



ÖNKORMÁNYZATI TÁJÉKOZTATÓ

Isaszeg

XIX. ÉVFOLYAM, 2. SZÁM • 2020. FEBRUÁR

Isaszegre is jár edzeni Magyarország legerősebb embere

Interjú Nagy Péterrel

A Hunyadi utcai rendelő szakrendelése és elérhetősége

Kéményseprési kisokos



Tartalomjegyzék

Polgármesteri beszámoló a két ülés között történeteiről	2
Részletek a képviselő-testület januári határozataiból	3
Közeleg az adófizetési határidő!	4
Amit a mezőőri járulékról tudni kell	5



Kéményseprési kisokos

A kéményseprő házhoz jön vagy hívni kell? Ingyenes vagy számla ellenében fizetni kell a szolgáltatásért? Cikkünkben minden kérdésre választ talál

Tüdőszűrés	7
A Hunyadi utcai rendelő nyitvatartási rendje, rendelési idők, elérhetőségek	7
Tájékoztató az önkormányzat által szervezett nyári gyermekfelügyeletről	8
Gyerekszaj	8
Könyvtári kurír	9



Tehetséggel, alázattal

Nagy Péter Európa-bajnoki bronzérmes súlyemelővel beszélgettünk sportéletéről, jövőképről és nem utolsósorban Isaszeghez való kötődéséről



Isaszegi értékeink

– Képesfa, Öregtemplom

2020-as naptárunk tartalmával egyezően bemutatjuk városunk értékeit. Ebben a hónapban az Öregtemplom és a '48-as Képesfa történetét tárjuk fel

Milyen vitaminokra van szükségünk télen?	14
Az emberi szervezet tükre	15
Rejtvény	18
Információk	19
Programajánló	20
Anyakönyvi hírek	20

A lap tulajdonosa: Isaszeg Város Önkormányzata. Kiadó: LA4 Média Kft.
Felelős szerkesztő: Hatvani Miklós. Szerkesztő: Heffler Cecília.
Tervezőszerkesztő: Komlós Andrea.

Szerkesztőség: 2117 Isaszeg, Rákóczi utca 45.
Telefon: 28/583-102 • E-mail: ujzag@isaszeg.hu • Web: isaszeg.hu •
Megjelenik 3800 példányban. Minden jog fenntartva.

Észrevételeiket, javaslatokat, írásait várjuk az ujzag@isaszeg.hu e-mail-címre.
Kérjük, hogy amennyiben írást szeretnének megjelentetni lapunkban, ezt előzetesen, minden hónap 10-éig jelezzék részünkre. Szerkesztőségünk a lap terjedelmi korlátai miatt fenntartja a jogot a cikkek tartalmi változtatás nélküli rövidítésére.

Polgármesteri beszámoló a két ülés között történeteiről

Január 8. Padányi József osztályvezetővel és Magyar Géza főépítésszel a városunk településszerkezeti tervével kapcsolatos megbeszélésen vettem részt a megyeházán. Konkrétan egy terület módosításról volt szó, és csupán technikai jellegű kérések voltak, amelyeket Kovács Miklós, a KOVA-terv Kft. munkatársa végre szeretne hajtani. A kezdeményezést a megyei főépítész is támogatta.



Január 11. Zselízen egy nagyon érdekes és kiváló rendezvényen vettem részt, amely egy bál volt. A programot Juhász András polgármester rendezte, immár második alkalommal, ahová környékbeli polgármestereket, a testvértelepülések polgármestereit és nagyobb vállalkozások vezetőit hívta meg. A kassai színház és a budapesti Madách Színház művészei adtak műsort, a meghívottak pedig belépőt fizettek.

Január 13. Közjegyzőnél voltam, ahol aláírási címpéldányt készítettem, amelyre egy aktuális pályázat beadásához volt szükség. A Bethlen Gábor Alapkezelő Zrt.-hez benyújtott pályázat az isaszegi történelmi napokhoz, az április 6-i isaszegi csata lebonyolításához nyújt majd fedezetet, ha nyertes lesz a benyújtott projekt.

Egyik legfontosabb és legkiemelkedőbb feladat a 2020. évi költségvetés elkészítése. Az önkormányzat lehetőségei nagyon szerények, a költségvetés összeállítása napi megbeszéléseket, egyeztetéseket igényel a gazdasági osztály, az intézményvezetők, a költségvetésben érintettek, valamint a testület és a bizottságok tagjai között. Az gazdálkodási osztályvezetővel már egyeztettem, hogy készüljön egy egyszerűbb változatú költségvetés, amely mindenki számára sokkal átláthatóbb, értelmezhetőbb.

Sor került a múlt havi testületi döntésekről készült határozatok végrehajtására, valamint aláírtam a Travel-Masters Kft. helyi személyszállítási szerződését és a szociális támogatás keretében adható tüzelőfa-kiszállítási szerződést is.

A képviselő-testület a két ülés között történt fontosabb eseményekről, intézkedésekről szóló polgármesteri tájékoztatót tudomásul vette, a megtett intézkedéseket jóváhagyta.

Részletek a képviselő-testület januári határozataiból

Rendelet közigazgatási szünet megtartásáról. A képviselő-testület megalkotta a polgármesteri hivatalra vonatkozó idei igazgatási szünet megtartásáról szóló rendeletét. A hivatal június 29-től július 3-ig nyári, december 23. napján, valamint december 28-tól december 31-ig téli igazgatási szünetet tart. A megjelölt időszakban az ügyfélfogadás a hivatal minden szervezeti egységében szünetel, de a halaszt-hatatlan – kizárólag születéssel és halálessel kapcsolatos anyakönyvi – ügyekben ügyeletet tartanak. Az ügyfélszolgálaton kérelemnyomtatványok átvételére, leadására lesz lehetőség. Ügyeleti napok: június 29-én (hétfőn) 8 órától 12 óráig; december 28-án (hétfőn) 8 órától 12 óráig.

Az Isaszegi Humánszolgáltató Központ intézményvezetőjének kinevezése. A képviselő-testület által az Isaszegi Humánszolgáltató Központ tavaly szeptember 17-én meghirdetett intézményvezetői álláspályázatára a megjelölt határidőn belül (2019. november 25.) egy pályázat érkezett: Bilász Jánosné, a szociális intézmény jelenlegi megbízott intézményvezetője részéről. 2019 novemberében a pénzügyi, jogi, városfejlesztési bizottság megállapította, hogy a pályázat érvényes, megfelel a képviselő-testület által előírt feltételeknek.

A pályázót a képviselő-testület által felállított szakmai bizottság tavaly december 17-én személyesen is meghallgatta, és alkalmasnak találta. A képviselő-testület 2020. február 1-jétől 2025. január 31-ig szóló időtartamra Bilász Jánosné bízta meg az intézmény vezetői feladatainak ellátásával.

Döntés az Isaszeg, Rákóczi utca 56. (399. hrsz.) szám alatti üzlethelyiség bérbeadásáról. Pályázati felhívás útján 2019. szeptember 18-án sor került az önkormányzat tulajdonában lévő fent nevezett ingatlan meghirdetésére 250 ezer forint + áfa bérleti díjért. A hirdetményben meghatározott beadási határidőig nem érkezett pályázat. A testület úgy döntött, hogy az üzlethelyiséget a továbbiakban nem kívánja bérbe adni, hanem önkormányzati célra hasznosítja.

Támogatás az Országos Közfoglalkoztatási Program keretében átlag napi húsz isaszegi lakos foglalkoztatásához. Isaszeg Város Önkormányzatának képviselő-testülete 2013 óta a Gödöllő–Vác Vízgazdálkodási Társulat (a továbbiakban társulat) együttműködő partnere az országos közfoglalkoztatási programban. Ennek a programnak a keretében a társulat isaszegi munkanélküli személyeket foglalkoztat profiljának megfelelő munkaterületeken. A közfoglalkoztatásban részt vevő lakosok száma eddig 15–40 fő között változott, 2017-ben 20, 2018-ban és 2019-ben átlag 10 fő volt alkalmazásban. 2018 decemberétől 2019 decemberéig az önkormányzat 20 isaszegi munkanélküli lakos foglalkoztatásához járult hozzá 6600 Ft/fő/hó összegben a társulat részére nyújtott támogatással.

Jelenleg 9 fő foglalkoztatása zajlik idén február 29-ig bezáródóan. Ennek a foglalkoztatásnak mind az elfogadására, mind a differenciált támogatására csak abban az esetben van mód, ha azt a képviselő-testület a határozatával támogatja. A képviselő-testület úgy döntött, hogy elfogadja a Gödöllő–Vác Térségi Vízgazdálkodási Társulat által felkínált közfoglalkoztatási lehetőséget átlag napi 20 fő isaszegi lakos 12 hónapon át – 2020. január 1-jétől december 31-ig – tartó közfoglalkoztatására, valamint hogy 20 fő esetében mindösszesen maximálisan 1 584 000 forint differenciált támogatást nyújt.

A foglalkoztatással kapcsolatban irányítást, a munkaeszközök, munkaruha, védőítal biztosítását és a teljes adminisztráció lebonyolítását a társulat vállalja. Az önkormányzat a helyi koordinálói feladatokat látja el, valamint differenciált támogatást nyújt a program sikeres lebonyolításához.

Az isaszegi roma és a szlovák nemzetiségi önkormányzattal kötött 2019. évi együttműködési megállapodás felülvizsgálata. A nemzetiségek jogairól szóló törvény szerint a nemzetiségi önkormányzatok működése személyi, tárgyi feltételeinek biztosítása érdekében megállapodást kötnék a települési önkormányzattal. A megállapodást minden év január 31-ig, illetve az általános vagy időközi választást követő 30 napon belül felülvizsgálja. A megállapodás a jogszabály által előírt formában teljeskörűen szabályozza a nemzetiségi önkormányzat hatáskörének megfelelő tevékenységi körével kapcsolatos szakmai, gazdálkodási szabályokat.

A képviselő-testület elfogadta az isaszegi roma, valamint a szlovák nemzetiségi önkormányzattal kötött együttműködési megállapodás felülvizsgálatát a megállapodástervezet alapján, és felhatalmazta a polgármestert az együttműködési megállapodások aláírására. (Az együttműködési megállapodások teljes szövegét a testületi ülésen készült jegyzőkönyv melléklete tartalmazza.)

Önkormányzati szintű klímavédelmi stratégia kidolgozása. Az ENSZ éghajlatváltozási keretegyezménye feleinek 2015. december 12-én Párizsban tartott 21. konferenciáján megállapodást fogadtak el, amelynek értelmében a globális fölmelegedés mértékét mindenképpen 2 Celsius-fok alatt kell tartani, és törekedni kell arra, hogy a fölmelegedés mértéke ne haladja meg az 1,5 Celsius-fokot. Ennek érdekében a részes felek konkrét lépések megtételét is vállalták a megállapodásban.

Az ENSZ környezetvédelmi programja által Genfben minap bemutatott éves jelentésből az derül ki, hogy a dolgok jelenlegi állása szerint a globális átlaghőmérséklet ebben az évszázadban akár 3,4–3,9 Celsius-fokkal is emelkedhet, ami széles körű és pusztító hatásokkal jár, de még a párizsi megállapodásban foglaltak maradéktalan betartása esetén is 3,2 Celsius-fokos emelkedés várható. Ezért kiemelkedően fontos feladat, hogy a képviselő-testület a maga

hatáskörén belül is minden lehetséges lépést megtegyen a veszély elhárítására.

A testület megbízta a polgármestert, hogy terjesszen elő rendelettervezetet a klímasemlegesség elérése, a környezeti szempontból káros támogatások megszüntetése érdekében teendő konkrét lépésekről, különös tekintettel az önkormányzat tulajdonában álló épületek, valamint a település lakóépületei fűtésének korszerűsítésére, hőszigetelésére, az önkormányzat, annak cégei, valamint a településen mű-

ködő gazdasági társaságok tulajdonában álló gépjárművek nullakibocsátású járművekkel való felváltására; terjesszen elő rendelettervezetet az éghajlatváltozással kapcsolatos intézkedésekhez társuló szociális intézkedésekre az igazságos és méltányos átmenet biztosítása érdekében; az önkormányzat nevében nyújtson be pályázatot az esetleges intézkedések finanszírozásának támogatására az Európai Unió forrásainak terhére.

SZERKESZTŐSÉG

Közeleg az adófizetési határidő!

Tájékoztatjuk önöket, hogy a 2020-as évre vonatkozó adószámla-kivonatokat és a hozzájuk tartozó csekkek kiküldésére az adózók részére legkésőbb március első hetében sor kerül. Az önkormányzati adóhatóság az elektronikus ügyintézésre kötelezett ügyfeleket elektronikusan értesíti adószámlájuk egyenlegéről a hivatalos elérhetőségükön. A második fél évre vonatkozó csekkek megküldésére is sor kerül.

Idén az első félévi adó összegét március 16-ig, a második félévi adó összegét szeptember 15-ig kell megfizetni. Augusztusban a második fél évre vonatkozó értesítés, illetve csekk postázására a tavalyi évhez hasonlóan nem kerül

Az ügyfélszolgálat nyitvatartási rendje	Az adóiroda ügyfélfogadási rendje
Hétfő: 8–12, 13–18	Hétfő: 13–16
Kedd, csütörtök: 8–12, 13–16	Szerda: 8–12, 13–16
Péntek: 8–12	Péntek: 8–12

sor. A végrehajtás elkerülése érdekében kérjük, hogy a fizetési határidőt szíveskedjenek betartani.

Tájékoztatjuk, hogy az adófizetési kötelezettségeiket elektronikusan (átutalással) is teljesíthetik, ez esetben a helyes beazonosítás érdekében az adózó nevét és mutatószámát szükséges feltüntetni. Továbbá tájékoztatjuk önöket, hogy az ingatlanokban bekövetkező tulajdonváltásról nem kapunk

értesítést a földhivaltaltól. Az eladónak, illetve a vevőnek egyaránt tizenöt napos bejelentkezési kötelezettsége van adóirodánk felé. Megértésüket és együttműködésüket kérjük.

Ügyeit intézheti elektronikusan, ennek megkönnyítése végett Isaszeg honlapján (Isaszeg.asp.lgov.hu/elektronikus-nyomtatvany-kitoltesi-segedlet) egy segédletet helyeztünk el.

POLGÁRMESTERI HIVATAL



Amit a mezőőri járulékról tudni kell

Isaszeg önkormányzata képviselő-testületének a mezőőri szolgálatról szóló 25/1998 (XII. 8.) számú, többször módosított önkormányzati rendelete szabályozza az Isaszeg közigazgatási területén lévő mezőgazdasági művelésű földterületek védelmét, felügyeletét.

A rendelet értelmében mezőőri járulékot kell fizetnie mindazon tulajdonosnak vagy használatosnak, aki Isaszeg közigazgatási területén az Ürgemajorhoz vezető út mentén elhelyezkedő zártkert (5000-es helyrajzi számmal kezdődő) területén vagy a Kereszt-hegy lábánál (0125-ös, 0130-as, 0135-ös, 0137-es, 0139-es helyrajzi számmal kezdődő területek) lévő mezőgazdasági művelésű földterülettel (külterületi termőföld) rendelkezik. A mezőőri szolgálat fenntartását a befolyt mezőőri járulék, a kapott állami támogatás és kiegészítésként az önkormányzati költségvetés biztosítja.

A mezőőri szolgálat a település közigazgatási területéhez tartozó termőföldek őrzésének megszervezésével foglalkozik. A mezőőr a működési területén a termőföldek őrzését, valamint a termőföldön lévő, illetve ahhoz tartozó termények és termékek, felszerelések, eszközök, használatok, továbbá mezőgazdasági építmények, földmérési jelek vagyongvédelmét látja el.

A felsoroltakon túl feladatai: a működési területén jogosult és köteles az egyes rendészeti feladatokat ellátó személyek tevékenységéről, valamint egyes törvényeknek az iskolakerülés

elleni fellépést biztosító módosításáról szóló törvényben meghatározott intézkedések és kényszerítő eszközök alkalmazására a) azzal a járművel szemben, amelyről alaposan feltételezhető, hogy azon a működési területéről származó jogellenesen szerzett szállítmány van; b) azzal a személlyel szemben, aki a nála vagy az általa használt járművön levő szállítmány megszerzésének jogszerűségét nem valószínűsíti.

A mezőőr a működési területén jogosult és köteles a jogtalanul legeltetett, illetőleg felügyelet nélkül talált állatot a tulajdonosnak átadni. A mezőőr köteles a feladatának ellátása során tudomására jutott bűncselekményről, valamint – ha saját intézkedésének a feltételei nem állnak fenn – a tudomására jutott szabálysértésről a rendőrséget vagy az ügyben hatáskörrel rendelkező más szervet haladéktalanul értesíteni, illetve a hatáskörrel rendelkező szerv eljárását kezdeményezni.

A mezőőr jogosult a jogszabályban meghatározott esetben helyszíni bírságot kiszabni. A mezőőri járulék fizetésére kötelezettnek a termőföld nagyságának arányában minden megkezdett hektár terület után 100 Ft/hónap összeget kell fizetnie. Az éves mezőőri járulékot a tulajdonosoknak minden év március 15. és szeptember 15. napjáig két részletben kell megfizetniük. A fizetés teljesítését az adóügyi jogszabályban foglaltak szerint kell közölni; nemfizetés esetén a járulék adók módjára behajtható.

POLGÁRMESTERI HIVATAL



Kéményseprési kisokos

Pest megye teljes területén, minden településén a lakossági tulajdonú ingatlanok és a társasházak égéstermék-elvezetőinek rendszeres felülvizsgálatát a katasztrófavédelem kéményseprőipari szervezetének szakemberei végzik el.

A kéményseprők szempontjából az ügyfeleket két nagy csoportba lehet sorolni: a családi házban és a társasházban élőkre és a csoportokon belül, ahol nincs bejegyezve gazdálkodó szervezet, és ahol van. Vegyük sorra, mi a dolga az embernek, attól függően, hogy melyik kategóriába tartozik.

- Aki családi házban él, és oda nincs bejegyezve gazdálkodó szervezet, annak a kéményseprés önkéntes és ingyenes. A kéményseprő akkor jön, amikor a kéménytulajdonos időpontot foglal. Noha már nem kötelező a vizsgálat, érdemes a szilárd tüzelőanyaggal működő fűtőberendezéseket évente, a gázüzeműeket kétévente megnézetni szakemberrel. Az időpont egyeztetését a [Kemenysepres.katasztrofavedelem.hu/ugyfelszolgalat](https://www.kemenysepres.katasztrofavedelem.hu/ugyfelszolgalat) oldalon vagy a 1818-as telefonszámon, a 9-es, 1-es melléken lehet kezdeményezni.
- Abban az esetben, ha a családi házba gazdálkodó szervezetet jegyezték be, akkor a kéményseprés megrendelése már nem opció, hanem kötelesség. Attól függően, hogy milyen fűtőeszköz van a kéményhez csatlakoztatva, egy- vagy kétévente

kell ellenőriztetni, és ezért fizetni is kell. A [Kemenysepres.katasztrofavedelem.hu/hirek/tajekoztato/35](https://www.kemenysepres.katasztrofavedelem.hu/hirek/tajekoztato/35) oldalon a település irányítószámának megadásával elérhetővé válik azon kéményseprőcégek listája, amelyek egyikétől meg kell rendelni a munkát.

- Aki társasházban él, és oda nincs cég bejegyezve, ahhoz kérés nélkül érkezik a kéményseprő, és két időpontot ajánl, amelyben ingyen elvégzi az ellenőrzést. A társasházak éves sormunkatervei a [Kemenysepres.hu/tevekenysegek/sormunkaterv_2020](https://www.kemenysepres.hu/tevekenysegek/sormunkaterv_2020) oldalon található, megyék szerinti bontásban.
- Aki pedig társasházban él, de a lakásába gazdálkodó szervezet van bejegyezve, ahhoz megrendelés nélkül kijön a kéményseprő, de pénzért dolgozik. Ha a lakásnak saját kéménye van, akkor a teljes munkadíjat, ha a társasház gyűjtőkéményére csatlakoztatták, akkor a munka rá eső részét kell kifizetnie, például egy tízlakásos házban a teljes munkadíj tizedét.

A múltban úgy tartották, hogy kéményseprővel találkozni szerencsét jelent. Ma sincs ez másképp. A tüzmelőzés és a szén-monoxid-mérgezésrel járó balesetek megelőzése területén bizonyított a kéményseprők rendszeres ellenőrző munkájának fontossága. A szakemberek modern eszközöket,

műszereket használnak, és a tüzmelőzésen túl energetikai, légellátási, tüzeléstechnikai, környezetvédelmi tanácsokkal is ellátják az ügyfeleket. Ha nincs semmilyen probléma, egy égéstermék-elvezető teljes nyomvonalának szemrevételezése és műszeres ellenőrzése harminc percet vesz igénybe. Ha a kéményt tisztítani kell, valamivel hosszabb időbe telik, de a biztonság megéri a ráfordított időt.

A munka elvégzéséről és az eredményről minden esetben tanúsítvány készül, ennek egy példánya az ügyfelet illeti. Ha a tanúsítványon szerepel hibák, arról szóbeli tájékoztatást is kell kapni, a problémát minél hamarabb, de legkésőbb a következő ellenőrzésig szakemberrel kell kijavíttatni.

Fűtési technológiától függetlenül komoly veszélyt jelenthet a készülékek szabálytalan kivitelezése, illetve a karbantartás és a rendszeres műszaki felülvizsgálat elmulasztása. A rendszeresen karbantartott fűtőeszköz nemcsak biztonságos, hanem gazdaságosabban is működtethető.

Érdemes a munkát időben beütemezni, hiszen tudjuk, hogy mikor leszünk szabadságon, a fűtési szezonon kívüli időszakban pedig a kéményseprők kevésbé leterheltek, így otthonunk és szeretteink biztonságáról könnyebben tudunk gondoskodni.

**BM ORSZÁGOS KATASZTRÓFA-
VÉDELMI FŐIGAZGATÓSÁG**

Tüdőszűrés

Felhívjuk a lakosság figyelmét, hogy Isaszeg városban február–márciusban minden negyvenéves vagy ennél idősebb személynek ajánlott tüdőszűrést tartunk az új háziorvosi rendelőben (Hunyadi u. 17–19.). Időpontok: február 18., 19., 20., 21., 24., 25., 26., 27., 28.; március 2., 3., 8–18 óra között.

A munkaköri, szakmai, illetve személyi higiénés alkalmasság orvosi vizsgálatáról és véleményezéséről szóló 33/1998. (VI. 24.) NM rendelet alapján a mellkasröntgen-vizsgálatot erre a célra igénylő lakosoknak 1700 forint térítési díjat kell fizetniük a szűrés helyszínén kapott, a törökbálinti kórház számára szóló csekk befizetésével. A vizsgálat eredményéről legkésőbb tizennégy napon belül szakorvosi lelet kiadására kerül sor.

A kötelező egészségbiztosítás keretében igénybe vehető betegségek megelőzését és korai felismerését szolgáló egészségügyi szolgáltatásokról és a szűrővizsgálatok igazolásáról szóló 51/1997. (XII. 18.) NM rendelet értelmében életkorhoz kötötten minden negyven év feletti személynek joga van évente egyszer tüdőszűrő vizsgálaton részt venni beutaló nélkül, költségmentesen. Ehhez személyi igazolvánnyal és tájékoztatóval kell rendelkeznie.

Nem kell megjelennie a szűrővizsgálaton annak a személynek, aki egy éven belül ilyen vizsgálaton igazoltan részt vett, illetőleg azoknak, akik tüdőgondozó intézetben gyógykezelés alatt állnak.

POLGÁRMESTERI HIVATAL



A Hunyadi utcai rendelő nyitvatartási rendje, rendelési idők, elérhetőségek

Hunyadi utcai orvosi rendelő, Isaszeg, Hunyadi u. 17.

I. sz. gyermekházi orvosi rendelő. Dr. Papp Tünde, telefon (átmenetileg): 30/861-6208, 28/750-970. Rendelés ideje (2020. szeptemberig): hétfő, 14.00–17.00; kedd, 8.00–11.00; szerda, 14.00–17.00; csütörtök, 8.00–11.00; péntek, 14.00–17.00

Felnőtt házi orvosi rendelő. Dr. Eszlári Egon, telefon: 20/958-8639; 28/493-288. Rendelési ideje: hétfő, 7.30–11.30; kedd, 7.30–11.30; szerda, 7.30–11.30 és 16.30–17.30; csütörtök, 7.30–11.30; péntek, 7.30–11.30

Védőnői szolgálat (telefon: 28/744-223)

	Várandósgondozás	Csecsemő- és gyermektanácsadás
Szilágyi Ildikó – I. körzet	kedd, 11–14	csütörtök, 9–12; péntek, 9–11
Tóth Istvánné – II. körzet	hétfő, 11–14	kedd, 10–13; csütörtök, 10–12
Hasznosi Nikolett – III. körzet	kedd, 8–11	hétfő, 11–14; péntek, 11–13
Juhász Sándorné – IV. körzet	hétfő, 8–11	szerda, 8–11; péntek, 8–10

Tájékoztató az önkormányzat által szervezett nyári gyermekfelügyeletről

Isaszeg Város Önkormányzata ebben az évben is szeretné segíteni a dolgozó szülőket azzal, hogy a nyári szüenidőben, június 22-től július 17-ig gyermekfelügyeletet szervez. Helyszín: Isaszegi Humánszolgáltató Központ, 2117 Isaszeg, MórícZ Zsigmond utca 16.

A gyermekek minden hétköznap 8–16 óra között pedagógusok által tartott foglalkozásokon vehetnek részt. Foglalkozás nélküli felügyelet 7–8 és 16–17 óra között biztosított.

A tábor pontos programját a felügyelet helyszínén kapják meg a szülők. A program időjárásától függően változhat.

Jelentkezési feltételek: határidő-ig való jelentkezés leadása; napidíj, étkezési térítési díj fizetésének vállalása (a hátrányos vagy halmozottan hátrányos helyzetű gyermekek részére a szüenidei gyermekétkezés ingyenes); legalább 15 nap igénybevétele; alsó tagozatos gyermek vagy legfeljebb hatodikos és alsó tagozatos testvérek együttes részvételének igénylése. Napi-díj: 600 Ft/gyerek/nap. Jelentkezési határidő: április 1. A napidíj befizetésének határideje: március 31.

A napközis gyermekfelügyelet megszervezésére legalább húsz gyermek jelentkezése esetén kerül sor. A képviselő-testület az áprilisi



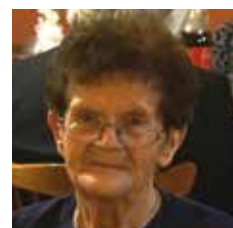
ülésén tárgyal a tábor megtartásáról, a jelentkezők számát figyelembe véve. A napidíjat az igényelt napokra előre, a jelentkezési határidőig kell befizetni csekken vagy átutalással. Számlaszám: 11742049-15391528.

Az étkezési díj összege: 410 forint/nap. A gyermek neve előre fizetés esetén kerül fel az étkezési jelenléti ívre. Számlaszám: 11742049-15391528-10110007 (beérkezési határidő: június 30.).

Részletfizetési lehetőség: az első részlet befizetési határideje május 10., a második részlet befizetésének június 10-ig kell megtörténnie.

A jelentkezési lapot a napidíj befizetésének igazolásával egyidejűleg, április 1-jéig lehet leadni személyesen a polgármesteri hivatal 7-es irodájában, illetve aláírva, szkennelve, elektronikus úton megküldve a hivatal@isaszeg.hu e-mail-címre.

POLGÁRMESTERI HIVATAL



Gyerekszáj

Irénke néni emlékei

Budaházi Józsefné, városunk díszpolgára, számos isaszegi lakos volt alsós tanító nénije hosszú évek óta írogat rövidebb-hosszabb történeteket. Tizenhét könyve jelent meg ez idáig. Olvasóink kérésére Irénke néni ezúttal lapunk hasábjain is elszórakoztat bennünket két mulatságos eset felidézésével.

Házasodjunk! A konyhában tettem-vettem, amikor hallottam, hogy Gabika, a győri fiúunokám vallomást tesz Attila fiam kislányának, Anikónak. Közölte vele, hogy szerelmes belé, és ha megnő, feleségül veszi. „Nem lehet – jött a gyors válasz –, mert unokatestvérek vagyunk, és az unokatesók nem házasodhatnak. – Majd hozzáfűzte: – S különben én apuhoz megyek feleségül, csak azt nem tudom, hogy akkor anyu kit vesz majd feleségül.” Mindenesetre Gabika nagyon

szívére vehette a visszautasítást, mert negyvenéves koráig sem nősült meg.

Történelmi távlatok. Sok okos gyereket tanítottam alsó tagozatban. Történelmi tudásáról tett tanúbizonyságot egyik másodikos kis tanítványom, aki komoly arccal közölte társaival: „Tudjátok, országunkból a németek az oroszok segítségével űzték ki a törököket.”

Könyvtári kurír

December végén néhány új polccal gyarapodott a könyvtár berendezése. Az egyre szaporodó könyvállományunkat így esztétikusan, átláthatóbban tudjuk elhelyezni. A 2020-as évre az önkormányzat megemelte a könyvbeszerzésre fordítható keretünket, ezáltal több könyv vásárlására nyílik lehetőségünk. Szívesen fogadjuk a javaslatokat, hogy állományunkat minél inkább a használók igénye szerint tudjuk kialakítani.

Január végétől hétfőnként 16 órától a fonás, kötés, horgolás iránt érdeklődőket várja a könyvtárban Gazdagné Tündi a Mozaik kézművescsoport tagjaival. Lehetőség van kipróbálni a kézi orsón és rokkán fonást, valamint a kötés-horgolás titkait megosztani egymással, mintákat cserélni vagy éppen kezdőként megtanulni ezeket a technikákat.

Januártól Garamhegyi Gábor tanár úr tart egy háromrészes előadás-sorozatot a sugárzás témakörében. Közérthető nyelven, sok-sok gyakorlati példa segítségével megismerkedhetünk a sugárzások fajtáival, mérésükkel, hatásukkal. Nem

is gondolnánk, mennyi különböző sugárterhelést kapunk, és ezeket hogyan tudjuk kivédeni, mi ellen kell egyáltalán védekezni, tudunk-e védekezni. Az előadások végén az érdeklődők feltehetik kérdéseiket, és egy kis pogácsa és tea mellett megvitathatják nézeteiket.

FEBRUÁRI PROGRAMOK

- 7., péntek, 17 óra: AKÍK Klub (Alkotó Költők Írók Klubja)
14., péntek, 18 óra: Katonahőseink 1789–1945 (a Tóth Árpád Nemzeti Társaskör szervezésében). Előadó Maruzs Roland alezredes, a Hadtörténelmi Intézet és Múzeum osztályvezetője.
21., péntek, 18 óra: A Gaudium Carminis kamarakórus farsangi estje vendégkórus fellépésével
28., péntek, 18 óra: A világot felépítő részecskék és kölcsönhatásuk. Garamhegyi Gábor előadás-sorozatának 2. része.

ÁGOSTON KATA



KÖNYVAJÁNLÓ

Az utazó macska krónikája

Köztudomású, hogy Japánban nagy kultusza van a macskának. Sokan szinte emberszámba veszik, társként bánnak velük. A Hiro Arikawa könyvében szereplő macska – Nana – egy kóbor kandúr, akit befogad egy fiatal férfi, Szatoru. Közösén vágnak neki egy hosszú utazásnak, hogy meglátogassák Szatoru ifjúkori barátait. Az utazás célja legyen titok, olvasás közben sok mindenre fény derül. A cica szemén keresztül megismerkedhetünk a japán emberek lelkivilágával, társadalmi kapcsolataival, kultúrájával.

A lírai hangvételű, finom humorú regény kellemes, elgondolkodtató olvasmány nem csak a japán kultúra iránt érdeklődők számra. A könyvből 2018-ban film is készült Miki Koichiro rendezésében, *Tabineko Report (The Travelling Cat Chronicles)* címmel.

ÁGOSTON KATA

Vannak tökéletes anyák, csak azoknak még nem született gyermekük

Ahogy a címből is kitűnik, ez egy rendkívül vicces, könnyed, sírósan nevetős könyv, ajánlom azoknak, akik szeretik a humoros szépirodalmat, és esetleg már régen nevettek.

A történet napjainkban játszódik Amerikában, de bárhol a világon aktuális. Kathryn Wallace könyvének története egy negyvenes éveie elején járó egyedülálló anyáról, Gemmáról szól, akinek a munkájában is, és az otthoni életében is nehézségekkel kell megküzdenie. A szerző nagyon jól ábrázolja, hogyan lehet egy anya egyszerre két helyen, hogyan jut ideje önmagára (jut-e?), hogyan tud abszurd helyzetből jól kikeveredni, amikor más már feladta volna, és hagyná, hogy ráfogják, „ő se tud gyereket nevelni”, nem beszélve arról, hogy a legváratlanabb helyzetben is csak egy ex tud felbukkanni.

Bárki, aki elolvassa ezt a könyvet, könnyedén azonosulhat a főszereplővel. Én minden sorát imádtam!

SENTGYÖRGYI CSILLA





Tehetőséggel, alázattal

Isaszegre is jár edzeni Magyarország legerősebb embere

Nagy Péter Európa-bajnok bronzérmes súlyemelő a harmadik olimpiájára készül. A tatai edzőtáborozása közben arról beszélgettünk vele, hogy miért végezte el a jogi egyetemet, milyen érzés kistelepülésen felnőni, és arról is, hogy miért jó Isaszegen erőmelní.

– **Hamarosan itt az olimpia. Hogy áll most a felkészülés?**

– Sokat változtak a szabályok a négy évvel ezelőtti kvalifikációs rendszerhez képest, így csak április végén dől el, hogy kijutok-e a nyári tokiói játékokra. Ahhoz, hogy sikerülhessen, három felkészülési időszakban kell elindulni különböző versenyeken. Az én utolsó csak február végén kezdődik. Mártára tartok egy világkupára, áprilisban pedig az Európa-bajnokság kezdődik. Itt dől majd el minden. Bízom benne, hogy sikerül a kijutás, én jó formában vagyok, kitartóan edzek, folyamatosan készülök. Így sem lesz egyszerű, mert csökkentették a kvótaszámot: már csak egy csoportban versenyezhetünk, összesen tizennégyen. A világranglista első nyolc helyezettje automatikusan utazik Japánba, a következő öt pedig úgy juthat ki, hogy minden kontinensről a legjobbnak számító sportoló utazik. A tizennegyedik hely úgynevezett szabadkártyás, ezt egy fejlődő ország versenyzője kapja meg. Olyan államé, ahonnan összesen nincs öt induló az egész olimpián. Ráadásul egy súlycsoportban, ami nálam az ólomsúly, azaz 109+ kilogrammú, mindössze egy ember indulhat egy országból. Bonyolult rendszert alkottak a döntéshozók, szerintem mára ők sem értik pontosan, hogyan is zajlik majd a kvalifikáció.

– **Mire gondolsz, amikor a szőnyegre lépsz?**

– Minden alkalommal meg szeretném dönteni az egyéni csúcscsúcsaimat, és persze a legjobb akarok lenni, tehát beírnám magam a sportág történelmébe. Mindig is vonzottak az erősportok, a súlyemelésben pedig úgy érzem, hogy kiteljesedhetek. Amikor a dobogóra lépek, tiszta fejjel kell kint állnom, az emelés előtt még lejátszom a mozdulatot a fejemben, ezután kezdem meg a mozdulatsort.

– **Elvégezte a jogi kart Szegeden. Ez elsőre nem tűnik megszokottnak egy súlyemelőtől. Miért döntött úgy, hogy ezt tanulja?**

– Amikor 2005-ben Szegedre kerültem a súlyemelés miatt, a klubom akkori elnöke, Molnár Imre professzor azt javasolta, gondoljak a sport utáni életre is. Tizenkilenc éves fejjel nem nagyon hittem neki, nem gondoltam, hogy valaha is abbahagyom a sportot. Ő erősödött, szigorú volt, végül beiratkoztam. Az első, egész sikeres félév végén úgy láttam, hogy innentől már biztosan sikerül. A második szemeszterben azonban jött a feketeteleves, azaz a szigorlatok. Akkor döbbsentem rá, hogy nem is olyan könnyű az egyetem. Paszszívaltattam magam, időközben kialakult egy hátsérülésem, ekkor jöttem rá, hogy a sportkarrier nem tart örökké. Ettől a pillanattól kezdve már nem vettem félvállról a tanulást, sem a kiegészítő gyakorlatokat, amik ahhoz kellenek, hogy még

mindig élsportoló legyek. Igaz, hogy kicsit csúsztam, az államvizsgák és a nyelvvizsga miatt csak 2018-ban kaptam meg a diplomát, de a lényeg, hogy sikerült. Azóta is nagyon hálás vagyok az akkori elnöknek, mert így szereztem egy komoly képzettséget.

– **Hogy van azóta a hát?**

– A súlyemelésre gyakran mondják, hogy kikezdi a hátat, de ugyanúgy adódhat gond a könyökkel, vállal, térdvel, csuklóval is. Sőt, inkább az én esetem a ritkább, nekem pont a hátam vált problémássá. Mivel rengeteget foglalkozom vele, így nem lett rosszabb. Régóta járok vele orvoshoz, gyógytornászhoz, szerencsére nem kellett ennél a szintnél tovább mennem. Nem kell úsznom, nem kapok injekciót, és megúsztam a műtétet is.

– **Hány éve maradt még a pályán?**

– A legtöbbször harmincnégy éves korukig abbahagyják, addigra cserélődik a mezőny. Én is pont ebben a korban járok, ennek ellenére bőven vannak még terveim. Az ötkarikás játékok és a jövő év még mindenképp versenyzéssel telik. Ha még érzem magamban az erőt, és az ízületeim is bírják, akkor a következő olimpiai ciklusba is belevágok. Persze nem tudom, hogyan alakulnak majd a magyar viszonyok. Van egy fiatal tehetség, kérdés, hogy ő miként szerepel majd a különböző megmérettetéseken. Ez a jövő zenéje, szépen erősödött, kíváncsi vagyok neki, hogy fejlődjön, a sportágnak csak jót tesz, ha minél többen vagyunk. 2005 óta minden évben én nyerek meg a magyar bajnokságot, az egyáltalán nem baj, ha akad kihívóm.

– **Ha egyszer mégis visszavonul, akkor hogyan tovább?**

– Többször merült már fel bennem ez a kérdés, foglalkoztat, hogy mi lesz velem a sportolói karrierem után. Eddig is gondolkodtam a sport melletti „civil” munkán. Ez azonban egyelőre egész egyszerűen nem fért bele a rengeteg edzés, a versenyek és az utazás mellett. Ezt egyik cég sem tudná tolerálni, ami tökéletesen érthető. Az olimpia utáni időszakban meglátom, hogyan alakul a sport Magyarországon, mekkora támogatást kap, milyen feltételek között tudunk majd készülni. Még nem tudom, hogyan alakul.

– **Más sportokat is űz?**

– A súlyemelés mellett mindig kerestem valamilyen kiegészítő sportot, mostanában a crossfitet próbálom. Élvezetes mozgásforma, hetente egyszer vagy kétszer járok edzésre. Ez egy kis változatosságot jelent, kimozdít a megszokott, edzőtermi hangulatból, ráadásul más izmokat mozgat meg, mint a súlyemelés. Mindig keresem a fejlődés lehetőségét, jártam power plate tréningekre is, ez a mélyhátizmokat erősíti. Egy-egy barátságos meccs erejéig még kézilabdázni is szoktam, de olyankor csak beállósként számítanak rám néhány percre. Ezek inkább jótekonysági mérkőzések, amelyeken ismertebb szegedi sportolók szerepelnek.

– **Mennyire ismeri Isaszeg?**

– Ahhoz képest, hogy meglehetősen távol esik Szegedtől, elég jól ismerem a várost. Többször jártam ugyanis a Sebestyén Tamás által szervezett erőemelő-táborban, amely egy ötnapos rendezvény. Tamást biztosan sokan ismerik Isaszegen, saját edzőtermet üzemeltet a településen, rendki-

NÉVJEGY

Nagy Péter súlyemelő Komáromban született 1986. január 16-án. A Szegedi Lelkesedés SK versenyzője. Egyéni rekordjai: szakítás 193 kilogramm; lökés 233 kilogramm; összetett 421 kilogramm. Tizenötszörös magyar bajnok (2005 óta minden évben). Olimpia: 2012, London, 11. helyezett; 2016, Rio, 10. helyezett. Háromszoros Eb-bronzérmes: 2012, Antalya, +105 kg, szakítás; 2018, Bukarest, +105 kg, szakítás; 2018, Bukarest, +105 kg, összetett.



vül sikeresnek számít ebben a sportágban. Az erőemelésben van guggolás és felhúzás is, ha úgy vesszük, akkor rokona a súlyemelésnek. Mindig jó hangulatban telnek ezek az edzések, a városban is volt időm körülnézni, szeretek ott időt tölteni. Én is kistelepülésről, pontosabban egy kis faluból, a Komárom-Esztergom megyei Rédéről származom, biztosan ezért nem szokatlan Isaszeg békés, barátságos hangulata. Tizennégy évesen kerültem Győrbe, középiskolába, innen pedig Szegedre. Gyakran, legalább havonta egyszer járok haza a szüleimhez és a testvéremhez. Ha kéthetes edzőtáborunk van Tatán, akkor utána mindig Rédére visz az utam, mert csak ötven kilométerre található innen.

– **Már itt megismerkedett a súlyemeléssel?**

– Győrben ért az első élmény, még a bátyám vitt le egy edzésre. Két évvel idősebb, ennivel előbb került ugyanabba a gimnáziumba, azokban az években találkozott ezzel a sportággal. Az első alkalom után ott is ragadtam: jó volt a légkör, és egy kiváló tréner kezei közé kerültem. Szorgalmasnak számítottam, ami nagyon fontos ahhoz, ha valaki jó emelő akar lenni. Természetesen tehetség is kell hozzá, de az alázatos munka elengedhetetlen, valamint egy nagy adag magabiztosság és egy egészséges önbizalom sem árt. Nélkülük nehéz lenne megemelni a súlyokat, muszáj elhinni, hogy meg tudod csinálni. Ez pedig az életre is nevel.

H. A.

Képesfa

Kulturális örökség: történelmi emlékhely

A Budapest felől érkezők az Öregtemplom dombon álló festői sziluettje után a Képesfa látványával találkoznak. A hely jó alkalmat kínál egy kis pihenő beiktatására, és elsőként jelzi, hogy Isaszeg az 1848–49-es forradalom és szabadságharc fontos eseményeinek helyszíne volt.

A magyar honvédsereg 1849. április 6-án hatalmas győzelmet aratott az osztrák császári haderővel szemben. Éjjel, miután a csata zaj már elcsendesedett, gyalogsági zászlóaljával ezen a helyen pihent meg Kalmár Károly isaszegi honvédkapitány. A kimerült sereg hamar elszenderedett, miközben egy osztrák seregrész kísérelt meg támadást ellenük. A szájhagyomány szerint a honvédkapitánynak Szűz Mária jelent meg álmában, és figyelmeztette őt a leselkedő veszedelemre. A kapitány felébresztette a társait, és rohamot vezényelt. Az osztrákok, amilyen hirtelen jöttek, olyan gyorsan el is iszkoltak. Az isaszegi lakosok, hogy a történet emlékét megőrizték, az esemény helyszínén egy hársfát ültettek, amelyre egy Mária-képet helyeztek el. Így lett a fa neve Képesfa.

Hosszú éveken át búcsújárók pihenő- és imádkozóhelye volt a Képesfa, de egy vihar következtében elpusztult. Isaszeg lakossága a szabadságharc 160. évfordulója alkalmából 2008.

április 6-án a történet színhelyén ismét egy fiatal hársfát ültetett. 2011-ben a többszöri újratelepítések után a Történelmi Vitézi Rend isaszegi alegysége, összefogva a Csatangoló táncsoporttal, az isaszegi önkormányzattal, valamint jó szándékú isaszegi polgárokkal, a történelmi eseményhez valóban méltó emlékhelyet alakított itt ki.

Az újraültetett Képesfa köré egy szép park épült. A padokba vésvé olvashatók az adományozók nevei. Faragott padokon pihenhetnek meg az emlékhelyet felkeresők, s egy emléktábláról megismerhetik a Képesfa történetét. Itt látható még Szmolicza József helyi ikonfestő Szűz Mária-ikonja is. Az emlékhelyet védő oszlopokon, fába vésvé az aradi vértanúk nevét olvashatjuk.

Az emlékhely fontos része az isaszegi történelmi napok rendezvénysorozatnak.

FORRÁS: ISASZEGI ÉRTÉKEINK 1.



Az isaszegi Öregtemplom

A műemlék épület kimagasló nemzeti érték

A dombon álló, gazdag történelmi múltat hirdető, Szent Márton tiszteletére emelt régi római katolikus templom városunk ékessége. A műemlék épület településünk egyik legkiemelkedőbb jelképe, az isaszegi emberek számára jelentős szimbólum. Épített környezet kategóriában bekerült a Pest Megyei Értéktárba.

Az Öregtemplom történelmi, művelődéstörténeti, vallástörténeti és helytörténeti szempontból is kimagasló nemzeti érték, amely egyediségével az ország egyik jelentős műemléke. A hagyomány úgy tartja, hogy Szent István rendelkezése nyomán épült itt az első fatemplom, és ennek helyére építették a 12. század végén a körtemplomot. A 15. században gótikus templommá, majd a 18. században barokk templommá építették át. Az évszázadok viharai, pusztításaival dacoló épület szakszerű régészeti feltárására és műemléki helyreállítására 1968–1971-ben került sor. E munkálatok folyamán derült fény a templom történetére, építésének korszakaira.

A templom homlokzat előtti tornya nyolcszög alapú, sisakja egyszerű barokk kori, tört vonalú, faszindellyel fedett. A hajó négy boltszakaszos, fiókos dongaboltozattal fedett, három-három félköríves ablaknyílással (Szentháromság-ablak). Két oszlopon és három ívnyíláson nyugszik a barokk átépítésű kórus. A torony és a hajó nyugati végének sarkain lévő támpillérek gótikus eredetűek, a többi támpillér barokk. Szószéke 18. századi. Az egykor zsindefedésű erődtemplom ovális kerítőfalának részletei újjarakva láthatók.

A műemlék templom oldalától gyönyörű kilátás nyílik a környező dombokra.

FORRÁS: ISASZEGI ÉRTÉKEINK 1.





Milyen vitaminokra van szükségünk télen?

A fényhiány, a diétázás, a gyorsételek fogyasztása miatt télen is nagyon fontos, hogy szervezetünket hozzájuttassuk az olyan vitaminokhoz, amelyeket ilyen feltételek mellett gyorsan felhasználunk. Napi vitaminszükségletünket legjobb természetes forrásból pótolni. A vitaminok részt vesznek minden fontos anyagcsere-folyamatban. Szervezetünk csak néhányat tud maga előállítani, a többit táplálékainkkal kell felvennünk.

A megfázások elkerülése érdekében. A C-vitamin erősíti az immunrendszert, hozzájárul a vírusok és baktériumok elleni küzdelemben kulcsszerepet játszó T-sejtek egészséges működéséhez. Mivel főzés során a zöldségek és gyümölcsök vitamintartalmának nagy része elvész, a legjobb nyersen fogyasztani ezeket az élelmiszereket. Ha gyakran eszik készételeket, sokszor jár gyorsétterembe, és kerüli a nyers zöldséget, gyümölcsöt, akkor különösen nagy szüksége van a C-vitamin pótlására. A napi igény fedezésére megfelel egy-két kiwi, két narancs vagy két pohár ribizililé.

Stresszes életet élőknek. Izgatott, dekoncentrált, levert, nyugtalan? Akkor kezdje a napot egészséges reggelivel, fogyasszon müzlit, mogyorót, dióféléket, napraforgómagot. Ezek ugyanis sok B1-vitamint tartalmaznak. A B1-vitamin idegvédő, segít a stressz leküzdésében, a téli fényhiányos időszakban különösen nagy szükségünk van rá. A húsokban is megtalálható, nagyon jó B1-vitamin-forrás a sertéshús és a csirkehús. A legegészségesebb választás a csirkemell, stresszes életmódúaknál nem árt, ha rendszeresen szerepelnek az étlapon a belőle készült ételek.

Szemünk egészségéért. Az autózás, a számítógépezés, az olvasás nagyon megerőltető a szemnek, különösen a téli hónapokban, amikor rövidek a nappalok. Szürkületben már

nehezen látunk, a képernyő előtt dolgozók gyakori panasza az égő érzés a szemben. A szemünk egészséges működéséhez A-vitaminra van szükségünk. Kiváló A-vitamin-forrás a sárgarépa, a sárgadinnye, a spenót és a tojás.

Azoknak, akik keveset mennek a szabadba. A D-vitamin azon kevés vitaminok egyike, amelyet a szervezetünk nem tud előállítani. Ezért napi húsz percet napfényen kell tartózkodnunk, hogy szervezetünk kellően feltöltődhessen D-vitaminnal. Az idősek, akik télen a hó és a jég miatt nem járnak el otthonról, könnyen kerülhetnek D-vitamin-hiányos állapotba. A napsugarak mellett a D-vitamin más forrásból is pótolható: a heringfilé, a lazac, a gombák és a tyúktojás is kiváló D-vitamin-források. Emellett az ősztől tavaszig terjedő időszakban a D-vitamint ajánlott D-vitamin-készítmények segítségével pótolni.

Diétázóknak. Aki az ünnepek alatt felszedett kilókat még a téli hónapokban megkísérli leadni, annál könnyen kialakulhat vitaminhiány. A B6-vitamin nagyon gyorsan kiürül a szervezetből, ennek pedig idegesség, ingerlékenység, menstruációs panaszok, szájszárazság lehet a következménye. B6-vitamint tartalmaz a banán, a sörélesztő, a csirkehús és a lencse.

FORRÁS: WEBBETEG.HU

Az emberi szervezet tükre

Kozmetikus a téli bőrápolásról

A bőrünk a legnagyobb szervünk, testünk kültakarója, első védelmi vonala, biológiai védőbástya. A súlya testünk tömegének körülbelül tíz-tizenöt százaléka, négy-öt kilogramm a zsírszövettel együtt, felülete pedig nagyjából másfél-két négyzetméter. Számos feladata van, például a biológiai védelem a külső környezeti, mechanikai, vegyi hatásokkal, kórokozókval vagy a témánk szempontjából fontos hőhatásokkal szemben.

Ha a szem a lélek tükre, akkor a bőr mindenképp az emberi szervezet külső tükre, ezáltal megjelennek rajta a szervezetünkben végbemenő változások. Az évszakok változása, valamint annak hatásai nemcsak a természetben figyelhetők meg, hanem a bőrünkön is. Egy ideig jól alkalmazkodik a hőmérséklet-változásokhoz, de ha a hőmérséklet-változás tartós, és nem ápoljuk bőrünket az időjárási körülményeknek és bőrünk egyedi igényeinek megfelelően, akkor az végleges elváltozásokat idézhet elő a bőr különböző rétegeiben.

nyossá válik, így állapota rosszabbodik. Bőrünk három rétegből áll, ezek a hám-, az irharéteg és a bőralja. A hám-réteg (többrétegű, elszarusodó laphám) szerkezetileg öt alrétegből áll: bazális, tüskés, szemcsés, fénylő, illetve a szaru-réteg.

A keratin (vízben nem oldódó, de duzzadni képes vázfehérje, amely a bőr elszarusodási folyamata során jön létre) adja az elsőfokú védelmet, amely rendkívül ellenálló a bőrt érintő károsító hatásokkal szemben. Élettani körülmények között hidratált állapotban van, a

kellemetlen „húzódásokat” érezhetünk a bőrünkön.

A legfontosabb dolog tehát télen is a bőrünk hidratáltságának fenntartása. Azonban nagyon nem mindegy, hogyan és mivel. A krémeknek (emulzióknak) két fajtája van: O/V, vagyis olaj a vízben, illetve V/O, azaz víz az olajban. Egyszerűbben fogalmazva: az O/V krémek a magas, hetven-nyolcvan százalék víztartalmú, maximum tizenöt százalék zsírtartalmú, nappali típusú krémek, amelyek vízzel hígíthatók, és a víz a külső fázis. A V/O krémek az éjszakai típusú, félzsíros (hús százalék zsírtartalom), zsíros (minimum harminc százalék a zsírszanyag, a legnagyobb részének bőrrokon, természetes anyagnak kell lennie) krémek, a víztartalmuk maximum ötven százalék, és az olaj a külső fázis. Télen a bőrnek V/O típusú krémre van szüksége, amely a vizet a bőr mélyebb rétegeibe viszi, javítja a bőr rugalmasságát, hidratálja az irha- és bőraljaréteg rostjait. A zsírban oldható hatóanyagok bejuttatását segítik, akadályozzák a vízleadást, valamint vékony filmréteget képeznek a bőrön. Természetes zsírok, olajok lehetnek a krémekben, mint például lanolin, kakaóvaj, sheavaj, kókuszszőr, kókuszolaj, mandulaolaj, jojobaolaj, avokádóolaj, búzacsíraolaj, szezámolaj, szőlőmagolaj, argánolaj, makadámdió-olaj vagy sárgabarackmag-olaj. Mesterséges zsírok, olajok lehetnek például a glicerin, caprylic/capric triglyceride.

A fényvédelemről se feledkezzünk meg télen, legyen az fizikai vagy kémiai fényvédő, hiszen az UV-sugárzás ilyenkor is éri a bőrünket.

Ha bizonytalanok vagyunk magunkban, hogy vajon jól választunk-e, vagy személyre szabott tanácsra van szükségünk, bátran kérjük kozmetikus szakember segítségét.

HEGYI-KAIZER INGRID kozmetikus



Hideg hatására, hűvös, szeles, őszi időben akár már tíz Celsius-fok körül is fagydaganat jelenhet meg. Ez az elváltozás azokon a területeken alakul ki a bőrünkön, ahol a vérkeringés valamilyen ok miatt (például túl szűk cipő) csökken. Ezen a területen a bőr megduzzad, vörössé válik, érintése fájdalmas. Ha a külső hőmérséklet tartósan nulla Celsius-fok alá csökken, nem ritka jelenség a fagyás, amelynek súlyosságától függően – több fokozata ismeretes, ugyanúgy, mint az égésnek.

Télen, ha nem kellően védjük az időjárás viszontagságai ellen, szinte valamennyi bőrtípus felszíni vízhiá-

hidratációját az elszarusodási folyamat során keletkező vízmegkötő faktoroknak köszönheti, amelyek a keratinhoz kapcsolódnak. A másik fontos elem a bőrfelszíni emulzió kialakításában (két, egymással nem elegyedő folyadék durva diszperzrendszere), a bőrfelszíni lipid-(zsír) réteg, amelyet a bőrben található faggyúmirigyek váladéka, a faggyúzsír (sebum) ad. Ha a bőrünk hidratált állapotban van, és a hidratációs rátája tíz és negyven százalék között van, akkor a bőrfelszín tízszer rugalmasabb. Tehát a légkör relatív nedvességtartalma kiemelt szerepet kap. Ez az oka annak, hogy száraz, szeles és hideg időben

PÁLYÁZATI FELHÍVÁS VERS- ÉS PRÓZAMONDÓ VERSENYRE

Kedves gyerekek! A Klapka György Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola hagyományos városi vers-, prózamondó és rajzversenyt hirdet mindazoknak az Isaszegen élő óvodás gyerekeknek, akik szívesen mondanak verset, mesélnék történetet társaiknak, testvéreiknek, barátaiknak, illetve örömmel jeleníthetik meg képen kedvenc mesehőseiket.



VERS- ÉS PRÓZAMONDÓ VERSENY

Az idei téma: **MANÓK ÉS TÜNDEREK**. Választhattok bármilyen, a szívetekhez közel álló, kedvenc manóitokról vagy tündereitekről szóló verset vagy prózát, esetleg mesét, amelyet szívesen elmondanátok a színpadon, megosztanátok egymással a nagyközönség előtt. Kizárólag egyéni produkciókat várunk!

Jelentkezési lapot a művészeti iskola titkárságán (Kossuth Lajos u. 85.) és az óvodákban kérhettek.
Telefonszám: 30/242-7389, 28/496-872.

A jelentkezési lapok leadási határideje: február 19. (szerda).

A jelentkezési lapok leadási helye: a művészeti iskola titkársága (Kossuth Lajos u. 85.).

A verseny és a díjátadó időpontja: február 26. (szerda); helyszíne: Dózsa György Művelődési Otthon.
Verseny 9 órától, díjátadó közvetlenül a verseny után.

RAJZVERSENY

Mindenkinek vannak kedvenc meséi tündérekkel és manókkal, akikről kedves kép alakul ki bennünk.

Próbáljátok meg őket lerajzolni, megfesteni és elhelyezni az alkotásaitokban.

Bármilyen technikát szabadon alkalmazhattok.

Mérethatárok: A/4, A/3, A/2. Csoportos munkákat is elfogadunk.

Tüntessétek fel munkáitokon: név, életkor, óvoda vagy iskola, osztály, a mű címe, felkészítő tanár vagy szülő neve, telefonszám.

Leadási határidő: február 12. (szerda). A leadás helye: a művészeti iskola titkársága (Kossuth Lajos u. 85.).

Korcsoportok: óvodások, 1–2. osztály, 3–4. osztály, 5–6. osztály, 7–8. osztály.

A kiállítás megnyitója és díjátadója február 26-án 16 órakor lesz a Dózsa György Művelődési Otthonban.

Jó munkálkodást kívánunk!

Riasztó-, és Kamera rendszerek telepítése, meglévő rendszerek átvizsgálása és javítása!

LOPAKODÓ BIZTONSÁGI SZOLGÁLAT
LBSZ

Válassza Ön is Minőséget és a Megbízhatóságot

TÁVFELÜGYELET, akár hűségnyilatkozat nélkül is.

Tel.: 0630 363 9599 | www.facebook.com/lopakodo003/

Szeretettel meghívjuk a

Ki a főnök?

február 13-án, 18 órakor kezdődő

beszélgetéssel egybekötött előadásra

Dózsa György Művelődési Otthon
Isaszeg, Dózsa Gy. u. 2.

További info: Vajda Gábor és Timea, gabor.timea@vajda.eu, +36 20 952 1167

Csapatjáték szerelemmel

Házasság hete

2020. február 9–16.

2=1 FEDEZD FEL AZ ERŐT! hazassagsikeresen.hu, 2equal1.com/hu

Hirdessen nálunk!

Hirdetési méretek (szélesség × magasság)	Bruttó hirdetési díj
1/1 oldal (181 × 262 mm)	31 750 Ft
1/2 oldal (fekvő: 181 × 128 mm; álló: 87,5 × 128 mm)	19 050 Ft
1/4 oldal (87,5 × 128 mm)	10 160 Ft
1/8 oldal (87,5 × 61 mm)	5080 Ft
1/16 oldal (87,5 × 27,5 mm)	3810 Ft

A lap hátsó borítóján megjelenő hirdetések esetében a táblázatban szereplő árakhoz képest 100%-os felárat számítunk fel. A hirdetés leadásának és befizetésének a határideje minden hónap huszadika. A hirdetési díj készpénzben az önkormányzat házipénztárában, illetve átutalással is kiegyenlíthető. Házipénztári nyitvatartás: hétfőn 8.00–12.00, szerdán 12.00–15.00, pénteken 9.00–12.00 óra között.

Kedvezményrendszer: három alkalom egyidejű megrendelése esetén 5%, hat alkalom megrendelésekor 10%, tizenkét alkalom esetén 15%.

A hirdetéseket nyomdai felhasználásra készen, 300 dpi felbontású jpg vagy pdf fájlban kérjük leadni. Amennyiben a megrendelőnek nincs lehetősége a hirdetést megszerkeszteni, kiadónk az alábbi árakon vállalja a hirdetések elkészítését. Egész oldalas hirdetés: 6000 Ft + áfa; 1/2 oldalas: 4500 Ft + áfa; 1/4 oldalas: 3000 Ft + áfa; 1/8 oldalas vagy kisebb: 2000 Ft + áfa.

Hirdetésfelvétel és tájékoztatás a 28/583-102-es telefonszámon, illetve az ujasag@isaszeg.hu e-mail-címen.

KEVÉS A SZABADIDEJE, VAGY NINCS LEHETŐSÉGE, KEDVE OTTHONÁBÓL KIMOZDULNI?

AKKOR A MEGOLDÁS ÖNNEK AZ OTTHON FODRÁSZAT

KÉNYELMES, IDŐTAKARÉKOS, EGYÉNI SZABOTT

06 / 30 - 288 - 64 - 18

FACEBOOK: OTTHONFODRÁSZAT

VÁGÁS (FÉRFI, NŐI, GYERMEK) SZÁRÍTÁS

FESTÉS (AKÁR SAJÁT ANYAGGAL IS) MELÍR

DAOUER

TARTÓS EGYENESÍTÉS

KONTYOK FÉSÜLÉSE

ALKALMI FRIZURÁK

HAJÁPOLÁSI TANÁCSADÁS

EGYEDI ELKÉPZELÉSEK MEGVALÓSÍTÁSA - KREATÍV SZÍNEK ÉS FORMÁKBAN

HAJFONÁS

OMBRE ÉS BALAYAGE FESTÉS

ISASZEGINÉ MÓNIKA

06 / 30 - 288 - 64 - 18

FACEBOOK: OTTHONFODRÁSZAT

Fejtörők

GYEREKEKNEK

Keresd meg a képeken található hét különbséget! Ha megtaláltad, karikázd be, és a képet küldd vissza szerkesztőségünknek február 20-ig digitális formában az ujsag@isaszeg.hu e-mail-címre, vagy add le személyesen a polgármesteri hivatal ügyfélszolgálatán. A helyes megfejtést beküldők között nyereményeket sorsolunk ki. A nyertesek nevét a következő számunkban tesszük közzé. A januári jutalmat Madarassy Hedvig, Erki Dominik és Erki Barnabás nyerte. Gratulálunk!



KERESZTREJTVÉNY

A megfejtést február 20-ig várjuk az ujsag@isaszeg.hu e-mail-címre vagy a polgármesteri hivatal ügyfélszolgálatán. A helyes megfejtést beküldők között nyereményeket sorsolunk ki. A nyertesek nevét a következő számunkban olvashatják. Kellemes időtöltést kívánunk! Januári rejtvényünk megfejtése: Mint lyukas zsákból a lencse, úgy hulljon rátok a szerencse! A januári jutalmat Góra Tóth Eszter, Vas Attila és Fehér Istvánné nyerte. Gratulálunk!

JOSEPH JOUBERT FRANCIA MORALISTA GONDOLATA	PÁRATLAN ADÁS!	ZÁSZLÓALJ, RÖVIDÍTVE	MEG- BOTOLVA A FÖLDRE KERÜL	48-AS HONVÉD- TÁBOROK (JÁNOS)	A BŐR VEGYJELE	BÉKÉSEN ÉL A HAJLÉKA- BAN	OLYAN, MINT A FEHÉR HOLLO	HOLLAND AUTÓJEL	A HELY- SZÍNROL FUVAROZ	FRISS (NAPILAP)	RÓMAI 1000-ES	A SZOM- SZÉDBA	EGY TE- REMTETT LÉLEK SEM	✱	FRÉDI ÉS BÉNI ÉRÁJA!	GÖRÖG KÖRTÁNC
✱	1														KALÁCSHÉJ! BAJT TOVÁBB NÖVEL	
	2															
BOMLÓ, FOSZLÓ					CSOKONAI MÚZSÁJA KIMERÜLT (FORRÁS)						KULMINÁL VÁRFAL KÖZEPÉ!					
SÜTI- MARADÉK!		FAGYASZ- TOTT ROMÁN AUTÓJEL						ANGOL NEMESI ELŐNÉV FELEJÜK				AZ ILLETŐ RÉSZÉRE				
NUMERO, RÖVIDEN			KÁLYHÁT TISZTÍT DEMI ...; SZÍNÉSZNŐ						ÖSSZETEVŐ, TÉNYEZŐ SZÖVÉSSEL KÉSZÜLT							
ÍGY IS BECÉZIK TAMÁST				(MEG)SZO- RULÁS OLAJIPARI MÁRKA						KICSO- DAÉRT? AZ ALJÁTÓL						
A TÁRGY RAGJA		A ZSIRÁF ROKONA SOMOGYI VÁROS					ALSÓ BURKOLAT INDULAT- SZÓ, RÖV.						DUPLÁN: NŐI NÉV OBERFRANK ...; SZÍNÉSZ			
... FC GYÖR; FOCIKLUB			TÖRÖK ITAL A JÖVŐ KEZDETE!					SPORTLÓVÓ CELOZ RA AZ ELEJÉN ZÓMÍT!						NÉMÁN ÁZIK! GERMÁN- UM		
KIHAJT A NÖVÉNY						VISZÁLYT ÉLEZŐ, FOKOZÓ TÖKMAG!					OPERA- ÉNEKESNŐ (KAROLA) ÉSZAK					
✱	T															✱

Egészségügyi információk

Munkanapokon 8⁰⁰–15³⁰ óra között a betegek számára saját háziorvosuk áll rendelkezésre. Hétfőtől csütörtökig 15³⁰–18⁰⁰ óra között, pénteken 11³⁰–18⁰⁰ óra között készenléti szolgálat működik a sürgős esetek ellátására, amely az alábbi időbeosztás szerint hívható. Hétfőn dr. Mészáros Zsolt, Aulich u. 3., tel.: 28/751-561, 30/831-1887. Kedden dr. Kürti József, Csata u. 2., tel.: 28/495-238. Szerdán dr. Eszlári Egon, Hunyadi u. 19., tel.: 28/493-288. Csütörtökön dr. Tordai Gábor, Aulich u. 3., tel.: 28/751-591; 20/928-3987.

Pénteki készenléti beosztások februárban és márciusban: február 7.: dr. Kürti József; február 14.: dr. Eszlári Egon; február 21.: dr. Tordai Gábor; február 28.: dr. Mészáros Zsolt; március 6.: dr. Kürti József; március 13.: dr. Eszlári Egon; március 20.: dr. Tordai Gábor; március 27.: dr. Mészáros Zsolt

Központi orvosi ügyelet: Gödöllő, Szabadság tér 3. Tel.: 70/370-3104. Ügyeleti idő: munkanapokon 18 órától másnap reggel 8 óráig, hétfőgén, munkaszüneti és ünnepnapokon 24 órában

Gyermekorvosi rendelők:

Dr. Horváth Anna, Botond u. 12.

Telefon: 28/493-250

Dr. Papp Tünde Éva, Rákóczi u. 14.

Telefon: 28/750-970

A mentők ingyenes hívószáma: 104

Gyógyszertárak nyitvatartási rendje:

Ezüstkehely Patika hétfőtől péntekig 8–18, szombaton és vasárnap 8–12 óra között; Liget Patika hétfőtől péntekig 8–18, szombaton 8–12 óra között, vasárnap zárva

Éjszakai ügyelet: Szemere Gyógyszertár, Pécel, Tanácsház utca 4. Telefon: 28/452-851

Fogorvosi rendelő: Rákóczi u. 10. Telefon: 28/495-237. Dr. Illényi Tamás rendelési ideje: hétfőn és szerdán 8–12 (szerdán iskolafogászat), kedden és csütörtökön 14–19 óra között, pénteken páros héten 8–12, páratlan héten 14–19 óra között. Dr. Kelemen Réka rendelési ideje: hétfőn 14–19, csütörtökön és szombaton 8–12 óra között. Munkaszüneti napokon az ügyeleti rendelés helye: Központi Somatológiai Intézet, Budapest, Szentkirályi u. 40.

Védőnői szolgálat: Rákóczi u. 14.

Telefon: 28/495-827

Tormay Károly Egészségügyi Központ: Gödöllő, Petőfi tér 1. Telefon: 28/430-655, 28/430-452, 70/502-1876, 70/502-1872

Fontos információk, elérhetőségek

Isaszeg Város Polgármesteri Hivatala Rákóczi u. 45. Ügyfélszolgálat telefonszáma:

28/583-100. E-mail: hivatal@isaszeg.hu. A hivatal ügyfélszolgálati rendje: hétfőn

8–12 és 13–18, keddtől csütörtökig 8–12 és 13–16, pénteken 8–12 óra között.

Ügyélfogadási rend: hétfőn 13–16, szerdán 8–12 és 13–16, pénteken 8–12 óra között

Isaszegi Rendőrőrs munkaidőben (8–16 óra között) hívható telefonszáma: 27/518-973.

Munkaidőn kívül hívja a 112-t!

Kösterület-felügyelet 70/315-2314 (munkaidőben hívható)

Isaszegi polgárőrség 70/328-4970

Isaszegi Városüzemeltető Szervezet Madách I. u. 14., telefon: 28/582-712

(munkaidőben); e-mail: varosuzemeltetes@isaszeg.hu

Isaszegi Humánszolgáltató Központ hétköznap este 18 és reggel 8 óra között, valamint péntek délután 16 óra és hétfő reggel 8 óra között hívható ügyeleti telefonszáma: 70/451-5087

Mezőőrök 70/459-3301, 70/459-3302 (munkaidőben hívható)

Vadkár bejelentése: Pilisi Parkerdő Zrt., Kolosi Géza, 20/984-6240; Jászberényi Márk, 20/444-1229

Gyepmester, állati tetemek elszállítása: Hercig József, 20/964-3025

Isaszegi Önkéntes Tűzoltóegyesület

0–24 óra között hívható központi segélyhívószáma: 70/601-9105

Pest Megyei Kormányhivatal

Gödöllői Járási Hivatal Foglalkoztatási Osztály: 2100 Gödöllő, Szilhat u. 53. Tel.: 28/410-175, 28/410-297.

Gödöllői Járási Hivatal Járási Földhivatala: 2101 Gödöllő, Ady Endre sétány 60. Telefon: 28/514-305, 28/514-315. Ügyélfogadás: hétfőn és szerdán 8–15, pénteken 8–11.30 között

Járási ügysegéd: Templom u. 11., fogadóóra hétfőn 14–16 óra között

Temetkezés Fény-Alkony Kft., Mészáros Gusztáv, telefon: 30/964-7032

Temetőgondnok Ecseri Pál, 30/305-8962, ecseriko@freemail.hu

Falugazdász Maczós Tamás, minden hónap harmadik-negyedik szerdáján 8-tól 12 óráig tart ügyélfogadást a Templom u. 11.-ben. Telefon: 30/418-3789; e-mail: maczo.tamas@nak.hu

SZOLGÁLTATÓK ELÉRHETŐSÉGEI

Közvilágítással kapcsolatos bejelentés munkaidőben a 28/430-562-es vagy a 28/520-873-as, munkaidőn kívül a 80/625-726-os telefonszámon, valamint a kozvilagitas@elmuosz.hu e-mail-címen és az elmuosz.hu weboldalon a hibabejelentési felületen történhet

ELMŰ-ÉMÁSZ Hibabejelentés: 80/42-43-44; Elmuemasz.hu

Mérőállás bejelentése vezetékes telefonról: 80/202-938;

mobiltelefonról: 20/938-3838, 30/938-3838, 70/938-3838

Telefonos ügyfélszolgálat számlázási és egyéb ügyekkel kapcsolatban hétfőn, kedden és szerdán 8–16 óra között, csütörtökön 8–20 óra között: 20/978-5611, 30/978-5611 vagy 70/978-5611, illetve 20/978-5612, 30/978-5612 vagy 70/978-5612

Munkatársak azonosítása: 80/200-338 (zöld szám)

DAKÖV Dabas és Környéke Vízügyi Kft., Rákóczi u. 18., tel.: 28/494-517.

Hibabejelentés folyamatosan a nap 24 órájában

– ivóvíz-szolgáltatással kapcsolatban: 30/992-2283

– szennyvízelvezetéssel, -tisztítással kapcsolatban: 30/378-9971

NKM Földgázszolgáltató Zrt.: Nkmfoldgaz.hu. Mérőállás bejelentése vezetékes

hálózatból: 80/405-540; mobilhálózatból: 1/237-7777. Telefonos ügyfélszolgálat

hétfőn, kedden, szerdán és pénteken 8–18 óra között, csütörtökön 8–20 óra között: 20/474-9999, 30/474-9999 vagy 70/474-9999

Zöld Hid B.I.G.G. Kft. Zoldhid.hu. Ügyfélszolgálat hétköznap 8–16.30 között: 28/561-200

A Dózsa György Művelődési Otthon és Isaszegi Múzeumi Kiállítóhely programjai

FEBRUÁR 1., SZOMBAT, 20.00: Samu Zoltán zenekara a művelődési otthonban

FEBRUÁR 6., CSÜTÖRTÖK, 15.00, múzeum: Időutazás a történelem nyomában – rendhagyó történelemóra. Egyiptomi piramisok és királysírok leletei. Előadó Patruna Róbert Egyiptom-specialista, az ETI partnerkapcsolati menedzsere.

FEBRUÁR 7., PÉNTEK: Klapka-iskola – felső tagozatos farsang

FEBRUÁR 8., SZOMBAT: Klapka-iskola – alsó tagozatos farsang

FEBRUÁR 13., CSÜTÖRTÖK, 18.00: Házasság hete – „Ki a főnök?” Beszélgetéssel egybekötött előadás. További információ: Vajda Gábor és Tímea. Telefon: 20/952-1167; e-mail: gabor.timea@vajda.eu.

FEBRUÁR 14–16., PÉNTEK–VASÁRNAP: Kultúrházak éjjel-nappal programsorozat

FEBRUÁR 14., PÉNTEK: ArtWall – csoportos művészeti kiállítás

FEBRUÁR 15., SZOMBAT

15.00: Tavaszköszöntő, télűző kiszehajtás és kiszebábégetés

17.00: A Csata táncegyüttes farsangi rendezvénye

20.00: Táncház

FEBRUÁR 22., SZOMBAT: Tűzoltóbál

FEBRUÁR 24., HÉTFŐ: A Klapka György Általános Iskola és AMI kiállítása

FEBRUÁR 25., KEDD, 18.00: A kommunista diktatúrák áldozatainak emléknapja. Néma főhajítás és gyertyagyújtás a Hősök és áldozatok emlékparkjában.

FEBRUÁR 26., SZERDA

9.00: A Klapka-iskola versmondó versenye és díjkiosztója óvodásoknak

16.00: A Klapka-iskola rajzpályázatának díjátadója és kiállítás-megnyitója

FEBRUÁR 29., SZOMBAT: Az Isaszegi Nyugdíjasok Baráti Körének farsangi rendezvénye

MÁRCIUS 1., VASÁRNAP: Utazáskiállítás. A Hungexpón fellép a Csata táncegyüttes és a Tá-Me-To csoport. Kéz-műves-bemutatót és -foglalkozást tart a Mozaik Kézműves Műhely.

MÁRCIUS 5., CSÜTÖRTÖK

A Mozgássérültek Ceglédi Önálló Egyesületének közgyűlése

15.00, múzeum: Időutazás a történelem nyomában. Rendhagyó történelemóra. Az 1265-ös isaszegi csata, IV. Béla és V. István seregeinek összecsapása. Előadó Nógrády Árpád, az MTA Történelemtudományi Intézetének tudományos főmunkatársa.

16.00: Kreatív Kézműves Klub

MÁRCIUS 7., SZOMBAT, 20.00: Bolgár táncház. Zenél Boldi és bandája. Belépő felnőtteknek 1000 Ft, gyerekeknek 500 Ft.

MÁRCIUS 10., KEDD: Rózsavitéz. Mesejáték a Magyar Népmese Színház előadásában. Első előadás 9.30, második előadás 11.00. Jegyár: 800 Ft.

MÁRCIUS 14., SZOMBAT, 18.00: Dumaszház. Szex a lelke

mindennek? Benk Dénes és Csenki Attila közös estje. Jegyár:
3600 Ft.

MÁRCIUS 15., VASÁRNAP

Isaszegi történelmi napok – városi megemlékezések

9.15: Szabadságtörekvések emléktemploma (református templom). Közreműködnek a Klapka György Általános Iskola diákjai.

10.00: Megemlékezés és koszorúzás a Szobor-hegyen

MÁRCIUS 17., KEDD, 14.00–18.00: Véradás

Anyakönyvi hírek

*a2019. december 20. – 2020. január 21. közötti időszakának
eseményeiről*

Születések: Medve Jázmin Mária, Forgács-Kálozi Áron, Papp Bálint Márton, Bánki Olívia, Baji-Gál Janka, Szabó Léna, Panna, Apágyi Marcell, Medgyes Manna, Vidák Virág, Orosz Dávid Krisztián, Grabant Gergő, Káldi Emili, Bálint Krisztián

Házasságkötések: Katus Judit Ágnes és Geri Sándor; Kiss Mercédesz és Jánosi István Márk; Peterle Anikó és Molnár János Álmos; Balló Ildikó és Guba Csaba

Halálesetek: Kósa Árpádné Bulyáki Irén (91 éves), Balogh László (77 éves), Kardos Lajosné Szmolicza Mária (90 éves), Uhljár István (74 éves), Gál Gyuláné Szabó Erzsébet (86 éves), Csámpai Sándorné Lakatos Ilona (75 éves), Ballai Sándor (65 éves), Katona Béláné Tóth Piroska (93 éves), Antal Istvánné Jágerszki Margit Erzsébet (72 éves), Simon Erzsébet Matild Stollmar Erzsébet Matild (84 éves), Szabó Sándor (83 éves), Kalmár Jánosné Bakos Mária (86 éves), Fekete Zoltán (54 éves), Farkas József (72 éves), Fülöp Gusztáv (54 éves)

POLGÁRMESTERI HIVATAL

Köszönetnyilvánítás Halásan köszönjük mindazoknak, akik a szeretett férj és édesapa, Uhljár István búcsúztatóján részt vettek, bánatunkban részvételt osztottak, és együttéreztek velünk.

Uhljár család

**Biztosítások,
megtakarítások
igényre szabva**


GENERALI

Szászi Henriett
biztosításközvetítő

Találkozunk az Ön által kért helyen és időben!

+36 70 254 6120

ISASZEG
TV SZERVIZ

**LCD, PLAZMA ÉS HAGYOMÁNYOS TELEVÍZIÓK, KAMERÁK,
HIFI KÉSZÜLÉKEK, HÁZIMOZI RENDSZEREK JAVÍTÁSA
GARANCIÁVAL.**

LG, GRUNDIG, SAMSUNG, ORION, THOMSON SZAKSZERVIZ

P ÉS P SZERVIZ BT.
Telefon: 70/406-2020, 30/931-0899



**DUGULÁSELHÁRÍTÁS,
CSÓTÖRÉS**
azonnali javítása, elhárítása

éjjel-nappal, falbontás és kiszállási díj nélkül,
hétvégén és ünnepnapokon is!

Vízszerezés A-tól Z-ig: fagycsapok, csapok,
csaptelepek, darálós wc-k, bojlerrek cseréje,
javítása, fürdőszobák átalakítása.

20/333-2762 Hívjon bizalommal!



VILLANYSZERELÉS
AZONNAL, A-TÓL Z-IG
 kisebb munkák, lámpatestek felrakása, villanysütők beépítése, zárlatkeresés
06-20/581-4530 (reggel 7-től este 10-ig)

**Automata garázsajtók
Kert és iparikapuk
Sorompók
Audió és videó kaputelefonok
Vagyonvédelmi riasztó és
kamera rendszerek**

SZERELÉSE-JAVÍTÁSA-KARBANTARTÁSA

06-20 315 6542


KREATIV-KAPU
KFT

kreativ.kapu@gmail.com



Isaszegi Kisállatrendelő

Isaszeg, Ady Endre u. 1.
Telefon (rendelési időben): 28/781-334

Szolgáltatások:

➤ ultrahangos vizsgálat	➤ rutinkezelések
➤ röntgen	➤ ivartalanítás és
➤ DP szűrés	egyéb műtétek
➤ védőoltások háznál is	➤ ultrahangos
➤ ortopédia	fogköeltávolítás
➤ chipbeültetés	➤ kutyaútlevél

Rendelési idő:

hétköznap 8.00 – 10.00 és 17–19 óra között
szombaton 10.00 – 12.00 óra között



Dr. Michalik László
kisállatspecialista, szakállatorvos

Telefon: 20/981-3100

Dr. Vaskó Márta

Telefon: 20/991-3057



Pelikánuszi Kft.



PELIKÁN

AUTÓSISKOLA

ISASZEG | GÖDÖLLŐ

Scénitárcsina Szakközépiskola Petőfi tér 11.

B, A, A1, A2, AM kategóriás tanfolyamot indít

2020. MÁRCIUS 2-ÁN

B + E, C, C + E, D FOLYAMATOSAN!

Diákkezdmény! Ajándék gyakorló CD!

70/433-50-33, 30/31-31-777

Felrakóképes nyilvántartási számok: 00007-2009, B járó: 104.54.95M (márk.): 47.54%, (típus): 50.57%, KK: 143062, A1: 104060, A1 (gy): 204060, A2: 70800, A2 (A1 2év): 63000, A2 (A1 2év): 50000, A143060, A (A2 + A1 2év): 63000, A (A2 + A1 2év): 50000, A (A1 2év): 70800, A (A1 2év): 66000, B140007.

GUMISZERELÉS - CENTÍROZÁS

 **ISASZEGI AKKU**
AKKUMULÁTOR SZAKÜZLET ÉS AUTÓJAVÍTÓ

**AKKUMULÁTOROK GÉPKOCSIHOZ
ÉS ELEKTROMOS KERÉKPÁROKHOZ
VARTA, BOSCH, BANNER, LONG**

Cím: 2117 Isaszeg, Mátyás király utca 16.
Telefon: 06 20 / 362-1900
WWW.ISASZEGIAKKU.HU

Be-Do Kutyakozmetika

BEJELENTKEZÉS ÉS KOZMETIKA

Csomor Viktória

+36-70/406-2984

2117 Isaszeg, Zrínyi Ilona u. 4.

bedokutyakozmetika@gmail.com

ISASZEGI INGATLANIRODA ELADÓ INGATLANOKAT KERES!

JUTALÉK 2% - tól!

Amiben segítségére lehetünk:

- Tájékoztatást adunk az aktuális piaci helyzetről.
- Ingyenesen hirdetjük ingatlanát.
- Elkészítjük a figyelemfelkeltő hirdetést, a szükséges fotókat és alaprajzot.
- Ha járatlan az ingatlan adásvétel menetében, jogi, adózási tájékoztatást kaphat irodánktól.
- Végig kísérjük az adásvétel menetét.
- Távol él eladó ingatlanától? Levezzük a gondot a válláról, már csak a tényleges vevővel kell találkoznia.
- Partnerünk elkészíti az energetikai tanúsítványt.
- Független hiteltanácsadónk segítséget nyújt vevőinknek.
- Ügyvéd partnerünk adásvételi szerződés készítésben áll rendelkezésre.

Helyi lakosként jól ismerem a települést, így hatékony segítséget nyújthatok Önnek.

Sinka (Fekete) Adrienn irodavezető
Mobil: 0630-501-3143
Web: www.szineshazak.hu

Homoki és Társa Járművezető-képző Kft.

AUTÓISKOLA

Felnevelési nyilvántartási szám: 13-0091-04. Felnevelési engedély szám: E-000539/2014
Un.év: AKÖ: 105,33%; VSM I (elm): 65,56%; VSM I (forg): 60,67%; KK: 163500Ft

JOGOSÍTVÁNY
minden kategóriában

Beiratkozás: Isaszeg, művelődési ház,
minden hónap első hétfőjén 18.00 órakor

Információ: 28/413-866; mobil: 30/964-1437
E-mail: csirezoltan@invitel.hu; web: www.homokikft.hu

BÍRÓ WE4DING Kft.

Cégünk vállalja:

- Egyedi fémszerkezetek gyártása, helyszíni szerelése;
- Egyedi kis- és nagyszériás termékek gyártása;
- Karbantartások, felújítások, ajtócsere, korlátcsere, akadálymentesítő rámpák, kapuk, korlátok, rácsok stb.;
- Helyszíni hegesztések (rozsdamentes, szénacél).

Természetesen nem kizárólag fémipari munkákkal foglalkozunk, hanem más iparágak (pl. kőművesmunkák, térkövezés, ablakok, ajtók cseréje, burkolás, hőszigetelés) kapcsolódó munkáit is szívesen elvállaljuk.

Érdeklődni lehet **Bíró Bertalannál** a **06-70/638-0334**-es telefonszámon hétfőtől szombatig 7-18 óra között, vagy a **birowe4ding@gmail.com** e-mail-címen.

ISAABLAK
NYÍLÁSZÁRÓ MINTABOLT

Régi nyílászáróit most cserélje ÚJ MŰANYAGRA!

5-6 légkamrás műanyag ablakokra

KBE műanyag bejárati ajtó 70 mm-es légkamrás, alu, küszöb, 5 pontos biztonsági zár, 3D Pavó pánt

Igény szerinti szakszerű és gyors felmérés, beépítés!

Brüggmann 73 mm-es, 5 légkamrás, K1-es üvegezésű ablak

60x60 bukó-nyíló: 21 600 Ft	90x150 bukó-nyíló: 45 100 Ft
90x60 bukó-nyíló: 28 600 Ft	120x150 bukó-nyíló: 50 400 Ft
90x120 bukó-nyíló: 40 600 Ft	90x210 bukó-nyíló erkély: 64 800 Ft

AKCIÓS műanyag bejárati ajtó „CHALA III.” 86 500 Ft (készlet erejéig).

A fenti árak az áfát tartalmazzák.

Fa ablakok, bejárati ajtók, beltéri ajtók nagy választékban kaphatók. Üveg, tükör, képeret, zuhany- (fürdő-) kabin

Isaszeg, Arany J. utca 4. Tel.: 28/493-122, 30/630-8544.
Bemutatóterem: Kossuth L. u. 8. Tel.: 30/214-3541;
fax: 28/582-482; e-mail: isaablak@isaablak.hu

GÁZKÉSZÜLÉKSZERVIZ

Falikazán, állókazán, bojler, konvektor, cirkó beüzemelése, javítása, karbantartása

BOSCH, JUNKERS, BERETTA, WESTEN, SAUNIER DUVAL, TERMOMAX, FÉG
hivatalos szakszerviz

ZEMEN ÁKOS
Telefon: 06-70/549-8330

A problémás, vékony szálú, töredező női hajak specialistája vagyok. Várom önt szalonomban!

Ha szeretné, hogy a hajszárait akár egy hélig is jó legyen, keressen bizalommal!

Női, férfi, gyerek hajvágás, ombre hajfestés, hajhosszabbítás, Joico kezelés

Bejelentkezés telefonon:
06-30/670-6213

MIRAGE SZALON
2117 Isaszeg, Rózsa u. 8.
(állomás)

MŰSZAKI VIZSGÁZTATÁS és EREDETVIZSGÁLAT HELYBEN

Garasanin Autójavító
Isaszeg, Kossuth L. u. 91.
30/940-4803

- személy- és kistehergépjárművek javítása
- számítógépes futómű-ellenőrzés, -állítás
- kerékszerelés, kerék-kiegyensúlyozás
- számítógépes diagnosztika

www.garasanin-auto.hu

ISAVET
ÁLLATORVOSI RENDELŐ

DR. SZEREDI LEVENTE
2117 ISASZEG, GYÖNGYVIRÁG U. 13.

TELEFON: 20/353-4547
WEB: WWW.ISAVET.HU

RENDELÉSI IDŐ:
HÉTFŐTŐL PÉNTEKIG 18-20 ÓRA KÖZÖTT
SZOMBATON 8-10 ÓRA KÖZÖTT
(SÜRGŐS ESETBEN HÉTVÉGÉN ÉS ÜNNEPNAPON IS)

- Védőoltások (kutya, macska, vadászgörény, házinyúl)
- Veszélyesség elleni védőoltás
- Általános belgyógyászati és sebészeti ellátás
- Ivartalanítás
- Elektrosebészet
- Ultraszónus fogköeltávolítás
- Számítógépes betegnyilvántartás
- Egyedi chipes állatmegjelölés
- Európai állatútlelvi kiállítás

IGÉNY ESETÉN HÁZHOZ IS MEGYEK.

ISASZEGI TŰZÉP ÉS ÉPÍTŐANYAG

ami kell az építkezéshez...

kalodás tüzipfa - lignit szén - barnaszén - fabrikett

építőanyagok az alaptól a tetőig

tetőfedő anyagok, cement, mész, sóder, vakolóhomok, sárgahomok, Porotherm téglák, térburkolók, faanyag, áthidalók, vasárú, zsalukó stb.

ISASZEG, RÁKÓCZI U. 68. TELEFON: 28/494-984
Nyitva: hétfőtől péntekig 8-16 óra között, szombaton 8-12 óra között

Kiss & Kurunczi Ügyvédi Iroda
dr. Kurunczi Adrienn ügyvéd

Tanácsadás, peres eljárások, ingatlanjog
Családjog, munkajog, adó- és büntetőjog, cégügyek
Szerződések (adásvételi, ajándékozási stb.), végrendelet

Elérhetőség: +36 70 204 6 204

A4 media

www.a4.hu

MINDEN, AMI NYOMDA

20/851-4368 • a4@a4.hu

Isaszegi
Önkéntes
Tűzoltó
Egyesület



2020 Február 22-én

TŰZOLTÓBÁL

ZENE, TÁNC, TOMBOLA

Élőzene: Kovácsik Mihály

AZ EST KIEMELT CÉLJA

"Tűzoltószeretők felújítása"

Vendégfogadás 17⁰⁰

BELEPŐJEGY
VACSORÁVAL
3.900Ft

1 Főre

Jótekonysági szándékukat
támogatói jegyvásárlással
is megtehetik 500 Ft - 1.000 Ft



Helyszín:

Dózsa György Művelődési Otthon
és Múzeumi Kiállítóhely
2117 Isaszeg, Dózsa György utca 2.

FŐDÍJ

5fő / 7 éjszaka
Horváthország
VIR Sziget

Jegyek elővételben kaphatók:

Piri-Gusztai virágbolt

Csata vendéglő

Grznár húsbolt

Tűzoltószeretők

PiCi SHOP

Mindenkit szeretettel várunk!

Varga Zsuzsanna 70/252-45-29 és Borók Károly 30/698-16-83