

Iskolában, az egészséges táplálkozásról

# Érd szépék, útban a döntő felé...

Már csak két hét és kiderül, ki a legszebb lány Érdén. Addig azonban van még néhány tennivalója a tíz döntős hölgynek, például egy általános iskolában tartanak majd előadást a gyerekeknek az egészséges táplálkozásról. S persze „gyúrnak” a döntőig, hogy minél szebb, előnyösebb alakjuk legyen...



A bizakodó döntősök egy csoportja



Érdi szépségek a futópádon

Madarász Krisztina főszervező korábban azt nyilatkozta, biztos benne, hogy a felkészülési időszak végére jó kis csapatát válik a döntőbe jutott maroknyi hölgykorszorú. Már félidőben azzá vált – igaz, ahogy közeledik a nagy nap, érződik a feszültség és az egészséges vetélkedés a versenyzők közt. Az érdi Diamond Fitness-Wellness-ben zumba órán vettek részt nemrég és olyan jól érezték magukat ott, hogy azóta is többen visszajárnak önszorgalomból, mint legutóbb szombaton is, amikor többen ott erősítették, súlyozó-

tak. Öröm volt nézni ezeket a szépségeket, milyen jókedvvel, vidáman, mosolyogva izzadtak, szenvedtek, zumbáztak, ami bizony igen nehéz. Hamarosan a kifutón kell gyakorolniuk a mozgást, a „vonulást”. Az se olyan könnyű – a látszat ellenére – az amatőröknek, akik még soha sem mutatták meg magukat színpadon, amikor minden szem rájuk szegeződik és közben még mosolyogniuk is kell, illetve könnyednek is kell látszaniuk...  
A lányok október végén, november elején részt vettek

elméleti oktatásokon is, amit szintén láthatóan jól vettek. Számukra hasznos volt a divatról és a környezetvédelemről érdekességeket hallani. A napokban is vár rájuk egy érdekesség: az egyik érdi általános iskolában tartanak előadást alsó tagozatosoknak az egészséges táplálkozás fontosságáról és hogy ne csak beszéljenek az egészségről, almát is visznek a gyerekeknek.

November 30-án a döntőben, a Finta-rendezvényházban pedig, a gála vacsorán királynőt választanak, Vastag Csaba énekes sztárvendég jelenlétében.

(temesi)

Közönségsvavazás az Érd Szépe facebook oldalon! Ön is szavazzon bátran, mert a szavazók között ajándékot sorsolunk ki. A közönségtől legtöbb szavazatot kapott hölgy pedig értékes díjban részesül.  
Sok sikert kívánunk!  
Bada Zoltán szervező,  
Madarász Krisztina szakmai vezető  
Szavazni a facebook/Érd Szépe oldalon lehet.

# Helyzetképek az utakról

Előző lapszámunkban megkezdett sorozatunkat folytatjuk – ezúttal is bemutatunk néhány olyan közlekedési útvonalat, ahol a közelmúltban változások történtek, illetve történnek.



Az Alsóerdősor utca egy egész városrész számára használható kerülőút



Már csak egy nagyon kicsi hiányzik ahhoz, hogy a teljes Alsóölgyi út jól járható legyen



A korábbinál sokkal jobb minőségű az út a Daróczi utcában



Az útépítők a fákra is vigyáztak a Földmunkás utcában



Ősz a Kalotaszegi utcában



Ott is jól járható út van, ahol korábban nehéz volt közlekedni - Tetőfedő utca

## INGYENES HALLÓKÉSZÜLÉK- TESZTELÉS

NOVASENSE KÉSZÜLÉKEKRE 4 ÉV GARANCIÁT BIZTOSÍTUNK

MIND A 29 SZAKÜZLETBEN INGYENES HALLÁSVIZSGÁLAT

MEGKÖNNYÍTJÜK 4 VÁSÁRLÁST

4 ÉV GARANCIA

INGYENES HALLÁSVIZSGÁLAT

RÉSZLETFIZETÉSI LEHETŐSÉG

30 NAPOS PÉNZVISSZAFIZETÉSI GARANCIA

GEERS Hallókészülék Szaküzletek:

- 1165 BUDAPEST** Bajcsy-Zsilinszky út 19. • Tel.: 1/472-0586  
Nyitvatartás: Hétfő: 9-17 óráig
- 1012 BUDAPEST** Vörösvári út 88-96. • Tel.: 1/250-4199  
Nyitvatartás: Hétfő: H-Cs: 8-17; P: 8-14 óráig
- 1022 BUDAPEST** Béke utca 13-19. • Tel.: 1/858-7667  
Nyitvatartás: Hétfő: H: 8-14; K, Sz, P: 8-16:30; Cs: 8-18 óráig
- 1024 BUDAPEST** Kosztolányi Dezső tér 11. sz. • Tel.: 1/3988-692  
Nyitvatartás: Hétfő: H, Sz, Cs: 8-16:30; K: 8-18; P: 8-14 óráig
- 1125 BUDAPEST** Őllői út 283. • Tel.: 1/398-8280  
Nyitvatartás: Hétfő: H, Sz, Cs: 8-16:30; K: 8-18; P: 8-14 óráig

www.geers.hu

## velünk gyorsabban célba érsz

48 órán belül folyósítjuk az igénylést online is kezdeményezheted

### K&H személyi kölcsön

• Készenléti díjmentes  
• Készenléti díjmentes  
• Készenléti díjmentes

Érd, Budai út 28.  
telefon: (06 23) 521 140

Hűségesség legelőször a K&H-nál  
KBC csoport tagja

Jelen hirdetés nem tartalmaz ajánlatot, a termék pontos leírásáról és részleteiről érdeklődjön bankfiókjában vagy a www.kh.hu internetes oldalon. A kondíciók módosításának jogát a Bank fenntartja. A termék részletes leírását és feltételeit a vonatkozó szerződés, az Általános Szerződési Feltételek, a K&H Bank Üzletszabályzata, valamint az aktuális Hirdetmény tartalmazza, amelyek megtalálhatók a bankfiókban és a www.kh.hu internetes oldalon. A THM értéke: a 2013. október 4-én hatályos Hirdetmény szerinti kérték meghatározása. A kölcsönigényléshez szükséges dokumentumoktól részletesen www.kh.hu oldalon tájékozódhat, illetve további információt bankfiókunk nyújtanak. A szerződéskötés minden esetben a Bank által végzett hitelbírálat függvényében. A 48 órán belül folyósítás feltétele, hogy az igénylő a hitelbírálatához szükséges teljes dokumentációt rendelkezésre álljon. Ha a szerződéskötés is ezen időtartamon belül megtörténik.