

Allergiamentes otthon

...nem létezik. Ám az allergének mennyiségének csökkentése sokat jelenthet!

Az új épületekbe rengeteg vegyszert „építenek be”, olykor nem is tudhatjuk, miféleket. A festékek, lakkok, ragasztók éveken át párolognak a falakból, padlóból, burkolatokból. A jól szigetelt nyílászárók mellett a pára megreked a lakásban, és kisebb-nagyobb penészfoltokkal üzen: itt vagyok!

A régi lakásokban éppúgy jelen lehet a penész, a gondos takarítás ellenére ott vigyorognak a kárpitokban, szőnyegekben megbúvó poratkák...és még hosszasan sorolhatnám, mi mindent lélegezhet be a gyanútlan a saját kis fészkében. S ezeknek a láthatatlan gonoszágoknak a nagy része egy méternél alacsonyabban



örvénylik, tehát a gyermekek szívják a legtöbbet belőle!

Kitárjuk hát az ablakot, s jót szippantunk a poros, kipufogógázal és pollennel teli levegőből... Ha pedig beköszönt a forróság, egy gombnyomással elindítjuk a hideget gyártó készüléket, s boldog nyugalommal hűsölünk árnyékában mindaddig, míg légúti panaszaink mikéntjét meg kell osztani doktorunkkal...

Mi hát a megoldás? Nézzük meg energiaszámláinkat! Mennyit költöttünk jövedelmünkben energiára? Hasonlítsuk össze az előző évvel! Vajon miért növekedett az energia-felhasználásunk? Miben változtak meg szokásaink? Vajon a nyugdíjból is ki tudjuk majd fizetni? Tudunk-e változtatni most is az energia felhasználás csökkentéséért? Megtettünk minden tőlünk telhetőt a környezetünk védelmében? Megtettünk-e mindent egészségünk védelmében? Biztos, hogy nincs jobb megoldás?

Az allergénektől mentes levegő előállítása nem okoz nehézséget a kontrollált szellőztető berendezés számára, mivel a szabadból beszívott friss levegő mindig egy szűrőn halad keresztül, mielőtt beáramolna a lakásba. A szűrő nem csak a port tartja távol a lakástól, de olyan finom szűrést is biztosít, hogy a polleneken túl még bizonyos bacillus-fajták is fennakadnak rajta. Emellett télen a meleget sem engedi ki! Mintegy hússzor annyi hőt termel egy év alatt, mint amennyi áramot fogyaszt, ezáltal akár 20-50 %-kal is csökkentheti fűtési kiadásait. Azaz a folyamatos üzem nem viszi a pénzt, hanem termeli!

A por, pollen elleni harc fontos fegyvere a központi porszívó is, amelynek tartálya a lakáson kívül helyezkedik el, így a beszívott porból egy szem sem jut vissza a légtérbe!

Az egyszerű klímatiszálás sem luxus, hanem megtérülő befektetés – de csak akkor, ha nincs más megoldás. Inkább ésszel, mintsem nélkül! Látogasson el honlapunkra még ma, ahol széleskörű tájékoztatást kaphat minderről! www.legkomfort.eu

Gabula András • 30/9424403

Klíma- és légtechnikai szaktanácsadó

HÁZHOZSZÁLLÍTÁS!



HOT DOG

XVI. Rákosi út 218.

Nyitvatartás:
H-P: 8-22 óráig
Sz-V: 9-22 óráig

Kiszállítási körzetek:
XIV. ker., XVI. ker., Csömör

Rendelésfelvétel: 11-21 óráig

Telefon: (1) 405-4426 vagy (06) 30-913-9818



Nagyobb címmel való fizetést kérjük előre jelezzé diszpécserünknek!

Elkészült az uszoda Szentmihályon



Április végén megkezdődött a rákosszentmihályi uszoda műszaki átadása, s ezzel a kerület második uszodájának építése is befejeződött. Erről Kovács Péter polgármester az április 18-i „heti polgármesteri interjúban” beszél (a videofelvétel megtekinthető honlapunkon: www.hh16.hu), s innen tudhatjuk, hogy a szentmihályi uszoda szolgáltatásaiban igen hasonló lesz a mátyásföldivel. Található benne egy 25 méteres nagymedence, valamint egy gyermekmedence, a vendégek rendelkezésére áll egy szauna, amelyik méretében a mátyásföldit is meghaladja.

Mindezek következtében az árak teljesen azonosak lesznek az Erzsébet-ligetben található uszoda áráival. A két uszoda közötti egyetlen különbséget az jelenti, hogy a mátyásföldi létesítmény igen csinosra sikeredett, a szentmihályi külsőleg kicsit natúrabb lett, de a belbecsben nincs érzékelhető különbség. Az belépőjegyek árát egyébként (mint tulajdonos) a kerületi önkormányzat határozza meg, s szívesen fogadnak a körzeti képviselőkön keresztül javaslatokat a jobb kihasználás érdekében – bár vendégben egyelőre így sincs hiány! (F)

Delfin Büfé a mátyásföldi uszodában



Végre valahára megnyílt kerületünk első uszodája, amelyre oly régen vártunk már. Aki azonban járt/úszott benne, az megtapasztalhatta a semmi és a minden érzését: semmi lehetőségünk nem volt eddig, és most az önlünkbe hullott minden – egy minden igényt kielégítő fitness-komplexum nyújtja szolgáltatásait az Erzsébet-ligeti uszoda gyönyörű épületében, amely ráadásul egy csodálatos környezetbe és olyan infrastruktúrába épült bele, amely közel s távol egyedülálló.

Május elsején a Majális miniket is odavonzott az Erzsébet-ligetbe – részben mint szülőket, a színpadon fellépő táncos lábú kislányunk jóvoltából. Aztán mint újság: csak itt tudtuk elcsípni a polgármestert a heti szokásos interjúra a bográcsgulyás elkészülte után. (Megtekinthető, letölthető internetes honlapunkon: www.hh16.hu) Kötelezettségeink végeztével mi is élveztük a gyönyörű tavaszi napot, a nyüzsgést, a véletlen találkozásokat rég nem látott ismerősökkel, barátokkal, és próbáltuk minél kevesebb anyagi veszteséggel átvészelni

a napot – gyermekeink jóvoltából... Délutánra kissé belefáradva a nyüzsgésbe, elsétáltunk az új uszodához – nem lehet eleget gyönyörködni benne, és örülni neki. Fellelegeztünk, amikor megláttuk a csábító lehetőséget az uszodánál: asztalok és székek (!) egy kerthelyiségben, a bejárat mellett. Ez a Delfin Büféhez tartozik – mint megtudtuk. A Delfin Büfé pedig részben az uszoda vendégeinek nyújtott szolgáltatásokat hivatott bővíteni, de bárki betérhet a büfébe „kívülről” is, és részese lehet a különleges látványosságban: sajátos akváriuma van ugyanis a büfének, az úszómedence üvegfalán keresztül az úszók vízben lévő felét lehet látni kávézgatás közben...

No de nem csak ezt kínálja nekünk Kriszta, a büfé tulajdonosa. Mosolygós, vidám tekintetéből sugárzik a kedvesség, az emberek és a szakma szeretete. Nem kérdelem, mégis tudom: ő az az irigylésre méltó ember, akinek a munkája a hivatása, a hobbija. S ez a mentalitás rányomja a bélyegét nem csak egyéniségére, hanem mindarra, amit csinál, az egész szolgáltatás minőségére. Ebben a büfében lüktet az élet: sül a pizza, fő a kávé, frissen facsarják a narancslevet, helyben sütik a pogácsát, péksüteményt. Kriszta és munkatársai sürgönek-forognak, ne kelljen várnia a vendégnek.

Leültünk a kerthelyiségbe, s ahányan voltunk, annyiféle rendeltünk: belga forró csokit, hosszú kávét, cappuccinót, csapolt sört, jégkrémet, Coca-colát, és még sorolhatnám. Közben jöttek-mentek az emberek, párok, családok, gyerekekkel, kutyával

– leültek, ittak, ettek, továbbmentek... Nem bírtam a kíváncsisággal, bekukucskáltam a büfé színpalái mögé, és kifaggattam Krisztát, mi mindent kínálnak a vendégeknek. Először is lehet itt enni goffrit, hot-dogot, hideg- és melegszendvicset, pizzát, péksüteményt, pogácsát, croissant, és az egyik kedvenc: a kávé mellé a Marlenka süti. Igen népszerű a párnás Lucaffé és egyéb kávékülönlegességek, a belga forró csokoládé dizájnya még engem is meglepett. Jönnek a jó meleg napok – reményeink szerint –, így a csapolt sör népszerűségi indexe is megugrik, de aki szereti a különleges, jó borokat, itt megkóstolhatja Fittmann borait is, akiről érdemes tudni, hogy a 2007-es év borásza volt. De a természetes levegőből nem csak szőlőlé kapható itt (alkoholos kivételben), hanem bio gyümölcs- és zöldséglevelek is, az egészség jegyében. Igen népszerűek mostanában az Aloe Verás vizek, ez is több ízben kapható itt.

Ez a kínálat a május elsejéi állapot, de ahogy Krisztát hallgatom, ehhez képest újabb és újabb ötleteket szeretne megvalósítani – a vendégek igényeihez igazodva. És ötletekben nincs híján a „főnökasszony”, de ezekről nem beszélünk, legyen meglepetés a vendégeknek, akik betérnek majd ide a közeljövőben. Mikor is? Hétköznap 8-21-ig, szombat, vasárnap 8-19 óráig tartanak nyitva, hétvégeken igény szerint a kerthelyiség akár tovább is nyitva tart. Kriszta és csapata szeretettel vár minden Kedves Vendéget a Delfin büféjében, barátságos környezetben, barátságos árakon! (Sz)

Kopp & Kopp Bt.

Szélvédőjavítás

- Autóüvegezés
- Autóüveg polírozás
- Új alvázszámjelölés
- Thermoüveg javítás
- Cascos üvegfelújítás és üvegfelújítás

Tel/fax: 400-3178
Tel: 400-0760
Mobil: 06-30-941-5124
1164 Bp., Műkó u. 9.