

Dolgozókat vár az új XVI. kerületi bölcsőde



Árpádföld és Cinkota találkozásánál, a kertvárosi családi lakótelepek között épült fel a XVI. kerület új bölcsődéje, amely szeptembertől fogadja majd a kisgyerekeket. A bölcsőde az alapfeladatokon túl számos szolgáltatást nyújt majd – a gyermekfelügyeletől a babamuzsikán át a sósobáig –, de mindezek csak szeptembertől vehetők igénybe. Az új bölcsőde munkahelyteremtő funkciója fontos, hiszen ezáltal a kerületben mindegy 30 új állás betöltése válik lehetővé. **Várják a jelentkezéseket az Egyesített Bölcsődében (1163 Bp. Kolozs u. 36., telefon: 407-2288)** a következő álláshelyek

betöltésére, amelyek nem kizárólag az új bölcsődében való foglalkoztatásra vonatkoznak. A jelenleg működő bölcsődékből a jól képzett, nagy szakmai tudással rendelkező dolgozókból is kerülnek az új bölcsődébe – ez a megoldás a köznevelés területén kezdés egyike feltétele. Most a következő álláslehetőségekre várják a jelentkezőket: 1 fő bölcsődevezető, 13 fő kisgyermeknevelő, 1 fő gyógypedagógus – valamint a kiegészítő személyzet: 1 fő dietetikai-élelmiszerbeviteli, 2 fő szakács, 2 fő konyhalány, 1 fő mosó-vasaló, 3 fő takarító, 1 fő fűtő-kertmunkás.



NYÁRON IS VÁRJÁK A ZUMBÁZNI VÁGYÓKAT a családias hangulatú **Napfény Mozgásstúdióban** már heti négy alkalommal (aktuális órarend a honlapon: www.napfenymozgasstudio.eoldal.hu). Új vendégeinknek akciót is hirdetnek, miszerint bérletvásárlás esetén a **KIPRÓBÁLÁS INGYENES!** Érdemes hát kipróbálni nemcsak a Zumbát, hiszen több mozgástípus is van nálunk a tradicionális Hatha jógtól az alakformáló órátipusokig. A Mozgásstúdióban a nyár folyamán lesz **Kerti Zumba Party** is, ennek részletei a **honlapon, vagy a Facebookon** olvashatók. Eszter és Tomi várnak szeretettel mindenkit, aki nem csak mozogni, hanem egy jó társaságot is szeretne! (1162 Hermina út 16. Tel: 06-70-612-9616)

POLACSEK Építőanyag Kft. **A Duna Hungária Zrt. tagja**

ÚJ CSERÉP XXL
TÖBBET FED - JOBB ÁRON

A **TONDACH XXL** prémium kerámia tetőcserepek már terrakotta színben is kaphatók!

A **TONDACH XXL** prémium kerámia tetőcserepeket keresse nálunk!

1165 Bp., Arany János utca 53. (az Ikarus ipari parkban)
Tel.: 402 0073, fax 402-0074
mobil: 06-30/373-6198
e-mail: polacsektuzep@gmail.com

DUNA HUNGÁRIA ZRT.

ÉRZELMI HIGIÉNY

Asztrológiai útmutató a Rák jegyében

A Nap a Rák-jegyébe lépve visszahúzódsra kését mint. Megvilágít a múltból, a belső egyéni világunkból olyan vágyakat és félelmeket, melyek akarataiban is rezegnek, élnek bennünk. Irányíthatóvá, megfoghatóvá és ezáltal feldolgozhatóvá teszi a régi sérelmek okozta gátakat és gátlásokat, ha vesszük a bátorságot arra, hogy jól megnézzük és kiértékeljük az elmúlt helyzetek konklúzióit.

Felerősödhetnek bennünk azok a tényezősegek túli, földi kezeinkkel megfogható lannak látszó lelki dolgok – érzések, illatok, képzetek –, melyekre nincs racionális magyarázatunk, hogy miért éppen így, vagy úgy hatottak, vagy hatnak ránk. Erősebben, finomabbá válik kifejezőmódunk, szavak nélkül is képesek lehetünk megérteni szeretteinket és szeretneink igényeit. Természetessé válhat a hallgató, meghallgató és rosszabb esetben a halogató álláspont. A Rák

bajos dolgai a fejünkre ömlenek, és mivel mozdulni sem tudunk a rengeteg kacat, és hasznos dolog alkotta rendetlen helyzetből, nincs más mód és út, csak a rendszerező magatartás. E teljesítményorientált világban túlságosan megszoktuk, hogy a mozgásban, a cselekvésben csak az előre, és a fölé tartó lineáris út az elfogadott.

Meg kell most ismerünk a hátráló mozgást, mely Képes eredményeket és sikereket hozni számunkra, méghozzá úgy, hogy lepadt, bilincsbe vert energiákat szabadít fel akkor, ha jelen energiáinkat feloldozásukra használjuk.

Hány dolog van, melyet régóta nem merünk elintézni, hány olyan személy van, akivel egy régi sérelem miatt nem mertünk beszélni, mennyi idő és energia megy el arra, hogy lecsengett, elmúlt érzéseket tartunk teljesen feleslegesen életben. Ezek fel-

A lelünk hasonlóan rendszeres tisztításra, mosdatásra vágyik, mint a testünk.

robszékényét, lepakolni a könyvespolcot, csak még nagyobb lesz a káosz. Aztán ahogyan lépésről lépésre kerülnek új, tisztább helyükre a tárgyak, egyre nagyobb tér és tisztaság áll a rendelkezésünkre. Nem beszélve a végső büszkeségről, amikor körbenéve művünkön csillog-villog az otthonunk mások számára látható része is, és még a kredencünk mélyén is rendszereztek a dolgaink.

A lelünk hasonlóan rendszeres tisztításra, mosdatásra vágyik, mint a testünk. A lélek is lehet izzadságtól bűzlő, poros és

Komputeres szem és kontaktlencse vizsgálatot végez!

GERŐ RUDOLF
Jéni okleveles látászertester és optometrista
Telefon: 403-0702

SZTK vények beváltása
Kontaktlencse és tároló árusítása
Óriási keretválaszték – extra lencsék is

Bp. XVI. M. föld, Veres P. út 110. (a Repülőtér HÉV megállójánál)
Nyitva: 9-18, szombat: 9-13,30-ig
SAKORVOSI RENDELÉS:
K-Sze-Cs: 15-18-ig, Szo: 9-12.30-ig

GYÓGYSZERTÁR GYÖNGY PATIKA
HÁLÓZAT TAGJA

XIV. Fogarasi út 143. • Tel: 220-8116, 223-5051
(Fogarasi út – Fischer L. u. saok • 80, 604, 81, 62-es trolis, 31, 130, 131, 144, 231-es busz)

Továbbra is kölcsönösen állunk szíves rendelkezésére!
FORDULJON HOZZÁNK BIZALOMMAL!

- Térítéses és térítésmentes vényre felírt gyógyszerek, gyógyászati segédeszközök
- Recept nélküli gyógyszerek
- Kószerek
- Homeopátiás készítmények
- Gyógynövények, gyógytermékek
- Gyógykozmetikumok
- Készletben lévő gyógyszerek, szemcseppek
- Állatgyógyászati termékek

www.harsfapatika.hu **Törzsvásárlói kártya kedvezmény.** Nyitva tartás: Bankkártya és egészségkártya elfogadó hely H-P: 8-20, Sz: 8-14

Kos (III. 21. - IV. 20.)

Külföldi, hivatalos utazásra számíthat, nagy valószínűséggel céges autóval teheti meg az utat. A pár napos utazás során saját cége sebb oldalát kell majd megfelelően prezentálni, hogy lehetőség nyíljon az új ügyfél megszerzésére. Itt az ideje, hogy rövidebb, egy adott témáról szóló kurzusra, kurzusokra járjon, főként a kommunikációval, az életvezetéssel kapcsolatos tudás megszerzésében lesznek segítségére a bolygók. Fontos, hogy napközben is felfrissíthetjük magunkat. Erre a lelki tisztogatásra hívja fel a figyelmet a Rák-hava. Július elejére már látni fogjuk a fényt az alagút végén, ha még nem is végzünk a teljes nagy-takarítással, már látható az irányultság, a cél, az elérendő állapot képzete.

Bika (IV. 21. - V. 20.)

A Rák-hava – hasonlóan az előző hónaphoz – az ülő pozitív-ról szól. Az is lehetséges, hogy valamilyen betegség az, ami miatt nem tud „mozdulni”, természetesen tudjuk, hogy minden betegség mögött a lelkiállapot egy-egy kiegyensúlyozatlan, fel nem dolgozott, meg nem oldott nehézsége áll. Melyik az az életterület, amiben nehezen határozta el magát a valódi cselekvésre? Próbálja meg a jól menő dolgok helyett a nehezebben alakuló dolgait rendezni. Elsőként az is elég, ha listát készít, összeszedi gondolatait. Lehetséges, hogy egy igazán álmyszerű szerelem környékezi meg, ez az érzés pedig belső erejét és hitét megkét-szerezi.

Ikrek (V. 21. - VI. 21.)

Július elején magas pozícióba kerülhet, vagy olyan kiváltságos helyzetbe, mely lehetőséget ad arra, hogy eljuttasson a hatalom, a hatalmasság gondolatával. Ez egyelőre csak játék, próbálkozás, lehetőség. Ezzel a lehetőséggel bánjon tudatosan, mert előfordulhat, hogy nemsokára valóban feljebb léphet a képzet-béli ranglétrán. Jelen esetben, az uralkodói szerepjátás közben figyelje meg kapcsolatait, barátait, kollégáit, mert egy egészen

szos, ha nem tartjuk karban. Az önvizsgálat maga a szap-pan, mellyel le kell csutakolnunk érzelmi testünk minden egyes nyúlányát. A kellemes zenék hallgatása, a gyertyafényben eltöltött remek este pedig az az illatos parfüm, amitől alapvető természetünkhez illően szere-tetteljessé válunk önmagunk és mások számára. A sóhajítás az a „cica-mosdás” – hogy az elke-zett példánál maradjak –, mellyel napközben is felfrissíthetjük magunkat. Erre a lelki tisztogatásra hívja fel a figyelmet a Rák-hava. Július elejére már látni fogjuk a fényt az alagút végén, ha még nem is végzünk a teljes nagy-takarítással, már látható az irányultság, a cél, az elérendő állapot képzete.

Égésügyi szempontból érdemes megnéznünk egy Hold-naptár segítségével – főként halgyeknél –, hogy mennyire vagyunk egységben a gyorsan mozgó Hold 28 napos ciklusával (a Hold „bolygó” a Rák-jegy ural-kodója). A holdfázisok közül a nö-vekvő hold-ciklusban végezzünk el minden olyan dolgot, melynek növekednie szükséges, melynek növekedését serkenteni kívánjuk. Például haj- és körömvágás. A te-lőlind a szakrális eseményeknek kedvez, azaz a meditációnak, az imának ebben az időszakban erőteljesebb a hatása. A fogyó hold-ciklusban érdemes elke-zeni például a daganatos meg-betegedések kezelését, a sebé-szeti műtéteket ekkorra érdemes időzíteni. Az új hold-fázisa az új dolgokba való belezkedéshez ad energiát, valamint várakozásra int, ha kardinális döntések me-ghozásáról van szó (új hold idején nincs még kellő mértékű infor-máció).

Befejezéseként egy Hold-típusú verssel kívánok jó lélektisztoga-tást kedves olvasóinknak.

Reményik Sándor:
Nagy dolgok árnyékában
Trajikus szöveg hozott össze minket,
Hegyőriások árnyékában álltunk,
Erdőn az utat lámpással kerestük,
Egymás mellébe feleket dobáltunk.
De minden súlynak súlyom-szánya nőtt.
Úgy lebegtünk kis igazságainkkal
A titkos, örök igazság előtt.

Laki Beáta

NÉGY ÉVES A FORTUNA SÓBARLANG!

2011. április 15-től VISSZAVONÁSIG
Születésnap AKCIÓS
10 alkalmas bérlet ÁRAK:

Felnőtt: 12.000 Ft
Gyerek (9 éves korig) + 1 kísérő: 12.000 Ft
Nyugdíjas és diák: 9.000 Ft

www.sobarlangok.hu

Telefon: 890-0737
Mobil: 06-30-337-7400

1165 Budapest (Mátyásföld)
Centenárium sétány 22-24.

HOROSZKER

más nézőpontból tekinthet majd rájuk. Kicsit lustább, lassabb lehet, de nevezük ezt inkább megfontoltságnak, ez mégiscsak szebben hangzik.

Rák (VI. 22. - VII. 22.)

Lelkében finomságra, szépségre vágyik és olyan ideális, mondhatni földön túli világot képzel el, melynek képzete és a való-ság közötti nagy különbség miatt csalódás érheti. Fontolgathatja a gyermekvállalást. Legszíveseb-ben csak otthon ülne és csinosít-gatná otthonát, sajnos ez egyelő-re menekülésnek látszik a világ nyersebb, racionálisabb részé-től. Szomorkásabb, komorabb időszakra számíthat, egy kiadós sirás igazán jól tehet a léleknek, mert ki tud tisztulni mindaz a fe-lesleg, amit begyűjtött, amit ne-hezesen enged el. Ennek túl gyors most a világ pörgése, mozgása és nem igazán tud mostanság ebbe a felgyorsult közegbe beil-leszkedni.

Oroszlán (VII. 23. - VIII. 23.)

A családalapítás gondolata foglalkoztatja, meglévő csa-lád esetén pedig örömmel tölti el szeretteivel az időt. Napfényt és életet visz az űn által kedvelt dolgait rendezni. Elsőként az is elég, ha listát készít, összeszedi gondolatait. Lehetséges, hogy egy igazán álmyszerű szerelem környékezi meg, ez az érzés pedig belső erejét és hitét megkét-szerezi.

Szűz (VIII. 24. - IX. 23.)

Az Őn feladatlistája tízszer ak-korára sikerült, mint amekkorát a nap huszonnégy órájában meg-oldani képes. Természetesen szeret sokféle dologgal foglala-toskodni és szerencséjére nem szokott elveszni a tengernyi fel-adat között, mégis határozottan kell szabnia. Hosszabb távon a fel-töltődés hiánya ágyunk döntheti, így kénytelen lesz kényeszerpibe-nőt tartani. A kényelmes, lassú emberek rendkívül bosszantják,

Itt a nyár! 4 óras belépők az uszodákkal!
Töltse a szabadságát a XVI. kerületi uszodákban!

1165 Újváros u. 106-108. Ping-pong asztal, tollaslabdapálya, és az Erzsébetligeti uszodánál strand kézi-foci-röpi pályák, gyermekjátékoszter

1162 Segesvár u. 26.

www.uszodak16.hu

kodó helyzetben, csak az anya-gi helyzete határozza meg. Az anyagi helyzete azonban szűk-szebb, mint gondolná. Emiatt ta-láljon ki olyan öröm-projektek-et, melyek nem kerülnek túl sokba. Egészégy állapotát tekintve va-lamilyen mozgászervi betegség lappanghat szervezetében, érde-mes lenne kivizsgáltatnia magát.

Bak (XII. 22. - I. 20.)

Őn jól akarja magát érezni munkája során, sőt mellérendelt kapcsolatokra, szövetségekre, csapatjátékra vágyik. Ez az állás-pont eddig jóval állt Öntől, talán fáradtság az oka, hogy úgy ér-ti, egyedül nem megy. Nincs túl jól lelkileg, és a kellemetlen álla-pot pedig július eleje táján éri el csúcspontját. Párkapcsolatában nézeteltérésekre számíthat, ere-je jelenleg kisebb a szokásosnál, amibe azonban belefog, amit el-névez, abban sikerekre számíthat. Vállaljon kevesebbet és tényleg próbáljon meg csapatjátékossá válni, mert szüksége lesz külső segítségre.

Vízöntő (I. 21. - II. 19.)

Hirtelen megáll a világ for-gása, és Őn ott áll egyes egyedül és nem is igazán tudja, hogyan került ide. A Rák-hava stagnálást, egy helyben való toporgást tarto-gat, ami arra jó, hogy élesebben, részletesebben lássa a dolgok valódi arcát. Képes lesz megfo-galmazni benső, jelenlegi igényeit. Lehet hogy családra, gyer-mekre vágyik? Szerelmet keres? Ki akarja mozdítani saját világát a négy sarkából? Ez a vágyakozás és az egy helyben állástól való frusztráció fogja megszűlni azt a tiszta képet, elvárást, mellyel ké-zessé válik betölteni a most még üres lélekreszeket.

Halak (II. 20. - III. 20.)

Ösztintének kell lennie önma-gával. Sokféle szerepet eljátsz-zhat, mégsem válik az előadás közben sajátjává. Őn a nehézsé-geket elviseli, és nem megoldja, és csodálkozik, hogy miért nem kap szebb, jobb életkörülménye-ket. A cselekvésről most nem be-szélhnie kéne, hanem megtenni a szükséges lépéseket, ne tordó-jón a bosszantó apróságokkal, melyek eltéríthetik a megtenni kívánt lépésektől. Őn minden élőlényt, élethelyzetet szeret-ne egyenrangúan kezelni, most azonban rangsorolnia kell őket, hogy energiája ne aprózódjának el. Meg kell tanulnia beosztania idejét és feladatlistát készítenie.

Laki Beáta

Dr. Purger István fogszakorvos

Rtg. készítés helyben, fogbeültetés és egyéb szájszabási beavatkozások

Magán-egészségpénztárakkal szerződött rendelő.

Rendelés: K, Sz: 15-21 • P: 8-13
Bejelentkezés: 06-28-470-561, 06-20-356-2252
Kistarcsa, Szabadság u. 54. (3as fűt mellett)