



LOKÁCIÓ

HELYZETBE HOZZUK!

MEGJELENIK: **Vecsésen,
Monoron és környékén**

KERESSEN MINKET
AZ INTERNETEN IS!



www.lokacio.hu

2021. DECEMBER



AZ ADVENTI koszorú

14. old.

A KARÁCSONY szelleme

5. old.

7 TIPP ARRA, hogyan az idegenek megkedveljenek

11. old.

KARÁCSONYI kedvességzsák

9. old.



MADÁRETETŐK, A KERT DÍSZEI

4. old.

HIRDETÉS

**Vecsési
nagyüzemi konyha**

**HÚTŐRAKTÁROS-KOMISSIÓZÓ
munkatársat keres!**

cityfood

Jelentkezéseket fényképes
önéletrajzzal várunk.

karrier.city@gmail.com



MONOR, PIAC TÉR mellett
Bocskai utca 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

**KÉSZÜLJÖN VELÜNK
AZ ÜNNEPEKRE!**

Házi sajt,
hurka, kolbász, bőrös
hús, virsli, füstölt árú,
pecsenye sültetekhez
és kocsonyához való
alapanyagok a disznó
fületől a farkáig.

**Növendék birka.
Tatár bifszteknek
való marhahús
2x darálva**

**Hízott
kacsacomb,
kacsamáj,
házi baromfi**



Ünnepi nyitvatartásunkról
érdeklődjön elérhetőségeinken!

Bank- és SZÉP-kártya elfogadóhely

HATÓSÁGILAG BEVIZSGÁLT HÚSOK

TETŐFEDŐ

18 éve a lakosság
szolgálatában!



Árvai Richárd

06-30/475-2917

Mindenféle tetők
készítése, javítása

Ácsszerkezet építése

Ereszcsatornák szerelése

Lapostetők szigetelése, javítása

INGYENES FELMÉRÉS,
kiseb javítások
azonnali kezdéssel!
GARANCIÁVAL!

**15%
KEDVEZMÉNY!**

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

Kaposvári Péter helyi vállalkozó

GÁZKÉSZÜLÉK-JAVÍTÁS,
-KARBANTARTÁS

BAXI



06-30/662-70-87

www.gazvizfutes.eu

VÍZSZERELÉS,
 DUGULÁSELHÁRÍTÁS,
 CSATORNATELEPÍTÉS
 FÖLDMUNKÁVAL,
 KÖZMŰHÁLÓZAT KIÉPÍTÉSE
 FŰTÉS, RADIÁTOR, BOJLER,
 MOSDÓ, CSAPTELEP
 CSERÉJE, BÉSZERELÉSE



06-70/635-7804
<http://vizetszererek.hu/>

KÁRPITOS

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

Bő szövétválasztékkal, rövid
 határidővel, reális árkakkal várjuk
 megrendelőink jelentkezését.



Tel.: 06-30/576-3456
 E-mail: csordaskarpitos@gmail.com
 Web: www.csordaskarpit.hu

Szerezze be most tűzifáját!

Számlával garantált
 mennyiség!
 Kiszállítással

**ŐSZI
 TŰZIFAVÁSÁR**

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

Konyhakészre hasított AKÁC 3 500 Ft/q	Konyhakészre hasított TÖLGY, BÜKK 3 300 Ft/q
---	--

Erdei m³-ben is kapható.
 A némedszőlői telephelyen hitelesített hidmérlegen ellenőrizheti a megvásárolt mennyiséget!

INGYENES KISZÁLLÍTÁSSAL!

EUTR szám: AA5856576

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,
 Csepvaraszt. Gyömrő, Maglód, reptéri transzfer.
 Orvosi szakrendelő. Kórházi intézmény.

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

SZANTHÓ
 KERESKEDŐHÁZ

VAS-SZERELVÉNY BOLT
 2200 Monor, Mátyás király utca 15.
 Tel./fax: 06-29/412-763
 e-mail: szanthoker@szanthoker.hu

Ajánlatunk:
 minden, ami víz-, gáz- és
 központifűtés-szereléssel kapcsolatos!

**Gázkészülékek, vegyes kazánok, radiátorok,
 szivattyúk, bojlerok, puffer tárolók,
 vasanyag nagy választékban.**

A fenti termékek műszaki adatai és árai miatt
 keresse fel üzletünket!

Nyitvatartás:
 H-P: 7.30-17.00, Szo: 7.30-12.00,
 V: zárva



**Elpumps, PEDROLLO
 szivattyúk**
 (felszíni, búvár, cső)
 és házi vízellátók
 nagy választékban

A marketing- csapdák elkerülése

**A szupermarketbe járás valószínűleg
 mindenki számára napi vagy heti rutin.
 Egyeseknek öröm, míg másoknak
 bosszantó házimunka lehet.**

Nos, amikor végigsétálunk
 egy ilyen helyen, eszünk-
 be jut, hogy az ételmi-
 szerekkkel teletömött polcok
 mögött stratégiai elmék vannak,
 akik arra hivatottak, hogy meg-
 próbálják befolyásolni a dönté-
 seinket? A hétköznapiakban, de
 most az ünnepek közeledtével
 is érdemes odafigyelni a követ-
 kezőkre:

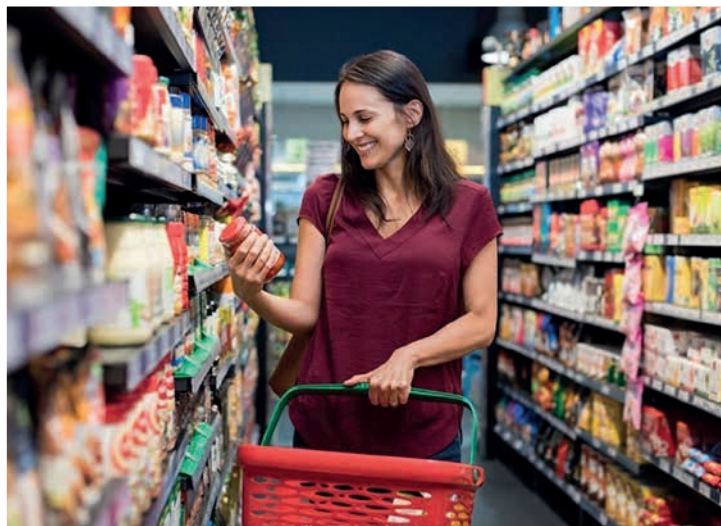


1. Az utolsók a legjobbak

Az ételismisztatólási rendszer-
 nek van egy szabálya, amelyet
 a kiskereskedőknek be kell tar-
 taniuk: legyen szó friss, fagyasz-
 tott vagy csomagolt ételismiszer-
 ről, a korábbi lejáratú idővel
 rendelkező tételek a polc ele-
 jére kerülnek, a későbbi lejáratú
 idővel rendelkezők pedig a polc
 hátuljára, amit nehezebb ész-
 revenni. Ez egyfajta biztosíték
 arra, hogy a legkorábbi lejáratú
 idővel rendelkező ételismiszerek
 kerüljenek először forgalomba.

2. A fagyasztott termékek gyakran a legjobb választás

Széles körben elterjedt az a
 hiedelem, hogy a friss termé-
 kek mindig egészségesebbek,
 mint a fagyasztott termékek;
 ez azonban gyakran nem így
 van. Vegyük például a szezonon
 kívüli gyümölcsöket, zöldsége-
 ket, gabonaféléket vagy akár
 halakat: hosszú utat tehetnek
 meg, hogy eljussanak a polcra,



Mit is találtak üzletünk polcain?
Csodaszép minőségi fajtákat szűles választékban magyar és európai gyártóktól.
Szuper könyveket a Pagony kiadótól és az Apróság könyvektől.

MEGNYITOTTUNK!

Kirakók • Társasjátékok • Montessori fejlesztő játékok • Babaholmik • Magyar vállalkozók kézművestermékei • Ajándékok • Természetes kozmetikumok • Hulladékmentes termékek Ajándékutalványok

Mesebeli hely
Játsz és kézműves ajándékbolt

Cím: 2200, Monor Ady Endre utca 54.
Nyitva: H-P: 9:00-17:30, Sz: 8:30-12:30, V: Zárva
Telefonszám: 06-30/097-6352
Facebook: Mesebeli hely

Várunk mindenkit sok szeretettel üzletünkbe a Mesebeli helyre, ami egy játék és kézműves ajándékbolt.

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

INGYENES MUNKAELMÉRÉS
06-20/511-7557

kerttrendezekek.hu

Pécelre keresünk
ÖSSZESZERELŐT
hétfőtől péntekig tartó 3 műszakos
8 órás munkarendbe.
Átlag nettó bérek:
220 000-240 000 Ft

Céges busz:
Nagykát, Tápiószentmárton, Tápiócske,
Tápióság, Tápiógyörgye, Tápiószéle,
Farmos, Nagykát, Szentmártonkát,
Tápiószecső, Süllyap, Mende, Gyömrő,
Maglód, Isaszeg

Érd: 06-70/423-3383

ahol most – látszólag frissen és egészségesen – ki vannak téve. Gyakran előfordul, hogy az élelmiszereket a frissességük csúcsán fagyasztják le. A bogyós gyümölcsök például a szedésük után pillanatokkal kezdenek veszíteni a tápanyagtartalmukból, ezért a szedésük után azonnal történő fagyasztás a legjobb módja annak, hogy teljes tápértéküket megőrizzék.

3. Ne bízzunk abban, amit a csomagolás mond

A törvény szerint a szupermarketben kapható italoknak és csomagolt élelmiszereknek fel kell tüntetniük a bennük található összetevőket. Általános szabály, hogy ezeket súly szerint sorolják fel, a legtöbbet a legkevesebbig. Ez azt jelenti, hogy a legnagyobb mennyiségben előforduló összetevő szerepel először a listán, és így tovább. Javasoljuk tehát, hogy hagyjuk figyelmen kívül a doboz elején található marketingállításokat, és egyszerűen nézzük meg a

hátoldalon található tápérték-adatokat.

Az olyan állítások, mint a „csökkentett zsírtartalmú”, „hozzáadott cukrot nem tartalmaz” stb. elhitethetik velünk, hogy egészséges terméket vásárolunk, és nem fogunk tőle hízni.

4. Nem minden arany, ami fénylik

A csillogó, tökéletesen szimmetrikus és precízen vágott tálcákon megjelenített zöldségek vonzóak lehetnek számunkra, de ebben az esetben is igaz, hogy nem szabad elragadtatnunk magunkat a külsőségektől. Az, hogy így vannak kitéve, annak is lehet az oka, hogy fel akarják kelteni a figyelmünket. Lehet, hogy gyengébb minőségűek vagy kevésbé frissek.

Ezzel szemben a friss és első osztályú gyümölcsök azok, amelyek általában szabálytalanabb formájúak és enyhébb tökéletlenségekkel rendelkeznek. Mindig az a legjobb, ha megérinthetjük, megszagolhatjuk és megnézhetjük őket. **VB**

ROSSMANN
Drógéria 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 (első körűt 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.

HIRDETÉS



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.nyilaszaro-monor.hu

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

MADÁRETETŐK a kert díszei

Ha azt szeretnénk, hogy több madár legyen a kertben, madáretetővel tudjuk odavonzani őket. Fontos szempont, hogy ez nemcsak a magunk szórakozására, hanem a madarak téli élelemhez jutásának a segítésére is szolgál. A különböző madárfajok számára különféle speciális etetőket vásárolhatunk, de ezek ára igen magas lehet. A barkácsolt madáretetőknek az elkészítése szórakoztató módja annak, hogy feldobja az udvart.



HIRODETÉS

1. Nehéz elképzelni elbűvölőbb madáretetőt, mint az újrahasznosított teáscsésze és csészealj.

A lépések a ragasztásban és a felakasztásban rejlenek, tehát rendkívül egyszerű. Csak ragasszuk ragasztópisztollyal egymáshoz a csészét és a tányért a képen látható módon és szórjunk a tányérba magokat, majd kampóval akasszuk fel egy faágra.

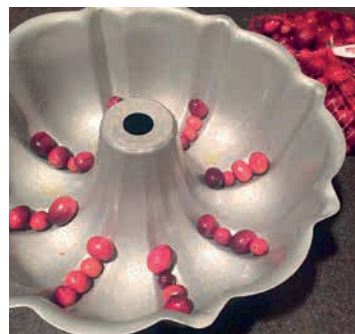
2. Használjuk fel a megmaradt narancs, citrom vagy grapefruit héját úgy, hogy mini madáretetővé alakítsuk. Nem fog sokáig tartani, de ha sok citrusfélét eszünk, ami ilyenkor télen ajánlott, könnyen pótolhatjuk. Egy tű és egy cérna segítségével a felakasztása is egyszerű.

3. Van valami, amit nem lehet megcsinálni egy befőttesüveggel? Ehhez az etetőhöz rézhuzalt használunk az edény körül akasztóként, és egy csirkeetetőt az alapnak.



4. Ez a csodálatos koszorú az udvarunk díszé lehet, de különféle színű szalagokkal bármelyik évszakban használható.

- Kuglóffforma
- 4 csésze madármag
- Áfonya
- 1 és 1/2 csomag ízesítetlen zselatin
- 1/2 csésze meleg víz



- 1/3 csésze kukoricakeményítő
- 3 evőkanál világos kukoricaszirup
- Vastag szalag

Permetezzük be olajjal a kuglófformát, helyezzük bele az áfonyaszemeket ízlésesen, öntsük rá a madáreleséget. A zselatint a vízzel, a keményítővel és a kukoricasziruppal főzzük össze, még zselés állaga lesz, majd öntsük a magokra lassan. Ezután tegyük hűtőszekrénybe amíg megszilárdul, majd kössünk rá szalagot és akasszuk ki a kertbe. **B**



Dolgozz a **delego**-val
EGY SZEBB JÖVŐÉRT!

*Betanított
 tekercselő*
 Vecsés

KEZDJ AZONNAL!

**JÁRJ BE INGYENES CÉGES
 BUSSZAL!**

BR. **307.000 -
 410.000 FT/HÓ**

**06 1 999 7474
 d0003@hr.delegoallas.hu
 www.delego.hu**



Folyamatos akciók

KEDVEZŐ ÁRAK

Gyálon található immáron több mint 15 éve az a cég, amely fő profiljaként azt a célt tűzte ki, hogy az otthonokat kiszolgálja háztartási kis- és nagygépekkel. Néhány éve már webáruházként működik, hiszen így nemcsak helyben tud megfelelni a vásárlók igényeinek, hanem az ország bármely pontjára kiszállítja a megrendelt árucikkeket.

A Profilbolt elsők között kezdte el forgalmazni az országban a Greta névre hallgató gáztűzhelyeket PB-fűvórával, palackos használatra, mellyel a vezetékes földgázzal nem

rendelkező lakossági igényeket szeretne volna kielégíteni. Milyen jól tud esni például a nyaralóban egy finom húsleves és egy ropogós sült csirke, ami sok helyen kizárólag csak palackos gáztűzhellyel megvalósítható.

Az online felületen ugyanúgy elérhető a kombinált tűzhelytől kezdve, a beépíthető gázfőzőlap, mint a melegszendvics-sütő, vagy a hajszárító. A cég kérésére saját márkás termékeket is gyártanak külföldön, melyre vételártól függően, 1 vagy 2 éves teljes körű garanciát vállalnak. A személyes átvétel is biztosított, rendeléstől függően



PALACKOS és vezetékes valamint kombinált tűzhelyek

INGYENES SZÁLLÍTÁS
a LOKI007 kuponkód használatával

61 990 Ft-tól

Weboldalunkon még több háztartási kis és nagy gép közül válogathat:

www.pob.hu



előzetes telefonos egyeztetés után a telephelyen, ahol családias légkörben kedves kiszolgálással várják az ügyfeleket.

A folyamatos akciók igazán vonzó árakat biztosítanak, de előfordul az is, hogy plusz ajándékkal kedveskednek a megrendelt műszaki cikk mellé. Most például a tűzhelyeket az egész ország területére ingyen

kiszállítják. Műszaki kis- és nagygépekre a gáztűzhelytől az elektromos kandallóig, minden háztartásban szükség van. Egy biztos, alkalom és igény mindig volt, van a vásárlásra.

Látogasson el a webáruházukba és rendelje házhöz legújabb készülékét vagy keressen telefonon: 06-20/334-1717, www.pob.hu. (x)

A KARÁCSONY

szelleme

“Ünnepet nem is vehetsz boltban, mert az ünnep inkább benned, legbelül van.”

/Grincs című film/

A karácsony egy csodálatos ünnep, amelyet ma már világszerte emberek milliói ünnepelnek, faji, etnikai vagy szellemi háttértől függetlenül. Néha nehéz lehet belekerülni a karácsonyi hangulatba, főleg ha egyedül töltjük az ünnepeket, vagy úgy érezzük, hogy az karácsony elvesztette a csodáját. Mindenki ismeri a Grincset, nos, végül neki is sikerült! A karácsony szelleme bárkit körül tud lengeni, aki hagyja.

Néhány tipp és ötlet segítségével elkezdheti érezni a karácsonyi hangulatot, és elnyerheti a csodát és a hála érzését az ünnepek iránt.



• **Gyakoroljuk a hálát.** A karácsony sok helyen a hálaadás után következik, mi is átvehetünk ebből néhány dolgot, mert ahhoz, hogy hálát érezzünk, nem kell, hogy ünnepeljünk a hálaadás napját. Ha nem érezzük magunk körül különösebben azt, hogy hálásak lehetünk valamiért, csak ülünk le, és írunk le három embert vagy dolgot, aminek örülünk, hogy van az életünkben. Ez segíthet

meglátni a pozitív dolgokat az életében, és talán elkezdenek egy kis karácsonyi hangulatot érezni.

• **Díszítsük fel otthonunkat.** November végén vagy december elején helyezzük ki a fényeket. A karácsonyi fények szinte mindenkit ünnepi hangulatba hoznak! Próbáljuk ki, hogy jégcsapfényeket akasztunk a tető mentén, világító rénszarvasokat állítunk fel az udvaron, a fákat és bokrokat fényekkel díszítjük. De néhány gyertya is jó célt szolgálhat. Fontoljuk meg a LED-lámpák vásárlását, így pénzt takaríthatunk meg a villanyzámlán, és egyúttal környezettudatosak is lehetünk.

• **Készítsünk saját díszeket.** Kézzel is lehet szép díszeket készíteni, amelyeket a későbbiekben emlékként megőrizhetünk. Hívjunk meg néhány barátot, családtagot, és készítsünk együtt díszeket. A folyamat során vidám perceket és szép emlékeket is szerezhetünk! **Sétáljunk egyet a városban,** hogy megnézzük az extravagáns fényjátékokat. Vigyük magunkkal a családot és barátainkat, hogy megnézzük az elképesztő karácsonyi fényjátékokat a közelben. Meglepő lehet, hogy a szomszédaink mire képesek a karácsonyi fényekkel!

• **Hallgassunk karácsonyi zenét.** Játsszuk le kedvenc karácsonyi dallamainkat a háttérben otthon, az autóban, vagy a munkahelyünkön... bárhol! Töltsünk le karácsonyi zenét és hallgassuk útközben.

HIRDETÉS

AKCIÓS TÜZELŐ! HÁZHOZ SZÁLLÍTÁSSAL!

<https://ronkhasitokft.webnode.hu>

Akác: 3200 Ft/q kugliban
Vegyes: 3100 Ft/q + 200 Ft hasítás

06-70/605-4678

A némediszőlő telephelyen hitelesített hídmérleggel ellenőrizheti a mennyiséget.



EUIRszám: AA5932559

Dinamikusan fejlődő, 40 éves múltra visszatekintő
 családi vállalkozásunk bővülő csapatába

KERESÜNK ÚJ KOLLÉGÁKAT.



Nyitott pozíciókról
 érdeklődni lehet:
+36-29/351-350
www.soosteszta.hu



ADVENTI NAPTÁR

**Az emberek szeretnek úgy ünnepelni,
 hogy adventi naptárral számolják vissza a
 karácsonyig hátralévő napokat. Az izgalom
 minden egyes nap elteltével nő.**

Sokféle naptár létezik, gyakran olyan meglepetésekkel, mint például egy kis ajtó mögötti csokoládé vagy édesség minden egyes napra. Érdekes néha egy kis különlegességet is elhelyezni, ami segíthet a karácsonyi készülődésben, esetleg minden napra egy jócselekedetet!

Íme néhány ötlet:

- Hívj fel egy barátot, akivel még nem beszéltél!

- Látogass meg egy egyedül élő szomszédot!
 - Vigyél valami különlegeset a helyi hajléktalanszállóra!
 - Minden nap mondd egy imát egy másik emberért!
 - Szervezz adománygyűjtést a kedvenc jótékonyági szervezeted számára!
 - Segíts egy állatmenhelyen!
- Kérdezd meg a családodat ötletekről, a kicsiknek hatalmas szívről és nagyszerű ötleteik vannak!

HIRDETÉS

BELIZONIA
 AJÁNDÉK WEBÁRUHÁZ

AZ AJÁNDÉKOK HÁZHÓZ MENNEK!

Rendeld meg ajándékod szeretteidnek
 webáruházunkból
MONORON AKÁR SZEMÉLYES ÁTVÉTELLEL!

www.belizonia.hu
 Monor, Mátyás király utca 19.
 Tel.: 06-20/325-7705
 f: facebook.com/belizonia
 i: belizonia.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
 C. S. IZMÁN BOLT KFT.

• LAMPÁK
 • DZSA
 • KÁBELEK
 • CSZIKAR
 • SZERELVÉNYEK
 • VILÁNYSZERELÉS
 • KIVISZOK
 • BOJLEREK
 • AKKUMÉLTOK
 • SOKKOT/TERMSZŐR
 • MEG SOKFÉLÉB

Nézzon körül!
 ...belül.
 T: 29/411-780

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

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

Monoron INGYENES!
 Monorierdő, Vasad, Csévharaszt, 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

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

Rendelésfelvétel:
 11.00 és 20.30 között.

Taverna
 Gyros bár és Kávézó

**12. ÉV GYROSA
 2020
 MONORON**

**Havonta új
 AKCIÓK**

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

Nyitva: H-Szo: 11.00-21.00

KOMPLETT KFT.
IRODABÚTOR-GYÁRTÓ CÉG
 vasadi székhelyére
**BETANÍTOTT
 MUNKÁST KERES**
**versenyképes fizetéssel
 azonnali munkakezdéssel.**

Jelentkezés telefonon egyeztetve
 munkaidőben Fehér Tiborné
 pénzügyi vezetőnél
 a 06-30/788-3422 telefonszámon.
 Személyesen a
 2211 Vasad, Bem utca 57. szám alatt.

**Érdeklődni telefonon:
 06-30/788-3422**

Szerencsekövek

Mindenki részesülhet egy kis plusz szerencséből. Akár az üzleti életben, a pénzügyekben vagy a kapcsolatokban keres szerencsét, ezek a kristályok jelenthetik a választ!

Ha nincs szerencséje, bizonyos kristályok és drágakövek segíthetnek. Minden kristály egyedi rezgésekkel és jellemzőkkel rendelkezik, amelyek felerősítik az univerzális energiát. A megfelelő kristályok használata növelheti a szerencsét, ami viszont javíthatja kapcsolatait, gazdagságát és jólétét.



A citrin az egyik legerősebb drágakő a megnyilvánuláshoz, különösen az üzleti siker előmozdításával kapcsolatban. Azt mondják, hogy a nap erejét hordozza, és a bőség egyik köve. A citrin rezgése nemcsak

gazdagságot és jólétet hoz, hanem megtanít megérteni, hogyan vonzzuk magunkhoz. Ösztönzi a nagylelkűséget és elősegíti a bölcs döntést. Mivel a citrin ritka, a helyén gyakran hőkezelt ametisztet árulnak.

A malachit egy erőteljes kristály a szerencse vonzásához, amely gyönyörű zöld árnyalatokban jelenik meg – de bölcsen kell használni. Ez azért van, mert felerősíti mind a pozitív, mind a negatív energiákat. Azt mondják, hogy a malachit megvédelmezi az önt a szerencsétlenségektől, és sikereket hozhat az üzleti életben. Az is segíthet a hírnév és a vagyon elérésében, ha megfelelő embereket vonz magához.

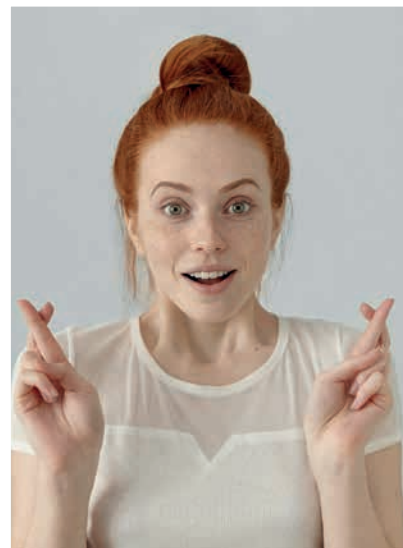


Összefoglalva, a malachit egy gyönyörű kő, amely szerencsét, jólétet és bőséget hoz, miközben kockáztatásra ösztönöz.

Az amazonit egy szerencsés reménykristály – segít megvalósítani az álmokat az energiablokkok elosztatásával, amelyek visszatartanak minket álmaink



megvalósításától. Ez a kristály olyan erős, mint a folyó, amelyről elnevezték. Az amazonit szerencsét hoz azokban a játékokban, amelynek a véletlen az eleme. A jólét köve, az amazonit szerencsét hozhat bármilyen pénzügyi vállalkozásnak. Mivel a bátorság



kővének is nevezik, az amazonit segíti az álmok valóra válását azáltal, hogy tisztán látja és felhatalmazza önt azok megvalósítására.

A turmalinizált kvarc az egyik legjobb kristály a szerencse és a szerencse növelésére. Egyesíti a kvarc tulajdonságait – erősíti a vibrációs energiákat



és a fókuszot a turmalinnal, ami blokkolja és pozitívvá alakítja a negativitást –, így dupla szerencsét hoz.

VB

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 Csévharaszton 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
- Ajánlói 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

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 autóipacian is a helyét.
Cím: 2200 Monor, Ipar u. 20.

TERMÉKEINK:

CAP ASS'Y Module és alkatrészei. Elektromos autók akkumulátorcelláinak biztonsági lezáró egysége, mely a robbanásvesztélyt 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, Cservharaszt, 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
V. Budapest X. ker., XVIII. ker., Vecsés, Monor
Megfelelő létszám esetén buszjáratot indítunk
- Jelenléti bónusz
- Toborzási bónusz
- Feladatörhöz 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:

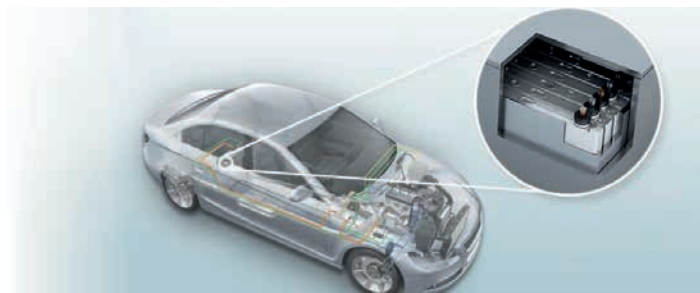
Főbb feladatok

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:

- e-mailben: válasz levélben küldünk jelentkezési lapot
- személyesen: jelentkezési lap (helyben kitölthető) + önéletrajz zárt borítékban leadva 24 órás portaszolgálatunknál.

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
 - Targoncajogositvány

- Angol nyelvtudás
- Exel-tábla kezelése

- Tapasztalat minőségbiztosítási területen
- Minőségbiztosítási ismeretek



Karácsonyi kedvességzsák

A karácsonyi kedvességzsák egy csodálatos módja annak, hogy az igazi karácsonyi hangulatot életre keltsük, egyszerűen töltjük meg finomságokkal és adjuk tovább.

Tegyünk bele bejglit, forralt bort, habfürdőt vagy édességet, majd hagyjuk ott valakinek, hogy megtalálja és élvezze. Ezután neki ugyanezt kell tennie, újratöltenie és továbbadnia valaki másnak. Csodálatos módja a karácsonyi hangulat és a kedvesség terjesztésének az ünnepi időszakban, egy igazi ajándék, amely mindenkinek meglepetést okoz.

A kedvességzsákok hagyományosan a következő felirattal vannak ellátva: „Ez egy karácsonyi kedvességzsák – élvezd a finomságokat töltsd újra és add tovább!” Természetesen nem kötelező ehhez ragaszkodni, beletehetünk egy



hagyományos zsákba, vagy ajándéktasakba egy képeslapot, amelyre hasonló szöveg van írva, néhány kedves szóval vagy ünnepi idézettel, de helyettesíthető egy saját kezűleg elkészített dobozzal is. A lényeg a kedvesség.

Szerezzünk örömet karácsonykor, hisz mi sem melegíti fel jobban a szívünket, mintha mosolyt csalhatunk az emberek arcára.

BEA

ÁCS, TETŐFEDŐ, BÁDOGOS

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

**Alpin-
technikával.
Kedvező
árak!**

**SAKKÉPZETT
MESTEREK**

06-30/919-4694

cityfood

**Vecsesi
nagyüzemi konyha
ALAPANYAGRAKTÁRBA
munkatársat keres!**

Jelentkezéseket fényképes
önéletrajzzal várunk.

karrier.city@gmail.com

DF K
ÜZLETHÁZ

**Monorierdő,
Barátság utca 16.**

(volt Csapágház helyén) *

*Google és Waze mobilapplikációval:
„Deak Üzletház Monorierdő”

MEGNYITOTTUNK!

FENYŐFA-ÁRUSÍTÁS ÉS FARAGÁS.

**Karácsonyi vásár! Fényfüzerek,
díszek, talpak nagy választékban!**

- **Barkács, hobby barkácsárak**
- **Minden, ami világítástechnika**
- **Csapágy**
- **Háztartási termékek**

Nyitvatartásunk
dec. 6-tól 23-ig:
H-P: 7:30-19:00-ig,
Szo-V: 8-17:00-ig
Dec. 24-én a kormány-
rendelet alapján:
7:30-14:00-ig.

Facebook: Deak Üzletház

Tel.: +36-70/537-3177

E-mail: deaktradekft@gmail.com



ELADÓ!
félszáraz,
azonnal használható!
TŰZIFA



Tel.: 06-20/343-1067

**Hasított
tölgy, bükk, akác 25 cm-es 21 500 Ft/m³
vegyesen**

**Hasított
tölgy, bükk, akác 33 cm-es 21 000 Ft/m³
vegyesen**

Hasított akác 25 cm-es 21 500 Ft/m³

Hasított akác 33 cm-es 21 000 Ft/m³

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

**Monoron 4 m³-től
a kiszállítás díjtalan.**



4m³

EUTR szám: AA5811522

A legerősebb ANTIOXIDÁNSOK

Az antioxidánsoknak az immunrendszerünk egészségének megőrzésében is fontos szerepe van. Amennyiben elégtelen mennyiségben fogyasztunk antioxidáns anyagokat, szervezetünkben felhalmozódnak a szabad gyökök. Ezek olyan vegyületek, amelyeknek fokozott a reakciókészségük, így károsítják a szervezet egészségét.

Mitől védenek?

Az antioxidánsok egy része növényi táplálékkal kerülhet be a szervezetbe, mások az emberi szervezetben is képződnek. Az emberi test viszonylag tág határon belül képes saját maga is kiegyenlíteni a túlzott szabadgyök-képződést, de előbb-utóbb elfárad, így a szabad gyökök elkezdik kifejteni romboló hatásukat. A kutatások szerint az immunrendszer legyengüléséért, a szív- és érrendszeri betegségekért, az érelmeszesedésért, állandósult ízületi és bélrendszeri gyulladásokért és a korai öregedésért is nagy mértékben felelősek a szabad gyökök.

A magyar Nobel-díjas és az antioxidánsok

A gyógynövényekben két nagy anyagcsoport felelős az antioxidáns hatásért. Közülük a flavonoidokat nem más, mint Szent-Györgyi Albert, Nobel-díjas magyar tudós fedezte fel 1930-ban. Úgy tartotta és kutatással is igazolta, hogy a C-vitamin mellett a flavonoidok jelentik a legerősebb védelmet az érfalak egészségének



Csipkebogyó

megőrzésében. Emiatt sokáig P-vitaminnak is nevezték a flavonoidokat. Később egy nagyszabású, 25 éven keresztül végzett vizsgálatban is alátámasztották a megfigyeléseit. Ebből kiderült: minél több flavonoidot fogyaszt valaki, annál kisebb valószínűséggel alakul ki szív- és érrendszeri betegsége.

A flavonoidokon kívül van egy másik nagy antioxidáns hatóanyagcsoport is, ezek a gyógynövények illóolajában lévő komponensek. Ezek gyakran még a flavonoidoknál is erősebb antioxidáns hatással rendelkeznek.

Hogyan mérhető az antioxidáns hatás?

A növények antioxidáns hatásának mérésére többféle módszer is létezik. Az egyik legelfogadottabb módszer az úgynevezett

ORAC-vizsgálat. Az Egyesült Államok Mezőgazdasági Minisztériuma is ezzel a módszerrel hasonlította össze az egyes növények antioxidáns hatását. Néhány gyakori gyümölcs antioxidáns hatása (ORAC-értéke) a következőképp alakult: citrom: 1346, narancs: 2103, szeder: 5905, fekete áfonya: 9621, aszalt szilva: 8059.

A legjobb gyógynövények

A gyümölcsök és zöldségek antioxidáns hatása jócskán elmarad a gyógynövényekétől. Ez több dolognak is köszönhető.

Egyrészt száritott formában fogyasztjuk őket, így a hatóanyagokat is koncentrált formában tartalmazzák, másrészt jellemzően magasabb flavonoidtartalommal és jóval több antioxidáns hatású illóolaj-komponenssel rendelkeznek. A csipkebogyó például több mint 70-szer olyan erős antioxidáns, mint a citrom, a maga 96150-es

ORAC-értékével. Azonban csipkebogyónál is léteznek erősebb antioxidáns hatású gyógynövények. A zsályának 119 929, a kurkumának 127 068, a fahéjfa kéregnek 131 420, a kakukkfűnek 157 380, az orvosi rozmaringnak 165 280, a szurokfűnek pedig 165 280 az ORAC-értéke.

Fokozható a hatás?

A növényi sejtfalak akadályozzák, hogy az összes antioxidáns hatóanyag kioldódhasson.

A gyógynövényekből készített szuperfinom porokban azonban már nincsenek ép sejtfalak, így jelentősen nő a hozzáférhető antioxidáns hatású polifenolok és flavonoidok mennyisége.

A kutatások szerint a szuperfinom gyógynövényporok antioxidáns hatása akár három-ötször nagyobb lehet, mintha más módon fogyasztanánk őket.

*Papp János
gyógynövény-alkalmazási
szakmérnök, fitoterapeuta*



Rozmaring

HÍRDETÉS



JAVALLAT®
KAPSZULÁK SZUPERFINOM
INSTANT GYÓGYNÖVÉNYPORBÓL

ANTIOXIDÁNS HATÁSÚ GYÓGYNÖVÉNYEK



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 • Rákóczi u. 18. • Telefon: 06-20-615-8075

PILIS

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

7 tipp arra, hogy megkedveljenek



1. Mosolyogj!

A mosoly fontosságát nem lehet alábecsülni. Ha őszinte mosollyal az arcodon lépsz oda egy idegenhez, azonnal barátságosabbnak, megközelíthetőbbnek tűnsz. Pozitív hangot ad az interakciónak, és azt mutatja, hogy kedves, barátságos ember vagy. További bónuszként a mosolygás pusztán aktusa olyan vegyi anyagok felszabadítására készíti az agyadat, amelyek boldogabbá tesznek.

2. Használd a nevüket!

Az emberek arra vannak programozva, hogy szeressék a saját nevük hangzását. Ha megtanultad egy idegen nevét, próbáld meg néhányszor használni a beszélgetésben, ahol természetesen tűnik (anélkül, hogy túlzásba vinnéd).

3. Törd meg a jeget könnyedséggel!

A beszélgetés beindítása néha nehéz, különösen, ha el akarod kerülni, hogy small talkhoz folyamodj. A small talk nem feltétlenül rossz – az időjárásról vagy az aktuális eseményről való beszélgetés tökéletes módja annak, hogy a társasági fogaskerekek mozgásba lendüljenek –, de egy viccel nyitva a beszélgetést,

gyakrabban és gyorsabban elérheted, hogy kedveljenek.

4. Legyen nyílt a testbeszéded!

A mondás szerint a tettek hangosabban beszélnek, mint a szavak. A testbeszéded apró gesztusai, rándulásai és testtartásaid készítheti az embert arra, hogy kedveljen vagy ne kedveljen téged, függetlenül attól, hogy milyen más dolgokat próbálsz mondani. Tehát tartsd a karodat kinyújtva, tartsd széttárva a lábad, a törzsedet és a fejedet a beszélgetőpartnered felé fordítsd. A szemkontaktus szintén sokat segít.

5. Gesztikulálj!

A gesztikulálás az a folyamat, amikor a kezeidet és karjaidat bevonod a beszéded kiegészítéseként. Ha ezt teszed, szimpatikusabbá válsz, mert az energiádat és a lelkesedésedet mutatja.

Ezt is könnyű túlzásba vinni, ezért a gesztusok intenzitását és gyakoriságát tartsa ésszerű szinten.

6. Vedd rá őket, hogy beszéljenek magukról!

Az emberek szeretnek magukról beszélni, és különösen szeretnek a szenvedélyeikről beszélni. Finoman tereld a beszélgetést abba az irányba, hogy kiderüljön, mi az, ami igazán fontos számukra az életben, majd maradj ennél a témánál, ameddig csak lehet. Figyelj rájuk, és tegyél fel őszinte kérdéseket.

7. Beszéljess idegenekkel!

A buszon, az utcán, egy étteremben, egy sporteseményen, és szoktasd hozzá magad ahhoz a gondolathoz, hogy ez a természetes részed. Ez segíteni fog, ezután jobban fogsz tudni bemutatkozni és társalogni. *V.B.*

HIRDETÉS

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

cityfood

**Érdeklődjön céges
buszjáratunkról!**

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



4 fontos étrendkiegészítő

DEPRESSZIÓ ELLEN

A kutatások kimutatták, hogy a depressziót számos folyamat befolyásolja a szervezetben, többek között a gyulladás, az oxidatív stressz és még sok más. Emiatt bizonyos táplálékkiegészítőket évtizedek óta használnak a depresszió tüneteinek kezelésére, akár antidepresszáns gyógyszerekkel együtt, akár önmagukban alkalmazva.

Számos tanulmány értékelte a kiegészítők szerepét a depresszió kezelésében. Az American Journal of Psychiatry című szakfolyóiratban elemezték a meglévő tanulmányok eredményeit 16 különböző étrend-kiegészítőre vonatkozóan, hogy meghatározzák, melyek azok, amelyek elegendő bizonyítékkal rendelkeznek ahhoz, hogy antidepresszáns gyógyszerekkel együtt szedve segítsenek csökkenteni a depresszió tüneteit. Íme, az általuk sikeresnek talált kiegészítők:

Halolaj

A halolajnak magas az omega-3 zsírsavtartalma, amely kulcsfontosságú bizonyos agyi funkciók szempontjából, és segíthet a depresszióval összefüggő gyulladás csökkentésében. A halolajban kétféle omega-3 van: EPA és DHA. A kutatók megállapították, hogy az EPA az, amelyik a legtöbbet segít depresszió esetén.

D-vitamin

A szervezetünk természetes módon termel D-vitaint, ha

megfelelő mértékben kiteszük magunkat a napfénynek; a tanulmányok azonban azt találták, hogy a legtöbb embernek valójában nincs elégséges szintje, különösen azoknak, akik az északi szélességeken élnek, ahol kevesebb napfény éri őket, és hogy az alacsony D-vitamin-szinttel rendelkező emberek hajlamosabbak a depresszióra. Az agy depresszióval összefüggésbe hozható részein D-vitamin-receptorok találhatók, melyek részt vehetnek bizonyos neurotranszmitterek létrehozásában.

L-metilfolát (a folsav egy speciális típusa)

Bizonyos emberek genetikai adottságai valóban károsítják a folsav felhasználását a sejt-folyamatokban, ami összefüggésbe hozható a depresszióval. Az L-metilfolát segíthet áthidalni ezt a hiányt, és mozgásban tartani a sejt-folyamatokat. Valójában már létezik az L-metilfolátnak egy FDA által jóváhagyott formája, amelyet az orvosok olyan betegeknek írnak fel, akik kezdetben nem reagálnak az antidepresszáns-kezelésre.

SAM-e (S-adenozil-metionin)

A SAM-e Európában vényköteles gyógyszer. Ez egy természetes anyag, amely a test és az agy minden sejtjében jelen van, és számos sejt-folyamatban szerepet játszik. A SAM-e feltehetően úgy működik, hogy növeli a szerotoninszintet az agyban, az antidepresszáns gyógyszerekhez hasonló hatást váltva ki.

Az antidepresszánsokat nem szedőknek egy harvardi testület a fenti kiegészítőket, valamint az orbáncfűvet „biztonságos – és gyakran hatékony – természetes terápiaként” azonosította a depresszió kezelésére.

Érdemes azt is megjegyezni, hogy a halolaj és a D-vitamin pótlásának a depresszió kezelésén túlmenően szélesebb körű egészségügyi előnyei is vannak, beleértve az egészséges csontok, sejtek és szív- és érrendszeri funkciók fenntartását.

Vladár Bea

HIRDETÉS

Eladó ingatlanokat keresünk meglévő készpénzes ügyfeleink részére 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!

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

Karácsonyi halászlé

Hozzávalók 8 főre:

- 1 kg tisztított ponty
- 50 dkg apró hal
- 1 db harcsafej
- 2 db hagyma
- 3 evőkanál pirospaprika
- 2 dl vörösbort
- 2 db paradicsom
- 2 db paprika
- só
- bors



ELKÉSZÍTÉS:

Ha szükséges, a pontyot pucold meg, amennyiben szeretnéd, a bőrt is nyúzd le, majd szeleteld fel. Alaposan mosd meg, sózd be és tedd a hűtőbe egy órára.

Az aprólékot a keszegekkel, a fejekkel és farkakkal, belsőségekkel pakold egy lábosba, önts fel annyi vízzel, hogy a halakat éppen ellepje. Mehet hozzá a kis darabokra vágott hagyma, a paradicsom, a paprika és fűszerezd

sóval, borssal, majd szórd hozzá a pirospaprikát.

Tedd a tűzre, és főzd szét körülbelül másfél óra alatt. Ha ez megvan, passzírozd át a sűrűjét paradicsompaszszírozón vagy szitán. Rakd vissza az edénybe, önts hozzá egy liter vizet és két deciliter bort. Ismét forrald fel. Közben rakd hozzá az ikrát, a tejet és a halszeleteket. Főzd öt-tíz percig, vedd le a tűzről, és már tálalhatod is.



Szeretnél egy
nagy múltra visszatekintő,
magyar nagyvállalatnál dolgozni?

A Magyar Posta Zrt.
Nemzetközi Posta Kicserélő Központja

VÁMÜGYINTÉZŐ

munkatársat keres

Milyen feladataid lennének?

- Vámigazgatási eljáráshoz kapcsolódó feladatok, vámtarifa és egyéb közösségi intézkedések végrehajtása:
- áruk származásának és vámértékének meghatározása
- áruosztályozási tevékenységhez kapcsolódó feladatok ellátása
- vámkezelési eljárás lefolytatása
- ügyfél képviselése a vámhatóság előtt
- napi kapcsolattartás az ügyfelekkel

Téged keressünk, ha rendelkezelsz az alábbiakkal:

- középfokú végzettség
- vámügyintézői OKJ végzettség
- bejegyzésmentes erkölcsi bizonyítvány
- határozott személyiség

Amit kínálunk:

- Megbízható, stabil munkakörnyezet
- Hosszú távú, biztos munkahely
- Igényes munkakörnyezet
- Jó csapat

További információk:

- A munkavégzés helye: **Budapest, Liszt Ferenc Repülőtér 2-es terminál**
- Napi munkaidő: 8 óra, egy vagy kétműszakos munkarend (délelőtt, délután).

Ha inkább hivatást szeretnél, és nem csak egy munkát, jelentkezz hozzánk.

Jelentkezés:

Részletes, fényképes szakmai önéletrajzod (tartózkodási hely megjelölésével), a munka@posta.hu email címre, a **LOG-2/2021** referencia számra hivatkozva, vagy a HR Üzleti Partner Központ, Budapest 1540 levélcímre küldheted el.

A jelentkező a jelentkezéssel önkéntesen hozzájárul, hogy a Magyar Posta Zrt. (Székhely: 1138 Budapest, Dunavirág utca 2-6., Cg:01-10-042463, adatvédelmi tisztviselő: adatvedelem@posta.hu) a jelentkezésben megadott adatait a meghirdetett vagy az álláspályázat időszakában felmerülő másik betölthető pozícióra alkalmas jelölt kiválasztása céljából a kiválasztási eljárás végéig kezelje. A jelentkező az adatai törlését, a hozzájárulásának visszavonását a 1540 Budapest postacímre, vagy a toborzas@posta.hu e-mail-címen kérheti. Hozzájárulásának visszavonása azonban nem érinti a visszavonás előtt folytatott adatkezelés jogszerűségét. Az adatkezelésről a további tájékoztatás elérhető a www.posta.hu Adatkezelési tájékoztató menüpontjában.

HIRDETÉS

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

JELENTKEZZ VECSÉSRE OPERÁTORNAK

3 műszakos munkarendbe!

Feladat:
alkatrészek
összeszerelése (gépkészítés,
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:**
Üllő, Monor, Monorierdő,
Pilis, Gomba, Bénye, Káva,
Csévharaszt, Vasad, Cegléd,
Budapest-Örs vezér tere,
Nagykátá
irányából.

Jelentkezés:
06-20/215-0699 • lukacs.mara@humilitas.hu

AZ ADVENTI koszorú

Az adventi időszak az évnek egy nagyon különleges időszaka, amely néha elveszik az azt követő karácsonyi időszak ragyogó fényei között. Advent első napja az új liturgikus (vagy egyházi) naptár első napja. Az emberek számára ez az időszak arra szolgál, hogy ima, elmélkedések, különleges zene és jó cselekedetek által emlékezzenek arra, hogy mi Jézus születésének igazi értelme. Az advent négy hetéhez sokféle hagyomány kapcsolódik.

Az idei, 2021-es évben az adventi időszak november 28-án, vasárnap kezdődik és egészen december 24-ig, péntekig tart. A legtöbb háznál ilyenkor adventi koszorú kerül az asztalra. Ennek a szépséges ünnepi szimbólumnak a jelentésével azonban nincs mindenki tisztában.

Adventi koszorú

Az adventi időszak legjelentősebb hagyománya az adventi

koszorú. A koszorú és a gyertyák tele vannak a karácsonyi időszakhoz kötődő szimbolikával. Mit is szimbolizál az adventi koszorú? Maga a koszorú, amely különböző örökzöldekből készül, a folyamatos életet jelképezi. A koszorú köre, amelynek nincs kezdete és vége, Isten örökkévalóságát, a lélek halhatatlanságát és a Krisztusban talált örök életet szimbolizálja.

Még a koszorút alkotó egyes örökzöldeknek is megvan a

maguk jelentése, amelyet a hitünkhez igazíthatunk. A babér az üldöztetés és a szenvedés feltett győzelmet jelenti. A fenyő, a magyal és a tiszafa a halhatatlanságot, a cédrus pedig az erőt és a gyógyulást jelképezi. A koszorút díszítő fenyőtobozok az életet és a feltámadást jelképezik. A koszorú egésze a lelkünk halhatatlanságára és Isten ígéretére emlékeztet, hogy Krisztus által örök életet ígér nekünk.

Adventi gyertyák

A gyertyáknak is megvan a maguk különleges jelentése. A négy gyertya az advent négy hetét jelképezi, és minden vasárnap meggyújtunk egy gyertyát. A gyertyák közül három lila színű, mert a lila szín liturgikus szín, amely az imádság, a bűnbánat és az áldozatvállalás idejét jelzi.

Az első gyertya, amely lila, a reményt szimbolizálja. Néha „prófétai gyertyának” is nevezik a próféták, különösen Ézsaiás emlékére, aki megjósolta



Krisztus születését. A Messiás eljövételének várakozását jelképezi.

A második gyertya, amely szintén lila, a hitet jelképezi, „betlehemi gyertyának” nevezik, Mária és József betlehemi útjának emlékére.

A harmadik gyertya rózsaszínű, és az örömet jelképezi, „pásztorgyertyának” nevezik, és azért rózsaszín, mert a rózsaszín az öröm liturgikus színe.

Advent negyedik hetében meggyújtjuk az utolsó lila gyertyát, hogy jelezzük az utolsó ima- és bűnbánati hetet. Ez az utolsó gyertya, az „angyali gyertya” a békét jelképezi. Az angyalok üzenetére emlékeztet bennünket: „Béke a Földön, jóakarat az emberek felé.”

Néha egy fehér gyertyát helyeznek a koszorú közepére. A fehér gyertyát szenteste gyújtják meg. Ezt a gyertyát „Krisztus-gyertyának” nevezik, és Krisztus életét jelképezi. A fehér szín a tisztaság jelképe.

Az adventi koszorú használata kiváló módja annak, hogy felkészítsük elménket és szívünket a karácsonyra. *V.Bea*


LOKÁCIÓ
 HELYZETBE HOZZUK!

Kiadó: Apifito Kft. • Szerkesztő: Vladár Bea

Cím: Monor, Martinovics u. 18.

Felelős kiadó: Szekerka János ügyvezető

Hirdetésfelvétel: Horváth Szilvia, 06-70/319-4317,

horvath.szilvia@regiolapok.hu

www.regiolapkiado.hu | E-mail: info@regiolapok.hu.

Nyomtatás: Oláh Nyomdaipari Kft. • ISSN 2786-2151

A kiadványban megjelent hirdetések tartalmáért a kiadó nem vállal felelősséget! A kiadványban szereplő akciós termékek és szolgáltatások árai a készlet erejéig érvényesek!

**PILLANGÓ
KÖNYVESBOLT**

**Széles könyvválaszték
kicsiknek és nagyoknak.**
Könyvek megrendelésre.
Helyi borok és kézművestermékek.
Monori ajándécsomagok.
**2200 Monor, Forrás köz 2.
06-20/417-6567 • <http://pillangokonyvek.hu/>
facebook: Pillangó Könyvesbolt**

 Nyitvatartás:
H – P: 9–18, Szo: 9–12




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

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 szakemberi javítása, új szerkezetek
kialakítása, legyártása és beépítése

15%

kedvezmény

**Ingyenes felmérés
GARÁNCIÁVAL!**



+36-70/225-6932

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

**FAKIVÁGÁST, GALLYAZÁST
VÁLLALUNK ALPINTECHNIKÁVAL
AKÁR ELSZÁLLÍTÁSSAL IS.**



HÍVJON MOST!
Tel.: 06-30/218-7023

HERENDI TAMÁS zárszerelő

**AJTÓNYITÁS, ZÁRJAVÍTÁS,
ZÁRCERE, 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.**

MÁRIBANKKÁRTYÁVAL IS FIZETHET

Hívjon bizalommal:
06-30/489-5334



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.**



HŰTŐGÉPEK, FAGYASZTÓK JAVÍTÁSA

**Helyszínen,
garanciával**

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

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

ÜVEGES és képkeretező

Ivánzski 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!



Frangipani SPA Vecsés
Tradicionális Balinéz és Thai masszáz

Tel.: 06-70/555-6662 • www.balinezmasszazs.hu

Thai Masszázs Vecsés • Vecsés, Fő út 158. I/2.
Nyitva: minden nap 10-től 20 óráig

Ajándékkártya*
karácsonyra
7000 Ft/60 perc

Tapasztalja meg
ezt a különleges
masszázsélményt
eredeti balinéz
terapeutáink által!

*vásárlás személyesen, vagy e-utalvány átutalásos fizetéssel

Őriási tűzijátékvásár Gyálon!

Egész évben vásárolható szaküzletben

- ★ Bombetta termékek (sorozatvetők)
- ★ Rakéták, görögtűzek
- ★ Állatbarát tűzijáték
- ★ Díszdobozos ajándéktárgyak
- ★ Partykellékek
- ★ Héliumos lufifújás
- ★ Rendelhető vízi-show, láng-show

Az értékesítés a 173/211 korm.rendelet alapján történik.

Cím: Gyál, Vecsési út 12.
Tel.: 06-20/9-386-368

E-mail: vezuv.kalmar@gmail.com • Web: www.vezuvtuzijatek.hu

Burkoló Büfé

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

Burkoló büfé

Csirkés tortilla
Marha-bivaly hamburgerek
Hot-dog
Rántott hús

Szendvics-újdonságok:
olasz sonkamozzarella, tonhalmozzarella

Újdonságunk: GYROS TÖRÖKRIZS

Üditők, energitalok

RÁNTOTTHÚSOS SZENDVICS

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

Húsfüstölést vállalok

Monoron nonstop!
Rövid határidővel!
Nagy tételben is!

Füstölés akác-, bükk-, tölgyporral.

06-30/934-1335

TERMELŐI MÉZDISZKONT
A Kispesti Piac Üzletház I. emeletén.

APIFITO

Nyitvatartás: csütörtökön, pénteken 8–12, szombaton 8–13

Facebook: Mézdiszkont • Web: www.apifito.hu
Tel.: 06-70/607-4444

Minden gyógynövényes méz:
990 Ft/½ kg

Natura 2000 területen termelt GYÓGYNÖVÉNYÁGYON ÉRLELT TERMELŐI MÉZEK

Levendulás, kakukkfűves, citromfűves, mentás, kamillás, rozmaringos, zsályás, köményes, bazsalikomos és ánizsos.

Kistermelői szörpök, lekvárok, befőttek, savanyúságok, térszászok termelői áron 490 Ft-tól.

Viszonteladók jelentkezését is várjuk.

Tartsd nálunk szülinapod, ballagásod, családi vagy céges összejöveteleid!

Bérelhető rendezvényterem különleges hang- és fénytechnikával Monor központjában.

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