



**KARNEVÁL a világ
minden tájáról**

2. old.

MESTEREMBEREK

15. old.

MESTEREMBEREK



LOKÁCIÓ

HELYZETBE HOZZUK!

MEGJELENIK: **Vecsésen,
Monoron és környékén**

KERESSEN MINKET
AZ INTERNETEN IS!



www.lokacio.hu

2020. FEBRUÁR



**Mit jelent
A VALENTIN-NAP?**

8-9. old.

**Mire való
A QR-KÓD?**

4. old.

**FEBRUÁR
a szív tudatosság
hónapja**

6. old.

**ÉTELEK, amik
boldoggá
tesznek**

10. old.

Villámáron
melléklet
11. oldalon

**A TAVASZ
HÍRNÖKEI**

7. old.

PROGRAMAJÁNLÓ

6. old.

HIRDETÉS

BD nyílászáró **VJ** NYÍLÁSZÁRÓ
Ajtó-ablak-redőny
bikkesdaniel88@gmail.com
06 70 5921067 • 06 70 3810540

TETŐFEDŐ

18 éve a lakosság
szolgálatában!



Árvai Richárd 06-30/475-2917, 06-20/271-2401

Mindenféle tetők
készítése, javítása

Ácsszerkezet építése

Ereszcsatornák szerelése

Lapostetők szigetelése, javítása

INGYENES FELMÉRÉS,
kisebbségi javítások
azonnali kezdéssel!
GARANCIÁVAL!



MONOR, PIAC TÉR mellett Bocskai u. 2.

H: zárva, K-P: 6-18, Szo: 6-12

Tel.: 06-29/786-432

Rendelés sms-ben: 06-30/549-5704

KÖVESSEN MINKET A FACEBOOKON!

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

OTP Szépkártya,
Erzsébet-
és bankkártya
elfogadóhely.

**Disznótoros,
hurka, kolbász,
házi száraz
kolbász**

**Hidegkonyhai
készítmények,
rántott húsos
szendvicsek,
pizzák**

**Csütörtö-
könként
növekedő
marhahús**

BÖLLÉRKEDJEN VELÜNK!

**Sózni való parasztonka,
tarja, lapocka.**

**Helyben feldolgozott, ízletes,
kizárólagosan magyar rőfiség, marhaság,
libaság és kacsaság verhetetlen jó áron!**

**Nézzon be hozzánk! Szája tátva marad,
pocakja nem marad üres!**



**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,
mészko, műko egyedi
sírkövek készítése
(nem kínai)
- Betűvésés
- Gravír képek készítése
- Ablakpárkány,
pultlap, kerítés fedkő
- Régi sírkövek pótlása,
felújítása, tisztítása

**Gránit
sírkövek**



KARNEVÁL a világ minden TÁJÁRÓL

Február a világon mindenütt a farsangról, a bálokról szól. A legtöbb országban hagyomány van, mégis mindenütt egy kicsit másképp ünneplik, holott a lényege ugyanaz.

A legfontosabb kellék a móka, jókedv és a nevetés, mindez színekkel, jelmezekkel fűszerezve. Jelentése, hogy vége a télnek és minden új életre fog kelni.

Jég és hó uralja a karnevál napjait a hideg Kanadában, Velencében a Piazza San Marco álarok tengerévé válik, míg New Orleans színes felvonulások és jazz-zene otthona. Nézzük most meg milyen változatosan ünneplik a karnevált szerte a világon.

EURÓPA

Franciaország – nizzai karnevál

Noha a Carnaval de Paris is létezik, Nizza az a francia város, amely a legismertebb a karneváljáról. A fesztivál legkorábbi feljegyzése Charles d'Anjou gróf 1294-es utazási jelentésében található. A nizzai karnevál csodálatosan színes és virágos. Virágfelvonulások több napon zajlanak. A nizzai karnevál a karneváli király tradicionális elégetésével a Place Masséna helyén tűzijátékkal ér véget.



Olaszország – velencei karnevál

A velencei karnevál az egyik legnagyobb és leghíresebb Európában. Mivel minden sarkon

van valami, néha nehéz nyomon követni a dolgokat. Ekkor kerül megrendezésre például a Corri, a Venicemarathon Club által szervezett maszkos futás. Nem szabad kihagyni a Volo dell'Angelo-t, az álruhás nő menekülését a San Marco harangtoronytól a színpadra. Az ünnepségek befejezéséhez egy harangtorony fölé nagy zászlón Velence emblémáját, a szárnyas oroszlánt emelik fel. A rendezvények nagy része nem Velence utcáin zajlik: a nagyszabású megnyitót az Arsénale-ban, a város egykori hajógyárában tartják, vacsorákat pedig főképp, a Galeria delle Meraviglie-ben (Csodák galériája) rendeznek.

Spanyolország Santa Cruz de Tenerife karnevál

Tenerife szigetén mindenütt ünneplik, de a legnagyobb ünnepség Santa Cruzban zajlik. A hagyományos felvonulás minden évben ott történeke Mardi Gras-on. 1987-ben egy énekesnő Celia Cruz által a Santa Cruzi karneválon zajló koncert még a Guinness-rekordok könyvébe is bekerült. Több mint 200 000 ember vett részt a koncerten. Az ünnepségek hagyományosan egy nagy, díszített halszobor (általában kartonból vagy szövetből készül) égetésével zárulnak.

Spanyolország – Cádiz-karnevál

Egy másik ismert karnevál a Carneval de Cádiz. Még a karnevál kezdete előtt egész Andalusia a Falla Színházhoz követi, ahol kb. 100 zenei csoport versenyez körülbelül 20 napig azért, hogy részt vehessenek a karneválon. A karnevál várakozása olyan nagy, hogy még a valódi fesztivál előtt megkezdődnek a kis streetfood-fesztiválok, például a „Pestihada”, ahol finom mézes palacsintákat szolgálnak fel.

DÉL AMERIKA

Brazília – Rio de Janeiro karnevál

Különösen híres karneválról a brazil főváros, Rio de Janeiro, amely a világ legnagyobb karneválját ünnepli. A fesztivált Momo karneváli király koronázásával nyitja meg a polgármester. Az ünnepségek legfontosabb eseménye a szamba-felvonulás. Számos utcai fesztivál is zajlik, zenével és tánccal szombattól keddig. A legnagyobb és legszervezettebb a Cinelândia téren található. A szambafelvonulás során számos szambaisko-



la versenyez egymással, hogy belépjen a Grupo Especialba. Minden iskola egy mottót választ, ehhez igazítják a jelmezeket és a táncot.

Bolívia – Oruro karnevál

A bolíviai Oruro karnevál 10 napig tart, és legfontosabb vonzereje a felvonulás vagy az „Entrada”. Mivel Oruro városát szent helyen építették fel, így a bolíviai őslakosok, minden évben visszatérnek, hogy ott szent rituáléjukat elvégezzék. Noha a spanyol telepek megtöltötték a rituálékot a 17. században, mégis gyakorolták ezt keresztény rítusnak álcázva. Ez magyarázza, hogy az őslakos népek vallásának számos eleme van az Oruro-karneválban. Ezért az oruroi ünnepségeket felvette az UNESCO 2001-ben az „Hagyományos és immateriális kulturális örökség remekművei” listájára. 2008-ban a karnevál szerepelt az „Az emberiség immateriális kulturális örökségének reprezentatív listáján”.

AFRIKA

Namíbia – Windhoek karnevál

Kölni karnevál Namíbiában? Bizony! Ebben az országban, Afrika délnyugati részén, a karnevált különösen a német namíbiak körében ünneplik. A „Windhoek Karneval” (WiKa) Namíbia legnagyobb karneválja. Az egészet a Windhoek Sportklub szervezi, amelyet 1951-ben alapítottak német emigránsok. Ezek a karneválok később kezdődnek. Március végén kezdik és április közepéig tart. Ennek oka az, hogy februárban még mindig túl meleg van a szabadtéri rendezvényekhez. Mint ahogy Németországban szokás, ott is van herceglabda, felvonulás, találkozók, és még sok más. Minden évben itt is más-más téma köré épül az ünnepségsorozat. V

Vecsésen, Monoron és környékén

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
@GLSHungaryKft

A klasszikus szalagos farsangi fánk receptje

A fánk tészta akkor az igazi, ha könnyű, és szalag fut rajta körbe. Az alapreceptet variálhatod rengeteg módon, a közepébe rejthetünk lekvárt, beleforgathatjuk olvasztott porcukorba, mázhatjuk csokoládéba, de kókusszal és színes tortadarával is lehet díszíteni.

HOZZÁVALÓK

- 50 dkg liszt
- 2 dl tej
- 6 dkg vaj
- 5 tojássárga
- 5 dkg porcukor
- 4 dkg élesztő
- csipet só

ELKÉSZÍTÉS

A tejet langyosítsuk meg, de arra vigyázzunk, hogy ne legyen meleg. Keverjük bele a cukrot, majd morzsoljuk bele az élesztőt. Várjunk 10-15 percig, amíg felfut, tehát jócskán megemelkedik. A lisztet szitáljuk át, hogy a tészta még lágyabb legyen. Rakjuk hozzá az olvasztott vajat, a megkelt élesztőt, a tojássárgát

és a sót. Jól dagasszuk meg. A tészta akkor jó, ha hólyagos, és elválik az edény falától.

Takarjuk le, majd kelesztjük meleg helyen 45-50 percen keresztül. Nagyon fontos, hogy a tészta rendesen megkeljen, különben nem lesz szalagos a fánk. Ha a duplájára emelkedik, lisztezett felületen nyújtuk ki egy centi vastagra és szaggassunk belőle tetszőleges nagyságú köröket. Rakjuk a fánkokat lisztezett tálcára, és kelesztjük még 15 percig.

Ezután forrósítsunk olajat, helyezzük bele a tésztát, és mindkét oldalát süssük meg. Ne legyen alatta túl nagy a láng, mert akkor belül nyers maradhat. Azzal is számoljunk, hogy a fánk sütés közben körülbelül a másfélszeresére nő. Tapasztalt háziasszonyok fedő alatt sütik a tésztát addig, amíg meg nem fordítják. Ez körülbelül három perc. Ha a fánk mindkét oldala aranybarna, szedjük ki, és csepegtessük le papírtörőn. Szórjuk meg a még meleg fánkot porcukorral.



JEANS OFFICE®

Légy Te is JO Club card tag, a folyamatos kedvezményekért!

A monori kasszasorával szemben!

TESCO

KABÁT VÁSÁR!!

-50%

8 ezer Ft feletti vásárlás esetén 700 Ft kedvezmény!

Minden más akcióval összehasonlítható! A kedvezmény érvényesítéséhez hozza magával a hirdetést!

Folyamatosan megújuló készlettel, női-férfi divatruházat széles választékával várunk szeretettel!

monor.jeansoffice

Nyitva: hétfőtől szombatiig: 09.00–20.00,
Vásárnap is várunk szeretettel 09.00–18.00 óráig!

KOVÁCS BORKÚT

A szőlő bizony sokszor hasznos, borként életünkbe vígságot hoz.

Nyitvatartási időn kívül hívjon. +36-30/9499-756

NYITVA: SZERDA, SZOMBAT: 7-13

Kovács Borkút

KOVÁCS BORKÚT

A MONORI PIAC JOBB HÁTSÓ SARKÁBAN

BUSZPÁLYAUDVAR

VÁLOGATOTT MINŐSÉGI ÜVEGES BOROK NAGY VÁLASZTÉKBAN KAPHATÓK.

Balatonfüred-Csupaki, Badacsonyi, Balaton-felvidéki, Tokaji, Tolnai borvidék.

Cabernet Sauvignon vörös FORRALT BOR 200 Ft/dl

TERMELŐI FOLYÓBOROK: 690 Ft/liter Frissen csapolva, rozsdamentes hordóból.

Panyolai pálinkák kaphatók

Mátrai Cabernet Sauvignon 890 Ft/liter helyett 690 Ft/liter

MIRE VALÓ A QR-KÓD?



tok és fehér terek mintáit tárolják. Ezek a minták beolvashatók és emberi olvasható információkká alakíthatók képalkotó eszköz, például kamera vagy szkennelők segítségével, bár manapság a leggyakoribb módszer a QR-kódok szkennelésére az okostelefon fényképezőgépének és egy speciális alkalmazásnak a használata.

Miért hasznosak a QR-kódok?

A QR-kódokat könnyű előállítani és használni. Ezek kényelmesek sokféle adat tárolására. Előnyük, hogy ez a rengeteg adat egy apró négyzetben sűrűdik össze. Ha a QR-kódban tárolni kívánt adatok csak alfanumerikus karakterekből készülnek, akkor egyetlen QR-kód legfeljebb 4000 karakterből állhatna.

Mire használják a QR-kódokat?

Mivel különféle típusú információkat tudnak tárolni, a QR-kódokat többféle célra használják. Általában olyan adatok tárolására, mint például:

- Egyszerű szöveg – üdvözlő üzenetek a konferenciákon.
- Cím – személyes otthoni cím, üzleti cím.
- Telefonszámok – személyes telefonszám, a vállalat telefonszáma.
- E-mail címek – személyes vagy üzleti fiókok.
- URL – webhelyek vagy meghatározott weboldalak címei.
- Linkek az alkalmazásokhoz – olyan alkalmazásokban találhatók, mint például a Google Play vagy az Apple App Store.
- Fizetések – A QR-kódok tárolhatják a bankszámlára vagy hitelkártyára vonatkozó információkat.
- Online fiókok hitelesítése – a webhelyek megjeleníthetnek egy QR-kódot, amelyet egy regisztrált felhasználó beolvashat

A QR-kódok ma már mindenütt megtalálhatók: megtalálhatja őket a legújabb eszközcsomagokra nyomtatva, névjegykártyákon, konferenciákon való bemutatásokon, épületekre festett fényképeken is.

Az emberek és a vállalatok ezeket mindenféle információ tárolására és terjesztésére használják oly módon, hogy az okostelefonokkal bárki számára könnyen elérhető legyen. Hogyan néz ki a QR-kód? Az alábbiakban mindent megtudhatunk, amit a QR-kódokról tudni kell, beleértve annak létrehozását is.

Mi a QR-kód?

A QR-kód kifejezés a Quick Response azaz, azt jelenti „gyors válasz”. A QR-kódok négyzet alakú vonalkódok (kétdimenziós vonalkódok), amelyeket először Japánban fejlesztettek ki és használtak. Mint minden vonalkód, a QR-kód nem más, mint az információ tárolása egy gépi olvasható optikai címkén. A QR-kódban szereplő adat bármi lehet, az egyszerű szövegtől az e-mail címeig, a telefon-számokig és így tovább.

A QR-kódok négyzet alakú rácsban elrendezett fekete pon-



Vecsésen, Monoron és környékén

okostelefonjával és automatikusan bejelentkezhet.

- WiFi-hitelesítés – a QR-kódok segítségével tárolhatók a WiFi-hálózatok hitelesítési adatai, például SSID, jelszó és titkosítási típus: amikor egy ilyen QR-kódot okostelefonnal szkennelünk, automatikusan csatlakozhatunk a hálózathoz.
- Számos egyéb, kevésbé ismert felhasználási területe van még. Japánban például vannak sírkövek QR-kódokkal, amelyek olyan weboldalakra mutatnak, amelyek információt tartalmaznak az elhunytól.

Az igazság az, hogy sokféle információt tárolhatunk QR-kódban, aminek csak a képzelet szabhat határt.

Hol jelennek meg a QR-kódok?

QR-kódokat találhatunk rengeteg helyen, de talán ezek a leggyakoribbak:

- Névjegykártyákon, amelyek különféle elérhetőséget tartalmaznak.
- Az okostelefonok és más eszközök csomagolásán, ezek hivatkozásokat rejtnek az alkalmazásokhoz. Vagy a vásárolt eszközhez tartozó támogatási szolgáltatást, a termékoldalt, amely tartalmazza az adott eszközről szóló információkat.
- TV-reklámokban, óriásplakátokban, online hirdetésekben és más típusú hirdetésekben
- A vállalkozások készletcímkein, amelyeket olyan információkkal láttak el, mint sorozatszám, cikkszám, hardver specifikáció, leltár dátuma stb.

Röviden: bárhova elhelyezhetünk egy QR-kódot, amelyet okostelefonnal be lehet szkennelni: egy darab papírra, ruhára, TV-képernyőre vagy egy épület homlokzatára. A lehetőségek végtelenek.

Hogyan lehet beolvasni egy QR-kódot?

A QR-kódok szkennelésének legegyszerűbb és leggyakoribb módja az okostelefon és a QR-szkennelő alkalmazás használata. Számtalan QR-szkennelő alkalmazás található a Google Play Áruházban, és rengeteg ilyen eszköz található az Apple App Store-ban. Általában csak annyit kell tenni, hogy a telefon fényképezőgépét a QR-kód fölé tartjuk, és a QR-letapogató alkalmazás lefordítja azt.

Hogyan hozhat létre QR-kódot?

A QR-kódok létrehozása előtt először gondolkodjunk el azon, hogy milyen információkat szeretnénk tárolni, és hol kívánjuk terjeszteni ezeket. Miután ezt kitaláltuk, keressük meg az interneten a „QR-kód-generátorokat”, amik lépésről lépésre végigvezetnek a folyamaton, hogy saját QR-kóddal rendelkezessünk.

VLAD

Vecsésen, Monoron és környékén

Eredeti NEMES KÖVEK

Monorierdőn a 4-es főút mellett található az a vállalkozás, ahol a köveket művészi módon munkálják meg. Nem véletlen, hogy a Rudas és a Széchenyi fürdő köfelújítási munkálatait rájuk bízta, hiszen több évtizedes szakmai tapasztalattal végzik precíz, kifogástalan, szakszerű munkájukat. Elsősorban gránit, márvány és mészkő forgalmazásával foglalkoznak de műköből is elkészítik amit a megrendelő szeretne. Az eredeti nemes kövek tartósak és gyönyörűek, a cég saját műhelyében kerülnek megmunkálásra. A Juhász Épkőnél a prémium minőség garantált.

MIRE VALÓK A KÖTÖMBÖK?

Elsősorban a márványról és a gránitról a síremlékek, sírkövek jutnak az emberek eszébe, pedig felhasználási módjukban számtalan praktikus lehetőség rejlik. Gondoljunk csak a lépcsőkre, ablakpárkányokra, konyhapultokra, fürdőszobákra és zuhanykabinokra. Milyen csodálatos és időtálló

egy olyan fürdőszoba, ahol a járólap és a falfelület is gránitburkolatot kap. A konyhapultok szinte tönkretelhetetlenek, ha ezeket az anyagokat választjuk hozzá.

AKIKET NEM FELEDÜNK

A sírkövek megmunkálásánál is nagyon fontos a kő minősége. A Juhász Épkőnél szívesen és türelemmel segítenek. Legfontosabb céljuk, hogy minden megrendelő

igényét teljesíteni tudják, ezáltal segítve, hogy az emlékek valóban szépek maradjanak. Káprázatosan sok szín, minta és forma választék-ból válogathat a kedves megrendelő. Magyarországon szinte egyedülálló lézertechnikával készítik el a feliratokat. A fotókat eredeti fénykép minőségben tudják a kőre varázsolni és akár még az eredeti aláírás is megőrizhető ezzel a technológiával. Természetesen a hagyományos, már ismert módokon is elkészítik az ügyfelek óhaját, például porcelánképeket, vésett vagy homokfűjt felirat formájában. (x)

JUHÁSZ SÍRKŐ JUHASZ-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, műkö egyedi sírkövek készítése (nem kínai)
- Betűvésés
- Gravír képek készítése
- Ablakpárkány, pulthap, kerítés fedkő
- Régi sírkövek pótlása, felújítása, tisztítása

**Gránit
sírkövek**

KORREKT OPTIKA

Gyalon a MOL kúttal szemben

EGÉSZSÉG PÉNZTÁR ÉS SZÉP KÁRTYA ELFOGADÓ HELY



MINDEN KERETÜNKBŐL

ANNYI SZÁZALÉK

KEDVEZMÉNYT ADUNK

**AHÁNY
ÉVES**

de minimum 50%

AKCIÓ!

**EBBEN A HÓNAPBAN
KOMPLETT SZEMÜVEG
KÉSZÍTÉSE ESETÉN
NAPSZEMÜVEGET
ADUNK AJÁNDÉKBA**

AKCIÓ!



AZ AKCIÓK RÉSZLETEIRŐL ÉRDEKLŐDJÜN ÜZLETÜNKBEN.



(30) 979 7073



(30) 758 1312

Vasárnap - Hétfő: ZÁRVA

Kedd - Péntek: 9.00 - 17.00

Szombat: 9.00 - 12.00

Vasárnap - Hétfő - Péntek: ZÁRVA

Kedd - Csütörtök: 9.00 - 17.00

Szombat: 9.00 - 12.00



2360 Gyál, Kőrösi út 156.



2225 Üllő, Ócsai út 1.

Nagyüzemi konyha
**ALAPANYAG-
RAKTÁRBA**
munkatársat keres!

*Jelentkezéseket fényképes
önéletrajzzal várunk.*
karrier.city@gmail.com



**ÉPÜLETENERGETIKAI
TANÚSÍTVÁNY KÉSZÍTÉSE**

Már 12 000 Ft-tól!

Vladár Zoltán
okl. építőmérnök,
kamarai szám: TÉ 13-63943
Tel.: 06-20/317-9312
E-mail: vladarzoltan@gmail.com
Web: www.mobilmernok.hu

FEBRUÁR 12. és 18. 19 óra

PÁRATLAN PÁROS

A Bánfalvy Stúdió és a BÁKK bemutatja Ray Cooney Páratlan Páros c című vígjátékát. Szereposztás: John Smith – Száraz Dénes, Mary Smith – Kiss Ramóna, Barbara Smith – Mezei Réka Léda, Stanley Curtis – Beleznay Endre, Porterhouse felügyelő – Harmath Imre, Troughton felügyelő – Suhajda Dániel, Bobby Franklyn – Kiss Zoltán, fotóriporter – Pintér Gábor.
Vecsés, BÁKK



FEBRUÁR 23. 16 óra

BÁKK MANÓ FARSANGJA AZ ALMA EGYÜTTESSEL

2020-ban hagyományteremtő szándékkal családi vásánapokra invitáljuk a kicsiket és nagyokat.
Vecsés, BÁKK

FEBRUÁR 28. 19 óra

JAG-VARÁZS

Fellépők: JBL (Magyar László, Nimmerfroth József, Szentannai Bertalan), Kék Balaton (Bodrogközi Péter, Bodrogközi Gergely, Hunya Ádám, Matiz Iván, Zombok Tamás), Megyeri Katalin és kísérete.
Monor, JAG



MÁRCIUS 11. 19 óra

Szente Vajk: LEGÉNYBŰCSÚ vígjáték két részben

Szente Vajk íróként nem csak a vég-sőkig feszíti a nevetőizmokra specializálódott bohózat kereteit, hanem föl is frissíti azt, már-már szinte a műfaj paródiája pereg a néző előtt.
Vecsés, BÁKK



FEBRUÁR 15.

8. GYÁLI BÖLLÉR-VERSENY

Immár nyolcadik alkalommal rendezik meg Gyálon a böllerversenyt, mely a víztorony melletti területen várja az érdeklődőket.

Gyál, Víztorony

FEBRUÁR 22.

MOZGÓ MOZI MONORON

12 órától a torontói Filmfesztivál nyertese, a Zöld könyv; 16 órától Bruce Willis, James McAvoy és Samuel L. Jackson főszereplésével az Üveg; 18.15-től a tavalyi év magyar filmsége, a Búék; 20 órától Rami Malek nagyszerű alakításával a Bohém rapszódia. A délelőtti időpontokra várják óvodás és iskolás csoportok jelentkezését a 06-29/413-212-es telefonszámon.
A Monori Művelődési Ház

HIRDETÉS

www.tan-go.hu
TANGO PROJEKT Kft.

Online képzések is!

A, B, C, C+E, D kategóriák GKI

Gyorsított képzés

Tel.: 06-20/912-6359



FEBRUÁR

a szív tudatosság hónapja

Kevesen tudják, hogy világszerte az év második hónapját a szív tudatosság hónapjának nevezik. Ez arra hívja fel az emberek figyelmét, hogy jobban bánjanak a szívükkel és segítsék ebben környezetüket is.

Mivel Magyarországon még mindig a vezető halálokok közé tartoznak a szív- és érrendszerbeli megbetegedések, érdemes kicsit jobban odafigyelnünk erre a kezdeményezésre. A jó hír, hogy a szívbetegségek gyakran megelőzhetők, amikor az emberek egészséges döntéseket hoznak és tudatosan kezelik meglévő betegségeiket. A gyakori orvosi ellenőrzés, a testmozgás, a helyes táplálkozás és az egészségkárosító szokások elhagyása kulcsfontosságú szerepet játszanak ebben. A közösségek, az egészségügyi szakemberek és a családok együtt működhetnek annak érdekében, hogy lehetőségeket teremtsenek az egészségesebb döntések meghozatalához.

ÍME NÉHÁNY ÖTLET:

- Ösztönözzük a családokat apró változtatásokra, például só helyett használnak egészséges fűszereket.
- Motiváljuk a pedagógusokat, hogy a testmozgást az iskolában a nap részévé tegyék. Ez segíthet a diákoknak a jó szokások korai elsajátításában.
- Kérjük meg az orvosokat és az ápolókat, hogy beszéljenek a szívbetegségek megelőzésének módjáról.
- Mérjük rendszeresen vérnyomást és ösztönözzük erre másokat is.

- Sportoljunk együtt családtagjainkkal és barátainkkal.
- Hagyjuk abba a dohányzást! Már egy évvel a dohányzásról való leszokást követően felére csökken a szívkoszorúér-betegség kialakulásának kockázata.

TUDDAD E, HOGY?

- A nők szíve gyorsabban ver, mint a férfiaké, percenként átlagosan 78-szor, míg a férfiaké 70-szer.
- A testünkben lévő érhálózat hossza kb. 96-97 ezer km, amit ha kiegyenesítenénk két és fél ezer érné körbe a Földet.
- Kutatások igazolják, hogy a jóga és a meditáció hatékonyan csökkenti a pulzusszámot, ami segít a vérnyomás csökkentésében.
- Az átlagos szív akkora, mint egy felnőtt ököl mérete.
- A szív napi kb. 115 000-szer ver és naponta mintegy 2000 liter vért pumpál.
- A szívbetegség legkorábbi ismert esetét egy 3500 éves egyiptomi múmia maradványaiban azonosították.
- Minden emlős közül a bálnának van a legnagyobb szíve.
- A legtöbb szívroham hétfőn történik.
- A szív dobogó hangját a szív nyitó és záró szelepe okozza.
- A nevetés jó hatással van a szívre. Csökkenti a stresszt és erősíti az immunrendszert. **V**

Vecsésen, Monoron és környékén

Vadonatúj Korando modell

Kipróbálhatja szalonunkban.
Foglaljon időpontot!

SSANGYONG
Made in Korea

Induló ár:
5 949 000 Ft-tól

Igazi családi SUV. Rendkívül gazdag biztonsági alapszereléssel, tágas belső térrel, erős, gazdaságos Euro 6D-s motorokkal, akár összerékhajtással vagy automata váltóval is rendelhető.

A márkakereskedésünkbe érkező autók nagy része már idén átvehető.

Vegyes üzemanyag-fogyasztás: 5-8,3 l/100 km, felszereltségtől függően.
Károsanyag-kibocsátási szint: Euro 6d temp.
CO₂ kibocsátás (vegyes): 144-190 g/km.

5 év garancia

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.

A tavasz HÍRNÖKEI

Még reggelente javában fagy és duzzogva kapargatjuk autónk szélvédőjéről a jeget, azért a tavasz már csendben kopogtat és csalogatja elő a föld alól az első virágokat.



Sok kiskertben már ki is nyílt a hóvirág, a tavasz első hírnöke, amely a hó alól is kidugja fejecskéjét, hogy lássa az első napsugarakat.

A szerény és tiszta fehér hóvirágokat pompás színekbe öltözve követi a krókusz vagy más néven sáfrány lila sárga, fehér rózsaszín virágai már igazi színekavalkádot hoznak a szürke téli napok után.



A hófény apró, csillag alakú, kék virágaival a sziklakert első virága is lehet. A szívós, hegyi virág néhány év alatt elszaporodik, virágszőnyeget alkotva a kertben.

A fekete hunyort a karácsony rózsájának is nevezik, képes előbújni akár már decemberben is. Az itthon őshonos rokonai védettek, de virágüzletekben cserépben is kapható.



A csodálatos jácint mindenkit elbűvöl telt virágaival és összetéveszthetetlen illatával, ami már csakugyan a tavasz illata, a tavasz hírnöke. Ahogy elmúlnak a fagyok, máris kibontja szebbnél szebb virágait.

Aki nem tud ilyen sokáig várni, akár saját ablakába is csalogathatja a tavaszt, amennyiben jácintmagokat hajtathat. Mindenképp vidámságot és színt visz a mindennapokba és megtöri a tél unalmát, hiszen csodás, friss, tavaszi illata betölti a szobát. **lad**



Mit jelent

A VALENTIN-NAP?

Lehet szeretni és lehet utálni, de tény, hogy február 14-én évek óta hazánkban is nagy népszerűségnek örvend a Valentin-nap.

Talán kevesen tudják hol is gyökerezik ennek a napnak az eredete. Igazából senki sem tudja pontosan, de van néhány mítosz, ami sejtetni engedi.

Ki lehet Szent Valentin?

A legenda szerint *Valentin* pap volt, aki a harmadik századi Rómában szolgált. Volt egy császár akkorigban a neve *II. Claudius* aki rájött, hogy az egyedülálló férfiak jobb katonák, mint azok, akik házasok. Ezzel a gondolattal, betiltották a házasságot a fiatal férfiak számára,

abban a reményben, hogy egy erősebb katonai bázist tudnak ezáltal létrehozni. Állítólag Valentine úgy vélte, hogy ez a rendelet nem tisztességes, és titokban összeadta azokat a párokat, akik házasodni szerettek volna. Amikor II. Claudius császár megtudta Valentin cselekedetét, meggyilkolták.

Egy másik legenda szerint Valentine bebörtönzött férfi volt, aki beleszeretett a börtönben egy lányába. Mielőtt megölték volna, elküldte a lánynak az első Valentin-napi kártyát, melyet úgy írt alá, hogy a Te Valentinod. Ezt az aláírást máig használják a Valentin-napi üdvözlőlapon.

Talán soha nem fogjuk megtudni a Szent Valentin nevű ember mögött álló igazi történetet.

Az viszont biztos, hogy mielőtt a Valentin napot bejegyezték volna a naptárba, február közepén az ókori római naptárban volt egy ünnep. Ez az ünnep (vitathatatlanul a Valentin-nap eredete), amelyet Lupercalianak neveztek, megünnepezték ezen a napon a termékenységet, és volt egy kedves szertartás

is. Két edénybe neveket raktak, az egyikbe fiú, a másikba lány neveket, és ezeket a neveket párosával húzták ki az edényekből. Az ókori Görögországban az emberek ekkortájt ünnepezték Zeusz isten és Héra istennő házasságát. Egyes történészek arra következtetnek, hogy ez is a Valentin-naphoz köthető.

Az ötödik században *Gelasius* pápa jegyezte be a naptárba, hogy február 14. Valentin-nap

Ha megpróbáljuk kitalálni, mit kellene tennünk Valentin-napon, akkor csak annyit kell tudni, hogy nincsenek szabályok. Ez egy új korszak, és a szeretet napját bármikor megünnepelehetjük, ahogy akarjuk. Egy romantikus vacsora, mozi, vagy akár egy Valentin-napi parti szervezése szintén remek módja annak, hogy megünnepeljük. Bármilyen csínálunk, biztosan örömet fogunk vele szerezni, amennyiben partnerünk is kedveli a Valentin nap romantikáját.

A legenda miatt a Szent Valentin a szerelem védőszentje lett. A Szent Valentin ima arra kéri őt, hogy kösse össze a szerelmeseket, hogy a kettőből legyen egy pár. *bea*

Vecsésen, Monoron és környékén

5+1 ÖTLET

Valentin-napra

Közeleg a Valentin-nap és sokan érezhetik úgy, hogy nyomás nehezedik rájuk, amiatt, hogy nem tudják mivel lephetnék meg kedvesüket. Valójában csak néhány eredeti ötletre van szükség. A házi készítésű személyes ajándékok azok, amelyek a legjobban közvetítik a szeretetünket.

1 Közös program egész évre

12 db boríték szükséges hozzá és egy kis fantázia. Az egyes borítékokba rejtünk egy-egy meglepetést, ami lehet valami érdekes program előre megszervezve, vagy színház-, mozi-, koncert-jegy, wellnesshétvége, biciklitúra de akár sielés is. Így minden hónapban van egy fix közös programunk.

májában. Nem csak klassz ajándék, de remek kikapcsolódás is az összerakása.

4 Fürdő-bomba

Az illatos, szív alakú fürdőbom-bák egy befőttes üvegben nemcsak szépek és kedvesek, de nagyon hasznosak is egy fárasztó nap végén.

2 „Szeretlek” lista

Csak írjuk le egy papírra miért szeretjük a másikat, majd tegyük egy képeretbe, ami bárhol szem előtt lehet, így mindig mosolyt csal az arcára.



5 Sörösüveg virágokkal

Ki mondta, hogy a férfiakat nem lehet meglepni? Fűzzünk a sörösüvegek tetejére szívecskés papírból készült virágokat és már kész is.

3 Puzzle

Válasszunk ki egy közös kedvenc képet és hívassuk elő puzzle for-

+1 Saját készítésű sajtortorta szívecskékkel

Finom édes meglepetés.

Valentin-napi sajtortorta

HOZZÁVALÓK

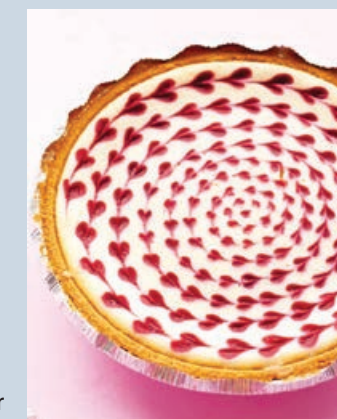
ALAPHOZ

- 365 g zabkeksz
- 70 g teavaj

SAJTKRÉMHEZ

- 625 g krémsajt
- 25 dkg cukor
- 1 teáskanál vaníliaaroma
- 3 db tojás

- 75 g málna
- 1,5 csapott evőkanál cukor



ELKÉSZÍTÉS

1. A zabkekszet aprítsuk morzsává és adjuk hozzá az olvasztott vaját. Keverjük össze, majd nyomkodjuk bele a sütőpapírral bélelt csatos tortaformába.
2. 180 °C-on 10 percig süssük elő.
3. A krémsajtot habverővel habosítsuk kb. 3 percig, majd adjuk hozzá a cukrot és a vaníliaaromát.
4. A krém közepébe üssünk egy tojást, és a habverővel keverjük addig, amíg homogén állaga nem lesz, majd ismételjük meg a másik tojással is.
5. Ha kihűlt a kekszalap, öntsük rá a krémet.
6. A málnát főzzük össze a cukorral. Ha kész, egy szűrőn pasz-szírozzuk át.
7. A krém tetejét a málnával pöttyözzük, egy fecskendő segítségével, spirál alakban kívülről befelé haladva és a pöttyök közepén húzzunk végig egy fogpiszkálót, így kapjuk meg a szívecskés mintát.
8. A tortaforma alját és az oldalát 4-5 rétegben burkoljuk alufóliával.
9. Forraljunk kb. fél liter vizet, majd egy nagyobb tepsi aljába öntsük bele.
10. Óvatosan tegyük bele a sajtortortát.
11. Előmelegített sütőben 165°C-on süssük 65 percig, 30 perc elteltével a tetejét fedjük be alufóliával, és így süssük tovább.
12. Hagyjuk kihűlni, majd egy éjszakára tegyük hűtőbe.
13. Másnap kiszedhetjük a tortaformából a csodás kis meglepetésünket.

Eladó ingatlanokat keresünk meglévő készpénzes ügyfeleink részére a Dél-Pest megyei és Budapesten, a Dél-pesti régióban

Amennyiben gondolkozik lakása, háza, telke eladásán, forduljon bizalommal az ingatlanpiaci közvetítő irodához!



Tel.: 06-70-935-5181

Kossuth téri Piac Üzletház
Bp., 1191 Kossuth tér 1. I. emelet.

Ha számít az ár, az ingatlanpiaci vár!

1% jutaléktól!

Nagyüzemi konyha HÚTÓRAKTÁROS –KOMISSIÓZÓ munkatársat keres,
éjszakai/délutáni munkavégzésre.

Fényképes önéletrajzokat várunk:
karrier.city@gmail.com
címlre

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

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

WEO taxi

06-20/236-4000

ÉTELEK, amik boldoggá TESZNEK

Hihetetlen, de vannak olyan ételek amik boldoggá tesznek. Bár az evés önmagában egy olyan dolog ami jó érzéssel tölt el, mégis vannak olyan összetevők amik kicsit többet tesznek hozzá, hogy hosszú távon is jól érezzük magunkat.

sütit sütnünk, hisz önmagában is nagyon kellemes íze van. Próbáljunk meg kókuszdiókrémeket használni a kávéba, adjunk hozzá natúr kókuszpelyhet kedvenc sült ételeinkhez, vagy csak együk önmagában rágcslálható helyett.



Tökmagok

A tökmagok ropogós kis magok a boldogsághoz. Triptofánt tartalmaz, amely javítja az alvás minőségét, javítja az általános kedvet és optimalizálja a viselkedést is, valamint csökkenti az édesség utáni vágyat.



Spárga

Ez a zöldség a triptofán egyik legfontosabb növényi eredetű forrása. A spárga magas folsavmennyiséggel is büszkélkedhet, amely segíthet a depresszió elleni küzdelemben. A kutatások azt mutatják, hogy a depresszióban szenvedők 50 %-a szenved alacsony folsavszinttől.

Koktél-paradicsom

A paradicsom a likopin forrása, ez egy antioxidáns, melynek betegségmegelőző szerepét számos daganatos megbetegedés kialakulásában statisztikai és kutatási adatok is alátámasztják.



Kedvező élettani hatása nagyrészt erőteljes antioxidáns tulajdonságaival magyarázható. A likopin egészségre gyakorolt hatásait folyamatosan vizsgálják, de az már tudományosan is kimutatható, hogy egy sor krónikus betegség megelőzésében játszhat fontos szerepet, köztük a prosztaták, a szívbetegségek és az időskori vakság megelőzésében. A likopin antioxidáns hatásával csökkenti a szervezet szemmel látható – bőr ráncosodása – és nem látható idő előtti öregedését. Bőrünk szépsége pedig boldogsággal tölt el.

Spenót

A vashiány – egy olyan probléma, amellyel sok nő szembesül. „A vashiány gyakran, kimerültséget, gyengeséget és ingerlékenységet okozhat” – mondta Cassie Bjork, RD, LD. Szerinte a helyzet orvoslása kétoldalú megközelítést igényel: „Ha úgy gondolja, hogy étrendjében nincs vas, koncentráljon arra, hogy több spenótot, vörös húst és májat egyen. Ezután ellenőrizze, hogy a test képes-e használni a vasat?,” – mondja. „Probiotikumokban gazdag joghurt, zsíros hal és az L-glutamin-kiegészítő fogyasztása segíti a vas hatékonyabb felszívódását” – magyarázza Bjork.

Bizonyos ételek együtt erősebbek, mint önmagukban.

Ha mandarint eszünk spenóttal máris segítettünk testünknek a vas felszívódását illetően.



Cékla

A cékla betaint tartalmaz, amely támogatja a szerotonintermelődést az agyban, ezzel javítva a hangulatot. A céklafélékben nagy adag folsav is található, amely stabilizálja az érzelmi és mentális egészséget. Minden megevett cékla közelebb visz a boldogsághoz. *bea*



Villámáron

Helyi vállalkozások
LEGJOBB AJÁNLATAI

AKCIÓS ÁRAK



Gyógynövényágyon
érlelt
termelői mézek

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



Minden
mézünk
egységeseen:
990
Ft/½ kg

Natura 2000 területen termelt mézek!

Kistermelői szörpök, lekvárok, befőttek,
savanyúságok, tésztaszószok
termelői áron 490 Ft-tól.
Viszonteladók jelentkezését is várjuk.

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

Szerezze be most tűzfáját!

Számlával garantált
mennyiség!
Kiszállítással

TÉLI
TŰZIFA VÁSÁR



EUTR szám: A4585676

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

AKÁC

hasított

3 400 Ft/q

Erdei m³-ben is kapható.

A némediszőlő telephelyen hitelesített hidmérlegen ellenőrizheti a megvásárolt mennyiséget!

TÖLGY, BÜKK

hasított

3 200 Ft/q

Erdei m³-ben is kapható.

A némediszőlő telephelyen hitelesített hidmérlegen ellenőrizheti a megvásárolt mennyiséget!

ELADÓ!
félszáraz,
azonnal használható!
TŰZIFA



Tel.: 06-20/343-1067

Hasított tölgy, bükk..... **20 000 Ft/m³**

25–33 cm

Hasított
tölgy, bükk, akác **20 000 Ft/m³**
vegyesen

Hasított akác..... **20 000 Ft/m³**

Ömlesztett köbméterben 1x1x1 m = 1 m³

1 m³ akác kb. 5 mázsa,
1 m³ tölgy, bükk kb. 6 mázsa.

**Monoron 2 m³-től,
Monoron kívül 4 m³-től
a KISZÁLLÍTÁS DÍJTALAN.**



EUTR szám: AA5811522

Munkatársakat keresünk
vecsési telephelyre:

- teherautó-sofőrt „C” kategóriával
- kis billencsre sofőrt „B” kategóriával
- targoncás árukiadót
- mész csomagolót (gépi zsákolás)

Munkaidő: H–P: 7–17h

Érdeklődni lehet munkaidőben:

Török Ignác
Vecsés, Széchenyi utca 0182/53
vagy 06-30/665-2045

**Tavaszi üdülés
Hajdúszoboszlón
félpanzióval**

22 500
Ft/fő/7 éj,
13 900
Ft/fő/3 éj

www.frankvendeghaz.hu
Tel.: 06-30/944-9398,
06-30/977-6495

**Festést,
mázolást,
tapétázást
vállalok korrekten.**
Ár megegyezés szerint.

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

06-70/775-8585

Házhoz szállítás minimum 1500 Ft-tól!

Monoron INGYENES!

Monorierdő, Vasad, Csévharaszt, Péteri,
Gomba és Bénye 300 Ft a szállítás.

Gyömrő és Nyáregyháza
min. rendelés 4000 Ft + 300 Ft a kiszállítást.

Nyitva: H–Szo: 11–21

Taverna
Gyros bár és Kávézó
**Havonta
új AKCIÓK**

Monor, Móricz Zs. u. 39.

Web: http://lokacio.hu/taverna/

Mostantól
a gyros-pita rendelhető
**TELJES KIÖRLÉSŰ
PITÁVAL IS!**
Akár menüben is!
Az ára ugyanannyi, mintha sima pitával kérné!



MIT KEZDJÜNK EGY AJÁNDÉK NAPPAL?

Idén kaptunk egy plusz napot. Ráadásul február 29. szombatra, azaz hétvégére esik. Igaz, hogy február van, és még messze a tavasz, a napsütés, de ne hagyjuk, hogy ez a borongós idő hangulatunkra is befolyással legyen!

Fogjuk fel egy ajándék napnak és töltsük el hasznosan. Néhány tipp, ha esetleg nem lennének ötletek:



RENDEZZÜNK PARTIT!

Hívjuk meg a barátainkat, családtagjainkat és ne hagyjuk, hogy a szürke tél rányomja a bélyegét a hangulatunkra. Rendezzünk egy igazán jó bulit! Csináljunk lejátsszási listát, rendeljünk pizzát és jöhetnek a barátok.

KÉSZÍTSÜNK FOTÓKOLLÁZST!

Vegyük elő a fényképalbumot, és merengjünk el a régi emlékeken. Majd válogassunk ki néhányat, és készítsünk belőle egy kollázst, amit aztán beleteszünk egy nagy képkeretbe, hogy minden nap láthassuk.



TÖLTSÜK EZT AZ IDŐT HÁZIÁLLATUNKKAL!

Ha van háziállatunk, akkor biztos, hogy nem szoktunk unatkozni. Játsszunk velük, vagy menjünk sétálni. Egy jó kis fürdetés is hasz-

nos lehet, ha mostanában nem jutott rá időnk. Megtaníthatunk egy új trükköt kiskedvencünknek, vagy legalább próbáljuk meg!



TÁNCOLJ ÚGY, MINTHA NEM LENNE HOLNAP!

Táncolni bármikor lehet! Amikor valaki táncolni kezd, biztos, hogy hamarosan mosoly jelenik meg az arcán. Az sem baj, ha nem tudunk táncolni, hisz néhány lépést megtanulhatunk online és táncolhatunk csak úgy a kedvenc zenénk üteme szerint. Ha van hozzá partnerünk, még csodásabb az élmény.



ÍRJUNK BLOGOT!

Az írás és a blogkészítés is jó módszer arra, hogy bármilyen témáról beszéljünk. Mindenki maga dönti el, hogy nyilvánosságra hozza a blogot amit ír, vagy csak a maga kedvéért. Kezdjük el ma, ki tudja, lehet ezután szokássá válik majd.

KÉSZÍTSÜNK EL EGY ÚJ RECEPTET!

Keressünk egy szakácskönyvet vagy csak nyissuk meg valamelyik gasztrooldalt a neten. Vágjunk bele bátran a kísérletezésbe és készítsünk el valami finomságot, olyat, amelyet eddig még soha. Izgalmas kaland lesz! V

Újhullám az autóiparban! Csatlakozz MOST!



SHINHEUNG SEC EU Kft.

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.



TERMÉKEINK:

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

MUNKALEHETŐSÉG:

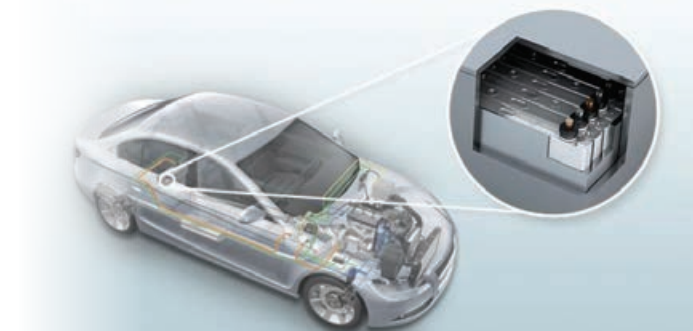
Többütemes toborzás folyamatosan, lehetőleg helyi és környékbeli munkavállalók köréből.

Amit kínálunk:

- Hosszú távú karrierlehetőség a jövő iparában
- Teljes körű betanítás
- Stabil munkahely és megbecsülés
- Min. 200 000–250 000 Ft bruttó fizetés (iskolai végzettség vagy szakmai tapasztalat szerint egyéni elbírálás)
- 3 műszakos munkarend
- Néhány területen 12 órás munkarend
- +80% éjszakai pótlék
- Jelenlegi buszjárat: Monorierdő, Pilis, Nyáregyháza, Csepelharaszt, Vasad
- Tervezett buszjárat: Gomba, Bénye, Káva, Pánd, Tápióság
- Jelenléti bónusz
- Toborzási bónusz
- Feladatkörhöz járó bónusz 20–50 000 Ft
- Év végi prémium az alapbér akár 50%-a
- Folyamatos fejlődési és előrelépési lehetőség
- Lehetőség továbbképzésekre az anyavállalatnál
- Dinamikus, multikulturális munkakörnyezet

JELENLEG FELKÍNÁLT POZÍCIÓK:

	Főbb feladatok	Minimális elvárások	Előny
Gépsori operátor/Présgép kezelője	A gyártósor működtetése: • Előkészített tálcák behelyezése • A gépek beállítása, karbantartása • Hibajelzések értelmezése és elhárítása • Rendszeres minőségi önellenzés • Jegyzőkönyvezés • Szerszámok javítása, cseréje • Készlet-, maró-, csiszológépek használata	• Középfokú végzettség • Mechanikai alapismeretek • Elszánt tanulási szándék • Angol nyelvtudás	• Tapasztalat fémmegmunkálásban, automatizált gépek működtetésében • Minimális angol nyelvtudás • Ipari jellegű szaktudás: • Elektromosság • Pneumatika • Lézeres hegesztés • Készlet-, maró-, csiszológépek ismerete • Targoncajogosítvány
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	• Angol nyelvtudás • Exel tábla kezelés	• Tapasztalat minőségbiztosítási területen • Minőségbiztosítási ismeretek



Amennyiben felkeltettük érdeklődését lépjen kapcsolatba velünk e-mailen a **shinheungallas@gmail.com** címen bármikor, vagy telefonon hétköznap 8.00 és 16.00 között a **+36-70/3259091** telefonszámon!

Többet megtudhat rólunk a következő weboldalon:
http://lokacio.hu/shinheung-sec-eu-kft/





Az Állatorvostudományi Egyetem

1 főt keres ÁLLATGONDOZÓI munkakörbe

A munkavégzés helye: Dóra Major Tangazdaság, Üllő
 A közalkalmazotti jogviszony: főállású, határozatlan
 A foglalkoztatás jellege: teljes munkaidő
 A munkakörbe tartozó lényeges feladatok felsorolása:
 • állatok körüli munka ellátása (szarvasmarha, sertés, baromfi)
 • istálló és környezetének rendben tartása

Részletekért érdeklődhethet a 06-30/201-1911-es telefonszámon
 Kiss Brigitta állattenyésztési ágazatvezetőnél.



BALI TAXI
 1-6 főig
 Tel.: Bali Taxi
 06-70/3-595-595

SZEMÉLYAUTÓ BÉRBEADÁSA
 06-70/311-8100
 5-7 személyes
 A budapesti áraknál jóval olcsóbban!

Márta Ervin KONTÉNER

- sít, szemétszállítás
- sóder, homok, termőföld
- 3, 4, 8, köbméteres konténerek
- gépi földmunka, bob cat



Tel.: 06-20/984 9242

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



MESTEREMBEREK

HERENDI TAMÁS zárszerelő

AJTÓNYITÁS, ZÁRJAVÍTÁS, ZÁRCSERE, BIZTONSÁGI ZÁRAK

Nem nyílik az ajtó? Gyors és precíz ajtónyitások.
 Otthona védelméről gondoskodna?

Előzze meg a betörést!
 Törés- és másolásvédett, erősített zárbetétek beszerelése.
 Speciális biztonsági zárok felszerelése.

Hívjon bizalommal!
06-30/489-5334

Komplett tetőcserék, cserepeslemez-fedés, ácsmunka, bádогоzás, habarcsolás, lapostető-szigetelés, komplett belső felújítások, generálkivitelezés.



Petrő Tibor
Tel.: 06-20/372-3745

Üveges és képkerepező

Ivánszki Zoltán
 Monor, Katona J. u. 37.
 Tel.: 06-30/214-7167, 06-29/415-874
www.kego.hu

Hőálló üvegek kályhába, kandallóba



Törött üvegét javíttassa nálunk!

Biztosítók által elfogadott számlát adunk.

Hőszigetelt üvegek.



Asztalos

Polónyi Ferenc:
 06-30/397-2144
 Monor, Szélmalom u. 42/A

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

Nyílászárók gyártását, építését, szaunaépítést, lambériázást.

2020. február 13. és 27. között leadott megrendelések **MUNKADÍJÁBÓL**

10%
 kedvezmény

Vecsési nagyüzemi konyha
gyakorlattan rendelkező
HENTEST, SZAKÁCSOT és KONYHAI KISEGÍTŐT KERES *kiemelt bérezéssel.*

cityfood

Érdeklődjön céges buszjáratunkról!

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



- Általános szervizmunkák
- Fék-, futóműjavítás
- Műszaki vizsgáztatás
- Műszaki vizsgára való felkészítés
- Autódiagnosztika
- Autómentés ügyfeleink részére saját autómentővel

Cserényi Sándor • 2200 Monor, Arany J. u. 7. **06-20/805-6686**
 E-mail: cserenyiautoserviz@gmail.com • Nyitva: H-P: 8-17

HÜTŐGÉPEK, FAGYASZTÓK JAVÍTÁSA

Helyszínen, garanciával

Tel.: 06-30/960-8495, 06-70/426-3151

Műszaki vizsga, eredetiségvizsgálat és műszaki vizsgára való felkészítés

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



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



Kiadó: Régió Lapkiadó Kft.
 Cím: 2200 Monor, Kossuth L. u. 71/A
 Mobil: 06-70-319-4317 • Tel./fax: 06-29-412-587
 Web: www.regiolapkiado.hu • E-mail: info@regiolapok.hu
 Nyomtatás: Mediaworks Hungary Zrt.
 Felelős vezető: Szabady Balázs műszaki igazgató.

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



H-2230 Gyömrő, Üllői út 19.

Tel.: 06-29/334-861

e-mail: info@okobrenn.hu • www.okobrenn.hu
 Nyitva: H-P: 9-16, Sz.: zárva

Továbbra is várjuk régi és új vásárlóinkat.

Házhoz szállítjuk a megbeszélte időpontban.

HÍVJON MOST!
+36-20/986-5303

PRÉMIUM MINŐSÉG

100% keményfa brikett (bükk, tölgy)

Pinikay 100% (bükk, tölgy)

Német szénbrikett



Duguláselhárítás, ázások, csőtörések, megszüntetése, vízszelzés.

Tel.: 06-20/491-5089



GARANCIÁVAL! NYUGDÍJASKEDVEZMÉNY!

Vállalunk tetőfedő-, bádогоs-, ácsmunkákat,

azonnali kisebb tető- és kéményjavításokat, beázásokat és kúpkenést.
 Továbbá lapos tetők szigetelését.



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

LAKATOS-MUNKÁT VÁLLALOK

- kerítések, korlátok
- acélszerkezetű lépcsők
- toló-úszó-nyíló kapuk
- kapuk automatizálása
- polikarbonát tetők
- festést nem igénylő deszkakerítések

gyártását és szerelését vállalom Pest megyében.
DÍJTALAN FELMÉRÉS!
Tel.: 06-20/219-6040
www.rennel.hu

Alakformáló Stúdió és Kozmetika

Idén KÉSZÜL FEL IDŐBEN A BIKINISZEZONRA!
Karcsúsítás, zsírbontás, narancsbőrgyilkos alakformáló kezelések
HATÉKONY, GYORS EREDMÉNYEK

LEGYÉL TE IS SZÖRTELEN!
VÉGLEGES szőrtelenítés
Bajusz: 3500 Ft

06-70/630-0285 www.szepsegforrasstudio.hu

Nagymama
kifőzdéje, pecsenyesütője
www.pecsenye7.webnode.hu

Gyál, Széchenyi u. 6.
A Lion Élelemiszerdiszkont épületében.

ÓRIÁS RETRO BURGER: 1200 Ft
ÓRIÁS BÉCSI SZELET, körettel: 1500 Ft
2 SZEMÉLYES FATÁNYÉROS: 3000 Ft
2 SZEMÉLYES VEGATÁL: 1850 Ft
2 SZEMÉLYES HALTÁL Afrikai harcsafilé rántva, hekk, rántott pontypatkó, ropogós rostonsült káráz vegyes körettel **3990 Ft**
CSIRKE ÉS SERTÉS TÖLTÖTT CORDONOK körettel: 1350 Ft

Alakformáló Stúdió és Kozmetika
Idén KÉSZÜL FEL IDŐBEN A BIKINISZEZONRA!
Karcsúsítás, zsírbontás, narancsbőrgyilkos alakformáló kezelések
HATÉKONY, GYORS EREDMÉNYEK
LEGYÉL TE IS SZÖRTELEN!
VÉGLEGES szőrtelenítés
Bajusz: 3500 Ft
06-70/630-0285 www.szepsegforrasstudio.hu

PECSENYESÜTŐNKBE PULTOST ÉS KONYHAI KISÉGÍTŐT KERESÜNK.
Albérletet és szállást családi házában, kedvezményes díjon tudunk biztosítani a dolgozóink részére.
Érd.: hétköznap 8-18 között
06-70/419-2923, 06-30/449-4506

HIDEGTÁL-RENDELÉS:
06-70/419-2923

Munkalehetőség Vecsésen

Könnyű fizikai munkára hölgy- és férfimunkaerőt keresünk három műszakos munkarendbe:

- alkatrészek összeszerelése
- tekercselés
- munkakörnyezet tisztán tartása

Amit kínálunk:

- Munkabér: bruttó 300 000–400 000 Ft/hó
- órabérek: 1215–1640 Ft
- betanítás képzett vezetőkkel
- hosszú távú munkalehetőség
- ingyenes bejárás céges buszokkal
- 12 000 Ft/hó cafetéria

Céges busz: Gomba, Pilis, Üllő, Gyál, Felsőpakony irányából

Jelentkezés: 06-70/610-0312
Email: munka@humilitas.hu

HUMILITAS

MUNKAERŐHIÁNY? SEGÍTÜNK!

Tanácsadás toborzástól bérszámfejtésig!

HR-stratégiák a fluktuáció csökkentésére.

06-20/351-2920

Tartsd nálunk szülinapod, ballagásod, családi vagy céges összejöveteleid!

Bérelhető rendezvényterem különleges hang- és fénytechnikával Monor központjában.

Elérhetőség:
+36-20/389-8259