

Egészségnapok

KERTVÁROSBAN EGÉSZSÉGESEN címmel rendez egészségnapot a XVI. kerületi Polgármesteri Hivatal és isze alatt a XVI. kerület Kertvárosi Egészségügyi Szolgálat és az Állami Népegészségügyi és Tisztiorvosi Szolgálat XIV-XVI. kerületi Intézete szeptember 22-én, szombaton 10-től 16 óráig a kerület folyamatosan fejlődő szakrendelőjében (XVI. Jókai út 3.). A rendezvény ideje alatt a szakrendelő nyitva áll, és ingyenes szűrővizsgálatokkal, mérésekkel, tanácsadással, kiállításokkal várja a kerület minden polgárát (vизitdíj nincs!).

EGY NAP AZ EGÉSZSÉGÉRT az egész család részére a Pataky és az Oltalom Alapítvány szervezésében szeptember 23-án 10 órától a kőbányai Pataky Művelődési Házban (belépődíj 200 Ft, 12 év alattiaknak ingyenes). **EGÉSZSÉGÜGYI ELŐADÁSOK** – délelőtt: Mit tehetünk egészségünk védelmében egy „egészségtelen” világban?, utána: Fiatalító ételek a gyakorlatban. Délután: A kifáradási szindróma belső okai, utána: A rákbetegségek korszerű megelőzése és alternatív rákgyógyítás. **INGYENES SZÜRŐVIZSGÁLATOK:** vérnyomásmérés, testtömegindex kiszámítása, vércukorszintmérés, testszírmérés, látás- és hallásvizsgálat, fogászati szűrés, ellenőrzés. **TANÁCSADÁSOK:** Gyermektáplálkozás, Drogprevenció Mit tehetünk, hogy gyermekünk ne szokjon rá a drogra? Logopédia – tanulási nehézségek, beszédhibák, Elhízást megelőző és terápiás szaktanácsadás, Mozgásterápia – edzészónák számítása, zsírégető edzés, pulzusszámlálás, átfogó mozgás tanácsadás, Gyógynövény tanácsadás és bemutató. **TOVÁBBI PROGRAMOK:** frissítő váll-, nyakmasszázs szakképzett masszörrel, prevenció gerincgimnasztika, néhány könnyen elsajátítható, otthon is végezhető gyakorlat, kismama torna, gyermektorna, tartásjavító, gerinc, erőnléti és játékos gyakorlatok, játszótér a gyermekeknek: sóliszt gyurmázás, egészséges táplálkozással kapcsolatos ételek, készítmények, könyvek vására. Változatos reform ételek kóstolja egész nap.

Krumplifesztivál Kistarcsán. Süssünk görhönyt címmel ismét megrendezésre került szeptember 22-én, szombaton a krumplifesztivál Kistarcsán, a Csígház környékén. A görhönysütés, kóstolók, kiállítások, kézműves vásár, gyermekfoglalkozások, játékok mellett országos szlovák folklor találkozóra, népdalegyüttesek fellépésére is sor kerül, majd kávéházi beszélgetést tartanak hajnalig a Csígházban.



NYÍLT NAP! Ingyenes képességfelmérés óvodásoknak és kiskisiskolásoknak – 2007. október 6. 10-18 óra között. Helyszín: Zuglói Civilház, XIV. Budapest, Padlisszán u. 9-11. (bejárat a Bolgárkertész utca felől). Kérjük időpontért jelentkezzenek be: 70/383 50 25 vagy hatalapitvany@tar.hu • További info: <http://hatalapitvany.tar.hu>

HH 16-14 APRÓ

Oktatás

KOTTAIRÁST, HANGSZERELÉST, szolfézs, zeneelmélet oktatást, zeneművészeti szakközépiskolai illetve főiskolai előkészítést vállalok. Ferenci Zoltán László, tel: 06-70-612-9476 (este, illetve hétvégén)

ÁLLAMILAG ELISMERT gyógypedagógiai asszisztens, pedagógiai asszisztens, gyermek- és ifjúsági felügyelő II. és dajkaképzés Budapest. Kasza Szakképző, tel: 276-5918

OKJ-S képzések indulnak Budapesten, Europass bizonyítvány igényelhető: dajka-gyermekfelügyelő, csecsemő- és kisgyermekgondozó, szociális gondozó-ápoló, gerontológiai gondozó, rehabilitációs tevékenység terapeuta, pedagógiai, gyógypedagógiai, mentálhigiénés asszisztens, szociális gyermekvédelmi ügyintéző, idegenvezető, közoktatási asszisztens. Euroszolg Bt. Tel: 355-3198, 06-30-940-5389 euroszolg@freemail.hu

HÚSZÉVES szakmai gyakorlattal rendelkező tanárnő MATEMATIKA oktatást, TANULÁS módszertant, KÉSZSÉGEFEJLESZTŐ foglalkozást, korrepetálást vállal általános iskolások részére. Tel: 06-30-329-6316

MATEMATIKÁBÓL és ANGOLBÓL korrepetálás, felzárkóztatás általános iskolásoknak. Hához megyek. Ugyanitt kéziratok, szakdolgozatok gépelése, szerkesztése. Telefon: 403-2930, 06-303-780-769

MATEMATIKA, FIZIKA oktatás középiskolásoknak, érettségire, felsőfokú felvételire felkészítés gyakorolt szaktanárnál. Telefon: 223-1370, 06-20-462-8398

EGYETEMISTA LÁNY MATEMATIKÁBÓL pótvizsgára való felkészítést és középiskolások korrepetálását vállalja otthonában (Rákosszentmihály, Hermina út). Tel: 06-20-446-8172

MATEMATIKA, fizika oktatása, korrepetálás, vizsgára felkészítés. Tel: 404-0643, 06-20-226-2935

ANGOL OKTATÁS bármilyen szinten. Korrepetálás, KÖZÉPFOKÚ nyelvvizsgára, ÉRETTSÉGIRE, FELVÉTELIRE gyors, hatékony felkészítés dinamikus nyelvtanártól, délelőtti is. Tel: 403-7949, 06-20-432-4728

ANGOL NYELVTANÍTÁST, pótvizsgára felkészítést vállal egyetemista lány általános iskolásoknak. Tel: 06-20-388-1663

ANGOL oktatást és nyelvvizsgára való felkészítést vállalok. Tel: 06-20-252-5824

ANGOL NYELVTANÍTÁS, korrepetálás, nyelvvizsgákra felkészítés, kommunikációs, szituációs gyakorlatok a nap bármely szakában. Hához is megyek! Tel: 06-30-3368-770

FIATAL, diplomás anyanyelvi gyakorlattal rendelkező tanárnő német oktatást vállal Árpád-

földön tömegközlekedéssel is jól megközelíthető helyen. Korrepetálás, nyelvvizsga-felkészítés minden szinten. Érdeklődni: 06-30-9511-615

NÉMET nyelvtanítást, korrepetálást, érettségire, felvételire, nyelvvizsgára felkészítést minden szinten vállalok, délelőtti is, a XVI. kerületben, Árpádföldön. Tel: 409-0046

NÉMET nyelvoktatást, korrepetálást, nyelvvizsga felkészítést vállal gyakorlott tanárnő Zuglóban. Tel: 221-2376

RÁKOSSZENTMIHÁLYON lakó frissdiplomás olasz, német szakos tanárnő oktatást, korrepetálást, vizsgára való felkészítést, fordítást vállal. Tel: 06-20-333-7327

FRANCIA nyelvoktatás külföldön élt nyelvtanárnőnél. Érettségire, nyelvvizsgára, felvételire felkészítés egyénileg vagy csoportban. NYÁRI KEDVEZMÉNYES 3-4 FŐS KURZUSOK, kezdőtől is. E-mail: agsimon@vipmail.hu • Tel: 06-70-504-5830

FRANCIA NYELVOKTATÁST vállal diplomás tanár, minden szinten. T: 403-1675, 407-1627

FRANCIA nyelvoktatást, érettségire, nyelvvizsgára való felkészítést vállal tapasztalt diplomás nyelvtanár (megegyezes szintet hához megyek). Tel: 06-20-558-5060

SZAKDOLGOZAT! KARAKTERBEOLVÁSÁS (OCR) nyomtatott, vagy gépellt anyagból; kottapéldák beírása, szkennelése, kottagrafikai megformálása; képek szkennelése és beillesztése, esetleg illusztrációk; elektronikus PDF formátumba való elkészítés (pl. későbbi újraművelés, e-mailben való küldhetőség, elektronikus publikálás céljából); minőségi szerkesztés, bármilyen igények kielégítése; nyomtatás, akár színesben is, fénymásolás, fűzés; CD vagy DVD melléklet készítése. Ár: 400-900 Ft/oldal. Tel: 06-70-612-9476, 06-70-612-9447

Ingatlan, lakás

320 n-öl parkosított telken ikerház (2x60 nm) mindkét fele eladó, garázsos, pincés, ipari árammal ellátott. Tel: 405-9999

240-ES telken 3 szobás ház műhellyel eladó. Tel: 06-30-478-9320

IKERHÁZ emeltszintű szerkezettékzen, 200 n-öl telken, uszoda mellett eladó (bruttó 180 nm/lakás). Tel: 06-30-948-9135

XVI. ker. Nagyvárad utcában 540 nm-es telken 60 nm-es, bővíthető, masszív családi ház eladó, irányár: 24,5 millió Ft. Tel: 06-30-230-6442

RÁKOSSZENTMIHÁLYON nagy telekkel iker családi ház eladó, 1-2 lakást beszámítunk. Irányár: 59 millió Ft. Tel: 405-3441, 06-30-317-0834

RÁKOSSZENTMIHÁLYON 2001-ben épült, 3 szintes, amerikai konyhás nappal, 30 nm-es teraszos igényes ikerház 150 n-öl telken tulajdonostól 43 millió Ft-ért eladó. Tel: 405-6699, 06-20-918-7317

RÁKOSSZENTMIHÁLYON 160 n-öl telken 120 nm-es, 4 szobás, 2 fürdőszobás, felújított családi ház garázzsal, extrákkal eladó, irányár: 36 millió Ft. Tel: 06-30-515-7968

RÁKOSSZENTMIHÁLYON eladó 46 nm-es ház 160 n-öles telken, vagy nagyobb kerületi kertes ingatlanra cserélhető. Tel: 06-20-9360-554

RÁKOSSZENTMIHÁLYON, Zuglóhoz közel 538 nm-es, összközműves telek bontandó házzal eladó. Irányár: 22,9 millió Ft. Tel: 06-30-592-3885

PETŐFI kertben újjépítésű, 115 nm-es ikerházfél 300 nm-es telekkel 33 millió Ft-ért eladó. Tel: 06-30-535-2693

PETŐFI kertben 180 nm-es ház fazekasműhellyel (3 fázisú kemence, korongozó) 1048 nm-es parkosított telken eladó. Tel: 407-3035

MÁTÁSFÖLDÖN 5 szobás, 3 szintes, garázsos, jó állapotú családi ház csendes utcában eladó, irányár: 56 millió Ft. Tel: 407-3353

Helen Doronnal a gyermekek angol nyelvtanulásáért



Helen Doron
Early English

Ma már elvitathatatlan az angol nyelv fontossága, s bizony nehéz is érvényesülni az angol nyelv alapos ismerete nélkül. Helen Doron 1985-ben kidolgozott egy hatékony nyelvtanulási módszert gyerekek számára. A módszer a kisgyermekkor fejlődésére épül, és azt használja ki, hogy a gyermeki fejlődés korai szakaszában az agyban még békésen elférhet egymás mellett két nyelv, melyeket a gyermek tökéletesen

szét tud választani egymástól, és ennek köszönhetően akár egyszerre mindkét nyelvet anyanyelvi szinten sajátítja el. Ez a képesség hat-hét éves kort követően csökken, és egy bizonyos kor után szinte teljes egészében megszűnik. Ezzel a módszerrel 3 hónaptól 14 éves korig oktatjuk az angol nyelvet. A gyerekek a könyvek mellett angol nyelvű hanganyagot is kapnak, amit naponta kétszer otthon hallgatnak meg.

E mellett hetente részt vesznek a nyelviskolában zajló kiscsoportos foglalkozáson, ahol játék közben tanulják meg a naponta kétszer hallott szavak jelentését. 9 év észrevétlen nyelvtanulás után a gyermek anyanyelvi szinten megtanul angolul, és szókinccse akár a 7000 szót is meghaladhatja. A módszerrel kapcsolatban magyarul is olvashatnak információkat a www.helendoron.hu oldalon. Nyelviskolánk:

Budapest X. és XIV. kerület: Helen Doron Early English • Angol Nyelviskola Gyermeknek Tel.: 06/30-3970-362 Fekete Csilla nyelviskola manager • Cím: 1149 Budapest, Róna u. 147. (Thököly út sarok); Cserepesház; Vízakna utca 23/B. E-mail: bp14@helendoron.com

Budapest XV. kerület: Helen Doron Early English • Angol Nyelviskola Gyermeknek Tel.: 06/20 9370-430 Cím: 1158 Budapest, Apolló utca 56/A. • E-mail: bp15@helendoron.com

Budapest XVI. kerület: Mackó Kuckó Helen Doron Early English • Angol Nyelviskola Gyermeknek Telefon: 06/30 343-7640 Tőke Erzsébet nyelviskolavezető • Cím: XVI. Rákosszentmihály, Hősök tere 11. E-mail: bp16@helendoron.com

Csömör, Kistarcsa, Kerepes: Helen Doron Early English • Angol Nyelviskola Gyermeknek Tel.: 06/70 455-5788 Cím: 2141 Csömör, Bitskey u. 30.; 2143 Kistarcsa, Deák F. u. 10.; 2144 Kerepes, Szilasligeti Községi Ház E-mail: www.gyerekanbol.hu/Kistarcsa, /Kerepes

SZAVANNA SZÉPSÉGSZALON

Garantált fogyás

Alakformálás
Testfiatalítás
Méregetlenítés
Relaxkezelés
Cellulitisz
Fogyasztás

FOURASZAT • Modern frizurák • Hajégités
Svájci szalonból Erika várja kedves vendégeit!
MASSZÁZS: FRISSTÍTÓ, SPORT, SVÉD, CELLULIT

• SZOLÁRIUM (álló, fekvő)
Diákkedvezmény!
X Tre Sun-Duo cső
KOZMETIKA
Tartós szőrtelenítés
Manikűr • MŰKÖRÖM • PEDIKŪR
Paraffinos kézápolás
Egyperces hidratáló
köz- és lábápolás!

ELKÖLTÖZTÜNK az Erzsébetligetbe, a Színház és az orvosi rendelő mögét!
Változatlanul várjuk kedves vendégeinket! Munkatársakat keresünk!

06/30-501-02-02

HITEL

(refinanszírozás)

**NYUGDÍJ
BIZTOSÍTÁS
BEFEKTETÉS
PÉNZÜGYI
TANÁCSADÁS**

1146 Budapest, Thököly út 116.

Bántja a szemedet a monitor?
Most érdemes váltanod.



Nálunk jó minőségű használt számítástechnikai cikkekhez juthatsz

Ráadásul most **ingyen házhozvisszük,** és fél év pénzvisszafizetési garanciát adunk.

További információ: <http://www.hasznaltpc.net>

SZÁMÍTÁSTECHNIKAI KÜTYÜK BOLTJA

Használt számítógép, monitor, laptop, nyomtató, házhozzáállítás, pénzvisszafizetési garancia