SZUPER INFÓ

Budapest • Észak-Pest

2017. február 9. • 6. hét

pet nuts
állati széles választék
állati alacsony árak!
Whiskas alutasakos termékek, 100g 185 Ft
Pedigree Denta Stix jutalomfalat 3db, 45g 115 Ft
Újpest-Központ
IV., István út 10.
H-Szo.: 08-20 óráig

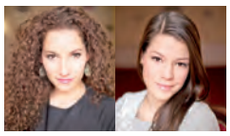
ÚJ HÍD A RÁKOS-PATAK FELETT

A Népfürdő utcánál épülő gyalogos-kerékpáros híd várhatóan június 30-ra készül el. (2. oldal)

A világ vége Skóciában van

Az Egyesült Királysághoz tartozó második legnagyobb tagország Skócia, amely a Brit-sziget északi harmadát foglalja el. A festői szépségű, néhol zord tájakon járva az utazó úgy érzi, hogy egy olyan világba csöppent, ahol bármi megtörténhet, újraelevenedik szeme előtt a történelem. 5. oldal

Kik keltik életre Esmeraldát?



Óriási lelkesedés előzi meg A Notre Dame-i toronyőrt, a Szegedi Szabadtéri Játékok és a Budapesti Operettszínház közös bemutatóját, melyet nyáron láthatnak a nézők a Dóm téren. A gyönyörű cigánylányt Muri Enikő és Vágó Bernadett alakítja majd. 3. oldal

Návai Anikó jelenti Hollywoodból

Hosszú évek óta érdeklődve, csodálva és talán kicsit irigykedve figyeljük Návai Anikó tevékenységét, akit úgy ismerünk, mint a „hollywoodi tudósító”. 4. oldal

I. kerületi 4*-os szálloda munkatársakat keres az alábbi munkakörökre:
- SZOBALÁNY
- GONDNOKNŐ
- fehér-fekete MOSOGATÓ

Érdeklődni: hétfőtől péntekig 9-16 óráig, 06-70-633-1177

Hirdessen Budapesten!
SZUPER INFÓ

Kövess minket a facebook-on is!
www.facebook.com/szuperinfobudapest
SZUPER INFÓ

Kabiri
Kézi 50×95 cm Bochara
most 12.000 Ft
06-1/212-4143
kabiriszonyeghaz.hu

BILT
ÉLETJÁRADÉK SZOLGÁLTATÁS
Többmilliós egyösszegű, továbbá folyamatos havi járadékfizetés, törődés, gondozás, folyamatos kapcsolattartás.
NE BÍZZA ÉLETE BEFEKTETÉSÉT LEINFORMÁLHATATLAN EMBEREKRE!
JÖJJÖN EL IRODÁNKBA MINDEN KÖTELEZETTSÉG NÉLKÜL!
bilt.hu
SHEKINAH ING.HASZN. Kft.
Adószám: 25837605-2-42
Tel.: +36-20/298-8168
Cím: Bp. Rákóczi út 70-72. R70 Irodaház

Vállaljuk ajtó, ablak JAVÍTÁSÁT, PÁSZÍTÁSÁT, ZÁRCSERÉJÉT, UTÓLAGOS SZIGETELÉSÉT.
Egyedi és új ajtók, ablakok gyártását, pótlását. Laminált bútorok készítését.
FELMÉRÉS DÍJTALAN.
Tel: 06-70-698-9718

ABLAK SPECIALISTA
RÉGI ABLAKAIT rendberakjuk bontás nélkül!
hőtechnikai mechanikai felújítás!
- Hőszigetelt üveg csere
- Szigetelés
- Pászítás
- Zár csere
Energia megtakarítás 20-30%
Ingyenes felmérés!
Gácsi Zoltán 20/451-1346
Hívjon bizalommal!
ELÉGEDETTSÉGI 100% GARANCIA
www.faablakmester.hu

Érszűkület vizsgálat –10000 Ft kedvezmény! Keresse a hirdetést a 2. oldalon!

Utazás rovatunkat megtalálja az 5. oldalon.

Szakképzések és szakmai képzések
Budapesten

OKJ szerinti szakképzéseink:
- CAD-CAM informatikus (távoktatással) (E-000663/2014/A002)
- Emelőgép-ügyintéző (E-000663/2014/A004)
- Építő- és anyagmozgató gép kezelője képzések:
  – Emelőgépkezelő (kivéve targonca) (E-000663/2014/A005)
  – Targoncavezető (E-000663/2014/A006)
- Ipari alpinista (E-000663/2014/A012)
- Munkavédelmi technikus (E000663/2014/A009)
- Villamos alállomás kezelő (E-000663/2014/A001)

Egyéb képzéseink:
- 3D nyomtatás
- CNC forgácsoló-gép kezelője
- CNC programozó
- HR továbbképzés
- Műszaki rajz olvasás
- PLC programozási ismeretek

ÚJ Néhány képzésünk e-learning formában is elérhető.
Érdeklődjön munkatársainknál!

VINÇOTTE
További információ és jelentkezés:
www.szakkepzokozpont.hu
Vincotte International Hungary Kft.
Telefon: 06 1 413 1293, 06 1 413 1294
Mobil: 06 (30) 540 6652, 06 (30) 377 0257
Intézményünk nyilvántartásba vételi száma: E-000663/2014

Szeretettel...

Varga Gyógygomba termékek az egész családnak
www.vargagyogygomba.hu

www.szinesfenymasolok.hu
info@manualhungary.hu
◊ költségelemzés
◊ eladás
◊ bérlet
◊ lízing
◊ üzemeltetés
◊ szervíz
KONICA MINOLTA
KONICA MINOLTA Manual Hungary Kft.

Aktuális

Gyalogos-kerékpáros híd épül a Rákos-patak felett

A FINA 2017. évi Úszó-, Vízilabda-, Műugró-, Műúszó- és Nyíltvízi Világbajnokság tervezett építményeinek részeként, Budapest Főváros Önkormányzata költségvetéséből és részben állami költségvetési támogatásból, a „FINA Rákos-patak híd és csatlakozó infrastruktúra előkészítése és kivitelezése” projekt keretében, a Budapesti Közlekedési Központ beruházásában elkészül a Rákos-patak felett, a Népfürdő utcánál egy gyalogos-kerékpáros híd, hogy biztosítsa a rendezvény megfelelő megközelítését. A híd építése február 6-án kezdődött és június 30-áig tart. Ezt követően vehetik birtokba a gyalogosok és a kerékpárosok.

Fotók: budapest.hu

Fotó: Máthé Zoltán, MTVA

Átadták a negyedik P+R parkolót a 4-es metró kelenföldi végállomásánál

Befejeződtek az M4-es metróberuházáshoz kapcsolódva épült negyedik P+R parkoló építési munkái is Kelenföldön, így már összesen közel 1500 új parkolóhely áll az autósok rendelkezésére. A negyedik P+R a MÁV használaton kívüli vágányainak helyén, a szükséges vágánybontási és előkészítési munkákat követően 11 hónap alatt valósult meg. A parkolóhoz komplett közvilágítási hálózat és térfigyelő rendszer épült, zöldterületeket alakított ki és fákat telepített a vállalkozó, de feladatát képezte a parkolóból egy lépcső és lift műtárgy megvalósítása is a közvetlen gyalogoskapcsolat biztosítása érdekében a kelenföldi gyalogos aluljáróval.

Keringési probléma?
Van megoldás! Nashwan-Parasound eljárás

- Görcsöl, fáj a lába
- csökkent a járási távolsága
- zsibbadnak, hidegek a lábai vagy a kezei
- memóriaproblémája van
- zúg a füle vagy szédül
- cukorbeteg
- magas a vérnyomása vagy koleszterinszintje
- dohányzik
- túlsúlyos
- családjában előfordult már érszűkület
- stresszes, mozgásszegény életet él?

Ha igen, ne várjon, vizsgáltassa meg magát szakorvossal ingyen!
A Nashwan-Parasound eljárást már több mint 10 éve sikeresen használják Magyarországon. Mindössze 20 kezelés szükséges a panaszok enyhítésére vagy megszüntetésére.

Figyeljen az intő jelekre!
Ne hagyja, hogy a betegség határozza meg az életét!

Nashwan-Parasound Kezelőcentrum
-10 000 forint
Érvényes: 2017. 02. 28-ig

Jelentkezzen be és vizsgáltassa meg magát ingyen
febr. 13-án vagy 27-én a VIII. ker., Üllői út 2-4.,
febr.14-én vagy 28-án a XIV. ker., Pillangó u. 12.,
febr. 11-én vagy 25-én a III. ker., Vörösvári út 23.
szám alatti rendelőben! A kúra alapárából
30 000 Ft kedvezmény jár! A kupon felmutatásával
további 10 000 Ft-tal csökken az ár.

www.medhungary.com, 06-72/551-714,
06-20/541-1466, 06-70/290-3216, 06-30/339-6963
16 óra után, illetve hétvégén ügyeleti telefon:
06-20/495-8280, 06-30/596-8599, 06-30/336-9525.

A kezelőcentrum a vizsgálati idő változtatásának jogát fenntartja.

A világ vége Skóciában van

Színes hírek

Asterix újra akcióban!

Asterix újabb kalandjaival jelenik meg képregény októberben a sorozat rajzolójának, Albert Uderzo grafikus 90. születésnapja és a gall harcos kalandjainak első szövegírója, René Goscinny halálának 40. évfordulója alkalmából.

Kiderült, kik keltik életre Esmeraldát

Óriási lelkesedés előzi meg A Notre Dame-i toronyőrt, a Szegedi Szabadtéri Játékok és a Budapesti Operettszínház közös musical bemutatóját, melyet idén nyáron láthatnak a nézők a Dóm téren.

A rendező, Kerényi Miklós Gábor nemrégiben elárulta, hogy a gyönyörű cigánylányt, Esmeraldát Muri Enikő és Vágó Bernadett alakítja majd. A fülbemászó Disney-dallamokkal fűszerezett darabot még sosem láthatta a közönség hazánkban. Különleges lesz a szegedi dóm előtt tartott bemutató, hiszen első alkalommal adják elő olyan környezetben - egy monumentális székesegyház előtt-, mely megidézi a világhírű francia katedrálist is.

A SZEMÜVEG NEM LUXUS!

6 éves a VÁLSÁG SZEMÜVEGDISZKONT®

Úgy tűnik, az idő bebizonyította, hogy az olcsón készíttetett szemüveg is lehet jó minőségű és időtálló. Az immáron hatodik éve működő, szokatlanul olcsó árairól híres Válság Szemüvegdiszkontot üzemeltető céget Magyarország legmegbízhatóbb cégei közé sorolta a független európai minősítő. A diszkont az utóbbi években egyre népszerűbb lett a tehetősebb vásárlók körében is. A Szemüvegdiszkont létrehozásakor az volt a cél, hogy a legmagasabb szakmai követelményeknek is megfelelő szemüvegeket készítsék el a lehető leggazdaságosabb módon. Így aki itt vásárol, nem a márványpadlót, vagy a csillogó-villogó világítást, a nemes bútorzatot fizeti meg, hanem a leggazdaságosabb módon előállított, szép és tartós szemüvegeket. A vásárlók bizalmát elnyerve, a szemüvegdiszkont nevét törvényi védelem alá helyezték.

A Válság Szemüvegdiszkontban kiemelt árkedvezménnyel vásárolhatunk Magyarországon megmunkált sötétített, fényre sötétedő, bifokális, vékonyított, vagy multifokális lencsével ellátott szemüvegeket. A szemüvegek induló ára 6500 Ft (lencsével, vizsgálattal, kerettel, elkészítéssel együtt). A bifokális szemüvegek ára 9900 Ft-tól indul. De egy fényre sötétedő lencsével készülő, csúcs-kategóriás multifokális szemüveg is megfizethető. Természetesen garanciát nyújtanak a multifokális szemüveg megszokására. A szemüveg dioptriáját ingyenes vizsgálattal határozzák meg.

Ajánljuk az üzletet bárkinek, aki töredék áron kíván divatos és tartós szemüveget vásárolni, és aki a Magyar szemüveg-ipart támogatásra érdemesnek tartja.

Válság Szemüvegdiszkont® TÖRV. VÉDVE!

Szemüveg	6500 Ft-tól
Bifokális szemüveg	9900 Ft-tól
Multifokális szemüveg	19 900 Ft-tól

Válság Szemüvegdiszkont®
Budapest, VII. ker. Erzsébet krt. 38. (A Madách Színházzal szemben)
Tel.: 1/322-4272 • Nyitva tartás: H-P: 9-18, Szo.: 9-13
www.olcsoszemuveg.hu, www.valsagdiszkont.hu

Elsírtuk magunkat a munkahelyünkön? Állásponton rovatunkat megtalálja a 6. oldalon.

Mosógépek szerelését vállalom! Telefon: 06-20/950-49-41 Felújított mosógépek garanciával!

Paparazzi

Pénzt osztottak a Sikítófrász sztárjai

Jó helyre került a Sikítófrász első adásának nyereménye. A VIASAT3 para-karaokéjának nyertesei 260 ezer forintot énekeltek össze a Noé Állatotthon Alapítvány számára. A műsorvezető Lakatos Márk és az első adás győztes csapatának tagjai személyesen vitték el a felajánlást az állatmenhelyre.

Návai Anikó jelenti Hollywoodból

Hosszú évek óta érdeklődve, csodálva és talán kicsit irigykedve figyeljük Návai Anikó tevékenységét, akit úgy ismerünk, mint a „hollywoodi tudósító”.

Anikó a legtöbbünk számára elérhetetlen távolban, Los Angelesben a legnagyobb sztárok között mozog, hivatalos a kiváltságosoknak szervezett csillogó partikra, és akinek szemtől szemben elárulják titkaikat olyan hírességek, mint Jennifer Aniston. A magyar nézők február 2-ától a TV2 képernyőjén találkozhatnak vele Hello Hollywood című műsorában.

– Milyen témákkal és mely hírességekkel találkozhatnak a nézők az első néhány adásban?

– Látható lesz többek között Nicole Kidman, Blake Lively, Jessica Chastain, Mel Gibson, Kevin Costner, Colin Farrell, Ryan Gosling, Emma Stone, Jennifer Lawrence... és még sokan mások. Beszélgetni fogunk a Golden Globe-díjról, és arról, hogy milyen Budapesten forgatni. A következő adásokban pedig Charlize Theronnal, Hugh Jackmannel, Keanu Reeves-szel, Natalie Portmannel, Denzel Washingtonnal és remélhetőleg a Pesten forgató Jamie Foxx-szal is találkozhatunk.

– Mi a műsorral kapcsolatban az irányadó elgondolása? Mit az, amit meg szeretne mutatni Hollywoodból?

– Az a célom, hogy bemutassam, a sztárok ugyanolyan emberek, mint mi. És hogy a nézők úgy érezzék, ők kérdeznek, ők beszélgetnek velük.

– Ön szerint mi az általánosan elgondolt legnagyobb tévedés Hollywooddal és a hollywoodi színészekkel kapcsolatban? Van ilyen?

– Hogy jobbak, mint az átlagemberek. Mert ha egy kicsit ismeri őket az ember, rájön, hogy nincsenek irigylésre méltó helyzetben, mert minden lépésüket, szavukat figyeli a média. Egy napra sem cserélnék velük.

– A legnagyobb sztárok közelében bizonyára az ön élete, munkája merőben más, mint mondjuk egy Magyarországon tevékenykedő kollégájáé. El tudná mondani, hogy miben?

– Rengeteg olyan eleme van a munkámnak, amely kívülről nem látható. Egyeztetések a stúdiókkal, a PR-osokkal és az utazásokkal kapcsolatban, amiket egytől egyig magamnak szervezek. És ebben nincsenek benne az interjúk, a fodrász, a sminkes, a tisztító, a posta, a bank.... és a barátaim. Ez mind rendkívül időigényes, főleg azért, mert az életem olyan, mint egy sakktábla, ahol az összes bábú mozog, és folyamatosan egyeztetni kell őket. A legfontosabb különbség az, hogy még akkor sem kérhetek interjút egy sztártól közvetlenül, ha megvan az e-mail címe. Az a riporter, aki nem tartja be ezt az íratlan szabályt, könnyen bekavarhat a stúdiók marketing-tervébe, és ezzel kizárja magát abból a körből, amelyben meghívják az interjúkra.

– Azt szokták mondani, hogy Magyarországon nincsenek igazi értelemben vett sztárok. Ön egyetért ezzel? A saját értékrendje, tapasztalatai szerint hogyan definiálná a sztár fogalmát?

– Sztár az, akire rácsodálkozik a néző. Egy sztár élhet Magyarországon és lehet a művészi teljesítménye nulla. És élhet Hollywoodban és lehet több Oscar-díja. Attól függ, melyiket szereti a közönség. Máig nem értem, hogy Kim Kardashian mitől a világ egyik legsikeresebb „sztárja”. Pontosabban értem: a világ legsikeresebb marketingese, aki úgy adja el magát, ahogy senki más.

– Hogy látja, mennyire könnyű újoncként bekerülni ebbe a körbe?

– Minden sztár annyit ér, amennyit a következő filmje. Lásd Jennifer Lawrence karrierjét. A nagy „öregeknek”, vagy hívjuk inkább őket „legendáknak”, nincs félnivalójuk a fiataloktól. Julianne Moore, Meryl Streep, Kate Winslet, Cate Blanchett, Helen Mirren lelkesen és tisztelettel beszél azokról a fiatal kolleganőkről, akik tehetségesek és sikeresek.

– És külföldiként? Találkozott például olyan magyar színésszel, akinek sikerült hollywoodi mércével is sikert elérnie Amerikában?

– Külföldiek közül Famke Jenssen, Penelope Cruz, Salma Hayek, Marion Cotillard..., hogy csak a legismertebbeket említsem. Magyar színészek közül senkinek nem sikerült betörnie évtizedek óta. Gáti Kati jutott a legmagasabbra, egy ismert és régóta futó tv-sorozatban játszik. Nemcsak tökéletes nyelvtudás, tehetség és szerencse kell hozzá, hogy sikerüljön betörni, hanem kitartás és rinocérosz bőr is. Van, akinek csak hónapokig, másoknak évekig tart.

– Mi vonzza önt leginkább abban a világban és van olyan, ami esetleg taszítja?

– Nagyon szeretem a munkámat, ez vonz. És a hollywoodi ködszurkálás taszít. De már elég jól megtanultam „olvasni” a kedvesség és az álkedvesség között, és az utóbbira nagyon nincs időm.

– Amikor pályája kezdetén leült az akkor sztárnak számító interjúalanyával szemben, megborzongott, hogy kivel van alkalma beszélgetni vagy már akkor is természetesen, teljes nyugalommal kezelte a helyzetet?

– Mindig érdekelt a sztárok pszichológiája és mindig kellő empátiával ültem le beszélgetni velük. Ha ez a két dolog megvan, nem érheti baj az újságírót és nincs mitől meghatódjon. És igen, nem tudom elégszer hangsúlyozni, hogy a sztárok ugyanolyan emberek, mint mi, csak sokkal érzékenyebbek. És ha elég okosak, gyorsan megtanulják, hogy nem muszáj minden kérdésre azt válaszolni, amit a riporter hallani szeretne.

– Melyik volt pályájának legemlékezetesebb beszélgetése és miért?

– Sok ilyen volt. Sajnos a legemlékezetesebbek nem publikusak.

– Hollywoodban készségesek vagy inkább elutasítóak a sztárok az újságírókkal szemben? Ez mitől függ?

– Néhány művész úgy gondolja, nincs szüksége a médiára. Joaquin Phoenix például ilyen. És vannak esetek, amikor egy művész életében fontos személyes események történnek, amit nem akarnak megosztani a médiával (lásd mostanában Brad Pitt és Johnny Depp), és ezt meg kell értenünk. Annak idején Nicole Kidman elegánsan és bátran kezelte a válását Tom Cruisetól, mert már az interjú elején megkért, hogy a gyerekeik érdekében ezt a témát hagyjuk. Bátorságának meg is lett a gyümölcse, a Moulin Rougeért Golden Globe-díjat és Oscar-jelölést kapott. Brad Pitt viszont nem akart a sajtó elé állni legutóbbi filmje (Szövetségesek) kapcsán, mert a válás miatt nem volt hozzá lelkiereje. Az eredmény: a film eltűnt a süllyesztőben.

– Van hiányérzete valamivel kapcsolatban? Van olyan része az életének, amit fel kellett adnia azért, mert ezt az utat választotta?

– Nincs. Ez az út volt és ma is az én utam, mert ugyanolyan örömöt ad, mint amikor elkezdtem a pályámat.

– Van még a hivatása területén megvalósításra váró álma vagy terve?

– Szeretnék könyvet írni. Csak még nem tudom, mikor....

Budai Klára

Utazás

Mintegy kétmilliárd forintból fejlesztik a balatoni strandokat

Idén 1,86 milliárd forintos vissza nem térítendő fejlesztési támogatásra pályázhat 44 balatoni település 48 fizetős strandja, illetve a szabadstrandok – adta hírül a Magyar Turisztikai Ügynökség. A MTÜ olyan beruházásokat támogat, amelyek a strandok bevételeinek növekedését is eredményezik.

A világ vége Skóciában van

Az Egyesült Királysághoz tartozó második legnagyobb tagország Skócia, amely a Brit-sziget északi harmadát foglalja el. A festői szépségű, néhol zord tájakon járva az utazó úgy érzi, hogy egy olyan világba csöppent, ahol bármi megtörténhet, újraelevenedik szeme előtt a történelem. Ehhez az úticélhoz adunk pár tippet, hogy mit nem szabad kihagyni, ha az ember idelátogat.

Igazi skót hangulat

Célszerű meseország központjával, Edinburgh-val kezdeni a túránkat. Itt található az angol királyi család helyi rezidenciája, a Hollyroodhouse-palota.

A Royal Mile macskaköves utcáinak érdemes gyalogszerrel nekivágni. Ez az út vezet a palotától Edinburgh 12. században épült várához, az Edinburgh kastélyhoz. Ezen az útvonalon található a legtöbb látnivaló, és a skót hangulattal, valamint a dialektussal való ismerkedésre is kiváló.

Induljunk kocsmatúrára!

Az este beköszöntével sem kell lemondani a kultúráról és szórakozásról. Népszerűek a kocsmatúrák, amelyek híres költők kedvenc pubjait látogatják végig. Edinburgh-ban található például a Világ Vége (World's End) kocsma is, ami onnan kapta nevét, hogy a 16. században, amikor a pub helyén még városfal húzódott, kevesen jutottak a városfalon túl, így aztán az emberek azt gondolták, hogy a fal végével a világnak is vége szakad.

Kóstoljuk meg az igazi skót whiskyt!

Ne feledkezzünk meg az ország egyéb kincseiről sem: a whiskykészítés bölcsője minden bizonnyal Skócia. A tradicionális skót whiskynek többféle kritériumnak kell megfelelnie, többek között minimum 40%-os alkoholtartalmúnak kell lennie, és legalább három évig kell tölgyfahordóban érlelni.

A whisky kedvelői mindenképpen látogassák meg a skót lepárlóüzemek közül a legöregebb, Glenturret lepárlót, ahol a The Famous Grouse mesterei dolgoznak azon, hogy újra és újra megteremtsék a blended whisky, azaz a különböző évjáratú whiskyk házasításának jellegzetes ízvilágát.

ÉVKEZDÉS A LÖVÉRBEN

Indítsa pihenéssel az évet! A soproni Lővérek téli csendje és kristálytiszta levegője mellé wellness kényeztetést ajánlunk szuper árakon!

2017. január 8 – április 12. között
vasárnap és péntek között 3 éjszakára

21.000 Ft/fő/3 éj ártól kétágyas szobában

3 éjszaka bővített félpanziós ellátással és wellness használattal

Az árak az idegenforgalmi adót nem tartalmazzák.

TOVÁBBI INFORMÁCIÓK: TEL: 06 99 888 400
INFO@HOTELLOVER.HU | WWW.HOTELLOVER.HU

Hirdessen Budapesten! SZUPERINFÓ

Tel: 887-0707

KEN-EDI TRAVEL – MÁRCIUS 31-IG
8-11% KEDVEZMÉNNYEL FOGLALHAT!!

ERDÉLY GYÖNGYSZEMEI
5 nap 4 éj
busz, idvez., kirándulások, 4 éj háromcsillagos szállodában, svédasztalos reggeli, szalonnasütés házi pálinka-sajt-túró kóstolóval
márc. 15-19.
39 900 Ft/fő -8-11%!

HÚSVÉT AZ ADRIÁN
4 nap 3 éj
busz, idvez., 3 éj háromcsillagos tengerparti szállodában, svédasztalos félpanzió korlátlan italfogyasztással, húsvéti ajándék, ajándék kávé+süti a szállodában, élőzene, kirándulások (Kr, Rijeka, Opatija), borkóstolós program házi sonkával, sajttal, húsvéti csokoládékóstoló Opatijában
április 15-18.
59 900 Ft/fő -8-11%!

VERONA-PADOVA-GARDA TÓ
4 nap 3 éj
busz, idvez., kirándulások, 3 éj háromcsillagos szállodában, svédasztalos reggeli, kirándulások
máj. 25-28.
52 900 Ft/fő -8-11%!

VELENCEI HÉTVÉGE
3 nap 2 éj
busz, idvez, 2 éj négycsillagos szállodában, svédasztalos reggeli, kirándulások a program szerint
ápr. 14-16., máj. 26-28.,
41 900 Ft/fő -8-11%!

ÉSZAK-ERDÉLY MAGYAR EMLÉKEI
4 nap 3 éj
busz, idvez., 3 éj háromcsillagos szállodában, svédasztalos reggeli, kirándulások
máj. 11-14., jún. 8-11., júl. 27-30.
39 900 Ft/fő -8-11%!

MILÁNÓ ÉS A TÓVIDÉK
5 nap 4 éj
busz, idvez, 4 éj szállás háromcsillagos szállodában, svédasztalos reggeli, városnézések
máj. 17-21., máj. 24-28., jún. 1-5.
69 900 Ft/fő -8-11%!

PÁRIZS-VERSAILLES-LOIRE VÖLGYE-STRASBOURG
7 nap 6 éj
busz, idvez., 6 éj háromcsillagos szállodákban svédasztalos reggelivel, kirándulások, városnézések
máj. 30-jún. 5.
114 900 Ft/fő -8-11%!

FIRENZE-RÓMA-VELENCE
6 nap 5 éj
busz, idvez., 5 éj szállás négycsillagos szállodákban reggelivel, kirándulások, városnézések
máj. 31-jún.5.
84 900 Ft/fő -8-11%!

DREZDA- LIPCSE-SZÁSZ SVÁJC-PRÁGA
5 nap 4 éj
busz, idvez., 4 éj háromcsillagos szállodákban, svédasztalos reggeli, városnézések, kirándulások
jún. 1-5.
64 900 Ft/fő -8-11%!

TOSZKÁN TÁJAKON
5 nap 4 éj
busz, idvez., 4 éj háromcsillagos szállodában, svédasztalos reggeli, kirándulások
jún. 1-5., júl. 26-30.
79 900 Ft/fő -8-11%!

PÜNKÖSD AZ ADRIÁN PLITVICEI TAVAKKAL
5 nap 3 éj
busz, idvez., 3 éj szállás kétcsillagos szállodában svédasztalos félpanzió, kirándulások (Opatija, Trieszt, Vrbnik), borkóstoló sajttal, sonkával, rijekai városnézés
június 1-5.
44 900 Ft/fő -8-11%!

CSÍKSOMLYÓI BÚCSÚ
5 nap 4 éj
busz, idvez., kirándulások, 4 éj háromcsillagos szállodában, svédasztalos reggelivel, szalonnasütés házi pálinka-sajt-túró kóstolóval
június 1-5.
44 900 Ft/fő -8-11%!

HORVÁT GASZTRO-TÚRA
4 nap 3 éj
busz, idvez., 3 éj kétcsillagos szállodában, svédasztalos felpanzióval, Krk-szigeten hangulatos taverna, borospince-étterem, sonkák háza stb. meglátogatása sok-sok kóstolóval, kirándulások (Rijeka, Opatija, Krk)
jún.8-11.
49 900 Ft/fő -8-11%!

DALMÁT NYARALÁS- SIBENIK
6 nap 5 éj
busz, idvez, 5 éj szállás egy fantasztikus, minden igényt kielégítő szállodakomplexum háromcsillagos szállodájában (Aquaparkkal), svédasztalos félpanzió, (fakultatív kirándulások foglalhatók: Trogir, Primosten, Krka Nemzeti Park)
jún. 11-16., jún. 13-18.
94 900 Ft/fő -8-11%!

KRK-SZIGET – OMISALJ
5 nap 4 éj
busz, idvez, 4 éj kétcsillagos tengerparti szállodában, svédasztalos félpanzióval, Krk városlátogatás
jún. 17-21.
54 900 Ft/fő -8-11%!
júl. 6-10., júl. 13-17.
59 900 Ft -8-11%!

RIMINI
6 nap 5 éj hotel***
busz, idvez., 5 éj szállás háromcsillagos szállodában svédasztalos reggelivel
jún. 18-23.
64 900 Ft/fő -8-11%!
jún. 23-28, jún. 28-júl. 3.
69 900 Ft/fő -8-11%!

ALBÁNIA – DURRES
10 nap 7 éj
busz, idvez., 7 éj háromcsillagos szállodában svédasztalos reggelivel
júl. 7-16.
99 900 Ft/fő -8-11%!

BULGÁRIA
9 nap 6 éj
busz, idvez., 6 éj háromcsillagos, medencés szállodában, all inclusive light ellátással
jún. 24-júl. 2., jún. 30-júl. 8.
99 900 Ft/fő -8-11%!

www.keneditravel.hu
Bp. 1067, Teréz krt. 3. (Király utcánál) • Nyitva: H-P 09:30-17:30
Tel.: 278-2156, 278-2157

KÉMÉNYFELÚJÍTÁS • KÉMÉNYBÉLELÉS • TURBÓS, KONDENZÁCIÓS KÉMÉNYEK • KÉMÉNYSEPRŐ JÁRDÁK ÉPÍTÉSE
Tel.: +36-30/636-80-36 • info.fh2015@gmail.com

Álláspont

Mentorprogramot indított a Meló-Diák

A Meló-Diák nemrég indult mentorprogramjában a részt vevő fiatalokat elképzeléseiknek és képességeiknek megfelelően segíti mentoruk. Aki már tudja, mi szeretne lenni, a diákmunka alatt kipróbálhatja magát, akinek pedig még nincs konkrét elképzelése, annak tulajdonságai, képességei alapján tesznek javaslatokat.

Nem is olyan a munka, mint vártuk?

Amikor egy szakterület fogásait tanuljuk, a tanárok a legjobb saját eseteiket, példáikat hozzák, mi pedig előre örülünk ezek alapján, milyen izgalmas munkánk lesz majd, milyen jól választottunk.

Meg is kapjuk álmaink állását, hiszen lelkesek vagyunk, és ez a legfontosabb, majd jön a kiábrándító valóság. A munka jórészt adminisztráció, adatok silabizálása, sehol egy érdekes eset. Csalódunk. Érdemes megvizsgálni, hogy ez a munka vajon csak az adott cégnél ilyen, vagy esetleg hamis elvárásaink voltak a szakmával szemben? Járjunk szakmai rendezvényekre, beszélgessünk tapasztalt kollégákkal erről. Ha arra jutunk, hogy mégsem ez a mi világunk, a cégen belül nézzünk körül először. Van-e olyan munka, amit szívesen végeznénk, olyan szakmai munka, ami „élőben” is lenyűgöz? Lehet, hogy ez lesz a jövőnk?

A rovat a cvonline.hu együttműködésével készült.

Elsírtuk magunkat a munkahelyünkön?

Síró kollégát látva a legtöbb embernek az jut eszébe, hogy alkalmatlan az illető az adott pozícióra, nem nőtt fel, nem tudja kezelni az adott helyzetet stb. Pedig sokszor pont ez jelzi azt, hogy helyén vannak az érzelmei, érdekli a munkája és felháborítja az igazságtalanság. Mégis napjainkban sok helyen nem túl toleránsak a könnyező kollégával, ezért érdemes felkészülnünk az ilyen helyzetekre:

Vonuljunk félre a mosdóba

A mosdó kedvező hely ilyenkor, el tudunk különülni a kíváncsi szemek elől, ki tudjuk engedni a bennünk lévő feszültséget anélkül, hogy azt mindenki végignézné. Segíthet ilyenkor, ha a csuklónkra hideg vizet engedünk. Mielőtt visszaülnénk a helyünkre, mossunk arcot és nézzük meg magunkat a tükörben.

Sétáljunk egyet!

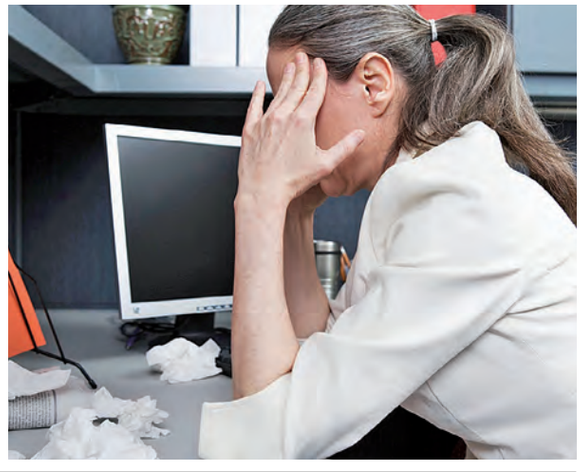
A friss levegő és a napsütés segíthet megnyugodni, és ezzel szintén kicsit el tudunk különülni a kollégáktól, ráadásul sétálva könnyebb átgondolni mi is történt és hogyan tudjuk megoldani a helyzetet.

Hívjunk el valakit egy kávéra/teára

Kérjük meg a hozzánk közel álló, megbízható kollégánkat hogy igyon meg velünk egy teát a konyhában. Ilyenkor segíthet, ha meg tudjuk osztani valakivel, mi frusztrál bennünket és lehet, hogy a megnyugtató társasága mellett jó tanácscsal lát el minket.

Fordítsuk át az érzéseinket!

Amikor tehetetlennek és frusztráltnak érezzük magunkat, akkor segíthet újra átvenni az irányítást önmagunk felett, hogyha valami pozitívra, vidám dologra gondolunk. Az interneten számos vicces kép, videó van fent. Szemezgessünk ezekből ameddig jobb kedvre nem derülünk, a történteket pedig elég otthon átgondolnunk.



Ha a lépcső gond...

Ha lépcső megkeseríti az életét, ha a használatát már meggondolja, ha e miatt a lakáscserén, vagy a lakás átépítésén gondolkodik, akkor az alábbi sorok Önnek szólnak:
Ha a lépcső egyenes, vagy kanyarodó, beltérben vagy kültéren van, a leggazdaságosabb megoldás a **LÉPCSŐLIFT**.
A **LÉPCSŐLIFT** az emeletek közti közlekedést könnyíti meg. A lépcsőfokokra felszerelt berendezés esztétikus, fokozza a lakás komfort fokozatát, értékét.
Beszerelés előtt a megrendelő lakásán a Dectrade Kft. szakemberei felmérést végeznek. A lift biztonságos alkalmazásához a korláttól a falig legalább 70–75 cm távolság szükséges. A legolcsóbb és legegyszerűbb az ún. egyenes lift , de a kanyarodó lépcső, a csigalépcső, valamint a kültéri lépcső sem akadály. A szerelést 1 napon belül végezzük el minimális kellemetlenséget okozva. A berendezésekre 2 év garanciát biztosítunk.
A **LIFTEK** maximális teherbíró képessége 135 kg.
A TERMÉKEK ÁRUHITELLEL IS MEGVÁSÁROLHATÓK!
Megfelelő referenciákkal rendelkezünk.

KÉREM HÍVJON! ÉRDEKLŐDJÖN!

Dectrade Kft.
1116 Budapest, Rátz László u. 25/B.
Tel.: 06-1/204-0112
E-mail: komfort@dectrade.hu • www.dectrade.hu

GYÓGYÁSZATI SEGÉDESZKÖZÖK

- gerincfűzők
- térdrögzítők
- bokaortézisek
- csuklórögzítők
- lúdtalpbetétek
- haskötők
- kompressziós harisnyák
- rugalmas pólyák
- emlőprotézisek
- gyógypárnák
- rehabilitációs eszközök
- és egyéb betegápolási eszközök

TERÉZVÁROSI EÜ. SZAKRENDELŐ 1074 Bp. Csengery u. 25. fsz.
ÁLLAMI EGÉSZSÉGÜGYI KÖZPONT 1134 Bp. Róbert K. krt. 44. Mfsz.
ÚJBUDA-GYÓGYIR XI. SZAKRENDELŐ 1117 Bp. Fehérvári út 12. II. em.
PÉTERFY S. U. KH. SZAKRENDELŐ 1076 Bp. Péterfy S. u. 8–20. (alagsor)
VISEGRÁDI REHAB. SZAKKÓRHÁZ 2026 Visegrád, Gizellatelep, I. em.
ZUGLÓI EÜ. SZAKRENDELŐ 1148 Bp. Örs vezér tere 23. III. em.

Hirdetésfelvétel: hirdetes@szuperinfo.hu • 1133 Budapest, Gogol u. 26.

MINDEN, AMI KÉMÉNY!
Tervezés ▪ Kivitelezés ▪ Átadás
Fűtés korszerűsítés
Kondenzációs kazán csere
Kéményseprő járda
+36-30/636-80-36
DÍJMENTES SZAKTANÁCSADÁS
KÉMÉNY-KIRÁLY

VízBolt.hu
Ballonos és palackozott ásványvizek, forrásvizek otthonába, munkahelyére!

DÍJMENTES HÁZHOZSZÁLLÍTÁS!
MEGRENDELÉS
+36/30 310 20 50
info@ vizbolt.hu

DURALBAU ÉPÍTŐANYAG SZAKÜZLET
Lakásfelújítási építőanyagok!
Gipszkarton • profil rendszer • hő-, és hangszigetelés
homlokzati hőszigetelés • kazettás álmennyezet rendszer

OSB lap
10 mm-es
1250x2500 mm
bruttó 2857 Ft/tábla

ISOFAS vakolható kőzetgyapot, aknafal szigetelő, és külső hőszigetelő
5 cm vastag
120 cm hosszú
60 cm széles,
testsűrűség 130 kg/m³
3,6 m²/csomag

bruttó 1617 Ft/m²

DURALBAU SZÁRAZÉPÍTÉSI SZAKÜZLET
Telefon: 347-0170, Mobil: 06 30 610 8109
1095 Bp., Soroksári út 150. E-mail: info@duralbau.hu
Nyitva: Hétfő–Péntek 7.00–16.00, Szombat: 7.00–13.00
www.duralbau.hu
Akciós ajánlatunk 2017. 02. 09–22-ig, illetve a készlet erejéig érvényes.

Fehívjuk a betegek figyelmét, hogy a Görgey Artúr utcai SZAKRENDELŐBEN működő fül-orr-gégészeti és az audiológiai szakrendelésünkön mindenkinek
INGYENES HALLÁSVIZSGÁLATOT
biztosítunk!
Nagyothalló betegeinknek elérhetőek személyre szabott hallásjavító készülékek.

Hallókészülék elemek kedvezményes áron kaphatók!
Rendelési idő: a hét minden munkanapján
Érdeklődni és bejelentkezni az alábbi telefonszámokon lehet.
Tel.: 369-47-77, 06-70-418-5170
Tamatika Kft.

IP Planet
TELJES KÖRŰ ÉPÍTŐIPARI KIVITELEZÉS

MEGBÍZHATÓ, PONTOS, MINŐSÉGI GENERÁL-KIVITELEZÉS
ÁRAJÁNLAT ÉS REFERENCIÁK:
www.ipplanet.hu
info@ipplanet.hu

Örök emlék
SÍRKŐ AKCIÓ

Urna sírkövek már 85 000 Ft-tól,
szimpla sírkövek már 230 000 Ft-tól kaphatók.
• 10 év garancia (*kivéve természeti károk – a részleteket lásd az üzletben)
• időtálló: megtartja a fényét, fagyálló, nem mattul
• garantáltan eredeti gránit
• az ár tartalmazza a sírkő legyártását, kiszállítását és felállítását bármelyik budapesti temetőbe
• kedves és előzékeny kiszolgálás

MÁRVÁNY, GRÁNIT, MÉSZKŐ:
Konyhapultok | Padlóburkolatok Ablakpárkányok
Lépcsőburkolatok | Mosdópultok
Homlokzatburkolatok | Sírkövek | Emlékművek | Dísztárgyak
MÁRVIMPEX Telephely, értékesítés:
1108, Kozma u. 9-11. (Izraelita temetővel szemben)
Nyitva: h.-p. 7-16.00-ig
Telefon: 06-70-77-27-043
A nyitvatartástól eltérő időpontokban is állunk rendelkezésére, kérjük egyeztessen a fenti telefonszámokon!
www.marvimpex.hu

Raktáron lévő gránit mécsestartók ~~18 000 Ft~~ helyett 12 000 Ft-ért vásárolható meg, ha magával hozza ezt a hirdetést.
Akciós ajánlatunk 2017. 01. 12–04. 05-ig, illetve a készlet erejéig érvényes.

Kövess minket a facebookon is! www.facebook.com/szuperinfobudapest

Magán apróhirdetés! 10 szó: 3900 Ft+áfa

BÉCSI AUKCIÓSHÁZ RÉSZÉRE VIRÁG ERIKA
helyszíni készpénzfizetéssel vásárol! Antik bútorokat, porcelánokat, festményeket, órákat, szőnyegeket, csillárokat, vitrintárgyakat, aranyat, réz-, bronz-, ezüsttárgyakat, régi pénzeket, kitüntetéseket! Mindenféle régi lakberendezési cikket. Hagyatékot kiürítéssel! Gyűjteményeket is vásárolunk!
Díjtalan kiszállás 1 órán belül!
06-30/324-4986
HÉTVÉGÉN IS HÍVHATÓ!

ABLAK-AJTÓ JAVÍTÁS

AKAD, SZORUL , huzatos, beázik? Régi, új, fa, műanyag, bukó-nyíló, tetőtéri nyílászárók javítása. 06-30/4123-174

ADÁS-VÉTEL

IPARI EZÜST, amalgám, pogácsa, platina, palládium felvásárlása. NON Stop. Tel.: 06-70/292-1004

ALBÉRLET

CSEPELEN, az Ady lakótelepen 10m²-es szoba kiadó 38000.- Ft-ért. Érd.: 06-20/998-2369

ÁLLÁS

ÉPÍTÉSI VÁLLALAT keres profi brigádot hungarocell homlokzathoz 2017 márciusától. A munkavégzés helye: München. Kapcsolattartó: Franko úr: 0049/17625-769483, email: lleshdebaj@hotmail.de

Postapartnerségeinkre egyesített felvevő munkakörbe szakképzettséggel rendelkező, középfokú végzettségű, munkatársakat keresünk a POSTAI SZOLGÁLTATÁSOK ELLÁTÁSÁRA vagy szakképzettség hiányában ennek betanulására.
Jelentkezés önéletrajzzal: Rotobacco 2004 Kft, rotogyakornok@gmail.com

KÖZÉTKEZTETŐ CÉG újpesti vagy zuglói munkavégzéssel keres munkatársakat szakács, ételszállító sofőr, tálalókonyhai kisegítő (4 vagy 8 órás munkavégzéssel), főzőkonyhai kisegítő, fekete mosogató munkakörökbe. Amit kínálunk: stabil háttér, béren kívüli juttatások, hosszú távú munkalehetőség. Az önéletrajzokat kozetkeztetes. munka@gmail.com címen várjuk. Érdeklődni lehet a 20/483-3781 (konyhai kisegítő, szakács), 20/486-5341 (sofőr, mosogató) számon.

GYÁLI KONTAKTLECSEGYÁRBA BETANÍTOTT DOLGOZÓKAT KERESÜNK!
Bejelentett hosszú távú lehetőség, tiszta munkakörnyezet, br. 810-900 Ft órabér + műszakpótlék + 15 000 Ft Erzsébet utalvány
Ingyenes dolgozói buszjárat indul a Határ útról és Kőbánya-Kispestről.
Jelentkezés: 06-30/338-2005

LEGYÉL TAGJA Legyél tagja a műszaki eladói csapatunknak! Háztartási cikkeket értékesítő budapesti (XIV., XIX., XVII.) bolthálózat eladókat és üzletvezetőt keres. Önéletrajzokat a tboylogisztika@hotmail.com címre várjuk!

ALAKULÓ VÁLLALKOZÁS üvegfúvó mestert keres oktatásra,gyártásra. Bérezés megállapodás szerint. Érdeklődni és a munkára jelentkezni az alábbi elérhetőségeken lehet Molnár András-nál a 06-20/329-0480 illetve a ugyfelszolgalat@beradmin.hu-n

KERTÉPÍTŐ, KERTFENNTARTÓ
munkára megbízható, jó fizikumú embert keresek.
E-mail: moka.garden.kft@gmail.com
Tel.: 20/946-7016

TAKARÍTÓCÉG keres budapesti női és férfi takarítókat, divatáru üzletek nyitás előtti (reggel) részmunkaidős takarítására. Garantált jövedelem, rendezett munkakapcsolat, korrekt bánásmód! 06-20/665-8568

A VOLANBUSZ Zrt. munkatársakat keres az alábbi munkakörbe:
AUTÓBUSZ-VEZETŐ (BUDAPEST)
Az állás részletes leírása és a jelentkezési feltételek megtalálhatók: http://www.volanbusz.hu\jobs.php honlapon.
A munkavégzés helye: Távolsági és Dél-pesti Forgalmi Üzem működési területe
Jelentkezési határidő: folyamatos
További információ: Gyurina Richárd
Tel.: +36-1-465-5726

DUNAHARASZTIBAN LÉVŐ pékségbe keresünk sofőrt azonnali munkakezdéssel, hosszútávra teljes munkaidőben Budapest és környékéről. Olyan jelentkezőket is várunk akiknél az otthoni parkolás megoldható lenne. Jelentkezni az alábbi telefonszámon lehet: 30/477-7179

MUNKAERŐ FELVÉTEL
Budapest több kerületébe, azonnali kezdéssel. Közétkeztetési cég, nagyüzemi konyhákra az alábbi munkakörökben hirdet felvételt.
• gépkocsivezető • hentes • szakács • konyhai kisegítő
Nagy munkabírással rendelkező, talpraesett embereket keresünk. Az állás betöltéséhez érvényes tüdőszűrő lelet szükséges. Jelentkezni a 06-20/288-2767 telefonszámon vagy a munkaugykoer@gmail.com e-mail címen lehet.

A DAEJUNG Hungary Kft. pályi telephelyére keres könnyű fizikai munkára operátorokat. Elvárás: 8 általános végzettség! Amit kínálunk: 8 órás munkaidő, ingyenes buszjárat, bónusz, szabad hétvégék, túlóra lehetőség. 06-30/194-0239

IX. KERÜLETI nagykereskedelmi vállalat tehergépkocsi vezetőt keres. Érettségivel rendelkező előnyben. Tel: 06-20/944-6579

BUDAPESTI munkásokat keresünk építőipari segédmunkára hosszú távra Tel.: 06-30/301-0898

TARGONCÁSOKAT és rakodómunkásokat keresünk jó kereseti lehetőséggel. Munkahely végzése Vác, szállás utazás biztosítva. 70/660-6419

ÉVES ÁLLÁSRA keresünk megbízható karbantartó-anyagbeszerzőt. Céges gépkocsi és telefon használatát biztosítjuk. Munkavégzés helye: Budapest. Fényképes önéletrajzot az alábbi e-mail címre kérjük küldeni: megacoop@t-online.hu

VAGYONŐRÖKET
keresünk, II. kerületi piac őrzésére.
Hosszú távra, teljes munkaidős foglalkoztatással, 700 Ft nettó óradíjjal.
Havi nettó fizetési keret: 150 000 HUF
Elvárás:
• érvényes vagyonőri igazolvány
• ápolt megjelenés
Jelentkezés: +36 20 432 8078

Budapesti takarító cég rész- és teljes munkaidőbe keres új munkatársat
TAKARÍTÓ pozícióba.
Jelentkezés: Az iroda@pedanteria.hu e-mail címre, vagy a 06 30 227 2884 telefonszámon.

AUSZTRIAI NIGHTCLUB hostess munkára keres csinos lányokat 19 éves kortól, top keresettel. Tel.: 00-43-664-599-96-95, 06-30/313-35-16

ARANY

Készpénzes exklusív felvásárlás!
arany: 9500 Ft/g-tól
ezüst: 350 Ft/g-tól
borostyán: 5000 Ft/g-tól
KARÓRA FELVÁSÁRLÁS
Kérem látogasson el hozzánk!
V. Szent István krt. 25.
06-70/608-6082

BÉCSI ARANYHÁZ
osztrák árakon vásárolunk
VII. Rákóczi út 10.
Tel.: 20/770-5000
www.becsiaranyhaz.hu
Arany: 9.000-15.000 Ft-ig
Festmény, Herendi bútor

ARANY, EZÜST

FAZONARANY.HU
arany:
10 500-15 000 Ft/g
borostyán akár aranyárban
EZ A KUPON 6000 FT-OT ÉR ÖNNEK!
Rákóczi GOLD
1074 Rákóczi út 84.
06-20/298-8168

AUTÓ

AUTÓFELVÁSÁRLÁS AZONNALI készpénzfizetéssel. Kérésre díjmentesen házhoz megyek. 06-30/682-1390

RONCSAUTÓ FELVÁSÁRLÁS! Sérült, motorhibás, lejárt okmányú autóját megvásároljuk 24 órán belül hivatalos adásvételi szerződéssel! +36-30/912-6976

BURKOLÁS

HIDEGBURKOLÁS, Tel.: 06-30/9442-754

EGYÉB

LOTTÓKALKULÁTOR ELADÓ. Ára: 1.000 Ft. Egymilliót nyerhet vele ingyen! iku@ikuworld.net, +36-20/3531-396

ELTARTÁS

FIATAL PÁR időskondozást vállal, és eltartási szerződést kötne. +36-70/408-3090

FAKIVÁGÁS

FAKIVÁGÁS alpintechnikával, területgondozás, bozótírtás, fűnyírás, hulladék elszállítással. Gerner Károly 30/255-4466

FESTÉS-MÁZOLÁS

SZOBAFESTÉS, tapétázás, mázolás olcsón, minőségben takarással, bútormozgatással Tel: 706-64-19, Mobil: 06-20/9877-273

FESTÉST, MÁZOLÁST, burkolást vállalok! Nyugdíjasoknak kedvezménnyel, bútormozgatással, takarítással! Tel.: 06-30/422-1739

Készpénzért vásárolunk! Kérem, jöjjön el hozzánk!
Órákat készpénzért vásárolunk!

CARTIER
Acél: akár 20 000 Ft
Arany: akár: 100 000 Ft

OMEGA CHRONOGRAPH
Acél: akár 300 000 Ft
Arany: akár 600 000 Ft

PATEK PHILIPPE
Arany: akár 4 000 000 Ft
Acél: akár 2 000 000 Ft

ROLEX OYSTER CHRONOGRAPH
Acél: akár 600 000 Ft
Arany: akár 1 500 000 Ft

PATEK PHILIPPE 1930-AS ÉVEK
Acél: akár 200 000 Ft
Arany: akár 400 000 Ft

OMEGA CONSTELLATION
Acél: akár 40 000 Ft
Arany: akár 200 000 Ft

I.W.C. SCHAFFHAUSEN
Acél: akár 250 000 Ft
Arany: akár 500 000 Ft

I.W.C. SCHAFFHAUSEN
Acél: akár 250 000 Ft
Arany: akár 500 000 Ft

Exkluzív üzletünk: Louis Galéria • II., Margit krt. 51–53.
Tel.: 316-3651, 06-30/944-7935 • E-mail: lakatos@mconet.hu
(A 4-es, 6-os villamosról a Mechwart liget megállónál kell leszállni)
A LOUIS GALÉRIÁBAN AZ ÉRTÉKBECSLÉS INGYENES!

Figyelem, Figyelem!
Február 21–22-én
9–18 óráig exkluzív felvásárlás!
Brilles antik ékszer felvásárlás extra magas áron!

Készpénzért vásárolunk:
– Sárga borostyán ékszereket
– Aranyat, ezüstöt, brilleket
– Régi, arany kar- és zsebórákat
– Dísztárgyakat szobrokat
Kérésre házhoz is megyünk!
Kimagasló áron keresünk eozinos Zsolnay tárgyakat!
Garantált 1 000 000 Ft!
Kérem jöjjön el hozzánk!
Budapest XIII., Hollán Ernő u. 4. (a Jászai Mari térnél)
Telefon: 350-4308, 06-70/884-4084

GÉP, SZERSZÁM

VÁSÁROLNÉK lakatos, bádogos gépeket, élhajlítót, fúrógépet, gépsatut, üllőt, CO hegesztőt, műszerészesztergát, marógépet, kompresszort, invertert, kis gépeket. 06-70/6026-229

HÁZTARTÁSI GÉPEK

MOSÓGÉPEK ÖSSZES típusának javítása 4 órán belül, 1 év garanciával. Tel.: 389-8073, 06-20/9105-311

INGATLAN

ingatlanROBOT.hu
Hirdess a ROBOT-on!

PÉTERIBE, BUDAPESTTŐL 20 km-re, a reptértől 15 perc távolságban (4-es elkerülő péteri lehajtójától nem messze) eladó 1168 m² építési telek. LK5 építési övezeti besorolású. 30% a beépíthetőség. Maximum 2 lakásos sorházat lehet rá építeni. A telek oldalhatáros. Minden közmű az utcában van. Érd: 06-70/866-6821

BUDAPESTEN 1-2 szobás végrehajtásos, felmondott hiteles ingatlant keresek. Tel.: 06-70/328-5770

ELADÓ BUDAKESZIN (Nagyszénászug) 609 nm-es telek emeletes faházzal. Villany, víz az udvarban. Irányár: 6.5 M Ft. Tel.: 06-20/381-7021

KÁDFELÚJÍTÁS

KÁDFELÚJÍTÁS HŐKEZELÉSSEL , 5 év garanciával. Akció: fehér 20000.-Ft. Műanyag kádak is! Tel.: 240-9637, 06-30/989-4284

KÖNYV

TELJES KÖNYVTÁRAKAT, régi és modern könyveket (idegen nyelvűeket is) könyvgyűjteményeket, levelezőlapokat, CD-ket, hagyatékot korrekt áron vásárolunk Budán is. Díjtalan kiszállás! NOSZTALGIA ANTIKVÁRIUM 1136 Budapest, Pannónia u. 26. Tel.: 06-30/950-8324, 339-8200, ifj. Nagy László.

RÉGI KÖNYVEK, könyvtárak, hagyatékok vétele magas áron. Díjtalan kiszállással házhoz megyünk. FONT ANTIKVÁRIUM 1062 Bp., Andrássy út 56. Tel.:332-1646 Nyitva: 10-18-ig. E-mail: fontantikvarium@gmail.com

LAKÁSFELÚJÍTÁS

VIZES , salétromos, megrepedt falak, kémények helyreállítása, tetők javítása. Festés, burkolás, kőműves munkák. Parkettázás, szigetelés. Injektálás. 20 % kedvezmény, ingyenes felmérés, kiszállás. 10 év tapasztalattal. Tel: 06-20/432-6325

HIDEGBURKOLÁS , festés, gipszkartonozás, teljes lakásfelújítás, új ház építése. Tel.: 06-30/629-5673

ÉPÍTŐIPARI KFT. vállal: Teljeskörű lakásfelújítást, családi ház- építést, átalakítást, tetők ácsolását, melléképület felújítást, bontást, hőszigetelést, burkolást, támfalépítést, gipszkartonszerelést, festést, mázolást, tapétázást, térkövezést. Akár anyagbeszerzéssel is. 70/420-1461

MUNKA

PAPÍR-RÉGISÉG

BÉLYEGET, KÉPESLAPOT, régi pénzt, régiséget vásárolunk.Bp. VI., Andrássy út 16. Ny.: H-Sz 10-17, Cs: 10-19, Tel.: 266-4154

REDŐNY-RELUXA

AKCIÓK!

Műanyag és alumínium redőnyök 5% kedvezménnyel!

REDŐNY JAVÍTÁSOK.
Szúnyoghálók -5%!
Napellenzők akciós áron!
Tel.: 06-1/2624-724
06-30/209-5987, 06-1/409-2229
www.hoffmannredony.hu

RÉGISÉG

RÉGISÉGEIMET MAGÁNEMBEREKNEK ELADOM! Antik festmények, csillárok stb. Tel.: 06-20/9718-229

FELVÁSÁRLÁS! HAGYATÉKBÓL származó egyszerű használati tárgyakat, poharakat, tányérokat, készleteket, hűtőszekrényt, fali tányérokat, karórát, fali órát (üzemképtelent is), mosógépet, centrifugát, könyveket, csillárokat, porcelánokat, vitrintárgyakat (olcsóbbat is), képeket, szekrénysort, bútorokat, dunnát, párnát, valamint teljes hagyatékot vásárolok. Azonnal fizetek. Tel.: 06-30/396-4495

SZARVASAGANCS

SZOLGÁLTATÁS

LAKATOSMESTER! Zárnyitás, zárszerelés, rácsok, kapuk, kerítések készítése, lakatosmunkák. Tel.: 06-30/299-1211

SZŐNYEG, KÁRPIT

MINŐSÉGI SZŐNYEG- és kárpittisztítás! Melegvizes mélymosás, vegytisztítás, szegés, javítás. Háztól-házig 2 nap alatt! www.szonyegexpressz.hu, 06-1/280-7574, 06-30/94-94-360

TETŐ

MAGAS ÉS LAPOSTETŐK kivitelezését, felújítását, javítását, szigetelését, ezek bádogosmunkáit vállalom! 35 év gyakorlattal! Tel.: 06-20/92-68-321

PALATETŐK BONTÁS nélküli felújítása, laposetők csapadékvíz elleni szigetelése. 12 év vízzárósági garancia. Ingyenes felmérés és árajánlat készítés. Bodó Gábor www.palatetok.hu 06-30/2277-082

TOLLTISZTÍTÁS

Tolltisztítás

Paplan, párna készítés

Elhasznált ágynemőjéből a pelyhet, tollat korszerű német technológiával kitisztítva, és új pehelybiztos anginba töltve gyönyörű paplant, párnát készítünk Önnek, igen kedvező áron!

20/402-9130

Háztól-házig szolgáltatásunk igénybevételéhez kérje ajánlatunkat!

www.paplanszerviz.hu

Ne éljen fogak nélkül!

Jó hír a páciensek számára, hogy nem kell ezentúl a foghúzás után fogak nélkül élni. Az azonnali terhelésű implantátumok egy életen keresztül helyettesítik a sérült fogakat. A fogpótlások rögtön felkerülnek és szükség esetén hat hónap után cserélhetők porcelán, végleges pótlásra. A műgyökerek stabilizálását és rögzítését maga az elsődleges funkcionális híd végzi. Van, hogy a híd már a beültetés előtt elkészül. A minta ilyenkor 3D-s Ct felvétel alapján készül, és az operációt is előre elkészített sablon segítségével végzik. Más esetben a fogbeültetés műtétet követően rögtön lenyomatot vesznek és a következő napokban kerülnek beragasztásra a fogak. Fél év múlva mindkét esetben javasolt véglegesíteni a pótlásokat.

Bár az implantáció nem olcsó, de ez a módszer reménytelenül kevés csont esetében is alkalmazható. A hagyományos eljárások már nem, vagy csak a sokkal drágább csontpótló műtétekkel kombinálva hajthatók végre, ami a kezelés befejezését fél, egy évvel meghosszabbítja.

Ezt a módszert nem végzik minden rendelőben, de a HungaroDental páciensei részére évente egyszeri ingyenes konzultációs lehetőséget biztosít, amely során ez a téma is megbeszélésre kerülhet.

FOGÁSZATI CENTRUM HUNGARODENTAL

Azonnal terhelhető implantátumok akár altatásban is.

A Hungarodental az egyik legrégebbi altatásos fogászat.

www.hungarodental.hu

06 30 9503 107

TŰZIFA

HASÍTOTT TÜZIFA: tölgy, akác, szén 3000 Ft, kiszállítással. Tel.: 06-20/523-0516

ÜDÜLÉS

TÉLI AKCIÓ!!! Apartmanokban, fürdő 50 m. 6 nap 5 éj szállás, 5 félpanzióval, garázzsal, wifi, idegenforgalmi adóval CSAK 21.750 Ft. http://hajduszoboszlo.jaszbere.hu Tel.: 30/3817941

MEZŐKÖVESD GYÓGYFÜRDŐN 3 nap/2 éj félpanzióval 9.800.- ; 6 nap/ 5 éj 24.500.- Tel.: 06-49/312-251, www.fenyo-panzio.hu

SÉRVPANASZOK

Műtét nélküli kezelése!

EGYEDI MÉRETRE KÉSZÜLŐ SÉRV- ÉS HASKÖTŐK, TÖKÉLETES VÉDELMET NYÚJTANAK MINDEN SÉRVRE!

Rendszeres fogadóórát tartunk Budapesten, a Rottenbiller utca 24. (VII. ker.) Materia Medica Gyógyszertárban, Minden kedden, 13:30-15:30 h között.

Előzetes időpontegyeztetéssel az alábbi címen: Spranz Kft. 2097 Pilisborosjenő, Fő út 3.
Tel.: 06 (26) 336-122 és 06 (26) 336-322
E-mail: info@spranz.hu
www.spranz.hu

Dinasztiánk harmadik generációja vagyok, aki folytatja a több évtizede tartó családi hagyományt, a szép tartós értékek felkutatását, felvásárlást. Édes-apám a legnagyobb ékszerkereskedő. A tőle tanult sok évtizedes tapasztalatot és az 5-ös minősítésű bizonyítványomat, nemcsak magánszemélyek, de a szállodák is igénybe veszik. Az üzleti élet alapja a becsület! Hiszem, hogy a tisztességes magatartásnak van jövője!
Komoly érdeklődők megkeresését örömmel várom.

Arany, ezüst, briliáns felvásárlás!

Az árváltozás jogát fenntartjuk!

HISZEM, HOGY A TISZTESSÉGES MAGATARTÁSNAK VAN JÖVŐJE!

BUDAPEST FELVÁSÁRLÁS

1117 Kőrösy József utca 7-9.
Fehérvári úti Vásárcsarnok fsz., PORCELÁN ÉS EZÜST ÜZLET (virág soron)

Nyitvatartás: H–P: 10^{00}–17^{00}
06-1/209-4245, 06-20/200-6084
dinasztiagaleria11@gmail.com

POLIKARBONÁT TETŐK

20 éves szakmai tapasztalattal!

Ingyenes helyszíni felmérés
Szabolcs István 30/9 503 186

Kikapcsoló

„Jó, legyen újra ARÉNA!”

Koncz Zsuzsa dalai minden korban aktuálisan a mához szólnak – ráadásul egyáltalán nem elérhetetlen legenda, hiszen koncertjeivel folyamatos és eleven kapcsolatot tart fent közönségével. 2017. március 11-én tizenegyedik alkalommal lép színpadra a Papp László Budapest Sportarénában.

MIKOR ÉS HOL?

KULTURÁLIS PROGRAMAJÁNLÓ

Február 11., szombat

18.00 Anyajegy

Bábelőadás 16 éven felülieknek. Helyszín: Marczibányi téri Művelődési Központ (II. ker., Marczibányi tér 5/a.)

Február 12., vasárnap

10.00 Zene Zénó kalandjai Hangszerországban

Ismeretterjesztő, tematikus koncertsorozat. Az Abacusan Stúdió matiné koncertsorozatában a Budapest Ragtime Band és az egyes előadások tartalmához igazodóan a komoly- és könnyűzene világának számos területéről hívott barátaik mutatják be zenei betétek és tréfás zenei vetélkedők segítségével a hangszerek világát. Helyszín: Eötvös10 (VI. ker., Eötvös u. 10.)

18.00 Valentin napi Gájer Bálint koncert

Helyszín: Klauzál Gábor Budafok-Tétényi Művelődési Központ (XXII. ker., Nagytétényi út 31-33.)

Február 14., kedd

9.00-14.00 Vöröskereszt jótékonysági vására

Helyszín: Klauzál Gábor Budafok-Tétényi Művelődési Központ (XXII. ker., Nagytétényi út 31-33.)

Február 15., szerda

15.00 Nosztalgia táncklub Bakacsi Bélával

Helyszín: Eötvös10 (VI. ker., Eötvös u. 10.)

18.30 Egzotikus Ázsia - Balitól a Maldív-szigetekig

Dr. Juhász Árpád geológus, televíziós főszerkesztő filmvetítéssel egybekötött előadás-sorozata. Helyszín: Eötvös10 (VI. ker., Eötvös u. 10.)

Február 17., péntek

19.00 Irodalmi kávéház

A galéria ezen az esten kávéházzá alakul, ahol kellemes hangulatban, kávé és tea mellett, az asztalokon elhelyezett irodalmi étlapról lehet rendelni. Verspincér: Vida Péter színművész. Helyszín: Óbudai Kulturális Központ (III. ker., San Marco utca 81.)

Február 18., szombat

13.00 III. Latin-amerikai fesztivál

Dél-amerikai országok zenéiből, táncaiból és gasztronómiai világából kapunk kóstolót. Fellépők: La Movida; afrocubano tánc: Gaby Galindo Ruiz; argentin tangó: Lukas Molina Gazcon és Somos Judit; mexikói mariachi: Jesus Augusto Banuelo; perui tánccsoport

17.30 A délutánt filmvetítés zárja: Havanna, szeretlek!

A belépés díjtalan. Helyszín: Csillaghegyi Közösségi Ház (III. ker., Mátyás király út 11-15.)

19.00 Premecz Mátyás Organ Trio

Premecz Mátyás neve a hazai közönség számára két dologgal forrt össze: lendületes zenekarokkal és egy óriási Hammond orgonával. Triójával túlnyomó részt saját szerzeményeket adnak elő, stílusuk egészséges keveréke a jazznek, a bluesnak és néhol a funknak, és tetten érhetőek a nagy előadók. Helyszín: Budavári Művelődési Ház (I. ker., Bem rakpart 6.)

Február 19., vasárnap

16.00 Abigél titkai – Szabó Magda 100

Töredékek az írónő életműveből. Piros Ildikó Kossuth- és Jászai Mari-díjas színművésznő önálló estje az írónő születésének 100. évfordulója alkalmából. Helyszín: Marczibányi téri Művelődési Központ (II. ker., Marczibányi tér 5/a.)

Február 20., hétfő

18.00 Dokumentumfilmklub: Ifjabb Bibó István

Helyszín: Eötvös10 (VI. ker., Eötvös u. 10.)

Február 22., szerda

18.30 ElőadáSOKK - Szabadulás a beszorultság érzésétől

Előadó: dr. Buda László pszichiáter, pszichoterapeuta. Helyszín: Eötvös10 (VI. ker., Eötvös u. 10.)

Február 24., péntek

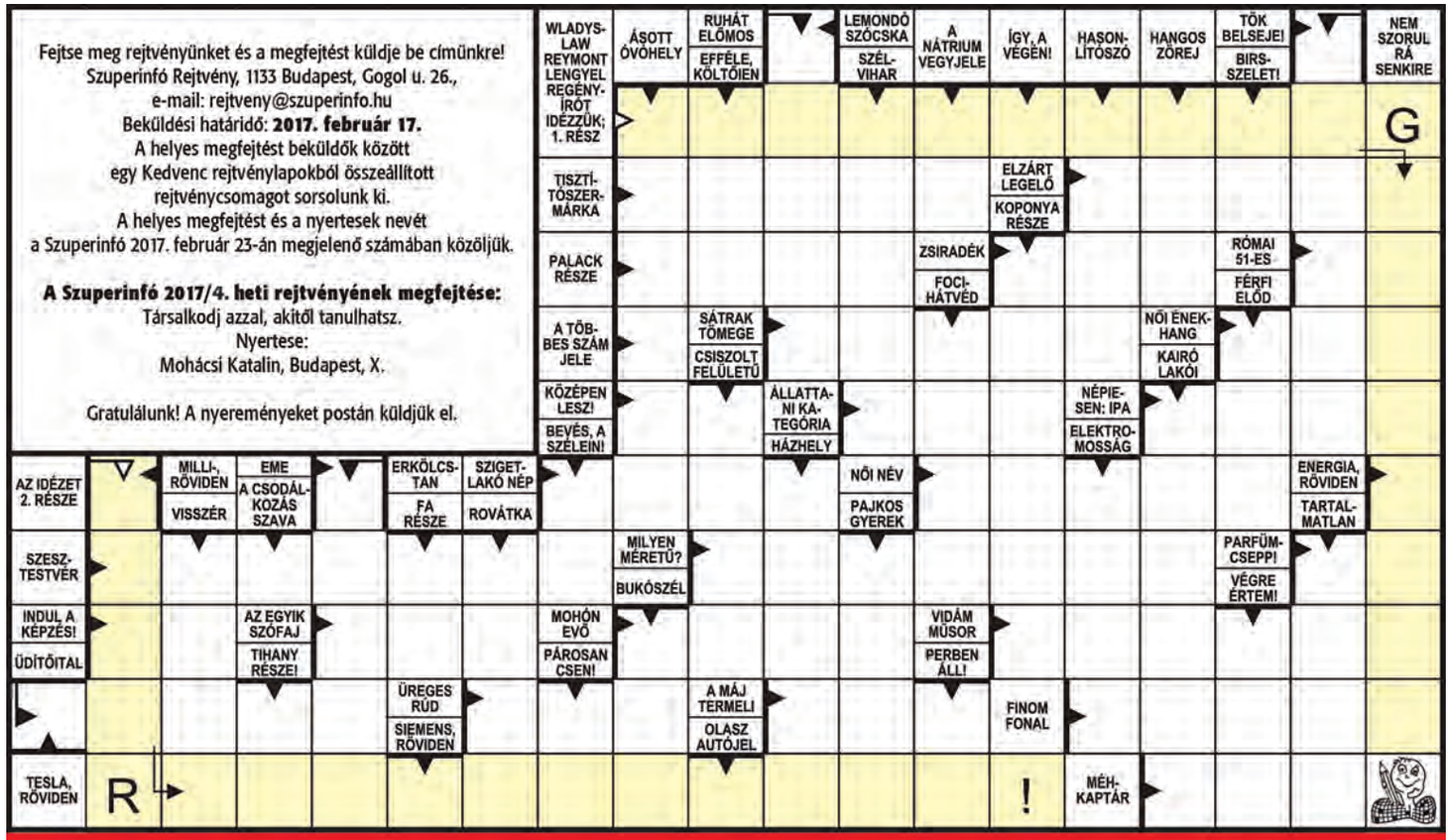
17.00 Színházi kulisszák mögött

„Alma meg a fája” sorozat - Dévay Camilla és Udvaros Dorottya. Szülők és gyerekeik, akik nemcsak örökölték anyáik, apáik tehetségét, de vállalják is azt. Helyszín: Békásmegyeri Közösségi Ház (III. ker., Pethe Ferenc tér 2.)

Fejtse meg rejtvényünket és a megfejtést küldje be címünkre!
Szuperinfó Rejtvény, 1133 Budapest, Gogol u. 26.,
e-mail: rejtveny@szuperinfo.hu
Beküldési határidő: **2017. február 17.**
A helyes megfejtést beküldők között
egy Kedvenc rejtvénylapokból összeállított
rejtvénycsomagot sorsolunk ki.
A helyes megfejtést és a nyertesek nevét
a Szuperinfó 2017. február 23-án megjelenő számában közöljük.

A Szuperinfó 2017/4. heti rejtvényének megfejtése:
Társalkodj azzal, akitől tanulhatsz.
Nyertese:
Mohácsi Katalin, Budapest, X.

Gratulálunk! A nyereményeket postán küldjük el.



Ajándékozzon előfizetést! www.kedvencwebaruhaz.hu

Apróhirdetése a 8-9. oldalon!

Kikapcsoló

Új országos zenei tehetségkutató indul

Könnyűzenei tehetségkutatót hirdettek meg Fülesbagoly Tehetségkutató néven. A díjak között fesztiválokon és népszerű zenekarokkal közös fellépések, valamint stúdiózás és sajtómegjelenések szerepelnek. Az előválogatót követően a döntőt április 22-én tartják Martonvásáron.

Jackie

A First Ladyt, Jacqueline Bouvier Kennedyt a világ egyszerűen csak Jackie-ként ismerte meg. Az amerikai történelem egyik legfiatalabb elnökfelesége volt, mindössze harmincegy éves, amikor Kennedyt beiktatták. Az egész ország rajongott érte, nagy szerepe volt abban, hogy JFK elnöksége alatt gyökeresen megváltozott az amerikai közvélemény viszonya a Fehér Házhoz és az elnöki párhoz.

A fiatal, vonzó és intelligens nő felfoghatatlan nyomás alá került 1963 novemberében: dallasi látogatásukkor lelőtték közvetlenül mellette ülő férjét az őket szállító autóban. A férfi elvesztését követően Jackie-nek felül kellett emelkednie a személyes gyászán.

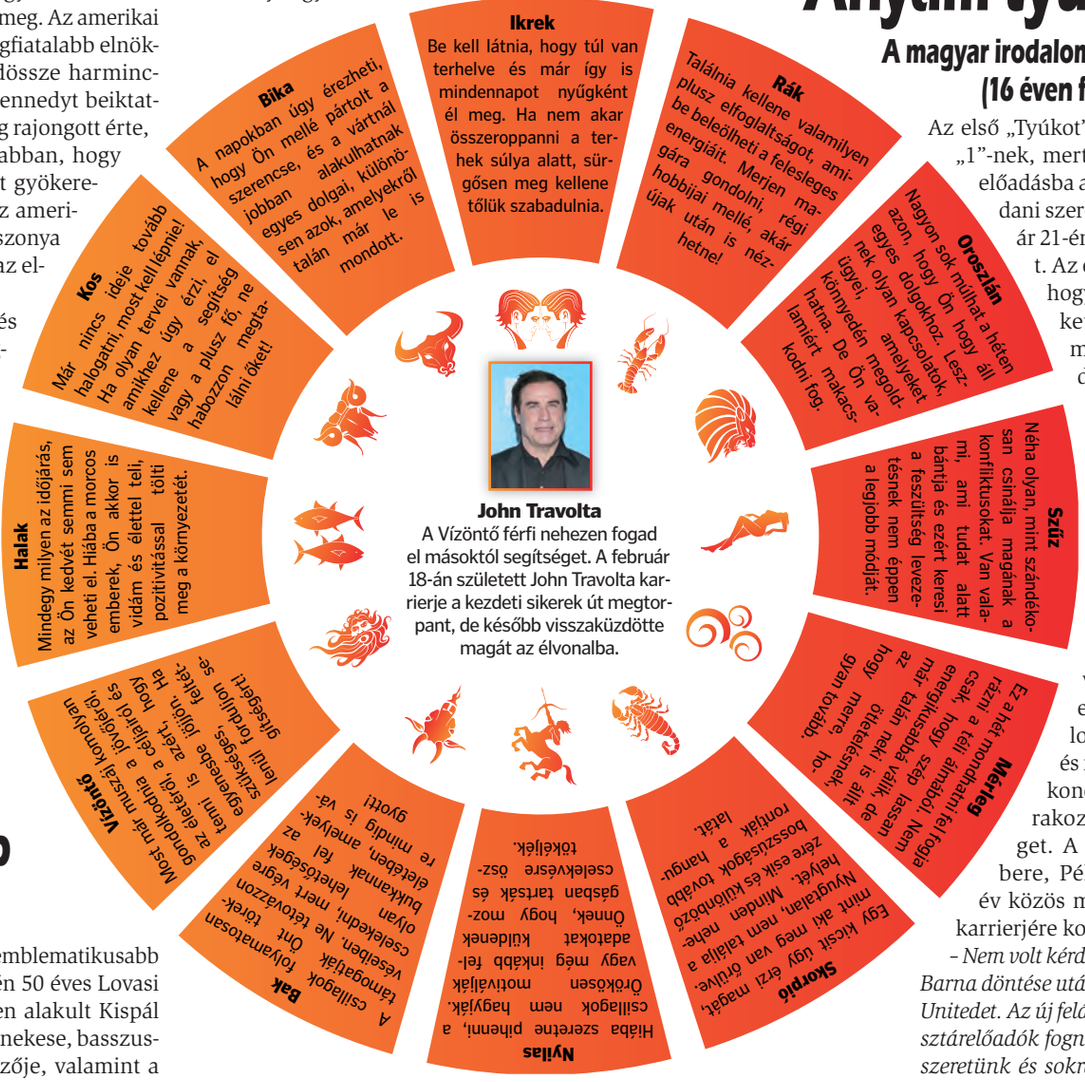
Fotó: MTI/Szigetvári Zsolt

Anyám tyúkja (2.)

A magyar irodalom kötelező versei (16 éven felüliek számára)

Az első „Tyúkot" azért neveztük el „1"-nek, mert a fele sem fért az előadásba annak, amit elmondani szerettünk volna. Január 21-én bemutatjuk a „2"-t. Az elsőnél kérdés volt, hogy érdekli-e nézőinket az, ha verseket mondunk. A másodiknál az a tét, hogy ne ugyanazt a bőrt húzzuk le másodszor is a rókáról.

Az Örkény Színház előadását Mácsai Pál rendezte, a verseket Várady Szabolcs válogatta.



LOVASI – az első 50 év legjobb dalai

Az ország egyik legemblematikusabb frontembere, az idén 50 éves Lovasi András, az 1987-ben alakult Kispál és a Borz együttes énekese, basszusgitárosa és dalszerzője, valamint a 2005-ben alakult Kiscsillag zenekar gitárosa, énekese-zeneszerzője teljes életművét átölelő koncertet ad november 11-én az Arénában.

Lovasi 16 nagylemezt jegyző szerzői-előadói munkássága első 50 évének legfontosabb, legnépszerűbb dalai valódi Aréna-hangulatban, látványos színpadi elemek kíséretében kerülnek színpadra ezen az estén.

A vendégek között ott lesz Kispál András és Dióssy Ákos is, hogy a Kispál-univerzum legfontosabb dalai is elhangozhassanak, és persze a Kiscsillag legénysége mellett Lovasi pályájának minden fontos alkotótársa is meghívót kapott aznapra.

United Experience

A United együttes eredeti tagjaiból álló alapzenekar a hazai popzenei élet legtehetségesebb előadóit hívja meg vendégként, hogy együtt minden alkalommal egy egyszeri és megismételhetetlen koncertélménnyel szórakoztassák a közönséget. A zenekar frontembere, Pély Barna tizenhét év közös munka után egyéni karrierjére koncentrál.

– Nem volt kérdés számunkra, hogy Barna döntése után is tovább vigyük a Unitedet. Az új felállásban olyan hazai sztárelőadók fognak énekelni, akiket szeretünk és sokra tartunk. Emellett fontos szempont volt a kiválasztásnál az, hogy valami pluszt tudjanak hozzátenni a United slágerekhez – fejti ki Mits Gergő.

SZUPERINFÓ IMPRESSZUM

Kiadó: Mobil Lap Kiadói Kft. 1133 Budapest, Gogol utca 26.
• Szerkesztőség: szerkesztoseg@szuperinfo.hu • A kiadásért felel: A kiadó ügyvezető igazgatója
• Főszerkesztő: Lizák Anna • Szerkesztő: Budai Klára • Tördelés: Tárczné Fülöp Hajnalka, Goldstein Eszter
• Hirdetésfelvétel: hirdetes@szuperinfo.hu, 1133 Bp., Gogol utca 26. • Tel.: 887-0707, fax: 887-0777
• Terjesztés: terjesztes@szuperinfo.hu • Nyomtatás: Pannon Lapok Társasága Kiadói Kft.
Székhely: 8200 Veszprém, Házgyári út 12. • Felelős vezető: Horváth Gábor

ÚJSÁGUNK KÖRNYEZETBARÁT, ÚJRAHASZNOSÍTOTT PAPÍRRA KÉSZÜL

A Kiadó a megjelentetett hirdetések tartalmáért, azok valódiságáért, harmadik személyeknek okozott jogsérelemért felelősséget nem vállal, az ezzel kapcsolatos jogvitákból keletkező következményeket és hátrányokat a Megrendelőre hárítja.

... az Ön kéménye biztonságos? kemeny2015@gmail.com • 06-30/959-3204
Teljes körű megoldásokkal szolgálunk kémény-építés, kéménymagasítás, kémény-felújítás

Életmód

Nem élhetünk állandó stresszben!

Az állandó stressz hatása az agy mélyen fekvő régiójára kulcsszerepet játszik a szívinfarktus megnövekedett kockázatában. A szakemberek úgy vélik, hogy a stressz ugyanolyan fontos tényező lehet, mint a dohányzás és a magas vérnyomás, és az érintett betegeknek segíteni kell stresszoldásban.

Ne hanyagoljuk el a szűrővizsgálatokat!

A szűrővizsgálatok fontosságára hívja fel a figyelmet a Magyar Rákellenes Liga, kiemelt hangsúlyt helyezve a prosztatarákra.

A férfiak húgy-ivarrendszeri problémái között vezető helyet foglalnak el a prosztata (dülmirigy) betegségei. Ezek közül a prosztatagyulladás, a prosztata jóindulatú megnagyobbodása és a rák (rosszindulatú daganat) a leggyakoribbak.

Magyarországon a férfiak körében a harmadik leggyakoribb daganatos halálok a prosztatarák. Évente mintegy négyezer új esetet diagnosztizálnak és 1400-1600-an veszítik életüket a betegség miatt, pedig az időben felfedezett prosztatarák gyógyítható.

A kezdeti állapot többnyire tünetmentes. A panaszok megjelenésekor a tünetek ugyanazok a jó- és a rosszindulatú megbetegedéseknél: gyakori vagy nehezen induló vizelés, a vizelet-visszatartás nehézsége, gyenge vagy időnként megszakadó vizeletsugár, fájdalmas érzés vizelés közben, továbbá vér megjelenése a vizeletben vagy az ondóban.

A gyógyulás esélye nagyban függ a felismerés idejétől.

Mi a különbség az ételallergia és az intolerancia között?

Az ételallergiások száma folyamatosan nő, ami főként a helytelen táplálkozásnak és a stressznek köszönhető, de szinte minden ember küzd egy bizonyos szintű intoleranciával némely ételtől szemben. Ezeket a szervezet nem tudja megemészteni, ezért különböző testi tüneteket produkál.

Azért fontos elkülöníteni a kettőt, mert az ételallergia sokkal veszélyesebb, akár halálhoz is vezethet, ha nem veszik észre és nem kezelik időben.

Míg az intolerancia tünetei előidéznek néhány kellemetlen percet, addig az allergia komoly rosszullétek okozója is lehet.

A tünetek elég kellemetlenek lehetnek, ezért ha a következőket észleljük magunkon, akkor mindenképpen keressünk fel egy hozzáértő szakembert:

- a száj zsibbadása
- a bőr viszketése
- csalánkiütés – gyorsan kialakuló, piros foltok a bőrön
- az ajkak, az arc, a nyelv és a torok, vagy akár a test egyéb részeinek megduzzadása
- ziháló légzés
- az orrnyálkahártya megduzzadása, súlyos esetben légzési nehezítettség
- hasi fájdalom
- hasmenés
- émelygés, hányás
- szédülés
- ájulás
- ekcéma
- bőrmegvastagodás (durva felszínű)

Az allergiát gyakorlatilag bármi kiválthatja, de a leggyakoribbak a tojás, a hal-, illetve rákfélék, a tehéntej, a búza, az olajos magvak és a szójabab.

Ha megtudtuk, mely ételek okozzák a kellemetlen tüneteket, akkor jön csak a neheze: a teljes életmódváltás.

A rovat a Bien.hu együttműködésével készült.

„Az üzleti élet alapja a becsület”

30 éve ebben a szellemben végzem felvásárlói tevékenységemet. Büszke vagyok arra, hogy 5-ös minősítésű szakmai tevékenységemet nemcsak hazai magánszemélyek, hanem szállodák is igénybe veszik. Tisztességes üzleti szellemmel az ország bármely pontján felvásárolok akár teljes hagyatékot is.

Lakatos Lajos (szakképzett műtárgykereskedő)

KÉSZPÉNZÉRT VÁSÁROLUNK! KÉREM, JÖJJÖN EL HOZZÁNK!

Minden pénzt megfizetünk a régi brilles fülbevalóért! akár 100 000–5 000 000 Ft-ig (a brillkő méretétől függően)

Ezüsttárgyakért kimagasló árat fizetünk készpénzben!

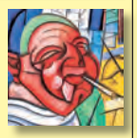
A HÍR IGAZ!!! A sárga golyós borostyánt súlytól függően 50 000–100 000–200 000–300 000 Ft-ért vásároljuk!!

Korall ékszereket vásárolunk! 2 000 000–400 000 Ft

Csak a piros golyós érdekel!

1000–3000 Ft/g-ért vásároljuk csak ezt a típust! Minél nagyobb, annál jobb!

Festményeket keresek! Scheiber Hugó műveit keresem!



Művektől függően 300 000–2 000 000 Ft-ig!

Törtarany és fazonarany felvásárlás!

Fogaranyat (foggal együtt is!)

Fazonarany: 8000–18 600 Ft/gr

Törtezüst, fazonezüst: 170–1000 Ft/gr

Az árváltozás jogát fenntartjuk.

Bármilyen, régi eozinmázas körpecsétes Zsolnay porcelánt megveszünk kimagasló áron! Töröttet is! 1 000 000–5 000 000 Ft-ig

Órákat készpénzért vásárolunk!

Patek Philippe Arany: akár 4 000 000 Ft Acél: akár 2 000 000 Ft

Omega Chronograph Acél: akár 300 000 Ft Arany: akár 600 000 Ft

I.W.C. Schaffhausen Acél: akár 250 000 Ft Arany: akár 500 000 Ft

Briliáns ékszereket vásárolunk! brossokat briliánssal 300 000–2 000 000 Ft

Arany zsebóra 250 000 Ft–600 000 Ft

Tekintsék meg megújult weblapunkat: louisgaleria.hu

A Louis Galériában az értékbecslés ingyenes!

Exkluzív üzletünk: Louis Galéria: Budapest II. Margit krt. 51–53.

Tel.: 06-1/316-3651, 06-30/944-7935 • E-mail: lakatos@mconet.hu

UTAZZON A LEGJOBB ÁRON! – KEN-EDI TRAVEL • Tel: 278-2156 hirdetés az 5. oldalon