

# ÚJPESTI NAPLÓ

XVIII. ÉVFOLYAM, 7. SZÁM,  
 AUGUSZTUS 15.

ISTVÁNTELEK | KÁPOSZTÁSMEGYER | MEGYER | NÉPSZIGET | SZÉKESDÜLŐ | ÚJPEST



## VÁROSNAPOK '24 ITT VAN ÚJPEST SZÜLINAPJA!

ÍRÁSAINK A 8–15. OLDALON

### FEJLESZTÉS



### ÚJABB SPORTPÁLYA SZÉPÜL MEG

Szeptemberben fejeződik be a Szigeti József utcai sétánynál található sportpálya felújítása, melynek keretében új, kétrétegű, öntött gumiburkolatot fektetnek le, majd felfestik azt.

5. OLDAL

### SPORT



### LILA ARANYAK AZ OLIMPIÁN

Szenzációsan zárult a 2024-es olimpia az UTE versenyzői számára. Gulyás Michelle lett a női öttusa olimpiai bajnoka, a 18 éves Márton Viviana a magyar taekwondo első olimpiai aranyát szerezte meg.

20–21. OLDAL

### NATÚRA



### ÚJ TÁJÉPÍTÉSZETI MEGOLDÁSOK

Majkút Gabriella és csapata munkája már is meglátszik a városképen, minden eddiginél ötletesebb és szín pompásabb virágágyások és tájépítészeti megoldások lepék el a várost.

22. OLDAL



## KELLEMEST A HASZNOSSAL

PUBLICISZTIKA

BESZTERCZEI JUDIT

Újpesten mindig bivalyerős a nyár vége, én legalábbis már augusztus elején elkezdem várni az Újpesti Városnapokat. Ráadásul most bearanyozták kedvünket és napjainkat az UTE újsütetű olimpiai bajnokai, hiszen Márton Viviana megismertette és megszerettette velünk a taekwondot, s Gulyás Michelle öttusázó nyakába is aranyérem került a párizsi olimpiai játékokon. Ne feledkezzünk el korábbi olimpiai bajnokunk Tótka Sándor kajakozóról sem, aki ezüstéremmel térhetett haza a francia fővárosból. Míg aranyos lányaink az idei Újpesti Városnapokon vehetik át díszpolgári elismerésüket, addig kajak klasszisunk 2021-ben lett városunk díszpolgára. Az UTE olimpiai eredményeiről szóló összefoglalónkat a 19. oldalon találják.

Bár engem (még) nem „fenyeget” a díszpolgári cím, de ígérem, remekül és hasznosan lekötöm magam a mostani városnapokon is. Idén egészen biztosan keverem a kellemest a hasznoval. Ami a kellemes részét illeti: a világért se hagynám ki a legenda Boban Markovic fergetegesnek ígérkező buliját szeptember 1-én. A Macskajaj című filmből megismert szerb trombitás és bandája az Újpesti Szerb Nemzetiségi Önkormányzat segítségével látogat el a Szent István térre, hogy elhozza nekünk azt a klasszikus balkáni „ereszd el a hajam” bulit. Ki nem hagynám!

S ami nagyon hasznos: városunk neves bőrgyógyásza, dr. Ihász Judit évtizedek óta ingyenes anyajegyszűrést tart kultúrházban, ezúttal augusztus 31-én várja az újpestieket. Mivel még hanyag módon sose jártam anyajegyszűrésen, idén biztosan felkeresem a doktornőt, már csak azért is, hogy találkozhatassak lenyűgöző személyiségével. Az Optiking Optika az Árpád úton is kitesz magáért, hiszen komplex szemvizsgálatra várják az érdeklődőket, ugyancsak térítésmentesen. Családommal együtt oda is felkeresedünk, hiszen a szemünk mindannyiunk „munkaeszköze”. Az Optiking vezetője, Rúzsa Erika azt mondta nekem, annyi szeretetet kapnak itt, Újpesten, hogy nem győzik viszonozni. Én is így érzem: Újpest egy nagy és szeretetteljes család, ahová jó tartozni.



TÁRCA – MADE IN ÚJPEST

## TŰZOLTÓ LESZEL S KATONA

MAJLÁTH MIKES LÁSZLÓ

A nyáron nemcsak Aktív Főtér volt, hanem aktív szerző is. Dolgoztam a családtörténetemen.

Az Árpád kórházban bújtam elő 1950-ben, május másodikán hajnali kettőkor. Az időpont azért fontos, mert abban az évben minden május elsején született gyermek kapott ötszáz forintot. Én két órát késsem, és ezt az apám mindig az orrom alá dörgölte.



Az első nap olyan volt, mint egy börlész. Apám bejött a kórházba, ajándékba hozott anyámnak egy doboz mirelit málnát. A májusi melegben a málna olvadni kezdett és amikor apám belépett a kórterembe, megbotlott a küszöbön, s az olvadó málna anyám kebelén landolt. Az ágy úgy nézett ki, mint egy szörnyű gyilkosság helyszíne.

Általánosba az Attila utcai suliba jártam. Angyalföldön

érettségiztem, de ma is csak annyit tudok oroszul: Davaj vodka! Felvettek a pesti jogi karra, a jogot öt év alatt sem szerettem meg. Legtöbb időmet a Véndiák tanszéken töltöttem, ami nem volt más, mint a Véndiák presszó a jogi karral szemben.

Az egyetem előtt még volt egy kis katonaság. Itt paszszív rezisztenciába vonultam, a parancsokat próbáltam negligálni.

Nemcsak katona voltam, de tűzoltó is, amint József Attila megírta. Csak vadakat terelő juhász nem voltam, de még lehetek. Az egyetemet elvégezve jogász lettem a Tűzoltóság Országos Parancsnokságán (TOP). Ekkor voltam az életemben topon.

A tűzoltóságnál elkezdtek agitálni, hogy lépjek be a pártba, erre megpattantam. Az MTI-hez kerültem, mint újságíró gyakornok. S mi történt az első napomon? Behívott a főnök, s közölte velem: Mikes elvtárs, maga alkalmas lenne munkásórnek. Majdnem elájultam, s csak úgy menekülhettem, hogy népi ellenőr lettem. Kevés dolog van, ami nem voltam (kiképzett katonai cenzor is) s most az Újpesti Városnapok gyakori látogatója leszek.

A Ludas Matyiba állandó munkatársnak Árkus József vett fel. Ez volt életem legjobb munkahelye. Aztán megszűnt a Ludas és a rendszer is. Az egyiket sajnálom.

(Folyt.köv.)

# DR. TRIPPON NORBERT ÚJPEST MEGVÁLASZTOTT POLGÁRMESTERE

## ÖNKORMÁNYZATI VÁLASZTÁS 2024



A DK – Momentum – MSZP – LMP-Zöldek – Jobbik – Párbeszéd-ZÖLDEK szövetség polgármesterjelöltje, dr. Trippon Norbert nyerte a június 9-én rendezett helyi önkormányzati választást Budapest IV. kerületében. A jelenlegi alpolgármester a szavazatok 46,9 százalékát szerezte meg; megbízólevele átvételével hivatalosan is Újpest következő polgármestere.

Az Újpestet 2019 óta vezető hatpárti koalíció egyéni képviselőjelöltjei tizenkét választókerületben nyerték el a szavazók bizalmát, míg két választókerületben a Fidesz-Újpestért Egyesület jelöltje szerzett mandátumot. Az októberben felálló új önkormányzati testület tagja lesz továbbá hat kompenzációs listáról bejutott képviselő: hárman a Fidesz-ÚE, ketten a Magyar Kétfarkú Kutypárt (MKKP), egy képviselő pedig a Mi Hazánk Mozgalom színeiben.

A megválasztott polgármester és önkormányzati képviselők június végén, július elején

átvették megbízólevelüket a helyi választási iroda elnökétől, Simonfi Sándortól, októberben pedig letehetik esküjüket és elkezdhetik a munkát Újpest és az újpestiek szolgálatában.

„Az elmúlt 22 év során abban a megtiszteltetésben volt részem, hogy Újpest képviselő-testületének tagja lehettem, önkormányzati képviselőként és alpolgármesterként is szolgálhattam városomat Újpestet, az itt élőket. Az újpestiek pontosan tudják, hiszen látják, városvezetésünk elmúlt évekbeli eredményeit. A városunk zöldítését, fejlődését, a közösségi programokat és sorolhatnám. Nagyon jó érzés, és hatalmas megtiszteltetés, hogy bizalmat szavaztak továbbra is nekünk az újpestiek. És még nagyobb megtiszteltetés az, hogy az elkövetkező 5 évben polgármesterként szolgálhatom városomat. Továbbra is célunk az, amit az elmúlt években láthattak, az újpesti, nagyon lokálpatrióta szemlélet, és a város békés, nyugodt fejlődése. Hiszen az a legfontosabb, hogy Újpest

### A VÁLASZTÁSON MANDÁTUMOT SZERZETT:

**Budapest 04. kerület polgármester:** dr. Trippon Norbert (DK - Momentum - MSZP - LMP - Zöldek - Jobbik - Párbeszéd - ZÖLDEK), aki a szavazatok 46,90 százalékát szerezte meg.

**Budapest 04. kerület 01. számú egyéni választókerület:** Déri Tibor (DK - Momentum - MSZP - LMP - Zöldek - Jobbik - Párbeszéd - ZÖLDEK), aki a szavazatok 51,00 százalékát szerezte meg.

**Budapest 04. kerület 02. számú egyéni választókerület:** Vasvári László (DK - Momentum - MSZP - LMP - Zöldek - Jobbik - Párbeszéd - ZÖLDEK), aki a szavazatok 48,26 százalékát szerezte meg.

**Budapest 04. kerület 03. számú egyéni választókerület:** Rác Norbert (DK - Momentum - MSZP - LMP - Zöldek - Jobbik - Párbeszéd - ZÖLDEK), aki a szavazatok 37,64 százalékát szerezte meg.

**Budapest 04. kerület 04. számú egyéni választókerület:** Czinke Sára (DK - Momentum - MSZP - LMP - Zöldek - Jobbik - Párbeszéd - ZÖLDEK), aki a szavazatok 41,12 százalékát szerezte meg.

**Budapest 04. kerület 05. számú egyéni választókerület:** Szecsődi Tamás (DK - Momentum - MSZP - LMP - Zöldek - Jobbik - Párbeszéd - ZÖLDEK), aki a szavazatok 47,06 százalékát szerezte meg.

**Budapest 04. kerület 06. számú egyéni választókerület:** Wintermantel Zsolt (FIDESZ, ÚE), aki a szavazatok 37,66 százalékát szerezte meg.

**Budapest 04. kerület 07. számú egyéni választókerület:** Altfatter Adalbert (DK - Momentum - MSZP - LMP - Zöldek - Jobbik - Párbeszéd - ZÖLDEK), aki a szavazatok 36,84 százalékát szerezte meg.

**Budapest 04. kerület 08. számú egyéni választókerület:** dr. Szabó Gábor (DK - Momentum - MSZP - LMP - Zöldek - Jobbik - Párbeszéd - ZÖLDEK), aki a szavazatok 40,55 százalékát szerezte meg.

**Budapest 04. kerület 09. számú egyéni választókerület:** Szécsi Péter (DK - Momentum - MSZP - LMP - Zöldek - Jobbik - Párbeszéd - ZÖLDEK), aki a szavazatok 38,90 százalékát szerezte meg.

**Budapest 04. kerület 10. számú egyéni választókerület:** Sulykos Kristóf (DK - Momentum - MSZP - LMP - Zöldek - Jobbik - Párbeszéd - ZÖLDEK), aki a szavazatok 38,92 százalékát szerezte meg.

**Budapest 04. kerület 11. számú egyéni választókerület:** Farkas István (DK - Momentum - MSZP - LMP - Zöldek - Jobbik - Párbeszéd - ZÖLDEK), aki a szavazatok 39,15 százalékát szerezte meg.

**Budapest 04. kerület 12. számú egyéni választókerület:** Bognár Áron (DK - Momentum - MSZP - LMP - Zöldek - Jobbik - Párbeszéd - ZÖLDEK), aki a szavazatok 40,79 százalékát szerezte meg.

**Budapest 04. kerület 13. számú egyéni választókerület:** Modroczy Kitti (DK - Momentum - MSZP - LMP - Zöldek - Jobbik - Párbeszéd - ZÖLDEK), aki a szavazatok 39,72 százalékát szerezte meg.

**Budapest 04. kerület 14. számú egyéni választókerület:** Hladony Sándor Gyula (FIDESZ, ÚE), aki a szavazatok 38,64 százalékát szerezte meg.

**Kompenzációs listáról lett a testület tagja:** Nagy Dávid (MKKP) – Bauer Béla (MKKP) – Pajor Tibor (Mi Hazánk) – Rádi Attila (FIDESZ, ÚE) – Bartók Béla (FIDESZ, ÚE) – Kató Balázs Árpád (FIDESZ, ÚE)

egy olyan város legyen, ahol számíthatunk egymásra, ahol jó élni, ahová hazahúz a szívünk, s melyre mindannyian nagyon

büszkék lehetünk.” – osztotta meg gondolatait a választásról és az elkövetkező időszakról dr. Trippon Norbert. ÚN

# KOMOLY SIKER AZ ÚJPESTI MEGBECSÜLÉS PROGRAM

**Kibővült formában folytatódott idén májusban az Újpesti Megbecsülés Program: az újpesti nyugdíjasok mellett a városunkban élő gyermeket nevelő családok is részesültek gyermekeként 6000 forintos vásárlási utalványban. A program sikerét és népszerűségét jelzi, hogy összesen 20 209 fő nyugdíjas vagy nyugdíjszerű ellátásban részesülő személy vette át, illetve 10 020 gyermek után vették át szüleik az Újpesti Piac- és Vásárcsarnokban levásárolható utalványokat.**



„Mi újpestiek nem idegenek vagyunk egymásnak, hanem összetartozunk. Természetes az, hogy nehéz időkben segítjük nyugdíjasainkat, megbecsüljük sok évtizedes munkájukat, köz-

ben nem feledkezünk meg az Újpesten élő családokról sem, akik városunkban nevelik fel gyermekeiket. A program sikeressége, népszerűsége és fontossága jól látható, melyet a számok alátámasztanak. Itt köszönöm meg továbbá újra annak a több mint száz kollégámnak a munkáját, akik az előkészületekben, a megvalósításban és az osztópontokon segítettek az utalványok szétosztásában – nyilatkozta dr. Trippon Norbert alpolgármester.

A program igazi lokálpatrióta kezdeményezés, ugyanis

nemcsak az Újpesten élő nyugdíjasokat és családokat, de a piacon dolgozó helyi kiskereskedőket is támogatja, akiknek így megelégnék a forgalmuk. Május óta már az utalványok majdnem 60 százalékát beváltották a jogosultak, összesen 107 millió forint összeget vásároltak le a piacon. Azok sincsenek elkésve, akik még nem éltek a lehetőséggel: az utalványokat egészen december 31-ig fogadják el.

A nyugdíjasok elsősorban húsrá és hentesárura, másodsorban zöldség-gyümölcsre és vegyes ételre, például mézre és tojásra váltották be az utalványokat, míg a családoknál a zöldség-gyümölcs volt a legnépszerűbb, ezt követte a hús-hentesáru és a vegyes ételre.

A segítségre természetesen a jövőben is számíthatnak az újpestiek. „Az Újpesti Megbecsülés Programot folytatjuk, terveink szerint emelt összeggel, így segítve lehetőségeinkhez mért az újpesti nyugdíjasokat és gyermeket nevelő családokat.” – tette hozzá dr. Trippon Norbert alpolgármester. ÚN

## ÚJABB JÁTÉKOS ASZFALTFESTÉSEK A GYEREKEKNEK

Mutatósak, színesek, kellemesebbé varázsolják az utcaképet és próbára teszik az ügyességünket: a játékos aszfaltfestésekben nemcsak a gyerekek, de a felnőttek is örömet lelnek. Tavaly ősszel a Deák Ferenc utcában, a Széchenyi téren és a káposztásmegyéri úton „Tréler” úton festett fel ugróiskolát, szlalom pályát, lépegetőt és más mókás feladatokat az önkormányzat, nemrég pedig a Semsey Parkban és a Béke téren kerültek hasonló felfestések az aszfaltra.

„Aki arra jár, mindenképpen próbálja ki!” – buzdít dr. Trippon Norbert alpolgármester. A városvezető hozzátette, szívesen fogadnak további helyszínjavaslatokat a szülőktől, hová kerüljön a jövőben vidám, játékos aszfaltfestés. ÚN



# ÚJABB SPORTPÁLYA SZÉPÜL MEG – EZÚTTAL A SZIGETI JÓZSEF UTCÁBAN

Szeptemberben fejeződik be a Szigeti József utcai sétánynál található sportpálya felújítása, melynek keretében új, kétrétegű, öntött gumiburkolatot fektetnek le, majd felfestik azt. Ezt követően vehetik ismét birtokba a sportszerető környékeliek – tájékoztatta szerkesztőségünket dr. Trippon Norbert alpolgármester.

A városvezető elmondta, Újpest Önkormányzata fontosnak tartja, hogy minél több szabadterei sportolási lehetőséget teremtsen a kerületben élők szá-

mára. Ennek jegyében nemcsak új sportlétesítményeket – mint a Tél utcai kondipálya vagy a 800 méteres Szilasfutókör – hoztak létre, hanem folyamatosan újítják fel Újpestszerte a közkedvelt, de az idők során leamortizálódott sportpályákat is.

Korábban a lakók kérésének megfelelően felújításon estek át a Kósa Pál sétányon, a Deák sétányon és a Böröndös sétánynál található sportpályák. A pályák feltöredezett beton-



burkolatát öntött gumiburkolatra cserélték, új kapukat és kosárpalánkokat szereltek fel és a kerítést is kicserélték vagy felújították. A környékbeli gyerekek és sportszerető felnőttek

így sokkal rendezettebb és biztonságosabb körülmények között focizhatnak, kosárlabdázhatnak kedvenc pályájukon. A felújítási program a jövőben folytatódik. **ÚN**



# JÓL HALAD A TÉRFELÚJÍTÁS NYÁR UTCAI SÉTÁNYON

Felújítják a Nyár utcai sétány és a Pozsonyi út kereszteződésénél, a mentálhigiénés gondozó mellett található teret. A kivitelezési munkák első szakasza lassan lezárul: elbontásra került a régi, leromlott állagú támfal, az aszfaltburkolat és utcabútorok is.

A földmunkákat követően elkezdődött az új támfalelemek elhelyezése, valamint a térkő burkolat alépítményének és szegélyeinek kialakítása is. A támfal kiépítését követően a felújítás térkővezéssel folytatódik, ezt követően igazán látványos felada-



tok következnek: a gyepesítés, az évelő és cserje ágyások kialakítása, illetve az új utcabútorok elhelyezése.

A munkálatok előreláthatóan szeptemberre fejeződnek be, méltó teret kialakítva Kampfl József 1983-ban itt fel-



állított, minden újpesti által jól ismert „Lebegés” nevű szobrának – számolt be dr. Trippon Norbert alpolgármester. **ÚN**

# ÚJABB NAPELEMES TÉRLÁMPÁKAT TELEPÍTENEK

Újpest-szerte 6 helyszínen összesen 24 új napelemes térlámpát helyez ki az önkormányzat. Térlámpák kerülnek Megyeren a Béke téri játszótérhez és a Béke téri kutya-futtatóhoz, Káposztásmegyeren az Unka játszótérhez és a Szilas lánbtenis pályához, továbbá a Városkapu-parkhoz és a Szilas Futókörhöz is telepítenek a már meglévők mellé egy-egy újabb darabot. A helyszíneket a lakossági kérések figyelembevételével választották ki.



„A napelemes térlámpák telepítése megkezdődött, a kanderláberalapok betonzósa már megtörtént. Hamarosan kihelyezésre kerülnek az oszlopok is, melyek egyszerűek, zöldek és hatékonyak” – mondta el lapunk megkérésére dr. Trippon Norbert alpolgármester.

A lámpák saját, napelemről töltődő akkumulátorral rendelkeznek és LED-fényforrással világítanak, sötétedéskor automatikusan felkapcsolódnak.

A töltéshez nincs szükségük intenzív napsütésre, elegendő a szórt fény is. A hagyományos térvilágításhoz viszonyítva 10 év alatt darabonként kb. 2-3 tonnányival csökkentik a széndioxid-kibocsátást.

A zöld fejlődés jegyében és a közbiztonság javítása céljából az önkormányzat az elmúlt három évben 189 napelemes térlámpát telepített 22 helyszínrre, többek között a Bőröndös utcai sétányra, a Széchenyi térre, a Brutus-, Kajla- és Megyeri úti kutya-futtatókhoz, a Deák Ferenc és Laborfalvi Róza utcák közötti sétányra, a Megyeri út és Homoktövis utca kereszteződéséhez, a Víztorony melletti sétányhoz és az Ugró Gyula sorra. ÚN

## ELKÉSZÜLT AZ ÚJPESTI LEVENDULADOMB, VIRÁGOKTÓL TÜNDÖKÖL A BERDA UTCAI OSZTÓSÁV FOLYAMATOS ZÖLDÍTÉSEK



**Az elmúlt évek munkáját folytatva folyamatosan zajlik a zöldítési program Újpesten, hogy még élhetőbb és virágosabb legyen a városunk, olyan hely, ahol jó felnőni, ahol szívesen töltjük az időt családdunkkal.**

Elkészült és már most igazán szemet gyönyörködtető a Király utcai sétány szomszédságában található vadonatúj levenduladomb. A levendulák mellé az Újpesti Városgondnokság Kft. kertészei más virágokat is ültettek, hogy még

kellemesebb látvány fogadja az erre sétálókat. A virágokban a domb tetején elhelyezett padokról gyönyörködhetünk. A Levendulaparkhoz hasonlóan szelfipontot is kialakítottak, a domb mellett biciklitárolókat és piknikasztalokat helyeztek ki.

A Rózsa utcai és Tél utcai osztósávok után a Berda utcai osztósáv is virágoktól tündököl: a Városgondnokság munkatársai több mint 600 talajtakaró cserjét ültettek el, melyek, ha megerősödnek, igazán mutatós látványt nyújtanak majd az erre járóknak. Az Árpád úti felüljáró alatti területre 370 talajtakaró cserjét telepítettek, barátságosabbá és szebbé téve az utcaképet. Kikerültek továbbá a muskátli oszlopok az Árpád út Aradi utca és Lebstüek Mária utca közötti szakaszára, valamint az István út Újpestközpont és Szent István tér közötti szakaszára. ÚN

# NYÁRON SEM PIHEN AZ ÚJPESTI VÁROSGONDNOKSÁG

**Nyáron sem pihen az Újpesti Városgondnokság Kft.: az önkormányzati cég munkatársai gőzerővel folytatták az elmúlt hónapokban az újpesti egynyári ágyások virágokkal való beültetését, a cserje és évelőágyások karbantartását és frissítését, továbbá gondoskodnak róla, hogy az újpestiek minél könnyebben élvezhessék át a nyári forró időjárását.**

Június második felében a Városgondnokság növényvédelmi szakemberei Újpest-szerte több mint 1500 fán végezték el a minden évben esedékes permetezést, melynek célja a növények rovar, gomba és atka elleni vé-

delme, valamint lombtrágya kijuttatása. Szintén június végén történt meg a virágágyások felfrissítése és a nagygépigényű belterjes kaszálás ötödik üteme a kerületben. Júliusban sor került az idei év első külterjes kaszálására, melyet a szakemberek a virágzó növények megszórását követő időszakra időzítettek, ezzel is szem előtt tartva környezetünk fenntarthatóságát. A külterjes kaszálási munkák második fordulója várhatóan októberben esedékes.

A forró nyári időjárás elleni védekezésésként ismét beüzemelték a kerületben a párapukát. A kapuk 12 újpesti helyszínen nyújtanak felfrissülést: a Homoktövis Parkban, a Bőröndös Parkban, a Lóverseny téren, a Szakorvosi Rendelőintézet előtti téren, a Szent István



téren az Újpesti piac bejáratánál, a Deák Ferenc utca sétáló szakaszán, a Berda sétányon, a Szilas parkban, a Semsey Aladár parkban, a Nyár utcai sétányon, a Király utcai sétányon és a Szent István téren.

Júniusban a Városgondnokság 20 darab új napvitorlát telepített újpesti játszóterekre, így most már kerületszerte összesen 80 darab napvitorla nyújt árnyékot a nyári napsütésben. A játszótérek kívül két közösségi kertben, a Fővárosi Szabó Ervin Könyvtár Király utcai Tagkönyvtárában, valamint a Szent István téren is található napvitorlák.

Szintén segítséget jelentenek a forróságban a köztéri ivókutak, melyekből mintegy 100 darab található Újpesten, többségük játszótérek, sétányokon, parkokban, de ezeken felül nyolc helyszínen még a Mohácsi Vasöntöde által készített régi, kék közterületi nyomóskutakba is belefuthatunk. A kutak pontos listája elérhető a Városgondnokság honlapján. A kánikulában nemcsak nekünk, de négy lábú kedvenceinknek is jólesik egy korty víz, ezért tavaly óta minden vízkiállással rendelkező kutyafuttatóban található kutyaitató.

ÚN



# ÜNNEPELJÜK EGYÜTT ÚJPEST SZÜLETÉSNAPIJÁT SZÍNES PROGRAMKAVALKÁDDAL VÁR AZ ÚJPESTI VÁROSNAPOK

**Idén is színes programkavalkáddal ünnepeljük Újpest születésnapját: augusztus 28. és szeptember 1. között számos zenei fellépő, kulturális- és sportprogramok és egyéb izgalmas események várnak mindenkit a Szent István téren és más helyszíneken.**



**Augusztus 28-án** szerdán startol a programsorozat a Városháza Esték következő eseménnyel: 18 órakor a MÁV Szimfonikusok és Vörösváry Márton hegedűművész adnak koncertet a Városháza dísztermében.

**Augusztus 29-én** csütörtökön 18 órakor hivatalosan megnyitják a 2015-ben elhunyt Sinkó László színművész életét és pályáját bemutató állandó kiállítást az UP Újpesti Rendezvénytérben, 19 órakor pedig az UP Pódium várja az érdeklődőket, ahol Juhász Anna és vendégei szintén a Kossuth- és Jászai Mari-díjas színművészre emlékeznek. A beszélgetőtársak ezúttal Szacsvay László, Újlaki Dénes, Nagy Ervin, Makranczi Zalán, Vajdai Vilmos és Sinkó László lánya, Sinkó Andrea.

**Augusztus 30-tól** látható a Városháza előtti téren az Újpest legendás labdarúgójának emléket állító Szusza 100 szabadtéri kiállítás. Péntek este kezdődnek a zenés programok a Szent István téren: 19 órától a Bon-Bon együttes koncertje, 21 órától éjfélig pedig Aratóvideódiszko varázsol igazi retró parti hangulatot Újpest főterére.

**Augusztus 31-én** szombaton már teljes gőzzel beindulnak a családi programok, a Szent István téren. 10 és 18 óra között Sportos Újpest tízpróba, asztalitenisz és csocsó, hatálmásos kalandpark és történelmi utazó játszótér várja a kicsiket és nagyokat, 16 óráig pedig a gyerekek elektromos autókkal és kismotorokkal próbálhatják ki a vezetés élményét. Az Ifjúsági Házban 10 és 16 óra között dr. Ihász Judit bőrgyógyász szakember végez ingyenes szűrővizsgálatot, 17 óráig pedig, szintén az Ifjúsági Házban véradásra várják az újpestieket.

A színpadon 15 órakor a Dancing Soul Tánciskola érkezik bemutatóval, 17 órakor pedig a Face Team csapata szórakoztatja a közönséget látványos kosárlabda show-val. 18 órától Zseda lép színpadra, hogy újabb felejthetetlen koncerttel örvendeztessen meg bennünket, 20.30-tól pedig a lilafehér fenegyerek, Curtis veszi ismét birtokba a várost.

**Szeptember 1-én** vasárnap szintén egész nap Sportos Újpest programok várják a csa-





ládokat, emellett 10 és 18 óra között légvár, 13 órától pedig CsupaCsoda játszópark és fogaskerekű rajztábla gondoskodik a gyerekek aktív szórakozásáról. A színpadon a nap során az újpesti nemzetiségek zenés programjait tekinthetjük meg: 10 órától az Ozvena Budapesti Szlovák Kórus koncertjét, 10.45-től az Újpesti Német Nemzetiségi Önkormányzat tánc- és dal produkcióját, 12 órától pedig az Ukrán Hagyományok Háza gyermektánc csoportját láthatjuk. 13.30-tól egészen 16 óráig a görög kultúráé a főszerep: a Meybahar görög együttes, az Akropolisz Kompania tánc háza, majd a Helidonaki tánc együttes varázsol mediterrán hangulatot Újpestre.

Mindemellett szombaton és vasárnap, a Városnapok ideje alatt kitelepüléssel várja az érdeklődőket a Szent István téren a Barka Állatsimogató, az Állatmentő Liga, az Újpesti Szociális- és Családsegítő Központ, az Újpesti Egészségfejlesztési Iroda, a lelki segítséget nyújtó Újpesti Felhőn Szállók, az Újpest Lámpásai – látássérültek klubja és a Xantus János cserkészcsapat (utóbbi kettő csak a szombati napon). **RD**

18 órától igazi világsztár, a Kusturica-filmek zenéjéről is ismert legendás trombitaművész, Boban Marković és zenekara szállít hatalmas balkáni show-t a Városnapok színpadára (a koncert az Újpesti Szerb Nemzetiségi Önkormányzat támogatásával valósul meg). Szintén 18 órakor rendezik a városi hagyománynak számító kántorkoncertet az Újpesti Nagyzsinagógában.



# ÚJPESTI VIRTUÓZ MUTATKOZIK BE A VÁROSHÁZI ESTÉKEN

Újpest egyik komolyzenei csillaga, Vörösváry Márton hegedű- és zongoraművész lép színpadra a Városházi Estéken. A muzsikust a MÁV Szimfonikusok kísérik a Városháza dísztermében, augusztus 28-án, 18 órai kezdettel.

A tősgyökeres újpesti virtuóz a Szülőotthonban látta meg a napvilágot, s mai napig is városunkban él. A 27 éves Vörösváry Márton 5 évesen kezdett el hegedülni az Újpesti Erkel Gyula zeneiskolában, tanára Skripeczky Istvánné volt. Ugyancsak az Erkel Gyula zeneiskolában, 7 éves korában kezdett el zongorázni, tanára Sebestyenné Zádor Ilona volt. Vörösváry Márton számos nemzetközi hegedű- és zongoraversenyen ért el illusztris helyezéseket. 2006-ban pedig felvételt nyert a Liszt Ferenc Zeneművészeti Egyetem különleges tehetségek

osztályába. Az újpesti művész rendkívül nagy megtiszteltetésnek tartja, hogy szülőhazájában és a Városházi Estéken is bemutatkozhat, korábban az Újpesti Közművelődési Kör meghívására a Polgár Centrumban lépett fel.

Vörösváry Márton ismertette, hogy a Városházi Estéken a következő programot adja elő: Wieniawski: D-dúr Polonaise Concert (hegedű), Chopin: f-moll zongoraverseny I. tétel (zongora)

Az ifjú művésznek ez a legelső közös hangversenye a MÁV Szimfonikus Zenekarral. A részvétel regisztrációhoz kötött. BJ



# A SZÍNÉSZLEGENDA SINKÓ LÁSZLÓ ELŐTT TISZTELEG AZ ÚJ KIÁLLÍTÁS

Sinkó László színészióriának állít emléket az a tárlat, amelyik az UP Újpesti Rendezvénytérben nyílik meg augusztus 29-én, 18 órakor. Az állandó kiállításon a Nemzet Művésze, a Kossuth-díjas színművész személyes tárgyai is láthatók. Kevesen tudják, hogy Sinkó László újpesti kötődésű volt, hiszen nagyapja, Sinkovits Jenő évtizedekig városunkban dolgozott.

Sinkó László lánya, Sinkó Andrea szorgalmazta, hogy ennek a kiállításnak Újpesten van a helye, s Bedő Kata kulturális alpolgármester teljes mellszélességgel kiállt a kezdeményezés mellett. Az augusztus 29-én megnyíló állandó tárlaton Sinkó László színművész jelmezei, használati tárgyai és a színészlegendát megörökítő fényképek is láthatók lesznek. Sinkó Andrea, a

Sinkó László Művészeti és Kulturális Alapítvány elnöke örömet fejezte ki, hogy az UP Újpesti Rendezvénytér egyik termében nyílhat meg ez a kiállítás. Bedő Kata alpolgármester azt is elárulta, hogy az UP Újpesti Rendezvénytér színháztermét átnevezik Sinkó László teremmé.

Korunk egyik legnagyobb színművésze 2015-ben hunyt el. Az egyik legnagyobb magyar színész, Sinkovics Imre ugyan-



csak zseniális öccsét 2014-ben a Halhatatlanok Társulata örökös tagjának választották, korábban a Nemzet Művésze címmel, Kossuth- és Jászai Mari-díjjal

tüntették ki. Lánya, Sinkó Andrea a magyar ritmikus sportgimnasztika megkerülhetetlen alakja, minden idők legeredményesebb magyar RG versenyzője. BJ

# UPÓDIUM AZ ÚJPESTI VÁROSNAPOKON IS

Ismét várja az irodalom és a művészetek szerelmeseit az UPódium, Újpest első számú kulturális szalonja. Juhász Anna és nagyszerű vendégei ezúttal az újpesti kötődésű színésziárság, Sinkó László alakját idézik meg.

Az est során Juhász Anna vendégei között olyan neves művészeket üdvözölhetünk, mint Nagy Ervin, Vajdai Vilmos, Szacsavay László, Makranczi Zalán, Újlaki Dénes és Sinkó Andrea, a színművész lánya. Az est különleges zenei kíséretét Hegedűs Bori énekes és Tempfli Erik zongorista biztosítja.

Sinkó László a magyar színház és film kiemelkedő alakja volt. Kossuth- és Jászai Mari-díjas színművész, Érdemes művész, a Halhatatlanok Társulatának örökös tagja, a Nem-

zet Művésze. Pályafutása során felejthetetlen szerepekben láthattuk, mint az Übü Király vagy Versinyin ezredes. Hangját olyan legendás színészek magyar hangjaként ismerhettük, mint Jack Nicholson és Anthony Hopkins. Sinkó László Újpesthöz is erősen kötődött, hiszen édesapja a kerületben vezetett éttermet, így a közösség szerves részévé vált.

Augusztus 29-én az irodalmi-zenei pódiumest egy nagyobb ünnephez kapcsolódik: Sinkó László emlékének



méltó megőrzéséről a család és a kerület vezetése közösen gondoskodik: felveszi nevét a rendezvényter színházterme, amit inentől kezdve Sinkó László Színházteremnek neveznek, emellett az épületben ezen a napon nyílik meg az ál-

landó Sinkó László Emlékkiállítás, mely az UP Újpesti Rendezvényter programjaihoz igazodva megtekinthető lesz.

Az esemény ingyenes, de regisztrációhoz kötött! Regisztráció: <https://uprendezvenyter.hu/upodium> **BJ**

## SZUSZA 100: SZABADTÉRI KIÁLLÍTÁS AZ ÚJPESTI LEGENDÁRÓL

Tavaly decemberben ünnepelte volna 100. születésnapját az Újpest legnagyobb legendája, Szusza Ferenc. A kerek évforduló alkalmából augusztus 30-tól, a Városnapokra időzítve, szabadtéri ponyvakiállítással emlékezünk a négyszeres magyar bajnok labdarúgó alakjára.

A 2006-ban elhunyt Szusza Ferenc, akit társai csak „Mágusnak” becéztek, 1940 és 1961 között, 21 éven keresztül volt az Újpest játékosa, 463 bajnoki mérkőzésen 393 alkalommal talált a kapuba lila-fehér színekben. A statisztikák szerint nemzetközi szinten minden idők 12. leggólerősebb játékosának számít. 1994-ben ő lett az első labdarúgó, akit Újpest díszpolgárává választottak, 2003 óta pedig az ő nevét viseli a Megyeri úti stadion.

A Laszip Gábor sporttörténész által összeállított kiállítás hét tablója a legendás csatár egész életét és pályafutását végigkíséri, a gyerekkortól a kamaszkori újpesti debütáláson keresztül a játékosként, majd (többek

közt az Újpest, a Real Betis és az Atlético Madrid kispadján) edzőként elért sikereikig. Megtudhatjuk többek között, hogy futballkarrierje mellett Szusza a színészetrel is megpróbálkozott, a Civil a pályán című filmben az egyik főszerepet alakította, a Mese a 12 találatról című vígjátékban pedig egy apró „cameo-szerepben” látható. Kiderül az is, hogy „dózsás” pályafutása közben Szusza kölcsönjátékosként a Ferencváros és a Honvéd színeiben is pályára lépett egy-egy külföldi túrán.

A kiállítás képanyaga részben Szusza Ferenc saját hagyatékából származik, de az UTE archívuma és az Újpest FC is komoly segítséget nyújtott a képek felkutatásában és összeállításában. **RD**



# „HOLNAP” – ÚJPESTI MŰVÉSZEK ÁLLÍTANAK KI A POLGÁR CENTRUMBAN

„Holnap” címmel nyílik tárlata az im-  
már negyedszázados Újpesti Művé-  
szek Társaságának az Újpesti Város-  
napokon.

A csoportos kiállítást a Polgár Centrum Újpest Galéria két kiállítótermében nyitják meg augusztus 30-án, 19 órakor. A kerületünkben élő vagy ezer szállal Újpestehez kapcsolódó művészek rendszeresen részt vesznek a helyi kulturális életben, elsősorban képzőművészeti és iparművészeti alkotásaikkal. Az augusztus végén nyíló kiállítás a „Holnap” címet viseli. Van olyan művész, akit egy táj ihletett meg, mások absztrakt, elvonatkoztatott, szimbolista módon közelítik meg a jövőről alkotott elképzeléseiket. Az alkotók célja azon kívül, hogy új, jó kép szülessen, az, hogy elgondolkoztassák a tárlat megtekintőit. A művészek meg szeretnék mutatni, hogyan látják a saját közösségük, vagy akár az em-

beriség jövőjét, s milyen víziójuk van az elkövetkezendő időkre gondolva. Bakos Mónika, az Újpest Galéria vezetője ismertette, hogy a kiállításon hozzávetőleg 50 művész alkotásai lesznek láthatók. A tárlaton képző- és iparművészeti alkotások és fotók tekinthetők meg. A résztvevők között az alábbi művészek alkotásait mutatják be:

Ruzics Csilla, Dobos Éva, Erdész Erika, Szőnyi Krisztina, Bakos Boglárka, Revák István, Török Tivadar, Tóth László, T. Selman Ilona, Andorka Éva, B. Tóth Klára, Homolya Gábor, Mollo Éva, Storkné Szabó Dóra, Kasza László, Faragó Ágnes, Doknális Angéla, Szekeres Erika, Héder Mária, Csalla Ildikó, B. Gömbös Ilona, Gondi Magdolna, Szarka Hajnalka és társaik.

A megnyitót követően megrendezik az Újpesti Piktör Pikniket, amelyen immár hatodik alkalommal vehetnek részt a városhoz kötődő művészek. **BJ**



## EMLÉKTÁBLÁT KAP KARIG SÁRA



A neves író, fordító és pedagógus élete alkonyán Újpesten lakott. A Klára utca 39-es szám alatti ház falára helyezik fel Karig Sára emléktábláját az Újpesti Városnapok keretében augusztus 31-én, 11 órakor.

Az ügyet képviselő Pernecky László alpolgármester egykor tanítványa volt Karig Sárának, aki zseniális nyelvi pedagógus is volt. Az irodalmár a vészkorszakban a Svéd Vöröskereszt gyermekosztályán dolgozott, ahol rengeteg gyermek életét mentette meg. Később ezért megkapta a Világ Igazai, a Jad Vasem Emlékplakettet. Azonban élete kis híján kettétört a legsötétebb kommunista időkben, hiszen az 1947-es választásokon biztosként azonnal jelentette a választási csalást. Másnap már a Gorkij fasorban, a kémelhárítás kínzókamrájában volt, a végállomás pedig Szibéria lett. Majdnem 7 évet töltött a vorkutai munkatáborban. Vorkuta poklában tanult meg

tökéletesen oroszul, ukránul és bolgárul is, később számos bolgár szakos egyetemista járt hozzá tanulni. 1956-tól az Európa Könyvkiadó főszerkesztője lett, neves szerkesztőként és műfordítóként József Attila-díjjal jutalmazták. Fordítói tevékenységéért pedig kétszer is elnyerte a bolgár állam legrangosabb kitüntetését, a Cirill és Metód díjat. A mindig aktív művész a következő generációhoz tartozó költőkkel is szoros kapcsolatot ápolt. Élete fő műve a Népek Meséi Karig Sára szerkesztésében, amely 1956-tól 1990-ig, összesen 84 kötetben jelent meg, s kulturális küldetést teljesített. Karig Sáráról hamarosan parkot neveznek el Újpesten. **BJ**

# INGYENES LÁTÁSVIZSGÁLAT AZ OPTIKINGNÉL

**Forradalmian modern berendezést szerzett be az újpesti Optiking Optika. Az új DNEye Scanner segítségével nemcsak a látáshibákat fedezik fel, hanem egyéb problémákat, így például a hályogot vagy bármilyen más eltérést is észrevesznek. Az Újpesti Városnapokon szeretettel várják az érdeklődőket ingyenes látásvizsgálatra.**



Rendkívül elegáns környezetben, mégis kifejezetten baráti árakkal várja az érdeklődőket az Optiking Optika az Árpád úton. A luxuskörnyezet azonban korántsem luxusárakat jelent, sőt, remek kedvezményeket biztosít optikája. S ha ez még nem lenne elég: az Újpesti Városnapokon mutatják be a nagyközönségnek az új DNEye Scanner gépüket, amely komplex látásvizsgálatot végez. Rúzsa Erika üzletveze-

tő ismertette, hogy a gép segítségével garantáltan fájdalommentes, „nonkontakt” szemnyomásmérést is végeznek. „Megbeszéljük, hogy ki melyik eredményekre kíváncsi, de igény esetén komplex szemvizsgálatot is végzünk, ingyen.” A vezetőnő elmondta, nemcsak a látásromlást vizsgálják meg, hanem például felméri az üvegest állapotot, a szemlencse állapotot, a csarnokzug mélységet és szöget. „Ez a gép egy

teljes szemészeti osztályt tud kiváltani.” Rúzsa Erika hangsúlyozta, a vizsgálat fájdalommentes, és csöpögtetni se kell. Amennyiben a látogató igényli, akár meg is kezdenek a szemüveg elkészítés folyamatát. Az Újpest Kártya tulajdonosai 20 százalék kedvezményt vehetnek igénybe, de egyéb akciókat is kínálnak. „A szemüvegekészítettség most 20 százalékkal kedvezőbb, lencsére pedig 30 százalék kedvezményt biztosítunk. A saját márkás keretek pedig 40 százalékkal olcsóbbak, a kedvezmények összeszerezhetőek.” Rúzsa Erika szerint annyira sok szeretetet és figyelmet kap a személye és a vállalkozása Újpesttől, hogy szeretne ő is adni a városnak. Mindenkit szeretettel várnak szeptember 28-án és 29-én fél 10-től 19.30-ig. Szeptember 30-án fél 10-től 17.30-ig vehető igénybe az ingyenes látásvizsgálat, míg szeptember 31-én 9-től 14.30-ig nyitja ki kapuit az optika. **BJ**

## ISMÉT INGYENES ANYAJEGYSZŰRÉS

**Ahogy huszonöt éve valamennyi Újpesti Városnapokon, úgy idén se maradhat el dr. Ihász Judit bőrgyógyász-onkológus ingyenes anyajegyszűrése az Újpesti Városnapokon. Augusztus 31-én szombaton, 10 órától lányával, dr. Piros Anna bőrgyógyással együtt a szokásos helyen, az Ifjúsági Házban tartják a szűrővizsgálatot.**

Az ingyenes anyajegyszűrésen valamennyi újpesti polgár részt vehet. Valamennyi páciens dokumentációt kap a problémájáról. Dr. Ihász Judit az Újpest Médianak elmondta, amennyiben szükséges, a páciens továbbirányítja a megfelelő intézménybe. Ahogy eddig is történt, akiknél kisebb elváltozást tapasztal a neves bőrgyógyász, a szakrendelőbe küldi, akinél komolyabb probléma

van, az Országos Onkológiai Intézetbe, vagy a SOTE Bőrgyógyászati Klinikára irányítja. Dr. Ihász Judit hangsúlyozta, a Városnapokon az anyajegyszűrésen van a hangsúly. „A szűrővizsgálat rendkívül fontos, így előzhető meg a betegségek. Ráadásul a prevenciónál olcsóbb megoldás nincs.” Az ingyenes anyajegyszűrés augusztus 31-én, szombaton 10-től 16 óráig vehető igénybe. **ÚN**

## Óriási öröm újra hallani

Alig látható, dán, ReSound prémium hallókészülékek állami támogatással.

Egyeztessen időpontot díjmentes hallásvizsgálatra és tesztelje készülékeinket 2 hetes ingyenes próbahordáson.

20 év alatt több ezer embernek segítettünk már megoldani a hallásproblémáját.



+36 (70) 905-2522  
www.bekashallascentrum.hu



## ÚJPESTI FELHŐN SZÁLLÓK A VÁROSNAPOKON IS! HA PANASZKODNA A KAMASZ

**Ahogy azt megszokhattuk és megszerettük, ismét megnyitja kapuját az Újpesti Felhőn Szállók tinsátra a Városnapokon. Panasz, lelkezés vagy egy jó szó és önfelelt lazítás: az Újpesti Felhőn Szállók csapata bárkit örömmel meghallgat.**

Az Újpesti Felhőn Szállók Programot (ÚFSZ) az újpesti önkormányzat hívta életre 2022 augusztusában. Olyan komplex segítségnyújtási programot dolgoztak ki, amely a 14-18 éves kamaszokat és szüleiket képes megszólítani. Röpké két év alatt megkerülhetetlen tényezővé vált az ÚFSZ a kerületben, sőt, Budapest-szerte is. Idén szeptembertől pedig kiterjesztik az általános iskolások számára is ezt a rendkívül átfogó és szerteágazó projektet. Andula Zsuzsanna mentálhigiénés segítő, az ÚFSZ egyik megálmodója kérdésünkre elmondta, hogy itt, a Városna-

pokon mutatják be és ismertetik az Újpesti Felhőn Szállók következő évi célkitűzéseit és programját. Az egyik legnagyobb vállalásuk – természetesen az eddigiek mellett – az általános iskolások és szüleik felkarolása és segítése. Tervezik, hogy középiskolai felvételi kurzusokat indítanak, hogy segítsék a szülőket és a nyolcadikosokat a korántsem egyszerű felvételi procedúrában. S természetesen az ÚFSZ többi pillére is folytatódik szeptembertől. Lesz Szülői Akadémia



értékes előadásokkal. Várják a középiskolásokat a Rendhagyó Osztályfőnöki Óra előadásaira a Bródy Imre gimnázium drámatagozata előadásaira. Megújul az Ifjúsági Centrum az Újpesti Kulturális Központban, ahova az újpesti fiatalok segítségével fordulhatnak, s ahol pszichológusok, mentálhigiénés szakemberek segítségével egyéni és személyes traumafeldolgozás zajlik, egyedülálló terápiás módszerekkel.

Ami pedig az Újpesti Városnapokat illeti: ismét várja az ÚFSZ-team a kamaszokat és szüleiket. Andula Zsuzsanna mentálhigiénés segítő és Varga Brigitta rendőr főhadnagy a felhőn szállók saját és jellegzetes sátrában várja a kamaszokat, hogy kötetlen formában dumálhassanak egyet az „élet nagy dolgaíró” vagy akár komoly problémákról, ha kell. Természetesen velük lesz a Városnapokon is dr. Duró Zsuzsa személyiségfejlesztő és szakpszichológus, aki okkal és joggal vált mára az Újpesti Felhőn Szállók egyik meghatározó arcává. **BJ**

## ÚJ NYOMOZÓS JÁTÉK MUTATKOZIK BE

**„Ami Újpesten történt...” ez a neve annak az új kihívásnak, amely a Városnapokon debütál. Miközben a résztvevők közösen oldják meg a rejtélyeket, bejárják a várost, történelmi, kulturális és sporttörténelmi érdekességeket ismerhetnek meg. Induljon az új, kerületi „geocaching” és színházi detektívjáték!**

**A**z interaktív felfedező kihívás egyik alkotója, Hirmann Blanka mutatta be a teljesen új projektet. Az „Ami Újpesten történt...” című játék az elismert újpesti író, Tompa Andrea *Andor látogatása* című novelláján alapul. Ez a novella az Újpest Nagyregény című kötetben jelent meg, a Jurányi Előadósín-

ház pedig összművészeti pályázatot hirdetett meg. Blanka és társai, az Offroad Kollektíva a pályázat nyerteseként alkotta meg ezt a teljesen előzmény nélküli, színházi nyomozójátékot, amelynek Újpest a témája, és Újpesten, a Városnapokon mutatkozik be. A játékot egyaránt inspirálta kerületünk történelme és Tom-

pa Andrea novellája. Az „Ami Újpesten történt...” az Újpesti Városnapokon mutatkozik be, s a résztvevők olyan remek családi, baráti programba kapcsolódhatnak be, amely során kultúr- és sporttörténelmi információkat is kaphatnak a kerületről. Az interaktív játék alatt bár feladatokat kell megoldani, mégsem teremt versenyhelyzetet, sokkal inkább a felfedezés élményét nyújtja. A résztvevők olyan kijelölt útvonalakat járhatnak be, amelyek révén feltáruulnak a város jellegzetes épületei, terei. A Tompa Andrea novelláján ala-

puló játékon bárki részt vehet, azonban regisztrációhoz kötött. A kihívás körülbelül 90 perces, Újpest közterein zajlik. A részvétel ingyenes, de regisztrációhoz kötött.

A regisztrálóknak automatikusan elküldik Tompa Andrea novelláját. A játék premiere szeptember 1-én lesz, 16 órai kezdettel. Arra kéri a résztvevőket, hogy az előzetes regisztrációt követően 15.30-kor gyülekezzenek az újpesti Károlyi István iskola épülete előtt, kényelmes, „sétalós” ruhában. **BJ**

# SZTÁRVENDÉGGEL ÉRKEZIK A NEMZETISÉGEK NAPJA

**Az Újpesti Városnapok zárónapján, vasárnap hagyományosan a kerületben élő nemzetiségek kerülnek reflektorfénybe, akik Újpest alapítása óta szerves és fontos részét képezik a helyi közösségnek.**



A nap során az újpesti nemzetiségi önkormányzatok kitelepülésekkel várják az érdeklődőket a Szent István téren, akik belekóstolhatnak a különböző kultúrák hagyományába, zenéjébe és gasztronómiájába (utóbbi esetben szó szerint kell érteni a kóstolást...).

A Városnapok színpadán egész nap a különböző nemzetiségek zenés, táncos produkcióit láthatja a közönség: fellép az Ozvena Budapesti Szlovák Kórus, az Ukrán Hagományok Háza gyermektánc csoportja, a Meybahar görög együttes és a Helidonaki táncegyüttes. Lesz Akropolis Kompania görög táncműsorral, táncos és zenés műsorral ké-

szül az Újpesti Német Nemzetiségi Önkormányzat, az Újpesti Lengyel Nemzetiségi Önkormányzat képviselőjében pedig a Deák család ad elő zenés produkciót.

A vasárnap estét – egyben a Városnapok programját – igazi nemzetközi sztár, a szerb roma trombitaművész Boban Marković és együttese zárják, akik feledhetetlen balkáni kavalkádot varázsolnak majd Újpest főterére. Az egyebek mellett Emir Kusturica filmzenéiről is ismert dzsesszlegenda újpesti fellépésével a nemzetiségek napja szervezőinek régi álma valósult meg, ugyanis is a kezdetektől szerettek volna egy nemzetközileg elismert művészt vendégül látni. Marković koncertjét az Újpesti Szerb Nemzetiségi Önkormányzat segítségével sikerült megszervezni.

Újpest Önkormányzata kiemelt figyelmet fordít rá, hogy az itt élő nemzetiségek rendszeresen megjelenjenek a kerület életében. Számos kulturális program szervezését segítik és támogatják anyagilag, ezek közé tartozik például az öt nemzetiségi önkormányzat összefogásával megvalósuló nemzetiségi advent decemberben, illetve a tavaszi balkán est. RD

# JUBILEUMI KÁNTORKONCERT A NAGYZSINAGÓGÁBAN

**Komoly hagyomány, hiszen 15 éves idén a Kántorkoncert, amit rendszerint az Újpesti Nagyzsinagógában rendeznek meg, az Újpesti Városnapok záróakkordjaként. Idén szeptember 1-én, 18 órai kezdettel várják a kántorzene és a neológ dallamok kedvelőit a Nagyzsinagógába.**

Székelyhidi Hajnalka, a Kántorkoncert egyik alapító-szervezője az Újpest Média-nak elmondta, idén egy neves izraeli kántor, Chaim Stern mutatkozik be az újpesti zsinagóga falai között. A 27 éves Stern korábban fellépett már a Művészetek Palotájában, s jelenleg a Münchener Nagyzsinagóga kántora. Székelyhidi Hajnalka szerint rendkívüli karrier áll az ifjú kántor előtt, aki a legendás Mojse Stern főkántor leszármazottja. Az alapítónő hangsúlyozta, a Kántorkoncert egyik alapvető eleme, hogy új, fiatal tehetségeknek biztosítanak bemutatkozási lehetőséget. Emlékeztetett rá, 15 évvel ezelőtt, a

Kántorkoncert indulásakor még Zucker Immanuel főkántor is pályakezdő volt. Ugyanez mondható el a többi neves fellépőre, hiszen Fekete László mára főkántor lett, Budai Miklós főkántor pedig már oktat az Országos Rabbiképző – Zsidó Egyetemen. A hallgatók idén is számíthatnak a Dohány utca egyik kántora, Rudas Dániel fellépésére.

Ami a programot illeti, Székelyhidi Hajnalka arról tájékoztatót, hogy idén is XIX.-XX. századi kántorzene, kántorima csendül fel, mely által a neológ zsidóság egyházi dallamaival ismerkedhetnek a résztvevők, olyan ifjú zeneszerzők alkotásai révén, mint Sol-



ti Árpád vagy Bucz Magor. A hangverseny második részében pedig – a hagyományokhoz híven – népszerű dallamok következnek. Elhangzik a Nyomorultak című musicalből Jean Valjean imája, francia sanzonokat mutatnak be, majd Chaim Stern adja elő Nino Rota klasszikusát, a Keresztapa film egyik dalát. A Kántorkoncerten idén is a MÁV Szimfonikusok kísérik a szólistákat, Török Levente karmester vezetésével. Az idei újpesti Kántorkoncert immár bekerült a Zsidó Kulturális Fesztivál programjába, létrejöttét a Magyarországi Zsidó Hitközségek Szövetsége és Újpest Önkormányzata támogatja. BJ

# BOROK, DALOK, JÓ FALATOK

## HETEDJÉRE IS BORVÍKEND!



Idén hetedik alkalommal kerül megrendezésre Újpest egyik legnépszerűbb eseménye, az Újpesti BorVíkend. Ma már alig találkozunk olyan emberrel a kerületben, aki ne vett volna részt legalább egy fesztiválon. Szeptember 13. és 15. között pedig ismét benépesül a Szent István tér. Ennek örömeire most áttekintjük az esemény történetét és a hozzá kapcsolódó legfontosabb programokat.

### A KEZDETEK

Az Újpesti BorVíkend 2018-ban indult útjára, igaz, akkor még csupán egyetlen napot ölelt fel és pár pince kitelepülését jelentette. Azóta a program háromnapossá bővült és 2023-ban rekordot döntött, hiszen közel 10000 ember jelent meg a téren a hétvége alatt. A BorVíkenden 30 borászat, két pálinkárium, számos gasztró és kézműves kiállító volt jelen.

### A SZORTIMENT

A BorVíkenden megjelenő kiállítókat a sokszínűség jellemzi: a jól ismert, visszatérő pincészetek mellett minden évben új borászatokkal is megismer-

kedhetnek az érdeklődők. Az eseményen szinte minden hazai borrégió képviseli magát, így a nagyobb pincék mellett a kisebbek is megmutathatják magukat. A borászatok mellett kiváló gasztró kiállítókkal is találkozhatunk. A tavalyi év újítása a Városháza mögött kialakított Street food udvar volt, ahol többek között a borokhoz is passzoló ételeket kóstolhatunk meg. Nem szabad elfeledkezni a csodálatos kézműves kiállítókról sem, akik gyönyörű portékáikkal emelik a BorVíkend színvonalát.

### A PROGRAMOK

A háromnapos eseményen mindig más kerül a középpontba. A pénteki és szombati nap a zenéről és a buliról szól, a vasárnap pedig minden évben a családookról és a gyermekekről. A háromnapos programon a kiváló magyar zenék mellett élő jazz is szórakoztatja a közönséget. Minden este tombolasorsolással zárul, vasárnap pedig kiderül melyik tétel lesz a következő évi Újpest Város Bora.

### ÚJPEST VÁROS BORA

Az eseményen már hagyománynak mondható Újpest Város Borának kiválasztása is: a résztvevők minden évben négy tétel közül dönthetik el azt, hogy melyik bor képvisel-



SZEPTEMBER 13. - 14. - 15.

# ÚJPESTI BORVÍKEND

SZENT ISTVÁN TÉR,  
ÚJPEST

@BORVIKEND  
UJPESTIBORVIKEND  
UJPESTIBORVIKEND.COM



VASÁRNAP  
GYEREKPROGRAMOK!



je városunkat a következő évben. A szakmai grémium által előszűrt négy tételt a látogatók a borászatok standjainál tudják megkóstolni és utána szavazni a számukra legjobbra. A szavazók között értékes nyeremények kerülnek kiosztásra az esték folyamán. Talaly az Újpest Város Bora címet a Havas & Tímár Pincészet 2019-es 100% cabernet franc-

ból készült „Franom” nevet viselő bora nyerte el. Külön jó hír, hogy idén már a kerület több éttermében is megvásárolható a 2024-es év Újpest Város Bora.

A szervezők 2024-ben is sok szeretettel várnak minden érdeklődőt a Szent István tere. Találkozunk, koccintsunk és éljük át az igazi borélményt idén is együtt, Újpesten!

HORNÁK-KÖVI FRANCISKA



# VIRÁG ÉS PELIKÁN

- Virág elvtárs, kérdeznék valamit!
- Kérdezzen, Pelikán.
- Virág elvtárs, tessék nekem megmondani, elfoglaltuk már ezt a Brüsszelt?
- Még nem, de már bent vagyunk, Pelikán, bent vagyunk, és ez a lényeg!
- Szóval akkor már a miénk?
- A nemzetközi helyzet fokozódik, Pelikán! De miért érdeklis ez magát ennyire?
- Tetszik tudni, úgy volt, hogy én is megyek ebbe a Brüsszelbe...
- Nyugalom, Pelikán, nyugalom! Nem megy sehova!
- Hál' Istennek! Már komolyan aggódtam...
- Ne féljen, amíg minket lát, Pelikán!
- Azt tetszik mondani? Jó, akkor nem félek.
- Akkor se féljen, amikor nem lát minket.
- Akkor nem is szoktam... De mi van most ezzel a Brüsszellel? Úgy hallottam, van egy saját frakciónk, csak nem mi vezetjük.
- Jól tudja, Pelikán! Szeretett vezérünk összegyűjtött egy saját frakciót. A miénk a harmadik legerősebb frakció!
- Akkor mi most bronzérmesek vagyunk, mint az a két magyar lány, párbajtőrben meg sportpisztolyban?
- Pelikán! Brüsszel nem Párizs! Brüsszelben nincs olimpia!
- Tudom, Virág elvtárs, Brüsszelben mi háborúzunk...
- Miről beszél, Pelikán? Mi nem háborúzunk, mi békepártiak vagyunk, nem háborúpártiak!
- Értem! Illetve nem értem! Ha mi békepártiak vagyunk, akkor miért akarja a szeretett hadügyminiszterünk, hogy álljak be katonának?
- Pelikán! Senki nem akarja, hogy maga katona legyen! Honnan veszi ezt?
- Hát ezekkel a toborzó plakátokkal van tele a város.
- Az nem magának szól!
- Azért ez nekem egy kicsit rosszul esik, Virág elvtárs!
- Miért?
- Hát, mert akkor azt a felhívást, hogy „Legyél te is egy a legjobbak közül” úgy kell értenem, hogy „Legyél te is egy a legjobbak közül, kivéve Pelikán Józsefet”?
- Ne érzékenykedjen, Pelikán! Maga már idősebb annál, hogy katonáskodjon. Ez a kérés a fiataloknak szól!
- Akkor jó! És Budapest? Az legalább a miénk lett?
- Az sem teljesen. Nem mi adjuk a főpolgármestert, de erős frakciónk van ott is. És mielőtt rákérdezne, most oda se megy.
- Ez megnyugtató! Tehát nem megyek se Brüsszelbe, se a hadseregbe, se a fővárosba!
- Most nem megy sehová Pelikán! Menjen haza! De egyszer majd kérünk magától valamit...

# KÉPVISELŐI NAPLÓ

**B**arátaim, örömmre szolgál, hogy a nyári szünet után újra lehetőségem nyílik írni nektek. Mielőtt azonban belevágnék, mindenképpen szeretnék gratulálni a magyar olimpiai küldöttségnek és az újpesti sportolóknak!

Az olimpiai csapat minden egyes tagja példakép lehet a fiatalabb generáció számára, hiszen megmutatták, hogy a sikerhez vezető út nem könnyű, de a kitartás végül mindig megtérül. Sportolóink minden tagjának gratulálok, nemcsak azoknak, akik érmekeket és pontokat szereztek, hanem azoknak is, akik nap mint nap keményen dolgoznak azért, hogy a legjobbak közé kerülhessenek. Az ő elszántságuk, kitartásuk és áldozatkészségük inspiráló mindannyiunk számára.

Mi, Újpestért dolgozó vezetők szolgáljuk a kerület lakosságát. Tudjuk azt is, hogy a családjaink egy része magára marad gondjaival, amit nem tud megoldani minden egyes nap, ezért reménykednek közösségünk segítségével. Újpest Önkormányzata kiemelten kezeli a társadalmi felelősségvállalást, és ennek jegyében idén is támogatást nyújt az iskolakezdéshez. Az egyedülálló és a rászoruló családoknak ez egy jelentős segítség, ami elviselhetőbbé teheti a tanévkezdés anyagi terheit.

Tudom sok családban rövidebb lett idén a nyaralás, ráadásul rekkenő hőségben kellett programot, hasznos időtöltést találnotok. Jó ötlet volt a játszótérek árnyékolása napvitorlával, az ivókutak biztosítása a kutyafuttatókban, a párapadok létesítése, melyek hűsítő menedéket nyújtottak a forró nyári napokon mindenkinek.



Újpesti polgárként is örömmel tölt el, ahogy sorra újulnak meg parkjaink, újabb és újabb zöldterületekkel gyarapodik a kerület, ez teszi Újpestet szerethető várossá.

Az Aktív Főtér népszerű helyszíne volt a nyárnak. Itt a mozgás szerelmesei találkozhattak, kipróbálhatták a különböző sporteszközöket, vagy mozgásos órákkal tarkított programokon vehettek részt. Most új programok érkeznek a Főtérre!

Találkozunk az Újpesti Városnapokon, ahol színvonalas koncertek, gasztronómiai különlegességek várnak ránk. Kíváncsi vagyok a véleményetekre: mondjátok el személyesen a fogadóórán, vagy írjatok a [kepviselo@varju.hu](mailto:kepviselo@varju.hu) e-mail címre.

Barátaim, kívánok Nektek jó pihenést a nyár utolsó heteire, kérlek benneteket, kövessétek figyelemmel továbbra is a munkámat!

VARJU LÁSZLÓ képviselő,  
11. sz. országgyűlési egyéni választókerület, Budapest

## EREDMÉNYEINK A PÁRIZSI OLIMPIÁN

## „ARANYOS LÁNYOK” ÉS KAJAKOS EZÜST

A francia fővárosban, július 26. és augusztus 11. között rendezett XXXIII. ötkarikás játékokon 13 sportoló képviselte Újpestet (beleértve a női vízilabda-válogatottban szereplő játékosokat is). A szám nem bizonyult balszerencsésnek: a magyar küldöttség 6 aranyérméből kettőt (mindkét női aranyunkat) az UTE színeiben induló versenyzők nyerték meg és egy ezüst is ékesíti a lila-fehéreket. Összeszedtük, milyen helyezést értek el Párizsban Újpest olimpikonjai.

Az idei ötkarikás játékok talán legnagyobb meglepetését hozta a 18 éves Márton Viviana, aki hihetetlen elszántsággal és küzdőtudással lett a 67 kilogrammos női taekwondo olimpiai bajnoka, ezzel megszerezte a sportág első magyar (arany)érmét. Viviana – csakúgy, mint az 57 kilósok között versenyző ikertestvére, Luana – Tenerifén született magyar sportoló szülők gyermekeként, Madridban él, és idén februárban lett az UTE sportolója. Ugyan Spanyolország is felajánlotta a csodaikrek számára, hogy versenyezzenek a nemzeti színeikben, ők Magyarországot választották.

Hasonlóan bravúros eredményt ért el Gulyás Michelle, aki nemcsak aranyérmet szerzett női öttusában, de 1461 pontos eredményével világcsúcsot állított fel. A 23 éves sportolónő 2020 óta versenyez lila-fehér színekben, civilben pedig rendőr hadnagy, aki hamarosan a Nemzeti Közszerződés Egyetem mesterszakán folytatja tanulmányait, ahol a kiberbűnözés szakterületével foglalkozik. Gulyás két évtized után szerzett magyar színekben öttusa aranyérmet, és biztosan beírta magát a sportág történetébe, ugyanis ő az utolsó női sportoló, aki úgy lett olimpiai bajnok, hogy a versenyben a lovaglás is szerepelt.

Újpest Önkormányzata úgy döntött, az Újpest díszpolgára címet adományozza Márton Vivianának és Gulyás Michelle-nek, melyet augusztus 30-án, a Városnapok keretén belül adnak át hivatalosan minden kitüntetettnek.

A harmadik újpesti érem tulajdonosa Tótka Sándor, aki három éve Tokióban aranyérmes lett férfi kajak 200 méter egyesben, most pedig Nádas Bencével közösen az 500 méteres kajak kettesben ezüstérmet szerzett. A 30 éves kajakos im-



már tíz éve az UTE színeiben versenyez és 2021-es olimpiai győzelmét követően Újpest díszpolgárává választották. Tótka 500 méter kajak négyesben is indult a magyar férfi csapat tagjaként – Nádas Bencével, Csizmadia Kolossal és Kuli Istvánnal közösen –, akik a 7. helyen végeztek.

Utolsó olimpiáján szállt medencébe az UTE úszóklasszisa, Újpest díszpolgára, Kapás Boglárka. A 31 éves, egyebek mellett olimpiai bronzérmes, világbajnok és hétszeres Európa-bajnok úszónő 200 méteres női pillangóúszásban versenyzett Párizsban, azonban nem jutott be a szám döntőjébe, összesítve a 14. helyen végzett a mezőnyben.

Szintén a 14. helyet szerezte meg, így nem jutott a döntőbe 200 méter női gyorsúszásban Ábrahám Minna, az UTE 18 éves reménysége, aki 2022-ben bronzérmet

szerzett az Európa-bajnokságon. Minna két csapatszámban is indult, Pádár Nikolettrel, Késely Ajnával és Ugrai Pannával 4x200 méteres gyorsváltóban 6. helyezést, Senánszky Petrával, Ugrai Pannával és Pádár Nikolettrel pedig 4x100 méteres gyorsváltóban 10. helyezést értek el. A férfi úszók között a 21 éves Zombori Gábor képviselte a lila-fehéreket, aki 400 méteres gyorsúszásban 14. helyezést ért el, 200 méteres gyorsúszásban pedig betegség miatt sajnos nem tudott rajthoz állni.

A férfi öttusázók között a 24 éves Szép Balázs indult újpesti színekben az olimpián, ahol sikeresen bejutott a döntőbe és végül a 10. helyen végzett. Kevésbé sikerült szerencsésen a párizsi megmérettetés Péni Istvánnak, az UTE 27 éves világbajnok sportlövőjének, aki a 10 méteres légpuska-, az 50 méteres sportpuska összetett versenyben, és a 10 méteres légpuska vegyes csapatversenyben – Mészáros Eszterrel párban – sem jutott a döntőbe.

Nagy Bernadett, a lilák 76 kilogrammos súlycsoportban szereplő, kétszeres Eb-bronzérmes birkózója idén debütált az olimpián, de sajnos rögtön az első mérkőzésén kikapott az U23-as világbajnok indiai Reetika Reetika ellen. A 23 éves birkózó, akinek karrierjét korábban majdnem derékba törte egy súlyos térsérülés, végül a 13. helyen végzett. A magyar olimpiai delegáció legidősebb tagja, a 39 éves távgyalogló Madarász Viktória 1997-ben, az UTE-ban kezdte a karrierjét, ahol 2004-ig versenyzett, majd 2014-ben, tíz év kihagyás után visszatért Újpestre. Az Európa-bajnoki bronzérmes távgyalogló a párizsi ötkarikás játékokon női gyaloglásban a 42. helyezést érte el.

Három UVSE játékos, a 23 éves Magyarai Alda, a szintén 23 éves Faragó Kamilla és a 24 éves Rybanska Natasa képviselte Újpestet a női vízilabda-válogatottban, mely a negyedöntőben 5-4-re kikapott az Egyesült Államok csapatától, így az 5-8. helyért játszhattak. Végül Olaszország legyőzésével (büntetővel 15-12) sikerült kiharcolniuk a magyar lányoknak az 5. helyezést. RD

# TÖRTÉNELMET ÍRT AZ UTE TAEKWONDÓSA

**A 18 éves magyar lány az egész országot megdöbben-tette azzal, hogy múlt héten, pénteken este aranyér-met nyert a párizsi olimpián. A magyar taekwondo első olimpiai érmét szerző Márton Viviana fiatal kora ellené-re hosszú évek óta dolgozott azért, hogy 2024. augusztus 9-én a csúcsra érjen.**

A szülők, a korábban kick-boxot úzó Márton Zsolt és az exkézilabdázó Barbara az évezred elején költöztek a Kanári-szigetekre, majd Tenerifén, 2006. február 16-án megszülettek a Márton ikrek. Viviana és Luana gyermekkorukban rengeteg sportágat kipróbáltak Spanyolországban, végül tízéves korukban döntöttek a taekwondo mellett, miután egy ismert edző, Jesus Ramal felfigyelt a tehetségükre. A spanyol tréner hatására a család 2018-ban Madridba költözött, hogy a testvérek a madridi Hankuk International Schoolon tanulhassanak és edzhessenek.

A spanyol fővárosban aztán a versenyzőként két olimpián is részt vett, finn Suvi Mikkonen lett a Márton ikrek edzője, és az utánpótlás versenyeken sorra érték el a sikereket. A spanyolok szeretnék volna, ha mindezt spanyol színekben teszik, ám a szülők ragaszkodtak ahhoz, hogy a lányok - az UTE versenyzőjeként - Magyarországot képviseljék a nemzetközi versenyeken.

Már az elmúlt években is komoly eredményeket ért el Viviana, 2019-ben kadét Európa-bajnok, 2021-ben és tavaly augusztusban junior Európa-bajnok lett 63 kg-os súlycsoportban, 2023 decemberében pedig úgy nyerte meg a bukaresti U21-es Eb-t a 62 kg-os kategóriában, hogy éppen Luana ellen vívta a döntőt ám a testvére Viviana javára visszalépett.

## ESÉLYESEBBNEK TARTOTT RIVÁLISOKAT GYŐZÖTT LE AZ OLIMPIÁN

Pénteken már az olimpiára kellett koncentrálnia, hiszen aznap rendezték a női 67 kilogrammos súlycsoport versenyszámát Párizsban. Márton

tes és kétszeres Eb-harmadik, szerb Alekszandra Perisicset győzte le.

Mindezt tette egyre magabiztosabb küzdelemben, egyre felszabadultabban. Mint elmondta az eredményhirdetés után, a döntőbe jutással leke-rült róla teljesen a teher, és csak élvezni akarta élete legfontosabb mérkőzését. A finálé előtt még aludt is egy fél órát és zenét hallgatott, ez is mutatja, mennyire nyugodt volt. Ahogyan az is, hogy milyen boldogan lépett fel a tatami-

ken nagy dolgokra lehet képes, mert szinte pontosan ugyanolyan lány, mint a Tokióban a finn edző által ezüstéremig vezetett, spanyol, akkor 17 éves Adriana Cerezo. Márton Luana pedig elmondta az interjújában, hogy látta a testvérén a hatalmas energiát egész pénteken, és míg ő végig izgult és fájt a feje, addig Viviana tényleg felszabadultan teljesített a nap során.

A Los Angeles-i olimpiát az ikertestvérével megcélzó Luana a szüleikkel együtt nézte a küz-



Viviana a nyolcaddöntőben a kétszeres olimpiai bronzérmes elefántcsontparti Ruth Gbagbit, a negyeddöntőben az amerikai Kristina Teachoutot, az elődöntőben az első helyen kiemelt, tavaly Grand Prix-győztes, 2022-ben világbajnok, belga Sarah Chaarit, a döntőben pedig a világbajnoki ezüstérmes, Európa Játékok-győz-

te. Ott aztán nagyon könnyedén győzte le a szerb ellenfelet, majd jöhetett az örömtánc két - egy magyar, és egy Kanári-szigeteki - zászlóval.

## NAGY DOLGOKRA KÉPES

Az eredményhirdetésre várakozva Suvi Mikkonen arról beszélt, hogy érezte Márton Vivianában, hogy pénte-

delmeket, Márton Zsolt és Barbara is majd' kiugrott a bőrből a siker láttán. Az édesanya jelenléte azért is lehetett fontos Márton Vivianának, mert az ő „krumplipüré rántott hússal” fogása a bevált recept egy-egy versenye után, bár az olimpiai bajnok taekwondós este egy hamburgert szeretett volna minél hamarabb megenni. GG

# VILÁGCSÚCCSAL OLIMPIAI BAJNOK AZ ÚJPESTI ÖTTUSÁZÓ

**Szenzációsan zárult a 2024-es olimpia a magyar küldöttség számára: az UTE versenyzője, Gulyás Michelle lett a női öttusa olimpiai bajnok! Az egyéniben kétszeres világbajnoki- és egyszeres Európa-bajnoki újpesti sportoló a tokiói olimpián 12. helyen zárt, ezúttal viszont a női öttusa egyik esélyeseként érkezett. Nem okozott csalódást.**

A verseny első akadályát, a körvívást sikerült a második helyen zárnia 245 ponttal, majd hibátlanul lovagolt, és a negyedik legjobb időt úszta. A kombinált számnak a második helyről vágott neki, de már az első lövészet után az élre állt, majd ott is maradt. Olimpiai bajnok lett. Ráadásul mindezt világrekordot jelentő, 1461 pontos teljesítménnyel, 18 pontot „verve” a korábbi csúcsra.

„Az utolsó lövészetig igyekeztem kizárni, hogy egy olimpián vagyok, és aranyérmes lehetek, de azt tudtam, hogy amennyiben minden számban kihozom magamból, amit tudok, akkor jó lehetek” – nyilatkozta győzelme után Gulyás Michelle. „Arra számítottam, hogy hatalmas futóverseny lesz a végén, de szerencsére a riválisok nem lóttek olyan jól. A lovaglás után lekerült rólam egy teher, és onnan jobban tudtam élvezni a versenyt. A vetélytársakra nem figyeltem, csak magamra koncentráltam egész nap. Céлом volt, hogy hibátlan lovaglással zárjak, ha már ez volt az utolsó lovasversenym. A végén pedig, a záró lövészet után tudtam, ha belehalok, letörik mindkét lábam és lefújja a szél a karomat, akkor is nyernem kell. Úgy éreztem, hogy most Usain Boltot is le tudtam volna futni.”

## MICHELLE NAGY UTAZÁSA

Az első dolog, ami szemet szúrhat Gulyás Michelle életével kapcsolatban, az az, hogy Londonban született. Ezzel kapcsolatban Gulyás elmondta, hogy az édesapja munkája miatt hosszabb időt élt a csa-



lád külföldön, és sokat is utaztak. Igazi nemzetközi gyermekként adatott meg neki, Olaszországban járt óvodába, illetve Szlovéniában, Ljubljanában kezdte meg az általános iskolát, párhuzamosan pedig különböző vizsgákra hazajárt, amire az édesanyja készítette fel. A sporttal kapcsolatban Gulyás első útja nem az öttusázókhoz vezetett gyerekként, sportpályafutását, de leginkább a sporttal való megismerkedését szertornászként kezdte. Ebbe a sportágba annyira beleszeretett, hogy 6 éven keresztül megragadt a tornateremben, majd ekkor váltott, és a Honvédban magasugró volt, ezt követően pedig 11 évesen kezdett öttusázni a KSI-ben. Végül innen már más sportághoz nem vezetett az útja, azonban egy fontos változás mégiscsak volt klubszinten, 2020 november óta az UTE öttusázója.

## SPORTOS CSALÁD

A Gulyás családban mindig is fontos szerepe volt a mozgásnak, Michelle szülei egész életükben „hobbisportoltak”, bár ők nem ragadtak meg egy sportágnál, de ez abban segítette a szülőket, hogy mind a három gyermeküknek átadják a sport szeretetét. Michelle két évvel idősebb nővére együtt szertornázott gyerekként a most már friss olimpia bajnok testvérével, azonban tesójával ellentétben ő tovább

folytatta, végül egy esést követő sérülés után a sportlövészetre váltott. A harmadik testvér, Michelle öccse is öttusázott, miatta kezdte el ezt a sportágot. Végül az öccse nem maradt meg az öttusában, mert a tanulmányai olyan irányt vettek, amibe már nem fért bele a versenysport. Ahogy Gulyás Michelle is fogalmaz ezzel kapcsolatban: Az öttusa annyira sok időt felemészt, hogy nagyon kevés ember tud érte ekkora áldozatot hozni.

## BAJNOKI MONDATOK

„Úgy összeszedtem magam mentálisan és fizikailag is erre a versenyre, mint még soha, minden segítséget megkaptam, és szerencsére ezzel élni is tudtam. Elég mélyről jöttem fel, de sikerült olyan erőt gyűjteni, amely mindenkit meglepett körülöttem is, nagyon boldog vagyok, hogy mindenki ennyire örült a sikeremnek, amit közösen értünk el. Nem hittem volna, hogy világcsúccsal tudok zárni, de nagyon örülök, hogy ez is sikerült. Szeretném, hogy a jövőben a lovaglás is benne maradjon az életemben, de nyilvánvalóan olyan sok lovasedzésen már nem tudok részt venni így, hogy az akadályverseny átveszi a helyét.”

## KEMÉNY CSAJ

Tibolya Péter, a bajnok edzője így fogalmazott: «Aligha akad nála keményebb és nagyobb munkabírási versenyző a sportágban». Tibolya nem a levegőbe beszélt. Gulyás Michelle a heti négyszeri reggeli úszására 5.15-kor kel, majd hatkor kezdődik az úszóedzés a Duna Arénában. Hétfő, szerda, péntekenként hat edzése van, ezeken úszással kezd, 9-től lovaglás, majd kondiedzés következik, aztán egy futás és lövészet jön. Így délutánra már „csak” a vívás marad. Kedden és csütörtökön az egyetemen tanul, nyomozóként végzett, már rendőr hadnagy. Ilyenkor szintén reggeli úszás, majd futás-lövészet jön lézerrel egyben, iskolai teendőik, délután pedig vívás ismét. GG

## RENGETEG SZÍNT, ÚJ, KREATÍV NÖVÉNYEKET ÉS 3D-S VIRÁGÁGYÁSOKAT TERVEZ ÚJPEST TÁJÉPÍTÉSZE

# „MI VAGYUNK A VÁROS SZÍNES CERUZÁI”



**Új parkfenntartás vezető érkezett Újpestre tavaly tavasszal. Majkút Gabriella és csapata munkája máris meglát-szik a városképen, minden eddiginél ötletesebb és szín-pompásabb virágágyások és tájépítészeti megoldások lepték el a várost. A vezetőnő rengeteg színt, mozgalmasságot és 3D-s virágágyásokat tervez a jövőben is.**

– Tavaly tavasszal csatlako-zott az Újpesti Városgondnok-ság csapatához tájépítésként. Mi az új koncepciója?

– Parkfenntartás vezetőként az első tervem a területek meg- ismerése után az volt, hogy az egyenári ágyások növényhasz-nálatát, megjelenését alapjai-ban tervezzem át, hogy színt, mozgalmasságot vigyek az egyébként jól elhelyezett, for-más egy- és kétnyári virágágyá-sokba, kilépve ezáltal a mono-kultúrás koncepcióból. Mindez a növényalkalmazás átgondolá-sával, jól megválasztott magas-ságokkal és ültetési távolságok-kal tökéletesen kivitelezhető feladat. A legfontosabb alapely, melyeknek meg kellett felelni,

hogy az ágyásban található vi-rágok jól alkalmazkodjanak a termőhelyi adottságokhoz, így



a tűrőképességük javuljon, el-lenállóbbak legyenek, illetve, hogy maga az ágyás könnyen fenntartható legyen.

– A növénykedvelők szá-mára már feltűnt, hogy megújultak a virágágyások, magaságyások, amelyek sok-kal színesebbek, látványosab-bak. Mik a további tervei?

– Egy jól megtervezett ágyás, jól fejlődő növények-kegyöntetű takarást képez. Ez hálás, mert a kultúrnövény maga akadályozza meg a gyom térhódítását. Így a fenntartásra, gyomlálásra fordított idő jelen-tősen csökken, az ágyás köny-nen fenntarthatóvá válik. Az ágyás és a virágfejlődés alap-ját a tápanyagdús ültetőközeg adja. Telepítés előtt cseréljük vagy feljavítjuk a termőközeget a területen. Nagy figyelmet for-dítunk arra, hogy a tápanyag-utánpótlás bio- vagy termé-szetes szerek alkalmazásával történjen. Az esetleges növény-

védelmet és a tápanyag-után-pótlási feladatokat növényvé-delmi szakember bevonásával és iránymutatásával végezzük egyenári és évelőágyásainkban, valamint gyepfelületeinken. Az egyenári területeink nagy ré-szén automatizált öntözőrend-szer biztosítja az öntözést, mely nagyban segíti a fenntartási fo-lyamatokat.

– Milyen elemeket, akár növényeket, akár formai meg-oldásokat hozott a növény-zet látványához? Mesélne-e a 3D-s magaságyások koncepci-ójáról? Hogyan valósul mind-ez meg?

– A tervezés során a termő-helyi adottságokon kívül figye-lembe kell vennem a termé-szeti és épített környezetet, az ágyás elhelyezkedését, mit sze-retnék eltakarni, kiemelni. Van ágyásunk, mely mindkét oldal-ról látható, hosszan kígyózik, ezt szalagágyásnak hívjuk vagy más néven RABATT ágyásnak. Ez az ágyás tökéletesen alkal-mas arra, hogy a területet be-lülről és kívülről is megcsodál-juk, például az Egek királynéja templom előtt. Itt középre kerül egy fő növény, mely tervezetten magasabb és két oldalán kisebb, úgynevezett kísérőnövények szegélyezhetik. Falat, kerítést úgynevezett BORDER ágyással takarhatunk el, ami egy felezett RABATT ágyásnak felel meg. A főnövény tervezetten hátul he-lyezkedik el, és a növény ma-gassága a szemléző felé foko-zottan csökken. Ilyen ágyást alkalmazunk például a Váci úti zászlótartónál. Használhatunk



még MILLEFLEUR vagy RITMIKUS ültetési módot, ahol a virág- és levélszínek periodikus váltakozásával alkothatunk, de lehetnek EGYÖNTETŰ ágyások is. Itt egy fajta, homogén növényhasználatot kell elképzelni.

– Újabb és újabb, első halálra kissé szokatlan növényeket hoz és tervez Újpestre. Mik ezek, és mit gondolsz, mit adnak hozzá a látványhoz?

– Előszóval alkalmazok magasabb növényeket, díszfüveket mert nagyon látványosak, mozgalmasak, kecsesek a felületben. Ezeknek a növényeknek lehetnek nagyobb virágaik és terméseik, mint például a most is megjelenő Indiái díszkölesnek. (*Pennisetum glaucum Purple Majesty*) A virágok vonzóak a beporzók számára, valamint a madaraknak táplálékot vagy akár pihenő helyet nyújthatnak. Így nemcsak az emberi szemnek, hanem az állatvilágnak is kedvezünk.

– Tájépítészeti szempontból milyennek látja az utóbbi hónapok eredményeit Újpesten?

– Az idei évben már megjelenik az évelőalkalmazás az ágyásokban, ami több szempontból is jó. Nagyobb tőtávolsággal érhető el hasonló lefedettség, valamint a növény a

területen maradhat, ugyanis nem kell kiszedni ősszel, mint az egynyári növényeket. Az egynyári növények a nyár végével díszítőértéküket elveszítik, kiszedésre, majd komposztálásra kerülnek, helyüket felváltja az őszi árvácska és a hagymás növények. Az évelőket a felületben benn lehet hagyni, így az őszi ültetésbe bele lehet komponálni, vagy akár kisebb átmozgatással átkerülhetnek parkfelületeink más évelőágyásaiba, biodiverz sávokba, így díszíthetnek tovább. A városi felületekből egyre jobban kiszorul az egynyári alkalmazás, teret hódítanak a biodiverz, önfenn tartó rendszerek, melyek sokkal könnyebben fenntarthatóak, költséghatékonyak. Ez általános tendencia. Véleményem az, hogy az ágyások sok mindent elbírnak, főleg, ha azok hangsúlyosak, méretesek ezáltal nyugodt szívvel lehet bele rajzolni a színekkel. A szín is nagyon fontos tervezési szempont. Mi vagyunk a város színes ceruzái, s az egynyári növényalkalmazással lehet a legütősebb színpompát megjeleníteni, ami bár több ráfordítást igényel, de kell egy városnak.

– Mik a terveid, mire készülhetnek még az újpesti növénykedvelők?



– A jövőbeni terveim között szerepel még több játék és mozgalmasság a színekkel, magasságokkal. Szeretném, ha ez az őszi időszakban is megvalósulhatna az őszi árvácskával, kiegészülve a tavasszal előbújó tulipánokkal, esetleg más hagymás növényekkel együtt. Örömmel tölt el a sok pozitív visszajelzés a kezdetektől fogva, mióta az ültetési időszakot megkezdjük (május eleje). Személyesen is éreztem a lakók kíváncsiságát, örömet, nyitottságát az újítás felé, hiszen én is részt vettem az ültetésben, kirajzoltam az ágyásokat, előkészítettem az ültetésre váró növényt. Az is látható,

hogy vigyáznak rá, értékelik a városiakok. Ebből mi is sokat merítünk, inspirálódunk. Tájépítész és fenntartó szemmel, valamint saját véleményként is elmondhatom, ez nagy siker és büszkeség is egyben. Új szemlélet, új növényalkalmazás, új termelő, ez mind nehezítő tényező volt ez időszak alatt, de szerintem minden jól alakult. Hálásan köszönöm a lehetőséget, a szabad tervezés lehetőségét, az ezzel járó bizalmat és a sok serény kertész kezét, akik nélkül ez csak terv maradt volna a papíron. A jövőben további színekre, formákra, lendületre lehet számítani tőlem.



## BÚCSÚZUNK...

**Katona Gyöngyi (1956-2024) az Újpesti Kulturális Központ kulturális szervezője, Újpest Gyermekéiért díjas (2009) pedagógus hirtelen elhunyt, személyiségét pótolni lehetetlen.**

Több mint harminc éve dolgozott városunkban. Nagy hangsúlyt helyezett szakmai és módszertani kultúrájának fejlesztésére, melyhez igénybe vette az önképzést és különféle továbbképzéseket. Így vált egyetemi diplomával rendelkező történelemtanárrá.

Pályáját érettségi után iskolatitkárként kezdte a Munkásotthon (ma: Bene Ferenc) Általános Iskolában. A munka sok körülményt, pontosságot követelt, s ebben ő megtalálta helyét. Hatalmas rend, precizitás jellemezte, folyamatosan fejlesztette képzettségét. Munka mellett végezte el a tanítóképző főiskolát, majd a történelemtanári szakot. Így lett az Újpesti Pedagógiai Szolgáltató Központ szaktanácsadója. Igényes, támogatói munkájá-

nak köszönhetően hamarosan általános megbecsülést vívott ki munkatársai körében.

Gyöngyi teljes szívvel, teljes lélekkel fordult minden tenni-való felé, maximális elvárást támasztott a végrehajtással kapcsolatban, és mindent megtett a tökéletes eredményért. Neki tényleg a gyerekek voltak az elsők. Élményeket tervezett-szervezett a kerületi gyermekprogramok köré, ami a gyerekeknek, tanítóknak, segítőknek is maradandó élmény lett. Szeretettel emlékszünk a versmondó rendezvényekre, ahol zsűriként segítettünk. Olyan elszántan kereste meg a célhoz vezető utat, hogy ez mindig csodálattal töltött el bennünket. Tudta mozgósítani a pedagógusokat, minden feladathoz megtalálta a megfe-

lő embert. Gyöngyike mindenre gondolt, az ötlet kipattanásától, a tökéletes oklevélen át a vendéglátásig, a zsűri döntése alatti műsorig, mindig mindenhol ott volt, és a legnagyobb nyüzsgést is átlátta. Minden tanítót, tanárt ismert, név szerint szólított. Nagyon jó érzékkel vezette a rendezvényeket.

1994-től dolgozott az Ady Endre Művelődési Központban, majd annak utódjánál, az Újpesti Kulturális Központban, tevékenységének középpontjában mindig a tehetséggondozás állt.

Katona Gyöngyi önmagában intézmény volt. Rendezvényeinek ötleteit maximális pontossággal szervezte. Kutatta a program témájának hátterét, korosztályra bontva dolgozta ki megvalósításának módszereit, legyen az ifjúsági vagy felnőtt esemény.

Hivatása iránti elkötelezettség, magas színvonalú kultúraterjesztés jellemezte munkáját.

Hős volt, olyan akarással, lelki erővel, amit sokan csodálattal figyeltünk. A küzdelem során nem mindennapi értéket teremtett. Az értő olvasás, zenehallgatás élményét gyermeki lélekbe ültető munkája révén az évek során több száz ifjúban sarjadt virággá a művészetek iránti szeretet.

Tudtuk, láttuk az egymást követő versenyeken: versmondás, a kortárs magyar gyermekirodalom feldolgozása sok-sok éjszakát, hajnalt is igénybe vevő munkát követelt tőle.

Az ifjú korosztály személyiségfejlesztését állította előtérbe a több éven át tartó színjátóképzés létrehozásával, ahol színművészek magas színvonalú oktatásával igazi tehetséggondozás folyt.

Teljes figyelemmel kereste a monitorokon kívüli zenei világ népszerűsítésének lehetőségeit, zenei koncertek szervezésével kicsik és nagyok számára.

Szinte éjjel-nappal dolgozott tökéletes elkötelezettséggel, s közben nem feledkezve megimádott családjáról, a férjéről, testvéréről, kiváló balettművész leányáról, annak férjéről és az unokákról... Mindig volt sok-sok mesélnivalója velük kapcsolatos élményeiről.

Fáradhatatlan volt, miközben többször küzdött a súlyos kórral...

Próbáltuk fékezni, lassítani, ne erőltesse meg magát, törődjön többet saját magával, pihenjen. Nem ment...

Értékteremtő, magas szintű munkája példát jelent, életre szóló feladatot adott minden munkatársnak.

Fájdalommal búcsúzunk kollegáinktól.

Gyöngyi, nem feledünk, nyomdokaidban haladunk, remélve kiérdemeljük elismerésed. Küldj egy mosolyt a felhőkől!

*Munkatársaid nevében:*

SZÖLLÖSY MARIANNE

# Gasztró

**Az újpesti Vasrózsa utcában található Kami Kisvendéglője házias és csúcsmínőségű ételeket kínál a vendégeknek. A Dining Guide és a Magyar Konyha 2019 óta minden évben Magyarország legjobb kisvendéglőjének választotta, valamint a Dining Guide a 61. helyre sorolta a TOP 100 magyar éttermek között. A konyhafőnök, Fülepi Kálmán kiemelkedően ízletes ételekkel vár mindenkit.**

## FINOMFŐZELÉK LAZACFASÍRTTAL

### Főzelék elkészítése:

#### Hozzávalók:

0,5 kg, gyalult tök  
0,5 kg zeller  
1 l kókusztej  
1 szem zöld kardamom  
1 cl limelé  
1 cl fehérborecet  
só, bors, kakukkfű

A gyalult tököt, zellert megkockázzuk, kókusztejjel, fűszerekkel megfőzzük, leturmixoljuk, átpasszírozzuk, ízesítjük sóval, borssal, citrusokkal, fehérborecettel ízlés szerint.

### Sült zöldségek

#### Hozzávalók:

5 db közepes cékla  
5 db közepes sárgacékla  
2 db közepes sárgarépa  
4 nagy fej gomba  
1 db cukkini  
1 db bébi római saláta  
2 db pak choi  
8 db színes bébirépa  
só, bors, cukor,  
fehérborecet,  
kakukkfű,  
szezámlaj,  
naturális olaj

**Sült cékla:** Céklákat megmossuk, megtörölgetjük, sóval, borssal, cukorral, ecettel, naturális olajjal, kakukkfűvel egyenként alufóliába csomagoljuk, 160 fokon 40 percig-1

órán át sütjük. Kihűtjük, meghámozzuk, a végén a többi sült zöldséghez pirítjuk.



**Sült sárgarépa:** Alufóliából a tepsibe csónakot készítünk, ebbe belehelyezzük a megmossott, megtörölt, héjas répákat olajjal, sóval, cukorral, borssal, kakukkfűvel megdörzsölve. 160 fokon kb. 1 órán át sütjük. Kihűtjük, végeit levágjuk, japán vágással vagy tetszés szerint felvágjuk. A végén a zöldségekhez pirítjuk.

A gombát ecsettel megtisztítjuk, szárának a végét levágjuk, cikkekre szeleteljük majd forró serpenyőben kezdjük pirítani a cukkinivel.

**Cukkini:** megmossuk, végeit levágjuk, hosszában 4 felé vágjuk. Belső háromszög tök részét kivágjuk. (A lágy, magvas közepét kell kivágni.) Tetszés szerint felvágjuk. Majd nagy lángon, a gombával együtt kezdjük pirítani. Bébirépat blansírozással előkészítjük (forró vízbe, majd jéges vízbe mártjuk). Pak choit és a bébi római salátát csak frissen, nagy hőfokon pirítjuk meg.

Az összes zöldséget összepirítjuk egybe a befejezésnél. Sóval, borssal ízesítjük. A tűzhelyről lehúzáva, minimális szezámlajjal átforgatjuk, majd a tányérra helyezzük.

### Lazacfasírt

#### Hozzávalók:

75 dkg darált lazac  
fél citrom,  
fél lime leve  
2 tk cajun fűszerkeverék  
1 tk só  
1,5 dl zöldség alaplé  
25 g Gelburger,  
zsemlemorzsza,  
tojás,  
liszt,  
olaj a sütéshez

A darált lazacot beízesítjük a fűszerekkel és a citrusokkal, bekeverjük a Gelburgerrel, majd lazítjuk a zöldség alaplével.

### Répapüré

#### Hozzávalók:

0,5 l kókusztej  
4 db répa  
só, bors, kakukkfű

A répát meghámozzuk, apró kockákra vágjuk, vákuumzacskóba tesszük. Forrásban lévő vízben lesúlyozva 0,5 órán át főzzük. Utána kibontjuk, leszűrjük. Kókusztej és marcipán adagolásával mártást, krémet készítünk belőle. Tipp: Ízesítésnek vaníliát vagy tonkababot is használhatunk.

1 órára hűtőbe tesszük, majd gombócokat formázunk. A gombócokat bepanírozzuk, és forró olajban kisütjük.

**Tálaláshoz:** fekete és fehér pirított szezámmag

**Összeállítás:** A sárgarépapürét kikenjük a tányér belső peremére. Belekanalazzuk a finomfőzeléket, ráhelyezzük a sült zöldségeket és a fasírtokat, végül megszórjuk az ételt fekete és fehér pirított szezámmaggal.

### Az Újpesti Egészségfejlesztési Iroda (EFI) szeptemberben is meghirdeti ingyenesen látogatható programjait.

**Szénhidrát iskola.** Várják mindazokat, akik szénhidrát anyagcserezavarokkal küzdenek: IR, prediabétesz, diabétesz, illetve azokat, akik az egészséges táplálkozás iránt érdeklődnek. Ingyenes, 6 alkalmas, hetente 1 alkalom, az első foglalkozás szeptember 2-án 16 órakor kezdődik.

**Hogyan segíthetem gyermekemet a stresszel való megküzdésben?** Várják azokat a szülőket, akik szeretnék hatékonyan segíteni gyermeküknek a stresszkezelésben, és ehhez keresnek szakértői támogatást és gyakorlati tanácsokat. Ingyenes, 1 alkalmas tréning, amelynek időpontja: szeptember 4-e, 17 óra.

**Út az egészséghez.** Várják mindenkit, aki szeretne aktívabb és egészségesebb életet élni, korosztálytól és fitességi szinttől függetlenül. Csatlakozzon a gyalogló csoportba, ahol jó társaságban és kellemes környezetben tehetnek közösen lépéseket a jobb közérzet felé! Ingyenes, 6 alkalmas, hetente 1 alkalom, a legelső foglalkozást szeptember 4-én 9 órától tartják.

**Lelki elsősegély.** Várják azokat, akik szeretnék elsajátítani a mentális elsősegélynyújtás, a krízishelyzetek felismerésének és a hatékony segítségnyújtásnak, valamint a megfelelő kommunikáció alapjait. Ingyenes, 1 alkalmas tréning, amelynek időpontja szeptember 5-e, 17 óra.

**Idősen is formában.** Várják minden idősebb korosztályú érdeklődőt, aki szeretné megőrizni fittségét és javítani mozgáskoordinációját.

Csatlakozzon, és kíméletes gyakorlatokkal segítik az aktív életmód fenntartásában! Ingyenes, 6 alkalmas, hetente 2 alkalommal, az első időpont szeptember 9-én, 14 órától lesz.

**Senior torna.** Várják minden senior korosztályú érdeklődőt, aki szeretné aktívan és egészségesen tölteni az idősebb éveit. Ebben a csoportban kíméletes, mégis hatékony gyakorlatokkal segítik megőrizni fittségét. Ingyenes, 6 alkalmas, hetente 2 alkalom, az első foglalkozást szeptember 9-én, 15 órától tartják.

**A hála pszichológiája.** Várják mindazokat, akik szeretnék megtapasztalni a hála pozitív hatásait és mélyebben megismerni annak pszichológiáját egy támogató közösségben. Ingyenes, 3 alkalmas, hetente 1 alkalom. Az első foglalkozást szeptember 11-én, 16 órától tartják.

**Sikeres nők a Bibliában... és én.** Várják mindazokat, akik a Biblia sikeres női alakjaiból szeretnék inspirációt meríteni és felfedezni, hogyan kapcsolódhatnak ezek a történetek saját életéhez, valamint a történeteken keresztül szeretnék önismeretüket mélyíteni saját értékségük és lehetőségeik feltárásával. Ingyenes, 3 alkalmas, hetente 1 alkalom, legelőször szeptember 12-én 8 órától látogatható.

**Ételallergia az iskolában.** Várják minden szülőt, pedagógust és érdeklődőt, aki szeretne többet megtudni az ételallergiák felismeréséről és kezeléséről az iskolai környezetben. Az „Ételallergia az iskolában” című programon szakértők segítségével nyújtanak gyakorlati tanácsokat és megoldásokat a biztonságos iskolai étkezés érdekében. Ingyenes, 1 alkalmas workshop szeptember 18-án, 16 órai kezdettel.

**Egyensúlyfejlesztő torna.** Várják minden olyan idősebb korosztályú érdeklődőt, akik szeretnék javítani egyensúlyukat és megelőzni az eséseket. Csatlakozzon, hogy szakértő irányításával fejleszthesse stabilitását, és magabiztosabban mozoghasson a mindennapokban! Ingyenes, 6 alkalmas, hetente 2 alkalom. Az első foglalkozást szeptember 19-én 11 órától tartják.

**Fitt torna.** Várják mindazokat, akik szeretnék formába hozni magukat és egy lendületes közösség tagjává válni. Ingyenes, 6 alkalmas, hetente 2 alkalom. Az első edzés szeptember 19-én 19 órától lesz.

**Életmódváltó csoport.** Várják mindazokat, akik szeretnék egészségesebben élni és lelkiileg is megerősödni, dietetikus, pszichológus és gyógytornász szakértők támogatásával. Ingyenes, 6 alkalmas, hetente 1 alkalom. Az első foglalkozás szeptember 30-án 16 órától lesz.

**Dohányzásleszokást támogató csoport.** Várják mindenkit, aki szeretne leszokni a dohányzásról és ehhez támogatásra, motivációra, valamint hasznos tanácsokra van szüksége. Csatlakozzon a csoportba, ahol szakértők és sorstársak segítségével érheti el a füstmentes életet! A jelentkezés folyamatos és előzetes regisztráció szükséges.

*Valamennyi programra, kurzusra előzetesen kell regisztrálni a következő elérhetőségeken.*

**Telefon: +36 1 696 0052**

**E-mail: efi@ujpestiszakrendelo.hu**

**Web: www.ujpestiszakrendelo.hu**

**Cím: 1046 Budapest, Görgey Artúr u. 30.**

**ÚJPESTIEK EGÉSZSÉGÉERT**  
Egészségfejlesztési Iroda

## A CSILLAGHEGYI STRANDFÜRDŐBEN JÁRT AZ ÚJPESTI MOZGÁSSÉRÜLTEK KLUBJA

A Csillaghegyi Strandfürdőbe látogattak július 25-én az Újpesti Mozgássérültek Klubjának tagjai. „Csodálatos napunk volt, a strandfürdőben szeretettel vártak minket. Kaptunk egy kis tájékoztatást a fürdő történetéről, körbesétáltuk a fürdő területét, a kinti és benti medencéket, melyeket a jelenlévő tagok ki is próbáltak.” – számol be Boldizsár Brigitta klubvezető. „Mindenkijól érezte magát, nagyon kellemes időnk volt.”

„Köszönjük a támogatást az önkormányzatnak, illetve a program megszervezésében közreműködő Csillaghegyi Strandfürdő vezetőinek és a kivitelezésben segédkező dolgozóinak.”

Az Újpesti Mozgássérültek Klubja szívesen várja a jelentkezőket. A szervezet augusztus 31-én az Újpesti Városnapokon is képviselteti magát standdal, illetve Facebook-oldalukon is elérhetőek. A klubvezető a jövőben szeretne további hasonló



programokat szervezni és várja azok jelentkezését, akik szívesen részt vennének ezeken.

**ÉLMÉNY  
MOZGÁS  
JÁTÉKOS  
FEJLESZTÉS**

**ÚJPEST KÁRTYÁVAL 15% KEDVEZMÉNY!**  
**TÉGED IS VÁRUNK! ;)**

**www.tarzantpark.hu**  
1046 Budapest, Tábor u. 26-28.

**BIZTONSÁGOS SZÓRAKOZÁS  
KÖZEL  
2  
HEKTÁRON  
14  
JÁTÉKSZIGET**

**TARZAN™** ÚJPESTI VAGYONKEZELŐ ZRT.

TARZAN™ védjegy, Edgar Rice Burroughs, Inc. tulajdonában és engedéllyel használva.

**ÚJPESTI VAGYONŐR** ÚJPESTI VAGYONKEZELŐ ZRT.

**ÖNNEK IS FONTOS  
OTTHONA, IRODÁJA  
ÉS ÉRTÉKEINEK A BIZTONSÁGA?**

**HÍVJON MINKET VAGY ÍRJON NEKÜNK!**

- 24 ÓRÁS DISZPÉCSERI ÜGYELET
- KIVONULÓ- ÉS JÁRŐRSZOLGÁLAT
- TÁVFELÜGYELETI SZOLGÁLTATÁS
- RIASZTÓRENDSZEREK KIÉPÍTÉSE

**www.ujpestivagyonor.hu** • Tel.: 06-30-977-0713 • E-mail: [vagyonor.diszpecser@uvzrt.hu](mailto:vagyonor.diszpecser@uvzrt.hu)



OLAJÁG  
OTTHONOK

A GONDOS OTTHON

Intézményi orvos és szakorvosok, 24 órás ápolószemélyzet. Önálló apartman fűtőjével és nappali telefontal. 24 órás orvosi védő és portaszolgálat

MIÉRT AZ  
OLAJÁG  
OTTHONOK?

Mert itt  
biztonságban  
vagyunk!



06 1 510 00 18  
olajagotthonok.hu  
@olajag-otthonok  
olajagotthonok



IRMÁK

ÖN GONDOSKODOTT MÁR IDŐSKORI  
ELLÁTÁSÁRÓL?

AZ IRMÁK NONPROFIT KFT. Magyarország egyik legjelentősebb szociális szolgáltatója. Időotthoni intézmények üzemeltetőjeként nagy odafigyeléssel, **MAGAS SZÍNVONALON** és családi körülmények között **GONDOSKODIK** lakóiról Albertirsán, Csobánkán és Piliscsabán. Jövedelemmel nem rendelkező leendő lakóink számára is elérhető megoldásokat kínálunk.

Tervezzen tudatosan, gondoskodjon előre **IDŐSKORI ÉVEIRŐL!**

Érdeklődjön telefonon keresztül vagy írjon emailt és tájékoztatjuk a lehetőségekről!

irmak@t-online.hu

+36 30 222 0575

www.irmak.hu

+36 30 634 2883



PÉNZMÚZEUM

Pénzmúzeum Panoráma Terasz



EGY KÁVÉ A VÁROS FELETT? AKKOR IRÁNY  
A PÉNZMÚZEUM PANORÁMA TERASZ!

Megújult kínálattal várja vendégeit minden nap  
14 órától 23 óráig a Pénzmúzeum Panoráma Terasz!

Július 1-jétől új nyitvatartással!  
Hétfőtől vasárnapig: 14:00-23:00

penzmuzeumpanoramaterasz.hu  
1012 Budapest, Várfok utca 22.  
+36 20 347 7999



# MagMA Élet Tér

**Ahol a tér megtelik élettel!**

06 20/367-62-45

1045 Budapest,  
Tél utca 72.

- Felnőtteknek logopédia
- Könnyített jóga
- Energetikai kezelés
- Hangfürdő és -masszázs
- Gyermekeknek hajfonás
- Zenés foglalkozás
- Lufihajtogatás
- Arcfestés

**Nem csak a hallókészülék kicsi, hanem az ára is!**

**IV. kerület, Árpád út 70.**  
(Újpesti Áruház bejáratánál)

**Egyeztessen velünk időpontot!**

06 (1) 200 1118, 06 (70) 324 8005  
ujpest@widex.hu

**WIDEX HALLÓKÉSZÜLÉK STÚDIO**

\*Az EVOKE E440 Passion hallókészülék akcióban az ügyfél annyi kedvezményt kap, ahány éves, maximum 80% kedvezmény. Az akció 2024.06.03-08.30-ig vagy a készlet erejéig tart. Az akcióról részletes információt kap a [www.hallasvizsgalat.net/evoke-lp](http://www.hallasvizsgalat.net/evoke-lp) oldalunkon, illetve a 06 80 200 222 ingyenes zóldszámon. A hirdetésen szereplő EVOKE E440 Passion hallókészülék nem szerepel a NEAK támogatási listán. A kockázatokról olvassa el a használati útmutatót, vagy kérdezze meg kezelőorvosát!

**KÖVESD TE IS!**

[FACEBOOK.COM/UJPEST.HU](https://www.facebook.com/ujpest.hu)

**A HITELES ÖNKORMÁNYZATI HÍREK FORRÁSA.**

**Újpest TV**

**Íratkozz fel a YouTube-csatornánkra!**

Az **Oxygen Medical Magánorvosi Központ** a IV. kerületben várja az egészségtudatos és gyógyulni vágyó Pácienseket.

Komplex szolgáltatásokat biztosítunk, amelyek lehetővé teszik a megbízható, gyors és átfogó kivizsgálást, kezelést.

**Több, mint 30 szakterület.**

**Felnőtt és gyermek szakrendelések.**

**Akár azonnali időpontfoglalás online.**

**OXYGEN MEDICAL**  
MAGÁNORVOSI KÖZPONT

1042 Budapest, Árpád út 47. 3. emelet  
+36 (20) 554 1498  
[www.oxygenmedical.hu](http://www.oxygenmedical.hu)

**Tisztelt Hirdetőink!** A lakossági apróhirdetéseket az Újpest Média szerkesztőségében vesszük fel, a 1045 Budapest, Erzsébet utca 8. szám alatt. Hirdetésfelvételi napok: hétfőn, szerdán és csütörtökön 9-15 óráig. Lakossági apróhirdetéseket csak személyesen vesszünk fel! Díja: 945 Ft + áfa, azaz 1200 Ft/30 szó. Vállalkozói és méretes hirdetések feladása, árajánlatkérés: hirdetes@ujpestmedia.hu. Részletes információ: ujpestmedia.hu

### RÉGISÉG

Készpénzért Veszek! Legmagasabb áron, régi bútorokat, festményeket, dísztárgyakat, órákat, porcelánokat, csillárt, csipkét, kitüntetést, régi pénzt, írógépet, varrógépet, szőrmebundát, lemezeket, ezüstitárgyakat, bizsukat, borostyánt, törtaranyat, ékszereket, értékbecsléssel, teljes hagyatékot, díjtalan kiszállással. Tel.: +36 70 756 9733

Készpénzes felvásárlás! Arany, 14 900-35 900 Ft-ig/ g. Ezüst, 350 F t-től. Bizsukat, ékszereket, bútorokat, festményeket, Herendi-Zsolnay, Gorka, Kovács Margit kerámiákat! Karórákat, régi pénzeket, érméket, képeslapokat, fényképezőgépeket, katonai eszközöket, teljes hagyatékot. Díjtalan kiszállás, értékbecslés. V. Szent István Krt 25. Tel.: +36 70 608 6082, e-mail: szentistvankrt25@gmail.com

Bélyeget, papír-, fémpénzeket, festményeket és egyéb régiséget vásárolunk, árverésre átveszünk. VI. Andrassy út 16. Tel.: +36 1 317 4757, H: 12-17, K-Sz: 10-17, Cs: 10-19

**HERMINA ANTIKVITÁS** a XIV. kerület THÖKÖLY ÚT 100/B-ben vásárol magas áron törtarany 16500 Ft/g-tól, fazonarany 32000 Ft/g-ig, asztali-, fali-, zseb- és karórákat. Festményeket, antik bútorokat, Herendi, Zsolnay, Meissen... stb, porcelánokat, Kovács Margit,- Hummel, Gorka-kerámiákat, bronz és ezüstitárgyakat 180Ft/g-tól 450Ft/g-ig/gramm, háború előtti katonai kitüntetéseket, levelezőlapokat, képeslapokat, hagyatékot, Értékbecslés és kiszállás díjtalan! A Hungária körúttól 1 percre. Tel.: +36 20 358 8217

### ÉLETJÁRADÉK

Életjáradékot fizetne leinformálható ügyvéd/pedagógus házaspár ingatlan örökléséért. Keressen bizalommal a 0670/252-4897 telefonszámon.

Szeretné jobb anyagi körülmények között tölteni nyugdíjas éveit? Kiemelt anyagi biztonsághoz, magasabb életszínvonalhoz kínálunk ingatlan alapú életjáradék konstrukciókat. +36 70 395 9646



**FestEcszetBt.**  
Nyul Krisztián vállalkozó

Lakásfelújítást vállalok, festést, mázolást, burkolást, kőműves munkákat, házak hőszigetelését.

**Elérhetőségek:**

+36 30 691 9424  
+36 30 422 1739

### INGATLAN

Eladó Újpesten tulajdonostól csendes környezetben jó közlekedéssel 453 négyzetméter telek + 65 négyzetméter 2 szobás családi ház. A ház felújítandó. Ár: 59 900 000 Ft. Tel.: +36 30 392 4030 érdeklődni egész nap.

Családi háznál külön bejáratú bútorozott szoba 1 fő részére kiadó. Érdeklődni: +36 1 230 5506, +36 70 343 0707

53 nm 2 szobás, erkélyes önkormányzati lakást kisebbre cserélném. Tel.: +36 20 566 0097

### SZOLGÁLTATÁS

Szobafestés, mázolás, tapétázás. Gyors kezdés, rövid határidő. Kőműves javítás, kisebb burkolás. Kovács Gergely Tel.: +36 30 568 6255

Festést, mázolást, burkolást vállalok, nyugdíjasoknak kedvezményesül. Bútormozgatással takarítással. Tel.: +36 30 422 1739

Fűnyírás-fűkaszálás-bozótirtás-sővénynyírás, veszélyes fák kivágása, koronaigazítás, zöldhulladék-elszállítás, metszés, permetezés, rotálás, tereprendezés, elhanyagolt zöldterületek kezelése díjtalan kiszállással. Keressen bizalommal! Jakab József +36 20 327 2220

### EGYÉB

1 db Textima gyorsvarrógép, 1 db sötétkék sarokrekamié, 1 db vaskállya (szenes) eladó. Tel.: +36 20 550 0475

### EGÉSZSÉG

Házhoz megyek! Fogsor készítését, javítását vállalom garanciával. Hívjon bizalommal! Telefon: +36 20 980 3957

### ÁLLÁS

51 éves megbízható budapesti férfi B,C,D,E, Páv. I.,II., III. több éves gyakorlattal sofóri, magánsofóri állást keres. Sürgősségi szállítási munka is érdekel. (alkalmi munka is) Telefon: +36 30 392 4030 – Hívjon bizalommal!

**3. kerületi általános iskolákba keresünk délelőtti (8 óras) és délutáni (4 óras) munkaidőben takarító kolléganőket.** Az iskolák az 1-es villamos vonalán helyezkednek el. Az Újpesti Homoktövis Általános Iskola takarítót keres délutáni (8óra) munkavégzéssel. Érdeklődni: +36 20 980 5616 számon lehet.

Bp. III. kerületi vasaldánkba képzett vasalónőt keresünk. Bejelentett 8 óras munka, családias légkör, hétvégén nem dolgozunk. Jelentkezés: +36 30 313 5590



**DemjenMedical**

**FOGLALKOZÁS-EGÉSZSÉGÜGYI SZOLGÁLTATÓ NŐORVOSI CENTRUM**



Új szolgáltatásokkal és akciókkal várjuk szeretettel meglévő és új pácienseinket!

**Minden kerületi lakos számára 10 % kedvezményt biztosítunk!**

**25 ÉVE ÚJPESTEN**  
Fókuszban a prevenció!

1041 Bp., Rózsa utca 44. fszt. 4. [www.demjenmedical.hu](http://www.demjenmedical.hu)  
+36 20 957 6165 [info@demjenmedical.hu](mailto:info@demjenmedical.hu)

**Újpest-Kertvárosi Szent István Plébánia**  
**TEMETKEZÉS – URNAHELY**  
Altemplomunk urnafalaiban van lehetőség urnafülkét váltani. Jó lehetőség ez arra, hogy akár saját, akár szeretteink végső nyughelyéről idejében gondoskodjunk, és megszentelt helyen leljenek békére.

**Elérhetőségünk:**  
**tel: +36 1 369 0393**

### ÚJPESTI NAPLÓ

Kiadó: ÚJPESTI SAJTÓ SZOLGÁLTATÓ NONPROFIT KFT. • Ügyvezető igazgató: **UNGI VERONIKA** • Főszerkesztő: **BESZTERCZEY JUDIT** • Munkatársak: **CSIKI GÁBOR, ESTI JÁNOS, JÓNÁS SÁNDOR, RUDOLF DÁNIEL, SZABÓ DÁVID KÁROLY**. • Fotó: **VÁRAI MIHÁLY** • Szerkesztőség: 1045 Budapest, Erzsébet utca 8. Titkárság: +36 1 785 0366. E-mail: szerkesztoseg@ujpestmedia.hu • Nyomdai előkészítés: **EURO PRESS MEDIA KFT.** • Nyomdai előállítás: **E-PRINT MAGYARORSZÁG NYOMDAIPARI ZRT.** • Terjeszti: **JOY PROMOTION KFT.** • Print ISSN: 2061-7283 • Online ISSN: 2061-7291 • Megjelenik 43 500 példányban. • **Következő lapszámunk 2024. szeptember 19-én jelenik meg.** • Vállalkozói és méretes hirdetések feladása: [hirdetes@ujpestmedia.hu](mailto:hirdetes@ujpestmedia.hu) • Kéziratokat nem örzünk meg és nem küldünk vissza. Közlés esetén fenntartjuk a szerkesztés jogát! • A megjelent meghívók és hirdetések tartalmáért felelősséget nem vállalunk. • **Részletes információk, hírek, tudnivalók:** [ujpestmedia.hu](http://ujpestmedia.hu), [facebook.com/ujpest.hu](https://facebook.com/ujpest.hu), [ujpest.hu](http://ujpest.hu).

HAGYOMÁNY | MINŐSÉG | MODERN KÖRNYEZET

# AKCIÓS AJÁNLATOK

2024. AUGUSZTUS 15. – SZEPTEMBER 18.  
VÁRUNK MINDEN KEDVES VÁSÁRLÓT!



ÚJPESTI  
PIAC ÉS VÁSÁRCSARNOK KFT.



**BŐVEBB INFORMÁCIÓ:** [ujpestipiac.hu](http://ujpestipiac.hu)  
1042 Budapest, Szent István tér 13–14.



## OROSZ FERENC EV.

1. EM. 21/3. ÜZLET

Házi disznósajt 2800 Ft/kg • Paraszt májas 3499 Ft/kg • Csirkemell  
sonka 3300 Ft/kg • Füstölt csemege szalonna 2499 Ft/kg  
Vadász felvágott 3999 Ft/kg • Debreceni kolbász 3400 Ft/kg

Házi  
disznósajt  
**2800**  
Ft/kg



## STILLER SAVANYÚSÁG

FSZ. 38-39. ÜZLET – STILLER ROLAND EV.

Kovászos uborka 1798 Ft/kg • Savanyú káposzta 748 Ft/kg  
Csalamádé (csípős és csemege) 998 Ft/kg



Kovászos  
uborka  
**1798**  
Ft/kg

## MAGBOLT

FSZ. 41. ÜZLET – MELATON KFT.

Még tombol a nyár, viszont közeleg az ős, de egy jó  
kerti partihoz sosincs késő. Ha kerti parti, akkor bab-  
gulyás! A bab lehet kicsi-nagy, fehér-lila, tarka-barka  
mindegy az, csak a hasad bírja. Ha még nem ettél  
eleget, jöhet egy jó áfonyás-mazsolás-túrós pite. Alak-  
barát zöltség chips is kapható a mandula, kesudió,  
pisztácia, dió mellett. Várunk mindenkit szeretettel!



## SAJTANGYAL

FSZ. 13. ÜZLET – HUNGAROSAJT KFT.

Búzasörös bébi gouda sajt 1450 Ft/10 dkg • Kókuszos bébi  
gouda sajt 950 Ft/10 dkg • Rozmaringos-kakukkfűves bébi juh  
gouda sajt 1699 Ft/10 dkg • Bio bébi edami sajt 999 Ft/10 dkg  
Whiskys érlelt sajt 1190 Ft/10 dkg



Gouda  
sajtok  
**950**  
Ft/10 dkg-tól

## HALAS ÜZLET

1. EM. 26. ÜZLET – TWO PIPI KFT.

Szürke harcsa 8499 Ft/kg • Afrikai harcsa 4199 Ft/kg  
Keszeg 1699 Ft/kg • Lazacfilé 8999 Ft/kg • Hekkfilé 3499 Ft/kg  
Főtt garnéla 7299 Ft/kg • Vajhal filé 6159 Ft/kg • Arany makréla  
4899 Ft/kg • Tőkehal krém 400 Ft/dob. • Tőkehal máj 999 Ft/dob.  
Napi akcióval várjuk kedves vásárlóinkat!



Keszeg  
**1699**  
Ft/kg

Az esetleges szerkesztési vagy nyomdai hibáért felelősséget nem vállalunk. A képek illusztrációként szolgálnak. Ajánlataink a készlet erejéig érvényesek!

2024-BEN IS  
MINDENKIT VÁR A

# BUTIKSOR

JÓ ÁRAK, JÓ HELYEN!

NÉZELŐDJÖN, VÁLOGASSON, VÁSÁROLJON  
AZ ÚJPESTI PIAC MELLETT, A KÖRCSARNOKBAN!



MINDEN  
SZOMBATON ÉS  
VASÁRNAP  
PIACPLACC!

NYÜZSGÉS, ADOK-VESEK  
ÉS HAGYOMÁNY AZ  
ÚJPESTI PIAC MELLETT,  
A DUNA SÉTÁNYON.



2024. AUGUSZTUS 28.  
– SZEPTEMBER 1.

— ÚJPESTI —  
VÁROSNAPOK

ÜNNEPELJÜK EGYÜTT  
ÚJPEST  
SZÜLETÉSNAPIJÁT!

