

# Z-generáció – online élet és a valóság



Tari Annamária klinikai szakpszichológus, a Z-generáció című könyv szerzője tartott előadást március 13-án a csömöri művelődési házban, ahol megjelent a település szinte összes pedagógusa. A szerző jó ismerője a most felnövekvő generációnak, amely bizonyos tekintetben teljesen példátlan az emberiség történetében – tehát például felcserélődik az évezredek tanuló-tanító szerep, mivel a gyerekek sokkal profibbak online a szüleiknél (érdemes megkeresni a Youtube-on az Online kamaszok c. filmet, és sokat megmutat a problémákból). Szóval eléggé sok problémát okoznak a szülőknek és a pedagógusoknak az 1995 után születettek, akit a téma érdekel, szerezze be az előadó könyvét.

## Programok a Napfény Központban

**KEZZD A HETET JÓGÁVAL! – Tradicionális (Hatha) jóga FÖGLALKOZÁST INDÍTOTTUNK hétfő reggel 7.30-9.00 óráig,** melyre várunk szeretettel, ha szeretnéd az új hétköznapok tested-lelked apolni egy kis-ít. Átmozgatjuk, felrögzítjük izmainkat, ízületeinket, a légzésre figyelve a mozgás szinkronjában elterelővel töltjük fel energiarendszerünket. Idegrendszerünk erősödik, egyben kiegyensúlyozottabb, nyugodtabb lesz, a testtudatunk fejlődik. De a jóga célja nem csupán az egészség fenntartása, javítása. Vajójában egy nagy utazás, új önmagunkhoz, az igazi önmagunkhoz, mely nem azonos a fizikai testünkkel... Jógázhatás még nálunk minden szerdán 09-10.30, csütörtökön 18.30-20-ig – Vezeti Szóke Kati

• **REIKI KLUBOT INDÍTTUNK** április második felében mindazok számára, akik elvégezték a Reiki valamely fokozatát, és szeretnék tapasztalataikat megosztani másokkal, kérdéseikre választ kapni, és gyakorolni együtt a csodálatos energia átadásának technikáit. Mesterünk – Széles Andor (Amar Pran) minden alkalommal új információkat oszt meg velünk a Reikivel és energiarendszerünk kapcsolatában. Ha hozol magaddal egy embert, Te felírók vehetsz részt a klubfoglalkozáson! A foglalkozás vasárnap délutáni időszakban lesz, a pontos időpontról érdeklődj telefonon!

**A programokra előzetes jelentkezés telefonon: 06-20-412-6353, e-mail: napfenykozpont@gmail.com • Cim: 1162 Hermina út 16.**

**ZUMBA MINDENKINEK** a Napfény Mozgásstúdióban Rákosszentmihályon, a Hermina út 16. szám alatt.

**ZUMBA Fitness órákat tartunk hétfőn, szerdán és pénteken 19-től 20 óráig. ZUMBA Toning szerdán és pénteken 18-tól 19 óráig, kedden és pénteken délelőtt 9-től 10 óráig. ZUMBA Kismamáknak kedden 18-tól 19 óráig, ZUMBA Gyerekeknek csütörtökön 16.30-tól 17.30-ig.**  
**Cím: 1162 Bp. Hermina út 16. • Tel: 06-70-612-9516**  
**www.napfenykozpont.hu • Keres a Facebookon is**

**Szimba**  
Állatorvosi rendelő  
Dr. Mezősi László: 06/20/552-6792  
XVI. (Mátyásföld) Dícsy L. u. 43.  
Tel/Fax: 407-2019. Rendelés: 407-2019.  
Időben: 402-1878 H-P: 10-12.  
SZORGALTATÁSOK: 17-19-ig

- új szolgáltatás: **BEMER** petula elektromágneses terápia
- Belyőgyógyászat, sebészet, szűrés
- szűrés
- szűrés
- szűrés
- szűrés
- szűrés
- szűrés
- szűrés
- szűrés
- szűrés

**ÓRÉK KAPUK JAVÍTÁSA**  
Ház körüli lakatosmunkák  
XVI. Mátyás király út 112.  
Telefon: 405-2408  
06-30-940-6532

**KONTÉNERES**  
silt, föld, sódar, homok szállítása:  
**4, 5, 6, 7, 8 m<sup>3</sup>**  
LENYITHATÓ KONTÉNEREKSEL  
Tel: 400-1178, 06-30-940-3551

**HIRDETMENY**  
Az Egészségügyi és Szociális Bizottság  
a Budapest Főváros XVI. kerületi Önkormányzat  
40/2004. (XI. 18.) rendelete alapján  
**PÁLYÁZATOT HIRDET**  
A 1165 Budapest, Újászás u. 88. szám alatt lévő

**Szobabérlők Házában üres és megüresedő lakóegységek.**  
**A pályázat benyújtásának határideje: 2012. március 1-től március 30-ig**  
A pályázati adatlapok és a pályázati feltételek a Budapest XVI. ker. Önkormányzat Polgármesteri Hivatala Ügyfélszolgálati Irodájában (1163 Budapest, Jenőhalom u. 1-3. sz.) 2012. március 1-től vehetők át.  
**A pályázat elbírálásának határideje: 2012. április 16.**  
Budapest, 2012. március 1.  
**dr. Csomor Ervin**  
alpolgármester

## AMIT VALÓJÁBAN AKAROK Asztrológiai útmutató a Kos jegyében

Az Élet tengerén hajózva mindannyiunk hajója más és más cél felé tart. Van, mikor más sorsokkal, hajókkal együtt haladunk az úton, és vannak helyzetek, melyekben egymás útját kereszteszve ütközésre, vagy épp hajótörésre kerül a sor. Az asztrológiai új év, a Kos-jegy – mely első a zodiákusban – csatlakoztatja a társadalmi elvárásokat, miszerint akkor ember az ember, vagy akkor vagyunk valakik, ha szociális kapcsolataink száma nagy, illetve ha mindig van hová menni, valamint kapcsolataink száma nagy, csalnál, valakivel találkozni, akkor ezt a kifelé esendőt a bőség érzetével élhetjük át, hiszen belül valóban ez fog történni. Belül szólni fog a zene, belül történni a dolgok.



Vai csak arra vonatkoznak, hogy kifelé nézve, kívülről nézve nincs kapcsolat, nem lesz kapcsolat másokkal. Ha el tudunk vonatkoztatni a társadalmi elvárásokról, miszerint akkor ember az ember, vagy akkor vagyunk valakik, ha szociális kapcsolataink száma nagy, illetve ha mindig van hová menni, valamint kapcsolataink száma nagy, csalnál, valakivel találkozni, akkor ezt a kifelé esendőt a bőség érzetével élhetjük át, hiszen belül valóban ez fog történni. Belül szólni fog a zene, belül történni a dolgok.

Tavaszi versnek Várnai Zseni: *Csodák Csodája* versét választottam, kellemes kibontakozást és megújulást kívánok veled az Olvasónak!

Tavasszal mindig arra gondolok, hogy a fűszálak milyen boldogok: újjaszületnek, és a bogarak, azok is mindig újra szonganak, a madárdal is mindig ugyanaz, újításteremt őket a tavasz.

A tél nekik csak álom, semmi más, minden tavasz csodás megújodás, a fajta él, s örökre megmarad, a föld őrzi az életmagyokat, s a nap kikelti, minden újra él: fű, fa, virág, bogár és félével.

Ha bíróságnak lennék, mint milyen vagyok, innám a fényt, ameddig rármagyog, a nap felé fordítanám arcomat, s feledném minden bűnt, harcomat, élném időmet, amíg élhetem, hiszen csupán egy perc az életem.

Az, ami volt, már elmúlt, már nem él, hol volt, hol nem volt, elvitte a szél, s a hohnapom? Azt meg kell érni még, csillag mércsem ki tudja meddig égi? de most, de most e lündöklő sugar még rármagyog, s ölel az illat!

Bár volna rá szavam vagy hangjegyem, hogy éreztessem, ahogy érezem ez illatot, e fényt, e nagy zenét, e tavasz várslat illhetét, mely mindig új és mindig ugyanaz: csodák csodája: létezés... tavasz!

Laki Beáta

**Komputeres szem és kontaktlencse vizsgálatot végez!**  
**GERŐ RUDOLF**  
Jénai okleveles látáserő mester és optometrista  
**Telefon: 403-0702**  
**SZTK vények beváltása**  
Kontaktlencse és tároló árusítása  
Orvosi keretválaszték - extra lencsék is  
Bp. XVI. M.föld, Veres P. út 110. (a Repülési HÉV megállója)  
Nyitva: 9-18, szombat: 9-13,30-ig  
**NYITÓKÖZÖSSÉGI RENDELÉS: K-Sze-Cs: 15-18-ig, Sz: 9-12,30-ig**

**Fehér DENTAL**  
Barátságos környezet, fájdalommentes kezelések, ingyenes állapotfelmérés, kedvező árak  
Hívjon bátran!  
**VÁRJUK SZERETTEL!**  
Bejelentkezés: 216 43011  
0630 26 28 100  
**www.feherdental.hu**

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

## M O R O S Z R U M

Munka, család, pénzügyi kérdések, mire mennyi költhet, melyiket helyezze előtérbe, illetve hogyan tudja jól beosztani az idejét. Újszerűtökbésbe kerülhet a magánélet és a hivatás területe, mindenhol többet és többet akarnak Önből. A kérdés az, hogy Ön mit szeretne valójában, mivel töltene szívesen idejét. Ha erre nem tud igazán választ adni, akkor hagyja magát sodortatni az életről. Amire vigyázni kell, hogy a sodrás közben ne szakadjon szét, azaz mindig élvezni tudja azt, amit éppen csinál, és ne foglalkozzon azzal, hogyha lelkiismeret-furdalást szeretnének kelteni Önből. Ha nem így tesz, kell pontjává válhat azoknak, akik bűnbakot keresnek (és meg is találják Önt) saját elvesztegetett lehetőségeik siratása közben.

## Rák (VI. 22. - VII. 22.)

A Kos-havában egyszerűen fogalmazva Önnek „be van ígérve a jó”. Az érzelmeiben gazdag Rák-jegyűek számára kellemes barátságokkal és talán a nagy szerelemmel való találkozás ígérete látszik (már amennyiben páratlan „rákocskákról” van szó). A helyzet egy dolog ronthat – amire alapvetően figyelni kell a Rák-jegyűeknek –; a múltjukban történt „rossz” dolgok lenyomatainak őrzése, azaz a fel nem dolgozott félelmek és kétségekből táplálkozó aggódalmaskodással letéríthetik saját magukat a helyes irányból. Ne tegyék, koncentráljanak a lélek szépségére, foglalkozzanak meg már-már ideálisztikus célokkal. Tartásuk saját magukat az öröm állapotában.

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

Bölcs tanítója és meleg szívű barátja lehet azoknak, akik kétségekkel és félelemmel küzdenek. Okos és előrelátó tanácsokat nyújthat most az elkésredettek számára. Gondolkodott már esetleg azon, hogy másokat segítsen hivatásszerűen? Akar egy alapítványon keresztül, akár egy saját életműd, vagy életöröm klub vezetésével járhat. A Kos-havában a mely barátságok és emberi kapcsolatok kerülnek előtérbe, a lelki rokonság érzése, a pártfogói szerepszemélyiség fejlődik ki Önben, vagy fényesedik egyre nagyszerűbb. Bölcspolgátaival és segítő jobbival önmaga kiegyensúlyoztatását is megteremti, hiszen keltségek és megnyugtató érzés mások összekuszálódott életét rendbe tenni.

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

Máshol lenne, mint ahol van. Mivel nem túlzottan tetszőek mostanság Önnek a jelen, elemekülhet az álmok világába. Aki pedig fényes nappal álmodik, az sajnos könnyedén elfelejt a lába elé nézni és előfordul hogy megalloz. Valahogyan a gyakorlati életben kéne fordítania, meg kéne valóstínia, amit szeretne, amiről álmodik. Ha most olvasás közben nagyon sóhajt, hogy vajon hogyan is tehetné, ne feleddje, hogy az életünk akadályainak közel 60-70%-át mi magunk állítjuk a saját utunkba. Próbálja ki, mi lenne, ha.....? Nem késő változtatni, nem késő újat kezdeni, és

## Szűz (VIII. 24. - IX. 23.)

Egy régi titok kerül a felszínre, mely régóta nyomja a közvetlen környezetében élő barát, társ vállát. A Szűz-jegyűek ezeket a kódos és tisztázatlan helyzeteket nem igazán kedvelik, mivel gyakorlatiasságuk nem tud mit kezdeni a lassan kibontakozó, sokszor szavakkal megfogalmazhatatlan helyzetekkel. Dühösek és frusztráltak, és ebből kifolyólag folyamatosan fáradtak lehetnek. Mivel a problémákat azonnal, rendkívüli precizitással szeretnék kivizsgálni és megoldani, jelenleg

– a Kos-havában – folyamatosan nekicsapódhatnak a falnak, mely lassítása és a bizonytalanság érzésének megélésére hívja fel a figyelmet. El kell fogadni, hogy nem minden helyzet egyértelműen rossz vagy jó, és nem minden vizsgálható atomjaira szedve.

## Mérleg (IX. 24. - X. 23.)

Őn a bőség közelében áll. Ha félelmek gyötrik anyagi biztonságát és párkapcsolatában megélt biztonságát tekintve, akkor a bőség érzete csupán a pocak méretében kerül megvalósulásra. Ha azonban reménnyel és hittel tud ránézni az életében zajló eseményekre, akkor a bőség érzet valódi lelki örömet és boldogságot fog hozni. Nem mindegy, hogyan éljük meg a jót. A valóság és a valóságnak tűnő dolgok között testtömegben mérve legalább plusz tíz kiló különbség van. A kétségek helytelen, a döntési nehézségek kivizsgálására van szükség, vagyis arra, hogy meghatározza, Ön legheibelt mit vár saját életétől.

## Skorpió (X. 24. - XI. 22.)

Aggyal, vagy szívvel dönti-e el, hogy mi a helyes út? A Kos-havában túlpörgetheti a gondolkodást, mely fejlődéshez, gyomorfejlesztéshez vezet. Mivel Ön az, aki a dolgokat a maguk komorságában látja elsőként, jelen esetben ki kell mennie a fényre, a Napra, még mielőtt bármiben is döntést hoz. Sétá, jó levegő, kirándulás, a tavasz illatainak felfedezése most a feladat, hogy újra bizni tudjon abban az ideában és tökéletes világképben, amiben általában leve egy Skorpió – saját gyakorlati mindennapjait tekintve – sokszor csalódik. A dolgok úgy jók, ahogyan vannak. Mantrázza, ismétlje ezt! A túl tökéletes mindig gyanús!

## Nyilas (XI. 23. - XII. 21.)

Páratlan Nyilas-jegyűek igaz kapcsolata, szerelme vagyának. Ez a vágyódás be is vonhatja az „igazit”. Szerelmes hónapra számíthat, élje meg minden egyes izgalmas és boldog pillanatot. Ha már párkapcsolatban él, a kertészkedés, vagy a kert tervezése nyújthat kihívást, tervezgessen és ülteszen virágokat, kitaláltságokat, reményvesztettség érzését pedig tegye, ahová valók, vagyis tegye az „újgyi elműlki” bugyorra. Higgye el, hogy jó dolgok várják, jó felé tart. Segítségment legyen a napi mantrája: „Napról napra jobban vagyok, öröm és boldogság az életem”.

Laki Beáta

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

Egyik lába a párkapcsolati területen, másik lába a szízfuzsi munka területén áll. A munka területén a változások bolygója is megjelenik, így számíthat rá, hogy élete fordulatot vesz. Jó döntést még nem igazán tud hozni a változással kapcsolatban, mert megrögzött elképzelései, vagy éppen félelmei akadályozzák a napfényt új megtalálásában. Addig ne hozzon döntést, amíg az Önt frusztráló dolgokon agyal, vagyis amíg a „rosszat” energetizálja. Ahogy képes engedni a frusztráló érzelmeiket (morgás, more hangulat, ugyanazonokon a problémákon való rágódás), képes lesz jól, jó felé tovább lépni.

## Vízöntő (I. 21. - II. 19.)

Nyerebben és finomkodás nélkül fejezheti ki véleményét, ezzel megbántva másokat. Kiszé elvukultan úgy gondolja, hogy az Őn véleménye a mérvadó, az Őn igényei jelen esetben a mérvadók, illetve azzal állítja magát, hogy Őn csak és kizárólag a szabadság címere alatt hozza meg döntéseit, változtatja meg egyik percről a másikra másokkal egyeztetett és leírt programját. Úgy gondolja, hogy ezt a szabadságot mások számára is biztosítja, azonban ez nem egészen van így. Könnyen megértődik, ha környezete ugyanezzel a szabadság igényével hirtelen változtat. Természetesen a változtatásokhoz és a sértődöttséghez is joga van, kérdés, melyikről érzi magát boldogabbnak.

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

Még közel sem jó, de jó lesz! Minden a feje tetején áll. Kitalálástalan és kusza helyzetek veszik körül. Ne higgyen a látásnak, mert tudnia kell, ha az ember elkezd belül változni (rendet tenni), elsőként meg nagyobb romlót, káoszt csinál, majd szépen lassan körvonalozódik a rend, láthatóvá válik a fény az alagút végén. Őn csak csináljon mindent a lelke mélyéből felszívó érzések mentén. A napi káoszról származó fáradtságot, kitaláltságokat, reményvesztettség érzését pedig tegye, ahová valók, vagyis tegye az „újgyi elműlki” bugyorra. Higgye el, hogy jó dolgok várják, jó felé tart. Segítségment legyen a napi mantrája: „Napról napra jobban vagyok, öröm és boldogság az életem”.

Laki Beáta

**A Corvin Művelődési Ház - Erzsébetligeti Színház programjai**  
**1165 Hunyadvár u. 43/b. • Tel: 401-3060**  
**www.kulturiliget.hu**

**SZÍNHÁZ:**  
• **2012. április 1.** vasárnap 18.00 – **Homo Ludens – ötpéres történetek.** A Szegedi Kortárs Balett előadása. Az előadás valós szituációkat mutat be, amelyek a mindennapi élet játszótérén íródtak. Hogyan kezelik az emberek a kapcsolataikat, a másságot, a barátságot és főként a szerelmet? A Homo Ludens a kérdésekkel foglalkozik, a hétköznapi élet valóságát mutatja be, de emellett jóval többet látunk: a komoly felszín alatt meghúzódó abszurd humort. Rendező-koreográfus: Juronics Tamás Kossuth-díjas. Jegyek: 2200, 2500 Ft-os áron elővételben kaphatók.

**GYERMEKPROGRAM:**  
• **2012. március 25.** vasárnap 10.30 – **Kolompos táncház;** 11.30 - 13.00 óráig: Váramsműhely kézműves játszóház: Fonál nyuszi és pipi készítés. Jegyek: elővételben 800,- előadás napján 900,- családi 3000 Ft elővételben;  
• **2012. március 31.** szombat 16.00 – **Gryllus Vilmos gyermekkoncert** – Gryllus Vilmos tavaszi daloskönyvének bemutatása, avagy Mi szí hozott, kis futár; Jegyek: elővételben 1000,- előadás napján 1400,- családi 4500 Ft elővételben;  
**ZENE:**

• **Új!** **2012. március 25.** vasárnap 17.00 – **Operabarátok Órája** – Programozatunkban az opera műfaj nagyjait igyekszünk bemutatni az Animato társulat részvételével. Márciusban a három nagy belcanto szerző, Bellini, Rossini és Donizetti műveiből válogatunk. Jegyek: 1200 Ft-os áron elővételben kaphatók;  
• **2012. március 30.** péntek 19.30 – **Jazz Liget - Intermezzo Trio** – Vendég: Pély Barna és Jász András; Feszes, pergő ritmusú, pipi készítés. Jegyek: elővételben 800,- előadás napján 900,- családi 3000 Ft elővételben;  
• **2012. március 30.** péntek 19.30 – **Jazz Liget - Intermezzo Trio** – Vendég: Pély Barna és Jász András; Feszes, pergő ritmusú, pipi készítés. Jegyek: elővételben 800,- előadás napján 900,- családi 3000 Ft elővételben;  
• **2012. április 3.** kedd 19.00 – **Zeneakadémia koncertje: Kobayashi Ken-Ichiro által vezetett mesterkurzus zárása.** • Beethoven: 5. szimfonia • Stravinsky: Tűzmadár szvit; Közreműködik: a Liszt Ferenc Zeneművészeti Székhely zenekara; Zenekezelő: Kobayashi Ken-Ichiro; Kobayashi már fiatalan fellépett szerinte Európában, nevezetesen akkor irányított Németországban, Ausztriában, Nagy-Britanniában, Hollandiában, és Magyar Televízió 1. Nemzetközi Karmesterversenyének első helyezettje. 1990-ben a Magyar Kulturális Díjjal ismérték el. 2010-ben megkapta a Magyar Kultúra Követe címet. Jegyek: 1800 Ft-os áron elővételben kaphatók.

**NAGYRENDEZVÉNY:**  
• **2012. március 24.** szombat 14.00; A TÁMOP-3.2.11/10-1/KMR-2010-0058 Corvin16 közösségi kulturális és sporttevékenységek megvalósítása – „A SPORT ÖRÖME” kiállítás – Az Erzsébetligeti Színház és a Baththyány Ilona Általános Iskola nemzetközi rajzpályázatot hirdetett az olimpia tiszteletére. A díjazott munkákból eredményhirdetéssel egybekötött kiállítás nyílik. A kiállítást megnyitja Kovács Péter polgármester. Megtekinthető 2012. április 22-ig a Corvin16 Kultúrházban.

• **2012. március 24.** szombat 15.00 – **A művészet hatalma című tehetségkutató döntője és gála műsora.** A Baththyány Ilona Általános Iskola közösen rendezett tehetségkutató magas színvonalú produkciókat értékel az elismert szakemberekből álló nemzetközi zsűri. A kurtárosi tehetségek legígéretesebb előadóival találkozhatnak az Erzsébetligeti Színházban. A program az Európai Unió támogatásával az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

**KIÁLLÍTÁSOK:**  
• **Art 16 kiállítás** – az 1848-49-es Magyar Forradalom és Szabadságharcra 164. évfordulójára alkalmából. Megtekinthető 2012. április 1-ig (Napfény Galéria).  
• **2012. március 13.** kedd 18.00 – Bárti Gizella iparművész kiállítása – Megtekinthető április 15-ig (Kamara Galéria).  
• **2012. április 1.** vasárnap 15.00 – **ART FESZTV.** – Az ART FESZTV. pályázati felhívásra beérkezett műveket szakmai zsűri bírálja el, és a nyertes pályázók alkotásai kerülnek kiállításra az ART-FESZTV. téri. Megtekinthető 2012. április 30-ig a Harmónia Szalonban.

**EZ-ÁZ:**  
• **2012. március 23.** péntek 10.00 – **Ligeti Baba KLUB** – Mikor, mivel játszanak? Életkorunk megfelelő játékok. Hordozási tanácsadás; **2012. április 4.** szerda 10.00 Morvay Réka előadása: szoptatás, hozzátáplálás igény szerint és gyermekorvosi ételtápláltság;  
• **2012. március 25.** vasárnap 9-14-ig – **Húsvétra hangoló KINCSES LIKET** – bringavásárral és tojásfestéssel. Helyfoglalásra előzetesen regisztrálni 2012. március 24. 20.00-ig lehet: 30/419-9214, vagy kertvarosbolhasagok@t-online.hu elérhetőségen.  
• **2012. március 31.** szombat 9.30 – **Liget Táncaakadémia kurzusa** – Délszláv kurzus Halász László vezetésével. Jegyek a helyszínen 900 Ft  
• **2012. április 4.** szerda 18.00 – **Női Vonalak** - Önnel, a Nőneki Kitaláltunk egy női klubot, csak Önnel. Valódi női témák, igazi Nőknek... Jöjjen el minden hónap első szerdáján, ha Ön lány, anya, nagymama, feleség, dolgozó nő, vagy éppen nyugdíjas. Vendég: Skultety Andrea, okleveles Feng Shui tanácsadó.

**JÖN! JÖN! JÖN!**  
• **Visszaszámlálás a Londoni Olimpiára** – Kovács Koko István • **JAZZ LIGET** – Sol Y Sombra • **Hamupőke – táncos mesejáték** • **Minden lében 3 kanál** – Köröti Szabolcs • **Stand up** – A Három Kismalac és Badár Sándor • **Gemini Házibul**  
**Részletes programok a honlapunkon: www.kulturiliget.hu**

**MONEYHOUSE**  
**SZABADULJON MEG ÖRÖKRE DEVAZHATELETŐL!**  
✓ Működik a szponzorált jelenlegi hitelhez képest;  
✓ Három kilőréből állami támogatást kaphat a banki segítség mellett;  
✓ Devizahitelet felvételkor változhat akár 5,8% THM mellett!  
Érdeklődj a részletek! Várjuk megkeresésed!  
**Név: Őri Sándorné Erika**  
Tel: +36-30-253-2547 • E-mail: orine@t-online.hu

**Corner's Pub & Pizzeria**  
1161 Rákosi út 112-114.  
József utcánál  
Házzhozállítás: 405-4810  
Kellemes, légkondicionált környezetben eszkívő 80 főig vállalunk: 405-0034

Eladó divatos **MENYASSZONYI RUHÁK**  
KÖLCSONYESI ÁR ALATT!  
Megtekinthető: XVII. ker. Sashalom  
Érd: 06-20-234-0499

Hétféntek 10-12 óra között (Időpont kérésre javasolt)  
**Várom Önöket az alábbi problémákkal:**  
• mozgásszervi panaszok – segédeszköz kiírási lehetőséggel és helyszíni segédeszköz ellátással (ortopéd cipő, járókeret, bot, stb.)  
• belyőgyógyászati panaszok – fáradékonyság; gyengeség; szédülés; fejfájás; panaszmenteseknek szűrővizsgálat, hogy idejében megelőzhető legyen a nagyobb baj;  
• akupunktúra – fogycúra; dohányzás leszoktatás; fájdalom csillapítás...  
• GUNA kezelés – forradalmian új: mozgásszervi fájdalomokra  
**dr. Kozma Zsuzsa • VI. Veres Péter út 23/B.**  
**GYÓGYCENTRUM**  
Tel: 407-2026, 06-30-9909-830  
email: drkozma@gyogycentrum16.hu