

BORSODI kertészet Siófok, Molnár I. u. 2. (Bejárat a Kele utcából) Tel.: 06-30/518-5494

CSEREPES KRIZANTÉM ÉS ÁRVÁCSKA VÁSÁR!

Évelő növény akciók, fűszernövények, sziklakerti növények stb. VIRÁGFÖLD ÉS TÁPOLDAT KAPHATÓ!



Nyitva: Hétfő - péntek 9-17 óra • Szombat: 9-13 óra

MŰSZAKI VIZSGÁZTATÁS

Eredetiség vizsgálat

Siófok-Balatonszéplak
0306/44 hrsz. ,
06-30/632-4844, 06-30/631-4587

Fonyód, Béke u.: 4.
06-30/277-3970,
06-85/360-033



KURDI/ELEKTRO

LAPOS TV SZERVÍZ

LED-LCD

Részletekért érdeklődjön üzletünkben.

Siófok, Hernyó sor fszt.1. • Enying, Kossuth u. 36/A.
06 30/211-9576 • 06 30/368-0946 • 06 84/312-935 • 22/91-11-92

KSK KÖNYVELÉS

30 723 83 78

ksk.konyveles@gmail.com

Kálmán Veronika, Surogi János, Kálmán Csaba

VÍZVEZETÉK SZERELÉS, CSÖTÖRÉSEK

hibaelhárítása,

FÜRDŐSZOBÁK

teljeskörű felújítása, Siófok és vonzáskörzetében.

06 20 444 6815

TŰZIFA ELADÓ!

Tűzifa korrekt mennyiség, korrekt áron, erdei m³-ben, 1 méteres hosszúságban. Puha ill. vegyes kemény tűzifa eladó. 5-10 q/m³

35.000 Ft/m³-től
1 erdei m³ = 1 m x 1 m x 1,68 m
Ugyanitt feldolgozott tűzifa is kapható korrekt áron.

HÁZHOZZÁLLÍTÁS INGYENES!
Tel.: 06-84/553-442

DENIS OPTIKA

www.denisoptika.hu

Minden **HOYA** multifokális lencse

-40%

(prémium, közép és belépő kategória)

Érvényes: 2024.09.28-tól a készlet erejéig

KOMPLETT SZEMÜVEG 24.990 Ft

(távolsági vagy olvasó)

KONTAKTLENCSE ILLESZTÉS

SIÓFOK, Fő u. 91.
Ny.: H-P.: 9-17-ig,
Szo.: Zárva.

MINDEN NAP INGYENES COMPUTERES LÁTÁSVIZSGÁLAT
(szemüveg készítés esetén)

Kerecsényi Beáta
(dipl. optometrista és kontaktológus)

Időpont egyeztetés: 84/311-522

MOLNÁR AUTÓSZERVÍZ

MŰSZAKI, KÓDOLVASÁS
FUTÓMŰ, FÉK, KIPUFOGÓ JAV.
Siófok-Kiliti-Honvéd u.98.
06 30 9750-215

KONTÉNER BÉRLÉS

SIÓKONTÉNER

+36 30 290 8558
rendeles@siokontener.hu

AKCIÓ!

3 m³-es konténer
59.500 Ft-tól
bruttó

Érv.: 2024.09.31-ig visszavonásig. Az ár 1 db konténerre vonatkozik.

AKCIÓ!!!

Cafe Napi ajánlat: **2.200*** Ft

MINDEN NAP **1 PIZZA!**

ROXY Siófok Restaurant

Rendelésfelvétel: H-P.: 8³⁰-11⁰⁰-ig
*: +100.- Ft kiszállítási díj!

H: Paradicsomleves rizzsel
Rántott csirkemellfilé savanyúsággal

K: Cukorborsóleves
Brassói pecsenye savanyúsággal

Sz: Húsleves gazdagon
BBQ sertésstarja hasábburgonyával

Cs: Palócleves
Sörben sült csülök pékné burgonyával

P: Lencsegulyás
Csirkés cézársaláta



Napi ajánlatunkat, és étlapunk szűkített kínálatát házhoz is szállítjuk mindennap 11⁰⁰-22⁰⁰-ig.

ROXY ÉTELFUTÁR
+36 (84) 506-573
+36 (30) 5303-909
f: Roxy Étterem
#roxyetterem



Szép Ablak Kft.

Telephely: Lepsény, Fő u. 31/c
E-mail: ablakszep@gmail.com • www.muanyagablakajto2012.5mp.eu
Mobil: 20/9772-914, 20/3593417

ÖN ELÉGEDETT ABLAKAIVAL?

Tudta, hogy milyen fontos:

- a légkamrák száma,
- a profil vastagsága?
- az üvegréteg kialakítása?

Mindezt kedvező áron!

REDŐNYÖK, SZÚNYOGHÁLÓK, MŰANYAG NYÍLÁSZÁRÓK, TÉLIKERTEK

ÁRAJÁNLATKÉRÉS: 06-20/359-3417

A MINŐSÉG GARANCIA!



Építőanyag kereskedés és Barkácsbolt

Zamárdi-felső,
Vadkacsa sor 30.
(A zamárdi-felső
vasútállomástól 1km-re,
a buszmegállónál)

Telefon:
06-30/491-5022



www.domino2003.hu

Kínálatunkból:

- Aknamagasítók,
szűkítők
- Betoncsövek
- Kútgyűrűk
- Kulékavics, homok,
murva, sóder

TÉRKÖVEK

NAGY VÁLASZTÉKBAN KÉSZLETRŐL

SirályMűszaki

Siófok-Kiliti, Honvéd (65-ös) út 57.sz. * Hirdetvénytől *
Telefon: 06/30/9211-174

**GREE Hűtő+Fűtő
Klimák**



DAIKIN Midea MDV

MŰSZAKI kereskedés

**premium
BÉRAUTÓ SIÓFOK**
+36 70 324 6363

www.premiumberauto.hu

Személyautók, mikrobusz,
kis- és nagy teherautók
bérbeadása



AUTÓPÁLYA MATRICA • CASCO* • 300 km/nap

UTÓLAGOS FALSZIGETELÉS GYORSAN ÉS HATÉKONYAN!

Szemmel látható felázás, omló vakolat, lepergő festékrétegek,
faltól elváló köpör, ütögetésre kongó,
hupogó hang, jellegzetes dohos szag,
festék- vagy vakolatomlás,
rohadó parketta, penész.

**Ezek a hibák az egészséget
és a pénztárcáját is károsítják!**

HÍVJON MOST EGY INGYENES
ÁLLAPOTFELMÉRÉSRE,
ÜN CSAK NYERHET VELE!



Falszig Töserbau Kft.
toserbau@gmail.com

Katyi Tamás - 06 30/470-3882
www.utolagos-falszigetelés.hu

Nem vehetik semmibe a jelentkezőket!

A legtöbb munkavállalót zavarja, ha nem kap visszajelzést az állásjelentkezésére, ami gyakran bizonytalanságot szül.

Ennek okát akadnak, akik magukban, a leadott pályázat gyenge minőségében látják vagy abban, hogy ők maguk nem voltak szimpatikusak a vállalatnak. Ez munkaerőpiaci feszültséget szül. A jó jelöltélmény és a vállalat pozitív munkaadói hírnevének fenntartása miatt viszont fontos odafigyelniük a cégeknek a visszajelzésekre. A nagykorú magyarok negyede keres jelenleg aktívan munkát, akár a már meglévő állása mellett – derült ki a Profession felméréséből. Az elmúlt két évben állást keresőknek mindössze 5 százaléka mondhatta el magáról, hogy minden elküldött pályázatára kapott visszajelzést a hirdetőtől. Éleződik a munkaerőpiaci feszültség. Az állás keresők 18 százaléka

viszont soha egyetlen jelentkezésre sem kapott reakciót a munkaadóktól.

Ez a jelenség pedig gyakoribb az alacsonyabb végzettségűek esetében. A válaszadók 16 százaléka mondta azt, hogy csak akkor kapott választ, ha a pályázatok szűrése számára pozitív eredménnyel zárult és behívták állásinterjúra, negatív eredmény esetén nem. Amennyiben egy cég nem kíván együtt dolgozni egy adott jelentkezővel, sok esetben semmilyen választ nem küld nekik. Ez viszont kifejezetten rossz fényt vet egy vállalatra.

Nemleges válasz esetén elég lenne csak egy akár automatikus értesítés az eredményről – ezt a felmérésben résztvevők 55 százaléka mondta. 42 százaléka viszont szívesen fogadna részletes indoklást is az elutasítás okáról és 44 százalék szívesen fogadna információt arról is, ha elhúzódik a kiválasztási folyamat.

forrás: vg.hu

PARTY BÜFÉ

Siófok, Liszt Ferenc stny. 16.

Tel.: +36 30 134 5211 Rendelés leadás: 9:00-10:15-ig.

HETI MENÜAJÁNLAT

2024. október 7 - 13-ig | 1.990 Ft/adag

Leves ára: 490 Ft • Főétel ára 1.500 Ft

- | | |
|---|--|
| <p>◆ HÉTFŐ
Zöldborsóleves
Csirkés pad thai</p> <p>◆ KEDD
Sertésraguleves
Tökfőzelék vagdalttal</p> <p>◆ SZERDA
Zöldbableves
Sörben pácolt malacsült
rozsmaringos, tepsis
burgonyával</p> | <p>◆ CSÜTÖRTÖK
Magyaros burgonyaleves
fűstölt kolbásszal
Rántott halfilé párolt rizszel
és tartármártással</p> <p>◆ PÉNTEK
Tejfölös karfiolleves Sertésszelet
vadas mártással, spagettivel</p> <p>◆ SZOMBAT
Babgulyás
Vargabéles vaníliásodóval</p> |
|---|--|

◆ VASÁRNAP ◆

Csontleves cércsontellett és főtt zöldségekkel
Szezámagos bundában sült csirkemell burgonyapürével

Heti ajánlatunk a hét minden napján rendelhető:

Halászlé pontypatkóval 1490 | BrokkolikréMLEVES zsemlekockával 690 Ft
Csontleves cércsontellett 690 Ft | Jókai bableves 1290 Ft
Gödöllői töltött csirkecomb választható körettel 1990 Ft
Grillezett csirkemell görög salátával 1990 Ft
Cordon bleu választható körettel 1990 Ft
Orly bundában sült halfilé választható körettel, tartármártással 1990 Ft
Csirkés tortilla fokhagymás öntettel 1990 Ft | Bolognai spagetti 1690 Ft
Mátrai borzaska választható körettel 1990 Ft | Gyros tál 1990 Ft
Rántott sajt tartármártással, választható körettel 1690 Ft
Körmös pacalpörkölt sós burgonyával 1990 Ft



Vagyonvédelmi és Szolgáltató Kft.

**Riasztórendszerek távfelügyelettel, településkörzetenként
saját járőrszolgálatával a Balaton déli partján.**

Átjelzési lehetőségek: telefonvonal, GSM, rádió, GPRS.

Távfelügyeleti központ címe: 8600 Siófok, Széchenyi u. 19. fsz.

06-30-520-04-25 • 06-84-313-140 • hzoltan@pelsoalarm.hu • www.pelsoalarm.hu

NÖVELJE ESÉLYÉT!

6 m² felületen
www.mediafal.hu

Forduljon hozzánk bizalommal, hogy a Balaton fővárosának csodálatosan felújított főterén az Ön szolgáltatását is ajánlhassuk, eladó vagy kiadó ingatlanát bemutathassuk!

Vállaljuk reklámjának szöveggel és képpel történő megjelenítését a siófoki Víztorony mellett lévő OTP Bankfiók feletti lakás homlokzatán 6 m² felülettel működő színes LED kivetítőnkön.

Tekintse meg a www.mediafal.hu honlapunkat!

Vegye igénybe lakossági AKCIÓNKAT!

MÉDIAFAL Reklám Kft.

Tel.: 06-84-340-504 és
06-20-9-273-821

Továbbá: 06-30-993-2935
Sztotyori Nagy Csaba üzletkötő

E-mail: info@mediafal.hu és
fokinform@gmail.com

Nyitvatartás:
Hétfő-Péntek:
8:00 - 16:30

DULEBA SÍRKŐ
Ságvár, Fő u.1. **Heti akció:**

Bemutatókerti -10% KEDVEZMÉNY

minden bemutatókertben lévő termékünkre!

Az ajánlat
2024.10.04.
-2024.10.11-ig
illetve a készlet
erejéig érvényes.

Nyugdíjasoknak további
kedvezmény, részletek
az elérhetőségeken!

06-84/380-220

WWW.DULEBASIRKO.COM



+36-30/643-4626

SIÓFOK, SEMMELWEIS U. 2.

KávéGarázs Siófok

(Hernyósor földszint nyugati vége)

- Automata kávégépek szervizelése
- Felújított kávégépek forgalmazása
(12 hónap garanciával)
- Többféle szemeskáv
- Karbantartási kellékek

PHILIPS

Saeco

DeLonghi

jura



ABLAK SPECIALISTA

RÉGI ABLAKAIT
rendberakjuk
bontás nélkül!

**hőtechnikai
mechanikai
felújítás!**

Ingyenes felmérés!

Szép Tamás
70/320-7021

- Hőszigetelt
üveg csere
- Szigetelés
- Pászítás
- Zár csere



**Új ablakot
szeretne?**

Fa nyílászárók
széles választékát
kínáljuk egyedi
kivitelen és
méretben!

www.faablakmester.hu
info@faablakmester.hu

Az otthoni egészségvédelem termékeit nálunk megtalálja!
25 év tapasztalatát is hozzáadjuk!

Testkontroll eszközök a rendszeres önellenőrzés érdekében!
**A prevenció legfontosabb kellékei, mert a betegség kialakulása
nem a tünetekkel kezdődik!**

- Digitális mérőeszközök valamint a légzésterápia, fiziko- és elektroterápia, ízületi kezelések eszközei stb...
- Gyógygomba kivonatok szinte minden és a CBD olajok mindkét változata /USA Medical és a svájci Magna készítmények teljes választéka/
- Orvostechnikai termékek, melyekkel az otthoni öngyógyítást mesterfokon művelheti!
- BEMER készülék, mely a mikroeringés helyreállításának hatékony eszköze. Kiváló védelem a betegségekkel szemben!
- SAFE LASER fényterápiás termékek /4 féle változatban/, melyek a mozgásszervi rendellenességek és fájdalomcsillapítás kezelésében jelentős eredményekkel bírnak. Mindkét termékre bérleti lehetőséget is biztosítunk a megismertetésük céljából!
- Mindent a lábak kényelméért!
Az egészségboltunkhoz tartozó **LEON MÁRKABOLTUNK** gazdag kínálatát bővítettük **szélesebb színválasztékkal** az árakat továbbra is bevezető áron tartva!
- Kiegészítői: talpbetétek, bűtyökvédők, gyógyzoknik, kompressziós harisnyák hasonlóan **KEDVEZŐ ÁRAKON!**



Siófok, Tanácsház u. - Dózsa Gy. u. sarok
(a TESCO Expressznél)

Ny: K, Sze, Cs, P: 9-12.30; 14-17h. Szo.: 9-13h.
www.thetisz.hu / E-mail: info@thetisz.hu
Tel.: 06-30/9560-399, 06-84/311-735

GÁZKÉSZÜLÉK Szerelő
Dienes Zoltán
www.gazkazanszerviz.hu
06-30-400-59-49

**Csúszda + mászóvár
+ hinta eladó!**
+36 70 3 166 143

**LEGNAGYOB
VÁLASZTÉK
LEGKEDVEZŐBB
ÁRAK!**

www.denisoptika.hu

DENIS OPTIKA LUX
OPTIKA ÉS SZEMÉSZET

SZEMÜVEGKERETEK

-20-30-50%
kedvezmény!

KÉKFÉNYSZÜRŐ
RÉTEGGEL
ELLÁTOTT LENCSEK
-30%

AZ AKCIÓK ÖSSZEVONHATÓK!

MINDEN NAP INGYENES

COMPUTERES

LÁTÁSVIZSGÁLAT

(szemüveg rendelés esetén)

Kajos Réka (dipl. optometrista)

Időpont egyeztetéssel.

Szemészeti magánrendelések:

- Dr. Vida Beáta:
hétfő 15.00-17.30
- Dr. Gulás Judit:
szerda 9.30-12.30

TOMMY HILFIGER

MICHAEL KORS

OAKLEY

VOGUE

CARRERA

CAROLINA HERRERA

VERSACE BVLGARI

RALPH LAUREN

MaxMara MAX&Co.



Érv.: 2024.09.28-tól
a készlet erejéig.

**3 év
garancia!**

KONTAKTLENCSE ILLESZTÉS

Siófok, Hock J. köz 2. Tel.: 84/310-497 (A Kálmán Udvar oldalán, a felüljáró felé) Ny.: H-P.: 9-17-ig, Szo.: 9-12-ig.

**SÍRKŐ
FELÚJÍTÁST,
ÁTTISZTÍTÁST,
HELYREÁLLÍTÁST**
kedvező áron,
rövid határidővel
vállalunk.
84/313-678, 30/9366-090

AKÁC ERDEI m³ (1m x 1m x 1,7m)
47.000 Ft/m³
AKÁC APRÍTOTT TŰZIFA
36.000 Ft/m³
EGYÉB VEGYES APRÍTOTT TŰZIFA
32.000 Ft/m³
TEL.: 06/70/205-0438



FA-TER TŰZIFA

1. oszt. ukrán SÁGVÁR, Ádándi út, külterület 020/8.
ÉPÜLETFA, FENYŐFŰRÉSZÁRU KAPHATÓ!

Gerenda, szarufa, palló, deszka:
6 m-ig: 110.000 Ft+ÁFA/m³
(139.700 Ft/m³)

Tetőléc, stafni:
3-6 m-ig: 125.000 Ft+ÁFA/m³
(158.750 Ft/m³)
(Tetőléc 3x5 cm, 188 Ft+ÁFA/fm, br. 239 Ft)
(Stafni 5x5 cm, 312 Ft+ÁFA/fm, br. 396 Ft)

Fa fajták - telephelyi ár:

- Cser: **80.000 Ft/kaloda** (1 erdei m³)
- Akác: **80.000 Ft/kaloda** (1 erdei m³)
- Tölgyfa **80.000 Ft/kaloda** (1 erdei m³)
- Gyertyán: **80.000 Ft/kaloda** (1 erdei m³)
- Bükk: **80.000 Ft/kaloda** (1 erdei m³)
- Zsákos fa: **3.000 Ft/zsák!**
- Fűrészpor: **3.000 Ft/zsák!**
- Keményfa brikett

Tűzifa Kiszállítási díjak: 0-15 km-ig 5.000 Ft.
15-30 km-ig 10.000 Ft. • 30-50 km-ig 15.000 Ft.

www.facebook.com/Fa-Ter-Tuzifa

**Egyedi méret
igénylés esetén
az ár megbeszélés
tárgyát képezi.**



Beremendi cement
9.000 Ft/q
/telephelyi ár/

Az árak bruttó árak.
Érv.: 2024.08.03-tól
a készlet erejéig.
Fa-ter tűzifa: AA8638870,
Bebeo 2020 Kft:
AA8643078.

TŰZIFA RENDELÉS
hétfőtől - péntekig 8-16 h-ig:

06-70/314-1845



„minőség és szakértelem....”

KÖMMERLING HOMLOKZATI MŰANYAG NYÍLÁSZÁRÓK

(ablakok, tetőablakok, erkélyajtók, toló-bukó szerkezetek,
bejárati ajtók)

ÁRNYÉKOLÁSTECHNIKAI TERMÉKEK

(redőnyök, relaxák, roletták, szalagfüggönyök, zsalúziák, naphálók)

SZÚNYOGHÁLÓK

(fix alu keretes, fix alu peremes, vízszintes rolós, függőleges rolós,
plisszé, toló keretes, nyíló keretes)

SZEKCIONÁLT GARÁZSKAPUK, REDŐNYKAPUK PÁRKÁNYOK-KÖNYÖKLŐK

SZOLGÁLTATÁSOK:

Ingyenes árajánlat készítés.

Megrendelés esetén ingyenes helyszíni felmérés, Teljes körű kivitelezés: régi nyílászárók kibontása, új nyílászárók beépítése,
helyreállítási munkálatok elvégzése. Régi nyílászárók díjmentes elszállítása.

doorwinajtoablak

www.doorwin-ajtoablak.hu
info@doorwin-ajtoablak.hu

06 84 330 199 | 06 20 371 5994

Balatonföldvár, Balatonszentgyörgyi út 4.

DIEGO®



**MINDEN KERTI BÚTOR
GARNITÚRA 20%
KEDVEZMÉNNYEL***

*Egyéb akcióval nem vonható össze!
Bomba áras termékekre nem vonatkozik!



**MINDEN
MŰANYAG KASPÓ
ÉS KERTI KIEGÉSZÍTŐ
25% KEDVEZMÉNNYEL**



**MINDEN
KERTI SZÉK ÉS ASZTAL
25% KEDVEZMÉNNYEL**

Ajánlataink 2024. október 1-31-ig, ezen belül a készlet erejéig érvényesek! Csak kiskereskedelmi mennyiséget szolgálunk ki!

SIÓFOK, Bajcsy-Zsilinszky u. 185. • Tel: +36 (84) 316-200 • Nyitva: H-P: 8-18, Sz: 8-13, V: Zárva

Várjuk wellness hotelek, szállodák, panziók megkeresését

Friss Textil Mosoda

szállítás
mosás
szárítás
vasalás

SZALLODÁKNAK
DÍJMENTES
PRÓBAMOSÁS*

*infó:
00 36 20 468 16 99
frisstextilmosoda@gmail.com

GÉPI FÖLDMUNKA

Fuvarozás 7,5 t-ig.
Kistraktorral szántást-rotálást, tárcsázást, kaszálást vállalok.

Tel.: 06-20/923-1242
Ophoven Jenő

AKÁC, CSER ERDEI m³ AKCIÓ!
40 000 Ft/m³
AKÁC, CSER aprított tűzifa
33.000 Ft/m³
A szállítás ingyenes.
1-2 napos szállítási határidővel
Tel.: 06-30/520-4040

THERMOWIN
NYÍLÁSZÁRÓ ÉS ÁRNYÉKOLÁSTECHNIKA

KIEMELT **KÖMMERLING®** ÉRTÉKESÍTŐ PARTNER

- KIEMELKEDŐ NÉMET MINŐSÉG**
- GARANTÁLTAN VERSENYKÉPES ÁR**

MERT NEM MINDEGY MIT KAP A PÉNZÉÉRT!

SIOFOK@THERMOWIN.HU
+36 30 239 2249 • WWW.THERMOWIN.HU
SIÓFOK, ZAMÁRDI ÚT 1-2. (LIDL ÜZLETSOR)
NYITVA: HÉTFŐ-PÉNTEK: 8⁰⁰-16⁰⁰

AAA
RENO PONT AJÁNLOTT PARTNER

BELLA ITALIA RESTAURANT | SIÓFOK, FŐ TÉR 4.

MENÜ AJÁNLAT 2024.10.07-10.11.
KISZÁLLÍTÁS: +36 30 8510 888

Kiszállítási díj 200 Ft. Éttermi fogyasztásnál +szervizdíj.
Menü kiszállításának rendelését 9.30-11.00 között szíveskedjenek leadni!

HÉTFŐ "A" ajánlat
Brokkoli krémleves
Kemencés kacsacomb, párolt káposzta, tört burg.

KEDD
Karlalábé leves
Rakott karfiol

SZERDA
Húsleves májgaluska
Csirkepaprikás galuskával, savanyúság

CSÜTÖRTÖK
Halászlé
Túrós csusza édes vagy sós

PÉNTEK
Halfesztivál ajánlat

Gyros tál - hasábburgonya, saláta, joghurt öntet 1990 Ft
Rántott csirke, hasábburgonya, kovászos uborka 1990 Ft
Natúr csirkemell, zöldséges rizs 1990 Ft
Rántott sajt, rizs, tartármártás 1990 Ft

"B" ajánlat

AJÁNLATUNK ELÉRHETŐ 11.30-15.00 KÖZÖTT!
AZ AJÁNLOTT ÉTELEK ÁRA: 1990 FT. A KÖRET CSERE ÁRA 400 FT.
Bruttó árak, forintban értendők. A változtatás joga fenntartva.

Termo
Diagnosztika Kft.

KEDVEZMÉNYES KLÍMAAJÁNLATUNK:

Nord Nysa, inverteres mono klíma 2,7kW 189.000 Ft-tól
UV-C sterilizáló szűrő, wifi vezérlés, fűtés -20 fókig

Bosch Climate 3000, inverteres mono klíma 3,5kW 195.000 Ft-tól
fűtés -10 fókig, opcionális wifi

Nord Quantum inverteres mono klíma 2,7kW 219.000 Ft-tól
UV-C sterilizáló szűrő, wifi vezérlés, kültéri egység alaplap fűtőszál, fűtés -25 fókig

Gree Comfort X, inverteres mono klíma 2,5kW 225.000 Ft-tól
plazma szűrő, wifi vezérlés, kültéri egység alaplap fűtőszál, fűtés -25 fókig

Daikin Sensira (ÚJ típus), inverteres mono klíma 2,5kW 295.000 Ft-tól
(opcionális wifi)

Áraink a készlet erejéig érvényesek, és tartalmazzák az ÁFA értékét!
A helyszíni felmérés és az árajánlat adás ingyenes. Más típusú klímaberendezés vásárlása esetén is forduljon hozzánk bizalommal.

Termo-Diagnosztika Kft.
Iroda: 8600 Siófok, Aradi vértanúk útja 127.
Telefon: +36 30 399 49 64
E-mail: tdkft@tdkft.hu • Web: www.termodiagnosztika.hu

INGATLANT KERES VAGY KÍNÁL?
Irodánkban partnert talál!
www.balatoniingatlanok.hu

ROLO PLUSZ
ÁRNYÉKOLÁSTECHNIKA

- Műanyag nyílászárók beépítése
- Árnyékolástechnika forgalmazása
- Redőny, Reluxa, Szalagfüggöny
- Fix és mobil szunyoghálók
- Árnyika könyökkaros napernyő
- Garázkapuk gyártása, beépítése

MINŐSÉGI REDŐNYÖK:
- Műanyag
- Fa (natúr és festett)
- Alumínium (biztonsági, hő- és hangszigetelt)

Lukács József 06-30/9292-419

ÁLLÁSBÖRZE



ÁLLÁST KERES

Takarítást vállalom akár napi pár órát. 0630/837-1605

ÁLLÁST KÍNÁL

Siófoki modell- és játékboltba nyelvtudással rendelkező fiatal munkatársat keresek részmunkaidőre /számítógépes ismeretekkel/. Érd.: személyesen a boltban (Fő tér 4.) Tel.: 30/999-2651 vagy alacopter@gmail.com

Siófoki cég önállóan dolgozni tudó autószerelőt, mezőgazdasági gépszerelőt felvesz, pályakezdők jelentkezését is várjuk 06304918015 Inter-Szerviz 2000 Kft.

Az OTP Ingatlanpont siófoki irodája a Dél-Balaton parton ingatlanközvetítőket keres. Elérhetőségeink: katona.tamas@otpip.hu, Mobil: +36/70/4422-190, 8600 Siófok, Fő utca 83.

Siófoki teherautó javító cég önállóan dolgozni tudó lakost keres hosszú távra. Inter-Szerviz 2000 Kft. 0630/491-8015

A Denis Optika Siófoki üzletébe látszerész végzettségű kollégát keresünk. Önéletrajzokat a sigma9kft@gmail.com címre várjuk.

Siófokra éves állásra autómó-sóba betanított munkára férfi munkaerőt keresünk. Tel.: 06-20/983-1692

Siófokon, kerti munkára, megbízható, szorgalmas munkatársat keresek, Hétfőtől-péntekig! 06-20/262-7985

Önállóan dolgozni tudó ács munkatársat keresek: Tel.: 0620/356-7986 Király Imre

JÁRMŰ

Siójuti autóbontó, Mohu szerződött partner, autókat átvesz bontásra, szállítás ingyenes. 06-30/9970-265

Simsont, régi motorokat és alkatrészeket vennék. Tel.: 06-30/814-2757

Kézipénzért autóját, teherautóját megvásároljuk. Házhoz megyünk. Teljes körű ügyintézés! +36-70/669-7777



Fiat Doblo 1,2 Diesel hasznongépjármű cég megszűnése miatt megkímélt állapotban eladó. Érd.: +3630/931-7610

Használt, idős, roncs autó felvásárlás! Hivatalosan! 06 30/733-7753

INGATLAN

www.balaton-ingatlanok.com

Ingatlant keres vagy kínál? Irodánkban partnert talál! Hernyó Üzletház mellett. www.balatoningatlanok.hu. Tel.: 06-20/927-3821

Apróhirdetések már péntektől olvashatók weboldalunkon: www.mozaikpress.hu

Szántóföldet bérelnék, vásárolnék Siófok környékén. Tel.: 06-70/778-2120

Ingatlanforgalmazás, biztosításkötés www.balatoningatlanok.com Tel.: 06-20/661-4111

Vennék Siófokon a Csépany tónál telket. Tel.: 06-30/814-2757

Siófok-Kilitin családi ház eladó! Aldi, Tesco, Obi közelében. Ára: 69,9 millió Ft. Tel.: 06-30/422-2554

Vennék Siófok-Kilitin családi házat. Tel.: 06-30/640-7751

SZAKÁCS, FŐZŐNŐ, KONYHAI és MOSODAI KISEGÍTŐ, valamint RÉSZMUNKADŐS PORTÁS munkatársat keresünk éves állásra!



Jelentkezés az önéletrajz benyújtásával:

8623 Balatonföldvár, Kemping u. 3. • Telefonszám: +36 84 540 027

e-mail: info@irisintezet.hu



Az Alsótekeresi Faiskola munkatársakat keres:

- **KERTÉSZ**
 - **FAISKOLAI SEGÉDMUNKÁS**
- munkakörbe.**

Érdeklődni: munkaidőben, személyesen telephelyünkön: Alsótekeres, Fenyő u. 4. vagy telefonon 30/6366-671-es számon.

Siófok Város Gondozási Központja felvételt hirdet az alábbi munkakörbe:

1 FŐ GONDOZÓ
határozott időre, közalkalmazotti jogviszonyba.

Fényképes önéletrajzokat az alábbi email címre várjuk: siofokgondozasikozpont@gmail.com

LAST MINUTE 2000 KFT.

VALUTA-PÉNZTÁROS

bizonyítvánnyal rendelkező munkatársat keresünk éves állásra.

Jelentkezni: lastminute2000siofok@gmail.com vagy 0630/946-2643



TISZTATÉRI CSOMAGOLÁSI ÉS ELLENŐRZÉSI

OPERÁTOR

MUNKAKÖRBE KERESÜNK MUNKATÁRSAKAT

- Feladatok:**
- ▶ A gyártási folyamatok lebonyolítása
 - ▶ A gyártási minőség felügyelete, ellenőrzése a vállalatban belül érvényben lévő szabványok és eljárások szerint
 - ▶ Gyártási adatok pontos rögzítése
 - ▶ A biztonsági előírások betartása
 - ▶ Az új operátorok betanítása (gyakorlat megszerzése után)

- Elvárások:**
- ▶ Legalább általános iskolai végzettség
 - ▶ Legalább 1-3 év gyártásban szerzett tapasztalat
 - ▶ Több műszakos munkarend és/vagy hétvégi munkavégzés vállalása
 - ▶ Magas teherbírás – szükség esetén 25 kg anyag kézi anyagmozgatása

- Elvárt kompetenciák:**
- ▶ Példamutatás
 - ▶ Pontosság, precizitás
 - ▶ Folyamatos törekvés a minőségre
 - ▶ Javaslattevő képesség
 - ▶ Magas fokú alkalmazkodási készség (speciális ruházat használata, ékszerek, smink, parfüm használatának mellőzése, egyéb speciális előírások)
 - ▶ Csapatspiritus
 - ▶ Kapcsolatteremtő képesség
- Munkavégzés helye:**
- ▶ Siófok

Érdeklődni:

06-20/513-2720



Mozaik Siófok

Eladó Budai (Sashegy) 2 szobás, balkonos, zöldövezeti lakás. Tel.: 06-30/718-8753

Siófokon, Mátyás király utcában garzon lakás kiadó. Tel.: 0620/588-4207

Keresünk eladó földeket, erdőket. 06-20/371-9801

Keresünk készpénzes ügyfeleink részére eladó ingatlanokat. 06-30/425-0872

Siófokon eladó 2x2 szobás családi ház vagy csere is érdekel Budafok környékére. 0670/343-6762

Eladó tulajdonostól Siófokon, Koch R. utcában társasházi, I. emeleti, 40 m²-es, 1,5 szobás, összkomfortos, felújított lakás. Tel.: 06-30/911-2041

Siófokon 3 szobás erkélyes lakás hosszútávra kiadó. 20/324-7025

Eladó szántóföld Balatonendrén. 4,5 ha. Irányár: 3Mft/ha. Tel.: +3620/215-2535

Keszthelyen, a Balaton, a Helikon szálló közelében felújítandó lakóház/nyaraló eladó. Eb.: E. Ár. 39,9 M Ft. Tel.: +36-30/9292-622

Kiadó Siófok belvárosában, Tanácsház utca 9. sz alatt 56 nm-es amerikai konyhás, hálósobás, nagy erkélyes lakás. Érd.: 0620/562-2448

SZOLGÁLTATÁS

Redőny javítás. Tel.: 06-30/353-1002

Költöztetés-fuvarozás. www.siofuvar.hu Tel.: 06/70/590-7031

Autó és motorkerékpár villamosság javítás, Szélvédő és oldalüveg csere, akciós szélvédők-oldalüvegek. Siófok-Kiliti, Napsugár u.2. 06/70/519-3663

Költöztetés, fuvarozás, házhoz szállítás - ZOZIZO Tel.: 06/30/769-6556

Fa-műanyag redőnyjavítás, készítés, valamint szúnyogháló, illetve párkányozás rövid határidővel. T.: 06-70-291-0662

Duguláselhárítás akciós áron, legolcsóbban! Garanciával, bontás nélkül! Csőkamerázás! Víz-szerelés! Tel.: 06/20/455-9397



D-ROLL Árnyékolástechnika. Akció 20-50% kedvezménnyel! Műanyag ajtó, ablak, redőny, relaxa, szalagfüggöny, szúnyogháló, párkány, napellenző, garázkapu, gyártása, beépítése, javítása, motorizálása. Nyugdíjasoknak +10% kedvezmény! (Az akció 2024.10.01-10.31-ig tart.) 06/30/295-65-55

Épületek, tárolók, előtetők tervezése. e-napló, munkavédelem, műszaki vezetés. bodozoltan.siofoki@gmail.com +36303580909

Tetődoktor! Régi hajlott tetők javítása, cseréje, beázás elhárítása, bádогоzás, Lindab tető, új tető cserepezése, kisebb javítások, SOS munkák: 06-20/466-2774

Vállalok! Festés, mázolás, hőszigetelés, burkolás, víz-villanyyszerelés, kartonozás, lakások és házak komplett felújítása. Tel.:06/30-424-60-74

Duguláselhárítás 0-24. Teljes körű zsírtalanítás, vomázás, gyökértelenítés. Tel.: 0630/431-9395

Kőműves munkákat, hideg-meleg burkolást, bontást vállalunk korrekt áron! Tel.: 0630/452-0399

Kaszálást, bozót irtást, kertgondozást kedvező áron vállalok. 06-70-290-9191

Vállalom fürdőszobák csempézését, teraszok, erkélyek, lépcsők járólaponozását és hozzá tartozó kőműves munkákat. 30/829-6604

Költöztetést vállalom hétfőig! 3,5t allati kocsival! 06702589871

Festést, mázolást, tapétázást, homlokzatfestést és párkánydeszka festést vállalom. Tel.: 0630/476-7363

Költöztetést vállalom hétfőig! 3,5t allati kocsival! 06702589871

Energetikai tanúsítvány, S.O.S. 48 óra alatt. 06/30/238-7310

Lomtalanítást, sirt-hulladék szállítást, költöztetést vállalom. Tel.:0630/348-96-12



Redőnyakció! Redőny, relaxa, szalagfüggöny, napellenző 30-50% kedvezménnyel. Nyugdíjasoknak további kedvezmény. Tel.: 82/416-888; 85/450-396; 06-30/620-8258

Duguláselhárítás, víz-szerelés! Hétfőig is! Tel.: 0620/397-5920

Kőműves és Festő munkákat vállalom kedvező áron. Régi házak felújítása új ház építése is 30/448-2081

Festést, mázolást, tapétázást vállalom. Filótás Géza festőmester Tel:0630-6212523

Tetőkészítés, bádогоs, ácsmunka, tetőjavítás, lapostetők. Cserepeslemezelés, szél-deszkázás, ereszcatornázás, festések. Terasz-, garázs-, kerítés építés, javítás. Ingyenes kiszállítás. Nyugdíjasoknak 40 % kedvezmény. December 31-ig. Tel: 06-70/671-8392

Tetőfedő mester vállalom ácsmunkákat, (cserepeslemez 15.000 Ft/m² munkadíjjal), teraszépítést, tetőfelújítást, ereszcatornázást, festési munkákat, kúp-kikenést, S.O.S. javításokat is. December 31-ig 25% kedvezmény. 06-70/1647-559, 06-70/1457-618

Ácsmunkát, cserepes lemez-
zelést, SOS tetőjavítást, komplett tetőkészítést A-Z-ig anyagbeszerzéssel vállalom. Kedvezmény 30% 2024.10.15-ig. 06-30-203-5304.

Ács, -Tetőfedő, -Bádогоsmester! Kisebb-nagyobb tetőjavítás, beázás-megszüntetés, kúp-kikenés, szél-deszkázás, karcoltlemez, cserepeslemez-fedés, minden színben, méretben. Szakszerű, precíz munkavégzés garanciával! Komplett tetők ácsmunkái. 06-20-225-6401.

Régi tetőfelújítás, tetőkészítés, bádогоs, ácsmunka, cserepeslemez-fedés, kúp-kikenés, tetőszigetelés, szél-deszkázás. +3620/362-8311,+3630/511-4550

Ácsmunka, komplett tetőkészítés, tetőjavítás, bádогоzás, Lindab-lemezelés, ereszcatornázás, szél-deszkázás, tetőszigetelés, beázás-javítás, kúp-kikenés. Kedvezmény 30% 2024.10.15-ig. 06-30-550-0768.



2019.07. havi Opel Corsa Enjoy 1.4 benzines (Best csomag) 21.000 km-rel, felnőre szerelt téli gumikkal eladó. Szervízkönyves, garázsban tartott, első tulajdonostól teljesen újszerű állapotban. Irányár: 4.659.900 Ft. Érd.: +36-30/427-4858

Száraz TŰZIFA

**Cser, tölgy, akác
aprítva 26.000 Ft/m³**

Ajándék

1 zsák akác gyújtós!

Garantált mennyiség és prémium minőség.

06-30/612-4352

Csendes Tűzifa EUTR: AB4233913



Megjelenik minden szombaton

15.500 példányban a következő településeken:

Siófok, Kiliti, Ságvár, Ádánd, Zamárdi, Töreki, Balatonföldvár postaládában. Egyéb terjesztéssel a következő településeken: Balatonszabadi, Siójut.

Lapzártá: csütörtök 12:00

Hirdetésfelvétel:

Központi iroda: Siófok, Kele u. 5.

Petőné Körösi Fanni irodavezető: +36 30 218 99 62

Sió-Print Nyomda

Tel.: 84/506-704

Siófok, Honvéd u.19.

H-P 8-16h

PLAZACOPY

06(30)226-1152

Siófok, Sió Pláza

-1.szint

Mijó közvetítő iroda

Balatonszabadi

Kresz Zoltán

06 20 661 41 11

Sirály műszaki

Siófok-Kiliti

Honvéd u.57.

H-P 9-12h - 13-16h

HRUBOS INGATLANKÖZVETÍTŐ KFT.

Átrium üzletház, Siófok

S.Tóth Tibor: +36 70 336 78 74

Gigler Ákos: +36 30 513 97 67

Szotyori Nagy Csaba:

+36 30 993 29 35

Az előforduló nyomdai hibákért elnézésüket kérjük. A hirdetések tartalmáért felelősséget nem vállalunk. A lapban megjelent saját szerkesztésű kreatívok a kiadó tulajdonát képezik, felhasználásuk szerkesztési díj ellenében a kiadó engedélyével lehetséges. Felelős kiadó: AB marketing kft. Siófok, Kele u. 5. www.mozaikpress.hu - siofok.szuperinfo.hu - Információk, elérhetőségek: +36 70 316 61 43 - Ángyán Tamás: +36 30 979 26 25 - siofok@szuperinfo.hu - info@mozaikpress.hu - abm@abmarketing.hu - Felelős szerkesztő: Ángyán Tamás ügyvezető igazgató - Eng.szám: 2.9.1/540/2004. Nyomda: Mediaworks Hungary Zrt.



"CSEPPKŐ"
VIRÁG-AJÁNDÉK
Siófok, Sió u. 64.
/Torkos Borzzal szemben/
MINDENSZENTEKRE,
HALOTTAK NAPIJÁRA:
Koszorúk, sírcsokrok,
sírdíszek, szálalás krizantém stb...
Okt. 26, 27-én és Nov. 1,2,3-án is NYITVA!
Rendelés leadás: 06-20/572-1975

Kisméhecskepiazzasiofok Ha 'csíped' a jót!
ÉTELKISZÁLLÍTÁS!
MENÜRENDELÉS!
DÍJTALAN
Házhozszállítás 10 - 14 h-ig
Siófok, Kiliti, Sóstó, Széplak területére
/A 10 óráig leadott rendelést még aznap kiszállítjuk!/
Az egy hétre előre megrendelt menüre **10% kedvezmény!**
BeeNFO: 30/756-1804
AKTUÁLIS ÉTLAPUNK: f



POÓS TEMETKEZÉS

SIÓFOK, Semmelweis u. kórházzal szemben a parkolóban
Tel.: 84/313-678, 30/9366-090,
ügyelet 0-24-ig 30/3366-468
fax: 84/318-523 • e-mail: poostem@t-online.hu
TELJES KÖRŰ TEMETKEZÉS AZ EGÉSZ ORSZÁGBAN!
sírkörmunkák, koszorúk, gyász hirdetések
www.nemzetkozitemetkezes.hu



Fájó szívvel tudatjuk mindazokkal,
akik ismerték és szerették, hogy

SIPOS LÁSZLÓ

siófoki lakos, volt vendéglős,
életének 87. évében elhunyt.

Temetése október 11-én, pénteken
11 órakor lesz a Kele utcai temetőben.

Gyászoló család



KERTÉSZ FERENC

siófok-kiliti lakos

90 éves korában elhunyt.

Temetése 2024. október 9-én 11 órakor
a Siófok Szépvölgyi utcai temetőben lesz.

Szerető családja

Hálás szívvel mondunk köszönetet
mindazoknak, akik

Potó István

temetésén részt vettek, gyászunkban,
mélységes fájdalomunkban őszinte részvételt osztottak.
Köszönet a vigasztaló szavakért, a szeretet virágaiért.

A gyászoló család



KÁJERLEBER JENŐ

siófoki lakos 76 éves korában elhunyt.

Hamvait 2024. október 10-én,
11 órakor a Kele utcai temetőben
helyezzük örök nyugalomra.

A gyászoló család



Fájdalommal tudatjuk, hogy

TIHANYI KÁROLY

siófok-i lakos 97 éves korában elhunyt.

Hamvait 2024. október 8-án 13 órakor a siófoki
Kele utcai temetőben helyezzük örök nyugalomra.

Részvétüket 1 szál virággal fejezzék ki.

Gyászoló szerettei

A SIÓFOKI Temetkezési Kft.



VÁLLALJA TEMETÉSEK TELJESKÖRŰ ÜGYINTÉZÉSÉT, LEBONYOLÍTÁSÁT!

- Irodánkban történik a sírhelyek megváltása, újraváltása
- vállaljuk a gyász hirdetés újságban történő megjelentetését
- siófoki temetők üzemeltetése

SIÓFOK, FŐ. U. 200.
(Autóbusz pályaudvarral szemben.)

Tel.: 84/310-529

Ügyelet 0-24: 20/219-0957

iroda@siofok-temetkezes.hu

www.siofok-temetkezes.hu

GYÁSZHIRDETÉSÉT PELADHATJA:

Hirdetésfelvétel Irodánkban
és a Temetkezési Irodákban

TULI TEMETKEZÉSI SZOLGÁLTATÓ KFT.

1992 óta kegyelettel a lakosság szolgálatában.

BALATONBOGLÁR, VIKÁR BÉLA U. 46.

Tel: 85/550-251 • 30/8567-399

Ügyelet: 30/2354-165 • tulikft@gmail.com

TAB, DOBÓ KATALIN U.16.

Tel: 84/320-058 • 30/2709-518

Ügyelet: 30/6360-749 • tulikft.tab@gmail.com

TEMETÉSEK TELJESKÖRŰ LEBONYOLÍTÁSA. • ÜGYELET: 0-24

SILENCIO TEMETKEZÉS



BALATONSZÁRSZÓ, Szemesi utca 3.

06-84/363-311 • 06-30/9-567-578 • info@silenciotemetkezes.hu

ANDOCS, Szent Ferenc tér 8. • 06-30/9-567-578

TAB, Kossuth L. u. 69. (üzletsor) • 06-30/135-8959 • tab@silenciotemetkezes.hu

Ügyelet 0-24: 30/9567-578 • www.silenciotemetkezes.hu

EGYÉB

Akác aprított tűzifa 124.000/te-
herautó (3,41 m3, 36.364 Ft/
m3), platóméret: 3,1x2,2x0,5m.
Tel.: 30/55-90-779 AA0194363

Redőny javítás. Tel.:
06/20/336-0391

Akác és tölgy deszka valamint
palló eladó. Tel.: 30/55-90-779
AA0194363

Apróhirdetések már péntektől
olvashatók weboldalunkon:
www.mozaikpress.hu

Sövényvágást, veszélyes fák
kivágását vállaljuk. Tel.: 06-
30/611-3385

Kistraktorral szántást-rotálást,
tárcsázást, kaszálást vállalok.
Tel.: 06-20/923-1242

Villanyszerelés. Családi házak,
lakások, közintézmények, csar-
nokok teljes körű villanyszerelé-
se. Érintésvédelmi mérések és
jegyzőkönyv készítés. Székér
Gábor, Szeki Vill Bt. Tel.: 06-
70/773-1466, E-mail: sze-ki5331@gmail.com

Német és angol fordítást váll-
alunk rövid határidővel! Tel.: 06-
30/979-2625

Fűkaszálás, fűnyírás, magas
gaz vágás, sövényvágás. Tel.:
06-30/943-7876

Apróhirdetés otthonról e-mail-
ben! Küldje el a hirdetni kívánt
szöveget az info@mozaikpress.hu
címre és válaszelemben érte-
sítjük a részletekről.

Fuvar vállalkozás 3,5 t-ig. Tel.: 06-
20/923-1242

Tankoljon olcsóbban minden
MOL kúton. Tankolás vállalko-
zóknak sokkal kedvezőbben.
Kék Célcsoport tagjaként. Ér-
deklődni Kresz Zoltán 8623 Ba-
latonföldvár, Köröshegyi u. 5.
Tel.: 06-20/661-4111

Szemét-sitt-törmelék szállí-
tást, fertőtlenítést, épületbon-
tást, kertpucolást, fűkaszálást,
fűnyírást és minden ház körüli
munkát vállalok. Tel.: 06-
20/525-9383

Weboldal készítés. Tel.: 06-
70/316-6143

Gépi földmunkát vállalok. Tel.:
06-20/923-1242

Biztosításkötés minden bizto-
sítóhoz. T.: 06-20/661-4111

Szeretettel hívjuk és várjuk va-
sárnap 9 órai kezdettel tartandó
Istentiszteletünkre, Siófokon a
Somlay u. 3. szám alatt Hit Gyü-
lekezete székházában. A rész-
vételhez bejelentkezésre van
szükség, amit az alábbi telefon-
számon tehet meg: Tel.: 06-
30/453-0979

Veszélyes fák kivágása, adap-
teres kaszálás, fűnyírás, lom el-
szállítás és egyéb munkák. Tel.:
06-20/238-3987

Vennék Siófokon a Csépany tó-
nál telket. Tel.: 06-30/814-2757

Miért öregszik gyorsabban a nyak bőre, mint az arcunk?

■ Miért tűnik úgy, hogy a nyakunk bőre gyorsabban öregszik, mint az arcunk?

A nyak bőre különbözik az arc bőrétől, és ezért a kettő eltérő ütemben változik, ahogy öregszik.

A változás elkerülhetetlen az életkor előrehaladtával. Általában először a nyakon és az arcon láthatóak az öregedés jelei, és bár az arcon megjelenő ráncok egy része általában a sok nevetés és mosolygás következtében alakulnak ki, ez a változás nem mindig öröndetes látvány. Cikkünkben szakértők elárulják, hogy mi a különbség a nyak és az arc bőre között, mi okozza a bőr megereszkedését, valamint a lehetséges kezelési lehetőségeket.

A nyak bőre vékonyabb, mint az arcbőr, ezért előfordulhat, hogy a nyak rugalmassága gyorsabban csökken. A nyakunknak „eltérő az érrendszeri

és idegi eloszlása, és általában kevésbé védett, mint az arc” – magyarázta Dr. Doris Day bőrgyógyász. A nyak bőrének emellett „kevesebb zsírmirigye van, és a mögöttes izmok kevésbé támasztják alá, ami hozzájárulhat a gyorsabb megereszkedéshez” – teszi hozzá Dr. Ramtin Kassir, háromszoros arcplasztikai és helyreállító sebész.

Emellett a nyak gyakran jobban ki van téve a napsugárzásnak és a környezeti ártalmaknak, ami felgyorsítja az öregedést. Nem csak nyáron fontos odafigyelni bőrünk fényvédelmére, egész évben fontos megóvni a nap káros sugaraitól!

A nyak megereszkedése már a 20-as éveik végén és a 30-as éveik elején megjelenhet, bár a szakértők szerint ez gyakrabban észlelhető a 40-es és 50-es éveikben. „Ez a természetes öregedési folyamat részeként

történik, ami idővel a kollagén- és elasztintermelés csökkenéséhez vezet” – mondta Dr. Marisa Garshick bőrgyógyász. „Ahogy ezek a fehérjék csökkennek, a bőr elveszti feszeségét és rugalmasságát, ami megereszkedik.”

A rugalmasság a bőr azon képességére utal, hogy megnyúlik, majd visszanyeri eredeti formáját” – magyarázta Kassir. A bőr rugalmasságának minősége nagyrészt olyan fehérjéknek tulajdonítható, mint a kollagén és az elasztin, amelyek a dermisben, közvetlenül a bőr felszíne alatt találhatók.

„Idővel több tényező is a rugalmasság elvesztéséhez vezethet, beleértve az öregedést, a túl sok

napsugárzást, a dohányzást, a helytelen táplálkozást és a kiszáradást” – mondta Garshick. „Ahogy öregsünk, a szervezet kevesebb kollagént és elasztint termel, és ezeket a fehérjéket a környezeti tényezők is károsíthatják, így a bőr nem pattan vissza, mint korábban.”

Nem titok, hogy rengeteg szépségápolási termék van a piacon, amelyek



szeszesebbé teszik a bőrt és megakadályozzák a megereszkedését. Míg a krémek, testápolók és szérumok segíthetnek lelassítani a bőr rugalmasságának elvesztését, „hatékonyaságuk az összetevőktől függ, és attól, hogy valaki mennyire következetesen használja őket” – mondta Dr. Dendy Engelman bőrgyógyász.

Ha valaki szeretné megelőzni a nyakán lévő bőr megereszkedését, többféle életmódbeli szokás, bőrápoló termék és kezelés is elérhető. „Fontos, hogy rendszeresen alkalmazzunk fényvédőt a nap által okozott károk elleni védekezés érdekében, helyezzük előtérbe a hidratálást, és használjunk olyan összetevőket, mint a retinoidok, peptidek és hialuronsav” – mondta Engelman. Míg ezek a termékek nem tudják teljesen megállítani a rugalmasság elvesztését, „bizonyára segíthetnek a bőrnek azáltal, hogy megakadályozzák a kollagén és elasztin elvesztését, és javítják annak általános megjelenését” – mondta Garshick.

EGYÉB

Vennék Siófok-Kilitin családi házat. Tel.: 06-30/640-7751

Árpa, búza, kukorica, napraforgó eladó. Ádándi szárító. Tel.: 06-30/396-2450

Ksk könyvelés. 06 30 723 8378, ksk.konyveles@gmail.com, Kálmán Veronika, Surogi János, Kálmán Csaba

Eladó Budai (Sashegy) 2 szoba, balkonos, zöldövezeti lakás. Tel.: 06-30/718-8753

Képregényeket vásárolnék (Mozaik, Asterix, Kockás, Hahota stb.) Tel.: 06-30/939-5824

Jó állapotú bakelit lemezeket vásárolnék. Elsősorban Omega, LGT, Bergendy, Illés, Metro. Tel.: 06-30/9-395-824

Eladó Otello, Merlot borszőlő. Érdeklődni: 0684/340-931 17 óra után

Választási malacok eladók! Tel.: 0630/922-9125

Novemberi kezdéssel heti egy alkalommal családház takarítására takarítónőt keresek. Tel.: 0630/427-8100

Eladó jó állapotú franciaágy és dohányzóasztal. Tel.:0620/588-4207

2025. februárjában csipőprotézis műtét után rehabilitációs gyógytornászt keresek, aki házhoz jönne! Tel.:0630/427-8100

Padlófűtés 20x2-es, 1200 m eladó. Új, bontatlan, 300 m-es tekercsekben. Ár: 300Ft/m Tel.:0620/491-8786

1 éves vörös tojtyúk, 10 db-tól, ingyenes házhozszállítással, októberre megrendelhetők, 1100Ft/db. 06-20/428-7638.

Kisbálás és körbálás lucerna, szalma, széna fedett helyen tárolva eladó. Kukorica búza, zab, kecske tej és sajt eladó. Szállítás megoldható. 0670-2875441

Kivágásra ítélt tuját, kúszó tuját elvinnék. Tel.: 0670/633-9003

Redőny, szúnyogháló A-Z-ig 0620/403-3108

Gépi földmunka A-Z-ig. 0620/403-3108

Klímaszerelés, karbantartás, tisztítás. 06-20/403-3108, www.precizklima.hu

OKTATÁS

Zongoraoktatás Siófokon gyerekeknek és felnőtteknek. Tel.: 06306253422

A SOLA SCRIPTURA TEOLÓGIAI FŐISKOLA 2024. ŐSZI SZABADFŐISKOLAI KURZUSA

Küzdelem a lelkiismereti szabadságért az ókortól napjainkig

ELŐADÓ:

DR. VANKÓ ZSUZSANNA

TANSZÉKVEZETŐ, TEOLÓGIAI

FŐISKOLAI TANÁR

OKT
07

Ember voltunk lényege a Szentírás szerint: a beszéd, a gondolkodás, a lelkiismeret, valamint a választás szabadsága és felelőssége

OKT
21

A lelkiismereti szabadság fogalma és tiszteletben tartása a teremtető-fenntartó Isten részéről

NOV
04

A lelkiismereti szabadság elnyomása és a lelkiismereti meggyőződéshez ragaszkodók helyzete az ókori világban – bibliai példák

NOV
18

A lelkiismereti szabadság elnyomása a keresztény egyház részéről és a lelkiismereti szabadságért vívott küzdelem a IV. századtól a XVIII. század végéig

DEC
02

A lelkiismereti szabadság újra veszélyeztetetté válik az ú.n. végidőben a Biblia profetikus kijelentései szerint

sol
Scriptura

16.45 KÉTHETENKÉNT
HÉTFŐN

BRTK KÖNYVTÁR FELNŐTT RÉSZLEGE
SIÓFOK, FŐ TÉR 2/A



SIÓFOK
FŐ TÉR

FOR ENGLISH
PROGRAM
SCAN THIS
QR CODE



INGYENES
RENDEZVÉNY

OKTÓBER 11. PÉNTEK

17.00 GARAGUYA GÓLYALÁBAS KOMÉDIÁS KOMPÁNIA - BETYÁRPARÁDÉ

19.30 NEOTON FAMÍLIA SZTÁRJAI KONCERT

OKTÓBER 12. SZOMBAT

8.00 - 12.00 HALPIKNIK - FŐZŐVERSENY

10.30 BOLBA ÉVA ÉS A JAZZTERLÁNC - VARÁZSLATOS SZÜLINAP

12.00 COSPLAY MARVEL SZUPERHŐSÖK - SZUPERHŐSÖK AKCIÓBAN

13.00 HAL PIKNIK FŐZŐVERSENY EREDMÉNYHIRDETÉS

13.45 DIÓTÖRŐ BALETT EGYESÜLET ELŐADÁSA

14.15 HAPPINESS TSE FELLÉPÉSE

14.45 X-PRESS TSE LÁTVÁNYTÁNC PRODUKCIÓJA

17.00 BOGÁR MUZSIKA GYERMEKKONCERT

19.30 WELLHELLO KONCERT

OKTÓBER 13. VASÁRNAP

8.00 - 12.00 HALÁNKSÁGOK - FISH FOOD FŐZŐVERSENY

10.30 BALÁSSY BETTI & VARGA FERI ÉS A STÚDIÓ11 ZENEKAR - ÁLLATI JÓ GYERMEKKONCERT

12.00 VAJTÓ HANNA - BING NYUSZI, MIKI EGÉR ÉS A MESEHŐSÖK

13.00 HALÁNKSÁGOK - FISH FOOD FŐZŐVERSENY EREDMÉNYHIRDETÉS

13.30 AIRFORCE TÁNCISKOLA PRODUKCIÓJA

14.00 C&M DANCE STUDIO VERSENYTÁNC BEMUTATÓJA

14.30 ÉLMÉNYTÁNC 50 FELETT

15.00 FREESTYLE DANCE FACTORY SIÓFOKI CSOPORTJÁNAK FELLÉPÉSE

15.30 SÓLYOMRÖPTETÉS

17.00 APACUKA ZENEKAR - DALOK MINDENKINEK

19.30 LEANDER SZIMFONIK KONCERT

A DUNAKESZI SZIMFONIKUS ZENEKAR KÖZREMŰKÖDÉSÉVEL
SZÓLISTA KÖTELES LEANDER



HALAS VÁROSOK
HALÉTKEI SIÓFOKON

FISH FOOD ZSÚRI



VOMBERG FRIGYES
SZTÁRSÉF



FODOR NOEL
BOCUSE D'OR MAGYAR BAJNOK 2023

ÁLLANDÓ PROGRAMOK

HALAS VÁROSOK HALÉTKEI SIÓFOKON

KÉZMŰVES VÁSÁR ÉS KÜLÖNLEGES GASZTRO KÍNÁLAT

SIÓ TÜNDE R VÁROSFELFEDEZŐ JÁTÉK

SZOMBAT - VASÁRNAP 10.00 - 18.00

CSUPA - CSODA VÁNDORJÁTSZÓTÉR, INTERAKTÍV JÁTÉKPARK

LEVENDULA JÁTSZÓHÁZ ÉS ALKOTÓMŰHELY
ŐSZI KÉZMŰVES FOGLALKOZÁS ÉS HALACSKÁK KÉSZÍTÉSE

VASÁRNAP 10.30 - 17.00

SOLYMÁSZBEMUTATÓ



KÁLMÁN IMRE
MŰVELŐDÉSI KÖZPONT

f y i s siofokguide kikksiofok www.siofok.hu

A RENDEZVÉNYEN KÉP-, HANG-, ÉS VIDEÓFELVÉTEL KÉSZÜL. A PROGRAMVÁLTOZTATÁS JOGA FENNTARTVA.

ULTRAHANG (UH) MAGÁNRENDELÉS

Dr. Reichert Judit radiológus, főorvos

- Általános hasi és kismedencei szervek
- Pajzsmirigy, here, emlő és lágyszövetek UH vizsgálata
- Izületek • Érvizsgálat (carotis, véna)

Előjegyzés és időpontegyeztetés

+36-30 20 91 724 • Rendelő: Siómedical+

SZÉN VÁSÁR

4.980 Ft/q-tól!

(magyar, lengyel, cseh szén)

**Aprított cser tűzifa
5.490 Ft/q**

Érv: 2024.09.14-től a készlet erejéig.

Tel.: 06-74/675-530

Mennyiségi INGYENES kiszállítással!

Tűz-Ép-Fa Ker, 7090 Tamási, Belátó út 19.

Arthromed

Dr. Koreny Tamás Ph.D.
Private Orthopaedic surgeon

www.porcklinika.hu

Ortopédiai magánrendelésemen szeretettel várom pácienseimet,
**Siófok, Semmelweis u. 1.
+36-30/425-2664**

**Mozgásszervi betegségek és
Sportsérülések gyógyítása,
Gyermekszülés**

Bejelentkezés on-line, vagy telefonon.



**MEDIAS CAR
AUTÓSBOLT**

a **MAGNET CAR** utódja
állandó raktárkészlettel!



**Autóalkatrészek,
önindítók,
generátorok és
alkatrészeik,
kenőanyagok
EGY HELYEN!**

**8600 Siófok, Fő utca 111.
Tel.: 06-84/311-948,
06-30/442-6161
Nyitva: H-P.: 8-16:30-ig.**

KÖNYVKÖTŐ

vállalja szakdolgozat, könyv, újság
bekötését, valamint oklevéltartó,
vendégkönyv és étlapartó készítését.

• **Kasírozás**
• **Dobozkészítés**
• **Aranyozás**
• **Vakdombornyomás**
VÁRNAGY MIKLÓS
Műhely: Siófok,
Kálmán Imre stny. 2/B/8.
Tel.: 06-20/9615-834
varnagykonyvkoto@gmail.com



**"HOZOM-VISZEM"
SZOLGÁLTATÁS!**

• **KÉZI AUTÓMOSÁS**
• **BELSŐ TAKARÍTÁS**
• **MOTORMOSÁS**
• **ALVÁZMOSÁS**
• **KÁRPITTISZTÍTÁS**
• **AUTÓPOLÍROZÁS**

**Siófok, Bajcsy Zs. u. 201.
(Interfruct udvar)
Tel.: +36-30/9727-923
Nyitva: H-Szo: 7:00-17:00 V: ZÁRVA**

Szezon végi nagy NÖVÉNYVÁSÁR

október 10-20-ig, a készlet erejéig

-10-20% kedvezmény

**KICSI ÉS NAGY TÖBB SZÁZ ÉVES
ÖSTÖRZSES OLAJFÁK IS KAPHATÓAK!**
Faqutató és szobai pálmák,
25 féle banán (piros, kék, faqutató stb.)
rengeteg bimbos és virágzó Hawaii rózsá,
esőerdei elefántfülek óriási választékban!

PÁLMA ÉS BANÁNKERT SIÓFOK
Siófok, Jegenye sor 23.
(Kiliti első körforgalomnál jobbra 12 ház)
Tel.: +36 30/904 87 78

Vidanet



**Színes őszi
meglepetések**

TV, internet és telefon
csomagja mellé
Berlinger Haus szósos
edény lehet az ajándék.



A tájékoztatás nem teljes körű. Részletek a weboldalunkon.

vidanet.hu

OKTÓBERI ABLAKCSERE-AKCIÓ

10% KEDVEZMÉNNYEL + 5% NYUGDÍJJASKEDVEZMÉNY!

➤ **REDŐNYÖK:** műanyag/alumínium rozsdamentes
tokkal, zajmentes, gumírozott lefutókkal,
igény szerint rovarhálóval kombinálva!

➤ **RELUXÁK, SZALAGFÜGGÖNY,
NAPELLENZŐ ROLETTA, PLISZÉ.**

➤ **SZÜNYOGHÁLÓK:** fix, mobil, ajtó,
oldalra húzható (tetőtéri ablakra is).

➤ **TÉLIKERTÉK ÉS TERASZBEÉPÍTÉSEK.**

MŰANYAG ABLAKOK

- Technológiánkkal pár óra alatt beépíthetőek
egy családi ház ablakai még télen is!
- Bontás és falsérülés nélkül ki tudjuk
cserélni a nyílászárókat.

AUSKUNFT AUF DEUTSCH! Infók németül is!

Az akció időtartama október 31.

06-20/542-1856

Hétvégén is hívható!

ambibaubt@gmail.com www.ambibau.hu



**Siófok - Ipartelep,
Marosi út 1.**

Nyitva: H-P.: 8-17, Sz.: 9-12

Háztól-házig szolgáltatás:

06-84-312-390 • 06-30-549-65-20 • 06-30-510-77-67

Szolgáltatásaink:

- Öltönyök, zakók
- Nadrágok, kabátok
- Szőnyegek, függönyök
- Ágynemű huzatok
- Matracvédők, plédok
- Nagyméretű textiliák
- Gyapjútakarók, párnák
- Munkaruhák
- Tollpárnák, paplanok
- Bőrkabátok (festést is vállalunk)



**Továbbá vállaljuk
szállodák, panziók, éttermek
textiliáinak mosását,
házhozszállítással**

SZAKSZERŰ TISZTÍTÁSA RÖVID HATÁRIDŐVEL!

Tekintse meg honlapunkat: **www.patyolat-siofok.hu**

Finomhangolás jöhet az Otthonfelújítási programban

■ Már meghaladta a tízezeret a program indulása óta kiállított energetikai tanúsítványok száma.

Az Energiaügyi Minisztérium kezdeményezésére az Otthonfelújítási program finomhangolását szolgáló javaslatokat tekintettek át az érintett tárcák, pénzügyi és szakmai közreműködő szervezetek képviselői – jelezte friss Facebook-bejegyzésében a minisztérium.

A kezdeményezések célja az adminisztrációs terhek csökkentése, a pályázati folyamat felgyorsítása, egyszerűsítése. A kormány egyetértése esetén a lehetséges résztvevők köre bővíthet, a



kölcsönt kérelmezőknek kevesebb dokumentumot kell majd benyújtaniuk.

Biztosan változatlan marad az az elvárás, hogy a korszerűsítésekkel legalább harmincszázalékos energia-megtakarítást kell elérni. A támogatott háztartások csökkenő fogyasztása nemcsak a rezsiterheiket mérsékli, hanem Magyarország energiaszuverenitását,

a hazai ellátásbiztonságot is erősíti – hangsúlyozza a tárca.

Az otthonfelújítási program július elsejei indulása óta kiállított energetikai tanúsítványok száma a héten haladta meg a tízezeret. A konstrukció kivitelezői és beszállítói lehetőséget teremtenek a magyar építőipari és építőanyag-kereskedelmi vállalkozásoknak.

forrás: MW



FREGATT ÉTTEREM

"HA A PARTON MEGÉHEZNÉL
HORGONYOZZ LE NÁLUNK!"

• **HETI MENÜ** • Büfé • Kiszállítás • Elvitelre
• Kerthelyiség • Zárt körű rendezvények • Állat barát hely

ESKÜVŐKET, SZÜLETÉSNAPOKAT, KERESZTELŐT, RENDEZVÉNYEKET,
MEETINGEKET 120 FŐ-IG LEHET NÁLUNK FOGLALNI.

KISZÁLLÍTÁS SZEPTEMBER 1-TŐL TELJES ÉTLAPUNK VÁLASZTÉKÁBÓL
12:00 ÉS 21:00 ÓRA KÖZÖTT, HÉTFŐTŐL SZOMBATIG.

Frissensültek marhából, sertésből és csirkéből,
vegetáriánus ételek, halak, hamburger, tortilla, gyros és pizza



Siófok, Baross Gábor u. 1. • Nyitva hétfő - vasárnap: 11:00-21:00

Tel.: +36 20 537 7656 • fregattetterem.eatbu.com

f Fregatt Siófok fregatt.etterem.siofok

d fregatt.tterem.si Siófok, Fregatt étterem



Ételrendelés



Honlap



**A vadonatúj Hyundai
Santa Fe megérkezett!**

**Karakteres, merész, ultramodern
és élvonalbeli kényelem!**

Az aktuálisan elérhető készletről
érdeklődjön a feltüntetett
elérhetőségeken, vagy
látogasson el hozzánk
személyesen!



KOVÁCS AUTÓCENTRUM

Sió-Mobil Kft. 8600 Siófok, Erdei Ferenc u. 6.

Tel.: 06 84 538 080,

Mobil: 06 30 841 5722, 06 20 326 9699

hyundai.auto@kovacs-auto.hu,

www.kovacs-auto.hu



METALLÁRUHÁZ

Siófok, Bajcsy-Zs. u. 185. Tel.: 84/314-008
POLIMIX KFT. www.metallaruhaz.hu

MŰANYAG KERÍTÉSOSZLOP

AKCIÓ!

Újrahasznosított műanyagból készült "deszka és oszlop".
Előnyei: kedvező ár, tökéletesen időjárásálló, nem korhad mint a fa,
nem rozsdásodik mint az acél, nem kell felületkezelné.
Mégmunkálása ugyanazokkal a szerszámokkal végezhető
mint a fa esetében, mindenféle csavar belesavarható.

Oszlopok:

7x250 cm **3.500 Ft/db**

8 kg/db

10x200 cm **3.500 Ft/db**

11 kg/db

10x230 cm **3.700 Ft/db**

13 kg/db

10x270 cm **4.600 Ft/db**

16 kg/db

6x6x180 cm **1.800 Ft/db**

7 kg/db

6x6x200 cm **2.000 Ft/db**

8 kg/db

9x9x200 cm **3.500 Ft/db**

12 kg/db

9x9x230 cm **3.800 Ft/db**

14 kg/db



9x9x270 cm

4.800 Ft/db 18 kg/db

Deszka:

5x13x200 cm

3.400 Ft/db 11 kg/db

KIVITELEZŐKNEK TOVÁBBI KEDVEZMÉNYEK!

POLIKARBONÁT LEMEZ **AKCIÓ!** VERHETETLEN ÁRON!

Azonnal raktárkészletről, igény szerinti
méretre vágással, kiegészítőkkel.

10 mm víztiszta:

2.999 Ft/m²

10 mm bronz:

3.499 Ft/m²

16 mm-es víztiszta:

7.900 Ft/m²

16 mm-es bronz:

8.700 Ft/m²

Egész táblában vásárolható:

2100 x 3000 mm

2100 x 3500 mm

2100 x 4000 mm

2100 x 5000 mm

2100 x 6000 mm

2100 x 7000 mm

10 mm antracit:

5.950 Ft/m²

Termékeinket házhozszállítással is megvásárolhatja, kérjen ajánlatot kollégáinktól elérhetőségeinken.

Nyitva: H-P.: 8-16-ig, Szo.: 8-12-ig. V.: Zárva

Érv.: 2024.10.04-től a készlet erejéig. A fotók illusztrációk.
Bruttó árak, forintban értendők és 1 db termékre vonatkoznak.

E-mail: polimix@metallaruhaz.hu



**MEGRENDELŐINK KÖZT
MINDEN HÓNAPBAN EGY
ELEKTROMOS ROLLERT
SOROLUNK KI!**

**MINDEN AJÁNLATKÉRÉSHEZ
AJÁNDÉKOT ADUNK!**



**REHAU
Quality**

**NYÍLÁSZÁRÓKBAN
AZ ÖN 2024-ES
OTTHONFELÚJÍTÁSI
PROGRAMJÁNAK
PARTNERE**

A COMFORT ABLAK KFT.

20 ÉVES A COMFORT ABLAK KFT!

*** RÉSZLETEKÉRT ÉRDEKLŐDJÖN SZAKÜZLETEINKBEN**

Az ajánlat 2024. december 20-ig érvényes.

www.comfortablak.hu

comfortablak@comfortablak.hu



A NYOMDAI PARTNER

GRAFIKAI TERVEZÉSTŐL A GYÁRTÁSIG!

**AUTÓMATICÁZÁS
ÉPÜLETFÓLIÁZÁS**

**KÉRJEN
AJÁNLATOT!**

WWW.PLAZACOPY.HU

+36 30 226-1152

8600 SIÓFOK, SIÓ PLÁZA



**AJÁNDÉK
KUPON***

**CLASSEN LAMINÁLT PADLÓ
VÁSÁRLÁSA ESETÉN
1M²-T AJÁNDÉKBA ADUNK.**

*A kupon minimum 20m² Classen laminált padló esetén váltható be
kivéve a Galaxy termékcsalád és az akciós termékek.

Érvényes: 2024.03.04 - 2024.12.31.-ig vagy a készlet erejéig!
A kedvezmény más akciókkal nem vonható össze.



Hubert Parketta Kft.

8600 Siófok, Vak Bottyán út 32. ☎ +36 84/313-385

www.hubertparketta.hu/akciok



**Siófok, Sió u. 43., Tel: 20-40-35-186,
jakab-marta@freemail.hu**

**Ebédidő, kiszállítás: 11-15-ig
Rendelésfelvétel: 8-10-óraig
A később beérkezett rendelések
kiszállítási díjat számítunk fel!
Kiszállítás: Siófok, Kiliti, Töreki,
Széplak, B.szabadi, Siójut területén**

Október 7- 13-ig.

Normál menü: 1.990 Ft | Nyugdíjas menü: 1.790 Ft

A menü

Hétfő Póréhagyma krémleves
Temesvári sertésragu
Galuska
Kedd Kertészleves
Szezámagos rántott cs.mell
Majonézos vitaminsaláta
Szerda Kolbászos lebbencsleves
Magyaros csirkecombfilé
Tarhonya
Csüt. Húsleves tésztával
Vadas sertésszelet
Zsemlegombóc és spagetti
Péntek Zöldséges burgonyaleves
Csáky töltött sertéskaraj
rántva, Sonkás rizs
Szombat Csurgatott tojásleves
Pikáns sertésszelet
Burgonyagombóc
Vasárnap Húsleves tésztával
A menü: Rántott sertéskaraj
Vegyes köret,
Savanyú
B menü: Csirkepörkölt,
Tészta

B menü

**Póréhagyma krémleves
Fokhagymás sült csirkemáj
Hagymás törtburgonya
Kertészleves
Lencsefőzelék
Sült tarja
Kolbászos lebbencsleves
Tojásos nokedli
Saláta
Húsleves tésztával
Vecsési húsoskáposzta
Alföldi gulyás
Túrós csusza sült szal.pörccel**

Heti ajánlatunk: 2.190 Ft

**Holstein sertéskaraj – Hasábburg.
Paradicsomos-mozzarellás cs.mell
- Steakburg.
Tengeri halfilé rántva, Rizs, Tartár
Sajttal-barackkal töltött sertéskaraj
rántva – Petr. burgonya**

Éttermünk a menü változtatásának
jogát fenntartja! Minimum rendelés 1.790 Ft.

Rendezvényekre sültés tál rendelhető 5.700 Ft/ fő
Rántott csirkemell, Cordon-Bleu, Cigánypecsenye, Rántott gombafejek,
Rántott sajt, Rizs, Steakburgonya, Savanyúság, Tartár,

UROLÓGIAI MAGÁNRENDELÉS

Dr. Vőneky Ákos főorvos

Tel.: 06 84/696-303
Rendelési idő (Siómedical):
Kedd, szerda: 16-17 h



OKTÓBERI OPTIKA NAPOK AZ ÉLESLÁTÁSÉRT

**Szemüveglencsék
20-40% engedménnyel!**
**Szemüvegkeretek
20-50% engedménnyel!**

Siófok, Vak Bottyán u. 27., TESCO
Nyitva: H.-P. 9.00 - 19.00, Szo. 9.00 - 18.00
Telefon: 06-84/322-674
Az akció október 1-31-ig érvényes.
A promócióban résztvevő termékek listáját keressé üzletünkben.

**VIKKER
LÁTSZERÉSZ**

essilor
HOYA

ABLAKBAN OTTHON

Azonnal raktárkészletről:
Bioklimatikus pergolák, telepítéssel
Ajtók, ablakok, párkányok, szegőlécek, redőnyök, szúnyoghálók

Vállaljuk meglévő nyílászárói cseréjét, egyedi méret esetén is, rövid határidővel.

+36 30 594 0155
8638 Balatonlelle, Rákóczi út 356.



mozaikpress.hu

KODI 2010 KFT.

ŐSZI KÉSZLETKISÖPRÉS!

**OKTÓBERBEN MINDEN
KÉSZLETES BURKOLAT
EGYEDI, KEDVEZMÉNYES ÁRON!**

KIFUTÓ:
TÜKRÖK ÉS LED-ES TÜKRÖK
FÜRDŐSZOBAI KIEGÉSZÍTŐK
FÜRDŐSZOBA BÚTOROK
MOSDÓ ALATTI BÚTOROK
ÁLLÓSZEKRÉNYEK
MOSDÓK, WC-K ÉS BIDÉK

**AKÁR
50%
KEDVEZMÉNNYEL!**

WWW.KODI2010KFT.HU

Nyitvatartás:
H-P: 7:30-16:00
Szo.: 8:00-12:00

Az akció időtartalma:
2024.10.01-től 2024.10.31-ig,
illetve a készlet erejéig!
Az árak bruttó árak!

8600. Siófok, Bajcsy Zs. u. 203/A
Tel.: 06-30/2590-536
kodi2010csempe@gmail.com

GLUTÉN ÉS TEJMENTES MENÜ

2024.10.07.-től
2024.10.11.-ig

FŐÉTEL: 2190,-Ft LEVES: 790,-Ft

Brunch & Bistro

LEVES	Fokhagymakrémleves
HÉTFŐ	Tofu saslik rizzsel, Csirkemell saslik rizzsel
KEDD	Rántott karfiol rukkolás burgonyapüré, Bolognai spagetti reszelsajttal
SZERDA	Grillezett zöldség kukoricás rizs, Pulykamell mozzarellaival paradicsommal kukoricás rizs
CSÜTÖRTÖK	Tócsni édesburgonyával és franciasalátával Szezámagos rántott csirkemell édesburgonyával és franciasalátával
PÉNTEK	Édesburgonyás chilis bab, Chilis bab

Menüváltoztatás jogát fenntartjuk!
Kiszállítás csak a Fodorán és Wolton lehetséges!
Helyben fogyasztás: 8600 Siófok, Fő utca 254/D.
Info: +36 20 278 0844

NYITVATARTÁS:
Hétfő-Csütörtök: 8-14-ig, Péntek-Szombat: 8-19-ig
Vasárnap: 9-19-ig

CAFESPIRIT.HU

Éld át a Feel good életérzést az Új MG3 Hybrid+-szal!

Nyílt hét: 2024. október 1-5!

MG MÁTÉ
WWW.AUTOMATE.HU

1 MÁTÉ
1991 ÓTA

MG 100
7 ÉV



**ÓZON-OXID
& CLEAN**

- Ózonos fertőtlenítés, szagtalanítás, penészirtás
- Szőnyegtisztítás (a helyszínen)
- Fugatisztítás
- Kárpittisztítás
- Babakocsi és babaülés tisztítás

+36-30/241-4059

siofok.ozon@gmail.com

Facebook:

ózon-oxid & clean



Komplex
Hatósági engedélyeztetés
- telepengedély
- működési engedély
- tűzvédelmi szakvizsgáztatás
**Tűzvédelmi, munkavédelmi,
környezetvédelmi szolgáltatás.**
Szakképviselő.

Profire Komplex Kft.
8600 Siófok, Béri B. Á. u. 68/c
Telefon: 06-30/994-1550,
06-70/330-8246
e-mail: profire@freestart.hu

**Siófok-Kilitin
CSALÁDI HÁZ
ELADÓ!**
Aldi, Tesco, Obi
közelében.
Ára: 69,9 millió
06 30 422 2554

VÉRADÁS

Október 14.
Siófok, Erkel F. u. 49.
Hotel Residence,
11:30-12:30-ig.

Milyen gyakran kell kimosni a párnákat?

■ Bár átlagosan az ember 8 órát tölt alvással az ágyban, kevesen gondolnak arra, hogy mennyire tiszta az a felület, amire a fejünket hajtjuk.

Mary Futher, a higiéniai szakértő, aki „Madame Sweat” néven ismert, elárulta, milyen gyakran kell tisztítani a párnákat. A legújabb felmérés szerint a lakosság 41%-a soha nem mossa a párnáját, ami pattanásokhoz, allergiás reakciókhoz és légzési problémákhoz vezethet. Pedig egy egyszerű mosással mindez elkerülhető lenne. Ezért is osztotta meg Mary Futher, vagy ahogy követői ismerik, Madame Sweat, tanácsait arról, milyen gyakran érdemes tisztítani a párnákat. Egy videójában, amely több mint 7000 lájkot gyűjtött, Mary megkérdezte: „Miért nem mosod ezeket?”

Mary elmagyarázta, hogy a párnákban felhalmozódik az izzadság, a poratkák és a baktériumok, így a mosásuk „majdnem olyan fontos, mint a ruhák mosása”. A szakértő hozzátette: „Tudom, hogy néhányan azt fogják mondani, hogy van antimikrobiális párnavédőjük, ami rendben van. De ha nincs ilyen, akkor háromhavonta kellene mosnod a párnát. Nem minden párna egyforma. A mosásuk módja attól függ, miből készültek.”

A követők ledöbbentek, sokan bevallották, hogy soha nem mosták még ki a párnájukat. „Bűnös vagyok. Soha nem mostam őket. Köszönöm” – írta egy felhasználó. Egy másik hozzátette: „Személyes támadásnak érzem.” Egy harmadik megjegyezte: „Imádom, ha napra tehetem őket mosás után! A napsugarak elpusztítják a baktériumokat, és úgy érzem, ha van egy folt, a nap azonnal eltünteti.” Egy negyedik viszont így érvelt: „Összecsomósodnak mosás után.” A Healthline szerint a magas minőségű párnák, bár drágábbak, jobban ellenállnak a pornak, és hosszabb ideig megőrzik a minőségüket. A latexből, hajdinából vagy memóriahabból készült párnákat három-négy évente kell cserélni. Ezzel szemben a szintetikus párnák olcsóbbak és könnyebben tisztíthatók, de nem tartanak olyan sokáig. A poliészter párnákat például hat hónaptól két évig terjedő időközönként kell cserélni.

forrás: MW

Nápolyi PIZZA KISZÁLLÍTÁS

SIÓFOK, KILITI, ZAMÁRDI, BALATONSZÉPLAK, TÖREKI



MARINARA 3.850 Ft

Paradicsomos alap, fokhagyma, morzsolt oregánó, friss bazsalikom, extra szűz oliva olaj

MARGHERITA 3.990 Ft

Paradicsomos alap, Fior di latte, friss bazsalikom, extra szűz oliva olaj

COTTO 4.190 Ft

Paradicsomos alap, fior di latte, cotto sonka, friss bazsalikom, extra szűz oliva olaj

SALAMI NAPOLI 4.190 Ft

Paradicsomos alap, fior di latte, nápolyi szalámi, friss bazsalikom, extra szűz oliva olaj

DIAVOLA 4.290 Ft

Paradicsomos alap, fior di latte, spianata piccante szalámi, friss bazsalikom, extra szűz oliva olaj

CRUDO DI PARMA 4.590 Ft

Paradicsomos alap, fior di latte, rukola, pármai sonka, mozzarella di bufala D.O.P, koktél paradicsom, parmezán, extra szűz oliva olaj

QUATTRO FORMAGGI 3.990 Ft

Paradicsomos alap, fior di latte, parmezán, gorgonzola, pecorino romano, friss bazsalikom, extra szűz oliva olaj

QUATTRO STAGGIONI 4.290 Ft

Paradicsomos alap, fior di latte, cotto sonka, gomba, articsóka, oliva bogyó, friss bazsalikom, extra szűz oliva olaj

MAGYAROS 4.590 Ft

Paradicsomos alap, fior di latte, nápolyi szalámi, spianate piccate szalámi, pancetta, lilahagyma, friss bazsalikom, extra szűz oliva olaj

PIZZA PANCETTA 4.290 Ft

Paradicsomos alap, fior di latte, pancetta, rukola, bufala di mozzarella D.O.P, extra szűz oliva olaj

TOSCANA 4.190 Ft

Paradicsomos alap, fior di latte, cotto sonka, gomba, friss bazsalikom, extra szűz oliva olaj

COTTO CORN 4.290 Ft

Paradicsomos alap, fior di latte, cotto sonka, kukorica, friss bazsalikom, extra szűz oliva olaj

DANIELLE 4.290 Ft

Paradicsomos alap, fior di latte, pármai sonka, aszalt paradicsom, friss bazsalikom, extra szűz oliva olaj

CIPOLLA 4.190 Ft

Paradicsomos alap, fior di latte, lilahagyma, oliva bogyó, friss bazsalikom, extra szűz oliva olaj

+36 20 926 2424

Kiszállítás: Kedd-Vasárnap 11:30 - 20:30

Címünk: Siófok, Vécsey Károly u. 23.

WWW.EGYCSIPETNAPOLY.HU

Szinte csak az nem dolgozik, aki nem akar

Magyarország az Európai Unió nyolcadik legalacsonyabb munkanélküliséggel rendelkező országa.

Augusztusban a 15-74 éves foglalkoztatottak átlagos létszáma az előző év azonos időszakához képest 39 ezerrel 4,748 millióra nőtt. A munkanélküliek száma 210 ezer, a munkanélküliségi ráta 4,2 százalék volt – jelentette a Központi Statisztikai Hivatal (KSH). A június-augusztusi három hónapos időszakban a foglalkoztatottak átlagos létszáma a 15-74 évesek körében 31 ezerrel 4,752 millióra nőtt.

A férfi foglalkoztatottak száma kismértékben, 2,502 millióra csökkent, a nőké 43 ezerrel 2,250 millióra nőtt. A hazai elsődleges munkaerőpiacon 4,586 millióan dolgoztak, 43 ezerrel többen, mint egy évvel korábban. Miközben a külföldön dolgozók létszáma érdemben nem változott, 108 ezer fő volt, a közfoglalkoztatottaké tízezerrel, 58 ezerre csökkent.



A 15-64 évesek körében a foglalkoztatási arány 0,4 százalékponttal, 75,2 százalékra nőtt. A ráta a férfiak esetében kismértékben, 78,9 százalékra csökkent, a nőknél 1,3 százalékponttal, 71,4 százalékra emelkedett a jelentés szerint. A 2024. június-augusztusi időszakban a 15-74 éves munkanélküliek száma az előző évhez képest 12 ezerrel, 211 ezerre, a munkanélküliségi ráta pedig 0,2 százalékponttal, 4,3 százalékra nőtt.

A munkanélküli férfiak száma 112 ezer volt, munkanélküliségi rátájuk 0,3 százalékponttal, 4,3 százalékra emelkedett. A nőknél a munkanélküliek száma száz-ezret tett ki, 4,2 százalékos munkanélküliségi rátájuk

lényegében megegyezett az egy évvel korábbival.

Magyarország az Európai Unió nyolcadik legalacsonyabb munkanélküliséggel rendelkező országa – jelezte Czomba Sándor foglalkoztatáspolitikáért felelős államtitkár az adatok kapcsán. Kiemelte, az elmúlt hónapok adatai egyértelműen bizonyítják a munkaerőpiaci aktivitást növelő programok sikerét. Egyre több olyan ember lép be a munkaerőpiacra, akik korábban inaktív volt, és ezek az emberek gyorsan el is tudnak helyezkedni, köszönhetően a célzott intézkedéseknek és támogatási programoknak.

Az államtitkár hangsúlyozta, hogy a kormányzat kiemelt célja 2010 óta az, hogy mindenkinek legyen lehetősége dolgozni, aki akar és képes rá. Ez a célkitűzés töretlenül érvényesül, hiszen 2010-hez képest ma már közel egymillióval többen dolgoznak Magyarországon, és az átlagos magyar munkavállaló fizetése több mint a háromszorosára nőtt.

forrás: Magyar Nemzet

WEB · DESIGN · GRAFIKA

Referenciák: www.mozaikpress.hu

INTERNET:

- Wordpress weboldalak készítése
- Tárhely szolgáltatás
- Domain regisztráció
- Weboldal optimalizálás
- Meglévő weboldalak felújítása, átalakítása
- Keresőoptimalizálás
- Reszponzív weboldalak (PC, mobil, tablet)
- Instagram, fotókészítés



GRAFIKA ÉS SAJTÓTERMÉKEK:

- Szórólapkészítés, szórólap terjesztés
- Grafikai szerkesztés
- Német és angol fordítás
- Újsághirdetés szinte az egész országban (Szuperinfó, Mozaik)
- Drónfotózás



Kérje ajánlatunkat telefonon vagy e-mailben.

Tel.: 06 30 979 26 25, 06 70 316 61 43

E-mail: info@mozaikpress.hu

Társ az élet minden területén.
Várjuk tesztvezetésre az Új Tiguanal.

Sió-CAR Kft.

8600 Siófok, Fő u. 262.

+36/84/505-235,

info@siocar.hu, siocar.hu

Az Új Tiguan modellek felszereltségtől függő, kombinált üzemanyag-fogyasztása belsőégésű motorok esetén: 5,3-7,0 l/100km, Hybrid modellek esetén: 0,4-4,0 l/100km és 16,8kWh, CO₂- kibocsátása belsőégésű motorizáltság esetén: 139-170g/km, Hybrid modell esetén: 9 g/km. A megadott értékek a típusjóváhagyás során rögzített, gyári felszereltséggel kerültek megállapításra, és a hirdetés feladásának időpontjában érvényesek. A nevezett értékek nem egyes járművekre vonatkoznak, nem részei a tájékoztatónak, hanem a különböző járműtípusok összehasonlítására szolgálnak, a 715/2007/EK rendelet jelenleg érvényes előírásainak megfelelően. Ezen értékeket egyes többletfelszereltségek, tartozékok, valamint a vezetői szokások és egyéb, nem technikai jellegű jellemzők (pl. környezeti feltételek) is befolyásolják. A képen szereplő gépjárművön felírt extra felszereltségek is láthatók.

vw.hu

ELSŐBBSÉG A JÓ AJÁNLATOKNAK
OPEL MODELLEK AKÁR **700.000 FT**
KEDVEZMÉNNYEL ÉS **AJÁNDÉK**
TÉLIGUMI-SZETTEL /

**AKÁR
0%
THM**



Új Corsa 75LE **6.790.000 Ft-tól**
2 millió Ft kamatmentes finanszírozással

Mokka Edition 100LE **8.090.000 Ft-tól**
3 millió Ft kamatmentes finanszírozással **500 000 Ft extra kedvezmény az ártól!**

Astra Edition 110LE **8.790.000 Ft-tól**
3 millió Ft kamatmentes finanszírozással

Astra S.Tourer Edition 110LE **8.990.000 Ft-tól**
3 millió Ft kamatmentes finanszírozással

Grandland Edition 130LE **10.690.000 Ft-tól**
3 millió Ft kamatmentes finanszírozással

Az ajánlat a 2024.10.01-10.31. között megrendelt gépkocsikra, illetve a készlet erejéig, vagy az akció visszavonásáig érvényes. A tájékoztatás nem teljeskörű, részletekről érdeklődjön autóházaikban. Az árak Forintban értendők és az ÁFA-t tartalmazzák.

**KISS-GERENCSÉR
AUTÓHÁZAK**

Zalaegerszeg, Hock J. u. 96. +36 30 348 1198
Nagykanizsa, Récsei u. 1. +36 30 400 1238
Gyenesdiás, Kereskedők útja 2. +36 30 489 6217
opel.kiss-gerencser.hu | info.opel@kiss-gerencser.hu



Napi ajánlataink:

Rendelésfelvétel: 11.00-22.00-ig

Tel.: +36 30 427 7357

**Siófok területén
ingyenes házhozszállítás!!!!**

Menü ára: 2.149 Ft

Hétfő: Karfiollesves
Zöldborsófőzelék

Kedd: Fahéjas szilvaleves
Holstein szelet

Szerda: Májgombóclevés
Gombás, tejszínes,
csirkés penne

Csütörtök: Zöldbableves
Tonhalas, paradicsomos
tészta

Péntek: Húsleves
Szilvásgombóc

Heti ajánlatunk:

Vadas zsemlegombóccal 2.590 Ft

Facebook: Hugo Pizza 2024. október. 7 - 11-ig

Hatmilliárd köbméterre nőtt a gázkészlet

■ Hazánk hagyományosan a kontinens élmezőnyébe tartozik a fogyasztással arányos töltöttségi mutatókat vizsgálva.

Magyarország megfelelően felkészült a télre, a kiemelkedő kapacitású hazai tárolókban már hatmilliárd köbméter földgáz áll rendelkezésre. Tavaly a lakosság alig valamivel több, mint hárommilliárd köbmétert fogyasztott el, az elérhető tartalék ennek közel kétszerese. A gazdaság igényeit tavaly mintegy 5,5 milliárd köbméter földgáz fedezte, a belső tárolt mennyiség ezt is meghaladja – jelezte az Energiaügyi Minisztérium szombati Facebook-bejegyzésében.

A múlt esztendőben együttesen mintegy 8,5 milliárd köbméteres gázfogyasztás több mint 70 százaléka a nagy hidegek beköszönte előtt hozzáférhető. „Az előző fűtési szezon együttesen 5,7 milliárd köbméteres felhasználásával megegyező mennyiséget már szeptember elejére betároltuk” – írja a tárca.

Ráadásul az időarányos előrehaladáson alapuló becslések szerint idén nyolcmilliárd köbméter alá szorulhat az éves földgázfelhasználás. A tartalékok tehát akár még nagyobb hányadát is fedezhetik a tényleges szükségleteknek – teszik hozzá.

Az Európai Unió a földfelszín alatti gáztárolókkal bíró tagállamok számára 90 százalékos feltöltési célértéket ír elő november elsejei határidővel. Magyarország ezt az elvárást már szeptember elejére teljesítette.

Hazánk hagyományosan a kontinens élmezőnyébe tartozik a fogyasztással arányos töltöttségi mutatókat vizsgálva. Jelenleg is csak a három balti állam készleteit tároló Lettország és Ausztria előz meg bennünket ebben az összevetésben.

A magyar fogyasztók biztonságos ellátását a magas készletszint mellett a zavartalanul zajló import és a belső kitermelés is szolgálja. A családok a rezsiszökkentésnek köszönhetően hosszú ideje Európában a legolcsóbban jutnak földgázhoz. A rezshivédelmi intézkedések változatlan formában garantálják, hogy a magyar emberek a hamarosan induló fűtési szezonban is megfizethető áron tarthassák melegen otthonaikat – olvasható a posztban. **forrás: vg.hu**

CentrumAuto
MÁRKAFÜGGETLEN AUTÓSZERVIZ

8600 Siófok, Jegenye sor 4/D.
www.centrumauto.hu
MUNKAFELVÉTEL: +36 70 335 9337
ALKATRÉS: +36 70 630 9337

VOLVO SZAKSZERVIZ

Megújult, gyorsabb, hatékonyabb szervizelési folyamatok és időpontegyeztetés. Várja meg kényelmes ügyfél váróknban, míg elkészül autója.

MAGAS SZÍNVONALÚ, EGYEDI

✓ Autódiagnosztika ✓ Szoftverfrissítés ✓ Magyarosítás
További típusokhoz is teljes körű hibakód kiolvasás, törlés és egyéb autodiagnosztikai szolgáltatások!



A szolgáltatások az autó típusától függően változhatnak.

Tombert Solar Group MEGNYITOTTUK!

Klíma telepítés, szervizelés, karbantartás, helyszíni felmérés.
Ingyenes árajánlatért keressen minket elérhetőségeinken, vagy bemutatótermünkben!
SIÓFOK, FŐ UTCA 83.
☎ +36 70 882 8885 🌐 www.tombert.hu ✉ ertekeites@tombert.hu
📍 📱 📺



**VAKOK ÉS GYENGÉNLTÓK
SOMOGY MEGYEI EGYESÜLETE**

Ha Önnek vagy családtagjának látásával kapcsolatos problémája van forduljon Egyesületünkhöz bizalommal, az alábbi elérhetőségek valamelyikén

Telefon: +36 82 319 229

+36 30 505 9981

Cím: 7400 Kaposvár, Pécsi utca 2

Email: info@somogyivakok.hu

www.somogyivakok.hu

www.facebook.com/somogyivakok.egyesulete

BÁGODOS-TETŐFEDŐ SZAKÜZLET, BÁDOGOS MŰHELY

Ságvár, a Fő utca 2/1. Tel.: 06 20 616 6810

siotetokft2024@gmail.com

Nyitva: H-P: 7:00-16:00-ig. Szo.: 7:00-11:00-ig.

AKCIÓ!

CSEREPESEMEZEK
3.550 Ft/m²-től!

TRAPÉZLEMEZEK
3.400 Ft/m²-től!

• Ereszcsatornák minden formában és színben • Cserepek • Tetőablakok
• Szigetelő anyagok • Korcolt fémlemez fedések • Lemez szalagok
• Szendvics panelek • Tető panelek • Fóliák • Szegélyek
• Bádogos kéziszerszámok forgalmazása! • Fémlemez kerítés elemek
• Fémkerítés lécek megrendelése egyedi méret alapján
• Fémlemez fedések előkorcolása műhelyben, de akár a helyszínen is kiszállással!

• Tetők kivitelezése cserepeslemezzel, cseréppel.
• Bádogos munkák teljes körű kivitelezése.

Fr: 2024. 10.05-én a képet az ÁFA-t tartalmazó

Megbetegíthet az óraátállítás

■ Október 27-én hajnali 3-kor 2 órára kell visszaállítani az órákat, ezzel kezdetét veszi a téli időszámítás. De miért is állítgatjuk oda-vissza az órákat nyár és tél elején? Összefoglaljuk, mit érdemes tudni a nyári-téli időszámítás bevezetéséről, egészségi hatásairól és jövőjéről.

Az óraátállítás ötlete a 18. századi Amerikából származik. Benjamin Franklin, amerikai államférfi és feltaláló 1784-ben írta le egy cikkében az óraátállítás lehetőségét, amely segíthetne az energiafelhasználás

optimalizálásában. Az óraátállítás gyakorlati alkalmazása csak a 20. század elején vált elterjedté. Az első országok, amelyek bevezették az óraátállítást, Németország és Ausztria voltak az első világháború idején, 1916-ban. A cél az volt, hogy a háborús erőforrásokat hatékonyabban felhasználják azáltal, hogy az emberek több időt tölthetnek természetes napfényben.

Az 1970-es évek olajválságai idején további országok csatlakoztak, hogy csökkentse az energiafelhasználást. A világon ma is számos ország alkalmazza az óraátállítást, de nem mindenhol egyformán.

A nyári időszámítás Magyarországon való bevezetéséről 1916. április 7-8-án tárgyaltak Berlinben. Az Est 1916. április 13-i számából kapott először hírt a lakosság a kötelező óraátállításról (1916. április 30-án éjjel 11 órakor 12 órára módosult az aktuális idő). A két háborúban alkalmazott óraátállítás egyes években szünetelt. 1954-57-ben a munkanapok esti csúcsterhelésekor jelentkező kapacitási nehézségek enyhítésének reményében alkalmazták. 1958 és 1979 között a nyári időszámítás használata szünetelt, 1980-ban újra bevezették villamosenergia-megtakarítási céllal.

Az óraátállítás hatásairól folyamatosan zajlanak kutatások és viták, amelyek részben az egészséggel kapcsolatos agályokra összpontosulnak. Egyes felmérések szerint az időszámítás változásai negatívan befolyásolhatják az alvási szokásokat és az egészséget.

Több kutatás is összekapcsolta az óraátállítást az egészségügyi problémákkal.



Az átmeneti időszakban meg-növekedett stressz és alváshiány szerepet játszhat az érrendszeri betegségek, a magas vérnyomás és más krónikus állapotok kialakulásában. Az óraátállítás ideiglenes hatása alatt csökkenhet a munkateljesítmény és növekedhet a balesetek kockázata. Az alváshiány és a biológiai óra zavara negatívan befolyásolhatja a döntéshozatalt és a reakcióidőt.

Az óraátállítás és az egészség közötti kutatások fokozott figyelmet keltettek, így néhány országban elkezdődtek a viták a gyakorlat elvetéséről. 2018-ban volt egy európai népszavazás, ahol az EU lakosságának véleményét kérdezték az

óraátállításról. A válaszadók többsége az óraátállítás eltörlését támogatta, köztük a magyarok is. Az Európai Parlament (EP) ennek alapján 2019-ben eldöntötte, hogy eltörlik az óraátállítást. Akkor a tagállamokra bízta a döntést, hogy a nyári vagy a téli időszámítást vezetik-e be véglegesen, a határidő pedig 2021 volt.

Csak hogy közbejött a koronavírus-járvány, így a legtöbb tagállamban nem született döntés. Végül az EP a végső döntési határidőt 2024-ig halasztotta. 2022-ben azonban elkezdődött az ukrajnai háború, ami miatt egyelőre nem lehet tudni, mikor kerül újra napirendre az ügy.

forrás: MW



KREA KÉMÉNY A KORSZERŰ FŰTÉSÉRT, ÖKOPRESS TÉGLÁK A ZÖLDEBB JÖVŐÉRT!



Korszerűsítse házát KREA kéményrendszereinkkel és LEGO tégláinkkal.

Magyar termék, európai minőség, hazai árak.



DUNÁNTÜLI TELEPHELY
8638 Balatonlelle, Kossuth L. u. 50/a.

Tel.: 06-30/849-2544

folyolaszlo@gmail.com

www.kemenygyarto-balatonlelle.hu

Magyar Kéménygyártó Kft.

www.kemenygyarto.hu

VILLANYSZERELÉS

Családi házak, lakások, közintézmények, csarnokok teljes körű villanszerelése.
ÉRINTÉSVÉDELMI MÉRÉSEK ÉS JEGYZŐKÖNYV KÉSZÍTÉS.

Szekér Gábor - Szeki Vill Bt.
Tel.: 06-70/773-1466
E-mail: szeki5331@gmail.com

Fahéjas mazsolás kalács

Hozzávalók: 50 dkg liszt, 5 dkg cukor, 2 cs. vaníliás cukor, 8 dkg vaj, 2 tojás sárgája, 2 evőkanál tejföl, 1 csapott kávéskanál só, 1 dkg élesztő, 1 púpozott teáskanál őrölt fahéj, 2,5 dl tej, 5 dkg mazsola.

Elkészítés: A kalács programon világos színnel süssük! A mazsolát az elején adjuk hozzá. Késleltetve a romlandó anyagok miatt nem süthető.

Figyeljünk arra, hogy az alapanyagok ne legyenek hidegek. A tejet és a vajat meg is melegíthetjük egy kicsit.



Tumicz Krisztina
ÉBREDŐ OROSZLÁN
 versek, dalszövegek
 Ár: 3.990 Ft
 Megrendelhető:
konyvgardrob.hu
napkut.hu
redzonebook.hu
 Érv.: 2024. 10.05-től a készlet erejéig. Az ár 1 db termékre vonatkozik és az ÁFA-t tartalmazza.

Mégis a legszebb állat, magasban trónol
 fenn a váncoson, csodálva nézem sokszor
 órákig és fűre szívverését számolom,
 ha álmodik csontokról és ebédéről, gon-
 dolkozom, milyen a kutya-álom? Milyen
 lehet az élete, az álma, ezen a vad és
 végtelen világban.

Ha elveszett
 a kutyája,
 vagy
 szeretne
 örökbe fogadni,
 keresse a:
**Siófoki Állatvédő
 Alapítványt!**
06-20/9223-562
06-20/4746-848

homeleg.hu
MINDEN AMI FÜTÉS
 • ELEKTROMOS FÜTŐKÉSZÜLÉKEK
 • INFRAPANELEK • MOBIL FÜTŐPANELEK

RAKTÁRRÓL, AZONNAL!
 WEBÁRUHÁZBÓL IS

Gazdabolt
 KÖRÖSHEGY, Petőfi Sándor u. 75.
 Tel: +36 84 340 040 | +36 30 960 7312

GUMISÁG KFT.
 NE VÁRJON NAPOKAT
 A GUMICSERÉRE!
**GUMIS
 MŰHELY**
 SÁGVÁR
SZÉLVÉDŐ CSERE
06 20 380 5511
 Várom minden kedves
 régi és új ügyfelemt!
 Ságvár, Fő u. 2.
 Priger Viktor
 Tel.: 06 70 4554 333

Menü esős őszi napokra

Mind színeiben, mind alapanyagaiban a csapadékos őszt idézi meg ez a menü. Búslakodásra azonban semmi ok, hiszen minden nagyon finom benne.

ŐSZI ZÖLDSÉGRÉMLEVES



Hozzávalók (4 személyre):

- 200 g sárgaborsó
- 2 fej vöröshagyma
- 2 db sárgarépa
- 2 ek olívaolaj
- 1 l zöldséglevés-alaplé
- 2 db babérlevél
- 1 ág szárzeller • só
- frissen őrölt bors
- 100 g tejföl

1. Előző nap áztassuk be a sárgaborsót annyi vízbe, amennyi bőven ellepi.

2. Másnap a hagymát és a répát hámozzuk meg, aprítjuk fel. Pirítsuk meg mindkettőt a felforrósított olajon. Forgassuk hozzá a leszűrt és szűrőben leöblített borsót.

3. Öntsük fel az alaplével, adjuk hozzá a babérlevelet és a megtisztított, felkockázott zellerszárat. Forraljuk fel, majd főzzük puhára az egészet. Sózzuk és borsozzuk meg, a babérlevelet távolítsuk el. Végül botmixerrel törjük a levest krémesre-darabosra. Tejföllel tálaljuk. Elkészítési idő: 60 perc + áztatás

BROKKOLIS-CITROMOS CSIRKE



Hozzávalók (4 személyre):

- 4 db egész csirkecomb
- 2 db biocitrom só
- frissen őrölt bors
- 200 g brokkoli
- 4 gerezd fokhagyma
- egy kis darab friss gyömbér
- 3 ek szójaszós • 1 ek méz
- 1 ek szezámag
- 1 tk szezámolaj

1. A combokat mossuk meg, a forgóknál vágjuk félbe. A citromot is mossuk meg, másfelét karikázzunk fel, a maradék fél citrom levét facsarjuk ki. Rendezzük el az előkészített alapanyagokat egy tűzálló tálban, és süssük 200 fokra előmelegített sütőben 30 percig.

2. Közben a brokkolit megtisztítjuk meg, bontsuk rózsákra, és tegyük forrásban lévő sós vízbe 3 percre. Ezután szűrjük le, és jól csepegtessük le. A fokhagymát és a gyömbért hámozzuk meg, aprítsuk fel.

3. Rendezzük el a brokkolit a csirke mellett, szórjuk rá az aprított fokhagymát és gyömbért. Locsoljuk rá a citromlét, a szójaszószt és a mézet. Szórjuk meg a szezámaggal, majd süssük az egészet további 15 percig. Tálalás előtt csepegtessük rá a szezámolajat. Párolt jázminrizs illik hozzá. Elkészítési idő: 60 perc

RESZELT TÚRÓS SÜTEMÉNY



Hozzávalók (4 személyre)

- **A tésztához:** • 400 g liszt
- 150 g kristálycukor
- 1 tasak vaníliás cukor
- 1 tasak sütőpor
- 3 ek cukrozatlan kakaópor
- 200 g vaj • 1 db tojássárgája
- **A töltelékhez:** • 750 g túró
- 200 g kristálycukor
- 1 tasak vaníliás cukor
- 3 db tojássárgája
- 4 db tojásfehérje

1. Keverjük össze a lisztet össze a kétféle cukorral, a sütőporral és a kakaóporral, majd dolgozzuk össze a vajjal és a tojássárgájával. Osszuk a tésztát két részre, mindegyiket formázzuk rúd alakúra. Csomagoljuk folpakba, és tegyük be a mélyhűtőbe.

2. Közben a töltelékhez dolgozzuk össze az áttört túrókat a kétféle cukorral és a tojássárgájákkal. A tojásfehérjéket verjük kemény habbá, majd forgassuk a túros keverékhez.

3. Az egyik tésztaarudat reszeljük sütőpapírral bélelt tepsibe. Osszuk el rajta a túros töltelék, majd reszeljük rá a másik tésztaarudat. Végül süssük az egészet 170 fokra előmelegített sütőben kb. 30 percig. Túpróbával ellenőrizzük, hogy elkészült-e. Elkészítési idő: 75 perc

SZÁRAZ TŰZIFA
 konyhakészen, ömlesztett m³-ben
 Akác: 28.000 Ft/m³
 Cser-tölgy: 28.000 Ft/m³
 Bükk-gyertyán: 28.000 Ft/m³
 (1 m³=1x1x1 m)
 Ingyenes házhoz szállítás 3 m³-tól,
 mennyiség ellenőrzése
 akár helyszíni közös méréssel.
Tel.: 06-70/309-8304
 EUTR azon.: AB4359675

Fogsorjavítás!
Siófok
06/20/775-3948

FOODTEST 200+
 ételintolerancia vizsgálat
 220 féle ételérzékenységre
AKCIÓS áron
 2024. okt. 7-21. között
~~89.900 Ft~~ helyett
 most csak
79.900 Ft/fő
 ajándék
 konzultációval!
Hávrís Klaudia
 természetgyógyász,
 reflexológus
Tel.: 06-30/204-7151
 Siófok, Szűcs u. 2-4. fsz. 5.
www.leleksarok.hu

OPEL HASZONJÁRMŰVEK
0 KM-ES SZALONAUTÓK
 FIX 5% THM-MEL, KAVOSZ FINANSZÍROZÁSSAL

COMBO CARGO 7.399.000 Ft
 L2H1 1.5DT 130LE + ÁFA-tól
 19% alap,- és további 1.000.000 Ft + Áfa extra kedvezménnyel
 3,9m3 raktér, ülésfűtés, kormányfűtés, tolatókamera, Android Auto, Apple CarPlay, Multimedia Infotainment rendszer

VIVARO CARGO L 8.599.000 Ft
 2.0 DT 145LE + ÁFA-tól
 24% alap,- és további 1.200.000 Ft + Áfa extra kedvezménnyel
 6m3 raktér, tolatókamera csomag, Android Auto, Apple CarPlay, 7"-os érintőképernyős Multimedia Infotainment rendszer

MOVANO CARGO 8.890.000 Ft
 L3H2 2.2DT 165LE + ÁFA-tól
 27% alap,- és további 1.200.000 Ft + Áfa extra kedvezménnyel
 13m3-es raktér, Android Auto, Apple CarPlay, 7"-os érintőképernyős Multimedia Infotainment rendszer

Az ajánlat a 2024.10.01 - 10.31. között megrendelt gépkocsikra, vagy az akció visszavonásig érvényes. A tájékoztatás nem teljeskörű, részletekről érdeklődjön autóházaikban. A fotó illusztráció. Az árak forintban értendők és az ÁFA-t tartalmazzák. Fogyasztás (vegyes): 5,4-9,0l/100km, CO₂ vegyes kibocsátás: 150-253 g/km.

KISS-GERENCSE
 AUTÓHÁZAK
 Zalaegerszeg, Hock J. u. 96. +36 30 348 1198
 Nagykanizsa, Récsei u. 1. +36 30 400 1238
 Gyenesdiás, Kereskedők útja 2. +36 30 489 6217
opel.kiss-gerencser.hu | info.opel@kiss-gerencser.hu

Prága szabályokat hoz a tömegturizmus ellen

■ Csehország gyönyörű fővárosa kiemelt úti cél a turisták körében, ami magával hoz egy sor problémát az ott élők számára. Prága ezért más európai városokhoz hasonlóan szigorú szabályokat hoz a tömegturizmus és az Airbnb ellen.

A prágai lakosoknak ugyanaz a problémájuk, mint a Barcelonában vagy a Kanári-szigeteken élőknek. Leginkább az Airbnb rövid távú lakáskiadás zavarja őket, ami felnyomja az ingatlanárakat, és kiszorítja a helyieket az óvárosból. Ezen kívül a turisták hangosak, főleg ha kocsmatúrákon vesznek részt. Több nagyváros, például London, Dublin, Amsterdam, Barcelona és Párizs vezetése is fellépett az Airbnb vagy ahhoz hasonló bérbeadások ellen, és most már Prága is csatlakozik hozzájuk.

Egyelőre még csak javaslat a kormány részéről, hogy külföldi mintára egy új szabályozást vezessenek be, amely



korlátozhatja a rövid távra bérbe adott szállások számát. Ettől az ingatlanárak csökkenését várják és azt, hogy a helyiek is tudnak lakást venni a városban. A törvénytervezet korlátozná az évente kiadható napok számát és az egy vendégre jutó minimális helyigényt is meghatároznák. Emellett szigorúbb szabályozást és helyi adókat vetnének ki a vendégházakra, Airbnb-szállásokra és más üdülési

célú ingatlanok bérbeadására. Ezáltal nem húznának el a szállodákkal folytatott versenyben.

Az ingatlantulajdonosoknak egy új, eTurista nevű platformon keresztül kellene regisztrálniuk a szálláshely és a vendégek adatait. A szálláshelyek számára egy regisztrációs számot adnak meg, amelyet a szálláshelyek listáján fel kell tüntetni. Jelenleg becslések szerint



az online platformokon keresztül történő szállásfoglalások 70 százalékát nem jelentik be, ami évente közel 32 millió eurónyi adóbevétel-kiesést jelenthet. Az új szabályok 2025 júliusában léphetnek hatályba.

Nem az Airbnb-re vonatkozó szigorítás az egyetlen terve a városvezetésnek. Az év elején az egyik kerületi önkormányzat javasolta a legény- és leánybúcsúkon

viselt kirívó jelmezek betiltását, mivel azok szerinte részeges és randalírozó viselkedésre ösztönzik a prágai éjszakai élet közönségét. Ezzel együtt júliusban jóváhagytak egy behajtási tilalmat az óváros egy részén, hogy csökkentsék a zajterhelést a környéken. A történelmi negyedbe este 22 és reggel 6 között nem hajthatnak be a járművek – írja az Euronews.

forrás: MW

A legszebb októberi úticélok

■ Október fantasztikus időszak az utazásra. Az északi féltekén a levelek pompás narancssárga és piros árnyalatúak, délen pedig szépen beköszönt a tavasz. Mutatjuk a legjobb úti célokat!

TÖRÖKORSZÁG

A Hagia Sophia akkor ragyog igazán, ha ropogós narancssárga levelekkel van körülvéve. Isztambul sikátorait is könnyebb felfedezni, ha nincs rekkenő hőség. Viszont még mindig elég meleg van a napozáshoz és a tengerben

úszáshoz. Átlagos hőmérséklet októberben: 25 C

VALENCIA, SPANYOLORSZÁG

A délkelet-spanyol kikötőváros fantasztikus művészeti múzeumoknak, kortárs galériáknak és káprázatos építészetnek ad otthont, mint a futurisztikus Művészetek és Tudományok Városának meredek fehér épületei, a rohamosztagos sisakot idéző Palau de les Arts operaház, vagy a modernista El Cabanyal barrió csempezett homlokzatai. Átlagos hőmérséklet októberben: 18 C



FÜLÖP-SZIGETEK

A kalandos utazások, köztük a bűvárkodás népszerűsége az elmúlt években jelentősen nőtt, és a Fülöp-szigetek 7000 szigete kiváló minősítést kapott a víz alatti kalandokért. A palawani Coron-öböl és az Anilao a világ egyik legjobb helye a bűvárkodás és a biológiai sokféleség szempontjából. A tapasztaltabb bűvárok itt kipróbálhatják a feketevízi bűvárkodást is, amikor éjszaka a koromsötét óceánban egy csónaksorhoz kötik ki az embert fáklyával. Átlagos hőmérséklet októberben: 27 C

BHUTÁN

Bhután területének több mint 70 százalékát erdő borítja. Ez a buddhista királyság a világ egyetlen szénegatív országa, amely sokkal több anyagot szív fel, mint amennyit termel. Az utazást szigorúan ellenőrzik annak biztosítása érdekében, hogy a turizmus továbbra is csekély hatású legyen, tehát nem olcsó oda menni – bár a napi



200 dolláros tartózkodási díj magában foglalja a szállást, az étkezést és az idegenvezetést. Átlagos hőmérséklet októberben: 22C

BOSZNIA-HERCEGOVINA

Bosznia-Hercegovinában a nyarak rendkívül melegek, a telek pedig nagyon hidegek, ezért október lehet a legjobb alkalom arra, hogy meglátogassuk ezt a figyelemre méltó országot. A turisták száma ilyenkor drámaian lecsökken, ami azt jelenti, hogy több hely marad Szarajevó, Mostar és a többi varázslatos óvárosban való barangoláshoz. Travnik bájos mecsetgyűjteménye egy kicsit fényesebben csillog, míg

Banja Luka, az ország legjobb éjszakai szórakozóhelye. Átlagos hőmérséklet októberben: 11 C

ÚJ-MEXIKÓ

Minden októberben Albuquerque ad otthont a szemet gyönyörködtető Nemzetközi Balloon Fiestának, ahol több száz színes hőlégballon látványos felemelkedését láthatjuk. Szánjunk időt a Sangre de Cristo-hegység lábánál fekvő Santa Fére, ahol a spanyol gyarmati építészet és a földszíni történelmi vályognegyedek keveréke vár. Átlagos hőmérséklet októberben: 22 C

Forrás: travelo.hu

DRIVER OPTIKA

OKTÓBER A LÁTÁS HÓNAPJA!

MULTIFOKÁLIS LENCSEK akár **40%**

VÉKONYÍTOTT LENCSEK **20%**

KÉKFÉNYSZÜRŐS LENCSEK

30% kedvezménnyel!

Komplett szemüveg (keret+lencse) **19.900 Ft**

Siófok, Kele u. 5. (Református templommal szemben)

Tel.: 06 30 469 4608 • Nyitva: H-P.: 9-17, Szo.: 8.30-12.30 óráig

háza

magazin

Szeptember
20-tól keresse
postailádájában,
ügyfélszolgálati
irodánkban!

ACÉLKOBOLD



BÁDOGOZÁS

TETŐFEDÉS

ÁCSMUNKÁK

www.ancelkobold.hu
ancelkobold@gmail.com

Telefon: 06 20/802-3817 • 06-20/242-2175

KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS

A „TANULÓINK
EGÉSZSÉGES
JÖVŐJÉÉRT”
ALAPÍTVÁNY

köszönetét
fejezi ki
mindenkinek,
aki megtisztelte
jelenlétével a
XVI. Kiliti Szüreti
Bált és az ezt
követő műsort.



KÜLÖN KÖSZÖNET ILLETI AZOKAT A SZEMÉLYEKET,
SZERVEZETEKET, AMELYEK MUNKÁJUKKAL,
FELAJÁNLÁSAIKKAL IS HOZZÁJÁRULTAK
A REMEK HANGULATÚ ÜNNEPSÉGHEZ.

BALATONI SZEZON

Az őszi szezon programjai Badacsonytól
a Balaton déli partján át Siófokig.

az őszi
programokkal
2024

SZUPERinfó

Megjelenik
október 12-én!



SZUPERinfó

HETENTE AZ INTERNETEN IS: siofok.szuperinfo.hu

NÉMET és ANGOL FORDÍTÁST

vállalunk rövid határidővel!

Tel.: 06 30 979 2625

AB Marketing Kft.

Ez történik, ha szalonnát eszünk

■ Nagyapáink, annak idején még jóízűen falatoztak a füstölt szalonnából, ami mellől természetesen nem hiányozhatott a vöröshagyma és a friss, puha kenyér sem.

Az évtizedek alatt azonban nagyot változott a világ, sokan vannak, akik egyáltalán nem esznek szalonnát, mert egészségtelennek tartják, de olyanok is szép számmal akadnak, akik ennek az ellenkezőjét állítják. Vajon melyik tábornak van igaza?

Azzal mindannyian tisztában vagyunk, hogy a szalonna magas zsírtartalommal rendelkezik, és sokan pont ezért tartják egészségesnek. A szalonnában lévő omega-6 zsírsavak ugyanis hozzájárulnak az immunrendszer megfelelő működéséhez.

Több kutatás megerősíti, hogy a szalonna zsírja sokkal jobb a főzéshez, mint a növényi olajok. De az is mellette szól, hogy nincsenek benne hozzáadott mesterséges adalékok, ételízesítők vagy színezékek. Ha szalonnát eszünk,



akkor pontosan tudjuk, hogy mi kerül a tányérunkra.

Sokan amiatt sorolják a szalonnát az egészségtelen ételek közé, mert a zsír- és a só-tartalma egyaránt magas. A szakemberek szerint a telített zsírsavak felelősek a szív- és érrendszeri betegségek kialakulásáért, a túl sok só pedig nemcsak a vérnyomást emeli meg, hanem az ízületekre és a vesére sincs jó hatással. Emellett a WHO szerint a feldolgozott húsok, különösen azok, amelyek füstöléssel, sózással, szárítással, tartósítással készülnek, növelhetik a rákos

megbetegedések kialakulásának kockázatát - írja a Ripost.

Akkor most mit tegyünk? Egyáltalán ne együnk szalonnát? Természetesen nem az a megoldás, hogy teljesen kiiktatjuk az étrendünkéből, hanem az, hogy mértékkel fogyasztjuk. Még jobb, ha különféle zöldségeket is eszünk mellé, például úgy, mint azt nagyapáink tették, vöröshagymával készítjük a katonákat. De persze paprikával, paradicsommal, uborkával vagy retekkel is nagyon finom a mértékletes szalonnalakoma.

forrás: mindmegette.hu

Mit tegyünk, ha túlstresszeltünk magunkat?



■ A folyamatos stressz, a teljesítménykényszer, a túlterheltség a mentális egészségünkön kívül a fizikai jólétünkre is rányomja a bélyegét. Ilyenkor emésztési problémák, alvászavar, fejfájás és számos tünet keserítheti meg az életünket.

lehetővé teszi, hogy kikapcsoljunk és megnyugodjunk. Ha tehetjük, akár naponta szánjunk időt a lelki gyakorlatokra, hogy elcsendesedjünk.

3. MOZDULJUNK KI A SZABADBA!

A sport mindig is az egészséges élet elengedhetetlen része volt. A séta, a futás, a termi edzés, a tánc - beszéljünk bármilyen mozgásról - kiváló ahhoz, hogy levezessük a stresszt. Miután kiadjuk magadból minden neheztelésünket, megkönnyebbülünk és energiával töltődünk fel.

4. NAPLÓZZUNK!

Szervezzük meg a napjainkat hatékonyan, és próbáljunk meg egyensúlyt kialakítani a munka, a pihenés és a szórakozás között. Így pontosan láthatjuk, hogy mi, mennyi időt vesz igénybe...

5. ÉPÍTSÜNK KAPCSOLATOKAT ÉS ÁPOLJUK A MEGLÉVŐKET

Beszéljünk másokkal a problémáinkról. A társas támogatás nagyon fontos a stressz kezelésében. Szánjunk időt a barátokkal és családdal való kapcsolattartásra, de ne várjuk, hogy ők oldják meg a problémákat! Tanácsot adhatnak, de ahelyett, hogy bepánikolva keressük velük a megoldást, inkább élvezzük az együtt töltött időt és legyünk hálásak azért, hogy ők vannak nekünk.

forrás: life.hu

A Balaton sütije 2024-ben a Segreto di Otello

■ A VisitBalaton365 és a Magyar Cukrász Ipar-testület (MCI) az 1000 indok az őszi Balaton mellett nevű kampány részeként mutatta be Vonyarcvashegyen a Balaton sütijét.

A küllemében is a Balatont idéző sütemény helyi alapanyagokból készült, hangsúlyosan jelenik meg benne az otelló szőlő, a szeder és a málna. Az elegáns kék desszertnek már a látványa is elkápráztat, íze azonnal a Balatonhoz repít. A ránézésre ékszerdoboznak tűnő sütemény külseje alatt ízbombaként bukkan fel az otellózsölé, izgalmas, ahogy a kicsit ropogós kekszes alap feletti mousse íze elolvad az ember szájában. A harmonikus ízvilágú desszert a mai kor követelményeinek is megfelel, megjelenésében a modern, nemzetközi cukrászatot képviseli. Az otelló szőlő és a szeder jó párost alkot, és különlegesség a mai cukrászdai kínálatban



- mondta Erdélyi Balázs, az MCI elnöke.

- Igazi kihívás, de egyben örömmunka is ennek a süteménynek az elkészítése. A cél az volt, hogy színben, ízben egy, a Balatont idéző desszertet alkossak - mondta Farkas Bernadett, a készítőhelyi Segreto Cukrászat főcukrásza. Hozzáadta, a sütemény tetején a kék tükörlazúr a vizet ábrázolja, a borítása bársonyfújás, ez a balatoni szél, íze pedig az őszi balatoni szüretet idézi fel. Az otelló szőlő

a gyerekkorát juttatja eszébe, amikor a nagyszülei szőlőjében szüreteltek. Reményei szerint ez az ízlelő másoknak is felrémlik, amikor belekóstolnak a Balaton sütijébe. - Egy szép őszi napon egy kirándulás vagy kerékpározás a Balaton környékén található számtalan kilátó egyikéhez, majd egy finom ebéd egy étteremben, és utána a Balaton sütije elfogyasztása tökéletes kikapcsolódás minden korosztálynak, vélekedett.

forrás: veol.hu



**Papa
AUTÓSZERVIZ**

**Herencsár Attila
vezetésével**

**Siófok,
Malom u. 2/b.**

(Kilitin, a Katolikus templom felé)

- Teljeskörű szervizszolgáltatás
- Műszaki vizsga

06-30/552-0835



Kolbászos-tojásos töltött burgonya

■ Hozzávalók 4 személyre

- 8 db közepes méretű burgonya (kb. 1kg)
- 4 db keményre főtt tojás
- 200 g kolbász
- 3 ek mustár • só
- frissen őrölt bors
- 100 g reszelt sajt

1. A burgonyák héját folyó víz alatt alaposan sikáljuk le, majd tegyük mindet lábasba, és bő vízben főzzük meg. Szűrjük le, és hagyjuk kihűlni. A főtt tojásokat hámozzuk meg a kolbászokkal együtt, és vágjuk mindkettőt kis kockákra. Tegyük késes aprítóba a tojást, a kolbászt, a mustárt és a fűszereket, majd törjük össze.

2. Az elfektetett burgonyák tetejét vágjuk le, és villával óvatosan kaparjuk ki a belsejüket, kb. 1/2-1 cm vastag réteget hagyva a héjban. Púpozva töltjük meg mindet a kolbászos krémmel, szórjunk a tetejükre reszelt sajtot. Sorakoztassuk a töltött krumplikat sütőtálba, és 180 fokra előmelegített sütőben süssük addig, amíg a sajt megolvad a tetejükön. Tálaljuk forrón, salátával. Elkészítési idő: 55 perc

OKTÓBER A LÁTÁS HÓNAPJA!

KARHOSSZABBÍTÓ
MŰTÉTÜNK NINCS.
**DE LÁTÁS-
VIZSGÁLATUNK
VAN.**



DÍJMENTES
LÁTÁSVIZSGÁLAT

+ AKÁR -50%
KERETRE VAGY LENCSÉRE

OPTIC WORLD
30 ÉVE

www.owe.hu

OPTIC WORLD
exclusive

SIÓFOK, FŐ TÉR 6. SIÓ PLÁZA
06-30/143-9946

Az ajánlat 2024. október 1 - 31. között érvényes.
Az akció más kedvezménnyel nem összevonható, készpénzre nem váltható. További részletekről érdeklődjön üzleteinkben!

M.A.Bt.
NYÍLÁSZÁRÓ TECHNIKA

Akár tripla gumitömítéses,
82mm-es profilból,
Ug = 0.5 üvegezéssel

EGYEDI KEDVEZMÉNYEK



**Ug=1.0
üveggel!**

Tel.: 06-30/2762-765, 06-30/3850-439
www.mabablak.hu · info@mabablak.hu

Székhely: Mezőszentgyörgy, Eötvös u. 21/b.

Ingyenes helyszíni felmérés, árajánlat készítés!

Székhelyünk 100km-es körzetén belül!



Bejárati ajtó



Érvényes: 2024.10.05-től 2024.10.12-ig illetve a készlet erejéig!

expert

EXPERTNET.HU



vigyen **szakértelmet** otthonába!



KUPONNAPI KEDVEZMÉNYEK

10%
KEDVEZMÉNY

20%
KEDVEZMÉNY

%

%

Érvényes: 2024.10.10–10.13.

%

10%
KEDVEZMÉNY

20%
KEDVEZMÉNY

%

%

AZ ÜZLETEKBEN MEGJELELT PHILIPS HÁZTARTÁSI
KISGÉPRE ÉS SZÉPSÉGÁPOLÁSI TERMÉKEKRE

Érvényes:
2024.10.10–10.13.

PHILIPS

20%
KEDVEZMÉNY



A KEDVEZMÉNYEK NEM VONHATÓK ÖSSZE MÁS AKCIÓKKAL,
ILLETVE AZ AKTUÁLIS SZÓRÓLAPOS TERMÉKEK ÁRÁBÓL MÁR
NEM VONANDÓ LE A KUPONON SZEREPLŐ KEDVEZMÉNY.

AZ ÜZLETEKBEN MEGJELELT TEFAL HÁZTARTÁSI
KISGÉPRE ÉS EDÉNYZETRE

Érvényes:
2024.10.10–10.13.

Tefal

20%
KEDVEZMÉNY



A KEDVEZMÉNYEK NEM VONHATÓK ÖSSZE MÁS AKCIÓKKAL,
ILLETVE AZ AKTUÁLIS SZÓRÓLAPOS TERMÉKEK ÁRÁBÓL MÁR
NEM VONANDÓ LE A KUPONON SZEREPLŐ KEDVEZMÉNY.

AZ ÜZLETEKBEN MEGJELELT ETA HÁZTARTÁSI
KISGÉPRE ÉS PORSZÍVÓRA

Érvényes:
2024.10.10–10.13.

eta

20%
KEDVEZMÉNY



A KEDVEZMÉNYEK NEM VONHATÓK ÖSSZE MÁS AKCIÓKKAL,
ILLETVE AZ AKTUÁLIS SZÓRÓLAPOS TERMÉKEK ÁRÁBÓL MÁR
NEM VONANDÓ LE A KUPONON SZEREPLŐ KEDVEZMÉNY.

AZ ÜZLETEKBEN MEGJELELT PHILIPS FEJ- ÉS
FÜLHALLGATÓRA ÉS ELEMRE

Érvényes:
2024.10.10–10.13.

PHILIPS

20%
KEDVEZMÉNY



A KEDVEZMÉNYEK NEM VONHATÓK ÖSSZE MÁS AKCIÓKKAL,
ILLETVE AZ AKTUÁLIS SZÓRÓLAPOS TERMÉKEK ÁRÁBÓL MÁR
NEM VONANDÓ LE A KUPONON SZEREPLŐ KEDVEZMÉNY.

AZ ÜZLETEKBEN MEGJELELT MIDEA HÁZTARTÁSI
NAGYGÉPRE ÉS BEÉPÍTHETŐ TERMÉKEKRE

Érvényes:
2024.10.10–10.13.

Midea

10%
KEDVEZMÉNY



A KEDVEZMÉNYEK NEM VONHATÓK ÖSSZE MÁS AKCIÓKKAL,
ILLETVE AZ AKTUÁLIS SZÓRÓLAPOS TERMÉKEK ÁRÁBÓL MÁR
NEM VONANDÓ LE A KUPONON SZEREPLŐ KEDVEZMÉNY.

AZ ÜZLETEKBEN MEGJELELT SZARVASI KÁVÉFŐZŐ
VÁSÁRLÁSA ESETÉN RÁADÁS SZARVASI
VÍZKŐOLDÓT ADUNK (500 ml)

Érvényes:
2024.10.10–10.13.

SZARVASI



AZ AKTUÁLIS SZÓRÓLAPOS SZARVASI KÁVÉFŐZŐK MELLÉ
NEM JÁR A RÁADÁS 500 ML-ES SZARVASI VÍZKŐOLDÓ FOLYADÉK.