1. **Útmutató feladat**

Útmutató a jelentkezési lapok kitötéséhez Kérjük, kitöltés előtt olvassa el! A jelentkezőnek csak egy „A” jelű és minden egyes jelentkezéséhez még külön egy-egy „B” jelű lapot kell kitöltenie. Egy „A” jelű és legalább egy „B” jelű lap beadása nélkül felsőoktatási intézménybe senki sem vehető fel! Lényeges tudnivalók A felvételi eljárás szabályait és az intézmény sajátos felvételeit a felsőoktatási intézményekben megtekinthető felvételi szabályzatok és a Felsőoktatási felvételi tájékoztató 1999 (a továbbiakban TÁJÉKOZTATÓ) tartalmazza, melyet a jelentkezési lapok kitöltéséhez feltétlenül tanulmányozni kell. (A TÁJÉKOZTATÓ ezen útmutatónál részletesebben ismerteti a jelentkezési lapok kitöltését is!) Mindenki több intézménybe (karra, szakra, szakpárra, tagozatra, képzési formára) is jelentkezhet. Mindenkinek egy törzslapot (ez az „A” lap) és jelentkezésenként egy intézményi lapot (ezek a „B” lapok) kell kitöltenie. AZ „A” lapot a borítékon található központi címre kell beküldeni, a „B” lapok címzettje a megfelelő intézmény. Kérjük, hogy saját érdekében az „A” és „B” jelű lapokat ajánlottan adja fel és a feladó szelvényt őrizze meg. A jelentkezési lapok leadási határideje 1999. Március 1. A később feladott „A” lapok érvénytelenek, így valamennyi jelentkezése is érvénytelen lesz. A beadott jelentkezési lapok adatai később sem módosíthatók. Több „A” jelű jelentkezési lap beadása a felvételi eljárásból való kizárását eredményezheti.

1. **ISDN feladat**

Mi az ISDN? Az ISDN angol mozaikszó, mely az alábbi szavakból áll össze: Integrated Services Digital Network, azaz integrált szolgáltatású digitális hálózat. Az ISDN olyan intelligens megoldás, mely egy csatlakozással nemcsak több telefonvonal tulajdonságaival bír, hanem lehetőséget teremt a hagyományosnál gyorsabb internetezésre, képtelefonálásra, adatátvitelre és különleges kényelmi szolgáltatások használatára kiváló minőségben, akár egy időben. Melyek az ISDN főbb jellemzői? fokozott gyorsaság kiváló minőségű hang-, adat-, szöveg- és képkommunikáció továbbítása egy csatlakozáshoz akár 10 hívószám is rendelhető, ezáltal mindenki saját számmal rendelkezhet ugyanazon vonalon egy időben telefonálhat, faxolhat vagy internetezhet Új kedvezmény ISDN‑en internetezőknek Január 1‑től egyéni ISDN‑ügyfeleink az adatforgalomra is kapnak kedvezményt! A már jól ismert helyi és helyi jellegű hívásokra vonatkozó kedvezményhez hasonlóan – a megjelölt időszakokban – egy idő után „megáll a számláló”, így a hosszabb hívásért nem kell többet fizetni. Így az ISDN‑vonalon internetező egyéni ügyfeleinknek a megfelelő időszakokban már nem kell fél szemmel az órát nézni, csavaroghatnak kedvükre a világhálón… Helyi és helyi jellegű hívásokra vonatkozó kedvezményes időszakok: Hétfő-péntek: délután 6-tól másnap reggel 7-ig Szombat: délután 3-tól másnap reggel 7-ig Vasárnap: délután 3-tól másnap reggel 7-ig

1. **Tervezés feladat:**

Tervezéstől Vállalunk: Épülettervezést Fűtéstechnikai tervezést Légtechnikai tervezést Gáztervezést Továbbá: Lakóépületek ~ Üzemi épületek ~ Műhelyépületek építését, felújítását, építését A kivitelezésig

1. **Étkezés feladat:**

Az étkezés öröm! Ösztön és szenvedély, életszükséglet és élvezet, mely a születéstől a sírig kiséri életünket: ez a táplálkozás. A szervezet tápanyagszükségletét különböző élelmiszerekkel biztosítjuk és sokféle konyhatechnikai eljárással készítjük el a már nemcsak a létfenntartást, hanem az étkezés örömét is nyújtó ételeket. Az étkezés öröm! De ez az öröm csak akkor lesz zavartalan, ha megtartjuk a kellő mértéket. A mértéktelen evés miatti egészségkárosodásról, vagy a másik végletről: a földünk nagy részén még mindig meglevő hiányos táplálkozás következményeiről sokat hallhatunk, olvashatunk. Nekünk megvan a lehetőségünk, hogy szervezetünk részére a rendelkezésre álló élelmiszerekből jóízű, az ésszerű táplálkozás következményeinek megfelelő ételeket készítsünk, és egészséges étrendet állítsunk össze. A helyes étrend Az egészséges táplálkozás egyik alapfeltétele a helyes étkezési ritmus betartása. Nem mindegy, hogy a napi táplálékot mikor és milyen mennyiségben fogyasztjuk el. Egy régi közmondás szerint: Reggelizzél bőségesen, mint egy király. Ebédeljél szerényen mint egy polgár. Vacsorázzál keveset, mint egy koldus. Ezt a tanácsot érdemes megszívlelni!