

A látás hónapja



Optikai Szalon

XVII. Pesti út 170/B.

Telefon: 257-3089

Ny: H-P 9.45-17.45; szemvizsgálat: 15-17



**Októberben
ingyenes
szem-
vizsgálat**

**Multifokális lencsék
3850 Ft/db**

www.hh16.hu

HELYI

Az első kerületi laphálózat



INGYENESEN TERJESZTVE a XVII. kerületben,
Pécelen, Maglódon, Ecseren és Gyömrőn

Erdőszél helyett konténer

Jól sikerült az önkormányzat által szervezett ingyenes konténeres hulladékgyűjtő akció. Október 6-tól 10-ig öt helyszínen adhatták le a kihelyezett konténerekbe a kerületi lakosok a feleslegesé vált lomot, építési törmelékét.



Az emberek örültek a kezdeményezésnek, és szeretnék, ha többször lenne lehetőség az év közben összegyűlt lomot, sítet kirakni. A lakótelepeken és a családi házas övezetekben is nagy népszerűségnek örvendett a konténerek elhelyezése.

Folytatás az 5. oldalon

Új játszóterek a kerület

Birtokba vették a gyerekek a Fackh Károly

Kilenc játszótér készül el idén az önkormányzat játszótér-építési és felújítási programjának keretében. Van ahol a meglévőket fejlesztik, korszerűsítik, máshol pedig teljesen újakat építenek. Ez utóbbira példa a Rákosliget és Rákoscaba-Újtelep határán lévő Fackh Károly tér, ahol október 3-án vehették birtokba a gyerekek az új játszótér. Az itt lakók nagy álma valósult meg ezzel, hiszen már régóta szeretnék volna, hogy játszótér létesüljön a környéken. Tavaly aláírásgyűjtésbe kezdtek ennek érdekében, s idén ősszel megvalósult a beruházás, s a játszótér mellett parkrendezésre is sor került.

Folytatás a 3. oldalon



**S O S
TERÁPIA
ALLERGIÁSOKNAK**

Cikkünk

az 5. oldalon olvasható

Hobler
fatelep 2 az 1-ben

megbízható minőség!

komplett tetőre egyedi ajánlat

gerenda, palló, deszka, tetőléc

lambéria, hajópadió, gyalult deszka

OSB lemezek, tetőzsinde, szegek

faanyagvédelem, fuvarszervezés

választék bővítés!

akác kerítéselem, oszlop

szőlő- és paradicsomkaró

borovi kerítéselem

ajtó és ablakfrízek

asztalos borovi termékek

AKCIO olcsó 2 m-es zsalu deszka * ZSALU PALLÓ ÉS GERENDA * 3 m-es tetőléc
4 m alatti lambéria, hajópadió

AKCIO

Csömör, Major út: 06-28-445-276 Honlap: www.hobler.hu

Asztrológia • Horoszkóp



Igazi Kincses műhely nyílt Rákoskerten

Október 11-én kézműves-foglalkozásokkal nyitotta meg ajtaját Rákoskerten, a Berký Lili utca 44. alatt a Kincsesműhely. A varázslatos, mesebeli környezetben igazi kincsek kerültek ki kicsik, nagyok kezei közül. A papírból, csuhéból, kavicsból, gyapjúból, termésekből és egyéb izgalmas alapanyagokból készült gyönyörűségeket október 13-tól bárki elkészítheti, ha részt vesz a Kincsesműhely valamelyik programján. A foglalkozásokra minden hétköznap délután szeretettel várnak minden gyereket és felnőttét is. Az őszi szünetben is érdekes programokon vehetnek részt a gyerekek. November 15-től minden szombat délelőtt különleges adventi készülődés lesz, ahol mindenki elkészítheti saját ajándékát szeretteinek, vagy alkothat karácsonyi díszeket az otthonába. A részletes programról és az időpontokról a műhelyben, vagy a 06-20-999-5124-es telefonszámon lehet felvilágosítást kapni. F. É.

Sikeres volt a konténeres szemétgyűjtés



Folytatás az 1. oldalról

Rákoskerten 14, a rákoscsabai Piac téren 10, a rákosligeti Fackh Károly téren 10, a kereszttúri Pesti úton 10, a rákoshegyi Szabad Május téren pedig 18 konténert töltöttek meg a környéken lakók.

Sokakban viszont továbbra sem tudatosult, hogy a veszélyes hulladékot nem lehet kirakni, így autógumit, olajat, festéket sem. Rákoshegyen a Szabad Május téren

azt tapasztalták az ott élők, hogy egy közeli házból a feleslegessé vált bútorokat ugyan a konténerhez vitte az egyik lakó, de a közeli szelektív szigethez több olyan szemetet, pl. autógumit rakott le, amit tilos.

Ennek ellenére a hulladékgyűjtés nagyon népszerű volt a lakosság körében, az önkormányzat jövőre is szervez majd hasonló akciókat. Legalább ez a szemét nem az erdőszélekre került... Sz. B.

Meal Stage – a házias gyorsétterem

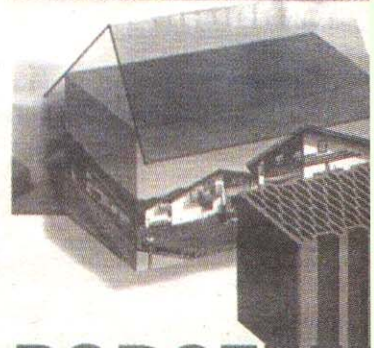
Szeptembertől új étteremmel bővült Rákosmentén: a Pesti úton, a kastély és a polgármesteri hivatal közötti üzletsoron nyílt meg a Meal Stage gyorsétterem, mely neve ellenére sokkal inkább családias hangulatúval, házias ízeivel nyeri el vendégei tetszését. A belső hangulatot a nyitott konyha mellett egy hatalmas akvárium és a szép falfestmények határozzák meg, no meg, a serpenyők felől áradó illatok. Szinte minden – kivétel tán a csirke és pulyka saslik – frissen és pillanatok alatt készül el. A választék ínycsiklandó, húsfalók és vegák egyaránt megelégednek a kedvükre valót. Happy cheese, Fitness, Focaccia con pollo, Csi-

becsapat, Hot flyers, souvlaki, gyros, saslik, falusi saslik, Super brie tál, gyros, hamburger, hot dog. Desszertnek egy bécsi különlegességet, a mákos vaníliás öntetű gőzgombócot ehetjük, utána üdítő, esetleg alkoholmentes sör, vagy tea, befejezésépp pedig egy csodálatos Dallmayr kávékülönlegességet ajánlunk. Az árak maximum háromjegyűek, és 250 Ft-nál indulnak, és mindennap 10-22 óra között várják a vendégeket. A három rákosmenti fiatalember, akik működtetik az éttermet, nyárra már teraszt álmodtak a vendéglő elé, és nagyobb rendelés esetén már most is vállalják a házhozszállítást. Próbálja ki, és Önnek is törzshelye lesz a Meal Stage!



CSAK 16

az optimális ép



POROTHERM

Ami a POROTHERM® N+F építési rendszer tud, az nem mind. A POROTHERM®44 N+F a szenzációs új falazóblokk. Az erev felülmúló hősziget

Építőanyag, **NEDALI** Schiedel kémény. KÍNÁLATUNK BŐVÜLT: betonáruk, szigetelőanyag.

Megnyitottuk új 1165 Bp., Újszász

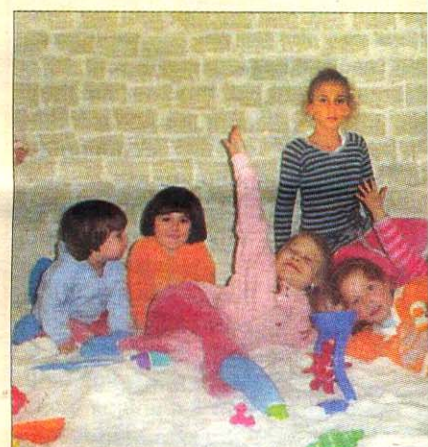
1164 Bp. Cinkota, Vidámvásár. Nyitva tartás: H-P: 7-17-ig.

SOS terápia allergiáért

A gyógyulni vágyók egymás kezébe adják a kilincset a XVI. kerületben (Mátyásföldön) megnyitott speciális sóbarlangban. A csodálatos helyiségben 13 tonna só építettek be, melynek egy része Holt-tengerből, a másik része pedig a lengyelországi Wieliczka sóbányából származik.

Aki belép ebbe a sóbarlangba, úgy érzi, hogy különleges mesevilágba, egy miniatűr cseppkőbarlangba csöppent. Már az első benyomás is feledhetetlen, mert a só köztudottan gyógyító hatása, de a kristályai mesésépek is. Só, só, só és só mindenütt. A falakban sötétglák sorakoznak, a padlót só borítja és a mennyezetet só-cseppkövek alkotják.

A folytatás pedig méltó a belépőt köszöntő látványhoz. Lepihenve tökéletes relaxációt nyújtó székekből figyelhetjük a sókristályokon változó ringó fények játékát, miközben stresszoldó zene hangjait hall



köszönhetően az asztmásoknál csökken a krízisek száma és intenzitása, megszűnik a gyulladás, elérhető a teljes értékű légzésfunkció. Allergiásoknál normalizálódik az egyébként tüneteket kiváltó Hisztamin és Ige szint, fokozódik a teherbíró képesség, helyreállítható a szervezet immunrendszere.

A prevenciós és terápiás kezelések igénybevételére 10-20 alkalom javasolt, melynek költsége...

okelő és csigolyák oldása tisztult az egészséges lett. A mutatóminte gyereklent...