbb feladatok:

Áruösszeállító:

- bolti rendelések összeállítása rollkocsikba
- kézi terminállal, vagy hangvezérelt eszközökkel dolgozunk

Amit kínálunk:

- saját állományban foglalkoztatás
- ingyenes céges buszjárat, vagy saját bejárás esetén költségtérítési hozzájárulás
- minőségi munkaruha és -cipő
- hideg-meleg helyszíni büfé, jól felszerelt konyha
- két műszakos munkarend, heti váltásban hétfőtől-péntekig (5:45–14:00, 14:00–22:15)
- szabadságok rugalmas kezelése
- jó hangulatú csapat!

JUTTATÁSOK:

- elérhető jövedelem: bruttó 315.000–600.000 Ft között
- alap- és teljesítményarányos bérezés (felső korlát nélkül), ezen felül műszakpótlék
- jelenléti jutalom, SS jutalom
- vásárlási és szolgáltatási kedvezmények
- dolgozói kedvezmény
- levásárolható ROSSMANN-kártya
- év végi leltárprémium (eredménytől függően)

JELENTKEZÉS:

a raktar@rossmann.hu e-mail címre küldött önéletrajzzal, vagy a rossmann.hu karrier oldalon történő regisztrációval.

Dinamikusan fejlődő, 40 éves múltra visszatekintő családi vállalkozásunk bővülő csapatába

KERESÜNK ÚJ KOLLÉGÁKAT.



Nyitott pozíciókról érdeklődni lehet:
+36-29/351-350

www.soosteszta.hu

Szerezze be most tűzifáját!

Számlával garantált mennyiség! Kiszállítással

ŐSZI TŰZIFAVÁSÁR



EUTR szám: AA5856576

Tel.: 06-20/511-7557, 06-29/343-689

Konyhakészre hasított
AKÁC

3 400 Ft/q

Konyhakészre hasított
TÖLGY, BÜKK

3 200 Ft/q

Erdei m³-ben is kapható.
A némediszőlői telephelyen hitelesített hídmérleggel ellenőrizheti a megvásárolt mennyiséget!

INGYENES KISZÁLLÍTÁSSAL!

5+1 ok a **FESTÉSZET MELLETT**

Kelly Lambert pszichológus és idegtudós egyik érdekes tanulmánya arra világít rá, hogy a festés valójában enyhítheti a depressziót és a szorongást azáltal, hogy stimulálja az agy depressziós részeit. Más pszichológusok a teljes koncentráció tapasztalatait, amelyeket a festés során kapunk, olyan tudatossági gyakorlatokhoz hasonlítják, mint a meditáció és a jóga.

1. A festészet fejleszti a kreativitást

Ez elég nyilvánvalónak tűnhet, de ami nem nyilvánvaló, hogy a festés az agy jobb és bal oldalát egyaránt stimulálja.

A festészetben az agy bal oldalát használjuk a racionális, logikus kihívások leküzdésére – például a festmény felépítésére –, míg az agy bal oldalát kreatívabb kihívásokhoz használjuk, segítve a festőt, hogy még azelőtt elképzelhesse munkáját mielőtt felállítja a festőállványt.

Még kezdőként is érdemes belevágni, hisz a festés erősíti az elmét, amikor új technikáinkat

és új készségeket sajátítunk el vagy próbálunk ki! A festés teljes agyi gyakorlat, erősíti

az elmét és dopaminaktivitást vált ki az agyban. Tehát a kreatív szellem elkényeztetésével

töltött idő alapvetően aerobik az agy számára!



2. A festészet támogatja az érzelmi jólétet

Azt mondják, egy kép többet mond el ezer szónál, a festés pedig óriási katartikus élmény lehet, lehetővé téve, hogy hozzáférjünk a tudatalatti mélyén eltemetett érzésekhez.

A festészet is segíthet kezelni ezeket az érzéseket azáltal, hogy fizikai formát ad nekik, és megszünteti az érzelmek elrejtésével járó kénokat. Ezért a

HIRDETÉS

ÜVEGES és képergetező

Ivánszki Zoltán
Monor, Katona J. u. 37.
www.kego.hu

Indulás előtt hívjon!
06-30/214-7167,
06-29/415-874



Törött üvegét javíttassa nálunk!

Biztosítók által elfogadott számlát adunk.
Hőszigetelt üvegek.

Megrendelőinket telefonon előre egyeztetett időpontban várjuk a várakozás elkerülése érdekében.

Rendelésfelvétel telefonon is!

Eladó ingatlanokat keresünk **meglévő készpénzes ügyfeleink részére**

1% jutaléktól!

a Dél-Pest megyei és Budapesten, a Dél-pesti régióban

Kossuth téri Piac Üzletház • Bp., 1191 Kossuth tér 1. l. em.



ingatlan
PIACI.com
KÖZVETÍTŐ IRODA

Tel.: 06-70-935-5181

Ha számít az ár, az ingatlanpiaci vár!



Fensterm *Nyílászárók*

Nyílászárók raktárkészletről!

Egyedi méretre gyártás

Ingyenes helyszíni felmérés, minőségi beépítés

Monor, Kossuth Lajos út 110.
Tel./Fax: 29/417-333 Mobil: 70/633-6201
www.nyilaszarok-monor.hu

Gyömrő, Szent István út 21.
Tel./Fax: 29/334-333 Mobil: 70/633-6063
monor@nyilaszarok-monor.hu

Vecsésen, Monoron és környékén

pszichológusok gyakran írnak elő művészeti terápiát azoknak a betegeknek, akik pszichológiai traumát szenvedtek el, hiszen segít felszabadítani az érzelmeiket egy biztonságos, nem fenyegető környezetben.

Ha a művészet segítségével megtanuljuk jobban kifejezni érzelmeinket, a festészet öngondoskodás lehet, amely támogatja érzelmi jólétünket.

3. Fejlesztí a problémamegoldó képességet

Bár mindent megteszünk, néha festményeink ritkán sikerülnek úgy, ahogy eredetileg terveztük! A fényben bekövetkező változások, a paletta korlátai, valamint a tapasztalat és technika hiánya azt jelenti, hogy néha nem úgy fog megvalósulni, ahogy vártuk.

Bár ez frusztráló és csalódást okozhat, kiderül, hogy ez valójában jó lehet! A váratlan eredményeknek van előnye is. A kezdők meglehetősen gyorsan megtanulják kezelni a csalódást,

és idővel (gyakran ismételt hibák miatt) rájönnek, hogy amikor az egyik ajtó bezárul, a másik kinyílik. Gyorsan megtanulnak alkalmazkodni és kreatív megoldásokat találni a festmény által felvetett problémákra.

A kreatív problémamegoldó készségek hihetetlenül hasznosak a mindennapi életben, és azt jelentik, hogy nagyobb valószínűséggel tudunk gyorsan megoldást találni, ha probléma merül fel.

4. Javítja a memóriát és a koncentrációt

Az agy lényegében dolgozik, amikor festünk, ami azt jelenti, hogy a festés javítja a memóriafunkciót és élesíti az elmét. Azoknál az embereknél, akik rendszeresen gyakorolnak kreatív tevékenységeket, mint például a festészet, kisebb eséllyel alakul ki az Alzheimer-kór és a demencia. Tehát nemcsak a festés, mint hobbi okoz örömet, hanem gondoskodik az egészségünkéről és megőrzi az agyi funkcióinkat a jövőre nézve.

5. A festéssel töltött idő enyhíti a stresszt

A festők alkotásuk során belépnek a saját világukba, és ez lehetővé teszi számukra – bár öntudatlanul –, hogy elkülönüljenek a mindennapi élet feszültségeitől. Nincs jelző, nincs irodapolitika, csak szín és árnyék, és „hogy a fenébe tegyek igazságot azokkal a hihetetlen pipacsokkal és a terrakotta háztetővel?”.

A festészet lehetővé teszi számunkra, hogy elkerüljük a napi küzdelmeinket, és felemel bennünket. Ha festményünkre összpontosítunk, elérjük azt, amit Arthur Danto művészettudományi kritikus és filozófus „a közhely átváltozásának” nevez, amikor festményünket olyan érzelmek árasztják el, amelyek jóval meghaladják szó szerinti értéküket.

+1. A tudatosság gyakorlása festéssel

A művészet gyógyító cselekedet lehet, balzsam a léleknek és az elmének. Vannak olyan esetek is, amikor a művészet segített a



fizikai rehabilitációban is. Például Renoir és Gauguin a művészek két híres példája, akik a festészet transzcendentális boldogságán keresztül képesek voltak megmozgatni a sorvadtt kezeket, és figyelemre méltó gyógyulást tapasztaltak.

Mint kiderült, a festés nem csak általában élvezetes tevékenység, hanem hihetetlenül jó a lelki egészségének és jólétének is! A pszichológiai előnyök megdöbbentőek, bár lehet, hogy észre sem vesszük őket, miközben saját remekművünkkel foglalatalkodunk. Tehát most itt az ideje, hogy előássuk a vázlatfüzetet és az ecseteket, és élvezzük a kreativitást!

V.Bea

HIDETÉS

Új SsangYong Korando Style + már 3,99% THM-től, fix kamatozással!

Magas felszereltség, alacsony THM!
Használja ki kedvező finanszírozási ajánlatunkat és legyen Ön egy új SsangYong Korando Style + felszereltségű crossover még ebben az évben.

- A konstrukció legfőbb részletei:
- Érintett típusok:
Új SsangYong Korando
 - THM: FIX 3,99%
(CASCO biztosítás megléte esetén)
 - Finanszírozási konstrukció:
Zárt- és nyíltvégű pénzügyi lízing
 - Futamidő: 24–60 hónap
 - Minimum önerő: 35%
 - Devizanem: HUF
 - Kamatozás: Fix
 - Minimum finanszírozott összeg:
1 000 000 HUF

LEGYEN Korando TULAJDONOS MÉG 2021-BEN!



SSANGYONG
Made in Korea



Induló ár:
6 299 000 Ft

Használtautó-beszámítás

5 SSANGYONG
ÉV garancia

Vegyes üzemanyag-fogyasztás:
5,91–8,61 l/100 km,
felszereltségtől függően.

Károsanyag-kibocsátási szint:
Euro 6d temp.

CO₂ kibocsátás (vegyes): 155–197 g/km.

Finanszírozási feltételek: FIX 3,99% THM: Az akciós finanszírozás 2021. augusztus 4-től visszavonásig érvényes új SsangYong Korando gépjármű esetén. Finanszírozási feltételek: kamat mértéke: 3,87%, kamat típusa: rögzített, devizanem: forint, önerő: minimum 35%, futamidő: 24–60 hó, finanszírozott összeg: 1 000 000 Ft–5 500 000 Ft, konstrukció: zárt- és nyíltvégű pénzügyi lízing. Reprezentatív példa: finanszírozás összege: 3 000 000 Ft, önerő: 2 999 000 Ft, futamidő: 60 hónap, THM: 3,99%, kamat összege: 310 911 Ft, fizetendő teljes összeg a futamidő alatt: 3 310 911 Ft, havidíj: 55 182 Ft. A THM meghatározása az aktuális feltételek, illetve a hatályos jogszabályok figyelembevételével történt, mértéke a feltételek változása esetén módosulhat. A finanszírozást az UniCredit Leasing Hungary Zrt. nyújtja. A Finanszírozó a lízingszerződés futamidejére teljes körű CASCO biztosítás fenntartását írja elő. A Finanszírozó egyedi hitelbírálatot végez, a jóváhagyott végleges feltételeket, amelyek elérhetnek a jelen hirdetésben feltüntetett feltételektől, az egyedi szerződés tartalmazza. A Finanszírozó mindenkor hatályos Üzletszabályzata, Általános Szerződési Feltételei és Hirdetménye elérhetőek a www.unicreditleasing.hu honlapon. A jelen hirdetésben közzétett adatok nem teljes körűek, és nem minősülnek szerződéskötési ajánlatnak. A részletekért keresse fel hivatalos Márkakereskedőjét, aki közvetítőként a Finanszírozó képviselőjében jár el.

SsangYong Délpest

1194 Budapest, Hofherr Albert u. 38/D • www.ssangyongdelpest.hu
ertekekesites@ssangyongdelpest.hu • +36 1 280 1533, +36 20 318 3760

A képen látható autó
illusztráció.

VIGYEN FÉNYT a mindennapokba!

A gyertyák már nagyon régóta részei az ember életének. Az ókorban főként világításra használták, míg napjainkban a hétköznapi díszek, az ünnepek szimbólumai a kedves, színes kis fényhozók. Most, hogy beköszöntött a hűvösebb idő és egyre rövidülnek a napok, szívesen gyújtunk esténként gyertyát otthonunkban, ezzel is becsempészve egy kis meghittséget, melegséget. Hamarosan elérkezik az advent és a karácsony ideje, melyek elképzelhetetlenek gyertyák fénye nélkül.

Egy picinyke családi vállalkozás úgy döntött, hogy a

családfő, *Komsa Attila* gyertyaöntésben szerzett több, mint tízéves tapasztalatát felhasználva létrehozta egy webáruházat, ahol mindenki kedvére válogathat a különféle csodaszép gyertyák sokaságából. Teték mindezt azért is, hogy két gyermeküknek biztosítani tudják a jövőt, titkon bízva abban, hogy ha felnőnek tovább viszik ezt a kedves mesterséget, ami nemcsak mindennapi munka, de egy igazán kreatív hobbi is. Elsősorban anyagában színezett gyertyákat készítenek műhelyükben, különböző formákban és színekben. Az adventi időszak közeledtével a hangsúly



www.gyertyaraktar.hu

Személyes átvétellel is.
2225 Üllő, Nefelejcs u. 5.

Adventi gyertyák

Nemzeti gyertyák

Anyagában színezett gyertya

Illatos gyertyák

Esküvői gyertyák



Minden további információ megtalálható a weboldalunkon.

most az adventi gyertyák gyártásán van, jelenleg 22 szín közül tudnak választani a vásárlók. Az év bármely ünnepén meghitt hangulatot teremthetünk néhány gyertyával, legyen az születésnap, esküvő vagy akár egy romantikus vacsora, de találunk itt gyertyát a hét csakra színeiben is. A webáruházban más termékeket is forgalmaznak,

amelyek nem mind saját gyártásúak, de fellelhetünk itt illatos gyertyákat, díszgyertyákat és mécseseket is.

Innen mindenki fényt vihet otthonába, és bárki találhat ízlésének megfelelőt.

Ki sem kell mozdulnia, csak látogasson el a webáruházba otthonából:

<https://gyertyaraktar.hu/> (x)

Tökös mákos rétes

HOZZÁVALÓK

- 50 dkg gyalult tök
- só
- 20 dkg kristálycukor
- 10 dkg tejföl
- 1 db tojás
- 15 dkg darált mák
- 0,5 tk vaníliás cukor
- 0,5 db citrom
- 5 dkg mazsola
- 1 csomag konyhakész réteslap
- 0,5 dl olaj + a tepsizhez
- porcukor a szóráshoz

ELKÉSZÍTÉS

1. A megtisztított tököket félbe vágjuk, eltávolítjuk a magjait, majd a húsát

legyaluljuk, és összekeverjük 1 csipet sóval és 5 dkg cukorral. 15 percig pihentetjük, azután ki nyomkodjuk belőle a felesleges nedvességet.

2. Kikeverjük a cukrot a tojással. A darált mákot összeforgatjuk a megmaradt kristály- és a vaníliás cukorral, a citrom lereszelt héjával, a tökkel, a tojásos cukor felével, továbbá a megmosott, lecsepegtetett mazsolával.

3. 3-4 db réteslapot meglocsolunk az olaj felével, és egymásra helyezük őket. A tésztát óvatosan egy tiszta konyharuhára tesszük, és az egyik hosszabbik oldalára halmozuk a tököstöltelék 1/2-ét, majd a textília segítségével szorosan feltekerjük. Ugyan így készítünk még egy rétest a megmaradt alapanyagokból.

4. A süteményeket egy kiva-jazott tepsibe rakjuk, megkenjük a tetejüket a maradék tojásos cukorral, és 30 perc alatt aranyszínűre sütjük őket a 150 fokra előmelegített sütőben. Felszeletelve, egy kevés porcukorral meghintve tálaljuk.



Sütőtöktorta finom fűszerekkel

HOZZÁVALÓK

- 40 dkg sütőtök
- 1,7 dl olaj + a formához
- 25 dkg nádcukor
- 2 db tojás
- 17 dkg liszt
- 0,75 tk szódabikarbóna
- 1 tk őrölt gyömbér
- 0,5 tk őrölt fahéj
- 0,5 tk őrölt szegfűszeg
- 20 dkg krémsajt
- 40 dkg tej-karamella-öntet
- 6 dkg kandírozott gyömbér

ELKÉSZÍTÉS

1. Egy lábosba tesszük a megtisztított, felkockázott sütőtököket és 4 ek vizet. Kis lángon, lefedve puhára pároljuk, majd leszűrjük. Botmixerrel pürésítjük, hozzáadjuk az olajat, a cukrot és a tojásokat, majd az egészet habosra keverjük.

2. Óvatos mozdulatokkal összecsodolgozzuk a liszttel, a szódabikarbónával és a fűszerekkel. A tésztamasszát kioldozott tortaformába simítjuk, és 180 fokra sütőben 50 percig



sütjük. Túpróbával ellenőrizzük, hogy elkészült-e a sütemény.

3. A formában pihentetjük 5 percig, majd késsel körbevágjuk és a rácsra borítjuk. Hagyjuk teljesen kihűlni.

4. A krémsajtot és 4 ek karamellszószt habosra keverünk, bevonjuk vele a torta tetejét, majd meghintjük a felaprított, kandírozott gyömbérrel. Kis lábosban megmelegítjük a megmaradt karamellszószt, majd kis csuporba öntjük, és a sütemény mellé kínáljuk.

A titokzatos KUNDALINI

A kundalini szunnyadó szellemi energia, gyakran úgy írják le, mint egy kígyót, amely a gerinc tövében van feltekeredve. Ez a kígyó őrzi a susumna, a központi energiacsatorna bejáratát, és megakadályozza, hogy a pránaenergia bejusson és felmenjen a gerinc közepén a hét csakrán keresztül.

A kundalinit a Shakti kozmikus női szellemének individualizált formájának tekintik. Az ellenkező pólus és pár Shakti Shiva, aki a koronacsakrában lakik. A jógának két fő útja van a megvilágosodás eléréséhez. A klasszikus út az elme és a prána ingadozásának leállítása a belső fókusz, koncentráció és meditáció révén. A tantrikus út a kígyó felgöngyölítése, kundalini elengedése, hogy mind a hét csakrán keresztül felemelkedjen a susumna csatornán, hogy egyesítse Shaktit Shivával.



A kundalini aktiválása a boldogság végső állapotát hozza létre. De megfelelő előkészítés nélkül a kundalini elengedése katasztrófához vezethet. Egy ilyen erőteljes energiaforrás felszabadulása a test kényes rendszereibe fájdalmat okozhat, és ritka esetekben elmebajhoz és halálhoz vezethet. Mielőtt a kundalini aktiválódik és felfelé szabadul fel, a testet és az elmét hatha jóga gyakorlatokkal kell előkészíteni, meghatározott sorrendben. Először is az energiacsatornákat (nadik) és a fizikai testet meg kell erősíteni és tisztítani a pránájama, a meditáció és a jógatesttartás (ászanák) révén). Másodsor, mind a hét csakrát lassan fel kell ébreszteni meditációval, jógatesttartással és mudrával. Miután a test és a nadik megtisztultak, a csakrák nyitva vannak, uraljuk a lélegzetest és a pránát, csak akkor lehet biztonságosan felébreszteni a kundalinit. A kundalinit sok jóga-



technikával lehet felébreszteni: mantra, tapas, meditáció, pránájama, mudra, shaktipat és önátadás.

Amint a kundalini aktiválódik, a jögi élete teljesen megváltozik. Azonban nem kell ezt az utat követnie egészen a végsőig. A test és a lélek megtisztítása, az energiautak megtisztítása és a csakrák aktivizálása elősegíti a tudatot, az egyensúlyt, a jólétet és a belső békét.

Vladár B.

Magó tűzép

Monorierdő, 4-es főút 43-as km
06-29/416-858, 06-30/974-1744
EUTR: AA5845901

Tűzifa, biobrikett, német brikett, lengyel szén!

Koromtalanító, alággyújtós kapható!

30 N+F téglá kedvező áron

Nádszövetek, betontermékek, betonacélok, ragasztók, Kingstone-vakolatok, Beton Epag térkövek

Ne bízva másra az anyagbeszerzést! Százazreket spórolhat, ha saját maga szerzi be építőanyagát!

Építőanyagok gyári ár alatt!

CSOMAGOLÁS GYÁLON!

3 műszakos munkarend, szombati túllórával **akár nettó 310 000 Ft.** Céges buszjárat több településről is biztosítva!

Jelentkezni:

06-30/119-1494

-AP Group

MEMOBIKE
KERÉKPÁR SZAKÜZLET
Monor, Bajcsy-Zs. u. 6.
Ajtai irodaház udvara.

Minőségi kerékpárok

osepel **CEPIDA**

A strázshegyi tekerő hivatalos támogatója.

Nyitva: H: 13-17, K-P: 9-17, Szo: 8-13, V: Zárva
Telefon: 29/414-499
E-mail: memobike2011@gmail.com

HIRDETÉS

KÖZTÜNK A HELYED, DOLGOZZ NÁLUNK CSÉVHARASZTON!

A BFB plus Kft. egy gyorsan növekvő, belga tulajdonban lévő, prémium kisállateledel-gyártással és forgalmazással foglalkozó vállalatcsoport tagja, melynek Csévharasztban működő telephelyére keressük csapatunk új tagjait az alábbi munkakörökbe.

Gépbeállító

(több üzemegységünkbe, több műszak vállalásával)

Karbantartó

Géplakatos, villanyszerelő VAGY mechanikai műszerész végzettséggel, többműszakos munkarendbe)

Targoncavezető

(több üzemegységünkbe, több műszak vállalásával, érvényes targoncavezetői engedéllyel)

Üzemi operátor (betanított munkás)
(többműszakos munkarendbe, több üzemünkbe is)

- **Kiemelkedő fizetés + pótlékok**
- **Biztos, hosszú távú munkalehetőség**
- **Ajánló és egészségmegőrző bónusz**
- **Bejárástámogatás: 15 Ft/km**
- **Összetartó csapat, támogató vezetők**

Gyere hozzánk CSÉVHARASZTRA DOLGOZNI!

BFB
plus



JELENTKEZZ:

+36-30/792-1319

Csévharaszt, Nyáregyházi út 51.
hr@bfbplus.hu

Hogyan válasszunk alapozót?

/Második rész/



Előző lapszámunkban megtudhattuk, hogy mely korosztályhoz milyen alapozó illik, valamint, hogy mire jó a primer. Most választ kapunk Ilkó Zsófiától arra, hogyan tudjuk kiválasztani az alapozó színét.



– Nagyon sokan nem tudjuk eldönteni, hogy a saját bőrtónusunk rózsaszín, sárgás vagy éppen neutrál. Úgy a legegyszerűbb alapozót választani, ha mindezt ki tudjuk próbálni. Érdemes olyan üzletben vásárolni, ahol kapunk termékmintát a különféle színekből, így otthon ezt természetes fényenél fel tudjuk kenni az arcra és el tudjuk dönteni, melyik számunkra a megfelelő.

Hogyan tudjuk eldönteni, melyik szín az ami jól áll a

bőrünkön, illetve milyen technikával érdemes ezt kipróbálni?

– A kiválasztott alapozókat a következő technikával érdemes felvinni: ujjunkkal az arcunk szélétől húzzunk egy csíkot az arc oldalától egészen a nyakunkig. A megfelelő alapozó az lesz, melynek színe a nyak színével egybeolvad. Soha ne kézfejen, csuklón vagy homlokon végezzünk színpróbát, mert csalódás fog érni, amikor ez alapján feltesszük az egész arcra, hiszen egészen nagy eltérések mutatkozhatnak

a nyak színéhez képest. Azért fontos az arcon egészen a nyakig húzni ezt a próba csíkot, mert az arc teljesen más színekpet mutat a környezeti hatásoknak köszönhetően. Elsőre talán picit furcsának tűnhet az így kiválasztott szín, de mindenki látott már olyan sminket, ahol a rossz színválasztás miatt az arc árnyalata elkülönül a nyaktól ezáltal maszk hatása lesz sminkünknek. Nem kell megijedni, ha felkenve a kiválasztott alapozó picit világosabbnak tűnik, hisz erre még

HIRDETÉS



Skandináv tulajdonú,
épületvasalati elemeket
gyártó cég keres pilisi
telephelyére betanított,
**ÖSSZESZERELŐ
MUNKAKÖRBE,**
könnyű fizikai munkára
munkatársakat.

Hosszú távú, biztos munkahely,
ahol a kezdő bér bruttó 255 000 Ft,
negyedéves termelési bónusz
már a próbaidő alatt is!

Önéletrajzokat
kérjük a következő e-mail-címre:
krisztina.almasi@peikko.com

Szerelvény – Sarok

**Zalakerámia
csempék, járólapok.
Fürdőszobabútorok.**

Kazánok, cirkók,
radiátorok,
acél-, műanyag- és
rézcsövek.
Minden ami a víz-, gáz-,
fűtőszerszereléshez kell.

**Fürdőszobát féláron!
Az otthonfelújítási támogatással
akár 50%-ot is spórolhat!**

**Monor,
Ady Endre út 22/A**

Telefon: 06-29/996-659
Nyitva: H–P: 8–17, Szo: 8–12

ÉPÍTKEZIK? TEREPRENDEZ?

Konténerrendelés,
gépi földmunka,
alapásás, árokásás,
tereprendezés.

Fü-Gi Trió Kft.
Tel.: 06-30/202-6736

Rövid határidő, igényes kivitelezés.



Vecsésen, Monoron és környékén

felkerül a pirosító, a bronzosító és a smink többi része, tehát a legszebb hatás így érhető el, ha a nyak színéhez választjuk az árnyalatot. Az a legrosszabb megoldás, ha valaki azért vásárol sötétebb alapozót, hogy barnábbnak tűnjön, mert nem mutat szépen.

– Mit használjunk a szem alatti karikák eltüntetésére?

– A korrektor a megfelelő szem alatti karikákra, illetve



kisebb szépséghibák, pattanások eltüntetésére. 30 éves kor felett, amikor már elkezdődnek a szarkalábak, mindenképp szemránckrémmel kezdünk, ebben a korban már az alapozót semmiképp ne vigyük a szem alá, mert az apró ráncokba beül és igénytelen hatást eredményez. Ilyenkor már bőven elég csak a korrektor felvitele a szem környékére, de felmerülhet a kérdés, hogy milyen anyag nem ül be a ráncokba? Az a szomorú hírem van, hogy nincs ilyen. A jó hír, hogy tehetünk azért, hogy ez kevésbé legyen feltűnő, vagy észrevehető. Itt is ugyanúgy él a szabály, hogy a fiatalabb bőrön lehet magasabb fedésű korrektort használni, még az érettebb bőrre egy vízesebb állagút érdemes használni.

– Hogyan válasszuk ki a korrektor színét?

– A korrektor minimum egy, maximum két árnyalattal legyen világosabb, mint az alapozó, tehát figyelni kell arra, hogy ne legyen túl világos. Létezik sárgásabb és rózsaszínesebb tónusú,

véleményem szerint a rózsaszín tónustól sokkal üdőbbé válik a tekintet. Akiknek a szeme alatt barnás elszíneződés látható, nekik a narancsos árnyalatú korrektort ajánlom. Ezt a színekorrekciós elméletet használjuk akkor is, ha piros elszíneződés található az arcon. Az alapozó előtt a piros pattanásra zöld korrektor teszünk, ezen a területen óvatosan, tapogató mozdulattal visszük fel az alapozót. Majd az arc területén az arc színnek megfelelő korrektorral is lefedjük. Az arc területén az alapozóval megegyező színű korrektort használunk.

– Pár szóban beszélj nekünk kérések az arckontúrozás szabályairól!

– Fiatal bőrön bátran lehet krémes és por állagú pirosítót, bronzosítót használni, még az érettebb bőrre már csak a krémes állagúakat javaslom, mert sokkal természetesebbnek hat. A kontúrozást igazából a gyakorlatban lehet megtanulni, megmutatni, mert az arcformához igazodik és hát minden arc más és más kontúrt igényel.



– Mik az utolsó lépések az alapozásnál?

– Ha mindennel elkészültünk, akkor ezt az egészet érdemes egy transzparens púderrel lefedni, ami átlátszó és nem módosítja a felvitt színeket, csak mindezt fixálja és tartósabbá teszi. Majd, ha elkészült a teljes smink, akkor érdemes sminkfixálót használni, amit az arcra permetezünk, ami azért praktikus, mert picit elveszi a púderes hatását az arcnak és a sminket pedig tartósítja.

Azt hiszem megint rengeteg dolgot tanultunk tőled a sminkelés terén. Köszönjük szépen!

HIRDETÉS

Vecsési nagyzüemi konyha
HENTEST, SZAKÁCSOT,
és KONYHAI KISEGÍTŐ
munkatársat keres
kiemelt bérezéssel.

cityfood

Érdeklődjön céges
buszjáratunkról!

Jelentkezni lehet
a 06-20/77-111-53
telefonszámon.



SZUPERFINOM gyógynövények

Bár sokszor az ízük is kellemes, a szuperfinom fogalma a gyógynövények kapcsán egészen mást jelent. Olyan púderfinomságú, 100 mikrométernél kisebb szemcseméretű port, amelynek számos előnyös élettani hatása van bármely más gyógynövénykészítményhez képest.

Szuperfinom porokat azért készítenek gyógynövényekből, hogy átszakítsák a sejtfalakat. A sejtfal ugyanis egy erős, jórészt cellulózból, pektinből álló természetes szűrő, amelyen a nagyobb hatóanyag-molekulák nem tudnak áthaladni.

Nagyobb biológiai hozzáférhetőség és aktivitás

A szuperfinom gyógynövényporok antibakteriális hatása nyolcszorosára, míg a benne lévő kioldható szilárd anyagok mennyisége a kétszeresére növekszik. A gyógynövény-hatóanyagok közel 100 százaléka hasznosul, szemben a kivonatok 60-70 százalékos arányával.

Jobb oldhatóság

Kiváló lesz az oldódásuk és eloszlásuk vízben vagy bármely más folyadékban. A kísérletek szerint a szuperfinom porból 40 Celsius fokon is több hatóanyag oldódik ki, mint a durvább porból 100 Celsius fokon. Mindemellett a szuperfinom porok akár négyszer nagyobb mennyiségben tartalmaznak előnyös élettani hatású vízoldható rostot.



Magasabb flavonoid- és polifenoltartalom

A szuperfinom gyógynövényporokban lévő szemcsék felülete hatalmas a tömegükhöz képest. Egy gramm szuperfinom gyógynövénypor összes felülete meghaladja az egy négyzetmétert. Ennek következményeként hatóanyagok sokkal gyorsabban és nagyobb mennyiségben szabadulnak fel, mint tealevélből vagy durván porított növényi részekből. Drasztikusan növekszik a hasznosítható flavonoid- és polifenoltartalom is.

Erősebb antioxidáns hatás

A kutatások szerint a szuperfinom por antioxidáns hatása akár háromszor nagyobb lehetett, mint a durvább poroké, és több mint tízszer nagyobb, mint a hagyományos gyógynövényteaé. Az antioxidánsoknak fontos szerepe van a szervezetben keletkező sejtkárosító szabad gyökök semlegesítésében, a szervezet egészségének megőrzésében. A kutatások jelentős szerepet tulajdonítanak az antioxidáns anyagoknak a daganatos betegségek, az immunrendszerrel kapcsolatos elváltozások, az epeköbetegség és a gyulladásos bélbetegségek megelőzésében.

100% hatóanyagtartalom

A kivonatokkal szemben a szuperfinom porok a gyógynövények valamennyi értékes hatóanyagát tartalmazzák, legyenek

azok akár vízben, akár zsíros közegben oldódóak.

Sokoldalú felhasználás

A szuperfinom porok oldódóképessége az instant kakaópорокéhoz hasonló, ennek köszönhetően csapmeleg (40-60 °C-fokos) vízbe keverve is könnyen készíthetünk belőlük teát. A szuperfinom porból készült teák ugyanakkor különböznek a hagyományos gyógynövényteaiktól, azoknál sokkal sűrűbbek, mivel a vízben nem oldódó anyagokat is tartalmaznak (olajos hatóanyagokat, rostokat), így inkább a kakaóra vagy a kávéra emlékeztetnek.

A szuperfinom porok nemcsak vízben, de bármilyen folyékony anyagban elkeverhetők. Tehetjük őket joghurtba, kefirbe, turmixokba, de akár olajba is. A torok és garat egészségét segítő gyógynövényekből készült szuperfinom port érdemes egy-két evőkanál mézben elkeverni, így a gyógynövények és a méz antibakteriális hatóanyagai együtt fejtik ki kedvező élettani hatásukat, ráadásul az ízük is kiváló lesz.

*Papp János
gyógynövény-alkalmazási
szakmérnök, fitoterapeuta*

HÍRDETÉS



JAVALLAT®
KAPSZULÁK SZUPERFINOM
INSTANT GYÓGYNÖVÉNYPORBÓL

**SONICFINE® SZUPERFINOM
GYÓGYNÖVÉNYPOROK
GYÓGYSZERKÖNYVI MINŐSÉGBEN**



WEBÁRUHÁZ: JAVALLAT.HU

ÉRTÉKESÍTŐ ÜZLETEK A KÖZELBEN:

BUDAPEST XVII. KERÜLET

Kamilla Drogéria • X. utca 4. • Telefon: 06-70-204-4567
ReformFarm Biobolt • Kaszáló u. 47. • Tel.: 06-70-325-8261

BUDAPEST XVIII. KERÜLET

APOTÉKA Gyógynövénybolt • Üllői út 661. • Tel.: 06-70-268-9055
Fanni Fűvészbolt • Üllői út 444. • Telefon: 06-1-290-6257
JÓ ÉLET Biobolt • Nemes u 103. • Telefon: 06-1-408-1403

BUDAPEST XIX. KERÜLET

ApiFito Mézdiszkont • Piac üzletház • Tel.: 06-70-607-4444

ALBERTIRSA

Dédi Mama Gyógyboltja • Vasút u. 8. • Tel.: 06-20-438-3551

MONOR

Natura Bolt • Piac tér • Telefon: 06-20-424-3071

PÉCEL

Gyógynövénybolt • Rákos u. 18. • Telefon: 06-20-615-8075

PILIS

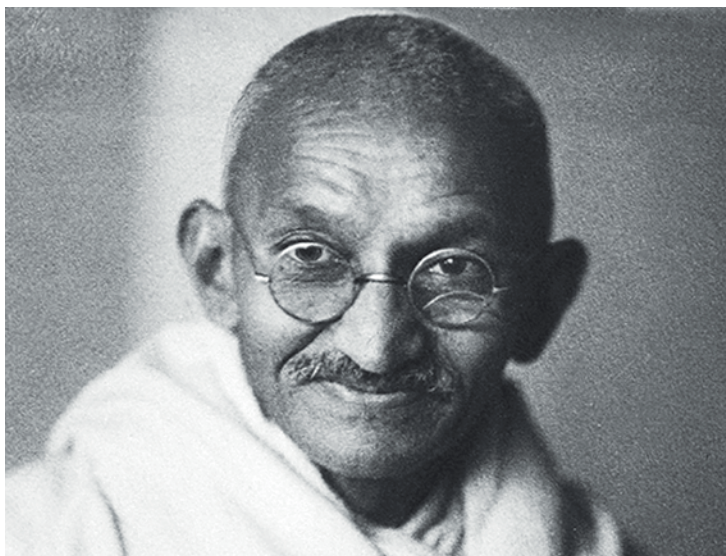
Natúr Éléskamra • Rákóczi út 24.. • Telefon: 06-20-549-4597

Az erőszakmentesség világnapja

„Boldogság az, ha amit gondolsz, amit mondasz, és amit teszel, összhangban vannak egymással.” /Mahatma Gandhi/

Októberben született a 20. század egyik legnagyobb politikai és társadalmi vezetője Mahatma Gandhi, aki Mohandas Karamchand Gandhi néven 1869. október 2-án született az indiai Porbandarban.

Hitt a békés megoldásokban, a polgári ellenállás erejében. 2007 óta október másodika az erőszakmentesség világnapja is. Fiatalkorában megtanulta a hinduizmus és a dzsainizmus vallását. Az erőszakmentesség a dzsainizmus egyik fő gondolata. Iskolás éve alatt Gandhit átlagos tanulónak tartották. 1887-ben fejezte be tanulmányait a Bombayi Egyetemen. Ezután Angliába költözött jogot tanulni. 1891-ben visszatért Indiába. 1893-ban Gandhi munkát vállalt egy dél-afrikai brit kolóniában. Ott látta, hogy az európaiak rosszul bánnak az indiai telepeseikkel. Gandhi először 1906-ban alkalmazta az erőszakmentes



tiltakozás módszerét. Azt mondta a telepeseeknek, hogy ne engedelmeskedjenek a brit törvényeknek, amelyeket rossznak tartanak. Azt is mondta, hogy békésnek kell maradniuk, függetlenül attól, hogy hogyan büntették meg őket tetteikért. Ezt az

új tiltakozási módszert satyagrahanak vagy „igazság iránti odaadásnak” nevezték el. 1915-ben visszatért Indiába. Néhány éven belül India legerősebb politikai vezetője lett. Nagy tiltakozásokat vezetett 1920–22, 1930–34 és 1940–42 között. Gandhi

követői abbahagyták a brit áruk használatát. Nem voltak hajlandók belépni a brit bíróságokra és iskolákba. 1930-ban Gandhi tüntetést vezetett a brit sóadó ellen. A második világháború alatt Gandhit két évre börtönbe zárták. Ő és más indiai vezetők azonnali függetlenséget követeltek. Szabadulása után Gandhi tovább dolgozott a függetlenségért.

India végül 1947-ben nyerte el függetlenségét. Nagy győzelem volt ez Gandhi számára. De csalódott volt, mert India földjét két új országra osztották: Indiára és Pakisztánra. India megosztása előtt és után az országot a hinduk és a muszlimok összecsapásai jellemezték. Gandhi megpróbált békét kötni, de 1948. január 30-án Delhi városában egy hindu férfi rálőtt, és Gandhi belehalt sérülésébe.

Gandhit számos befolyásos ember csodálta a korában és azon túl is. Albert Einstein, a tudománytörténet egyik legnagyobb géniusza, mélyen csodálta Gandhit. Sok más embert, akik az egyenlőségért és az igazságosságért harcoltak, inspirálták, hogy kövessék a Gandhi által kigondolt utat. Ifj. Martin Luther King megismertkedett Gandhi erőszakmentes filozófiájával, és ezzel győzelmeket szerzett az Egyesült Államokban a polgárjogi mozgalomnak. *V. Bea*

HIRDETÉS

06-70/775-8585
Házhoz szállítás minimum 1500 Ft-tól!

Monoron INGYENES!
Monorierdő, Vasad, Csepvaraszt, Péteri, Gomba és Bénye 300 Ft a szállítás.

Gyömrő, Pilis és Nyáregyháza
min. rendelés 5000 Ft + 300 Ft a kiszállítás.

Rendeld házhoz
kedvenceidet, vagy
kérd elvitelre!

Részletes étlapunkat keresd
Facebook-oldalunkon:
Taverna Gyros

Taverna
Gyros bár és Kávézó

Havonta új AKCIÓK

Monor, Móricz Zs. u. 39.
Web: <http://lokacio.hu/taverna/>

5000 Ft feletti rendelés esetén 1 literes Coca-Cola terméket adunk ajándékba!

Rendelésfelvétel:
11.00 és 20.30 között.

Nyitva:
H-Szo: 11.00–21.00

AKCIÓS TÜZELŐ! HÁZHOZ SZÁLLÍTÁSSAL!
<https://ronkhasitokft.webnode.hu>
Akác: 3100 Ft/q kugliban
Vegyes: 3000 Ft/q + 200 Ft hasítás
06-70/605-4678
A némediszolói telephelyen hitelesített hídmérleg ellenőrizheti a mennyiséget.

EUIRszám: AA5932559

Szeretnéd a világ legnagyobb logisztikai vállalatánál dolgozni?

Embereket keresünk az alábbi pozícióba:
KOMISSIÓZÓ
Munkavégzés helye:
Gyál, M5-ös autópálya mellett

Amit kínálunk:

- Versenyképes fizetés
- Havi bónusz
- Túlórázási lehetőség
- Egészségnap
- Céges buszjáratok

Elvárások:

- Bejárási támogatás
- Hosszú távú munkahely
- Modern környezet
- Targoncás jogosítvány megléte (3313)
- 1, 2 vagy 3 műszakos munkarend vállalása

* Az ajánlat szeptember 30-ig vagy visszavonásig érvényes

Tel.: +36-20/231-6263 • E-mail: career.dsc@dhl.com • www.dhl.com

Újhullám az autóiparban! Csatlakozz MOST!



A CÉGRŐL dióhéjban:

A **Shinheung SEC EU Kft.** leányvállalata a dél-koreai **SHINHEUNG ENERGY & ELECTRONICS CO. LTD**-nek, amely cég már az 1980-as évektől kezdve kimagasló helyet foglal el az ázsiai elektromos alkatrészgyártásban, és most Monoron alapozza meg az európai autópiacon is a helyét.
Cím: 2200 Monor, Ipar u. 20.

TERMÉKEINK:

CAP ASS'Y Module és alkatrészei.
Elektromos autók akkumulátorcelláinak biztonsági lezáró egysége, mely a robbanásveszélyt kiküszöböli.

MUNKALEHETŐSÉG:

Többütemes toborzás folyamatosan, lehetőleg helyi és környékbeli munkavállalók köréből.

Amit kínálunk:

- Hosszú távú karrierlehetőség a jövő iparában
- Teljes körű betanítás
- Stabil munkahely és megbecsülés
- Elérhető átlag havi 350 000 Ft bruttó fizetés pótlékokkal
- 12 órás munkarend 6–18/18–6
2 nappal, 2 pihenő, 2 éjszaka, 2 pihenő forgásban FOLYAMATOSAN
- +80% éjszakai pótlék
- Buszjáratok:
I. Monorierdő, Pilis, Nyáregyháza, Csévharaszt, Vasad
II. Tápiószentmárton, Tápióbicske, Pánd, Káva, Bénye, Gomba, Monor
III. Farnos, Tápiószéle, Tápiószőlős, Cegléd, Ceglédbercel, Albertirsa, Monorierdő
IV. Bp. Nyugati pu., Bp. Keleti pu., Bp. Köki, Ferihegy 1., Vecsés, Üllő, Péteri, Monor
Szükség esetén további buszjáratokat indítunk!
- Jelenléti bónusz
- Toborzási bónusz
- Feladatkörhöz járó bónusz 20–50 000 Ft
- Év végi prémium az alapbér akár 50%-a
- Folyamatos fejlődési és előrelépési lehetőség
- Dinamikus, multikulturális munkakörnyezet

JELENLEG FELKÍNÁLT POZÍCIÓK:

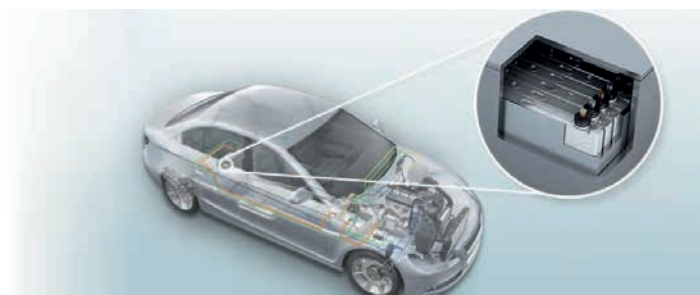
Főbb feladatok

Gépsori operátor/ Présgép kezelője

- A gyártósor működtetése:
- Előkészített tálcák behelyezése
- A gépek beállítása, karbantartása
- Hibaüzenetek értelmezése és elhárítása
- Rendszeres minőségi ellenőrzés
- Jegyzőkönyvezés
- Szerszámok javítása, cseréje

Minőség- ellenőrzés

- Az autógyártás szigorú minőségi kritériumainak való megfelelés biztosítása:
- Be- és kimenő áruellenőrzés
- Folyamatellenőrzés
- Mérőműszerek használata
- Adatgyűjtés, analízis, kommunikáció a gyártósorral és a vevőkkel



Amennyiben felkeltettük érdeklődését lépjen kapcsolatba velünk
e-mailen az allas@shsec.hu címen bármikor,
vagy telefonon hétköznap 8.00 és 16.00 között
a +36-70/3259091 telefonszámon!

Jelentkezés menete:

24 órás portaszolgálaton jelentkezési lap kitöltése, rövid önéletrajz leadásával vagy e-mailben kérésre megküldjük a jelentkezési lapot.

Többet megtudhat rólunk a következő weboldalakon:
www.shsec.hu • <http://lokacio.hu/shinheung-sec-eu-kft/>



Minimális elvárások

- Mechanikai alapismeretek
- Elszánt tanulási szándék

Előny

- Tapasztalat fémmegmunkálásban, automatizált gépek működtetésében
- Minimális angol nyelvtudás
- Ipari jellegű szaktudás:
- Elektromosság
- Pneumatika
- Lézeres hegesztés
- Köszörű-, maró-, csiszológépek ismerete
- Targoncajogosítvány

- Angol nyelvtudás
- Exel-tábla kezelése

- Tapasztalat minőségbiztosítási területen
- Minőségbiztosítási ismeretek

Miért szeretjük

AZ ŐSZT?

Sütőtök fűszeres latte, kockás ing és kirándulások, sült gesztenye – az ősz imádói készen állnak a legkedveltebb szezónra.

Sok oka van annak, hogy miért szeretjük az őszt, íme néhány a teljesség igénye nélkül.

1. Hangulatos esték

A kinti hőmérséklet már nem kedvez a csillagok bámulásának, de egy jó könyv vagy film mellett elidőzni egy puha plédben a kandallónál forró csokival a kézben... na ez az igazi őszi luxus.

2. Gyönyörű természet

Mivel a fák levelei a vörös, aransárga és narancssárga gyönyörű árnyalataiban változnak, az év ezen időszakának színei tökéletes képeslapminőségű fényképeket készítenek. Aki séta közben az erdőkben ropogtatja a leveleket, tanúja lehet annak is, ahogyan az erdő állatai készülnek az ősze.

3. Kényelmes ruházat

Nincs is jobb annál, mint előásni kedvenc puha gyapjúpulóvereinket, vagy belebújni egy bolyhos nadrágba. A hűvösebb őszi idővel kényelmes ruházat érkezik! Érdemes sálakkal melegen burkolózni, mielőtt sétálni indulunk a csípős őszi levegőben.



4. Halloween

Öltözködni olyan nevetségesen, ahogy tetszik, kipróbálni tökfaragó készségeket és megengedni magunknak a sok édességet... Mindenki szereti a Halloween izgalmát.



5. Sült gesztenye

Az őszt legfinomabb csemegéje a sült gesztenye. Semmiképp ne hagyjuk ki. A legjobb, amikor

a hidegben összefagyott ujjainkkal a forró gesztenyével teli papírzacskóval melegíthetjük fel kezünket, az illatával pedig lelünk.

V.B.

HIRDETÉS

Lakások, kisebb irodák, lépcsőházak
FESTÉSÉT, MÁZOLÁSÁT, TAPÉTÁZÁSÁT vállalom.

Fekete László Nyugdíjasoknak kedvezmény!

Telefon: 06-20/259-9565, 06-29/419-393

Juttatások:

- korrekt alapbér
- teljesítmény bónusz
- cafeteria
- céges buszjárat

3 műszakos munkarend
3313-as targonca jogosítvány elvárás
Gyál

Targoncás komissiózó

JELENTKEZZ!
+36 30 315 41 01

G+ Group
YOUR JOB. OUR STORY

ELADÓ!
félszáraz,
azonnal használható!
TŰZIFA

Tel.: 06-20/343-1067

Hasított tölgy, bükk, akác 25 cm-es	20 500 Ft/m ³ vegyesen
Hasított tölgy, bükk, akác 33 cm-es	20 000 Ft/m ³ vegyesen
Hasított akác 25 cm-es	20 500 Ft/m ³
Hasított akác 33 cm-es	20 000 Ft/m ³

Ömlesztett köbméterben,
1x1x1 m = 1 m³
1 m³ akác kb. 5 mázsa,
1 m³ tölgy, bükk kb. 6 mázsa.

Monoron 4 m³-től a kiszállítás díjtalan.

4m³

EUTR szám: AA5811522

**GARANCIÁVAL!
NYUGDÍJASKEDVEZMÉNY!**

**Vállalunk tetőfedő-,
bádogos-, ácsmunkákat,**
azonnali kisebb tető-, ereszsatorna- és
kéményjavításokat, beázásokat és kúpenést.
Továbbá lapos tetők
szigetelését.



Hívjon bizalommal! Kertész Attila 06-20/216-8338

**Hosszú távú,
biztos állást keresel, korrekt fizetéssel?**

**JELENTKEZZ VECSÉSRE
OPERÁTORNAK**
3 műszakos munkarendbe!

Feladat:
alkatrészek
összeszerelése (gépkezelés,
forrasztás, tekercselés,
kiegyensúlyozás, ellenőrzés)

Feltétel:
• 8 általános iskolai végzettség
• megbízhatóság

Amit kínálunk:
• kereseti lehetőség: bruttó
340 000–420 000 Ft
• teljesítménybónusz
• jelenléti bónusz
• évvégi jutalom

**A bejárás
céges busszal
az alábbi
településekről
biztosított:**
Cegléd, Ceglédbercel,
Albertirsa, Pilis, Monor,
Monorierdő, Üllő, Gomba,
Káva, Bénye, Pánd, Vasad,
Csévharaszt, Péteri, Ecser,
Gyál irányából

BÉREMELÉS

**Jelentkezés:
06-20/215-0699 • munka@humilitas.hu**

RÉMES finomságok

Ha Halloween, akkor a képzeletünknek semmi sem szabhat határt, lényeg, hogy minél ijesztőbb és rémségesebb legyen az asztalra kerülő harapnivaló. Íme néhány inspiráció, ha hirtelen szükség van ötletekre.

Eperszellemek

Hozzávalók

- 1 tábla fehér csokoládé
- 1/2 tábla étcsokoládé
- 10-20 szem megtisztított és megszárított hideg eper
- színes díszítő cukorkák,ogyoródarabkák vagy kókuszreszelék



Elkészítés:

Az epreket megtisztítjuk és fogpiszkálókra húzzuk őket.

Olvasztott csokiba belemártogatjuk az eperszemeket.

A csokis epreket hungarocelltáblára szurkáljuk megszárítjuk és lehűtjük.

Megszórjuk a csokis réteget,ogyoróval, kókuszreszelékkel, színes cukorkákkal vagy ellentétes színű csokiból arcokat rajzolunk az eperszemekre.

A mérgező alma

Hozzávalók

- 6 darab kisebb méretű piros alma
- 25 dkg cukor
- 1 dl víz
- 0,7 dl méz
- piros és fekete ételfesték
- margarin a sütőpapír kenéséhez
- 6 db pálcika vagy faág és alufólia



Elkészítés:

Az almákat először forrásban lévő vízzel leforrázzuk és szárazra töröljük őket. Ezután egy hegyes késsel felül kivágjuk a szárát. Ha faágakat használunk a végeit becsomagoljuk alufóliába és így nyomjuk bele az almába (jó mélyre, legalább a feléig).

A cukorbevonathoz egy lábasba öntjük a cukrot, a mézet, a vizet és az ételszínezéket (a két színt külön) és elkezdjük melegíteni. Ha már forr, kicsit visszavesszük a hőfokot és így főzzük kb. fél órát. Akkor jó, ha már rátapad a kanál hátára és ha egy pohár jéghideg vízbe cseppentünk belőle, akkor azonnal megdermed, és nem folyik benne szét.

Félretesszük és kb. 5-7 percet hagyjuk hűlni. Közben kicsit sűrűsödik és nem fog lefolyni teljesen az almáról. Amíg hűl, egy sütőpapírt vékonyan megkenünk margarinnal.

Ezután az almákat a pálcika/faág segítségével egyenként a cukormázba forgatjuk. Vigyázat forró!

A kivajazott sütőpapírra tesszük őket, és megvárjuk míg megdermednek.



MESTEREMBEREK

**FESTÉS, MÁZOLÁS, CSATORNAFESTÉS,
LAMINÁLT PARKETTÁZÁS,**

**HOMLOKZATI-KÜLTÉRI HŐSZIGETELÉS,
VIAKOLOROZÁS, BELSŐ SZÁRAZÉPÍTÉS
(GIPSZKARTONÓZÁS),
BETONKERÍTÉS ELEMÉK ÉPÍTÉSE**

HIDEG-MELEG BURKOLÁS, NYÍLÁSZÁRÓCSERE.

Gál Attila • 06-20/274-6312

SZÜCS GRÁNIT

2200 Monor, 4. sz. főút 38. km.

www.granitsirko.hu

Tel.: 06-30/431-5858

**Több száz készleten lévő
síremlékből választhat!**

Műszaki vizsga, eredetiségvizsgálat és műszaki vizsgára való felkészítés

- klímátöltés
- gumiszerelés,
javítás, centrírozás
- gépjármű-
diagnosztika
- időszakos karbantartás
- futóműállítás



MÉHÉSZ JÁNOS Kft. 2200 Monor, József A. utca 108/38. (Gomba felé vezető út)
Telefon: 06-29/416-123 • www.muszakivizsga-monor.hu

ÁCS-TETŐFEDŐ MUNKÁLATOK!

- Új tetőszerkezetek készítése
- Régi, öreg tetők felújítása, lécezés,
fóliázás, szarufaerősítés
- Lapos tetők és garázsok szigetelése
GV nehézsímmel
- Munkálatainkra teljes körű garanciát
vállalunk

Demeter Sándor – ács, tetőfedő

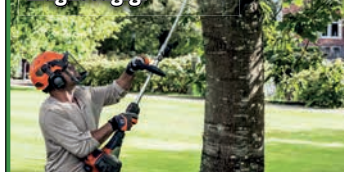
Tel.: 06-30/326-8727



15

GALLYAZÁST VÁLLALOK

kb. 5 méteres
magasságig.



IGÉNY SZERINT AKÁR ELSZÁLLÍTÁSSAL IS.

HÍVJON MOST!

Tel.: 06-30-218-7023

HERENDI TAMÁS zárszerelő

**AJTÓNYITÁS, ZÁRJAVÍTÁS,
ZÁRCSERE, BIZTONSÁGI ZÁRAK**

Nem nyílik az ajtó? **Gyors és precíz
ajtónyitások.**

Zárcsere műanyag
és kő ajtóknál.

Előzze meg a betörést!

Törés- és másolásvédelem,
erősített zárbetétek beszerelése.

**Speciális biztonsági zárok
felszerelése.**

MÁRBANKKÁRTYÁVAL IS FIZETHET

Hívjon bizalommal:

06-30/489-5334



TETŐFEDŐ SZOLGÁLTATÁSAINK

LAPOSTETŐ-SZIGETELÉS

Épületek tetőszigetelés, vízszigetelés és hőszigetelés
kivitelezési munkáit készítjük, javítjuk és karbantartjuk

ÁCSMUNKÁK

Tetőszerkezetek építése, felújítása és erősítése valamint
kocsibeállók, előtetők, garázsok, kiülők és további
faépítmények

TETŐFEDÉS

Új épületek tetőfedése, régi épületek felújítása, palatető
felújítása bontással vagy bontás nélkül, régi tető javítása,
beázás megszüntetése

BÁDOGOSMUNKÁK

Bádogos szerkezetek szakszerű javítása, új szerkezetek
kialakítása, legyártása és beépítése

**15%
kedvezmény**

**Ingyenes felmérés
GARANCIÁVAL!**



+36-70/225-6932

KÁRPITOS

Cégünk vállalja antik és modern
bútorok áthúzását, javítását,
bútorvédőhuzat, ajtókárpit
és minden kárpitozással
kapcsolatos munka elvégzését.

Bő szövetválasztékkal, rövid
határidővel, reális árral várjuk
megrendelőink jelentkezését.



Tel.: 06-30/576-3456

E-mail: csordaskarpitos@gmail.com

Web: www.csordaskarpit.hu

LAKATOS- MUNKÁT VÁLLALOK

- kerítések, korlátok
 - acélszerkezetű lépcsők
 - toló-úszó-nyíló kapuk
 - kőművesmunkák
 - polikarbonát tetők
 - festést nem igénylő
deszkakerítések
- gyártását és szerelését
vállalom Pest megyében.**

Tel.: 06-20/219-6040

www.rennel.hu

Asztalos

Polónyi Ferenc:

06-30/397-2144

Monor, Szélmalom u. 42/A

vállalja konyhabútorok, szekrények,
kisebítőbútorok, irodabútorok, korlátok, stb.
készítését.

Nyílászárók gyártását, építését,
szaunaépítést, lambériázást.



**Tartsd nálunk
szülinapod,
ballagásod, családi vagy
céges összejöveteleid!**



**Bérelhető
rendezvény-
terem
különleges
hang- és
fénytechnikával
Monor
központjában.**

**Monor, Jókai utca 3.
+36-20/389-8259
www.vrthemagic.hu**

MEMO Állateledel

Monor, Ady E. út. 47-49.
Albertirsa, Pesti út 68.



**Várjuk a környék legnagyobb
állateledel szaküzletében!**

Nyitva: H-P: 7.30-18.00,
Szo: 7.30-13.00, V: Zárva
Telefon: 29/411-050

E-mail: memofoodmonor@gmail.com



Szendvicsek
Rántott hús
Sült hurka
Sült kolbász
Sült tarja
Sült császár
Sült krumpli
Hamburger
Hot-dog



Monor, Petőfi utca 26. Izmán villanyos mellett,
hétfőtől-péntekig, 6.30-17 óráig.



Burkoló büfé

**Csirkés tortilla
Marha-bivaly hamburgerek
Hot-dog
Rántott hús**

**Üdítők
Energiaitalok**

**Szendvics-
újdonságok:**
olasz sonkamozzarella,
tonhalmozzarella

**Roston
csirkés-halás
saláta**



Túros, túros-barackos,
nutellás, házi lekváros,
kakaós

PALACSINTA

A kép illusztráció.

Rendeld meg
ajándékok
szeretteidnek
webáruházunkból
**AKÁR SZEMÉLYES
ÁTVÉTELEL!**

BELIZONIA
AJÁNDÉK WEBÁRUHÁZ

www.belizonia.hu
Monor, Mátyás király utca 19.

Tel.: 06-20/325-7705

f: facebook.com/belizonia

ig: belizonia.hu



**Csatlakozz a
GLS-hez!**

**ÉJSZAKAI KÉZI
RAKODÓ / SZORTÍROZÓ**

munkatársakat keresünk **Alsónémedibe!**

- Tudsz pakolni?
- Akarsz 200-220 ezer Ft-ot keresni?
- Segítünk munkába jutni busszal vagy kocsival!
- Munkaidő: hétköznap 16:30-01:30

Vissza is hívunk!

☎ 06-30-367-4248

✉ job@glshungary.com

f @GLSHungaryKft



cityfood

**Vecsési
nagyüzemi konyha
ALAPANYAGRAKTÁRBA
munkatársat keres!**



Jelentkezéseket fényképes
önéletrajzzal várunk.

karrier.city@gmail.com