

Hogy tetszik lenni?

I. évfolyam 4. szám • 2012. október • Ingyenes havilap

Nyugdíjasok
tízparancsolata



Októberi teendőink
a kiskertben



A szeretet erejével – II.
Természetgyógyászok a

BioKlinikán



Keresztretjévény

Október: Mindszent hava

Október az év tizedik hónapja a Gergely-naptárban. A latin octo szóból származik, melynek jelentése nyolc – utalva arra hogy eredetileg ez volt a nyolcadik hónap a római naptárban, mielőtt a január és február hónapokat hozzáadták az évhez. A népi kalendárium Mindszent havának nevezi.

Október 1.: zenei világnap valamint idősek napja – **október 5.:** a pedagógusok világnapja – **október 6.:** nemzeti gyásznap (az aradi vértanúk kivégzése) és az építészek világnapja – **október 8.:** madárfigyelő világnap – **október 9.:** postai világnap valamint Szent Dénes ünnepe – **október 10.:** lelki egészség napja – **október 13.:** nemzetközi öltözz ki nap – **október 14.:** szabványosítási világnap – **október 15.:** az ölelés világnapja, a fehér bot napja, nemzetközi gyalogló nap és a falusi nők világnapja – **október 16.:** élelmészeti- és a kenyér világnapja – **október 17.:** a szegénység elleni küzdelem világnapja – **október 18.:** a magyar festészet napja – **október 20.:** a csontritkulás világnapja – **október 21.:** Földünkért világnap – **október 22.:** dadogók nemzetközi világnapja – **október 23.:** a Magyar Köztársaság nemzeti ünnepe – az 1956-os forradalom kitörése, a köztársaság napja (köztársaság kikiáltása 1989. október 23-án) – **október 24.:** az ENSZ napja, és a magyar operett napja – **október 31.:** a reformáció ünnepe – **október első vasárnapja:** az állatok világnapja – **október 4–10. között:** úrkutatási világhét – **október második szerdája:** a természeti katasztrófák világnapja – **október második péntekje:** a tojás világnapja – **október negyedik hétfője:** iskolai könyvtárak világnapja – **október utolsó munkanapja:** a takarékosági világnap – a hónap utolsó vasárnapján a nyári időszámítás vége (Forrás: Wikipédia)

Megnyílt!

avemar
daganatos betegek részére

Avemar Információs Pont

5600 Békéscsaba, Kinizsi utca 7-9. (Bioklinika)

Minden érdeklődőt szeretettel várunk új üzletünkben!

Kedvező árak!

Már az első vásárlásnál bérletes kedvezmény!

1 havi granulátum 12.642 Ft + 500 Ft vásárlási kupon ajándékba*

1 havi filmtabletta 17.542 Ft + 500 Ft vásárlási kupon ajándékba*

2 havi filmtabletta 29.890 Ft + 1000 Ft vásárlási kupon ajándékba*

* a kuponos akció 2012. november 30-ig tart.



Akár 50 napra, csak 3400 Ft!

■ Az Avevit filmtabletta a búzacsíra-kivonat és az anti-oxidánsok (E-vitamin, szelén) kedvező hatásaival már mindenki számára elérhető! Tudjon meg róla többet: www.avevit.hu

NYITVA TARTÁS: HÉTFŐTŐL PÉNTEKIG 8.00 – 18.00, SZOMBATON 8.00-13.00

Telefon: 06 (66) 322 522 ■ E-mail: aip.bekescsaba@avemar.hu ■ Internet: www.avemar.hu/aip

DRÓTPOSTÁN ÉRKEZETT Nyugdíjasok tízparancsolata

Valamikor a népmesék, népdalok jártak szájról szájra. Hogy ki volt az eredeti szerző, sűrű homály fedte. Így vagyunk most az interneten érkezett gondolatokkal is. E rovatunkban azoknak a drótpostán érkezett írásoknak adunk helyet, melyek rólunk szólva tanulsággal szolgálnak, netán mosolyt csálnak az arcunkra. Egy gyulai nagymama unokája segítségével barátkozott meg az internettel, ő küldte az alábbi bölcs gondolatokat. Köszönjük.

1. Dobd ki a haszontalan számokat! Úgy mint kor, súly, vérnyomás stb... Hadd aggódjanak a doktorok ezek miatt. Emiatt fizeted „öket”.

2. Csak vidám barátokat tarts! A rosszkedvűek lehúznak.

3. Tanulj folyamatosan! Tanulj többet a számítógépről, autókról, kertészkedésről és mindenről... Soha ne hagyd az agyadat pihenni. „A pihenő agy az ördög műhelye”. Az ördög neve „Alzheimer”.

4. Élvezd az egyszerű dolgokat!

5. Ne vess gyakran, hangosan és hosszan! Ne vess, amíg ki nem fulladsz!

6. Néhány könny esik néha. Tűrj, gyászolj, és menj tovább! Az egyetlen személy, aki egész életünkben velünk,

van, az magunk. ÉLJ, amíg élsz!

7. Vedd magad körül olyan dolgokkal, amiket szeretsz! Legyen az család, háziállat, emléktárgy, zene, növények, sütés-főzés, hobbi, akármi. A te otthonod a te menedéked.

8. Ne tégy bűnös kirándulásokat! Menj sétálni az utcára, vagy a szomszéd megyébe, vagy idegen országba! De ne oda, ahol BŰN van!

9. Mondd az embereknek minden lehetőséget kihasználva, hogy szereted őket!

10. ÉS MINDIG EMLÉKEZZ: az életet nem a lélegzetvételek számával mérjük, hanem azokkal a pillanatokkal, amikor elakad a lélegzeted.

Viszlát százhusz évesen!



Aki szeret sütni-főzni, tegye azt! Ez másokat is megörvendeztet

Amennyiben Ön, kedves olvasónk, szívesen kalandozik a világhálón, és hasonló idézeteket talál vagy kap ismerőseitől, kérjük, küldje el a hogytetsziklenni@betunet.hu honlapunkra, hogy közkinccsé tehessek azt lapunk hasábjain.

Tatán a Derítő-tavon

két egymás mellett lévő faház nagy stégekkel együtt vagy

külön-külön kiadó. A faházak 4-5 férőhelyesek. Intenzíven telepített, folyamatosan etetett hely, bojlizásra is kiválóan alkalmas. Kb. 50 m-ig nem akadós. Fürdőszoba, főzési lehetőség, mikro, hűtő, villany, Digi tv, közvetlen parkolás a ház előtt, bográcsolási lehetőség. Egy csónak tartozik a két házhoz.

Tel.: +36-20/9885-447



Avemar előtt/után Avevit

Előzzük meg, győzzük le a betegségeket!

Az Avemar 2012 júliusában ünnepelte tizedik évfordulóját annak, hogy Magyarországon elsőként speciális – gyógyászati célra szánt – tápszerként ismerték el a daganatos betegek kezelésének kiegészítésére. Az elmúlt évtized jelentős nemzetközi sikerei mellett, már harminchárom tudományos publikáció olvasható az amerikai Pubmed adatbázisában az Avemar hatásairól, hatékonyságáról és eredményeiről. A Daganatok.hu-n – érdemes rákattintani! – most elindult cikksorozatból kiderül, melyek az Avemar lehetséges hatásmechanizmusai, és milyen eredményekkel járhat a készítmény alkalmazása a különféle típusú daganatos megbetegedések esetén. A cikkben ismertetik az Avemar eddig feltárt tumorelles és a daganatok áttétképződését gátló hatását alátámasztó eredményeit, valamint a daganatos sejtek anyagcsere-folyamataira és az immunrendszerre gyakorolt hatását. Az Avemar több száz különféle molekulát tartalmazó fermentált búzacsíra-kivonat. Számos olyan eredmény áll rendelkezésre, amelyek alapján az Avemar speciális gyógyászati célra szánt



tápszerként való alkalmazása és a hagyományos kemoterápiával való kombinált alkalmazása ésszerűnek és hasznosnak tűnik a daganatos betegek esetében. És ha nincs daganatos elváltozás? Nos, különösen időskorban, fontos az egészség megőrzése, a betegségek megelőzése. A Biopharma legújabb terméke, az Avevit filmtabletta éppen ezt a célt szolgálja. Olyan étrend-kiegészítő készítmény, amely a búzacsíra-kivonat és az antioxidánsok (E-vitamin és szelén) kedvező hatásával már napi egy tablettában mindenki számára elérhető. Szedése ajánlott fertőző betegségek alatt és ezek lezajlása után. Hasznos lehet nagyobb műtéti beavatkozások után a lábadozás időszakában és az immunrendszer aktivitásának csökkenése esetén elsősorban az őszi-tavaszi hónapokban. Nyáron enyhíti az allergiás betegségek tüneteit, de ajánlott gyógyult rák, testi és lelki leromlás esetén, roborálás céljából, számos krónikus betegséggel együtt járó fáradékonyság, gyengeség, kimerültség és túlhajszoltság esetén. (x)

Pécs után, az országban másodikként, Avemar Infopont Békéscsabán a BioKlinikán

Békéscsaba, Kinizsi u. 7-9. 70/945-0950 • 66/322-522



A gyógyászati segédeszközök tökéletes tárháza

Értéktől függően a segédeszközöket ingyenesen házhoz szállítjuk!

ALUDJON KÉNYELMESEN, ÉBREDJEN FITTEN!

Memory párnacsalád és matrac segítségével!

5600 Békéscsaba, Bartók Béla út 46-50.
(Bartók Béla út, Erkel u. sarok) **Tel.: 06-66/321-456**
www.rehabtisza.hu

ANESZTEZIOLOGIAI MAGÁNRENDELÉS

DR. HAVAS ATTILA oszt. vez. főorvos
MŰTÉT ELŐTTI ANESZTEZIOLOGIAI KIVIZSGÁLÁS, ELŐKÉSZÍTÉS, MEGHATÁROZOTT IDŐPONTBAN, VÁRAKOZÁS NÉLKÜL.

Rendelés ideje: szerda 16-17 óráig
Rendelés helye: gyulai kórház, műteti tömb, B szárny, I. emelet, aneszteziológiai ambulancia

Bejelentkezés: +36-30/903-1785

DR. FÁRK MARIANNA
bőr-, nemgyógyász, kozmetológus szakorvos

magánrendelése hétfőn 14 órától

Oroszbáza, Fehér Kútyó Orvosi Központ
06-30/96-77-903

Dr. Orosz Péter
NEUROLÓGUS SZAKORVOS
MAGÁNRENDELÉSE

Rendelés helye: Gyula, Dob utca 3. Pándy Kálmán Kórház Rendelőintézete, II. emelet 205.
Rendelés ideje: szerda 16-17 óráig
Bejelentkezés: 30/262-3326

Következő panaszokkal várom betegeimet:
fejfájás, szédülés, bizonytalan eredetű rosszullét, gerincpanaszok, végtagszibbadás, memóriazavar, epilepszia, Parkinson-kór.

BEMER TERÁPIA

◆ Kezelés ◆ Szaktanácsadás ◆
Bérbeadás ◆ Forgalmazás

A BEMER terápia sikeresen alkalmazható:

- Vérkeringési és vérellátási zavarok
- Diabetes szövődményei
- Mozgásszervi betegségek
- Reuma
- Bőrbetegségek
- Fájdalomcsillapítás
- Anyagcserezavar
- Sebgyógyítás
- Sclerózis Multiplex
- Sportteljesítmény
- Stressz
- Egyes májbetegségek
- Fülzúgás
- Szédülés
- Potenciazavar

DR. KOCSONDI ERIKA
Gyula, Kenyérstűtő u. 33/a
Bejelentkezés: 66/362-638, 30/928-1006

OKTÓBERI TEENDŐINK

a kiskertben

Sajnos vége a nyárnak, a kertünkől eltűntek az egynyári virágok, és ideje nekilátni az őszi munkálatoknak! Íme, tíz őszi teendő, amit érdemes már októberben elvégezni!

Őszi hagymás növények ültetése. Ha szeretné, hogy a tavasz első napsugara gyönyörű tulipánokat és nárciszokat találjon a kertjében, most kell elültetnie a hagymás növényeket!

Gondoskodjon a nem fagyűrő növényekről! A leandert, hibiszkuszt, szobanövényeket és más mediterrán dísznövényeket vigyük be védett helyre, hiszen az éjszakai hőmérséklet már sokat árthat nekik. A hajtásokat vágjuk vissza, így kevesebb vizet párologtatnak el a növények.

Gondoskodjunk a kerti tóról! A kerti tó fölé érdemes védőhálót feszíteni, azokat a növényeket, amelyek számára nem elég mély a víz a teletetéshez, szintén vigyük védett, fagymentes helyre!

Ütessünk magokat! Ha még van

hely a kertben, most ültessük el a retket, a metélőhagymát, és ha az idő engedi, a madársaláta és a spenót is vethető.

Javítások. Most van itt az ideje a zöldtrágyázásnak, amivel sokat javíthatunk a talaj szerkezetén. A fűmag vetésére és frissítésére is jó időpont az október.

Trágyázás. Ássuk fel az üresen maradt ketrészt és az ágyásokat, valamint forgassunk be a talajba istállótrágyát, így jövőre szép virágzó kertet kapunk.

Betakarítás. Ne felejtjük el leszedni a gyümölcsöket, például az almát és a körtét, illetve takarítsuk be a zöldségeket és a fűszernövényeket.

Növényvédelem. Gondoskodjunk a növényvédeleméről: csigák ellen

érdemes a talajt jó alaposan megforgatni, de az őszi permetezést is ideje elvégezni.

Rózsák gondozása. A rózsákat vágjuk vissza, és a tövét takarjuk be

Persze sokaknak nincs lehetőségük kertészkedésre, s nem tudnak mit kezdeni magukkal szabad idejükben, azoknak ajánlunk az alábbi rejtvényt.

Egy nő panaszkodik a pszichológusának.

– *Tudja, doktor úr, van egy dolog, amitől nagyon rettegek.*

– *Igen, és mi lenne az?*

– *Az, hogy fiatalon fogok meghalni...*

A pszichológus választát megtudhatják, ha megfejtik keresztrejtvényünket.

Megfejtéseiket küldjék be a hogytetsziklenni@betunet.hu-ra vagy az 5600 Békéscsaba, Pf. 250 címre! A helyes megfejtők közül három szerencsés olvasót egy alkalommal ingyen kényeztetnek Békéscsabán, a Kinizsi u. 7–9. szám alatt lévő BioKlinika Napsugár szaunájában. Méregtelenítés – fogyás felső fokon!

Előző számunk szerencsés nyertesei: Takács Katalin, Oltyán Ilona és Budácsik Attiláné. Gratulálunk nekik!

télire fenyőkéreggel vagy falevéllal. Ne feledkezzünk meg itt sem a növényvédelemről!

Felkészülés a télre. Az ágyásokat ássuk fel és gereblyezzük el, a szerszámokat tisztítsuk meg.

Kovács Erika
viragcenter.hu

	KELETI MÁRTON FILM-VIGIÁTKÉPA (1961)	RANGJELZŐ ELŐTAG	DORTMUNDI SÖRMÁRKA	FÉRFINÉV (SZEPT. 1.)	OKOS, A FIATALOK SZAVÁVAL	ÁSVÁNYI EREDETŰ ÉTEL-ÍZESÍTŐ	A KÉN VEGYJELE	FESZÉLYEZETTSÉG, ZAVAR	AZON A HELYEN. NÉPIESEN	SZEREPLŐ NEVE A MÁTRIX-BAN	PITYPANG KÖZÉPSŐ RÉSZEI	SPANYOL AUTOJEL AZ OXIGÉN VEGYJELE	I. NAPÓLEON IDEJÉN KELETKEZETT MŰV. STÍLUS VASKALAPOS	ÉPÜLET-SZÁRNY	BORÓKÁVAL ÍZESÍTETT PÁLINKA		
MEGFJTÉS, 1. RÉSZ																Á	
MEGÖREGEDŐ, RÉGI KÖLTŐI SZÓVAL							ONE ...; RÉGI TÁNC					MICHAEL ...; SZINÉSZ, ÍRÓ, MONTY PYTHON-TAG KIALLÍTÁS					
1000, RÓMAI SZÁMMAL		SZÁLLODOI LIFTESFIÚ				ZEUSZ EGYIK FELESEGE					ALBANIA FŐVÁROSA						
VENDEGLŐI LAP JELZŐJE		ÁLL ALATTI ZSÍRPÁRNA	CECELEGY OKOZTA TRÓPUSI ÁLLAT-BETEGSÉG LELKÉSZ			BÉREGI TELEPÜLÉS A TISZÁNÁL			NŐI NÉV (JANUÁR 19.)					ANGYAL-RANGI!	A KÁLIUM VEGYJELE	MÁRIA, BECÉZVE	
TŰZES TÁNCOT JÁR				LAT. ELŐTAG: ALATTI-(sub) JÖKEDVŐEN ÉLESEN FELKIÁLT			PÁRIZS EGYIK ISMERT TEMPLOMA	BÁCSI, VIDÉKIESEN									
ERŐSEN ANÍT					GYULLADÁS			HELYRAG, NÉL PÁRJA					OKMÁNY, AKTA				
KÖZPONTI ÉGÍTÉS-TŰNK ISTENKÉNT VALÓ TISZTELETE					ROGER ...; ANG. SZINÉSZ (AZ ANGYAL)			EGYIK HELYEN SEM		EREDETI DZSEMI!				ÉRÉM	KÖRŰT, RÖVIDEN	A SÁRGA ÉS A PIROS IS EZ	
KÉRDŐ-SZÓCSKA		ANNÁL LEJEBB	NŐSTÉNY SERTÉS	SAN MARINO NOB-JELE			SAVANYÚ UBORKA JELZŐJE LEHET	E HELYRE						PÁROS CIPŐ!	SRI LANKA NOB-JELE		
SZÉLES, VASTAG (ALKAT)							A JUHAR NÉPIES NEVE					HÁROM-JEGYŰ BETŰNK KRÉMENBEN VAN!				50, RÓMAI SZÁMMAL	PÁROS POKER!
BÁNTÓ VISELKEDÉSSEL KÖZÖSSÉGBŐL KIÜLDÖZ						ÖBLÖS ÜREG					A TETEJÉRE FELJEGYZŐ						
MEGFJTÉS, 2. RÉSZ						MÉTER, RÓV					A FLUOR VEGYJELE						!

Ossza meg tapasztalatait, adjon erőt másoknak is!

Fogyás, méregtelenítés a nyilvánosság előtt

A BioKlinika új szolgáltatása napjaink egyik legkorszerűbb méregtelenítő és fogyasztó berendezése, a **Napsugár szauna**.

A BioKlinika közös fogyásra és tisztulásra hívja azokat az érdeklődőket, akik a kúra során vállalják a nyilvánosságot és a folyamatos nyomon követést. Ötfős csoportjaink vállalkozó kedvű tagjainak a kúra elején és végén terapeutánk válaszol a felmerülő problémákra, és étkezési tanácsokat is ad. Bátor fogyókúrázóink beszámolóit, tapasztalatait, fotóit honlapunkon és Facebook oldalunkon közöljük majd, hogy mások is figyelemmel kísérhessék a hatékony fogyókúra és méregtelenítés hatásait, erőt meríthessenek általuk. Láthassa bárki, hogy a fogyókúra könnyed és szórakoztató is lehet. Próbálja ki Napsugár szaunánkat: télen is nyár fogadja BioKlinikánkon.

Bátorságukat persze jutalmazzuk is! A csoport résztvevői fejenként 9000 Ft kedvezményben részesülnek!

Békéscsaba, Kinizsi u. 7-9.,
bioklinika@csabaibioklinika.hu,
vagy a Csabai BioKlinika
Facebook oldalán.



A kúra csomagára: 22 000 Ft, amely tartalmaz
10 alkalmat Napsugár szaunánkban, valamint két
konzultációt terapeutánkkal.
(Napsugár szaunánkban egyébként egy alkalom ára 2500 Ft,
egy táplálkozási tanácsadás ára pedig 3000 Ft)

A SZERETETET EREJÉVEL – II. Természetgyógyászok a BioKlinikán

DR. GYIMESI HILDA – HOMEOPATA ORVOS

A Szegedi Orvostudományi Egyetem Általános Orvosi Karán végeztem 1986-ban. A békéscsabai kórházban megszerzett négy év belgyógyászati-gyakorlat után az immunhematológia került az érdeklődésem középpontjába, így klinikai és preparatív transzfúziológiával kezdtem foglalkozni, amiből szakvizsgát is tettem. Már Békés megye vérellátásáért felelős orvosként a Szegedi Tudományegyetemen orvos-közgazdász diplomát szereztem.



Gyermekeim kiskorától érdekelt, hogy miként tudom elkerülni, hogy a gyermekbetegségek során számtalan antibiotikus kúrán essenek át. Rengeget olvastam a homeopátiáról, szép lassan a meggyőződésemmé vált: ezt az utat kell kövessem. Így jutottam el a klinikai homeopátia kétéves orvostanfolyamára, ahol nemzetközi CEDH-diplomát szereztem.

Nagyon szeretem, hogy igazi orvos-beteg kapcsolatot alakíthatok ki pácienseimmel, tanácsadásaim során

próbálok minél jobban megismerni őket. Közel kerülve a homeopátiához ők is megtanulják figyelni önmagukat, reakcióikat, tüneteik változásait. Átbeszélve ezeket tünetmentességet, gyógyulást tudunk közösen elérni.

Kedves Olvasó! Köszönöm, hogy figyelmét a homeopátiára irányítja, közös munkánk során kiderülhet, hogy meg lehet gyógyulni olcsón, és nem kell az egyre dráguló gyógyszereken élni (hogy a mellékhatásokról ne is beszéljek).

DR. HEVESI ZSOLT – BIOREZONANCIÁS ÁLLAPOTFELMÉRŐ

Állatorvosként végeztem 1986-ban. Valamilyen szinten azóta is kapcsolatban vagyok a szakmával. Végzésem után érdeklődésem a nem hagyományos orvoslás felé fordult. Először általános homeopátiát tanultam, de úgy éreztem, számomra nem ez a járható út. Néhány év múlva a családomban történt megbetegedések, majd saját betegségem terelte érdeklődésemet az alternatív gyógyászat felé.

Tapasztalataim alapján úgy vélem,



az általam használt biorezonanciás készülék képes a betegek gyógyulását segíteni, az egészséges embernek pedig idejében jelezni, hogy hol szükséges változtatni az életmódján, illetve milyen növényi és ásványi anyagok pótlásával tehetik teljesebbé az életét. Mindezek mellett – hitem szerint – a betegségek okainak megtalálásában a „Biologika – Új medicina” segíthet.

KOROM PÉTER – MASSZŐR, HANGTERAPEUTA

Az általam nyújtott masszázst a fájdalomakát szünteti meg oly módon, hogy a test energiaellátásáért felelős idegvégződéseket, illetve a hozzájuk tartozó meridián pályákat működésre ösztönözve helyreáll a szervezetben a normális csi, az életenergia-áramlás. A masszázs alatt – ami



körülbelül egy óra – kellemes gyógyító zene szől, segítségével a vendég lelki oldásokat is kap, ezzel megteremtve a belső békét, nyugalmat, harmóniát.



A hangterápia egy ősi gyógy mód, a dob (sámándob) hangvibrációjának az emberi szervezetre ható gyógyító ereje. E módszer jótékony hatását őseink rég felfedezték, s azt a mindennapi életünkbe is beépítették. Ezt a régről hozott tudást elevenítem fel, s alkalmazom a gyakorlatban. A kezelés alatt fizikai érintkezés nem történik. A vendég ül vagy áll, ahogy neki a kényelmesebb, és ahogy érezni kívánja a rezgés erejét. A hang vibrációja méregtelenít, hat az energiaközpontokra, csakrákra, melyek szabályozásával megteremtődhet fizikai szinten a szervek és szervrendszerek optimális működése.

Következő számunkban Patóné Stefanik Éva (feng shui tanácsadás, stresszoldás, babamasszázs), Povázsai Andrea (hajgyógyászat, mikrokamerás hajdiagnosztika) és Soczó Krisztina (táplálkozási tanácsadás) mutatkozik be.

Amennyiben a sorozatunkban bemutatkozó természetgyógyászokról többet szeretne megtudni, kérem, keresse meg őket honlapunkon – www.csabaibioklinika.hu. Ha segítségüket szeretné igénybe venni egészsége megőrzésében vagy panaszai enyhítésében, úgy kérjen időpontot a csabai BioKlinikán a 66/322-522, illetve a 06-70/945-0950-es telefonszámon. Natúrpatikánk termékeiről is itt érdeklődhethet, vagy jöjjön el hozzánk személyesen. Címünk: 5600 Békéscsaba, Kinizsi u. 7-9.

MEZŐBERÉNYI REFORMÁTUS SZERETETOTTHON
 Mezőberény, Kálvin tér 8. • Tel.: 20/59-96-864; 66/554-600
 e-mail: mezobereny@reformatus.hu

Idősek otthonában szeretetteljes keresztyén légkörben, kiváló szakmai színvonalú ellátás, 2-3 ágyas saját fürdőszobás-konyhás lakrészekben.

Pedikűr, gyógymasször
 Hívásra hához megy!
30/567-8817



E-CIG™ e-cigaretta

Nem ég, nem bűdös, nincs füst, mégis pótolja az érzést, a látványt, a mozdulatot.

Ha már dohányzik, válassza az elektromos cigarettát!

Lényege, hogy füst helyett pára keletkezik, amely mind látványra, mind érzésre hasonló érzetet kelt. A hozzá kapható patronok dohánykivonatot tartalmaznak, és több ízben, háromféle erősségben vagy nikotinmentes kivitelben választhatók.

ELŐNYEI A HAGYOMÁNYOS CIGARETTÁVAL SZEMBEN:

- nem ég, így nincs kátrány,
- dohányzást tiltó helyeken is használható,
- nem füstöl, így nem bűdös,
- megfelelő patron választásával akár nikotinmentesen is biztosítja a dohányzás élményét,
- használata lényegesen olcsóbb.

2990 Ft-tól kezdő készletek bevizsgált termékek, több szervezet ajánlásával

NEM ciki, mert NEM cigi!
www.e-cig.hu




KAPHATÓ A BIOKLINIKÁN:
 Békéscsaba, Kinizsi u. 7-9. • 70/945-0950 • 66/322-522
www.csabaibioklinika.hu
 Nyitva tartás: hétköznap 8-tól 18 óráig, szombaton 8-tól 13 óráig



Tetőszerkezetek építése, filagóriák, előtetők készítése, régi tetők felújítása, tetőszerkezetek cserépezése, hőszigetelése, gipszkartonozás.
Lengyel Mátvás ácsmester
 Tel.: 20/318-88-26



Békés Megyei Rákbetaegékért Alapítvány
 Adószám: 18391369-1-04
 Számlaszám: 10402623-00005872-00000006

Szedje össze „mindennapi betevő” gyógyszereit, és hozza el BioKlinikánkra!

Hátha kiválthatóak természetes gyógyszertményekre!
 Állapotjavulás, a természet erejével, káros mellékhatások nélkül.

BioKlinika
 Kérjen időpontot homeopátiás orvosunk rendelkezésére!
 Érdeklődni: 06-70/945-0950 • 06-66/322-522
 Békéscsaba, Kinizsi u. 7-9.



TOLLAT, HAGYATÉKOT, RÉGI BÚTORT VÁSÁROLOK
 (ÁFÉSZ volt felvásárlója)
 66/650-501 • 20/553-9050
 Szombat, vasárnap is hához megyek, helyszínen fizetek.



Fakivágás
 VESZÉLYES FÁK KIVÁGÁSÁT IS VÁLLALJUK!
 Rövid határidővel és versenyképes árrakkal!
06-30/9034-582



Memento Síremlék
 „Memento Mori - Emlékezz a holtakra”
 Gránit síremlékek forgalmazása
ÁRCSÖKKENÉS!

- Kiváló minőség, egyedi grafikus és dekorációs megoldások
- Gazdag szín- és forma választék
- Gyors és pontos munkavégzés
- Meglévő síremlékek felújítása, tisztítása

A síremlékekre garanciát vállalunk!
 Kínálatunk a bemutató udvarunkon megtekinthető.

Orosháza, Tánicsics u. 11.
 (a bírósággal szemben)
 06-70/770-5900, 06-68/41-5900
www.mementooroshaza.hu
 Zombor és Paulik Kft.



Memento Temetkezés
 Orosháza, Tánicsics u. 11.
 (a bírósággal szemben)
www.mementooroshaza.hu
 Orosházán és a környező településeken.
 Éjjel-nappal hívható:
 06-70/770-5900
 06-68/41-5900
 Zombor és Paulik Kft.



Dr. Duray Gergő

belgyógyász, mozgásszervi rehabilitációs szakorvos,
Bemer mágnesterapeuta



DIABETOLÓGIAI SZAKTANÁCSADÁS (vércukor-beállítás)

- Belgyógyászati szakvizsgálat (EKG, vérnyomás-beállítás, koleszterin-, trigliceridmérés, terápiabeállítás, szűrés)
- Bemer mágnesterápia (vércukorcsökkenő, fekélygyógyító hatású)

Rendel: Orosháza, Zombai u. 1.

Hétfőn 16–18-ig

Előjegyzés:

30/373-8729 (06-30-drduray)

www.drduray.hu



Dr. Vincze Árpád

tüdőgyógyász szakorvos,
bronchológus



RENDELÉS HELYE:

Sybilla magánorvosi rendelő,
Gyula, Béke sgt. 42.

RENDELÉS IDEJE: kedd: 16–17, csütörtök: 14–15 óráig

TELEFON: 06-30/903-7109

BÉKÉSI GYÓGYMEDENCE ÉS USZODA

**Ez a kupon 500 Ft-os
belépésre jogosít!**

PIHENJEN NÁLUNK!

Békés, Körösi Cs. S. u. 6–14. Tel.: 06-20/400-23-30



Gizella Hotel és Étterem

A Gizella Hotel és Étterem Veszprém szívében, mégis távol a város zajától, a vár tövében található.

Az épületből a Viadukt két ívére, a falak mentén csörgedező patakra és a kerítésen túl magasodó hegyre látni, ahonnan csodás panoráma tárul eléink. A szálloda mellett ostromlépcső vezet fel a vár kockaköves, hangulatos utcáihoz.

A tartalmas pihenésre vágyó utazókat 28 patinás megjelölt szoba várja. A terület akárcsak a hetven fős étteremmel páratlan hangulatú gasztronómiai élményeket. A vadregényes utakon gyönyörű túrák tehetőek akár gyalogosan vagy a szálloda saját kerékpárjain.



henésre vágyó egyszerű, mégis lenyűgöző, kényelmes. A szálloda teljes dílymentesített terem mellett a látványos terasz várja az érkező vendégeket. A körülvéve a gyalogosan vagy a szálloda saját kerékpárjain.

Szolgalhat-e felemelőbb pillanatokkal egy olyan utazás, amely során a történelmi városközpontban, a vár tövében, a város történelmi ölelésében



részen tett sétáról visszafogyasztott vacsorát zepén nyugalomban, a tértünk nyugovóra?



Gizella Hotel és Étterem • 8200 Veszprém, Jókai u. 48. • Tel.: 36-88/579-490
Fax: 36-88/579-491 • E-mail: info@hotelgizella.hu • Internet: www.hotelgizella.hu

+ ÁLLATORVOSI RENDELŐ

Békéscsaba, Áchim u. 9. (a Kner nyomda mögött)

Kutyák, macskák belgyógyászati, sebészeti, fogászati ellátása. Műteti ivartalanítás. Védőoltások, veszettség elleni védőoltás.

Chip beültetése, útlevel kiadása.

RENDELÉSI IDŐ: H-P 16-18-ig

Dr. Varga János 20/3-887-669

Dr. Kónya Mónika 30/8-564-416



FOLYAMATOS KOLBÁSZGYÁRTÁS!

Ön hozza a fűszereket, készen megfűstölve elviheti!



UGYANITT VÁGÓHÍDI ÁRON KÍNÁLJUK:
– félsertés – tökehús – kolbász – füstölt árú
SERTÉSFELVÁSÁRLÁS



Békéscsaba (Mezőmgyer), Új u. 9. Tel.: 06 (30) 6301-749, (66) 431-545

KISS CSABA

gázvezeték-szerelő mester, vízvezeték- és csatornahálózat-, központifűtés szerelő

Mobil: 06-30/2055-618



TEMETKEZÉS

Állandó ügyelet: 66/442-101

Irodáinkat felkereshetik az alábbi címeken:
Békéscsaba, Széchenyi liget
(a ligeti temető bejárata)
Tel.: 66/442-101

Gyula, Honvéd u. 1. (a piacnál)
Tel.: 66/463-924

Hogy tetszik lenni?

Kiadja a BetűNet Média- és Hírgyűnökség Kft. • Engedélyszám: 10/7632-2/2012 • Felelős kiadó: Gy. Nagy Ágnes ügyvezető-szerkesztő • Nyomtatás: Lapcom Lapkiadó és Nyomdaipari Kft., 6729 Szeged, Szabadkai út 20. • Ügyvezető igazgató: Szammer István • Megjelenik 22 000 példányban Békéscsabán, Békésen, Gyulán, Orosházán. • A lapot a felsorolt települések nyugdíjaskimhelyeire a Magyar Posta terjeszti. A lapban megjelent hirdetések tartalmáért a kiadó nem vállal felelősséget. • Kérdéseiket, kéréseiket a hogytetsziklenni@betunet.hu e-mail címre vagy az 5600 Békéscsaba, Pf. 250-re küldhetik. • Ha hirdetni szeretne, hívja a 06-70/606-8706-os telefonszámot! • Kiadvány menedzserünk: Cselovszki Jolán.



Fehér Kígyó Gyógyszertár AZ ÖN EGÉSZSÉGÉÉRT!

Orosháza, Kossuth u. 42.

Telefon: 06-68/510-300; 06-68/510-310. Fax: 06-68/510-307

Web: www.feherkigyo.hu • E-mail: feherkigyo@feherkigyo.hu

Nyitva tartás: hétköznap 7.30–19.00, szombaton 7.30–12.30



OROS-MED Bt.



Ügyvezető, gyógyszertárvezető:

**Dr. Herczegfalviné
dr. Abonyi Etelka**

szakgyógyszerész

Telefon: 06-68/510-311,
mobil: 06-30/953-6461



Havonta megújuló MGYTP és SZIMPATIKA akció városunkban csak nálunk!

Fehér Kígyó Orvosi Központ

Orosháza, Lehel u. 51.

Dr. Böszörményi Jolán FÖLDSZINT 1-ES RENDELŐ
bőr- nemigyógyász, kozmetológus szakorvos, főorvos
Rendel: szerdán 15–17 óráig
Telefon: 06-68/510-317; mobil: 06-30/20-60-332

Dr. Dimák Andor I. EMELET 16-OS RENDELŐ
gyermekgyógyász szakorvos, gyermektüdőgyógyász,
adjunktus
Rendel: hétfőn 16–18 óráig
Telefon: 06-68/510-306; mobil: 06-30/360-1232

Dr. Fárk Marianna FÖLDSZINT 1-ES RENDELŐ
bőr-, nemigyógyász, kozmetológus szakorvos
Rendel: hétfőn 14–16 óráig
Telefon: 06-68/510-317; mobil: 06-30/96-77-903

Dr. Gervain Mihály I. EMELET 11-ES RENDELŐ
med. habil. főorvos, urológus-nephrológus szakorvos,
kandidátus
Rendel: szerdán 16–19 óráig
Telefon: 06-68/510-301; mobil: 06-30/958-2433

Dr. Gulyás Mária FÖLDSZINT 3-AS RENDELŐ
bőr- nemigyógyász, kozmetológus szakorvos;
gondozóvezető főorvos
Rendel: A hónap 1. és 3. hetének péntekjén 13–15
óráig (előzetes telefon egyeztetés szükséges a doktornővel)
Mobil: 06-20/236-0097

Dr. Hudák János I. EMELET 12-ES RENDELŐ
belgyógyász, gasztroenterológus szakorvos, főorvos
Rendel: hétfőn és szerdán 16–18 óráig
Telefon: 06-68/510-302; mobil: 06-20/950-9499

Dr. Huhn Lajos I. EMELET 14-ES RENDELŐ
szülész-nőgyógyász szakorvos, adjunktus
Rendel: kedden 16–18 óráig
Telefon: 06-68/510-304; mobil: 06-30/207-6996

Dr. Kis Sándor FÖLDSZINT 2-ES RENDELŐ
reumatológus szakorvos
Rendel: csütörtökön 16–18 óráig
Telefonos bejelentkezést várok!
Telefon: 06-68/510-318; mobil: 06-30/31-08-531

Dr. Kovács Irén I. EMELET 12-ES RENDELŐ
belgyógyász szakorvos, diabetológus, főorvos
Rendel: kedden 16–17 óráig
Telefon: 06-68/510-302; mobil: 06-30/20-50-873

Dr. Litvai Emőke I. EMELET 12-ES RENDELŐ
kardiológus - és belgyógyász szakorvos, főorvos
Rendel: csütörtökön 16–18 óráig
Mobil: 06-30/20-54-238

Mrena Istvánné II. EMELET 24-ES RENDELŐ
Otthoni Szakápolási Szolgálat
Mobil: 06-30/2077-528

Dr. Patakfalvi János FÖLDSZINT 3-AS RENDELŐ
szülész-nőgyógyász szakorvos, főorvos
Rendel: hétfőn 17–19 óráig, szerdán 17–19 óráig
Telefon: 06-68/510-319; mobil: 06-30/985-0902

Dr. Petróczi-Kis Mária FÖLDSZINT 2-ES RENDELŐ
neurológus szakorvos, főorvos, akupunktúrás orvos
Rendel: szerdán 16–17 óráig
Telefon: 06-68/510-318; mobil: 06-20/988-6634

Dr. Révész István FÖLDSZINT 5-ÖS RENDELŐ
belgyógyász és szívszakorvos, vállalkozó háziorvos,
foglalkozás-egészségügyi szakorvos
Rendelési idő:
Háziorvosi rendelés:
hétfő–péntek 8–11 óráig
Üzemorvosi rendelés:
hétfő–péntek 11–12 óráig
Telefon: 06-68/510-315; mobil: 06-30/415-3958

Dr. Rusznák Jolán I. EMELET 16-OS RENDELŐ
sebész szakorvos és üzemorvos
Rendel: kedden és csütörtökön 16–18 óráig
Telefon: 06-68/510-306; mobil: 06-30/238-0050

Dr. Szakál Tibor Norbert I. EMELET 11-ES RENDELŐ
radiológus szakorvos, ultrahangvizsgáló
Rendel: kedden 9–19 óráig
Telefonos bejelentkezést várok!
Mobil: 06-70/317-6457

Dr. Tobak Zoltán FÖLDSZINT 2-ES RENDELŐ
urologus szakorvos, adjunktus
Rendel: hétfőn 17–19 óráig
Telefon: 06-68/510-318; mobil: 06-20/912-1645

Dr. Tóth Abonyi János FÖLDSZINT 3-AS RENDELŐ
mozgásszervi rehabilitáció szakorvosa, sportorvos,
főorvos
Rendel: kedden 16–19 óráig,
csütörtökön 17–19 óráig
Telefon: 06-68/510-319; mobil: 06-30/249-0448

Dr. Tóth Éva I. EMELET 15-ÖS RENDELŐ
pszichiáter szakorvos, főorvos
Rendel: csütörtökön 16.30–18.30-ig
Telefon: 06-68/510-305

**Vecsernyésné
Dr. Nemes Edina** FÖLDSZINT 4-ES RENDELŐ
bőrgyógyász szakorvos
Rendel: csütörtökön 15–17 óráig
Mobil: 06-30/282-9537

KIADÓ RENDELŐ!
Érdeklődni lehet a 06-30/953-6461-es telefonszámon

Asztalos Anita FÖLDSZINT 4-ES RENDELŐ
Természetgyógyászat, fül-akupunktúra,
életmód-tanácsadás, MORA terápia (biorezonancia)
allergiastesz és -terápia
Rendel: pénteken 9–12 óráig
Telefon: 06-20/55-88-737

Korlátozott számban vannak

**KIADÓ,
exkluzív kivitelezésű
helyiségek**

**ÜZLETEKNEK, IRODÁKNAK,
ORVOSI RENDELŐKNEK,
GARÁZSNAK.**

