

Régió

2020. augusztus • XIII. évf. 08. szám

www.regiolapok.hu



Megjelenik:
Pest megyében
60 000 példában
e-mail: info@
regiolapok.hu

7-8.
oldal

ÜLLŐ, VECSÉS, GYÁL, FELSŐPÁKONY



ÉLJEN A JÓ ÁRAKKAL!
Vágja ki és vigye magával a kuponokat!

KUPONBEVÁLTÓ ÜZLETEK LISTÁJA:

**Praktiker • Kulcsszerviz
PecaPlaza • PatikaPlus
Isztambuli Döner
Háda • Budmil
Intersport
Fressnapf
Líra**

Épül az M4-es

» Az új, 17,6 kilométeres szakasszal elkészült az M4-es gyorsforgalmi út teljes Pest megyei vonala az Mo-s környürről Abonyig.
Részletek a 4. oldalon

Táborozás

» A vírushelyzetre való tekintettel nagyon sok esemény máshogy zajlott, mint egyébként; ilyenek voltak a táborok is.
Részletek a 2. oldalon

A kutyák védelmében

» A kutya is érző, sőt nagyon érző lény. Aki „igazi” kutyás, az tiszteli a kutya erejét és nem él vissza az állat türelmével.
Részletek a 4. oldalon

Réti László első történelmi regénye



» Réti László eddig krimiket, thrillert és kalandregényt írt, ám most egy újdonsággal, történelmi regénnyel rukkolt elő. A Megőlni Telekit 1941-ben játszók

dik Magyarországon. Tőle már megszokott izgalmas, nyomozós köntösbe öltöztetett történetet olvashatunk, annyi különbséggel, hogy az ebben a regényben történetek, amennyire csak lehet, követik a valóságot.

Interjú a 12. oldalon

Folytatódnak a régió cukrászsikerei

» Füredi Krisztián tápiószecsői cukrászmester alkotása, a CURIOSITAS – Kíváncsiság fantázianévű torta nyerte a rangos versenyt. A Magyarország cukormentes tortája megmérettetésen a JÓkenyér cukrászat csapata nyert a Szentivánéji álom tortával, míg a monori AMI Pisz-

tácia a második helyen végzett, a Leginnovatívabb torta címmel.

A Magyar Cukrász Iparosok Országos Ipartestülete idén tizennegyedik alkalommal hirdette meg a Magyarország tortája versenyt.

Részletek a 11. oldalon

Katonák holttesteit találták meg Süllyápon

Második világháborúban eltűnt ejtőernyős katonák holttesteit találták meg, aknagránátok, töltények és személyes használati tárgyak mellett.

A felfedezés nem előzmény nélküli: tizenkét éve, egy helyi vizsgálómunkatárs elmondása és helyszínmegjelölése alapján sikerült a kutatást elvégezni és a maradványokat feltárni.

A szovjet hadsereg a második világháború során csak áthaladt az akkor még két különálló faluban: Tápiószőlőn és Tápiószépen, nem érték jelentős károk a településeket. Tápiószépe ha-



tárában 1944. november közepén több napig állt a front, igen kemény harcokat vívtak a szovjet és a vissza-

vonuló német-magyar egységek.

Folytatás a 11. oldalon

Hirdetés

Tanulj Te is FOGTECHNIKUSNAK!

2360 Gyál, Pesti út 67. A gyáli uszodával szemben.
Telefon: 06-20/461-6000 • 06-20/560-5305

FOGTECHNIKA

**MEGVÁRHATÓ FOGSORJAVÍTÁSOK
RUGALMAS FOGSOR KÉSZÍTÉSE**

2360 Gyál, Pesti út 67. A gyáli uszodával szemben.
Időpont-egyeztetés: 06-20/461-6000 • 06-20/560-5305

Acél-szerkezetes Korszerű technológia!

165 000 Ft-tól

Bomstal GARÁZSOK

Horganyzott vázszerkezet, színes lemez, 3x5 m (sötétbarna, zöld, sötétpiros és fehér színben)



Csarnokok, tárolók különböző méretben

Színes kerti tároló 2x3 m

Nyári akció!

110 000 Ft



Kutya-kennel 3x2 m

109 800 Ft

Megrendelés:

06-30/747-7376, 06-30/748-5923
www.bomstal.hu

Az árak a szállítást, összeszerelést is tartalmazzák!

Az akció érvényes 2020. augusztus 31-ig, illetve a készlet erejéig. Az akció részleteiről érdeklődjön telefonon, vagy látogasson el honlapunkra!

Táborozás 2020-ban

A vírushelyzetre való tekintettel nagyon sok esemény máshogy zajlott, mint egyébként, ilyenek voltak a táborok is. Főleg, hogy csak május közepén derült ki, valóban lehet majd táboroztatni.

Aktív edzőtábori segítőként el tudom mondani, hogy egyébként sincs egyszerű dolgunk, ám most mindenki sokkal körültekintőbb és tudatosabb volt. A létszám a pandémia ellenére sem csökkent, sőt talán inkább nőtt. Ezt azzal tudnám magyarázni, hogy március óta be voltunk zárva, a gyerekeknek pedig most nagyobb szükségük volt a mozgásra, mint korábban bármikor. Arról nem is beszélve, hogy mérhetetlenül boldogok voltak amiatt, hogy újra láthatják egymást. Látszott rajtuk, igényelték már egymás társaságát.

Maszk használata egy gyermekeknek szóló edzőtáborban elképzelhetetlen és kivitelezhetetlen. A napi-rend is változott kicsit, kevesebb volt a szabadidős tevékenység, illetve az is inkább kintre korlátozódott, éppúgy, ahogy az edzések nagy része. A kinti tornázásokat izgalmas feladatokkal dobtuk fel. A táborozók, fiatalok ellenére tisztában voltak azzal, hogy a személyes érintkezéseket a minimálisra kell csökkenteni. Így is nagyon jó és ötletes elfoglaltságokat találtak maguknak, homokoztak vagy bujkáltak a fák mögött. Érdekes volt hallani, hogy a szerepjátékokban a karanténban töltött időt szeretnék feleleveníteni, elmondásuk szerint azért, mert akkor több időt töltöttek

a szüleikkel. Emellett a higiénia is odafigyeltek, rendszeresen használták a kézfertőtlenítőket, kezet is gyakran mostak.

Az edzéseket a tanárok igyekeztek úgy kivitelezni, hogy csak és kizárólag a saját eszközeikkel, testsúlyukkal edzenek és nyújtsanak, ne pedig egymás segítségét kérjék.

Otthonról hozva

Az eddigi évekkal ellentétben a nagy közös reggelizések helyett idén otthon kellett elkészíteni és elfogyasztani azt. Az ebédet, ahogy eddig is étteremből rendeltük, s a menüből mindenki maga választotta ki mit szeretne másnap enni. Az étkezések előtti kéz-tisztítást már a legkisebbek is automatikusan maguktól végezték. Poharat, kulacsot és evőeszközöket mindenki otthonról hozott, amit gondosan elmosva és becsomagolva el is helyeztek külön-külön a polcaikon. A szülők érdeme, hogy ennyire elővigyázatosak voltak a csemetéik, hiszen a mi figyelmeztetéseink mellett otthonról is kaptak intelmeket és jó tanácsokat a hétre vonatkozóan.

A táborban évek óta igyekeztünk felhívni a gyerekek figyelmét a szelektív hulladékgyűjtésre, amiről ebben az évben sem feledkeztünk meg, de a tábor mellett lévő templomkertben a mások által eldobált szemét összesze-

déséről sem. A kicsik élvezték legjobban, folyton versenyeztek, ki gyűjti a legtöbbet a leg-rövidebb időn belül. Ez egy jó módja lehet annak, hogy játékosan felhívjuk a fiatalabb korosztály figyelmét a környezeti tisztán tartására.

Amit a legjobban hiányoltak a táborozók az a strandolás volt. Idén a biztonságuk érdekében nem strandoltunk, viszont ebéd utáni fagyaltozásokkal kárpótoltuk őket a kemény munkájukért. Azt gondoltam a tábor kezdete előtt, hogy a gyerekek nem fogják úgy bírni az edzéseket, ahogy egyébként szokták, mivel közülük sokan nem mozogtak otthon sem, de megcáfoltak, hiszen sokkal jobban és kitartóbban csinálták a gyakorlatokat, mint eddig.

Szundimódi

Az ottalvós tábor már egy kicsit nehezebben lehetett kivitelezni, hiszen olyankor éjjel és nappal is együtt vannak. A rendeletben írtak szerint az étkezéseknél is szükséges megtartani a lehető legnagyobb távolságot, tehát amennyire lehet, szét kell ültetni a gyerekeket, emellett az alvásnál hasonlóan kell eljárni az ágyakkal is. A higiéniai szabályok betartása természetesen rájuk is éppúgy vonatkozik, mint bejárás társaikéra. Az esti bandázásokat is ajánlatos elkerülni. Persze mindezek betartásával nem ugyanazt az élményt tudja biztosítani a tábor, mint egyébként tenné, viszont az egészség és a biztonság jelen helyzetben mindennél fontosabb.

Kockázatos volt ebben a vírushelyzetben táboroztatás, de minden a legnagyobb rendben zajlott, a gyerekek figyelmességének is köszönhetően. Jó volt kikapcsolódni, szükségünk volt erre, mindannyiunknak.

Jurik Bianka

Régió ízei

Kazak mánti: hússal töltött tészta

» **Ohár Alija** Kazahsztánban született, már hosszú évek óta hazánkban él magyar férjével. Jelenleg mindketten a monori József Attila gimnázium angoltanárai.

Elkészítés:

A húst, a hagymát, a süttőtököt apró darabokra vágjuk, fűszerezzük, hozzáadjuk a tejet. Tegyük pihenni, amíg elkészítjük a tésztát. A tészta hozzávalóit tegyük egy tálba, a vizet hozzá öntve, jó alaposan gyúrjuk össze. Pihentetés után (15-20 perc) lisztes deszkán nyújtjuk vékony (2 mm) vastagságra. Majd vágjuk fel kockákra (kb. 12x12 cm).

Egy evőkanálnyi töltelékkel tegyük a kockákra vágott tésztába és készítsünk mantikat (batyukat).



A nagyon távoli hazájából hozott nekünk egy igazi különleges finomságot. – A hetvenes évek végén találkoztunk a későbbi férjemmel, Gyurival, Moszkvában. Mindketten tolmácként dolgoztunk: Gyuri éppen egy magyar csoporttal volt az orosz fővárosban, én pedig egy amerikai delegációt kísérttem. Négy hónap múlva össze is házasodtunk.

A kazak manti pedig a barátaink szívét hódította meg, mindig azt kéri a vendégségbe érkezők.

Hozzávalók:

a tésztához: 1/2 kg finom liszt, 1 tojás, 2 teáskanál só, 2 pohár langyos víz, 1 evőkanál olaj;

a töltelékhez: 50 dkg marhahús (hátszín, rostélyos), 3 nagy fej hagyma, 50 dkg süttőtök, só, fekete bors, 100-120 ml tej



A kazak mantihoz a képen látható speciális edény szükséges, amelyben a vízgőz fölött kb. 40-45 perc alatt pároljuk a batyukat. Gőzöléshez használható edénnyel is megoldhatjuk. A mantit finom szósszal öntjük nyakon, amely forró olajhoz adott, apróra vágott fokhagymából és csípős paprikából készül.

Jó étvágyat hozzá!

Kováts Gábor

Segíthetünk? a Lokációban



A múlt hónapban indult Segíthetünk? rovatunk átkerült a havonta megjelenő, szintén ingyenes Lokáció újságunkba, ahol az első kérdésre meg is találhatják a választ. Kérdéseiket továbbra is várjuk szeretettel a szerkeszto@regiolapok.hu e-mail-címre.

Már egy cserép is elég...

...azaz nem feltétlenül szükséges nagy kert ahhoz, hogy lépésenként elérjük a saját konyhakert megvalósítását. Szathmáry Angéla családjával egy négylakásos sorházi ingatlan – ahogy mondani szokás – zsebkendőnyi kertjében látott ennek neki.



Paradicsompalántáival kezdte és mára már több, mint harmincféle növény gondos gazdája mindössze 12 négyzetméteren. Mindig is jelen volt az életében a növények szeretete, kislányként számos virágot ő maga ápolt. Nyolc éves kora óta vegetáriánus, így – ahogy ő fogalmaz – más dimenzióból tudja szemlélni a világot. – Dobozgyerekként, azaz bérházban nőttem fel,

nem volt tapasztalatom a kertészkedésben, de mindig is vágytam egy saját területre, amit művelhetek. Ülőn még mindig nem értem el a vágyamat, de már nézgetem a szántókat az agglomerációban – meséli csillogó szemekkel. Ehhez az egyik lépést meg is tette, hiszen néhány hónappal ezelőtt megszerezte az Aranykalászos gazda képesítést, ami az egy hektár feletti mezőgazdasági

terület vásárlásához szükséges OKJ-s minősítés. Addig is bújja az online tartalmakat, mindig tanul valami újat a növényekről, hiszen autodidakta módon fejlesztette eddig is a tudását. Lelkes követője a nemrég, százesztendőskorában elhunyt mindannyiunk Bálint gazdájának, a gyógynövények világáról pedig Gyuri bácsitól, a „füves embertől” les el praktikákat. – Nagyon klassz társaság jött össze a parasztképzőben is (nevet). Tartjuk a kapcsolatot azóta is, tapasztalatot cserélünk – folytatja Angéla. – Kizárólag vegyszermentes kertészkedésben gondolkodom, mert nagyon fontos számomra a környezetünk védelme. Ezért igyekszem inkább növénytársítással, természetes alapú permetezőlevekkel gondoskodni a kártevők távoltartásáról. Ez a menta például azért került ide, mert nem szeretik a tetvek – mutatja.

Angéla kertjében fel lehet fedezni számos olyan

tárgyat, melyeket eredendően nem növénytárolási funkcióval ruháztak fel. Az újrashasznosításban hisz, így megesik olykor a szíve egy-egy kidobásra ítélt szennyeskosáron, festékes vagy kekszes vödörön, de félreteszi a joghurtos poharakat is a palánták neveléséhez. – Egy körforgás részei vagyunk és én hiszek abban, hogy a semmiből életet tudok teremteni. Sokszor bogarasnak is néznek ezért. A párom és a kisfiam már megszokták, hogy ha megeszünk egy kivit vagy szőlőt, azonnal el is ültetem a magját. Locsolgatom, ápolgatom és egyszer csak kibújik a földből egy icike-picike élet – mondja.

Angéla kisfia még nem töltötte be a 4. életévét, de máris lelkes segítője édesanyjának. – Idén eperből nem sokat szüreteltünk, mert leszedte Anyának a virágját (nevet), de ettől eltekintve ügyes kis kertész. Neki ter-

mészetes az, hogy a banán héját nem kidobjuk, hanem felkockázzuk és kiszárítjuk. Nagyszerű káliumforrás a növényeknek. Komposztálni nincs lehetősége, csak kis mértékben, mert a lakóparki közeg, az egymást érő kertek nem alkalmasak rá, de az álmai földjén már elképzelte, hová kerül majd a nagy konyhakert, a gyógynövények ágyása, a komposztáló és az otthona, melyet körülvesz a természet. Hosszú távon az önfenntartó gazdálkodásban, őstermelői létben látja a jövőt, de addig is kis kertjének gyümölcseit learatva biztat mindenkit, hogy vágjon bele, kóstolja meg a maga által gondozott növény ízét, hiszen ahhoz, hogy neki-fogjunk, már egy kis cserép is elég.

Pécs



Hirdetés



Gyere hozzánk Csévharasztra dolgozni!

Jelentkezz:
HR@BFBPLUS.HU • +36-30/792-1319

KÖZTÜNK A HELYED,
DOLGOZZ NÁLUNK!

Jelentkezz
MOST!

EMELTÜK
A BÉREKET!

- Kiemelkedő kereseti lehetőség MINDEN MUNKAKÖRBE!
- Túllórálehetőség
- Cafeteria
- Ajánlói bónusz (1 hónap és 6 hónap után is)
- 15 Ft/km bejárás támogatás

A BFB plus Kft. egy nemzetközileg elismert belga tulajdonban lévő, kisállateledel-gyártással és -forgalmazással foglalkozó vállalatcsoport tagja, melynek Csévharaszton működő telephelyére keressük csapatunk új tagjait a következő munkakörökbe:

- Targoncavezető** (Több műszakban – több üzemünkbe.)
- Operátor** / Betanított munkás/ (Több műszakban – több üzemünkbe.)
- Molnár** (Több műszakban.)
- Karbantartó** (Több műszakban, Géplakatos/ Villanyszerelő/Mechanikai műszerész végzettséggel.)
- Udvari takarító** (Egy műszakban.)
- Raktári takarító** (Raktári részen, géppel történő két műszakos takarítás.)
- Készletellenőr** (Határozott idejű szerződés.)

Érdeklődni lehet a +36-30/792-1319-es telefonszámon vagy helyben a 2212 Csévharaszti, Nyáregyházi út 51. alatt.

Családias légkörben búcsúzott az üllői plébános

A Pro Urbe Üllő díjjal kitüntetett Kovács Kornél 2020. augusztus 1-től új szolgálati területen folytatja munkáját.

Július 26-án, a délelőtti Szentmise keretében került sor Kovács Kornél Plébános búcsúztatására, aki a katolikus egy-

ház döntése alapján 21 év üllői szolgálatot követően, augusztus 1-től más településen folytatja pásztori szolgálatait. Az üllői katolikus közösség már a plébános áthelyezéséről szóló első hírek után megmozdult, aláírást gyűjtött annak érdekében, hogy Kovács Kornél Üllőn végezhesse további szolgálatait, azonban a katolikus egyház belső ügyrendje ezt nem tette lehetővé.

Az esemény családias légkörben zajlott, hiszen az üllői hívők családtagként szeretik és tisztelik Kovács Kornél atyát. Ezt a szeretetet mi sem bizonyítja jobban, mint az, hogy a gyülekezet egy olyan diavetítéssel emlékezett, amely 1999-től kezdődően végig kísérte Kovács Kornél egyházi szolgálatait, az itt töltött két évtized legemlékezetesebb pillanatait.

Az ünnepélyes búcsúztatón Kissné Szabó Katalin polgármester köszönetét fejezte ki Kovács Kornél plébánosnak az Üllő városáért és a katolikus gyüleke-

zetért végzett munkájáért, hangsúlyozva, hogy a katolikus gyülekezet vezetőjeként közösségépítő szolgálata lelki és fizikai téren egyaránt megvalósult. Kovács Kornél szolgálati ideje alatt a templom épülete teljes felújításon esett át, a gyülekezet lélekszámában gyarapodott, megkezdődött az új katolikus közösségi ház építése.

Üllő polgármestere a képviselő-testület döntése alapján a Pro Urbe (a városért) kitüntetést adományozta Kovács Kornél atyának, mely kitüntetéssel Üllő Város Önkormányzata elismerését és háláját kívánta kifejezni a Plébános Üllőn végzett szolgálataiért, közösségépítő munkájáért.

Ahogy a búcsúztató ünnepségen Kissné Szabó Katalin polgármester megfogalmazta: „Az isteni gondviselésben bízva tudjuk, hogy Kovács Kornél atya új szolgálati helyén is áldás lesz az ottani közösség számára és abban is egészen biztosak vagyunk, hogy az Üllőre érkező katolikus pap is áldás lesz számunkra.”

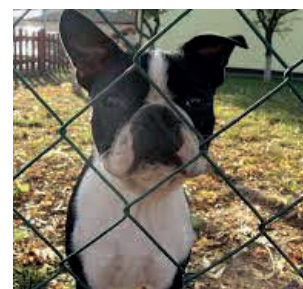
A Pro Urbe Üllő-díjas Kovács Kornél plébánosnak szívből gratulálunk, gazdag áldást kívánunk életére és jövőbeli szolgálatára!

Kovács-Solymosy Zs.

A kerítés másik oldala

A KUTYÁK VÉDELMEBEN

► Régi gazdi vagyok már, öreg kutyásnak mondhatom magam. Jelenleg is őrzi-védi házamat egy szép, természetes túlzás nélkül írom – családtag. Talán egyetért velem az olvasó abban, hogy a nagyobb, vagy kifejezetten nagy kutyákat az ember házörzés érdekében is tartja. A mi „barátságos” kutyánk, csak velünk barátságos, de talán ez érthető!



A történet, amely miatt tollat ragadtam, a következő. Egy kellemes nyári estén/hajnalon, miközben a család békésen pihent, kutyánk erőteljes ugatására keltem. Hajnali negyed háromkor egy már nem szomszjas fiatalokból álló társaság hangoskodva, káromkodva vonult az utcán. Kutyánk ettől kisé ideges lett. A fiatalok nem-hogy tovább mentek volna, a következő jelenet játszódott le: „Hú mekkora kutya”, majd megverték a kiskaput. Felkeltem és felkapcsoltam az udvari villanyt. A társaság erre továbbvonult. Elgondolkodtam, hogy kimenjek, ki-szóljak-e? Hátráltatott, hogy átgondoltam: ha egyedül me-

gyek ki, valószínűleg rosszul járok; ha a kutyámmal megyek ki, akkor ők járnak rosszul, de engem büntetnek meg, tehát rosszul járok. Nem tettem hát mást, mint a nagyon ideges kutyámmal „beszélgettem”, és elmagyaráztam neki, hogy vannak rosszat akaró/tevő emberek.

Kérdésként merül fel bennem, hogy amikor azt mondják, a kutyámért, a kutyám viselkedéséért én vagyok a felelős, az mennyire igaz? Amikor sétálni viszem, nagyon figyelek, hogy szabálykövető legyek: megfelelő nyakörv, póráz és szájkosár legyen nálunk. Abban az esetben, amikor szándékosan hergelik, bántják a kutyát, vajon ki-nek lenne igaza, ha megtörténne a baj? Képzeliük el, ha kutyám akkor, azon az estén „kicsattan” az utcára. Biztos, hogy meg tudtam volna állítani? Biztos, hogy a kutya vagy én lettünk volna a hibásak? Többször tapasztaltam már, hogy gyerekek is szívesen szórakoznak a kerítés másik oldalán lévő kutyával – zörgetik a kaput vagy éppen cukkolkják az ebet.

A kutya is érző, sőt nagyon érző lény. Aki „igazi” kutyás, az tiszteli a kutya erejét és nem él vissza az állat türelmével. Gondoljunk bele, hogy azok a fogak, egy roppantással mit tehetnének? Mielőtt bántanánk, bőszipenénk, szándékosan rosszat tennénk egy állattal, pörögjön le a fejünkben, hogy viselkedésünk nem tisztességes, nem emberhez méltó!

Sz. Máté

Épül az M4-es

KÉSZ A PEST MEGYEI SZAKASZ

► Az új, 17,6 kilométeres szakasszal elkészült az M4-es gyorsforgalmi út teljes Pest megyei vonala az Mo-s körgyűrűtől Abonyig 62 kilométeren, közel 100 milliárd forintból. Az eddig hiányzó Cegléd és Abony közötti szakasz 26 milliárd forintból épült meg. Az átadást követően az Mo-s autópályát és az M4-es autópályát csomópont, valamint Szolnok között már kétszer kétsávos autó-

úton lehet közlekedni. Megépül 2022 tavaszáig a Szolnok elérését és elkerülését biztosító Abony-Török-szentmiklós út is. A Török-szentmiklós-Berettyóújfalu közötti 95 kilométeres útszakasz építésének előkészítése folyik, az engedélyezési tervek még idén várhatók. A nyáron lezárulhat a közel 30 kilométeres Berettyóújfalu és a határ, Nagykereki közötti szakasz átadás-átvétele is.

MTI



Tippek nyelvtanuláshoz



HOGY KONNYEBBEN MENJEN

► Mi a közös *Lomb Kató*ban és *Matthew Youlden*-ben? Matthew jelenleg Berlinben él, egy irodában dolgozik, Lomb Kató pedig Magyarországon született és a világ első szinkrontolmácsi közt ismerték el. Ami mégis közös bennük az a tulajdonság, hogy mindketten nyelvzszenik. Nyelvtudás terén olyan képességekre tettek szert, hogy sokáig még a velük egy asztalnál ülő, különféle nemzetiségű emberek sem tudták kitálatni, melyik az anyanyelvük, ha ők nem akarták.

Íme néhány tanács tőlük, hogy jobban menjen a nyelvtanulás.

Tudd, hogy mi a célod!

Van, akit külföldi példaképének életrajza motivál, másokat egy zenekar számai – bármi is legyen a motiváció, sose felejtse el, hogy miért vágtál bele a tanulásba. Ha nem vagy tisztában a mi értékkel, akkor hosszú távon nagyon nehéz lesz elkötelezettnek maradni.

Minden nap foglalkozz a tanult nyelvvel!

Ha kevés az idő, legalább egy tízperces monológot mondj el magadban. Ma már számtalan applikáció segíti a nyelvtanulást, élj a lehetőségekkel!

Találd meg benne a szórakozást!

A nyelvtanulás egy kreatív dolog. Találd meg benne önmagad! Írj naplót, képregényt vagy nézz filmeket az adott nyelven! Ez mind jó ok arra, hogy szórakozva sajátítsd el a nyelvet.

Maradj motivált!

Ha csökkenne a lelkesedés a tanult nyelv iránt, ne hagyd abba az egészet, inkább keresd meg más módját a tanulásnak. Zenehallgatás helyett újságolvasást, olvasás helyett beszélgetést.

Légy gyerek!

A gyerekek nem félnek hibázni, keresik a játék lehetőségét, játszva tanulnak, mert kíváncsiak. Sokan nem mernek megszólalni idegen nyelven, mert félnek a hibáktól. Ez butaság. Mindenki értékelni fogja, ha a saját nyelvén beszélsz vele, még ha nem is pontosak a kifejezéseid. Merj hibázni, abból tanulsz!

Fordíts!

Egy idő után szokásoddá válik. Járj nyitott szemmel a világban, értelmezd az idegen nyelven látott kifejezéseket (pl. reklámok) vagy fordítsd le a látott dolgokat az idegen nyelvre (rendszámok, házszámok, stb.).

Hallgass másokat!

Mielőtt beszélnél, hallgasd meg, hogy beszélnek mások, akik azzal a nyelvvel születettek. Próbáld utánozni a kiejtést. Minden nyelv tele van olyan hangokkal, amelyek az anyanyelvben nincsenek, ezek kiejtését a legegyszerűbb ellesni olyanoktól, akik ezt beszélnek.

Mindenki meg tudja tanulni a nyelvet!

Hidd el magadról, hogy nyelvzszeni vagy! Ha nem is ezt mutatja a gyakorlat, fogd rá a tankönyvre, a rossz módszerre, de mindig higgy magadban!

Bea



Bejárás Budapestre a diákoknak

RÖVIDEBB IDŐVEL SZÁMOLHATUNK

► Július 23-án este nyolc órakor az összes felsőoktatásba jelentkező végzős gimnazista izgalomtól fűtve várta a Felvi által küldött SMS-t. Volt, aki örömmel, és volt, aki bánatkönnyekeket hullajtott.

A Neptunba és az egyéb közösségi oldalas csoportokba való regisztrálások megkezdődtek, emellett a kollégiumi jelentkezések is, ahova egyes kritériumok szerint lehet bekerülni. Ilyen például az egyetem és a lakóhely közötti nagy távolság, a jó tanulmányi eredmény és a rászorultság is. Utóbbit természetesen az anyagi helyzet alapján bírálják el, tehát, ha valaki mondjuk csupán egyik szülőjével él, aki minimálbért kap, az sokkal nagyobb eséllyel

kerül be, mint az, akinek a szülei egy háztartásban élnek és mindketten jól kereső személyek.

De a többség bejárás lesz, ami a régióból elég egyszerűen megoldható. Két vasútvonal vezet Budapestre, ami szinte mindenki számára nagyobb átszállások nélkül elérhető. A monori vasútvonalon közlekedő vonatot a régió nyugati részén élők könnyedén meg tudják közelíteni, s az egészen a Nyugati-pályaudvarig közlekedik, ahonnan néhány perc sétával, vagy tömegközlekedési eszközzel gyorsan az adott egyetemen vagy főiskolán vannak a diákok. Nincs ez másképp a régió keleti feltekén lakókkal sem, hiszen Süllyáptól egészen Ecsérig és tovább fel lehet szállni a vonatra, ami a

Keleti-pályaudvarig viszi be az embert, ahonnan szintén néhány perc alatt elérhető a felsőfokú intézmények. Emellett Monorról az Örs vezér teréig és a Kőbánya-Kispestig közlekedő autóbussz is jó alternatíva lehet a vasút menetrendjét akadályozó szélsőséges időjárás esetén. Aki pedig jogosítvánnyal rendelkezik, és nem kíván tömegközlekedési eszközt igénybe venni, az autóval kisebb forgalmi dugókkal kell számoljon, hiszen sokan vannak, akik Pest megyéből tartanak a délelőtti órákban Budapestre, de nekik sem kell több órás várakozásra számítaniuk, több irányból megkerülhetők ezek a fennakadások is.

Lényegében, a régióban élő felsőfokú oktatásban résztvevő diákok nagyon jó helyzetben vannak, mivel átlagosan egy óra alatt el tudnak jutni lakóhelyüktől a felsőoktatási intézményekbe.

Régió-infó



Tíz „nőies” gyógynövény

Összegyűjtöttük a tíz legnépszerűbb nők által használt gyógynövényt. Úgy állítottuk sorrendbe őket, hogy ahogy segítik az idő előrehaladtával a nők egészségét 9-től 99 éves korig.



Cickafark

1. Cickafark

A nővé válás kezdetén gyakran csak évek alatt alakul ki a fiatal női szervezet hormonegyensúlya. Ilyenkor nem érdemes a hormonrendszerre is ható gyógynövényt választani, mivel az tartósan rossz egyensúlyi állapotot hozhat létre. A cickafark hormonhatások nélkül segíti csökkenteni a fájdalmas menstruációt, amit nemcsak népgyógyászati, hanem orvosi kutatások is igazolnak.

2. Kamilla

A kamillát sok helyütt mádráfűnek is nevezik. Mádrának nevezték a népgyógyászatban a női alhasi görcsöket, amelyre jó hatással van a kamilla. Ezt már az ókori görögök és ró-

maiak is tudták, ők is anyaméh-fűnek nevezték a kamillát. A cickafarkat és a kamillát is a menstruáció kezdetét megelőző egy hétben és az alatt kell fogyasztani.

3. Pásztorláska

Az erős havi vérzés kezelésére régóta alkalmazott gyógynövény, amelyet elhúzódó menstruáció esetén is érdemes kipróbálni. A hatásával kapcsolatban elsősorban népgyógyászati tapasztalatok állanak rendelkezésre.



Kamilla

4. Valeriána (vasfű)

A faszű egy nagyon sokoldalú növény. Antibakteriális, gyulladáscsökkentő, anyagcsere-fokozó hatása miatt nagyban segíti a női immunrendszer működését. Emellett enyhe hormonszerű hatását is

kimutatták: főképp az proszteron, kisebb részben az ösztrogén termelődésére is pozitívan hat. Serkenti a pajzsmirigy működését is, amelyet viszont a kutatók szerint nem hormonális úton vált ki.

5. Barátságserje

Az egyik legnépszerűbb gyógynövény, amely gátolja egy olyan hormont, a prolaktin termelődését, amelynek megemelkedett szintje sok problémát okozhat a női szervezetben.

Ilyenkor gátolt lehet a teherbeesés, fájdalmas lehet a menstruáció, bőr- és hangulati problémák jelentkeznek, a menopauza alatt álló nőknél pedig fáradékonyság, erős verejtékezés, elhízás, koncentrációzavar jelentkezhet. A barátságserjével nagyon sok orvosi vizsgálatot is végeztek, amelyek mind megerősítették jótékony hatását az említett esetekben.

6. Erdei málna

A málnalevél főképp a kismamáknál népszerű, mivel a tapasztalatok szerint segíti a kisbaba világrajövetelét. A vizsgálatok szerint a méh simaizmaire összetett hatással van: túl görcsös állapotban ellazítja őket, míg relaxált állapotban inkább összehúzódnásra készíti őket. Hatását az orvosi vizsgálatok is igazolják, ezek szerint a vajúdas időtartamát is csökkenti a terhesség 32. hetétől fogyasztott málnalevél.

7. Orbáncfű

Az orbáncfűvet főképp a menopauzával együtt járó hangulatingadozások esetén érdemes fogyasztani. Enyhe antidepresszáns hatását több tucat orvosi vizsgálat is igazolja.

8. Orvosi zsálya

A zsálya más gyógynövényekhez hasonlóan összetett hatású: elősegíti a menopauza alatti jó közérzetet, csökkenti a hőhullámok mértékét és gyakoriságát, csökkenti az izzadást.



Orvosi zsálya

Emellett jó hatással van a vércukorszintre, illetve javítja a memóriát és segíti a koncentrációt.

9. Csalán

A csalán levele általánosan fokozza a szervezet anyagcseréjét: növeli a vizelet kiválasztását, ízületi panaszok esetén az egyik legtöbbet és legeredményesebben használt gyógynövény.

10. Orvosi citromfű

Nyugodt, pozitív, kiegyensúlyozott hangulat alakítható ki az orvosi citromfű fogyasztásával. Orvosi kutatások igazolták, hogy a citromfű az egyik legjobb eszköze az enyhe és mérsékelt Alzheimer-kóros betegek kezelésének, főképp a betegség egy igen zavaró tünetét enyhíti: a rendszeres dührohamok kialakulását.

Papp János, gyógynövény-alkalmazási szakmérnök, fitoterapeuta

Hirdetés



JAVALLAT

TELJES ÉRTÉKŰ

GYÓGYNÖVÉNY-KIVONATOK

GYÓGYNÖVÉNYEK

A NŐI EGÉSZSÉGÉRT

RENDELD MEG ONLINE!

JAVALLAT.HU



Itt is kaphatók:

1 JÓ ÉLET- GOOD LIFE- Bio és Gyógynövénybolt,
Budapest, 18. kerület, Nemes u 103. Tel: (06 1) 408 1403

2 NATURA BOLT • Monor, Piac tér • 06-20-424-3071
Nyitvatartás: H–P: 8–17 óráig, Szo.: 7–13 óráig



Kuponoldal MARKET CENTRAL

Market Central Ferihegy Bevásárló Park

Cím: 2220 Vecsés, Fő út 246–248.

Telefon: 06-29/557-000

E-mail: info@marketcentral.hu

Web: www.marketcentral.hu



La-Roche Posay napozókra

30% kedvezmény

2020. 08. 17-től 09. 30-ig.
További részletek a hátoldalon.



20%

2020. augusztus 24-től 31-ig.
Részletek a hátoldalon.



Bioderma napozókra

40% kedvezmény

2020. 08. 17-től 09. 30-ig.
További részletek a hátoldalon.



20%

2020. 08. 17-től 09. 30-ig.
Részletek a hátoldalon.



10%

2020. 08. 17-től 31-ig
Részletek a hátoldalon.



Isztambuli döner

Minden
melegételre
kedvezmény

10%

2020. 08. 17-től 09. 30-ig.
Részletek a hátoldalon.



50%

Beváltható: 2020. augusztus 21-től 23-ig.
Részletek a hátoldalon.



20% kedvezmény

2020. szeptember 13-ig.
Részletek a hátoldalon.



Kulcsszerviz

Kulcsmásolás
és cipőjavítás

20%

2020. 08. 17-től 09. 30-ig.
Részletek a hátoldalon.



10%

2020. 08. 17-től 09. 30-ig.
Részletek a hátoldalon.



15%

Érvényes:
2020. 08. 17-től 09. 30-ig.
Részletek a hátoldalon.



Ajándék csali

2020. 08. 17-től 09. 30-ig.
Részletek a hátoldalon.





*Velünk pénzt
takaríthat meg!*

**Vágja ki és hozza magával
a kuponokat!**

Nyitvatartás:

TESCO: hétfőtől vasárnapig: 5–22 óráig

ÜZLETEK ÁLTALÁNOS NYITVATARTÁSA:

hétfőtől szombathéig: 10–20 óráig,

vasárnap: 10–18 óráig

Egyes üzletek és éttermek nyitvatartása eltérő lehet!

Kérjük, tájékozódjon honlapunkon a

www.marketcentral.hu,

üzleteink menüpont alatt!

**Gépjárművel érkező
vásárlóinkat**

1550 FÉRŐHELYES

**ingyenes
parkolóval
várjuk!**



**A Market Central Ferihegy Bevásárló Parkban
az alábbi üzletek szintén várják a vásárlókat:**

**Tesco, Biohair, Burger King, CCC, Deichmann, DM, Eurofamily, H&M, Jysk, KIK,
Müller, Diego, Herbaház, Pepco, Sportfactory, Telenor, Vestar, C&Astar, C&A,
Marika lángosos, Séf étterem, Coffee Shop, Sherry étterem**

Az esetleges elírásokért elnézést kérünk!

A Market Central Ferihegy üzemeltetése és az üzletek az elírásokkal kapcsolatban nem vállalnak felelősséget.

Vásárlásonként egy darab kupon használható fel.

A kupon készpénzre nem váltható.

Az akció más kedvezménnyel nem összevonható.

A kupont a fizetés előtt kérjük, adja át
a pénztárosnak!

Érvényes 2020. 08. 17-től 09. 30-ig
kizárólag a Market Central Ferihegy Patika Plus-ban.

20% KEDVEZMÉNY

egy szabadon választott felszerelés árából!*

*A kupon 2020. augusztus 24. és 31. között
váltható be a Fressnapf Ferihegy Áruházban.

A kupon egyéb kedvezményekkel nem vonható össze
és az ajándékkártyára nem vonatkozik!

A kupon egy alkalommal használható fel, készpénzre nem
váltható, értékéből készpénz nem adható vissza.

A kupont a fizetés előtt kérjük, adja át a pénztárosnak!
Sérült, hamis kupon nem áll módunkban elfogadni.

Vásárlásonként egy darab kupon használható fel.

A kupon készpénzre nem váltható.

Az akció más kedvezménnyel nem összevonható.

A kupont a fizetés előtt kérjük, adja át
a pénztárosnak!

Érvényes 2020. 08. 17-től 09. 30-ig
kizárólag a Market Central Ferihegy Patika Plus-ban.

Az akció más kedvezménnyel nem vonható össze.

Vásárlásonként kizárólag egy darab kupon
használható fel.

A kupon készpénzre nem váltható,
utólagos érvényesítése kizárt.

A kupont a fizetés előtt kérjük,
adja át a pénztárosnak!

Érvényesség: 2020. 08. 17-től 09. 30-ig.

10% KEDVEZMÉNY mindenre.*

*A kupon felhasználható 2020. 08. 17-től 31-ig a Vecsési Praktiker
áruházban (2220 Vecsés, Fő u. 246–248.) személyes vásárlás esetén.
A kupon más akcióval, kedvezménnyel nem vonható össze, továbbá a
kiadásítás, tartósan alacsony árú és készletkiszorprése termékekre
nem vonatkozik. Vásárlásonként kizárólag egy darab kupon használha-
tó fel és egyéb kuponos, kártyás kedvezménnyel nem vonható össze!
A 10% kedvezmény az egyes termékek bruttó árából kerül levonásra, a
kerekítésre vonatkozó szabályok alkalmazása mellett, a kupon fizetés
előtt történő átadása ellenében. A kupon készpénzre nem váltható,
utólagos érvényesítése kizárt! www.praktiker.hu

20% kedvezmény

1 teljes árú termékre.

A kedvezmény a már leárazott, akciós szórólapban
szereplő termékekre nem érvényesíthető,
más kedvezményekkel nem kombinálható.

Érvényes 2020. 08. 17-től 09. 30-ig, kizárólag
a Market Central Ferihegy INTERSPORT-ban!

**20% kedvezmény legalább
3 db kulcs másolása,
vagy 3 pár cipő javítása esetén.**

**A Kulcsszerviz a parkolóban a játszótér
mellett található, ahol élezés és elem-
csere-szolgáltatás is igénybe vehető.**

**Minden teljes árú cipőre
20% kedvezményt adunk.**

Az ajánlat 2020. szeptember 13-ig érvényes.



**50% kedvezményt adunk
minden termékre**

a Vecsés Market Centrálban található Hada üzletünkben
2020. augusztus 21. és 23. között.

A kupon más kedvezménnyel nem összevonható!

**Ajándék csali
minden 10 000 Ft feletti vásárlás esetén.
(maximum 1000 Ft értékben)**

Az akció más kedvezménnyel nem összevonható.

Érvényesség: 2020. 08. 17-től 09. 30-ig.

**15% KEDVEZMÉNY
KÖNYVVÁSÁRLÁSKOR.**

Akiós könyvekre, szótárakra
és tankönyvekre nem érvényes.

2020. 08. 17-től 09. 30-ig.

**10% kedvezmény
minden termékre.**

Az akció más kedvezménnyel nem összevonható.

Érvényesség: 2020. 08. 17-től 09. 30-ig.

15 éves a város – Augusztus 20. Üllőn

Augusztus 19–20.

Ünnepi rendezvénysorozattal készül az Üllői önkormányzat augusztus 19–20-ára, a település várossá nyilvánításának 15. évfordulója alkalmából.

A programok 19-én a Gyöngyvirág óvoda átadásával kezdődnek. A színes huszadikái programok között szerepel a Kishalász zenekar gyermekkoncertje, emellett számos zenés előadás, valamint egy kiállítás keretein belül a látogatók betekintést nyerhetnek a különleges plein air festmények és fotók világába is. A programokat városszeretű több helyszínen rendezik. Részletekért látogasson el a település Facebook-oldalára!

Dr. Zacher Gábor – Mindennapi függőségeink – Pilis

Augusztus 29. 18.00

Sztorizik, tanít és nem utolsósorban szórakoztat. Mindennapi függőségeink címmel tart előadást augusztus 29-én dr. Zacher Gábor, a nemzet toxikológusa Pilisen, a Csernai Pál Községi Központban. Jegyek online a jegy.hu-n, személyesen a Csernai Pál Községi Központban kaphatók. Bővebb információk: www.csernaikozpont.hu



Jöhetsz drágám! – vígjáték – Hankó István Művészeti Központ

Augusztus 29. 19.00

Egy nevetőizmokat próbára tevő szerelmi sokszög betörővel, bűvész-kellékekkel, volt és jelenlegi szeretővel, be nem vallott gyerekekkel 2 felvonásban a HadArt színház bemutatásában. Mindez parádés szereposztással augusztus 29-én Gyömrőn, a Hankó István Művészeti Központ színháztermében! Jegyár: 3 000 Ft. (Jegyek kaphatók a helyszínen, infovonal: 06-30/652-1052)

Manuel-koncert Maglódon! Szeptember 12. 16.00

A 2019-es X-Faktor nagy felfedezettje, egy ország kedvence Manuel 2020. szeptember 12-én Maglódon, a MagHázban ad koncertet. Jellegzetes dalai megjelenésük napján a Youtube-felkapottak listájának első helyéig meg sem álltak. Manuel országjáró turnéja keretében 12-én a MagHázban mutatja meg, hogy miért rajong érte mindenki. Jegyek korlátozott számban kaphatók. További információk: www.mag-haz.hu

Győrfi Pál a monori Vigadóban Szeptember 18. 19.00

Szeptember 18-án egy ország-szerte ismert közszereplő érkezik a monori Vigadó Kulturális és Civil Központba. Győrfi Pál, a mentők szóvivője, PR-szakember 25 év életmentő tapasztalattal a háta mögött lett a koronavírus elleni kampány során az egészségügy egyik legismertebb hazai képviselője. „Hogyan tovább a vírus árnyékában?” című előadására belépőjegyek már kaphatók.

Részletek: www.vigadokft.hu



Sasvári Sándor dallamok Gyálon

Szeptember 13. 16.00

A Jászai Mari-, Prima- és eMeRTon-díjas színművész, musical énekes Sasvári Sándor dallamai csendülnek fel szeptemberben Gyálon, az Arany János Községi Házban. A nagy népszerűségnek örvendő művész a Rock Színház megalakulásától kezdve vezető színésze volt a társulatnak, így számos jelentős előadás fűződik nevéhez. 1991-ben az év musical énekesének választották, majd 1993-ban a Magyar Rádió eMeRTon díjjal tüntette ki. A gyáli koncert repertoárjában Sasvári Sándor eddigi pályafutásának legjobb, legnépszerűbb szerepei mellett, kedvenc dalait is előadja a közönség legnagyobb örömeire.

Jegyek a Községi Házban és a www.jegy.hu oldalon vásárolhatók.



Elmarad a Káposztafeszt

JUBILEUM LETT VOLNA

Idén szinte minden nagy rendezvényt le kellett mondani, és a kormány által hozott döntés értelmében, miszerint 2020. augusztus 15. után sem tarthatók 500 főnél nagyobb tömegrendezvények, sajnos, a nyár végi és őszi mulatságokról is le kell mondanunk. Nagy sajnálatunkra el-

marad a szeptember 26-27-re tervezett XX. Vecsési Káposztafeszt is. A mostani rendezvény lett volna a 20. fesztivál, amire a szervezők hónapok óta készültek már. Bízunk benne, hogy jövőre találkozhatunk Vecsés hagyományos, messze földön híres gasztrokulturális eseményén!

Régió-infó

Mennyi az annyi? – Gyorshajtás

A Monor Rendőrkapitányság közlekedésrendészeti osztályának munkatársai folyamatosan ellenőrzik illetékességi területükön a közúti közlekedési szabályok betartását, köztük a sebességhorlátozás betartását is. A rendőrök 2020. július 11-én Péteriben rögzítették, ahogy egy személygépkocsi a megengedett legnagyobb 50 km/óra helyett 121 km/óra sebességgel közlekedett. A járműve-

zetével szemben az egyenruhások közizgazgatási eljárást kezdeményeztek.

A szabályok betartása nem azért fontos, hogy megússzuk a büntetést, hanem hogy ne okozunk balesetet, ne tegyünk kárt sem másban, sem magunkban. Ne veszélyeztessünk, ne hergeljünk, ne kockáztassunk, de legfőképpen érvünk haza. Mindenki.

Monori Rendőrkapitányság

A bírság összege:	Ha a megengedett sebesség: 50 km/óra	Ha a megengedett sebesség: 30 km/óra
30 000 Ft	66-75 km/óraig	46-55 km/óraig
45 000 Ft	76-85 km/óraig	56-65 km/óraig
60 000 Ft	86-95 km/óraig	66-75 km/óraig
90 000 Ft	96-105 km/óraig	76-85 km/óraig
130 000 Ft	106-115 km/óraig	86-95 km/óraig
200 000 Ft	116-125 km/óraig	96-105 km/óraig
300 000 Ft	126 km/órától	106 km/órától

Hirdetés

KEPA AUTÓSZERVIZ

2360 Gyál, Ady Endre u. 7., a posta mellett
06-30/241-8550 • 06-20/947-3887



AUTÓJAVÍTÁS ÉS GYORSSZERVIZ

CSEREAUTÓ

Klímatöltés, -javítás és -tisztítás

Ózongenerátoros tisztítás 4000 Ft-tól!

Eredetiségvizsgálat • Kipufogójavítás

HELYSZÍNI

MŰSZAKI VIZSGA

Gumiszerelés 750 Ft/db-tól

Gumitárolás, futóműállítás 5000 Ft-tól, hibakódolvasás, -törlés

20% KEDVEZMÉNY
olajcserére, gumicserére, klímatisztításra
A kupon felhasználható:
2020. augusztus 25-től szeptember 25-ig.
A kedvezmény csak a kupon felmutatásával vehető igénybe.

A Kókai Önkéntesek Tűzoltó Egyesülete

Dédnagyapám lászlófalvi Eördögh Kálmán 1852-ben született Szegeden. Iskolás korában már Pécelen élt édesanyjával, aki Peppel Ferenc ügyvédnél taníttatta a 13 éves gyermeket.



Eördögh Kálmán

Utána egy évet a Nagyenyedi Kollégiumba járt, majd a rám maradt iratok szerint a Pénzügyminisztérium kataszteri osztályán dolgozott és a budai várban lakott. Itt keresték meg a kókaiak, hogy legyen a jegyzőjük. 1878 októberében foglalta el hivatalát és 1879 januárjában véglegesítették őt a jegyzői állásban.

Dédnagyanyám Nagyenyeden született 1859-ben és szintén az Eördögh családból származott. 1897-

ben halt meg Kókán, 10 gyermeket szült, akikből hat élte meg a felnőtt kort. Dédszüleim és a halott gyermekeik sírja a kókai temetőben van. Dédnagyapám öt év múlva követte feleségét ebbe a sírba, alig ötven évesen. A hat árva közül a legidősebb, Margit már férjhez ment, és a másik két nagyobb, Sára és nagyapám, Tibor már állásban voltak, de a három ki-



A járás előjárói 1895-ben

csit: Dezsőt, Ottliát és Ilo-nát a kókai apácák nevelték fel, katolikus hitben, pedig az Eördöghök erdélyi ága, a bobornoki-mikeföldi már rég református volt.

Eördögh Kálmán közel 24 évig volt Kóka jegyzője, majd főjegyzője. A hivatali teendők mellett próbált a család anyagi helyzetén javítani, cséplőgépet vásárolt, de az üzlethez nem értett. Annál nagyobb érzelme volt a község és a közösség szervezéséhez. Kóka abban az időben a Nagykátai Járáshoz tartozott. Előtte hat évvel, 1889-ben alapította meg dédapám a község önkéntes tűzoltó egyesületét, amely ma is működik.

A tűzoltók 1896-ban különleges szerepet kaptak. A király, I. Ferenc József

ugyan engedte, hogy a nemzet magyar földbe temesse el Kossuth Lajost, de a katonai dísztemetést nem adott hozzá. Ekkor született az a felhívás, hogy az önkéntes tűzoltók adják a temetés biztonságát és díszét, legszébb egyenruhájukban. A korabeli újságok megírták, hogy 1150 önkéntes jelent meg Budapesten és abból 30 fő Kókáról jött. Klössz György, a kor híres fényképezője a menetről több képet készített. A New York kávéház teraszáról készült képen fel lehet ismerni dédapámat, mert a ruházata azonos a kép közepén, a veteránok előtt oldalra néző parancsnokkal és az azon a napon egy pesti műteremben róla készült felvétel öltözetével.

Közreadta: Pál Gábor – Péteri



Kókai Önkéntesek Tűzoltó Egyesület

Átadták az új lovardát a Tövesmajorban



► A Gyömrő határában lévő Tövesmajor Lovardában július 10-én pénteken átadták az új fedeles lovardát, ahol a jövőben olimpi-

konok készülhetnek a legkorszerűbb körülmények között. A lovarda a Trion SC öttusaklub székhelye, ahol az ausztrál klasszis, a riói olimpiai bajnok Chloé Esposto is felkészült. De hazai tehetségek is edzenek a klub színeiben. Kardos Bence először versenyzett felnőtt kategóriában, ahol magyar bajnok lett.

A sportlétesítmény átadásán részt vett többek között Sárfaival Péter, sportlétesítményekért és sportkapcsolatokért felelős helyettes ál-

lamtitkár, Fábíán László, a Magyar Olimpiai Bizottság tagja, Gyenes Levente, Gyömrő polgármestere, Bretz Gyula, a Magyar Öttusaszövetség elnöke és Szűcs Lajos, térségi országgyűlési képviselő. Az új, 27×60 méteres fedeles létesítmény az Emberi Erőforrások Minisztériuma által biztosított sportlétesítmény-fejlesztési támogatás, a Magyar Lovassportszövetség, valamint Czink György ráfordítása által valósult meg.

Régió-infó



Katonák holttesteit találták meg

Második világháborúban eltűnt ejtőernyős katonák holttesteit találták meg, aknagránátok, töltények és személyes használati tárgyak mellett Süllyápon, a település külterületi részén, az 1944 novemberében ott zajló helyi hadiesemények helyszínén.

A felfedezés nem előzmény nélküli: tizenkét éve, egy helyi visszaemlékező elmondása és helyszínmegjelölése alapján sikerült a kutatást elvégezni és a maradványokat feltárni.

A szovjet hadsereg a második világháború során csak áthaladt az akkor még két különálló faluban: Tápiósülyön és Tápiósápon, nem érték jelentős károk a településeket. Tápiósáp határában 1944. november közepén több napig állt a front, igen kemény harcokat vívtak a szovjet és a visszavonuló német–magyar egységek.

Az azóta már elhunyt **Korponai József 2008-ban kereste meg az akkori képviselő-testület néhány tagját (Katus Norbertet és Szücsi Csabát), ugyanis elmondása alapján, a szántóföldön magyar ejtőernyős katonákat temettek el az 1944-es novemberi harcok után a helybéli lakosok, köztük ő maga is fiatalon.** A harcok végétével a kialakított géppuska-

fészekbe hordták össze a szerteszét heverő különféle tárgyakat, valamint oda földelték el a holttesteket is.

Tizenkét éve személyesen látogattunk ki a Józsi bácsi által megjelölt domboldalra, ahol – a mostani feltárások alapján – igen pontosan jelölte meg a holttestek helyét: a 6-8 hektáros területen csupán néhány tíz métert „tévedett” akkor. Saját visszaemlékezése szerint hét ejtőernyős katonáról volt szó, de ennek ténye nehezen bizonyítható. A jelenleg szántóként hasznosított terület átvizsgálása során három, egyértelműen az ejtőernyős alakulathoz tartozó katona holttestét találták meg. Lehetséges, hogy további holttestek is nyugszanak a földben, ám az elmúlt fél évszázadban jelentősen átalakult a terület: nagy részét ma már erdő borítja, ami igen megnehezíti a további kutatást.

(1944 novemberének közepén az 1./I. ejtőernyős zászlóalj katonái voltak védelemben a térségben. Parancsnokuk a Magyar Tiszti Arany Vitézségi Éremmel

kitüntetett *Tassonyi Edömér* őrnagy volt. Az ejtőernyősök több szovjet támadást is megakasztottak az Isaszeg és Süllyáp közötti területen, miközben komoly veszteségeket szenvedtek el. A korabeli veszteségi nyilvántartás szerint 1944. november 15. és november 22. között a zászlóalj állományából 42-en haltak hősi halált a harcok során, az Attila védvonallal előterében.)

A kutatást végző szakemberek hivatalos beszámolója szerint egy másik állásban **nyolc milliméteres gyalogsági lőszer és ötven milliméteres aknagránátok kerültek elő**, így a munkálatokat le kellett állítani, és a rendőrség kérésére után a honvédség tűzszerészei végezték el a mentesítést.

A sírleletek között ejtőernyős jelvényt, valamint egy jeggyűrűt is találtak a hadisírgondozók. Utóbbi belső felén „1942 Eszti” felirattal. Mivel a hősi halált halt ejtőernyős katonák beazonosításához szükséges azo-



fotók: honvédelem.hu



nossági jegytek nem került elő, így a hadisírgondozók most ezen a nyomon próbálják kikutatni a gyűrű tulajdonosának kilétét.

A hadisírgondozók és az önkormányzat közös szán-

déka, hogy a katonákat (az azonosítási folyamatot követően) a tápiósápi temetőben, méltó emléksír kialakítása mellett, ünnepiesen temessék újra.

Katus Norbert alpolgármester

Tovább folytatódnak a régió cukrászsikerei

2020 MAGYARORSZÁG TORTÁJA

► **Füredi Krisztián** tápiószecsői cukrászmester alkotása, a CURIOSITAS – Kíváncsiság fantáziánévű torta nyerte a rangos versenyt. A Magyarország cukormentes tortája megmérettetésén a JÓkenyér cukrászat csapata nyert a Szentivánéji álom tortával, míg a monori AMI Pisztrácia a második helyen végzett, a Leginnovatívabb torta címmel.

A Magyar Cukrász Iparosok Országos Ipartestülete idén tizennegyedik alkalommal hirdette meg a „Magyarország Tortája” versenyt az augusztus 20-i

nemzeti ünnepünk, államalapító Szent István ünnepe, Magyarország szimbolikus születésnapja köszöntésére.

Füredi Krisztián, a tápiószecsői Hisztéria Cukrászda cukrászmestere a gyakorlati éveit a Gundel étteremben töltötte, a fő összetevőket, a mandulát, mogyorót, csokoládét egyik kedvenc alapanyagával, a birsalmával párosította. A birsalma szinte az egyetlen olyan magyar gyümölcs, ami nyers állapotban élvezhető. Rafinéria, fantázia, kifinomult érzék és szakmai tudás kell ahhoz, hogy ennek a pompás gyümölcsnek



a rejtett íze előkerüljenek. A birszelét birskompóttal egészítette ki és birspálinkával tette teljessé. Mandu-

lás piskóta, mogyoróolajos ropogós, bársonyos birszelé, narancsos mandula mousse és étcsokoládés tü-

körbevonó harmóniája teszi tökéletessé Magyarország idei ünnepi tortáját.

A Magyarország cukormentes tortája versenyen idén a pilisszentiváni JÓkenyér cukrászat csapata győzött a Szentivánéji álom tortájával. A Leginnovatívabb torta díját pedig a második helyen végzett monori Ami Süti cukrászának, **Veres Ildikónak** az alkotása, az AMI Pisztrácia nyerte. A zsűri az értékelésében kihangsúlyozta, hogy nagyra értékelték a kicsi, kezdő cukrászda színvonalas teljesítményét. Augusztus 19-től lehet megkóstolni a tortákat.

Régió-infó

Réti László első történelmi regénye

A Monoron élő író Réti László eddig krimiket, thrillert és kalandregényt írt, ám most egy újdonsággal, történelmi regénnyel rukkolt elő. A *Megölni Telekit* 1941-ben játszódik Magyarországon. Tőle már megszokott izgalmas, nyomozós köntösbe öltöztetett történetet olvashatunk, annyi különbséggel, hogy az ebben a regényben történtek, amennyire csak lehet, követik a valóságot.

– Mi vitte rá az írása?

– Valószínűleg a grafománia. Harminc éves korom körül kezdtem el írni. Alapvetően jó hobbinak tartom: kis helyet foglal, otthon van és igazság szerint nem kell rá költeni szinte semmit. Olykor kell egy laptopot venni, meg néha el kell menni azokra a helyszínekre, amiről írok.

– Akkor hobbiként indult?

– Szerencsére, ez a mai napig hobbi, azért is csinálom, mert még mindig hobbiként tudok írni.

– Melyik könyvét tartja a legsikeresebbnek?

– Mindig a legutolsót kedvelem a legjobban, amelyik éppen megjelent. Lehet, azért is csinálom folyamatosan, mert amíg úgy érzem, hogy a következő mindig jobb lesz, addig van benne fejlődés.

– A könyveihez a rendőri tapasztalatait is felhasználja?

– Nagyon ügyelek arra, hogy minden történetem más nézőpontból, más témából íródjon, sőt még



egy kicsit más stílusban is. Emellett nem szeretném, ha egyfajta skatulyába raknám magam vagy az olvasókat, hiszen elég sok író ismerek, akinek két-három könyv után kiismerhető a stílusa, gondolatmenete és egy kis túlzással eléggé egy kaptafára szövik a történeteiket. Ezt próbálom elkerülni.

– Eddig nem történel-

mi regényeket írt, miért kezdett éppen most bele egybe?

– Írtam thrillert, krimi, kalandregényt, olyat, ami sok szálon fonódik, s írtam olyat is, ami egyes szám első személyben viszi végig a cselekményt. Történelmit még nem. Most ez volt soron. Messze ennek volt a legnagyobb utánajárási- és anyaggyűjtési igénye az eddigi könyveim közül.

– Szereti a történelmet?

– Igen, de inkább hadtörténeti megközelítésből foglalkozom vele.

– Akkor ezért a XX. század?

– Igen. Bevallom, hogy van egy tervem, ami a VIII. században játszódik és nem is Magyarországon, az is történelmi krimi lenne. Viszont ez még eléggé távlatos, mert amikor annak a történelmi kornak a vezető tudósával találkoztam, rájöttem, még annyit se tudok a témáról, hogy kérdezni tudjak tőle, ezért ott még bőven az anyaggyűjtés fázisában

vagyok. Majd pár év múlva beérik.

– Miért pont Teleki?

– Nem az én ötletem volt. Nyolc évvel ezelőtt megkelestek egy filmötlettel, hogy Teleki utolsó napjáról kellené filmet készíteni. Persze, mondtam, nagyon szívesen, mert egyébként érdekes történelmi figura, politikai értelemben és morális szempontból is. Annyi volt a kikötésem, hogy én ebből biztos, hogy krimi fogok írni. El is készült a forgatókönyv. Több verzióban pályáztunk. Akkoriban nem nagyon volt rá igény, hiszen Teleki megosztó történelmi személyiség, de most elővettem, mert éppen ahhoz volt kedvem, hogy ezt írjam meg.

„Milyen megoldást találok egy olyan végkifejlethez, amit már mindenki ismer”

– Az események valósak?

– Amennyire csak lehet, követik a valóságot, de hozzá kell tenni, hogy nem véletlenül raktam irodalomjegyzéket is a könyv végére, így akit érdekel a téma, jóval kisebb kutatómunkával tud utánaolvasni a történeteknek. A téma két szaktekintélye írt egy-egy könyvet, de még Teleki utolsó napjának a napirendjében sem egyeznek meg. Tehát, amikor egy táblázatban fölvettem, hogy óránként az egyik és a másik szerző szerint mit csinált, bőven voltak eltérések.

– Mekkora munka volt utánanézni minden-

– Nagy, de a könyv írásával viszonylag gyorsan, hat hét alatt kész lettem.

– Van a regénynek más különlegessége is?

– Nemcsak az eseményeknek kellett utánanézni, hanem a szereplők szóhasználatának, a köszöntéseknek és a megszólításoknak is stimálniuk kell. Nagy kutatómunkát igényeltek még az akkori utcanek, s az, hogy milyen épületek álltak '41-ben Budapesten, és melyek voltak azok, amik még tervben sem voltak. Teleki halálát szokták a magyar történelem egyik legnagyobb rejtélyének mondani, mert bár igazság szerint nem is annyira rejtély, de máig nagyon kevesen hiszik el, hogy öngyilkos lett. Két elmélet is van: az egyik a gyilkosság, a másik pedig az öngyilkosság. Az indító mozzanat, ami érdekes lehet egy ilyen könyvnél, hogy hogyan variálja, és milyen megoldást talál az ember egy olyan végkifejlethez, amit már mindenki ismer.

– Milyen visszajelzéseket kapott?

– Eddig messze ennek a legjobbak a visszajelzései, a www.moly.hu-n nagyon sokáig 100%-os értékelésen állt a könyv, most 99%. Ritka az ennyire magas arány. Persze, több száz szavazat után árnyalódik, de a 90% felettiek már nagyon jónak számítanak.

– Várható még történelmi regény?

– Igen. Amit már említettem, a VIII. századi történet, és ennek a könyvnek a főszereplőjét, a detektív felügyelőt valószínűleg megtartom, mivel van a II. világháborúból két-három olyan sztorim, amit érdekes lenne megírni. S akkor talán újra ez a főszereplő fog jönni-menni azokon a lapokon is. De még megvárom az olvasói visszajelzéseket vele kapcsolatban, hogy csak én szerettem ennyire, vagy másoknak is tetszett.

Jurik Bianka

Hirdetés

Az öt másodperces szabály

Rengeteget hallani manapság az öt másodperces szabály kifejezést, de vajon mit is jelent ez? Miben segít nekünk?

Sokkal egyszerűbb blok-
kolni az agyunkat, ha
bekapcsol a halogatás-
jelzőnk, mint hinnénk.

Mel Robbins írt erről egy
csodálatos könyvet. Ren-
teg pszichológussal és szak-
értővel beszélgett a témáról,
míg végül megírta könyvét,
amelynek témája: hogyan
győzhettük le magunkban a
halogatást.

Robbins szerint a követke-
ző egyszerű lépést kell kö-
vetni: amikor megszületik
bennünk a változás, változ-
tatás ötlete, az agyunk kő-
korszaki módon ellen akar
állni neki. Egy egyszerű pél-
dán levezetve így néz ki a
dolog: elhatároztuk magun-
kat, hogy reggel nem állítjuk
be a szundit és nem alszunk
tovább. Vannak, akik képe-
sek egyből felébredni, de
a többség elcsábul egy bel-
ső hangot hallva, ami sunyi
módon azt mondogatja: „Jaj,
még tíz percet pihenek és
felkelek” – de aztán mi tör-
ténik? Mégis csak benyom-
ja a szundit és tovább alszik,
végül akkor ébred fel, mikor
már alig marad ideje, hogy
elkészüljön.

Hogy miért van ez?

Az agyunk szereti, ha ő irá-
nyíthat, és nehezen viseli a
változásokat. Hogy miért?
Mert úgy érzékeli, hogy, ha
valami megváltozott, akkor
itt tuti gáz van.

Pedig valójában nincs baj,
csak nagyon tudunk ragasz-
kodni a megszokásainkhoz.
A mai világban napról nap-
ra változnak körülöttünk a
dolgok, ezért nekünk is több-
ször kell ehhez alkalmazkod-
va változtatnunk a saját éle-
tünkön. Ebben pedig pont az
a legnehezebb, hogy valahogy
el kell kezdeni, bele kell men-
ni az új helyzetekbe és próba-
tételbe – és az agyadnak
elég öt másodperc, hogy le-
beszéljen erről. Gondolj bele,
ha öt másodpercen belül nem
kezded el a mosogatást, mi-
után az eszedbe jutott, tuti,
hogy csak akkor fogod lát-
ni legközelebb a mosogatót,
ha elfogytak a tiszta poharak
vagy az evőeszközök.

Ez a technika segíthet ne-
künk abban, hogy elűzzük az
agyunkból a félelmeket, két-
ségeket, negatív érzelme-
ket, amik megakadályozzák,
hogy cselekedjünk. Persze a

neheze ezután jön: miután
minden nap szabályosan al-
kalmazzuk szabályt, az öt
másodpercet emelnünk kell,
öt órára, öt napra, egészen
addig míg a halogatást telje-
sen kiűzzük a fejünkéből.

Tegyük apró lépéseket

Egy Harvard-kutatás azt bi-
zonyította, hogy a célok apró,
napi lépésekre való bontása a
legegyszerűbb módja annak,
hogy hatalmas sikereket ér-
jünk el. És sokkal könnyebb
ezt a kezdeti ugrást elvégezni,
ha nem gondolunk egyből a
legnagyobb és most még elér-
hetetlennek tűnő céljainkra.
Nem is hinnéd, de még tudo-
mányosan is igazolták ezt a
szabályt.

Például az elhatározást,
hogy beugorj a medencébe,
hogy megments egy fuldok-
ló embert, az agyad gyorsan
gondolkodó része, vagyis az
előfrontális kéreg irányítja.
Amikor beveted magad a me-
dencébe, hogy kiments on-
nan valakit, az agyad érzel-
mi része hajtja magát, és nem
fordít időt arra, hogy ele-
mezze a víz mélységét, vagy



hogy hogyan lehet a legjob-
ban megközelíteni a meden-
cét stb.

A legtöbb feladathoz azon-
ban agyunk a racionális ré-
szeit használja fel, amely se-
gít elkerülni a veszélyt. Nos,
amikor az agyunk változást
érez, akkor azt hiszi, veszély
közeleg, és azonnal vissza-
kapcsol a megszokott kis cse-
lekvésekhez. Így már kezd
összeállni a kép, ugye? Ami-
kor te reggel felébrednél, az
agyad jelez, hogy hoppá, itt
valami másképp működik,
nyomd csak be a szokásos
szundit! Na, hát ezt a pillana-
tot kell felülről öt másod-
perc alatt.

Vladár Bea

Hirdetés

FÖLDMÉRÉS

épületfeltűntetés
telekalakítás
telekhatár-rendezés, kitűzés
tervezési alaptérkép készítése

Nadaplan-Geodézia Kft.
+36-20/244-3069
www.nadaplan.hu

Márta Ervin KONTÉNER

• TERMŐFÖLD
• sít, szemétszállítás
• 3, 4, 8, köbméteres
konténerek
• gépi földmunka, bobcat
• épületbontás

Tel.: 06-20/984 9242

Vecsési nagyüzemi konyha
HENTEST, SZAKÁCSOT
és FEKETE MOSOGATÓ
munkatársat keres
kiemelt bérezéssel.

cityfood

Érdeklődjön céges buszjáratunkról!

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



Csak a szeretet

Deák-Olajos Éva hivatása ápolónő, de mára már nem egészségügyi intézményben gyakorolja azt, hanem otthonában, fogadott gyermekük ellátásában. A történetük egy soproni, sérült gyermekekkel foglalkozó intézményben kezdődött.

Szerelem volt első látásra! Cincu két-három éves korában került be az intézetbe, az én csoportomba. Az édesanyja lemondott róla, az orvosok se fűztek hozzá sok reményt: körülbelül tíz évet jósolták neki – kezdi a visszaemlékezést Évi.

Cintia gerincvelő- és izomsorvadással született (SMA1), mely a mai tudomány állása szerint gyógyíthatatlan. Örökletes betegségről van szó, amely a gerincvelőben elhelyezkedő, az izmok beidegzését végző, az azokat mozgató idegsejtek pusztulását jelenti.

Cintia (nem szereti, ha így szólítják, így a továbbiakban Cinti) nemrégén töltötte be a 15. életévét. Yodás (Star Wars) tortával, gyertyákkal, ajándékokkal, úgy ahogy kell. Ottjártamkor éppen bíbor színűre volt festve a körme, elképesztő mennyiségű barna haját befonva hordta. Előbbihez hozzáfűzte, hogy a vágya egy fekete körömlakk, de ahogy kiejtette száján, rögtön apára pillantott, amolyan kamaszos fintorral, melyet apa amolyan lányos-apa

morgással konstatált: – Nem vagy te emós! – Zsoltit (apa) csak azután ismertem meg, miután Cinti elkerült az intézetből, mert felvételt nyert a speciális iskolába. (Gyámja újra a vér szerinti anyja lett.) Ez is első látásra szerelem volt, úgy látszik az én életem ilyen – nevet Évi, miközben mutat még egy hófehér cicára is, akit Matildnak hívnak.

Anya és Apa

Zsolt betegszállítóként dolgozott, kapcsolatban állt az iskolával, így a véletlen újra összehozta Évát a kislánnyal. – Akkor már egy párt alkottunk Zsoltival, ezért szerettem volna, ha megismeri őt. Közös döntés volt, hogy elvállaljuk Cinti hétvégi felügyeletét, amikor az anyja felvette ezt a lehetőséget – meséli. Majd teltek, múltak a hónapok és egy májusi napon megcsörrent a telefon. Az édesanya végleg eldöntötte, lemond Cintiről, megkérte Évát, neveljék fel őt, gondoskodjanak róla. – Nem volt kérdés, hogy igent mondjunk-e – mondta határozottan Zsolt. Azóta eltelt



több, mint 5 év. A jogi procedúrák végére, most már hivatalosan is Éva és Zsolt Cinti családba fogadója és gyámja. – Soha nem fogom elfelejteni, amikor Cincu ránk nézett és megkérdezte, mostantól szólíthat-e minket Anyának és Apának. Én voltam a legboldogabb a világon! – Ápolóként, betegszállítóként a kezdetektől tisztában voltak vele, hogy mit vállalnak. Tudták, hogy Cinti állapota romlani fog és a hétköznapiak sohasem lesznek könnyűek. A boldogság és nevetés árnyékában mindig ott a félelem és az elengedés. Cinti 24 órás felügyeletet igényel, így Éva otthagyta munkahelyét, kialakították az új életüket, immár hármójuknak. Kezdetben még iskolába járt a kislány, de hamar kiderült, hogy a magántanulói lét az ő útjuk. – Hiányzik Cincunak a közösség, a barátok, de mérlegelnünk kellett. Nem részletezem, de a körülmények közel sem olyanok, amit kívánok a gyermekemnek. Úgy vagyok nyugodt, ha itt van velünk. Jár hozzánk egy ta-

nító, illetve a keresztapu segít az informatikában.

Együtt

A beszélgetésünk közben, elnézve a családot, többször eszembe jutott, mikor jut idő a szülőknek önmagukra, egymásra? Kis idő múltán fel is tettem a kérdést, azonban válaszul jött a csend, egy mély sóhaj kíséretében, majd Éva belekezdett: – Március óta szükség van már éjszakai lélegeztetőgépre is. Olyan törekény a kis teste, hogy már Zsolt sem meri emelni. Kire tudnám rábízni? Ha nekem nem volna nővéri tapasztalatom, már párszor elment volna. Az ellátórendszer finoman szólva is rémes. Nincs információ, nincs támasz, nincs igazán segítség. A barátaink néha egy-két órára vállalják, hogy Cintivel vannak, de mivel ellátni nem tudják, így olyankor intézek dolgokat, amiket Cintivel együtt nehezen tudok. Nyaralás, kirándulás kilőve. Annyi feltételnek kell egyszerre megfelelnie egy szállásnak, amelyet mi még nem találtunk. Strandra nem

járunk, mert Cincu kellemetlenül érzi magát a gúnyos tekintetek és beszélgetések miatt. – A négy fal között, az otthonuk védőburkában biztonságban érzik magukat. Már volt idejük arra, hogy megszokják a külvilágba kilépve az őket érő negatív hatásokat, azonban egy kamasz lánynak ezt elvieselni rettenősen nehéz.

A kisvárosi közeg, ahol sok ember ismeri őket, lényegesen megkönnyíti a helyzetüket, azonban még így is sokszor kerülnek kellemetlen helyzetbe. – A probléma az, hogy a felnőttek sem tudnak mit kezdeni egy sérült emberrel, így mit várhatunk el a gyerekektől?! Megbámulnak minket vagy félrehajítják a fejüket. Általában ez a két véglet fordul elő – meséli Évi, Zsolt tekintete pedig ezek hallatán komorrá válik. – Én be szoktam viccesen szólni az ilyen bámészkodóknak! – Apa olyankor egy hős! – kapcsolódik be a beszélgetésbe Cinti is.

A jövő az életükben egy különösen tervezhető valami. Minden nap ajándék számukra, melyet együtt, hárman tölthetnek. Öt évvel meghaltak a jóslatot, amit csodaként definiálnak. – Nem olyan régen megkérdeztem az orvosunkat, mi lehet az oka, hogy Cinti még mindig itt van közöttünk. Azt mondta, hogy van, amire az orvostudomány a válasz és van, amire semmi más, csak a szeretet.

Végezetül megkérdeztem, mert kíváncsi voltam, hogy ha léteznének tündérek, kívánnának-e bármit is. – Egy saját házat... – törte meg Éva a csendet.

Pécs

KERES-KÍNÁL

ÁLLÁS

Otthoni munka! Kosmetikai dobozok összeállításai, egyebek elérhetőségei érde.: 06-90/603-905 (audiopress.iwk.hu 635Ft/min. 06204963980).

Gyáli pecsenyesütőbe konyhai kisegítőt keresünk. Albérletet, szállást családi házban, kedvezményes díjon tudunk biztosítani dolgozóink részére. T.: H-P 8-18 óra, 06-70/419-2923, 06-30/449-4506

ÁLLAT

Napos- és előnevelt csibe augusztus és szeptember

hónapokra rendelhető vegyes hasznosítású fajtákból. Előnevelt pulyka augusztus hónapra megrendelhető. Gali Baromfikellető, Albertirsa 06-30/350-5487, 06-53/370-047, galikelteto.hu

AJTÓ – ABLAK

Ajtó, ablak, redőny, relaxa, szúnyogháló, lakatosmunka. Szatmári Ferenc: 06-70/317-8857, www.ablakfer.hu

ASZTALOS

Asztalos! Konyhabútorok, szekrények, irodabútorok, korlátok készítése. Nyílászárók gyártása. Lambériázás, szaunaépítés.

Érd.: Polónyi Ferenc
06-30/397-2144

AUTÓ

Műszaki vizsgáztatás és felkészítés, eredetiségvizsgálat, gépjármű-diagnosztika, gumi-szerelés, -javítás, centrírozás. Méhész János Kft. Monor, József Attila u. 108/38. Tel.: 06-29/416-123, muszakivizsga-monor.hu

AUTÓSISKOLA

Jogosítvány! Online képzések is! A, B, C, C+E, D kategóriák GKI. Gyorsított képzés. Tel.: 06-20/912-6359, www.tan-go.hu

BURKOLÁS

MELEG- ÉS HIDEGBURKOLÁS! Teljes körű burkolást vállalok! Számlával, garanciával. Érd.: Angyal Róbert, 06-70/632-7473

DISZKONT

AME diszkont – Monor, Dózsa Gy. u. 37., L.I.V.E. diszkont – Monor, Jókai u. 3-5. és az evedd.hu-n is megrendelhető sok diszkont áras termék. Jöjjön, vásároljon, rendeljen! Velünk megéri.

DUGULÁSELHÁRÍTÁS

Duguláselhárítás, ázások, csőtörések megszüntetése, vízszelzés. Érd.: 06-20/491-5089

EGÉSZSÉG

Házhoz megyek! Fogorvos készítését, javítását vállalom garanciával. Hívjon bizalommal! Telefon: 06-20/980-3957

ELADÓ – KIADÓ

Gyálon 100 m²-es különálló családi ház, berendezve, bútorozva, telefonnal, internettel 270 000 Ft/hónap díjjal kiadó. A díj a rezsit tartalmazza! Érd.: 06-30/944-0689

ÉTTEREM – VENDÉGLÁTÁS

TAVERNA GYROS MONORON – Móróc Zs. u. 39. Már Győrre is! Az árákról, kiszállítási helyekről kérjük érdeklődjön Facebook-oldalunkon és telefonon: 06-70/775-8585

VADAT LETÉRIT	MEG- FEJTÉS, 1.	A TE TULAJ- DONOD	CENTI- MÉTER, RÖVIDEN	SVÉD BÜTOR- CÉG	RAJTA, CSAK TESSÉKI!	LAKÓ- TELEP, RÖVIDEN
IMPORT OLAJ!	MEG- FEJTÉS, 2. LÓCA, EGYNEMŰI	EGYSZER HOPP MÁSKOR ... GLASGOW LAKÓJA	KERÉK SZÁM	MÉLYRŐL		
FÉLTVE ÖRZÖTT		KÖZEP- ÁZSIAI NÉP AKADEMI- ÁNK NÉVBETŰI	SOR- RENDEN UTÁNA ÉN, LAT.	ÁBRAHÁM SZÜLŐ- VÁROSA KORJELZŐ RÖVIDÍTÉS		
BAUD, RÖVIDEN	KEZDŐDİK A MÓKA SOHA EL NEM MŰLÖ					
HATÁRO- ZOTT NÉVELŐ						
ÉRKEZÉSE						
TANÍTÁSI IDŐ- EGYSÉG						
BŐJT KEZDETE!	PALACSIN- TAFÉLE DE MÉG MENNYIRE!					
LÁBRA- VALÓ						
A SUGÁR JELE	OSZTRÁK PÉNZ VOLT KÖLTŐI SÓHAJ		LAUREN- CIUM VJ. SÉTÁLNI KEZDI!	VONAL- KEZDETE! FELÜLI!	ZEUSZ FELESEGE KÜTFŐI!	
PÉNZ- SEGÉLY						

TERMELŐI MINŐSÉGI mátrai folyóborok 790 Ft/liter

KRAFT SÖR
Kifejezetten a minőségre és izre koncentrált, kifinomult főzési technikával készült sörkülönlegesség.

INGYENES HÁZHOZ SZÁLLÍTÁS
Monoron és környékén.
Minimum rendelés: 3 000 Ft

KOVÁCS BORKÚT

A MONORI PIAC JOBB HÁTSÓ SARKÁBAN

BUSZPÁLYAUDVAR

NYITVA: SZERDA, SZOMBAT: 7-13

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

Kovács Borkút

Augusztusi rejtvenyünk főszórában a monori Kovács Borkút jelmondatát olvashatjuk. A megfejtést küldje el a címünkre: Régió Lapkiadó Kft., 2200 Monor, Németh Ágoston utca 5. E-mail: rejtveny@regiolapok.hu. Beküldési határidő: 2020. szeptember 10. A helyes megfejtést beküldők között négy darab 3000 forint értékű ajándécsomagot sorsolunk ki a Tolnai borvidékről a monori Kovács Borkút felajánlásából. Előző lapszámunk megfejtése: Monor legmagasabb pontján, a kilátónál található. A Szabó Pince Rendezvényház által felajánlott 10.000 Forint értékű ajándékutalványt Juhász József nyerte Budapestről, míg a 2 darab 5 000 Forint értékű utalványt Ocztos Georgina és Dr. Szabó Edit nyerték. Az utalványokat a monori Goods Market üzletben lehet felhasználni.

FESTÉS – MÁZOLÁS

Szobafestés, mázolás, tapétázás, lépcsőházak festése. Precíz munkavégzés, reális árakon. Érd: Sándor Zoltán 06-20/915-8392

HŐSZIGETELÉS

Családi és társasházak homlokzati hőszigetelése. Homlokzatfestés, ereszdeszka-mázolás. Kiss István: 06-20/333-4489

HŰTŐGÉPJAVÍTÁS

Hűtőgépek, fagyasztók javítása, helyszínen, garanciával. Tel.: 06-30/960-8495, 06-70/426-3151

KÁRPITOS

KÁRPITOS! Bútor áthúszása, felújítása, javítása. Csordás György, tel.: 06-30/576-3456

KÁRPITTISZTÍTÁS

Autókárpit, bútorkárpit- és szőnyegtisztítás. Érd.: Csúzi Attila 06-20/534-6384

KERTÉPÍTÉS – KERTÉSZET

Kertépítés, öntözőrendszer, teraszburkolás, növényvédelem.

T: 06-20/370-7102, 06-20/456-8253
Web: www.angyalkert.eu

KLÍMA

KLÍMAAKCIÓ! Klíma beszerelve, 3 év garanciával már 185 000 Ft-tól! Érd.: 06-30/972-0035, kapcsolat@aklimaszerelo.hu
Web: aklimaszerelo.hu

KONTÉNER

Konténer, sitt- és szemétszállítás, lomtalánítás. Rendelhető: sóder, homok, cement. Maka Sándor, Gyömrő, Állomás Tűzép. Tel.: 06-29/333-347, 06-20/444-9963

Konténeres hulladék-szállítás 4-8 m³-es konténerekkel. Szabó Sándor. Tel.: 06-30/200-1163

LAKATOSMUNKA

Lakatosmunka, kerítés, korlát, lépcső, kapu gyártását és szerelését vállalom. Kun Attila Tel.: 06-20/219-6040, rennel.hu

MÉZ

Termelői méz 1090 Ft/0,5 kg ártól Monoron és környékén 5 000 Ft feletti vásárlás esetén

ingyenes kiszállítással.
Tel.: 06-70/607-4444

MOTORKERÉKPÁR

Régi motorokat keresek, vásárolok: Simson, Mz, Etz, Jáwa, Pannonia, stb. 06-20/572-5142

RENDEZVÉNYSZERVEZÉS

Petrovai Pince vállalja kizárólag zárt körű családi – baráti, céges összejövetelek, keresztelők, lány és legénybúcsúk teljes körű lebonyolítását. Érd.: Petrovai Tamásné Anikónál 06-70/434-3254. petrovaipince.hu

SÍRKŐ

Juhász Sírkő JUHÁSZ-ÉPKŐ Kft. Monorierdőn a 4-es főút mellett. Sírkövek, parkányok, pulthapok, betűvésés. Tel.: 06-20/957-8607

TETŐFEDŐ

TETŐFEDŐ! Mindenféle tetők készítése, javítása. Ereszcsatornák szerelése. INGYENES FELMÉRÉS, kisebb javítások azonnali kezdéssel GARANCIÁVAL! 18 éve a lakosság szolgálatában!

T.: Árvai Richárd
06-30/475-2917

Tetőfedés, ácsmunkák, bádogozás, kisebb javítás, beázás. Nyugdíjasoknak 10% kedvezmény. Ingyenes felméréssel. Hívjon bizalommal! Kertész Attila Tel.: 06-20/216-8338

Ács, bádogos! Nagyobb és kisebb munkák kivitelezése. Tető átszerelése, ázás elhárítása, lapostető szigetelése. Díjmentes felmérés! T.: 06-20/421-2355

TŰZIFA – TŰZELŐ

Eladó tűzifa. Hasított, félszáraz akác: 20 000 Ft/m³, tölgy-bükk: 20 000 Ft/m³. Akció! 8 m³-től 19 000 Ft/m³. Mérésalaggal lemérheti a mennyiséget! Koczó Zsolt tel.: 06-20/343-1067 EUTR: AA5811522

Hasított akác: 3400 Ft/q, tölgy, bükk: 3200 Ft/q, kalodás vegyes: 33 000 Ft/kaloda, kalodás akác: 38 000 Ft/kaloda + szállítás. A némedi szőlői hídmérlegen ellenőrizheti a megvásárolt mennyiséget. Forest Vill Bt. EUTR: AA5856576. Tel.: 06-20/511-7557, 06-29/343-689

Impresszum

Régió • Független, ingyenes regionális hírújság • Felelős kiadó: Papp János • Szerkesztő: Kovács-Solymosy Zsuzsanna

Kiadó: Régió Lapkiadó Kft
Nyomda: Oláh Nyomdaipari Kft. (1211 Budapest, Központi u. 69-71)

A nyomtatásért felel a nyomda ügyvezető igazgatója.

Kiadó és szerkesztőség címe: 2200 Monor, Németh Ágoston u. 5. • E-mail: info@regiolapok.hu

Hirdetésfelvétel: Horváth Szilvia, 06-70/319-4317, horvath.szilvia@regiolapok.hu
Terjesztés: Magyar Posta Zrt. Készült: 94 300 példányban. ISSN 2060-1719

Az újság bármely részének másolásával, terjesztésével, az adatok elektronikus tárolásával és feldolgozásával kapcsolatos minden jog fenntartva.

Értesítéseket átvenni csak az újságra hivatkozva lehet. Az újságban megjelent adatok tájékoztató jellegűek. Az újságban megjelent hirdetések tartalmáért a kiadó felelősséget nem vállal. Kéziratokat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza.

Az x-szel jelölt frásaink fizetett hirdetések.

Eladó akác-tölgy-bükk tűzifa konyhakészen, hasítva, ingyenes házhoz szállítással 3000 Ft/q. Örbottyáni telepelyen hitelesített hídmérlegen ellenőrizheti a mennyiséget. EUTR: AA6236153
Bármikor hívható, hétvégén is: 06-30/347-3504

Akác, tölgy száraz konyhakész tűzifa 1mx1mx1m=1 szórt m³: 19 500 Ft. Mérésalaggal lemérheti a mennyiséget. T.: 06-70/381-9088. EUTR: AA6419785

VÍZ, GÁZ, FŰTÉSSZERELÉS – JAVÍTÁS

Víz-, gáz-, fűtősszerelés, gázkészülék-szerelés, -javítás, karbantartás, duguláselhárítás. Kaposvári Péter 06-30/662-7087, 29/739-983. www.gazfutes.eu

Víz-, gáz-, fűtősszerelés! Fürdőszoba-felújítás, duguláselhárítás. TELJES KÖRŰ GARANCIÁVAL! T.: 06-30/421-2604

ZÁRSZERELÉS

ZÁRSZERELÉS – SOS ajtónyitás, kínai ajtók, szalagzárak, biztonsági zárok. **Herendi Tamás** 06-30/489-5334

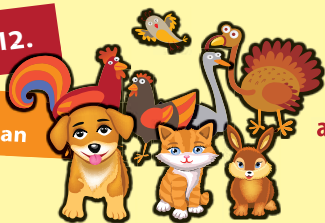
MEGHÍVÓ

Mende Község Önkormányzata
és a Mendevíz Nonprofit Kft.
megszervezi

az I. Mendei Kisállatvásárt

2020. 09. 12.

Helyszín:
Mende, Katlan



Várjuk
az árusok
jelentkezését az
allatvasar@mende.hu
e-mail címen
2020. 08. 31-ig.

Kisállatárusoknak helypénz nincs, de a szervezők fenntartják a jogot a létszám korlátozására.

A belépés díjtalan!

Eladó ingatlanokat keresünk **meglévő** készpénzes ügyfeleink részére

1%
jutaléktól!

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

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



Tel.: 06-70-935-5181

Ha számít az ár, az **ingatlanpiaci** vár!

Újságírókat keresünk!

Ha mindig is érdekelt a helyi témák,
várjuk jelentkezésedet! Főképp, ha:

- Van újságírói végzettséged, vagy ha nincs, akkor nem sajnálod az időt a szakma megtanulására.
- Jól és közvetlen stílusban kommunikálsz.
- Élvezed a változatos munkát.
- Szereted az embereket – és magad is.
- Laza vagy, de a munkádat felelősségteljesen, lelkiismeretesen végzed.
- Lételemed a csapatmunka, másokkal segítőkész vagy.
- Van jogosítványod és autód.

Hogy
milyennek
képzelünk
el?



Ha felkeltettük érdeklődésed, küldd el fényképes önéletrajzod és rövid motivációs leveled fizetési igényed megjelölésével az info@regiolapok.hu e-mail címünkre.

Autójavító és gumiszerviz

Minden típusú autó teljes körű javítása,
szervizelése és műszaki vizsgáztatása.



- Új és használt gumibroncs eladás, javítás, csere, szezonális tárolás.
- Fék-, futómű-, motor-, váltójavítás, olajcsere, számítógépes motordiagnosztika, hibakódolvasás, -törlés.
- Autóklímajavítás, -töltés fertőtlenítés
- Kipufogórendszer-javítás, -csere

Fűtő István • 06-20/336-9457

2360 Gyál, Vak Bottyán u. 69. • Nyitva: H–P: 7.30–17, Szo: 8–13

www.futo-szerviz.extra.hu

Magócsi Ruhatisztító

Felvehőhelyek:

Vecsés: CBA, kulcsmásló.

Üllő: Templom tér, Hableány Lakástextil üzlet.

Monor: Kossuth Lajos u. 41.

**Tisztítsa szőnyeget és ruháit
háztól házig szállítással!**

Függönyök, lakástextilek tisztítása
Gyapjúágyynemű tisztítása

Óvodáknak, iskoláknak, közületeknek egyedi
reklamáron. Kérje ajánlatunkat!

Üzlet: 2200 Monor, Kossuth L. u. 41.

Nyitvatartás: hétfő–péntek: 8–17, szombat: 8–12

Tel.: 06-29/411-135, 06-30/232-5773

ÁCS, TETŐFEDŐ, BÁDOGOS

SAKKÉPZETT
MESTEREK

- zsindelezés
- széldecskázás
- szegőelemek cseréje
- beázások javítása
- ereszcatorna javítása, cseréje, takarítása
- tetőszerkezet teljes cseréje és fedése

06-30/835-4815



Ács tetőfedő
bádogos mesterek
Referencia,
további információ
a facebookon.

cityfood

Vecsési nagyüzemi konyha
HŰTŐRAKTÁROS-KOMISSIÓZÓ
munkatársat keres!

Érdeklődjön
céges buszjáratunkról!

Jelentkezéseket
fényképes önéletrajzzal
várunk.

karrier.city@gmail.com



IMPLANT DIAMOND

TITOK A MAGABIZTOS MOSOLY MÖGÖTT

Tudta, hogy a lakosság 80%-a szenved
foggybetegségben?

A duzzadt, piros íny, a fogmosáskor vérző vagy
érzékeny íny, a mozgatható vagy kieső fogak
már jelezhetik a betegség jelenlétét.

Az Implant Diamond csapata maximálisan törekszik
arra, hogy a kezelések fájdalommentesek legyenek
és pácienseink elégedetten távozzanak.



ÓVJA MEG FOGAI ÉPSÉGÉT!
Alapelvünk: MENTENI A MENTHETŐT!

Szerencsére ma már számos korszerű
módszerrel lehet megelőzni és orvosolni a
foggybetegségeket:

- szakszerű fogkö eltávolítás
- kialakult mély tasak tisztítása
- ínyműtét
- ínyplasztika, átültetés
- csont felépítése

Ezek a kezelések kulcsfontosságúak
fogaink megmentése érdekében!

Dental Diamond • 2230 Gyömrő, Szent István út 21. • www.implantdiamond.eu • Tel.: 06-30/181-5000, 06-20/200-0007