

bp18

2024. JÚLIUS-AUGUSZTUS ■ XXXIII. ÉVFOLYAM 6-7. SZÁM

VÁROSKÉP

- „MI AZ EREDMÉNYEINKRŐL BESZÉLTÜNK”
Interjú Szaniszló Sándorral
- MODERN ÉS FORMÁLHATÓ
Megújult a tanácsterem
- A KERÜLETIEK EGÉSZSÉGE
Ősszel is lesznek szűrések
- KARIKA, LABDA, SZALAG, BUZOGÁNY
Fanni másodszor az olimpián

Térjen be
hozzánk!

S
SÉRTZ
OPTIKA
SINCE 1954

ZEISS Progressive SmartLife Individual 3 1+1 lencseakció*

Az akció időtartama: 2024.07.01 –2024.07.31.

*Az akció részleteiről érdeklődjön munkatársainknál!

1181 Bp., Üllői út 461. www.sertzoptika.hu Bejelentkezés szemorvosi vizsgálatra:06302192191

Parádés pillanat

Legalább egy pillanat volt. Több nem, de az az egy parádés volt. Akkor, amikor talán már senki sem számított rá. Egy pillanat, amikor egymást ölelgetve üvöltött és ugrált fideszes, dékás, tiszás, kutyás, független és pártos, férfi és nő, heteró és meleg, alkesz és absztinens, kutyás és cicás.

Addigra már elcsitult az a hatalmi narratíva szerinti abszurd leosztás is, miszerint az emberek – mármint a magyarok – alapvetően két csoportra oszthatók: emezek józan belátással a békére szavaznak, amazok kéjes örömmel a háborúra. A választások lezajlottak, a kedélyek megnyugodtak. Mintha a háborús veszély is alábbhagyott volna, amely június 9. előtt még fenyegette hazánkat. Jöhetett hát az önfelelt szurkolás!

Az első meccsen egy félidőnyi kilátástalan játék miatt kikaptunk Svájc-tól, majd szépen küzdve, de viszonylag simán Németországtól is. Nincs ebben semmi meglepő, papírforma-eredmények ezek, csak hát szeretett csapatunk annyiszor borította már a papírformát a közelműlban, hogy joggal bizakodhattunk. „A szurkoló mindent tud, nem hülye, legbelül tudja a reális esélyeket, csak éppen ettől eltekint. Szurkolónak lenni költői létet jelent” – írta Esterházy az Utazás a tizenhatos mélyére című kiváló könyvében, és mi e költői létünkben eltekintettünk a válogatott (és összességében a magyar foci) szembeötlő problémáitól. Aztán jött a skótok elleni, fent említett parádés pillanat, és ismét reménykedhettünk. Matekozott az ország: ha ők kikapnak, azok meg nyernek, ha az ő gólarányuk ennyi, azoké meg annyi, akkor továbbjutunk.

Apa, akkor most hogy is van ez? Arra várunk, hogy másoknak rossz legyen, mert akkor nekünk jó lesz? Mi nem is focizunk, de azért szurkolunk, hogy azok kikapjanak, mert akkor mi nyerünk? – kérdezte a kislányom, és erre csak némileg pironkodva tudtam azt felelni, hogy igen. De hasztalan bizakodtunk. Jöttek is a hangzatos címek, a dühös kommentek: a béna angolok és a szemét portugálok kiejtettek minket! Nyilvánvalóan ők a hibásak, azzal ne is foglalkozzunk, hogy ha egy nyamvadt döntetlent kicsikarunk az első meccsen, akkor nem kell sem a matek, sem a remény, simán továbbjutunk.

Akkor most siker vagy kudarc a magyar válogatott szereplése? Sok évtizedes böjtölés után már sorozatban harmadszor jutottunk ki a kontinensviadalra, nyertünk egy meccset, és nem is volt olyan messze a továbbjutás. Vagyis siker. Viszont a környékbeli országok közül Románia, Szlovákia, Szlovénia, keletibbről pedig még Georgia (leánykori nevén: Grúzia) is továbbjutott. Márpedig ezekben az országokban egyrészt jóval visszafogottabbak voltak az elvárások a csapataik felé, másrészt sokkal kevesebb pénzt költenek a futballra, mint mi felénk. Tehát kudarc.

„Egyetlen pillanatát sem élveztem ennek az Európa-bajnokságnak” – mondta kellő önkritikával Marco Rossi szövetségi kapitány. Megértem, Mister, de azért, amikor Sallai elviharzott a jobb szélén, bepasszolta a labdát, amely Szoboszlai mellett elsuhant ugyan, de a tökéletesen érkező Csoboth gyönyörűen a kapuba belsőzte, na, azt a pillanatot, mi, folyton költői létben lebegő szurkolók, sosem feledjük.



Fotó: Rózsa Erika

Juhász Máttyás

Pályázati felhívás üres helyiségek és telkek bérletére

A Projekt18 Kft. felhívást tesz közzé az alábbi – Budapest Főváros XVIII. kerület Pestszentlőrinc-Pest-szentimre Önkormányzata, valamint a Városgazda XVIII. kerület Nonprofit Zrt. tulajdonát képező – üres helyiségek és telkek bérletére.

ÜZLETHELYISÉG, RAKTÁR

Cím	Helyrajzi szám	Méret	Rendeltetés
Üllői út 736. fszt. 2.	147017	17 m ²	raktár
Üllői út 686. szuterén	159841/0/A/1	30 m ²	raktár
Sina Simon sétány 2. fszt. 131.	150228/67/A/131	20 m ²	üzlet
Sina Simon sétány 1. fszt. 133.	150228/54/A/133	14 m ²	raktár
Havanna utca 1. fszt. 64.	151126/4/A/64	20 m ²	raktár
Havanna utca 13. fszt. 445.	151126/4/A/445	21 m ²	üzlet
Margó Tivadar utca 138. fszt. 158.	150228/54/A/158	29 m ²	üzlet

TERÜLETHASZNÁLAT

Cím	Helyrajzi szám	Méret	Rendeltetés
Küllő utca (Alsó Erdősor utca)	152638/2	5025 m ²	területhasználat
Lajta utca	157235	485 m ²	területhasznált
Csap utca 18.	157410/1	442 m ²	területhasználat

GARÁZS, PARKOLÓHELY

Cím	Helyrajzi szám	Méret	Rendeltetés
Méta utca 2.	150228/102	18 m ²	parkolóhely (47 db)

A pályázaton történő részvétel feltétele a pályázati dokumentáció megvásárlása. A dokumentáció ára 5000 Ft, mely összeg készpénzben befizethető a társaság 1181 Baross u. 7. szám alatti pénztárában.

A dokumentáció átvehető és a pályázat leadható ugyanitt személyesen vagy meghatalmazott útján, a befizetési bizonylat bemutatásával. A pályázati ajánlatot zárt borítékban kell benyújtani.

A kiíró a Ptk. 6:74. § (2) bekezdés alapján fenntartja a jogot, hogy egyik pályázó ajánlatát se fogadja el, és az adott ingatlanra vonatkozó pályázatot eredménytelennek nyilvánítsa.

A pályázat benyújtásának határideje:

2024. július 22. 16.00 óra

A pályázat elbírálásának várható időpontja: 2024. július 25.

Pályázók értesítése: a következő naptári héten telefonon vagy írásban

Megtekintési időpont egyeztetése: ☎ 297-4461, +36-30-572-8376

Az újságban megjelenő lista tájékoztató jellegű, ezért kérjük, hogy a weboldalunkról töltsse le az aktuális pályázati felhívást.

Internetelérhetőség: www.varosgazda18.hu/vagyonkezeles/

Felelős kiadó: Városgazda XVIII. kerület Nonprofit Zrt., 1181 Budapest, Üllői út 423. **Felelős vezető:** Borbély Sándor vezérigazgató **Szerkesztőség:** 1181 Budapest, Üllői út 423. (+36-1-297-0799, szerkesztoseg@varosgazda18.hu) **Főszerkesztő:** Juhász Mátyas **Főszerkesztő-helyettes:** Gyuricza Péter **Szerkesztő:** Domján Vivien **Layout:** Mikes Vivien **Olvasószerkesztő:** Stecz Mária **Szerzőink:** Bodzay Zoltán, Kerekes András **Fotó:** Kürti János, Ruzsa István, Totev Alexander, Ványi Ákos, Váradi Levente **Címlap:** Ruzsa István **Hirdetés:** Rónai-Aross Aranka (+36-20-448-2007, ronai.aross.aranka@gmail.com) **Nyomta és kötötte:** az Alföldi Nyomda Zrt., Debrecen. Felelős vezető: György Géza vezérigazgató. ISSN 2732-1207 **Megjelenik** 45 000 példányban.

6

BP18
„MI AZ EREDMÉNYEINKRŐL BESZÉLTÜNK”
Interjú Szaniszló Sándorral

12

BP18
MODERN ÉS FORMÁLHATÓ
Megújult a tanácsterem

28

EGÉSZSÉG
A KERÜLETIEK EGÉSZSÉGE
Ősszel is lesznek szűrések

42

SPORT
KARIKA, LABDA, SZALAG, BUZOGÁNY
Fanni másodszor az olimpián

46

ÉP TESTBEN
HIDRATÁLÁS KÍVÜL-BELÜL
Nagy hőség, nagy vízigény



„Mi az eredményeinkről beszéltünk”

Június 9-én, az önkormányzati választások estjén a szavazatok számlálásának megkezdése után nem sokkal csörgött **Szaniszló Sándor** polgármester telefonja. Fideszes riválisa, Ughy Attila hívta, amikor már a voksok mintegy 10 százalékát feldolgozták. A különbséget látva a korábbi polgármester elismerte, hogy alulmaradt a versenyben, és gratulált Szaniszló Sándornak az újabb öt évre szóló megbízásához. Pestszentlőrinc-Pestszentimre régi-új polgármesterét a kampányról és a terveiről kérdeztük.



bp18

■ Mit mondott önnek Ughy Attila?

■ Nagyon kulturáltan beszéltünk egymással, de ennek közöttünk hagyománya van. A Fővárosi Közgyűlésben is rendszeresen találkoztunk. Nyilván teljesen más a világról alkotott véleményünk. Gratulált, és abban maradtunk, hogy ha úgy hozza a sors, akkor nem fogjuk egymást elkerülni, ha a kerület ügyeiről kell beszélni.

A XVIII. KERÜLETBEN IS KÉTHARMAD VAN

■ A mostani testület mandátuma október elsejéig tart. De mi változik akkor?

■ A helyi koalíció létszáma eggyel nagyobb lesz, eddig 13-an voltunk, most 14-en leszünk. A Fidesz–KDNP frakciónak egy nyert körzete maradt, így ők a hatfős kompenzációs listáról négy helyet töltenek be. Nyolcan voltak, most öten lesznek. A polgármester és csapata 14 fő, és van egy civil képviselő, illetve bejutott egy ember a Mi Hazánk színeiben. Van két új képviselőtársunk, Lipcsei-Gaál Edit, aki Szent Imre-kertvárosban, és Molnár Ádám, aki Ganzkertvárosban nyert. Mindketten fiatalok, és biztosra veszem, hogy ambíciózusan fogják a két körzet érdekeit képviselni.

■ Tervez-e változtatást Pestszentlőrinc-Pestszentimre vezetésében?

■ Jelenleg három alpolgármestere van a kerületnek, de azt gondolom, hogy négy lenne ideális, ahogy korábban is volt. Nálunk az alpolgármestereknek konkrét feladataik vannak, érdemi döntéseket hoznak, és sokszor nekik kell elmenniük lobbizni egy-egy minisztériumba vagy társhatósághoz. A közeli hetekben minden képviselőtársammal konzultálni fogok, de most azt gondolom, hogy a jelenleg hivatalban lévő alpolgármesterek október elseje után is hivatalban lesznek.

AZ ELVÉGZETT MUNKA SZÁMÍTOTT

■ Milyennek ítéli így utólag a kampányt?

■ Próbáltunk a résztvevőkkel egyeztetni arról, hogy nem szeretnénk negatív kampányt. Megjegyzem, nem is tettünk ilyet, mi az eredményeinkről beszéltünk. Az utolsó fél évben sok alkalommal beszámoltunk arról, hogy milyen területen mit értünk el. Elmondtuk, hogy az elmúlt öt év alatt megépítettünk több mint négyszáz parkolóhelyet, beszámoltunk arról, hogy 61 útszakaszt újíttunk fel, ebből öt fővárosi kezelésben volt, 44 kilométer járdát építettünk, és megóvtuk a zöldfelületeinket. Ezek olyan, önmagukért beszélő számok, amelyekre okkal lehet büszke mindenki. És mindezt úgy tudtuk megvalósítani, hogy az utóbbi években már hatmilliárd forintot tett ki a kormányzati elvonás. Minderre csak úgy lehetett vállalkozni, hogy nagyon szigorú gazdálkodási feltételek mellett, többszörösen is rangsorolva, azokat a fejlesztési igényeket vettük előre, amik valóban fontosabbak voltak.



■ *Ettől függetlenül az emberek azt nézik, amikor kilépnek a házukból, hogy milyen a járda, kátyús-e az út, szemetes-e az utca. És a véleményüket az egész kerületre általánosítva fogalmazzák meg.*

■ Természetes, hogy mindenki a saját mikroövezete alapján ítél, illetve abból, hogy ha szeretne valamilyen közügyet elintézni, akkor abban segít-e neki a városvezetés vagy nem. Olyan problémák is vannak, mondjuk, építéshatósági ügyekben, amikor nem mi vagyunk az illetékes hatóság, de a polgármesteri hivatalhoz jönnek segítséget kérni és

„ELMONDTUK, HOGY AZ ELMÚLT ÖT ÉV ALATT MEGÉPÍTETTÜNK TÖBB MINT NÉGYSZÁZ PARKOLÓHELYET, BESZÁMOLTUNK ARRÓL, HOGY 61 ÚTSZAKASZT ÚJÍTOTTUNK FEL, EBBŐL ÖT FŐVÁROSI KEZELÉSBEN VOLT, 44 KILOMÉTER JÁRDÁT ÉPÍTETTÜNK, ÉS MEGÓVTUK A ZÖLDFELÜLETEINKET. EZEK OLYAN, ÖNMAGUKÉRT BESZÉLŐ SZÁMOK, AMELYEKRE OKKAL LEHET BÜSZKE MINDENKI.”

elmondani, hogy nincs az rendben, hogy társasházak épülnek kertvárosi utcákban, és annyi a gépkocsi, hogy a saját házuk elé sem tudnak leparkolni. Ez valóban súlyos probléma, amiről viszont nem az önkormányzat tehet. Ilyenkor mi is próbálunk a hatóságokhoz fordulni, próbáljuk elérni, hogy megkapjuk az ahhoz szükséges jogosítványokat, hogy érdemben tudjunk intézkedni.

REPTÉR

■ *A választás előtti napokban jelentette be a kormány, hogy megvásárolta a repülőteret. Ez érzékenyen érinti a kerületet.*

■ A bécsi repülőtérről összehasonlítva négyszeres áron vették meg a budapestit. Egy másik probléma az, hogy 2600 család megélhetése függ a repülőtértől, illetve az ott dolgozó alvállalkozóktól. Ezek kétharmada kerületi. De a legfontosabb kockázat most az, hogy a reptér államosítása nyomán meg fogjuk-e kapni az eddig nekünk juttatott építmény-és telekadót. Ha megkapjuk, akkor az elmúlt öt évet jellemző szinten tudjuk fejleszteni a kerületet, de ha nem, akkor az évente négy milliárd forint feletti veszteséget jelent. Ha ehhez hozzáadjuk a hatmilliárdos elvonást, az nagyon nehéz időszakot hozna a XVIII. kerület számára. November környékén ki fog derülni, hogy mi a kormány álláspontja ezzel kapcsolatban.

■ *Akár örülni is lehetne, mert most, hogy az államé a repülőter, megindulhat a gyorsforgalmi út fejlesztése és a belvárossal való vasúti összeköttetés kiépítése.*

■ Igen, de mit nevezünk fejlődésnek? Ha azt, hogy a kínai vasutat megépítik a reptér és a mini-Dubaj között, az valóban grandiózus fejlesztés, csak éppen sem nemzetgazdasági, sem kerületi szempontból nem értékelhető. Az sem, és ez szintén reális veszély, hogy azt mondják: a reptér akkor tudna nyereséges lenni, ha évi 30 millió utas fordulna meg rajta, és négyszeresére növelnék az áruszállítást. Most 15 millió utas per évvel számolnak. Gondoljuk el: ha ez megkétszereződik, a döntően éjszaka történő áruszállítás pedig meg-négyszereződik, akkor könnyen lehet, hogy az a nagy fejlesztési boom, amit ígérnek, végül óriási életminőség-romlást jelent majd a XVIII. kerületiek jelentős részének.

TERVEK

■ *Elég lesz-e a következő öt év a 42-es villamos vonalának meghosszabbítására a Gloriett-telepig?*

■ Valószínűleg nem. Ez idő alatt a tervezést fogjuk elvégezni. Viszont a következő hét év elégséges lehet.

■ *És mi lesz a 142-es vasúttal?*

■ Ez ügyben a kormánnyal fogunk tárgyalni. Nekünk az az érdekünk, hogy olyan megoldás szülessen, amire száz év múlva is azt mondják az utódaink, hogy ez jó elképzelés volt. Ha ezért harcolni



A polgármester szavazni megy június 9-én

kell, akkor megteesszük. De a vasúti fejlesztések hosszú időt szoktak igénybe venni. Most azt gondolom, hogy ennek a megvalósítása is át fog nyúlni az ötéves cikluson.

■ *Mit lehet ebben a ciklusban elkezdni és be is fejezni?*

■ Folytatni fogjuk az út- és járdaprogramot. Különösen a belvárosi kerületekkel összevetve nagyon sok lemaradásunk van. Azért fogunk lobbizni, hogy most már ne saját forrásból kelljen egyes útszakaszokat rendbe hozni. Bízunk benne, hogy megváltozik a kormány hozzáállása a fővároshoz, és lesz forrás a kerületi utak rendbetételére. Jelentős csapadékvíz-elvezetési beruházásokat kell végrehaj-

tani, és tervezzük, hogy a következő öt évben felépítjük a nyugdíjas otthont a Havanna-lakótelepen.

■ *Kampánytéma volt a Zsebők Zoltán Szakrendelő kérdése. Mikor készülhet el?*

■ Folyamatos az építkezés, és az év végére befejeződhet.

■ *A szociális akciók megmaradnak-e?*

■ Biztosan lesznek szociális vásárok, és az évi kétszeri nyugdíjas utalványt is biztosítjuk. Megmarad az emelt szintű települési támogatás, és mindent megteszünk annak érdekében, hogy az intézményrendszerünk ugyanolyan kiváló körülmények között működjön, mint most.

Gyuricza Péter



A június 9-én megválasztott, de csak október 1-jén hivatalba lépő képviselő-testület és Kunhalmi Ágnes országgyűlési képviselő
Fotó: Kürti János

Régi és új képviselők

A nyári szünetet megelőzően, június 25-én több mint húsz napirendi pontról tárgyalt a XVIII. kerületi képviselő-testület. Egyúttal lezárult a képviselők elmúlt két évi „vendégszereplése” a helyi művelődési házakban.

A testület többek között szerződések megkötéséről és módosításáról tárgyalt, valamint döntések születtek önkormányzati társaságok beszámolóiról, és felhatalmazták a polgármestert a Jobb szakpolitikák az egészséges otthonokért című kiáltvány aláírására.

ÁTVETTÉK A MEGBÍZÓLEVELET

Mindenekelőtt azonban egy ünnepélyes ceremóniára került sor, ezúttal még nem az elkészült, de üzemelés alatt álló új városközi tanácssteremben, hanem a Kondor Béla Közösségi Házban. Ünnepélyes keretek között vette át megbízólevelét a június 9-én újraválasztott polgármester, valamint az új felállásban csak október 1-jén hivatalba lépő új – és sok esetben régi – önkormányzati képviselők.

A régi-új polgármester megköszönte a XVIII. kerületiek támogatását és megtisztelő bizalmát.

– Ahogy az elmúlt huszonnégy évben, úgy októbertől is kerületünk boldogulását és fejlődését fogom szolgálni. A mi otthonunk Pestszentlőrinc és Pestszentimre, ahova jó hazajárni, ahol jó élni, és ahova mindig hazahúz a szívünk – mondta Szaniszló Sándor.

ÁTFOGÓ VÁROSI PROGRAM

A határozati javaslatok között szereplő témák egyike a Jobb szakpolitikák az egészséges otthonokért címet viselte. Ennek előzménye az, hogy a XVIII. kerület tájékoztató levelet kapott Óbuda-Békásmegyér önkormányzatától a III. kerületben megvalósítás alatt álló Wellbased-projektről.

A III. kerületi egyike annak a hat együttműködő önkormányzatnak, amelyek 2021-től közösen keresik a megoldásokat az energiaszegénység, valamint a fizikai és mentális egészség kapcsán jelentkező problémák enyhítésére a Wellbased elnevezésű európai uniós projekt keretében. A program célja átfogó városi program kidolgozása az energiaszegénységnek, valamint annak



A XVIII. kerület képviselő-testülete egyetért a Jobb szakpolitikák az egészséges otthonokért kiáltvány céljával és irányelveivel, ezért úgy döntött, hogy együttműködik a Wellbased programban részt vevőkkel. A testület felhatalmazta a polgármestert a kiáltvány aláírására.

Az ülésen Szaniszló Sándor a képviselők nevében is köszönetét fejezte ki Máté Zsuzsannának, a Kondor Béla Közösségi Ház és Intézményei igazgatójának és a többi dolgozónak azért, hogy két éven keresztül a kerületi művelődési házakban tarthatta üléseit a testület, amikor a polgármesteri hivatal tűzkárokra szenvedő tanácsstermében nem volt erre mód. Egyben örömmel tájékoztatta a jelenlevőket, hogy az új önkormányzat október elsejei alakuló ülését már az új tanácssteremben tarthatják, és a 21. századnak megfelelő korszerű körülmények között folytathatják munkájukat a képviselők.

Bodzay Zoltán

egészségre gyakorolt káros hatásainak csökkentése érdekében.

EGÉSZSÉGES OTTHONOKÉRT

Mindezt a már meglévő, bizonyított eredményű eljárásmodok alapján kívánják elérni, amelyek adaptálhatók és a különböző európai sajátosságokhoz illeszthetők. Ennek érdekében készült el a Jobb szakpolitikák az egészséges otthonokért című kiáltvány, amelyet a projektkonzorcium szakértői dolgoztak ki.

A kiáltvány felhívja az önkormányzatok figyelmét az egészségügyi szempontból elégtelen minőségű otthonokra, az egészség és az energiaszegénység közti kapcsolatra, támogatja a helyi önkormányzatok törekvését egészséges otthonok megteremtésére, és teret biztosít a megoldások kidolgozására.

ALÁÍRJÁK A KIÁLTVÁNYT

A III. kerületiek olyan önkormányzatokkal vetették fel a kapcsolatot, amelyek értékelik a Wellbased-projektben elért eredményeket, demonstrálnák a szakpolitikai elkötelezettségüket, az aláírásukkal is kifejezve a program irányelveinek támogatását.

A Wellbased-projekt

A III. kerület 2020 júniusában nyújtotta be pályázatát az Európai Unióhoz, s az önkormányzat 2020. október 23-án értesült a pozitív elbírálásról. Ezzel Óbuda-Békásmegyer kísérleti helyszíneként kapcsolódhatott be a programba.

A projektidőszak négy évig tart, 2021. március 1-jétől 2025. február 28-ig. A toborzási időszak lezárult, jelenleg a beavatkozások megvalósítása van folyamatban. Eddig 130 helyi lakost sikerült bevonnai a programba, akiknek 14 alkalommal volt lehetőségük energiahatékonysági tréningben részt venni, hat alkalommal pedig háztartásgazdálkodási tréning keretében bővíthették az ismereteiket.

Nyolcvanhárom ember havi rendszerességgel vesz részt egészségügyi szűrővizsgálatokon, amelyeken többek között a vérnyomást és a véroxigénszintet ellenőrzik a lebonyolításban részt vevő egészségügyi szakemberek. Ugyancsak 83 háztartás energetikai felmérése történt meg, s ennek eredményeként 38 háztartásban váltottak az elavult háztartási gépről energiahatékonyabb típusra. A projekt keretében levegőminőség-mérő eszközöket is kihelyeztek, jelenleg 40 lakásban mérik a hőmérsékletet, a szén-dioxid-szintet és a páratartalmat.

Új tanácsterem: modern és formálható

Júniusban befejeződött a polgármesteri hivatal tanácsteremének átépítése, és elkészültek a kiszolgálóhelyiségek is, de a képviselők csak a nyári szünetet követően veszik azokat birtokba. A sok újdonsággal rendelkező létesítmény új műszaki berendezéseit addig az önkormányzat szakemberei tanulmányozzák és tesztelik.

A nyolcvanas években épült korábbi tanácsterem annak a kornak a színvonalát tükrözte. Az átépítést követően sokak szerint olyan tanácstermet kapott a kerület, amely ezután nemcsak a képviselő-testület üléseinek megrendezését teszi lehetővé, hanem kiszolgálóhelyiségeivel együtt képzések, konferenciák 21. századi szintű befogadására is alkalmas.

AMIT ÉRDEMES MEGMUTATNI

A tanácsterem, a tárgyalók és a hozzájuk tartozó helyiségcsoport belsőépítészeti tervezésére az Ambiente Artdesign Kft. kapott megbízást. A cég ügyvezetője, Törőcsik Ferenc belsőépítész szerint a tervezés során fontos szempont volt, hogy az eredetileg acél pillérvázás épületből nem kell mindent elbontani vagy eltakarni, érdekes lehet megmutatni az épület acélszerkezetét is a maga valójában.

– Számomra fontos egy ilyen épület múltja, amelynek esetében nem mindig az a megoldás,

hogy leromboljuk és teljesen újrakepítjük. Ez egy elég értékes helyen található, a helyi közösség szempontjából is fontosnak tekinthető épület, amelynek története van – hangsúlyozta Törőcsik Ferenc.

MULTIFUNKCIONÁLIS TÉR

A helyiségcsoportnak korábban kötött funkciója volt. A tanácsteremben elsősorban a képviselő-testület ülésezett, a mellette található aulában a tervek zsűrizésétől kezdve a bizottsági ülésekig sokféle megbeszélés zajlott, de ez a tárgyaló egyetlen helyiség volt.

Törőcsik Ferentől megtudtuk: a tervezési program alappillére volt az, hogy a korábbi tárgyalóhelyiség multifunkcionális térévé váljon. Többféle módon lehessen használni, többféle funkciót tudjon betölteni, azaz adott esetben egyben és leválasztva is lehessen működtetni. Ennek megfelelően kialakult egy A- és egy B-tárgyaló, amely mobil fallal osztható két kisebb, egyenként 8-10



Törőcsik Ferenc



fős tárgyalóhelyiségre. Összenyitva pedig 20-22 fő is használhatja a termet.

Jelentős változás az ülésterem belső terében egyfajta nyitás a külső tér felé. A belsőépítész emlékeztetett arra, hogy aki valaha járt ebben a helyiségcsoportban, az tapasztalhatta, hogy kifelé zárt volt, csupán az aulának volt természetes megvilágítása.

LEGFONTOSABB AZ EMBER

– A statikusokkal egyeztetve a tervek alapján elhelyeztünk két darab 2x2 méteres felülvilágítót a tetőn, így már természetes fény is van a tanácsteremnek. Ezt a természetes világítást egy távirányítható árnyékolószervezettel be is lehet zárni, védve a helyiséget a túlzott napfénytől – tudtuk meg Törőcsik Ferentől.

A belsőépítész hozzátette: a mennyezet és a falak burkolatai sem öncélú dekoratív elemek, hanem a terem akusztikáját kívánják segíteni, hogy az ne legyen kongó vagy visszhangos. Véleménye szerint izgalmas folyamat lesz, amíg a felújított területet az önkormányzat belakja, és úgy használja, mint ahogy ő elképzelte, de azt sem zárta ki, hogy teljesen másképp, mert ez a helyiségcsoport éppen ezt tudja: illeszkedik a funkcióhoz, és senkit nem akar befolyásolni.

– Az én tervezési felfogásom a funkcionalista minimalizmus. Én csak kereteket, kulisszákat, hátteret, díszletet adok mindennek, mint egy színházi előadás esetében. A fényfestésekkel, a különböző belsőépítészeti elemekkel és a berendezés átmozgatásával mindenki saját magára tudja formálni a belsőt, mert ebben a térben is az ember a legfontosabb szereplő – hangsúlyozta Törőcsik Ferenc.

SZÍNES FÉNYEK, LEDFAL, FÜLES FOTEL

Ugyancsak az önkormányzat épületében történt felújítás eredménye, hogy a városháza első emeletén a régi aulából kialakított új tárgyalók közvetlen összeköttetésben vannak a polgármester irodájával. A váróban pedig egy érdekes fotellel találkozhatnak a vendégek, amely nemcsak kényelmes – lévén füles fotel – hanem az is a funkciójához tartozik, hogy benne elmerülve szinte hangszigetelten lehet telefonálni.

Az ülésterembe és a kiszolgálóhelyiségekbe sokrétű világítást építettek be, de minden egy rend-



Fotók:
Váradí
Levente

szerhez tartozik. Ezzel az automatikus rendszerrel úgynevezett világítási képeket lehet kialakítani. Az, hogy a falba vagy a mennyezetbe süllyesztett elemek hol, milyen fényekkel, milyen színekben, színkeveréssel és mekkora erősséggel világítanak, a tervező szerint az önkormányzat szakembereinek kreativitásán múlik.

Az ülésterem két oldalán üvegfalal leválasztva kialakítottak egy-egy technikai helyiséget, amelyet akár tolmácsolóhelyiségként is lehet használni. A műszaki fejlesztésekhez tartozik a terem hatalmas ledfala, amely a testületi ülések lebonyolításához is nagy segítséget nyújt majd, de konferenciákon, előadásokon, prezentációk alkalmával is hasznos támogatóeszköz. *Bodzay Zoltán*

Választások után

A június 9-én megrendezett önkormányzati választáson Szaniszló Sándor a DK, a Jobbik, a Momentum, az MSZP és a Párbeszéd-Zöldek képviselőiben a Pestszentlőrincen és Pestszentimrén leadott szavazatoknak több mint a felét (51,53 százalék, 25 061 darab) kapta, így újabb öt évre ő lehet a kerület polgármestere. Kihívója, a Fidesz-KDNP színeiben induló Ughy Attila korábbi polgármester a szavazatok 31,68 százalékát (15 409 darab) szerezte meg. Eszerint októbertől zökkenők nélkül folytathatja a kerület jelenlegi vezetése a munkáját. De milyen tanulságokkal szolgál a szavazás? Erről beszélt lapunknak Pulai András, a Publicus Intézet stratégiai igazgatója.

Pulai András elmondta: az, hogy minden eddiginél nagyobb, 60,51 százalékos volt a részvétel, két okkal magyarázható. Egyrészt most először rendeztek egy napon két választást, másrészt olyan politikai folyamatok indultak be országos és helyi szinten is – Magyar Péter megjelenése, valamint Szentkirályi Alexandra, Karácsony Gergely és Vitézy Dávid versengése –, amelyek felfelé tolták a részvételt. Ez a tendencia érvényesült a XVIII. kerületben is, ahol a versenyt egy korrupciós leleplezés vezette be, amikor a Fidesz kerületi vezetője ötmillió forintot akart fizetni azért, hogy egy másik párt képviselője induljon a polgármesteri székért. Az ilyen esetek általában előrevetítik azt, hogy magas lesz a részvétel, mert felfokozódik az érdeklődés a választások iránt.

VÁLTÓ HANGULAT

Pulai András az eredmények ismeretében azt valószínűsítette, hogy országos szinten ezúttal inkább ellenzékváltó hangulat volt, és ezt is a Tisza Párt kampányával magyarázta.

– Országosan inkább ellenzékváltó hangulatra tippelnék, de valójában egyetlen dolog történt, Magyar Péter, illetve a pártja átalakította az ellenzéki térképet, miközben igazából nem tudott belemenni a Fidesz bázisába. A Fidesz több szavazatot szerzett az európai parlamenti választáson, mint öt évvel ezelőtt. És ha az önkormányzatokat nézzük, akkor, bár a Fidesz veszített polgármesteri és



önkormányzati helyeket, mégse kapott kevesebb szavazatot az országban. Magyar Péter megjelenésével az ellenzéken belül történt átrajzolódás. Először a kispártokat „zabálta fel” (a Jobbikot, a Mindenki Magyarországa Mozgalmat, a Nép Pártján Mozgalmat), utána elkezdett belemarni a szabad szemmel is látható pártokba, ennek eredményeként a Mi Hazánk és a Momentum kiesett az Európai Parlamentből és a Fővárosi Közgyűlésből is, valamint a Kétfarkú Kutya Pártot is megmarcangolta a Tisza Párt.



Ez utóbbi azért bejutott a közgyűlésbe, de az EP-ben nem szerzett mandátumot. Pulai András úgy véli, hogy ez az egyik átalakulás, ami azt mutatja, hogy ellenzékváltás van. A XVIII. kerületben erre azonban nem került sor. Itt a polgármester több szavazatot kapva megőrizte a helyét, és a közgyűlési többség is megmaradt. Ez pedig arra utal, hogy a polgármesternek meg a helyi vezetőknek a teljesítményét értékelték az emberek. Sokkal jobban a teljesítményt, mint valamiféle kampányüzenetet vagy az ingyen osztogatott krumplit.

– A XVIII. kerületben a polgármester teljesítette az ígéretét, és a választók meglegedésére kormányzott, illetve stabil politikai hátteret teremtett magának és azt meg is őrizte, és nem a veszekedésektől, összecsapásoktól, hisztizésektől volt hangos a helyi közélet. Így ezek egysége megmutatta azt, hogy lehet sikereket elérni. Itt volt egy politikai alternatívát nyújtó közösség, amelyik tette a dolgát, és meg is kapta a bizalmat a választóktól – tette hozzá Pulai András.

Gy. P.

Fotó:
Ruzsa István

Harmincnyolc éve kezdte a számlálást

A szavazatszámológok még soha nem voltak ilyen nehéz helyzetben, mint az idén – mondja Hidasi György, aki 1986 óta minden választáson szavazatszámológó bizottsági tagságot vállalt, és ezúttal sokadszor volt a bizottság elnökhelyettese. Úgy gondolja, nem lett volna szabad kétféle választást egy napra tenni, mert a szavazókat ez nagyon megkeverte. Szerinte a nem megfelelő törvényi szabályozás is nagy gondot okozott. A központi döntés végrehajtását persze jobban is meg lehetett volna szervezni. Észrevételeit részletesen is kifejtette lapunknak.

– A főpolgármester-jelöltek egyikének visszalépése nyomán félreértésre okot adó helyzet állt elő, amit a választók sokszor nem is értettek. Ezt elsősorban a szavazatszámológóknak kellett kezelniük. A szavazólap tetején az állt, hogy érvényesen csak egy jelölt neve mellé tehető iksz vagy kereszt. Ha valaki visszalépett, azt ki kell húzni, hogy rá ne szavazzanak. Aztán kiderült, hogy az a szavazat is érvényes, amelyen valaki a kihúzotttra és valaki másra is szavazott, mondván, csak ez utóbbit kell figyelembe venni. Helytelen, ha egy törvényt így is meg úgy is lehet értelmezni – mondja Hidasi György.

NEM ELÉG A VISSZALÉPŐ NEVÉT ÁTHÚZNI

– Hogy egyértelműbb legyen, be kellett volna feketíteni teljesen a név mellett álló kört is, hogy oda képtelenség legyen bármilyen jelet tenni. Szerencsére ez a mi szavazó körünkben nem okozott gondot, csak azt nyilvánítottuk érvénytelen szavazatnak, amelyik e trehány törvényi megfogalmazás szerint is érvénytelen volt. A számlálásnál maradt így is problémánk elég, de ezek megint csak szerencsére nem befolyásolták a megállapított eredményt.

Hidasi György és társai a kerület 27. számú szavazókörében tevékenykedtek, az Üllői úti Piros Iskolában. Ez a második legnépesebb körzet, több mint ezerkétszázan tartoznak ide. A részvétel az átlagosnál magasabb volt. A számlálók reggel negyed hat körül az előkészületekkel kezdték a munkájukat, s hat órára, az első szavazó érkezésére minden készen állt. Az első szavazat fogadásának törvényben pontosan szabályozott formái vannak: az első választópolgárnak is meg kell erősítenie, hogy minden rendben van a szavazatleadások elkezdéséhez.





HELY IS KELL A SZAVAZATSZÁMLÁLÁSHOZ

– Aztán nincs megállás, este hétig. Munkamegosztás van, de az a kívánatos, ha mindenki mindenre figyel, és a munkafolyamatokban is kiegészítik egymást.

A bizottsági tagok tizenhárom órás koncentráció után jutottak el oda, hogy elkezdjék a munkájuk második részét, amelyben még nagyobb szükség volt a figyelem összpontosítására.

– Összetoltuk az asztalokat, ráborítottuk az urnák tartalmát, majd kezdtük fajtánként szétválogatni és kupacokba rakni a szavazólapokat. Az elegendő szabad hely ilyenkor kulcskérdés. A Piros Iskolában sem bővelkedtünk ebben, székekre is pakolnunk kellett, de kicsit jobb volt a helyzet, mint tavalyelőtt. Akkor az országgyűlési választások szavazatainak összeszámlálása katasztrófális körülmények között történt. Egy óvodában dolgoztunk, ahol csak piciknek való ebédlőasztalok álltak rendelkezésre. Nehezen boldogultunk. Jó volna, ha azok, akik kijelölik ezeket a helyeket, végiggondolnák, mi is történik attól a pillanattól kezdve, hogy belép egy szavazó, egészen addig, amíg a bizottság tagjai elkezdik osztályozni és összesíteni a több száz szavazatot. Ehhez sok hely kell, hogy ne keveredjenek össze a már leszámlált kötegek. Azzal is illene számolni, hogy hány urna kell ahhoz, hogy biztonságosan beférjen az összes szavazólap. Most ráadásul többen jöttek el a szokásosnál... Este fél hét felé már cipőkanállal kellett belegyömöszölni a szavazólapokat az urnákba. Ez a nélkülözhetetlen választói bizalmat is kikezdi, mert valaki gondolhatja azt is, hogy a félig kilógó borítékját más kihúzza az urnából.

NEM VOLNA SZABAD FÉNYKÉPEZNI

Hidasi György nem ért egyet azzal, hogy a szavazófülkében lehet fényképezni, mert szerinte ez csalásra ad lehetőséget.

– Ezt át kéne még egyszer gondolniuk a törvényalkotóknak. Az viszont a helyi szervezőkön múlik, hogy milyen szavazófülkét építenek, és hogyan rendezik be azt. Az asztal lapja, amin ikszelni lehet, már sokadik éve vékony farost anyagból készül, keskeny és ingatag. Lehetne két-három centivel szélesebb, hosszabb, vastagabb, stabilabb, mert így gyakran leesik használat közben. A függönyt pedig ahelyett, hogy fixen odaerősítik a felső csőre, inkább könnyen elhúzhatóvá kéne tenni, és jóval rövidebbre kellene szabni, mert a szavazó nem tudja, melyik fülké üres már, melyikbe mehet be. Nekünk, szavazatszámolóknak, meg azt is látnunk kell, hányan vannak bent. Most földig kell hajolni ehhez – összegezte a tapasztalatait Hidasi György.

Kerekes András

Fotók:
Ruzsa István

Megújult a Havanna gyermekorvosi rendelője



Fotók:
Ványi
Ákos

A Havanna-lakótelepen élő családoknak egy ideig hiányolniuk kellett, de június végére elkészült és immár fogadja is a betegeket a felújított gyermekorvosi rendelő.



A XVIII. kerület vezetői már a 2019-es választási kampányban azt ígérték, hogy megújítják Pestszentlőrinc-Pestszentimre egészségügyi ellátó rendszerét. A program keretében ennek megfelelően elkészült az új gyermekorvosi rendelő Pestszentimrén, folytatódik a Zsebők Zoltán Szakrendelő felújítása, és befejeződött a Havanna-lakótelepen a felnőtt háziorvosi rendelő teljes felújítása. A program egy újabb állomásaként a Havanna sétányon átadták a megújult gyermekorvosi rendelőt.

Mint azt Kőrös Péter alpolgármestertől megtudtuk, június 17-re elkészült, kívül-belül teljesen megújult a gyermekorvosi rendelő épülete, s ezt követően visszaköltözhetnek az orvosok és az asszisztenseik, hogy elkezdhessék a betegek fogadását. Ez az átalakítás is az önkormányzat által tervezett intézményfelújítások sorába tartozott.

A Havanna-lakótelep gyermekorvosi rendelője az energetikai szempontú felújítás keretében új szigetelést kapott, légkondicionált lett, kicserélték a nyílászárókat, és a tetőfelújítást is elvégezték a szakemberek. Ezenkívül újrafestették az épületet kívül és belül is. Az önkormányzat elképzeléseinek megfelelően a kivitelezők a gyermekek szín- és képi világára hangolták a létesítményt, a gyerekek kedvéért látványosabbá tették azt, mint amilyen a felnőttek rendelője.

– Azt kívántuk elérni, hogy a mai gyerekek által ismert rajzfilmek világa jelenjen meg az épület falain, és már kívülről is sugározza azt, hogy ez egy igazi gyermekorvosi rendelő – hangsúlyozta Kőrös Péter.

Az alpolgármester egy további egészségügyi beruházást is említett, amely már jó ideje előkészítés alatt áll, de eddig egy tulajdonviszony-rendezés késlekedése miatt nem kezdhettek hozzá. Miután fél éve rendeződtek a tulajdonjogi kérdések, elkezdtek a tervek elkészítését. Ennek megfelelően az új önkormányzati ciklusban elkezdődhet a Lakatos úti lakótelep háziorvosi rendelőjének felújítása is.

B. Z.

Stop a teherautóknak

A budapesti úthálózat egyszerűen nem bírná el azt a terhelést, amelyet a teherforgalomra kiszabott úthasználati díj jelenleg távol tart.

Az M0-ás körgyűrű mentén található településeket különösen nehéz helyzetbe hozná az a törekvés, amely szerint a Fővárosi Önkormányzat a jövőben nem szabhatna ki útdíjat a Budapest területére behajtó tehergépjárművekre. Ennek következménye sokak szerint az lenne, hogy a jelenleg részben fizetős körgyűrű teherforgalma rászabadulna a külső kerületek útjaira, ellehetetlenítve ezzel a helyi közlekedést és fokozottan szennyezve a környezetet.

KORLÁTOZOTT BEHAJTÁS

A Fővárosi Kormányhivatal 2024 elején másodszor küldött törvényességi észrevételt a Fővárosi Önkormányzatnak azért, hogy az törölje azt a 2011-es rendeletét, amely lehetővé teszi, hogy forgalomszabályozási eszközként útdíjfizetési kötelezettséggel tartsa távol a tehergépjárműveket Budapest útjaitól.

Kiss Ambrus főpolgármester-helyettes akkori nyilatkozatában azt hangsúlyozta, hogy a kormányhivatal nem vette figyelembe Budapest sajátosságait. Ha ezt a rendeletet a közgyűlés vagy a bíróság megsemmisítené, az azt eredményezné, hogy az egyébként fizetős M0-ás helyett sokan az immár ingyenes nagy fővárosi utakat használnák.

Könnyű elképzelni, hogy mindez milyen helyzeteket okozna a budapesti közlekedésben. A főpolgármester-helyettes azt javasolta, hogy a közgyűlés mondja ki: nem értenek egyet a Fővárosi Kormányhivatal törvényességi észrevételével, ki-tartanak, és ha kell, a bíróságra is elmennek.

FURCSA ÖTLETEK

Karácsony Gergely szerint az úthasználati díjjal a Fővárosi Önkormányzat 2011 óta sikerrel tartja távol a nehézgépjárműveket a város belső útjaitól.

– Miután a kormány fizetőssé tette az M0-ás autótutat, a kormányhivatal a tizenhárom éve jól működő budapesti útdíjrendszer eltörlését követeli.



Ismét a budapestieknek okoznak kárt. Nem nehéz belátni: ha a városban ingyen lehet közlekedni, azt elkerülni viszont pénzbe kerül, akkor a behajtást fogják választani az autósok. Márpedig a budapesti belváros úthálózata ezt a terhelést egész egyszerűen nem bírja el – mondta a főpolgármester.

A kormány 2015 januárjában tette fizetőssé az M0-ás körgyűrű jelentős részét. Akkor erre azért volt szükség, mert a 2015-ös költségvetési tervezetben az addigi 150 milliárd forint helyett 189 milliárdnak kellett befolynia az útdíjakkból. A körgyűrű fizetőssé tételének ötlete szakértők szerint is azért furcsa, mert az elkerülő utak általában ingyenesek, hiszen a céljuk alapvetően a forgalom elterelése a város útjairól.

KÖZGYŰLÉSI DÖNTÉS

– Nem engedünk a nyomásnak. A Fővárosi Közgyűlés felhatalmazását kérem, hogy ellenálljunk a kormányhivatal eszement akaratának. Megvédjük Budapestet – nyilatkozta március végén Karácsony Gergely.

Így is tett, a Fővárosi Közgyűlés március 27-i ülésén tárgyalta a Fővárosi Kormányhivatal törvényességi észrevételéről, s a testület nem értett egyet a hivatal felhívásában foglaltakkal.

Budapestnek 2023-ban nettó 1,8 milliárd forint bevétele származott az útdíj szedéséből (ebből levonandó a rendszer működtetésének költsége). Az állami elvonásokkal amúgy is sújtott fővárosi költségvetést súlyosan érintené ennek a bevételnek az elvonása.

B. Z.

Fotó:
Ványi Ákos



Különleges segítség

Mint ahogy arról korábban hírt adtunk, a kerületben működő Kis-Pingvin Sportegyesület tervezte, hogy ebben az évben is nekivágnak a Balaton hosszanti átúszásának. Június 14-15-én sikerrel valósították meg ezt.





A rendezvény különlegességéeként a több mint 80 kilométeres távot ezúttal kizárólag gyerekek tették meg, a Kis-Pingvinek fő célja pedig az volt, hogy felhívják a figyelmet a kölcsönös egymásra figyélés fontosságára, és pénzt gyűjtsenek Drávcuz Rita világ- és Európa-bajnok vízilabdázó kislányának, akinél kétéves korában a Charcot-Marie-Tooth (CMT)-kór 2-es típusát diagnosztizáltak.

– Szerencsénkre minden nekünk kedvezett, jó volt az idő, a gyerekek pedig egyszerűen fantasztikusak voltak – mesélte Menczinger Melinda, az egyesület vezetője. – Csodálatos volt átélni, ahogy egymást biztatva 24 óra alatt elérték a kitűzött célt. Nagyon fegyelmezetten viselkedtek, nekünk csak arra kellett figyelniük, hogy mindannyian rendesen egyenek és igyanak, és folyamatosan kenjék magukat naptejfel.

Az egyesület vezetője hozzátette: a legnagyobb élmény a célba érkezés volt: az egész balatonakarattyai Bercsényi-strand kék színben úszott, a vízimentők dudaszóval gratuláltak, és volt egy kis élőzene is.



– Az örökre szóló élmények mellett közel kétmillió forintot sikerült gyűjtenünk a WonderFlora & CMT Alapítványnak.

Az esemény fővédnöke Illés Fanni paralimpiai világ- és kétszeres Európa-bajnok paraúszó, férje, edzője, Szabó Álmos, valamint Márcz Tamás, a férfi vízilabda-válogatott korábbi szövetségi kapitánya, olimpiai bajnok volt.

Fotók:
Kürti János

-dv-



Jaj, úgy élvezem
én a strandot!





Mindennap élvezhetik a vendégek a nyarat a Bókay-strandon, ahol a fürdés, úszás, napozás mellett kellemes játszótér és gondozott homokos strandröplabdapálya is várja a kicsiket és a nagyokat.

NYITVATARTÁS

Hétfőtől vasárnapig 9–19 óra között, hőségriadó esetén 20 óráig

ÁRAK

- Felnőtt, nyugdíjas, ifjúsági belépő: 1900 Ft/alkalom/fő, Városkártyával 1700 Ft
- Gyermekebelépő (3–14 éves korig): 1400 Ft/alkalom/fő, Városkártyával 1200 Ft
- Családi belépő (2 felnőtt, 2 gyerek vagy 1 felnőtt és 3 gyerek belépésére jogosít): 5100 Ft/alkalom/család
- Napozóágy bérlete: 600 Ft/nap/ágy

GólTerasz

Elképesztően sokan nézték a magyar válogatott meccseit a GólTeraszon. A magyar csapat ugyan kiesett az Európa-bajnokságról, de a többi csapatnak július 14-ig lehet közösen szurkolni a Bókay-kertben.

Fotók:
Ruzsa István
Váradi
Levente





Polcra mindig szükség van



Kicsi, nagy, széles, keskeny, lebegő, fém, üveg... Oldalakon keresztül lehetne sorolni, hogy mennyiféle polc létezik, és az is kétségtelen, hogy jelentősen megkönnyítik az életünket. A területben tevékenykedő Polcszaki egy több mint negyven éve működő családi vállalkozás, amely hagyományos, exkluzív és egyedi igények szerinti polcok, polcrendszerek kis- és nagykereskedelmével foglalkozik.

– Családi vállalkozásunk 1983-ban alakult, és azóta jogfolytonosan működik – mondja Losonci Iván, a Polcszaki vezetője. – Polcokkal 1990 decembere



óta foglalkozunk, ez egy külföldi bémunka kapcsán alakult ki. Jelenlegi fő tevékenységünk a hagyományos, exkluzív és egyedi igények szerinti polcok, polcrendszerek kis- és nagykereskedelmi forgalmazása. Kínálatunk polctartó elemekből és polcokból áll, melyekből igyekszünk kiemelkedően széles választékot adni. Polcaink a pincétől a padlásig, a fürdőszobától a garázsig mindenhol felhasználhatók. A termékeink igény szerint fából, fémből vagy üvegből készülnek.

Losonci Iván hozzátette: nemcsak értékesítik a termékeket, hanem berendezési ötleteket és polcfelszerelési tanácsokat is adnak a különböző helyiségekben való felhasználásukhoz. Emellett vállalnak helyszíni felmérést és polcszerelést is.

– Műszerrel meg tudjuk vizsgálni, hogy a falban hol van bármilyen vezeték, elkerülve azt, hogy a falfúrásnál megsérüljön. (X)

Elérhetőség:

E-mail: polcbolt@gmail.com

Honlap: www.polcszaki.hu

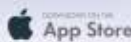
Telefon: +36-1-291-8027

Mobil: +36-30-952-6395

Mintabolt: 1188 Ady Endre utca 121/B (Pestszentimre)

A Városkártya-tulajdonosok 10 százalékos engedményt kapnak a kiskereskedelmi árból.

TÖLTSE LE A BP18 APP-OT ÉS IGÉNYELJE MEG VÁROSKÁRTYÁJÁT!



VÁROSKÁRTYA elfogadóhelyek

A kedvezmények teljeskörű tájékoztatójért kérjük tekintse meg az applikációban található elfogadóhelyek leírás részét.

Elfogadóhely neve	Kedvezmény
1 Falat Boldogság	5%
4Seasons SI- és Snowboardiskola	10%
741 Autószerviz	10%
77 Barber Shop	10%
AEROPARK Budapest	50%
Ági Molett Divat	5%
Akkuszaküzet	5%
Angel Rose Tattoo	10%
Anikó Virág Ajándék	10%
AnniPanni kutyakozmetika	10%
Aqualing Medenceáruház Pestszentlőrinc	10%
Aroma Masszázs	15%
Art Contour Szépségszalon	20%
Átol Cégtábla	5%
Aurora Thai masszáz	10%
BabaTappancs Bababolt	10%
Barna Futó- futóműbeállítás és javítás	10%
BAVET Állatorvosi rendelő	10%
Beauty Blossom Szépségszalon	10%
Betty Körömszalon	10%
Bg Carp Shop	5%
Body-Face Academy & Spa Szépségszalon	25%
BonZsúr kávézó	5%
Bookland Könyvárúház	20%
Borka Cukrázda	5%
BORROSTA A Borbeer Shop	10%
Buba Optika	15%
Budapesti Tigrisek SE.	100%
Bylessa hobbi bolt	5%
CFC Fit	10%
Chili Dog Amerikai Étterem	5%
Cipészüzlet	10%
Clean Balance takarítás	10%
Cleanstore Webáruház	10%
Clevernest - Okos otthonok	10%
Cseriti Pestszentlőrinc	10%
Csubi Kutyakozmetika	5%
D-Y Fogászat	10%
Dalton Beauty Bar	10%
Ditte masszáz és csontkovács kezelés	10%
Don Teo Kutyakozmetika	10%
Dósa Annamária – Lángos**	20%
dr. Szilva Gábor ügyvéd	20%
Duo Ételbár	10%
Duo Söröző	10%
Dynamic Thai Masszázs Szalon	10%
Évike Virágüzlet	5%
Fashion Queen for You	20%
Fehér Amur Horgászcentrum	10%
Felnyitvasbudapest.hu	10%
Fényhíd.hu Kft	5%
Filtercenter	5%
Fitness 5 Sallai	10%
Fodrászcikk	10%
Fondán Cukrázda	10%
Formabontó Szalon & Kozmetika	10%
Fórum Autósbolt	25%

Elfogadóhely neve	Kedvezmény
Fotoland - Fotó és Papír-írószer	10%
Garancia Autóalkatrész	10%
Gilice Hair Salon	10%
Gloriett Fejlesztőház	20%
Golana	10%
Gráf Fotósuli és Glamour Fotó Műhely	20%
Guth Judit Aliz Hajhosszabbító és Fodrász	10%
Gyémántfelhő Kiadó	10%
Gyémántfelhő webshop	20%
Gyömöreyné Bengyel Andrea női életút kísérő - Holdfénykör Női Tér	10%
Gyros Box	5%
H-Pláza Kft.	5%
Hamburverda**	20%
Harangvirág Kozmetika	10%
Havanna Kézi Autómosó	10%
Helen Doron Gyereknyelviskola	5%
Herderson otthonápolás	10%
Herczku - Kályhas Kft.	10%
Hollandimpex Squash Center	20%
Hollandimpex Szolárium	20%
Homoki-Zár Kft. Budapest	10%
Horváth Mobilgumis	10%
Hűsibolt	10%
Imre Udvar Kiskedvenc Ellátó	10%
IMREI Fagyizó	5%
IMREI Tejbolt	5%
IMREI Zöldséges	5%
Infratrainer Üllői és Szolárium Studio	10%
Ingatlanmagus.hu	20%
Intense Stúdió	15%
Jaquazol Kft.	100%
Jenny Nails	5%
JML-Ablak	10%
Jó Élet Good Life Biobolt	10%
Joe Bácsi Étterem	10%
K5 Kult Bisztró	10%
Kastélydombi uszoda	10%
Kata - Fodrász és Műköröm Kellékek	5%
Király Kifőzde	5%
KIRO Tervezőiroda	10%
Kiss Attila - DrNest Ingatlan	20%
Kiss László - Önismereti tréner	10%
Kondor Béla Közösségi Ház*	50%
Korrekt Szolgáltatások	15%
Korrekt Villanszerelés	10%
Kőhíd Állateledel	5%
Krauthaim Zita Gyógytornász	10%
Krila Tűzép	5%
Kürtöskalács**	20%
LaKoma ételbár	10%
Lashes by Kata Udvardi	5%
Liget Szerevnyáruház	5%
Lili Beauty-Full	5%
Logiscool	5%
Manava Stúdió	20%
MassageAddict Masszázssterápia	10%
Merkingua Fordítószolgálat	30%
Mesterek Boltja	5%

Elfogadóhely neve	Kedvezmény
Méza Grill	10%
Minden Ami Medence	10%
Mindigfitten	15%
MiniDog	5%
My Soft Gelato	10%
Naturanza Flowers Shop	10%
Nemes Fitness	5%
Nemes Pecsénye	5%
Nemes Ventilátorház- Légttechnikai szakáruház	5%
Nyomatványbolt	5%
Pala Étterem	10%
Park uszoda	10%
PARKETT-Zóna	5%
PC Ground	5%
Peak Gym Gold	5%
Peak Masszázs	40%
Perge Épker Építőanyag Áruház	5%
Pestszentimrei Községi Ház*	50%
PetDelicat	10%
Petra Fotó	10%
Piramis Ajtó Ablak	5%
PLER Budapest	20%
Hűsibolt	10%
Polc-stúdió Mintabolt	10%
Poly-Matrix Műgyanta Szaküzlet	5%
Primest Festékszaküzlet	10%
Resolut Partner	10%
Retro Palacsintázó	5%
rovarnekul.hu	15%
Rózsa Művelődési Ház*	50%
Ruhajavítás	5%
Sbeauty Kozmetika	10%
Scarface Hamburger	5%
SMARTKAPU	5%
smartom.hu	10%
Sóbirodalom	10%
Starkey Hallásszalon	10%
Számítógép szerviz	50%
Szarvas GSM	10%
Szarvas Számítástechnika	20%
Szent Bernát Pestimrei Kísallat-Ambulancia	10%
Szentimre Optika	20%
SzeretetMező	10%
Szőnyeg Expressz	5%
Takács Norbert Építésmérnök	15%
TeMosód	25%
Texas Étterem	10%
Tom Optika	50%
Tomory Lajos Múzeum	100%
Toolstore Gépkölcsonzó	10%
Top Car	10%
Tündér Pékség	5%
Vad Ágnes Coach	50%
Vattacukor, popcorn, óriáspalacsinta**	20%
Veganland.hu	5%
Vilmos Endre Uszoda	10%
Zamatic Deli és Caffé	10%
Zsoszshop	10%

* A kedvezmény kizárólag az elfogadóhely által megjelölt előadásokra érvényesíthető és annak mértéke előadásonként eltérő lehet.

**Csak a GóITerasz (2024.06.14-07.14.) ideje alatt.



Top 3 elfogadóhely
2024. június

1. Hollandimpex
2. Zamatic Deli és Caffé
3. Krila Tűzép



A kerületiek egészsége

Ősszel is lesznek szűrések

Két alkalommal szervezett már idén egészségügyi szűrőnapot a kerületi lakosoknak a Pestszentlőrinc-Pestszentimre Egészségügyi Szolgáltató Nonprofit Közhasznú Kft. Lapunk a tapasztalatok összegzésére kérte dr. Szabó Attila főigazgató főorvost, aki azzal kezdte, hogy akik most lemaradtak valamelyik vizsgálatról, hamarosan pótolhatják: ősszel ismét lesz két szűrőnap.

ségük, hogy több fontos vizsgálatra is eljussanak. Májusban a Pintér Kálmán Szakrendelőt 62-en, júniusban a Zsebők Zoltán Szakrendelőt 175-en keresték föl.

Arra a kérdésünkre, hogy mi mindent tudnak megvizsgálni egy-egy ilyen szűrőnapon, a következőt válaszolta Szabó Attila:

– Általában arra figyelünk, hogy a leggyakoribb népbetegségeket szűrjük ki. Nem kell hosszan



Szűrővizsgálatokra várva

– A kerületben több évtizedes hagyománya van az egészségügyi szűrőnapoknak, ezeket mindig az önkormányzat finanszírozza, ami nagy segítséget jelent a lakosságnak és nekünk, orvosoknak is – mondta dr. Szabó Attila, a Zsebők Zoltán Szakrendelő főigazgató főorvosa. – Tekintve, hogy a szűrés mindkét alkalommal szombaton volt, sokan éltek a lehetőséggel olyanok is, akiknek a munkahelyi elfoglaltságuk miatt ez az egyetlen lehető-

magyarázni, hogy egy betegség esetében, legyen az kardiovaszkuláris probléma vagy rosszindulatú daganat, a sikeres gyógyítás – ha már a bajt megelőzni nem sikerült – rendkívüli mértékben függ attól, hogy idejében tudtuk-e fölfedezni. Az időfaktor bizony kiemelt tényező.

Hogy milyen széles spektrumot ölelt fel mindkét alkalommal a vizsgálatok sora, arra álljon itt egy nem teljes felsorolás. Ez azért sem fölösleges,

mert nem egyszerűen utólagos leltár, hanem egyúttal eligazítást adhat a jövőre nézve is: a következő szűrések alkalmával is nagyjából ilyen vizsgálatokra számíthatnak a kerületiek.

Mindkét helyen végeztek általános állapotfelmérést, egyszerű labort, amely nem természetesen nem éhgyomorra történt, de azért a vércukorszintre lehetett következtetni belőle. A nők szép számmal éltek a méhnyakrákszűrés lehetőségével, volt vérnyomásmérés, hallás- és látásvizsgálat, hasi ultrahang (erre mindig jó korán kell feliratkozni, mert hamar betelik a létszám, hiszen nem egy pár perces villámakcióról van szó), volt tüdőszűrés és légzésfunkciós mérés is. Mértek boka-kar indexet, volt urológiai vizsgálat, és sokan töltöttek ki rizikófelmérő kérdőívet.

– Ezek mind nagyon fontosak annak érdekében, hogy megelőzzünk vagy még jó időben észleljünk egy olyan komoly betegséget, amelyek majd mindegyike népbetegségnek számít – tette hozzá a főorvos. – Több szűrésből tudunk olyan eredményekhez jutni, amelyek kardiovaszkuláris betegségekre, daganatra, anyagcsere-problémákra utalnak, ráadásul vannak olyan bajok, amelyek további szövődményekhez vezethetnek, ha kezeletlenek maradnak.

Természetüknél fogva a szűrések tüzetes vizsgálatokra nem alkalmasak, az orvosok receptet sem írnak föl ilyenkor, de az eredményeket eljuttatják a házi orvosokhoz.

– Mindig jelezzük, ha kóros leletet találunk a szűrés során – erősítette meg Szabó Attila. – Ha a szakrendelés nem beutalóköteles, akkor a páciens máris mehet oda, ha beutalóra van szükség, akkor a házi orvos irányítja az illetőt a megfelelő szakrendelésre.

A főigazgató főorvos már korábbi beszélgetéseink alkalmával is aggodalommal szolt arról, hogy az utóbbi időben a fiatalok körében is egyre gyakrabban fordul elő daganatos megbetegedés.

– A tudományos vizsgálatok azt mutatják, hogy a fiataloknál ugrásszerűen megnőtt a béldaganatos esetek száma. Ezek kialakulásában döntő szerepük van többek között a különféle étrend-kiegészítőknek, E-anyagoknak. Ezért fontos a megelőzés. Az iskolaorvosoknak figyelmeztetniük kell



Fotók:
Várad
Levente

a fiatalokat, hogy az egészséges étkezés, a rendszeres mozgás, a testsúlycsökkentés, az aktív életmód sokat segít a megelőzésben. Úgy gondolom, hogy a tömegkommunikációnak is kiemelt szerepet kell vállalnia a felvilágosításban. Az elmúlt



tizenöt-húsz év tapasztalatai alapján kénytelenek vagyunk beismerni, hogy a műanyagok elől nem tudunk elbújni, ott vannak már a forrásvizeinkben is. Nemrég olvastam, hogy az Antarktisz jegében is találtak mikro műanyagot. De nem mindegy, hogy milyen dózisban jut be ez a szervezetünkbe: ügyeljünk rá, mit eszünk, mit iszunk, ez elsősorban rajtunk múlik.

Kerekes András

A nyár rémei

Bár az évszakok népszerűségét tekintve legtöbbször a nyárra szavaznánk, azért ezeknek a meleg hónapoknak is megvannak a hátulütői. Ilyenkor a rovarcsípések elleni védekezésre is kiemelt figyelmet kell fordítani. Ezek ugyan a legtöbb esetben nem súlyosak, és néhány órán vagy napon belül enyhülnek, de időnként előfordul, hogy felülfertőződnek, vagy épp komoly allergiás reakciót okoznak, egyes esetekben pedig súlyos betegséget, például Lyme-kórt vagy maláriát is el lehet kapni.

ÁLTALÁNOS REAKCIÓK

Leggyakrabban a szúnyog-, a hangya-, a méh- és a darázscsípés okoz kellemetlenséget. Ezekre a normális reakció lehet helyi, vagyis viszketés, fájdalom, vörös duzzanat a csípés helye körül, illetve kiterjedt, a csípésen túlterjedő, például a bokán történő csípés esetén beduzzadhat az egész láb. Noha ez ijesztőnek látszik, szintén természetes válasz. Az általános reakciókat a mérgekben lévő toxinok okozzák. A csípés során a szervezetbe jutó mé-

reganyagok ellen az immunrendszerünk védekezni kezd, ezért hisztamint szabadít fel. A kisgyermek szervezetében még éppen csak ismerkedik az idegen anyagok legyőzésének folyamatával, ezért a felnőtteknél normális körülmények között néhány nap alatt megszűnő piros duzzanat náluk jóval tovább tarthat, és intenzívebben is jelentkezhet.

MIKOR MI A TEENDŐ?

Egyszerű rovarcsípéseknél elegendő a csípés helyének hűtésével, esetleg alkoholtartalmú fertőtlenítő hatású oldattal történő fájdalomcsillapítás. Ha szükséges, használhatunk antihisztamin-hatóanyagú krémeket is a viszketés enyhítésére. Nehéz megállni a csípés helyének vakarását, de az mindenképp kerülendő, mert a körmünkkel okozott hámsérülések felülfertőződhetnek. Vannak bizonyos esetek, amikor mindenképp érdemes orvoshoz fordulni. Ilyen az, ha a tünetek nem kezdenek enyhülni néhány napon belül, vagy éppen



súlyosbodnak, illetve ha a csípés a szájbán vagy a torokban, illetve a szem közelében történt. Továbbá ha a csípés körüli nagy terület kipirosodik és megduzzad, ha sebfertőzés tünetei észlelhetők, például genny vagy fokozódó fájdalom, duzzanat vagy bőrpír, valamint ha szélesebb körben észleljük fertőzés tüneteit: például magas láz, megduzzadt nyirokcsomók és más influenzaszerű tünetek.

ALLERGIÁS REAKCIÓ

Az allergia kimutatása vérből való ellenanyag-szint-meghatározással történik, amit allergológus szakorvos végezhet. A kivizsgálás azért nagyon fontos, mert valódi allergia esetén a beteg folyamatos életveszélyben van. A kivizsgálás célja annak megállapítása, hogy valódi allergiáról van-e szó, és ha igen, akkor a túlérzékenység méh- vagy darázs-méreggel szemben áll-e fenn. Amennyiben a rovar által megcsípett személy allergiás a csípésre, anafilaxiás sokk léphet fel, azaz fulladással, vérnyomáseséssel járó allergiás reakció. Ebben az esetben egy előretöltött adrenalintartalmú önadagoló „toll” (felnőttek esetében EpiPen/Anapen, gyermekek esetében EpiPen Junior/Anapen Junior) használá-

ta életet menthet. Ezt az injekciót igazoltan súlyos allergiás betegek részére írhatja fel a szakorvos, és anafilaxiás tünetek esetén azonnal izomba (például a combba) kell beadni. Az adrenalintartalmú önadagoló „toll” alkalmazása mellett is haladéktalanul mentőt kell hívni a beteghez, mert további orvosi ellátásra lesz szüksége. *dv.*

Házi „csodaszerek”

A méh váladéka savas kémhatású, ezért a csípést lúgos folyadékkal célszerű bekenni; ehhez szóda-bikarbónát keverjünk el egy kis vízben. A darázs-csípés ezzel szemben lúgos mérgeanyagot juttat a bőrbe, így azt savas oldattal, például citromlével, ecetes vízzel érdemes kezelni. Hangyacsípés ellen alkalmazzunk gyenge lúgot, például szóda-bikarbóna-pasztát vagy híg ammóniát, hogy semlegesítse a hangya által csípés közben kibocsátott hangyasavat. A szúnyogcsípésre nagyon jó házi gyógymód az, ha enyhe ecetes vízzel lemossuk a csípést. Erre a célra legjobb az almaecet.





Tavaly sokan voltak a Kikapcspont-nyitóbulin

A családok **nyarát** is szebbé teszik

A kerület művelődési házai, a Kondor, a Rózsa és a PIK nyárra is szerveznek gyerek- és felnőtt programokat, de egyúttal már a szeptemberi eseményekre is készülnek.



Máté Zsuzsanna

Mint ahogy a felnőttek jelentős részénél a foci-Eb végeztével, úgy vannak gyerekek, akiknél az iskola vagy az óvoda befejeztével tapasztalható bizonyos ideig egyfajta elvonási tünetek. A felnőtteknek levezetésképpen kapóra jön a kezdődő olimpia, vagy a Tour de France-közvetítések követésével akár át-tételesen utazhatnak is, hiszen csodálatos tájakkal lehet így megismerkedni. De mi a helyzet a gyerekekkel?

KÖZÖSSÉGI ÉLMÉNY

A szülők általában igyekeznek érdekes és szórakoztató programokra vinni a gyerekeiket, jó esetben távolabbi tájakra is elvezető utazásokat szerveznek nekik, vagy legalább eddig ismeretlen hazai vizekre eveznek közösen. Ugyanakkor nem minden gyereknek adatik meg még az a lehetőség sem, hogy valamelyik hazai vízparton töltsse a nyári szünidőnek legalább egy részét.

Erre jók többek között a XVIII. kerületi művelődési intézmények nyárra szervezett programjai, amelyek a balatoni táborozás mellett a megszokott lakókörnyezetben kínálnak kikapcsolódást és közösségi élményt az általános iskolásoknak.

SZÜNIDEI KIKAPCSPONT

Már a vakáció kezdetén, rögtön az iskola befejezését követő első hétvégén nagyszabású programmal készültek a kerületi művelődési intézmények a Bókay-kertben már hagyományosnak mondható Kikapcs-pont-nyitóbullival, amelyet sajnos elmosott az eső.

– Pedig Kolompos-koncerttel, táncbemutatóval és édességosztó showmússal idén is ez lett volna az első állomása a pontgyűjtő kézműves és egyéb foglalkozásoknak, amelyeket a gyerekek nagyon szívesen szerettek – tudtuk meg Máté Zsuzsannától.

A Kondor Béla Közösségi Ház és Intézményei igazgatója hozzátette, hogy a XVIII. kerület művelődési intézményei immár negyedik éve indítják el ezzel a programmal a gyerekek számára a nyarat. A Szünidei Kikapcs-pont családi rendezvénysorozat az ő kezdeményezésük, és a tapasztalatok alapján ezernél több látogatót vonzott volna a Bókay-kertbe, ha az eső miatt nem kell lemondani.

alább egyszer volt már ilyen hangulatos filmnézésen, az tudja, hogy az épület kertje kiválóan alkalmas szabadtéri programok lebonyolítására.

Máté Zsuzsanna azt is elmondta, hogy a tavaly nyári balatonakali táborozás nagy sikere nyomán



KIS KÉZMŰVESEK

– A nyitóbullit ugyan ebben az évben az időjárás miatt elmaradt, de pótolhatják a családok az elszalasztott élményeket, mert mindhárom házunk három-három további gyerekprogramot szervez a nyáron. Ezek kreatív kézműves foglalkozások, amelyeken nagyobbak is részt vehetnek, és továbbra is egész évben várjuk ingyenes eseményekkel a gyerekeket – mondta Máté Zsuzsanna.

A kerületi programok nagyon jók azoknak a gyerekeknek, akik nem nyaralnak a családjukkal. A kreatív kézműves foglalkozásokon lesz drótékszer- és hangszer-készítés, alkothatnak álomfogót, nyári képet fapálcikákból, mentőöves ajtódísz, batikoló technikával cipzáras tolltartót, nemezeléssel karkötőt és könyvjelzőt, de lehetőség lesz textiltáska-festésre és papírgyöngy-készítésre is.

ITTHON ÉS A TÓNÁL IS

A nyár folyamán kilenc alkalommal megtartott kézműves foglalkozáson minden bizonnyal most is a matricagyűjtő füzet megtöltése lesz a legnépszerűbb. A nyár végén a legtöbb matricát gyűjtők között értékes legőjátékokat sorsolnak ki.

A Pestszentimrei Közösségi Házban folytatódik a hagyományos nyári kertmozi-sorozat. Aki leg-

idén is elvállalták egy turnus táboroztatását a Kondor Béla Közösségi Ház és Intézményei dolgozói. Ők olyan gyerekeket nyaralását kezdeményezték, akik másképp nem juthatnak el a Balatonhoz, és az intézmény vállalta a költségek egy részét is.

– Húsz olyan gyermek nyaralhat így a Balatonon – amelyet talán még nem is látott korábban –, aki ezt másképp nem tehetné meg, illetve továbbiak is, akik a meghirdetett helyekre jelentkeztek – tudtuk meg Máté Zsuzsannától.

Bodzay Zoltán

Fotók:
Váradi
Levente

Már az ősze is készülnek

A művelődési házak értelemszerűen már a nyár után következő időszakra is koncentrálnak rendezvényeik megszervezésével. Mindhárom kerületi intézmény szorgosan készül a szeptember 14. és 22. között sorra kerülő *Ars Sacra Fesztivál kiállítási programjára, a szeptember 20–22-i hétvégén megrendezendő Kultúrházak éjjel-nappal című eseményre, akárcsak a szeptember 28-i szüreti fesztiválra, amely programnak tavaly óriási sikere volt.*

Száz éve született Gál Dezső festőművész

Közel négy évtizeden át élt és alkotott a XVIII. kerületi Dolgozó utca 6. szám alatt Gál Dezső. Elkötelezett rajztanári pályája mellett csöndesen, ám kitartóan gyakorolta művészi hivatását, ami a későbbiekben magas színvonalú képzőművészeti munkásságában vált láthatóvá. Sokrétű életművét születésének 100. évfordulója alkalmából mutatjuk be.



Gál Dezső 2003-ban



Nagyvarosi Vénusz (pasztell, 1989)



Egyedül (gouache, 1977)

Gál Dezső 1924. július 17-én született Geszten. Művészeti tanulmányait 1946-ban a Derkovits Gyula Népi Képzőművészeti Kollégiumban kezdte, majd 1948-tól az Iparművészeti Főiskola grafika-szakán tanult Bortnyik Sándor és Miháltz Pál irányításával. 1949-ben átment a Képzőművészeti Főiskolára, ahol Domanovszky Endre és Hincz Gyula festőművészek voltak a mesterei. 1953-ban festő-rajztanári diplomát szerzett, és 1954-től rendszeresen szerepelt kiállításokon. Ezután harminc éven keresztül a rajzpedagógiának kötelezte el magát. Tanított Esztergomban, Tatán, majd huszonöt éven át kispesti általános és középiskolákban. 1965-től nyugdíjba vonulásáig a kispesti rajztanárok munkaközösségének vezetője volt, nyugdíjaztatása után pedig a Kispesti Művelődési Ház felnőtt és ifjúsági képzőművészeti szakköreinek vezetőjeként tevékenykedett húsz éven át. Miközben hivatástudattal, odaadóan végezte munkáját, az alkotóművészet is folyamatosan jelen volt az életében. Festészeti tanulmányutakon járt Rómában, Firenzében, Párizsban, Prágában és Szentpéterváron. Sorra látogatta a múzeumokat, hogy a nagy mesterek műveit eredetiben tanulmányozhassa. Életében számos egyéni és csoportos kiállításon vett részt, többek között a XVIII. kerületben is.

Gál Dezső festményein és rajzain egy olyan szürrealisztikus világba nyerhetünk betekintést, ahol a valóságos látvány személyes érzelmeinek, tapasztalatainak szimbolikus motívumaival egészül ki. Alkotásain megjelennek utazásainak emlékképei, hazai és mediterrán vidékek, emberi kapcsolatok és az idő múlását feldolgozó témák (*Volt és lesz*). A lírai hangvétel és a drámai, feszültséggel teli megfogalmazás egyaránt megfigyelhető víziószerű kompozícióin, amelyeken egyéni, mégis egyetemes érvényű képzettársításokkal él. Ahogy ő fogalmaz ars poeticájában: „A természet,



Műterem (olaj, 1997)

a tárgyi világ és az ember kapcsolatai érdekelnek. Olyan gondolatok kivetítésére törekszem, amelyek egyéni élményeimet tükrözik, de az általános emberi tartalmak, hangulatok tolmácsolói is lehetnek. Nem lefesteni akarok valamit, hanem asszociált emlékképek összességét sűrítetten képpé formálni.”

Érzékeny lelkülete, elmélyült személyisége egyértelműen tükröződik az emberi sorskérdések és a transzcendens témák expresszív, érzelemgazdag megjelenítésében, ahol a félelmei éppúgy kifejezésre jutnak, mint a vágyai (*Egyedül*), olykor pedig kendőzetlenül tárja elénk az alkotói lét rejtett világát (*Műterem*).

Utolsó kiállítására, amelyet 2004-ben a Rózsa Művelődési Házban rendeztek, saját kezűleg válogatta a grafikáit, a megnyitón azonban már nem lehetett jelen. Kiemelkedő munkásságát 2007-ben



Harc az életért (tollrajz, 1979)

a XVIII. kerületi önkormányzat posztumusz Művelődésért díjjal ismerte el.

Szabó Zsófia Lilla
művészettörténész

Együtt a kultúrában, otthon a kerületben!



**Kiemelt programok
július-augusztus**

www.kult18.hu

KONDOR Kondor Béla Községi Ház



07. 13. 09 óra

BABABÖRZE - Gyerekholmik,
játékok csereberéje az
újrahasznosítás jegyében



07. 25. 10 óra

ÉKSZERKÉSZÍTÉS
Török Ibolya szobrászművésszel
KIKAPCSPONT kreatív alkalom I.



07. 25. 15 óra

NOSZTALGIA TÁNCDÉLUTÁN
Tóthfalvi Lászlóval



08. 01. 10 óra

HANGSZERKÉSZÍTÉS
Pavella Krisztinával
KIKAPCSPONT kreatív alkalom II.



08. 12-16.

KERÉKPÁROS TÁBOR
8.00-13.00 óráig



08. 15. 10 óra

ÁLOMFOGÓ KÉSZÍTÉSE
KIKAPCSPONT
kreatív alkalom III.

Kondor Béla Községi Ház és Intézményei
1181 Budapest, Kondor Béla sétány 8.
Tel.: 1/291-65-64, 297-03-66, +36 20/338 7939
e-mail: info.kondorkh@kult18.hu
weboldal: kult18.hu/kondor
facebook: fb.me/kondorbelakozossegihaz
instagram: instagram.com/kondorbelakozossegihaz

Jegyek elérhetőek mindhárom helyszínen,
a Ticket Express jegyirodában,
valamint online a kult18.hu oldalon,
illetve az Eventim jegyrendszerben.

További programokért,
bővebb információkért keressenek minket
a megadott elérhetőségeken,
valamint látogassanak el a kult18.hu weboldalunkra!
A programváltoztatás jogát fenntartjuk!

Együtt a kultúrában, otthon a kerületben!



Kiemelt programok
július-augusztus

www.kult18.hu

 **PIK Pestszentimrei Közösségi Ház**



07. 04. 10 óra

**BATIKOLT TOLLTARTÓ
készítése**

KIKAPCSPONT kreatív alkalom II.



07. 15-19. II. turnus

08. 12-16. III. turnus

KREATÍV KÉZMŰVES TÁBOR

Balog Katával 10-13 óráig



07. 18. 10 óra

**SZÍNES NYÁRI KÉP
FAPÁLCIKÁKBÓL**

KIKAPCSPONT kreatív alkalom III.



07. 19. 15 óra

NYUGDÍJAS TÁNCDELUTÁN

a Kristály Duóval



07. 22-26.

ISKOLÁRA HANGOLÓ

Tábor ovisoknak

7.30-16.30 óráig



07. 30. 31. 08. 01.

ÜVEGÉSZTER-KÉSZÍTŐ

TÁBOR Lénárt Adrienn-nel

10-12 óráig 08. 01.:16-18 óráig

Pestszentimrei Közösségi Ház

1188 Budapest, Vasút u. 48.

Tel.: 1/291-9202

e-mail: info.pik@kult18.hu

weboldal: www.kult18.hu/pik

facebook: fb.me/pikhaz

instagram: www.instagram.com/pikhaz

Jegyek elérhetőek mindhárom helyszínen,
a Ticket Express jegyirodában,
valamint online a kult18.hu oldalon,
illetve az Eventim jegyrendszerében.

További programokért,
bővebb információkért keressenek minket
a megadott elérhetőségeken,
valamint látogassanak el a kult18.hu weboldalunkra!
A programváltoztatás jogát fenntartjuk!

Együtt a kultúrában, otthon a kerületben!



KULT 18

**Kiemelt programok
július-augusztus**

www.kult18.hu



Rózsa Művelődési Ház



07. 11. 10 óra

UGANDAI GYÖNGYFÜZÉS

Jane Goodall Intézet vezetésével
KIKAPCSPONT kreatív alkalom I.



07. 22-26.

NYÁRI INTENZÍV

RAJZTÁBOR - Középiskolai
felvételre készülőknek is!



08. 12-16.

GRAFFITI TÁBOR

Tóth Anna képzőművész
vezetésével, 13.00-16.00 óráig



08. 22. 10 óra

TEXTILTÁSKA FESTÉS

Jane Goodall Intézet vezetésével
KIKAPCSPONT kreatív alkalom II.



08. 22. 16.30

HANGFÜRDŐ

Vezetett gongmeditáció
Minya Andrással



08. 29. 10 óra

NEMEZELT KARKÖTŐ ÉS

KÖNYVJELZŐ készítése
KIKAPCSPONT kreatív alkalom III.

Rózsa Művelődési Ház

1181 Budapest, Városház u. 1-3.

Tel.: 1/291-2896, 1/290-9498, +36 20/ 317 3137

e-mail: info.rozsamh@kult18.hu

weboldal: www.kult18.hu/rozsamh

facebook: fb.me/RozsaMuvHaz

instagram: www.instagram.com/rozsamuvelodesihaz

Jegyek elérhetőek mindhárom helyszínen,
a Ticket Express jegyirodában,
valamint online a kult18.hu oldalon,
illetve az Eventim jegyrendszerében.

További programokért,
bővebb információkért keressenek minket
a megadott elérhetőségeken,
valamint látogassanak el a kult18.hu weboldalunkra!
A programváltoztatás jogát fenntartjuk!


MIFA
 MAGYAR FESTÉSZET
 NAPJA

 További részletek a Kult18.hu oldalon.

FELHÍVÁS

 Jelentkezési határidő:
 Augusztus 17.

 Ez úton hívjuk fel minden Pestszent-
 lőrinc-Pestszentimrén élő, vagy
 a kerülethez igazoltan kötődő
 Alkotóművész figyelmét:
 csatlakozzon rendezvényeinkhez,
 2024-ben ünnepeljen velünk,
 és legyen részese a hazai kortárs
 festészet e nagyszerű és átfogó
 seregszemléjének!

Ars Sacra®

KIÁLLÍTÁSMEGNYITÓ
09. 14. 15 ÓRA
 Fellép: Sonore Vegyeskar

09. 28.
15 ÓRÁTÓL

A RÉSZVÉTEL INGYENES

SZÜRETI MULATSÁG AZ AGÓRÁN

10. 12. 19 óra

 Belépő:
 3900 Ft

**L'ART POUR L'ART LÉGITÁRSASÁG
 LEGÚJABB MŰSORÁNAK PREMIERJE**

10. 20. 11 óra

 Belépő:
 2800 Ft

A KUFLIK ÉS A NAGY TÁNCÉLODÁS


**KLASSZIKUS ZENEI SOROZATUNK
FOLYTATÓDIK**
ŐSZI BÉRLET
10. 11. 18 ÓRA

Időtlen szenvedély különleges hangszereken (Bach, Haydn műveiből)

11. 22. 18 ÓRA

Dohnányi Gitár Quartett

12. 13. 18 ÓRA

Bartók Béla: A kékszakállú herceg vára – kamaraelőadás

 Helyszín: Díszterem
(1181 Városház u. 16.)

A bérlet ára: 5.000 Ft


**„MAGYAR NAGYGŰZ”
III. KERTMOZI SOROZAT**
**JÚLIUSI PÉNTEKEK
20 ÓRA**
07. 05. - ÜVEGTIGRIS
07. 12. - VALAMI AMERIKA
**07. 19. - CSAK SZEX ÉS
MÁS SEMMI**
07. 26. - SEVELED

BELÉPŐ ALKALMANKÉNT:

1.000 Ft
AJÁNDÉK - limonádé és popcorn!

**09. 28.
11 óra**

 Belépő:
2000 Ft

**„APACUKA ZENEKAR”
KONCERTJE**

 Belépő:
500 Ft

10. 04. 18 óra
**JAZZ ÉS BLUES CLUB
SZTÁRVENDÉG: LITTLE G WEEVIL**


KIÁLLÍTÓHELYEINK

Tomory Lajos Múzeum

06 1 290 1585

muzeum@muzeum18ker.hu
tomorylajos-muzeum.hu



2024
JÚLIUS

ZÁRVA

Kiállítás látogatható:
csütörtök 10⁰⁰-18⁰⁰
péntek 10⁰⁰-18⁰⁰
szombat 10⁰⁰-14⁰⁰

HERRICH-KISS VILLA

1181 Margó Tivadar u. 116-118.



Kiállítás látogatható:
kedd 14⁰⁰-18⁰⁰
csütörtök 09⁰⁰-13⁰⁰

NYITVA

Állami lakótelep 100
Buna Konstantin

HAVANNA
KIÁLLÍTÓHELY
1181 Havanna u. 9.



Kiállítás látogatható:
kedd 09⁰⁰-13⁰⁰
csütörtök 14⁰⁰-18⁰⁰

NYITVA

GYÁRAK és EGYHÁZAK
PESTSZENT LŐRINCEN IMREN
időszaki kiállítás



1181 Madách u. 49.



Kiállítás látogatható:
kedd 10⁰⁰-18⁰⁰
szerda 10⁰⁰-14⁰⁰
szombat 10⁰⁰-14⁰⁰

NYITVA

MŰZEUMSAROK

1183 Szent Lőrinc stny. 2.

sports



Karika, labda, szalag, buzogány

Fanni másodszor az olimpián

Huszonnégy évesen már a második olimpiájára készül **Pigniczki Fanni** ritmikus tornász, világbajnoki bronzérmes, az idei budapesti Európa-bajnokság ezüstérmese. Esélylatolgatás helyett a lelkiismeretes felkészülésre összpontosít, nemegyszer naponta hat-nyolc órán át gyakorol, a hétvégeken pedig leggyakrabban pestszentimrei otthonukban piheni ki a fáradalmait, új erőt merítve.

■ *A világbajnoki bronzot tavaly karikával bemutatott gyakorlatával érdemelte ki, az Európa-bajnoki ezüstöt a labdával szerezte. Melyik a kedvence?*

■ Mindkettő. Meg még a másik kettő, a szalag és a buzogány is. Ugyanis mind a négy szerben benne van, hogy képes vagyok kihozni magamból a legtöbbet. Az, hogy tavaly a vb-n a karika, idén az Eb-n a labda „hozta” az érmet, csak azt jelenti, hogy azon a napon éppen ezekkel tudtam a legstabilabban végrehajtani a gyakorlatomat. Viszont ahhoz, hogy az ember az összetettben minél előkelőbb helyen végezzen, mind a négy szerrel kiegyensúlyozott teljesítményt kell nyújtania.

■ *A tavalyi és az idei szereplése után nyilván az esélyesek közé tartozik az olimpián. Szokott ezzel foglalkozni? Egyáltalán: zavarja önt, ha éremesélyesnek tartják?*

■ Korábban azok közé tartoztam, akiket ez zavar, meg kellett tanulnom kezelni és máshogy állni hozzá. De sikerült, így mára már inkább motivál. Tudtam, hogy a világbajnokság milyen jól sikerült, és utána is volt több versenyem, ahol biztos voltam benne, hogy van esélyem előbbre lépni, és ez erőt adott. Ezeknek az előzményeknek köszönhetően aztán ténylegesen az Európa-bajnokság volt az első olyan versenyem, amikor tudatosan bíztam az esélyemben, tudtam, mit kell tennem ahhoz, hogy minél közelebb kerüljek az éremhez.





■ *Ezek az olimpia előtti utolsó hetek. Érti már, hogy a célegyenesben van?*

■ Az én versenyem augusztus 8-án lesz, addig azért még sok tennivaló van. Az Európa-bajnokság után kaptam egy kis pihenőt, az elmúlt hetek azonban már arról szóltak, hogy mielőbb visszajöjsek a formámba. Az olimpia előtt lesz még két világtornaverseny, aztán kezdődik a felkészülés végső szakasza. Az utolsó két-három hét már azzal fog eltelni, hogy elvégezzük az utolsó simításokat és a formaélesítést.

■ *Hogyan néz ki egy ritmikus tornász edzésnapja? Mondjuk, egy kemény nap...*

■ Nem lazálunk. Ha tényleg kemény, akkor rendszerint hosszú is. Olykor napi hat-nyolc órát vagyunk a teremben. Az edzés előtt még gyógytornázunk, vagy erőnléti feladatokat végzünk, maga a bemelegítés is két órát vesz igénybe. Utána elkezdjük végrehajtani a saját gyakorlatainkat, majd zenére ugyanígy, mind a négy szerrel. A felkészülésnek ebben a szakaszában én ugyanis mind a négy szerrel foglalkozom naponta, köztük van egy kis szünet, de mindegyik minden edzésnapon előkerül.

■ *Pihenőnap?*

■ Hetente legalább egy mindig van, de ha azt érzem, hogy többre van szükségem, akkor újabb napot iktatok be az edzőim, Deutsch-Lazsányi Erika, Gelle Noémi és Lauber Zsófia egyetértésével.



mához szükséges, hogy a végeredmény minél jobb legyen. Ez gondos, aprólékos munkát igényel.

■ *Ifjú hölgy, de már nagyon régen sportága élvonalában van. Elég, ha arra utalok, hogy az elmúlt hat évben folyamatosan önt választották Az év magyar ritmikus tornászává. Népszerű sportoló. Hozzá tudott szokni ehhez?*

■ Úgy érzem, ehhez teljesen nem lehet hozzá szokni. A mai napig nagyon sokszor meglepődöm, és persze örömmel tölt el, ha odajönnek hozzám autogramot kérni, vagy ha valaki felismer az utcán. Igen, jólesik, és motivál, erőt ad. De számomra igazán azok az órák, napok adják a legtöbb lehetőséget a feltöltődésre, amelyeket a szüleimmel tölthetek együtt Pestszentimrén. Nagyon szeretem azt a környezetet. A biztonságot, a kikapcsolódást, a nyugalmat jelenti számomra Imre és a szülői ragaszkodás, szeretet. Ez mindig különös, mással össze nem hasonlítható békét teremt számomra, olyan otthonérzést ad, hogy teljesen el tudom magam engedni, és tetőtől talpig feltöltődve indulhatok vissza a hétköznapokba.

Kerekes András

■ *Ezek szerint ők igencsak rugalmasak...*

■ Igen. Próbálunk alkalmazkodni az elvégzendő munkához, azt tartva szem előtt, hogy mi az, ami az aktuális feladat sikeres teljesítéséhez, a jó for-

*Fotók:
Ványi Ákos*

HIRDETÉS

DÉL PESTEN EGYEDÜLÁLLÓ SZEMVIZSGÁLAT

**SZENTIMRE OPTIKA
LÁTÁSCENTRUM**

1188 Bp. Nemes u. 15.

+36 20-285-66-83

szentimreoptika.hu




SZENTIMRE
OPTIKA

Hidratálás kívül-belül

Tombol a nyár. Ilyenkor nagyobb a szervezet vízigénye, a bőr könnyebben zsírosodik, és be is gyulladhat. A külső és a belső hidratálásnak egyaránt nagy a jelentősége, és évről évre hallhatjuk, hogy a rendkívül magas UV-sugárzást komolyan kell venni.

EXTRA FÉNYVÉDELEM

Nem lehet elégszer hangsúlyozni, hogy bőrünk első számú ellensége az UV-sugárzás, ugyanis az UV-fények nemcsak felgyorsítják a bőröregedés folyamatát, de jelentősen hozzájárulnak a rosszindulatú elváltozások kialakulásához is. Minden bőrtípusnak megvan az egyedi „rutinja”, hiszen mind különbözők vagyunk: valakinek kipirosodik a bőre ebben az időszakban, másnak inkább szárazzá, szinte fehérré válik, vagy van, akinek észrevehetően kitágulnak a pórusai. Bármilyen legyen is a bőrünk, egy biztos: a fényvédelemre mindenkinek szüksége van. Javasolt naponta akár többször is fényvédő krémmel bekenni az arcot, a nyakat, a dekoltázst és a kezeket is. Ha napozunk, akkor természetesen az egész testet védeni kell a káros sugarak ellen.

KÜLSŐLEG

A fényvédelem mellett a bőr folyamatos hidratálása a legfontosabb. Ennek leghatékonyabb módja az, ha a napozókrém, illetve a testápoló használata előtt leradírozzuk a bőrünket. Ez segíti a könnyebb és mélyebb felszívódást, ráadásul a barnulás is egyenletesebb lesz. A hosszas fürdőzés, strandolás eltávolítja azokat a bőrfelszíni lipideket, amelyek normál esetben a bőr védőrétegét képezik. Nyáron tanácsos lágy, vitaminokban és hidratáló komponensekben gazdag arckrémeket, könnyedebb állagú testápolókat használni, hogy segítsük a bőr regenerálódását, illetve megőrizzük annak megfelelő nedvességtartalmát.

BELSŐLEG

Az talán mindenki számára egyértelmű, hogy a belső hidratálás a megfelelő mennyiségű víz elfogyasztását jelenti. Ez naponta legalább 2 liter,

de kánikulában akár 3 literre is szüksége lehet a szervezetnek. Ennél is többet tehetünk azzal, ha az étkezésünkre is odafigyelünk. Van néhány étel, amely kifejezetten kedvezően hat a test vízháztartására. A kigyóuborka a legmagasabb víztartalmú étel: 95 százalékos víztartalmával mindenképpen viszi a pálmát, emellett rengeteg rostot és kalciumot, valamint kis mennyiségben még káliumot és K-vitamint is tartalmaz. Az uborkához hasonlóan a padlizsán is kevés kalóriát, viszont sok vizet tartalmaz, és még rostban sem szűkölködik. Igazi ásványianyag-bomba. A folyadékot 90 százalékban tartalmazó paradicsom piros színét a likopin nevű karotinoid adja. Ez a kiváló antioxidáns nemcsak a bőrt támogatja a barnulási folyamatban, hanem a szív- és érrendszerre is nagyon jótékony hatással van. A nyár legnagyobb slágere kétségkívül a görögdinnye, amely 92 százalékos víztartalma mellett gazdag magnéziumban, C- és A-vitaminban. Ráadásul cukortartalma ellenére alacsony a kalóriatartalma. Az őszibarack magas rost-, illetve víztartalmával szintén nyerő választás. *dv.*

ép testben





Uborkapakolás



A vízhiányos bőrre nincs jobb ellenszer, mint a hihetetlenül nagy víztartalmú kígyóuborka. A vitaminokban gazdag zöldség igazi ász a bőrápolásban, hiszen a leve arcra kenve már önmagában is tápláló hatású. Ráadásul megnyugtatja, és regenerálja az igénybe vett bőrt.

A pakolás hozzávalói:

- 3 evőkanál tejszín*
- fél kígyóuborka*

A kígyóuborkát reszeljük le és keverjük össze a tejszínnel. Vigyük fel a megtisztított arcbőrre, hagyjuk fent negyedóráig, majd langyos vízzel öblítsük le.

ÉP TESTBEN

A napszemüveg öltöztet

Nagymamámnak ebben kétségtelenül igaz volt. Öltöztet, leplez, az ókorban pedig a túlélés eszköze volt. A napszemüveg-viselésnek különböző korszakai és ikonikus alakjai vannak.

KEZDET BEN CSONTBÓL

Egyes források szerint a napszemüveg feltalálása az eszkimó vagy inuit népcsoport tagjainak tudható be. A sokszor szarvasagancsból gyártott, hajlított eszközt a hóvakság, vagyis a hóról visszaverődő fény elleni védelem céljából hordták.

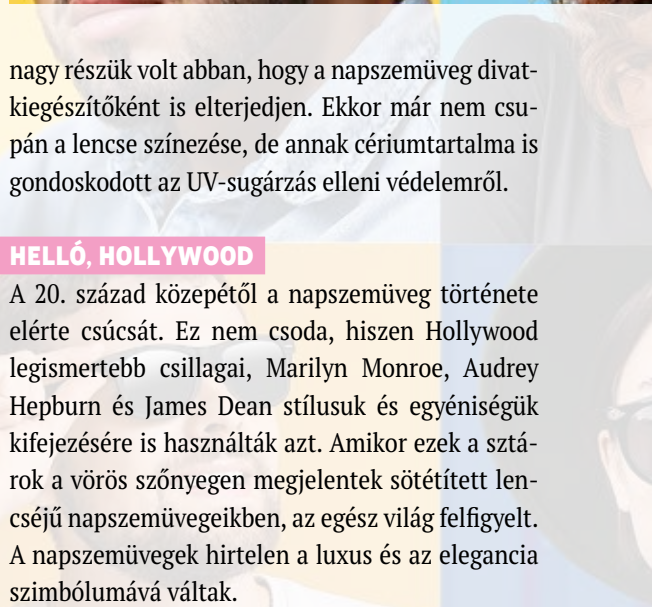
Az ókori Rómában és Kínában a napszemüvegek már egyre inkább kezdtek hasonlítani a mai kinézetéhez, és nemcsak a napfény elleni védelemre szolgáltak, hanem a bírók és az uralkodók számára arra is, hogy elrejtsek az arcukon megjelenő érzéseket.

A HATALMASOK KIVÁLTSÁGA

A napszemüveg számára a reneszánsz hozta meg az igazi áttörést, amikor egyszerű használati tárgyból a gazdagok kiváltságává avanszált. A gazdag kereskedők, a nemesek és az uralkodók gyakran viseltek sötétített lencsés napszemüveget azért is, hogy kifejezzék a gazdagságukat és a státuszukat. A napszemüveg ebben az időszakban valóban státuszszimbólummá vált, és azok számára volt elérhető, akik megengedhették maguknak ezt a luxust.

IRÁNY A FORGALOM

A ma is ismert napszemüvegek tömeggyártása az amerikai Foster Grant nevéhez fűződik. Az eredetileg hajkiegészítőket forgalmazó cége 1929-ben eladta a fröccsöntési technikával készült szemüveg-modelljeit a haditengerészetnek. A 20. századtól kezdve a napszemüvegek fokozatosan elérték a ma is ismert formájukat és funkciójukat. Talán ismerős a pilóta-napszemüveg kifejezés. A második világháborúban szolgáló repülőpilóták által szemük biztonsága érdekében hordott szemüvegeknek



nagy részük volt abban, hogy a napszemüveg divatkiegészítőként is elterjedjen. Ekkor már nem csupán a lencse színezése, de annak cériumtartalma is gondoskodott az UV-sugárzás elleni védelemről.

HELLÓ, HOLLYWOOD

A 20. század közepétől a napszemüveg története elérte csúcspontját. Ez nem csoda, hiszen Hollywood legismertebb csillagai, Marilyn Monroe, Audrey Hepburn és James Dean stílusuk és egyéniségük kifejezésére is használták azt. Amikor ezek a sztárok a vörös szőnyegen megjelentek sötétített lencsés napszemüvegeikben, az egész világ felfigyelt. A napszemüvegek hirtelen a luxus és az elegancia szimbólumává váltak.



HOGYAN VÁLASSZUNK?

Amikor napszemüveget vásárolunk, a megfelelő UV-védemen kívül arcunk mérete és formája is alapvető kritérium legyen. Ez nem csupán esztétikai és kényelmi okokból fontos, hanem azért is, mert a napszemüveg akkor tölti be tökéletesen a funkcióját, ha megfelelően illeszkedik az archoz. A kerek arcúak számára ideális választás a téglalap alakú szemüveg, amely tagolja a homlok, az arccsont és az áll hármását, így vékonyítja az összképet. Az ovális arcúaknak szinte minden szemüvegforma jól áll, de leginkább azok a modellek, amelyek elfedik a szemöldököt, és az arccsontig érnek. A macska- vagy pillangóformájú fazonok számukra is szerencsés választásnak bizonyulnak,

a túlméretes, oversized modellek azonban semmiképp sem. A szív- vagy háromszög alakú arcformával rendelkezők homloka széles, az álluk viszont keskeny. Nekik ezért azok a modellek állnak jól, amelyek alsó része szélesebb, felső része pedig kissé ívelt, nem egyenes. Azoknak, akiknek szív alakú az arcuk, jól állnak a pillangóformájú és a pilótaszemüvegek. Szögletes arcforma esetén az éles arcvonások és kontúrok lágyítása a cél, ami kerek és ovális modellekkel lehetséges. Ellentétben a kerek és ovális arcúakkal, a hosszúkás arcúaknak különösen előnyösek az oversized modellek, de a téglalap alakú, vastag keretes napszemüvegekkel sem lehetnek mellé.

dv.

Az elme elcsendesítése

Számos tanulmány hívja fel a figyelmet a meditáció mentális és fizikai állapotunkra kifejtett kedvező hatásaira. Az elme ellazítása javítja a kognitív folyamatokat és a koncentrációs képességet, emellett segít a mindennapi stressz kezelésében is. A keletben működő Mandír Jógasziget oktatójával, Beöthy Árpáddal beszélgettünk.

TUDATOSSÁG

„Nyugodj meg, meditálj egy kicsit!” A hétköznapi életben szinte már szlogenként használt tanáccsal olyan állapotra utalunk, amikor a testünket tudatosan ellazítjuk, és a szelle-

münket átengedjük a nyugalomnak és a belső koncentrációnak.

– Ezzel nem is állunk messze a valóságtól. Sőt. A meditáció az elme elcsendesítése, szinte művészi szintre emelt koncentráció. Egyetlen gondolat akadályok nélkül történő folyamatos áramlása. Tudatos jelenlét, a tudatossági szint emelése – magyarázza Beöthy Árpád. – Elsődleges célja a kiegyensúlyozottság és a nagyobb fokú összeszedettség, valamint az elme fölötti uralom elérése.

A jógaoktató hozzátette: a rendszeres és kitartó gyakorlás rövid távú hatásai a nyugodtság, a derű, a kiegyensúlyozottság, a nagyobb vitalitás és a kisebb alvási igény. Hosszabb távon hozzájárul a tartós egészség kialakulásához, jobb reakcióidőt és növekvő intelligenciahányadost eredményez, nyitottabbá, kreatívabbá tesz, megnövekszik az akaraterőnk és a belső lelki erőnk, s kevésbé leszünk fogékonyak a stresszre.



ép lélek

SZÁMOS IRÁNYZAT

A meditáció nem dogmán, hiedelmen vagy szertartáson alapul, hanem a kísérletezésről és a tapasztalásról szól.

– Számos irányzat létezik: köthető bizonyos mesterekhez/tanítókhöz, jógához, jógatradíciókhoz vagy akár lelkiségi mozgalmakhoz. Megtalálható valamilyen formában a legtöbb vallás elmélyült gyakorlatában is. Lehet keresztény kontemplatív imádság, szúfi imádság, zsidó miszticizmus és meditáció, buddhista és hindu meditáció. Ez utóbbi kettőn belül is nagyon sokféle és különböző mélységű meditáció létezik.

Típusok szerint megkülönböztetünk mozgás-, energia-, mantra-, lézgyakorlatos, ülő, fekvő, álom-, vizualizációs és eszközös meditációt, bár a fekvő- és az álommeditáció inkább a relaxációs technikák közé sorolható. A relaxáció és a meditáció közötti határ meghatározása irányzatonként eltérő lehet.



A meditáció legalább 3000 éves története a hinduizmus gyakorlataként kezdődött. A nyugati kultúrába az 1950-es évek végén került be, amikor Maharishi Mahesh Yogi indiai guru bemutatta a transzcendentális technikát, amely a meditációt a modern életben is alkalmazhatóvá tette. Ezzel együtt nőtt az általános érdeklődés a keleti vallások, filozófiák és meditációs gyakorlatok iránt.

HOGYAN?

– A kezdőknek először a meditációt segítő körülményeket érdemes megismerniük és megteremteniük – mondja a szakember. – Az elméleti tájékozódást követően célszerű olyan tanítóhoz fordulni, aki maga is gyakorol, ezért tapasztalati, gyakorlatias útmutatást tud adni a kezdő lépésekhez.

A meditációs folyamat elindításához egy egyértelmű célt érdemes kitűzni. Ez lehet a kreativitás fokozása, a kitűzött cél vizualizálása, a nyughatatlan belső hang elnémítása vagy egy spirituális kapcsolat létrehozása.

– Ezt követően – legalábbis eleinte – kell egy csendes, zajmentes hely, ahonnan minden zavaró tényezőt kiiktatunk. Legalább ennyire fontos a kényelmes viselet, amely nem akadályozza a test teljes ellazítását, miközben a tartásunk stabil, és az éberségünk, tudatosságunk folyamatosan jelen van.

dv.



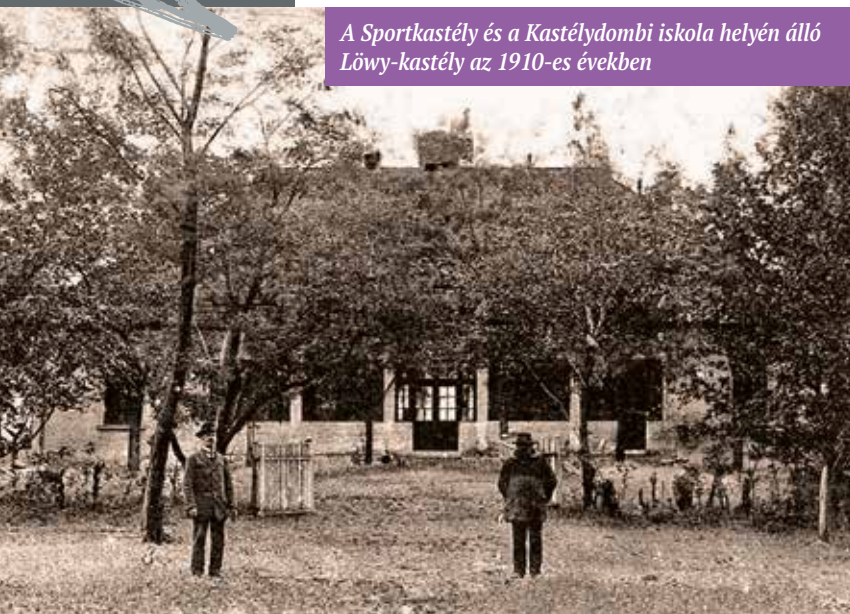
Meghatározták Pestszentlőrinc és Pestszentimre képét

Pestszentlőrinc és Pestszentimre létrejöttéhez, fejlődéséhez sokan járultak hozzá kisebb-nagyobb mértékben: gyáralapítók, kereskedők, építési telket eladó birtokosok, házakat felépítő vállalkozók. Voltak köztük izraelita vallásúak is. A lőrinci és imrei zsidók deportálásának nyolcvanadik évfordulója alkalmából rájuk emlékezve közölük mutatunk be néhányat.



Soroksárpéteri térkép a parcellákkal az 1910-es években

A Sportkastély és a Kastélydombi iskola helyén álló Löwy-kastély az 1910-es években



A mai XVIII. kerületet alkotó Pestszentlőrinc város és Pestszentimre község a 19. század végi parcelázások során született meg, és a 20. század első felében felépített házak révén vált több ezer fős településsé.

Löwy Bernát és sógora, Auspitz Mór vagyonos földbirtokosok az 1870-es években vásárolták meg Péteri-pusztát, ahol majorsági gazdálkodást folytattak. Löwy Bernát kúriaszzerű kastélyt építtetett – a mai Pestszentimrei Sportkastély helyén. Löwy örökösei az időközben megépült Jánosmizsei vasút révén meglátták a birtok parcelálásában rejlő lehetőséget. Az Újpéteritelep alaprajzát úgy határozták meg, hogy a kispénzű munkások számára sok szabályos, 300 négyszögöles parcella jöjjön létre. Ezáltal viszont kevés keresztutcát alakítottak ki, meghatározva a mai Pestszentimre utcaszervezetét. 1907-ben a vasút túloldalán a Löwyékkel rokon Auspitz-örökösök is felosztották a birtokukat, melyet Kossuth Ferenc-telepnek neveztek el.

A házhelyosztásoknak meghatározó szereplője volt a parcellázó vállalkozó, aki az imrei esetekben Nemes Izidor volt. Telekparcellázó konzorciumát az 1890-es években alapította Kispesten, parcelláin házakat is építtetett. Működésével hozzájárult nemcsak Kispest, hanem Imre és Lőrinc fejlődéséhez is. Az Újpéteritelepen, a Kossuth Ferenc-telepen és Pestszentlőrincen utcát is nevezett el önmagáról – utóbbi kettő ma Felleg, illetve Béla utca.

Földes Emil 1908-ban alapította meg lőrinci építőanyag-kereskedését, melynek területe az Üllői úttól a Piac tér és a Teleki utca között egészen az Aranyeső utcáig tartott. A mai Pestszentlőrinc több jellegzetes épülete, sőt egész utcasor kapcsolódik a nevéhez. Telkeket vásárolt a Miklóstelepen, a Bókaytelepen és a Lónyaytelepen, és építési vál-

lalkozásba kezdett. 1927-ben ő nyitotta meg tizenkét ház felépítésével a Mikszáth Kálmán utcát, majd a Széchenyi István utca alsó részét építette be. Bekapcsolódott a helyi közéletbe is: 1911-ben ingyen készítette el a katolikus templom tornyát, alapító tagja volt a pestszentlőrinci tűzoltó testületnek, 1912-től a kaszinó tagja, és az 1930-as évekig a legnagyobb adófizetők között volt. Testvére, Földes Lajos a Pestszentlőrinci Kereskedők Egyesületének elnöke volt, Lőrincen és Imrén is volt fatelepe.

Földes Emil számos háza közül a legismertebb az Üllői út és a Teleki utca sarkán álló emeletes bérház, illetve a családja számára építtetett négylakásos villaépület a Gyöngyvirág utca 10. szám alatt. Innen kellett beköltöznie 1944 júniusában feleségével, lányával és unokájával együtt az Állami lakótelepen kijelölt gettóba, ahonnan június 30-án Monorra szállították, majd július elején Auschwitzba deportálták őket.



Pápai Tamás László
Tomory Lajos Múzeum



Földes Emil 1936-ban



A Gyöngyvirág utca 10. szám alatt ma zeneiskola működik – egykor ez volt Földes Emil villája

Fotók:
Tomory
Lajos
Múzeum



Földes Emil építőanyag-telepe a mai Teleki utcánál az 1930-as években



A Nemes utca 1930 körül



Az 1910-ben emelt lőrinci katolikus templom tornyát Földes Emil ingyen készítette el

Lázár, a bávataag paradicsommadár

Lázár kedves madárfiú volt, de nem véletlenül nevezték bávataagnak. Hogy mit jelent ez a furcsa szó? Olyasvalakire mondjuk, aki bambán néz, gyakran báméskodik. Van egy hasonlóan érdekes elnevezés ugyanerre, a „szájtáti”. Lázár pontosan ilyen volt. Bamba, báméskodó, szájtáti. Azaz: bávataag.

Sokszor üres, kifejezéstelen tekintettel bámult ki a kobakjából. Ez nem jelenti azt, hogy butuska volt, ellenkezőleg, talán túl sokat is gondolkodott. Persze joggal kérdezhetitek, vajon hogy lehet túl sokat gondolkodni? Talán nem jó az, ha az ember – pontosabban a madár – gondolkodik? Dehogynem! Csakhogy ő reggeltől estig, estétől reggelig, egész nap és egész éjszaka morfondírozott. Emiatt aztán alig aludt, hiszen folyamatosan cikáztak a fejcskéjében a gondolatok. Egyszerűen minden érdekelte.

Egy forró nyári napon repülés közben szokásának megfelelően valami fontosnak tartott dolgon tűnődött. Észre sem vette, milyen magasra szállt. Csak akkor kapott észbe, amikor nem sokkal felette fülsüketítő zajjal elhúzott egy repülőgép.

– Huppsz, ez közel volt! Veszélyes ilyen magasan repkedni, lejjebb kell ereszkednem – mormogta maga elé.

Csakhogy megint elmerengett, ugyanis újabb kérdések vetődtek fel benne.

– Vajon milyen sebességgel haladt a repülő? Hányan ültek benne? Voltak-e állatok a fedélzeten, vagy csak embereket szállított? Honnan indult? Hová ment? Egyébként pedig mit is akartam? – ütközött meg saját tanácsalanságán. Aztán, amikor egy újabb repülő közeledett felé, eszébe jutott, mit határozott el nem sokkal korábban. – Persze, persze! Lejjebb kell ereszkednem!

Ahogy csökkent a távolság közte és a föld között, gomolygó szürkéséget vett észre.

– Füst. Valami ég – állapította meg. – De mi?

Még lejjebb ereszkedett. A vöröslő fény közelében izgatottan repkedtek a barátai.

– Csek-csek-csekkora tüzet még nem láttam! – sápítózott Marcsi szarka.

– Hu-hú, de nagy a forróság! – rémüldözött Balázs, a hóbagoly. – Közeledik az este, lassan mindenkinek le kéne hu-hu-hunynia a szemét, de előbb el kell oltanunk a tüzet. Hordjunk rá vizet! Hu-hu-hutánam!

– Prürr, prürr, prürrres csőrrel menjünk, vizes csőrrel jöjjünk! – csicseregte Gyurka gyurgyalag, és a legjobb barátja után repült.

Időközben megérkezett Olívia, a pacsirtalány, Linda, a lunda, Léna, a papagáj, Gábiel, a jégmadár, majd befutott – illetve berepült – Dániel szajkó és Hédi páva is. Utóbbi ijedt meg a legjobban.

– Pao, paolyan félelmetes! – siránkozott.

Balázshoz és Gyurkához hasonlóan mások



is a tenger felé indultak vízért, csak Lázár bámult révedezve a tűzbe. Dánielnek és Hédinek tartott előadást.

– Mi kell a tűzhöz? Először is valami, ami felgyulladhat. Meg valami, ami felgyújtja azt, ami fel tud gyulladni. Ha pedig a valami felgyullad, akkor meleg és fény keletkezik. És ami felgyullad, az megsemmisülhet. De a tűz sok mindenre jó is! Meg lehet sütni rajta finom ételeket, bár nekünk, madaraknak, ez végül is nem olyan érdekes. És belemenézni is jólesik a tűzbe, mert olyankor...

– Állj! – kiáltott fel ebben a pillanatban Ludovika, a tyúkanyó, a sziget bölcse. – Ti meg mit csináltok? Azonnal segítetek a többieknek! Nekifogok... – mondta, ami azt jelentette, hogy megkezdi a munka szervezését. – Hédi, irány a tenger, hozz vizet, ahogy a többiek! Dániel, te a magasból irányíts! Lázár, ne bambulj, segíts te is!

Lázár összeszedte magát, és már majdnem a magasba emelkedett, amikor eszébe jutott valami.

– A víz el tudja oltani a tüzet, ez igaz, de pici madárcsőrökben csak pici vizet lehet idehozni. Viszont a csőr másra is jó!

Arrébb röppent néhány métert, és három hatalmas betűt vésett a homokba a tűz mellé.

– Mit csinálsz, miért nem hordod a vizet?! – kiabált Ludovika.

– Kírtam valamit embernyelven, amit biztosan észre fognak venni a repülő! – mondta a paradicsommadár.

– S. O. S. – betűzte Ludovika. – Ez azt jelenti, hogy segítség! Nagyon okos! – dicsérte meg Ludovika. – Reméljük, hogy hasznos ötletnek bizonyul ez a homokba vésés. De addig is sipirc, hordd a vizet!

Egy alacsonyabban szálló kis repülő perceken belül észrevette a jelzést. Leszállt a közelben. Kilépett belőle a pilótája, kezében egy nagy poroltó készülékkel. Amíg a madárcsőrök a vizet hordták, ő port fújt a tűzre, ami hamarosan el is aludt.

– Nekifogok – kotkodácsolta Ludovika, amikor elmúlt a veszély. Ez azt jelentette, hogy levonja a tanulságot. – A tűz a nagy forróság miatt keletkezett, egy elhullajtott madártoll kapott lángra. Áldozatos vízfordások és Lázár okos ötlete megmentett minket. Köszönjük a pilóta segítségét! Egyszer talán meglátogatnak minket az emberek,



ahogy mi is elrepülhetünk hozzájuk. Büszke vagyok rátok, mert mindenki igyekezett segíteni! Éljen a Madársziget!

– Ami nekünk maga az édenkert! – lelkendezett Lázár. – Vagy más néven: a paradicsom! Hogy ez mit jelent? És hogy engem miért hívnak paradicsommadárnak? Szívesen mesélek róla, ha szeretnétek. Csak előbb végig kell gondolnom, mert egyelőre nem tudom, miért. De biztosan rá fogok jönni – bambult bele a levegőbe.



Jégkrém memória

A meleg nyári napokon jólesik a hűsítő jégkrém. Kezdjétek el gyűjteni a jégkrémpálcikákat, mert jó kis játékot készíthettek belőle! Szükségetek lesz még színes papírokra, filctollra, festékre vagy ceruzára, ollóra és ragasztóra. Rajzoljátok le a jégkrém alakját annyiszor, ahány memóriakártyát készíteni szeretnétek! Minden jégkrémhez két darab papírforma kell, amelyek közé ragaszthatjátok a pálcikákat. A jégkrémek egyik oldala minden kártya esetében azonos színű legyen, s úgy fektessétek majd őket az asztalra, hogy ez az oldaluk legyen fölül. A másik oldaluk a fantáziátokra van bízva: lehet csíkos, hullámos, csokoládéöntetes, csak egy a lényeg: minden változatból kettő készüljön. Ha kész, indulhat a párkérés. Ki talál meg több párt? Minél több jégkrém készül, annál jobban edzitek a memóriátokat. Kellemes alkotást és vidám játékot kívánunk!

Tengerparti házikók

Jégkrémpálcikából, gyógyszerárakban vagy például kreatív boltokban kapható kis spatulákból kedves nyári dekoráció készülhet. Két vízszintesen elhelyezett spatulára faragóval, hobbiragasztóval függőlegesen ragasszátok fel a többi spatulát, a tetejére pedig tetőalakzatban ragasszátok még két spatulát! A kilógó részeket olló segítségével vágjátok le! Színes festékkel ízlés szerint fessétek le, majd dekoráljátok, például zászlófüzérrel. Az elkészült házikókra ragasszátok kis akasztókat! Díszíthetitek velük az ablakot, lámpáról lelógatva a szobát, de erkélyt, teraszt is dekorálhattok a vidám, színes házikókkal, amelyeket füzérbe is köthettek.





A feladatokat
és a rajzokat készítette:

*Mohács
Pápai*



Kavicsmese

Amikor a nyáron kirándultok, vízparton nyaraltok, gyűjtögetsetek sok-sok kavicsot! A megmosott és szárazra törölgetett kavicsokra alkoholos filccel vagy akrilfestékkel, temperával fessetek kis szimbólumokat, tárgyakat, figurákat! Ha megszáradtak a kavicsok, tegyétek őket egy zsákcokskába, ez lesz a mesezsák. Üljetek be egy fa árnyékába, valaki kezdjen el egy mesét, majd adjátok körbe a zsákcokskát. Akihez a zsák ér, az húz egy kavicsot, és a kavicson látott kép alapján folytatja a mesét. Meglátjátok, hogy a végére micsoda kalandok kerekednek!

SZANISZLÓ SÁNDOR



polgármester

Demokratikus Koalíció

Tel.: 296-1320, 296-1330

E-mail: polgarmester@bp18.hu

Facebook:

<https://www.facebook.com/SzaniszloSandorOfficial/>

Fogadóóra: előzetes egyeztetés alapján minden hónap első hétfőjén 16 és 18 óra között a Polgármesteri Hivatalban (Üllői út 400.). Bejelentkezés a 296-1320 vagy a 296-1330 telefonszámon.

SOMODY LÁSZLÓ

alpolgármester

Momentum



Tel.: 296-1315

Mobil: +36-30-248-76-50

E-mail: somody.laszlo@bp18.hu

Facebook: <https://www.facebook.com/somodylaszlo18ker/>

Előzetes egyeztetés alapján minden hónap utolsó hétfőjén 16 és 18 óra között a Polgármesteri Hivatalban (Üllői út 400.). Bejelentkezés a 296-1315 számon. Képviselői fogadóóra minden hónap első keddjén 17 és 17.45 között a Kerekerdő Óvodában (Attila u. 9.).

KÓRÓS PÉTER

alpolgármester

MSZP



Tel.: 296-1318

Mobil: +36-30-249-50-72

E-mail: koros.peter@bp18.hu

Facebook: <https://www.facebook.com/Koros.Peter.18.kerulet/>

Előzetes egyeztetés alapján minden hónap utolsó szombatján 10 és 12 óra között a Kondor Béla Közösségi Házban (Kondor Béla sétány 8.).

Bejelentkezés a 296-1318 telefonszámon. Képviselői fogadóóra: minden hónap utolsó szombatján 10 és 12 óra között a Kondor Béla Közösségi Házban (Kondor Béla sétány 8.).

PETROVAI LÁSZLÓ



alpolgármester

Párbeszéd Magyarországért

Tel.: 296-1350

Mobil: +36-30-252-93-68

E-mail: petrovai.laszlo@bp18.hu

Facebook: <https://www.facebook.com/petrovailaszlo/>

Előzetes egyeztetés alapján minden hónap utolsó hétfőjén 16 és 18 óra között a Polgármesteri Hivatalban (Üllői út 400.). Bejelentkezés a 296-1350 telefonszámon.

KUNHALMI ÁGNES



a kerület országgyűlési képviselője

MSZP

Fogadóóra: minden hónap utolsó csütörtökén 17–19 óra között az MSZP-székházban (Üllői u. 337.). Minden hónap második csütörtökén 16–18 óra között az Ady Endre u. 83/B alatti képviselői irodában. Bejelentkezés a 205-3045 telefonszámon hétköznapokon 14–18 óra között.

ÖNKORMÁNYZATI KÉPVISELŐK

BANGA ZOLTÁN

LMP

Mobil: +36-30-779-67-86

E-mail: banga.zoltan1@gmail.com

Fogadóóra: minden hónap első hétfőjén 17 és 19 óra között a Kandó Téri Általános Iskolában. Előzetes egyeztetés szükséges a 06-30-779-6786 telefonszámon.

BAUER FERENC

Fidesz-KDNP

Mobil: 06-30-159-95-92

E-mail: bauerferi@t-online.hu

Előzetes telefonos egyeztetés alapján.

DABASI OTTÓNÉ**Demokratikus Koalíció**

Mobil: +36-20-592-48-00

E-mail: evadabasi04@gmail.com

Fogadóóra: minden hónap második hétfőjén 17 és 18 óra között a Csontváry Kosztka Tivadar Általános Iskola ebédlőjében (Kondor Béla sétány 10.). Előzetes egyeztetés szükséges a 06-20-592-4800 telefonszámon.

DÁMSA JÓZSEF LAJOS**Fidesz-KDNP**

Mobil: +36-20-412-28-50

E-mail: jozsef.damsa@gmail.com

Előzetes telefonos egyeztetés alapján.

FEHÉR GÁBOR**MSZP**

Mobil: +36 30 955 7347

Minden kedden 16–18 óra között a Darus utcai iskolában, minden pénteken 16–18 óra között a Góriett sportiskolában. Szociális és lakásügyekben minden hónap 3. csütörtökjén az Üllői út 286-ban előzetes egyeztetés alapján.

FERENCZ ISTVÁN**Demokratikus Koalíció**

Tel.: +36-20/934-7444

Fogadóóra: előzetes egyeztetés alapján

GALGÓCZY ZOLTÁN**Fidesz-KDNP**

Mobil: 06-30-927-37-40

E-mail: gz777@freemail.hu

Előzetes egyeztetés alapján.

KASSAI DÁNIEL**független**

Mobil: +36-30-407-45-61

E-mail: kassai.daniel.reka@gmail.com

Előzetes egyeztetés alapján a Polgármesteri Hivatalban (Üllői út 400.). Bejelentkezés a 06-30-407-4561 telefonszámon.

KÁDÁR TIBOR**Fidesz-KDNP**

E-mail: kadar.tibor@fidesz.hu

Minden hónap első péntekjén 17–18.30 között a Vörösmarty iskolában, minden hónap második péntekjén 17–18.30 között a Piros Iskolában.

KISS RÓBERT**Fidesz-KDNP**

Mobil: +36-20-572-66-81

E-mail: kisrob@freemail.hu

Előzetes egyeztetés alapján.

LÁNG ISTVÁN**Demokratikus Koalíció**

Mobil: +36-30-951-72-27

E-mail: lang.istvan01@gmail.com

Fogadóóra: minden hónap második keddjén 18 és 19 óra között az Eötvös Loránd Általános Iskolában (Lakatos út 30.). Előzetes egyeztetés szükséges a 06-30-951-7227 telefonszámon.

DR. LÉVAI ISTVÁN ZOLTÁN**Fidesz-KDNP**

Mobil: +36-30-942-73-79

E-mail: levai79@gmail.com

Előzetes egyeztetés alapján.

NAGY BALÁZS**Momentum**

Mobil: +36-20-206-73-55

E-mail: nagy.balazs.istvan@gmail.com

Előzetes egyeztetés alapján.

NAGY KÁROLY**független**

Előzetes egyeztetés alapján.

PÁL NORBERT**MSZP**

E-mail: palnorbert.pestimre@gmail.com

Fogadóóra: minden hónap második csütörtökjén 16 és 18 óra között, Ady Endre utca 83/B. Előzetes egyeztetés szükséges a hétköznap 14 és 18 óra között hívható 06-1-205-3045 telefonszámon.

SZARVAS ATTILA SÁNDOR**Fidesz-KDNP**

Mobil: +36 30 455 7479

Előzetes egyeztetés alapján.

TÓTH KÁLMÁN**Fidesz-KDNP**

Mobil: +36-20-974-23-78

E-mail: bokay.kepviselo@gmail.com

Előzetes egyeztetés alapján.

**A VÁROSGAZDA XVIII. KERÜLET
NONPROFIT ZRT. ELÉRHETŐSÉGEI****Ügyfélszolgálat**

1181 Baross utca 7.

Telefonon: hétfőn 8–18, kedden, szerdán és csütörtökön 8–16, pénteken 8–13 óra között a +36-30-549-6922-es mobil- és a 297-0799-es vezetékes telefonszámon. E-mail: ugyfelszolgalat@varosgazda18.hu. Személyes ügyfélfogadás: hétfőn 10–18, szerdán 8–16, pénteken 8–12 óra között.

**KÖZÉRDEKŰ INFORMÁCIÓK
ÉS CÍMEK**

Ingyenes jogi tanácsadás a Pestszentlőrinc-Pestszentimrei Polgármesteri Hivatalban
Az ingyenes jogsegélyszolgálat a 296-1438 telefonszámon érhető el munkanapokon, hétfőn 14 és 16 óra, valamint szerdán 8 és 9 óra között.
A személyes ügyfélfogadás szünetel!

**Pestszentlőrinc-Pestszentimrei
Polgármesteri Hivatal**

Üllői út 400. Tel.: 296-1300

Hatósági Főosztály

Üllői út 400. Tel.: 296-1300

A személyes ügyfélfogadás szünetel!

XVIII. Kerületi Kormányhivatal

Városház u. 16. Tel.: 896-4319. Hivatalvezető:
Hodruszky Csaba. Ügyfélfogadási idő: H.: 13–17, Sz.: 8–12 és 13–16, P.: 8–12

Kormányablak

Üllői út 445. Tel.: 896-4098. Nyitvatartás: H.: 8–18 óráig, K.: 8–16 óráig, Sz.: 11–19 óráig, Cs.: 8–16 óráig, P.: 8–14 óráig. Soron kívüli ügyintézéshez időpontfoglalásra a www.magyarország.hu és a www.1818.hu internetes oldalon, valamint a 1818-as telefonszámon van lehetőség.

Pestszentimrei Ügyfélszolgálati Iroda

Nemes u. 14. Tel.: 290-8493, 297-5619

A személyes ügyfélfogadás szünetel!

Pestszentimrei referensi iroda

Tel.: 294-1685. Pestszentimrei Városrészi Önkormányzat (www.bp18.hu)

Közjegyzők

Üllői út 423. I. em. Tel.: 296-0809

Bartók L. u. 5. III. 6. Tel.: 297-4110

Üllői út 365. I. 1. Tel.: 290-0809

Zsebők Zoltán Szakrendelő

Thököly út 3. Tel.: 297-1210

www.18euszolg.hu**Pintér Kálmán Szakrendelő**

Nemes u. 18. Tel.: 297-1210

www.18euszolg.hu**Rendőrkapitányság**

Üllői út 438. Tel.: 292-9212

Tűzoltó-parancsnokság

Üllői út 235. Tel.: 459-2319

Közbiztonsági Centrum

Kondor Béla. sétány 1. Tel.: 294-1011

HIRDETÉS

A Városgazda XVIII. kerület Nonprofit Zrt. munkatársakat keres!

Jelentkezés módja: önéletrajzzal – a pozíció megnevezésével és a bruttó bérigény megjelölésével – e-mailben: allas@varosgazda18.hu vagy postán: Városgazda XVIII. kerület Nonprofit Zrt., 1181 Budapest, Baross utca 7.

Amit kínálunk: biztos, hosszú távú munkalehetőség, családi munkahelyi légkör, szakmai fejlődés, képzéseken való részvétel, kedvezményes üdüleési lehetőség, alkalmazottkártya-kedvezmény, egyes szakterületeken teljesítményen alapuló, alaphéren felüli jövedelem (teljesítménybér, mozgóbér), munkáltatói kamatmentes lakáscélú kölcsön, egészségmegőrzési programok (szűrővizsgálatok, sportrendezvények), gyermekeknek biztosított szolgáltatások, programok (sportolási lehetőség szakosztályi keretek között, a nyári időszakban gyermekfelügyelet programokkal stb.), családok támogatása (gyermek születése esetén egyszeri kifizetés).



SEGÉDMUNKÁS FELADATOK

A mélyépítési és a magasépítési osztályon belül segédmunkási feladatok ellátása.

ELVÁRÁSOK

Rugalmasság, fizikai állóképesség, megbízhatóság, pontosság.

ELŐNYÖK

B-kategóriás jogosítvány.

TEHERGÉPKOCSI-VEZETŐ ÉS RAKODÓ

FELADATOK

Tehergépkocsi vezetése; a szállítandó rakomány teljes körű kézi anyagmozgatása; a rakodási és a kapcsolódó egyéb fizikai feladatok ellátása; a társosztályokon dolgozók munkájának segítése külső munkavégzési területeken; a gépjármű műszaki állapotának ellenőrzése, a gépjármű rendszeres ápolása.

ELVÁRÁSOK

C-kategóriás gépjárművezetői engedély; érvényes GKI-kártya; jó fizikai állóképesség és terhelhetőség; fegyelmezett, szabálykövető, megbízható feladatellátás.

LAKATOS

FELADATOK

A lakatosmunkát igénylő hibák feltárása, a hibák gyors és precíz elhárítása; a nyílászárók szükség szerinti zárcseréje; polcok, szekrények rögzítése, tartók készítése; kapuk, kerítések javítása, drótfonatok, pálcák cseréje stb.; lemezlezések; tetőablakok felújítása, fedőlapok javítása, pótlása, egyszerű vasszerkezetek elkészítése.

ELVÁRÁSOK

Szakirányú végzettség; 1–3 éves szakmai gyakorlat; megbízhatóság, precíz munkavégzés; B-kategóriás jogosítvány.

GÉPKEZELŐ

FELADATOK

Aszfaltjavítási és építési feladatok végzésekor az előírásoknak megfelelő felület kialakítása; az ágyazati rétegek elvárásoknak megfelelő telepítése; a munkaterület-elhatárolások és a betonozások során zsaluzatok készítése;

se; előregyártott betonelemek beépítése, vagyis: szegélyépítési-javítási, térkő-, járólapp-beépítési, mederburkolási, -kialakítási, -javítási feladatok stb. végzése az építőelemek közötti hézagok kitöltésével; földmunkák végzésekor a megfelelő profil és esés biztosítása; szóróanyag-rakodás; szemét- és zöldhulladék-rakodás; azon gépjárművek, gépek telephelyen belüli mozgatása, amelyekre a vezetői engedély kiterjed.

ELVÁRÁSOK

Alapfokú végzettség; önálló, megbízható munkavégzés; B-kategóriás jogosítvány; nehézgépközlelő, földmunkagép-kezelő, gépközlelő jogosítvány.

ELŐNYÖK

Hasonló munkakörben szerzett tapasztalat.

RAKTÁROS

FELADATOK

Fizikai árumozgatás a raktárvezető utasítása és a felmerülő igények szerint; a kivitelezési egység által igényelt anyagok kiadása, a fel nem használt, illetve a bontásból eredő anyagok visszavételezése; a társaság által vásárolt anyagkészlet és tárgyi eszközök nyilvántartása; a raktárban történő mindennemű anyagmozgatással kapcsolatos adminisztratív feladatok ellátása; a dolgozóknak kiadott szerszámok egyedi nyilvántartása.

ELVÁRÁSOK

Raktárban szerzett tapasztalat; jó fizikai erőnlét, állóképesség; pontos, felelősségteljes munkavégzés; rendszerben való gondolkodás, csapatmunka.

ELŐNYÖK

Több területre kiterjedő anyagismeret (barkács-, villanszerelési, vizes és építőipari anyagok ismerete).

PARKGONDOZÓ

FELADATOK

A társaság által kezelt közterületeken lévő cserjék, dísznövények állapotának felmérése, azok telepítéséhez, pótlásához a munkaterület előkészítése; a talajmunkák elvégzése, telepítések, ültetések; a meglévő növényállomány gondozása, szükség szerinti locsolása, tápanyag-utánpótlása; a szerves növényi hulladék összegyűjtése, közterületekről való eltávolítása; a közterületeken, járdákon szükség szerint síkosságmen-

VÁROSKÁRTYA - kedvezmények 18. kerületieknek!



Városkártya regisztrációhoz olvassa be a megfelelő QR kódot a telefonja kamerájával.



Városkártya információk, elfogadóhelyek:

bp18.hu/varoskartya >



tesítés, hólapátolás; a munkakörhöz és a munkaterülethez tartozó eszközök szakszerű használata, azok tisztán- és karbantartása, őrzése; a munkavégzés során a munkavédelmi szabályok és más biztonsági előírások betartása; egyéb, előre nem látható, de jellegüknél fogva a tevékenységi körébe tartozó feladatok ellátása.

ELVÁRÁSOK

Alapfokú végzettség; jó problémakezelő és együttműködési képesség; kulturált és fegyelmezett magatartás, csapatszellem; megbízható, önálló, szabálykövető és felelősségteljes munkavégzés.

ELŐNYÖK

Hasonló területen szerzett tapasztalat.

KISGÉPKEZELŐ

FELADATOK

A rábízott gépek, szerszámok szakszerű kezelése, állagmegóvása, őrzése, karbantartása; az elvégzendő munkáknak megfelelő tartozékok kiválasztása, a munkagépekhez való csatlakoztatása; a gépek működtetéséhez szükséges üzemanyag biztosítása, az alkatrészek kezelése; a gépek indítás előtti átvizsgálása, műszaki ellenőrzése; a munkaeszközök nagyobb meghibásodása esetén a közvetlen felettes tájékoztatása, a gépek javításra küldése; a munkavégzés során a munkavédelmi szabályok és más biztonsági előírások betartása; egyéb, kertészeti feladatok ellátása a közterület-kertészeti osztály vezetője által kiadott utasítások szerint; egyéb, előre nem látható, de jellegüknél fogva a tevékenységi körébe tartozó feladatok ellátása.

ELVÁRÁSOK

Alapfokú végzettség; kisgépkézeli igazolvány (kézi lombfúvó, kézi fűnyíró, kézi sövényvágó gép, lengőkasza); jó problémakezelő és együttműködési képesség; kulturált és fegyelmezett magatartás, csapatszellem; megbízható, önálló, szabálykövető és felelősségteljes munkavégzés.

ELŐNYÖK

Hasonló területen szerzett tapasztalat.

KARBANTARTÓ

FELADATOK

Lakatos/asztalos munkát igénylő hibák feltárása, a feltárt hibák gyors és precíz elhárítása; kapuk, kerítések javítása, drótfonatok, pálcák cseréje stb.; egyszerű vasszerkezetek elkészítése; faanyag gépi vagy kézi eszközökkel történő megmunkálása (fűrészelés, gyaluzás, csiszolás stb.); szerkezetek összeépítése, vasalással való rögzítése; helyszíni szerelések végzése.

ELVÁRÁSOK

Szakirányú végzettség (lakatos vagy asztalos); 1–3 éves szakmai gyakorlat; megbízhatóság; precíz munkavégzés; B-kategóriás jogosítvány.

GONDNOK

FELADATOK

Az ingatlanok területén általános üzemeltetési és karbantartási feladatok ellátása; a telephelyen belüli munkák elvégzése (fűnyírás, gallyazás, kertészkedés, járdakarbantartás, terület tisztán tartása stb.); az épületek, berendezések, felszerelések és tereptárgyak állapotának napi ellenőrzése, a veszélyt jelentő hibák haladéktalan jelzése, a hibaelhárítás azonnali megkezdése; a rábízott gépek és eszközök szakszerű üzemeltetése, használata, azok karbantartása; a telephelyeink közötti szállítások elvégzése (asztalok, székek, könnyű kisbútorok); a telephelyen belüli rend fenntartása.

ELVÁRÁSOK

B-típusú jogosítvány; középfokú végzettség; jó problémakezelő és együttműködési képesség; kulturált és fegyelmezett magatartás, csapatszellem; megbízható, önálló, szabálykövető és felelősségteljes munkavégzés.

ELŐNYÖK

Hasonló területen szerzett tapasztalat; speciális kisgépkézeli képesítés; vízszerelei/villanszerelei/lakatos végzettség.

HIRDETÉS

Házhoz megyek! Fogsor készítését, javítását vállalom garanciával. Hívjon bizalommal! Telefon: 06-20-980-3957

A leégő nem égő, de a napvédelmet ne feledd! Számít-hatsz rám a szünetben is: Csom Barbara kozmetikus-mester, Imre Udvar. Tel.: +36306244816 www.kozmetikusbudapest.hu

SZŐNYEGTISZTÍTÁS, KÁRPITTISZTÍTÁS a leggyorsabban! Melegvizes mélymosás, vegytisztítás, szegés, javítás, függöny, takaró. Kárpittisztítás otthonában. Telefon: 06-1-280-75-74, mobil: 06-30-94-94-360, www.szonyegexpressz.hu

ÉPÍTÉSZMÉRNÖK – családi házak, társasházak, iroda-házak és csarnok épületek tervezése – építészeti rajzok, felmérési tervek készítése – belsőépítészeti tervezés – 3D látványtervezés – műszaki ellenőrzés – műszaki tanácsadás – teljes körű projekt menedzsment – 18. kerületi megrendelésekre kedvezmény! www.noorbert.hu 06-30-847-0047

Színházak részére mindennemű régiségek felvásárlása készpénzben. Dísz tárgyak, bútorok, festmények stb.. Kiszállás szakbecslés díjtalan. 0630/419-2713 Diszkrét ügyintézés, korrekt árajánlat. antiklakberendezes.hu

Festést, mázolóást, burkolást vállalom, nyugdíjasoknak kedvezményel. Bútormozgatással takarítással. Tel.: 06 30 6919424

Kerések használt Zepter Bioptron Lámpát, Színterápiát, Légterápiát és Ceragem ágyat készpénzért! Érdeklődni: 06-20-529-9861

Számítógépek javítása helyszínen, hétvégén is. Vírusirtás, tanácsadás, telepítések, alkatrészcsere garanciával. Ingyenes kiszállítás. Aradi Zoltán Tel: 06-70-519-2470, Email: szerviz@azpc.hu

Házhoz járó fodrász. Női,- férfi, hajvágás, festés, dauer. T:(06 1)290 4382

Redőny, szúnyogháló, napellenző, szalagfüggöny, relaxa, roletta, készítés-szerelés különböző kivitelben garanciával. Redőny gurtncsere, átalakítás, javítás, napellenző ponyvacsere, egyéb árnyékoló javítás. Nemeskéri Árnyékolás: 06-20-971-9201, 257-1875

Favágás, fagallyazás, veszélyes fák kivágása, bozótirtás, zöldhulladék elszállítás, tuskómarás, ágdarálás, alpin favágás, viharkárok megelőzése, koronaigazítás, sövénynyírás, fűkaszalás. Kármentesen, gyorsan és tisztán. Tel.: +36 70 361 2810

Megbízhatóság és minőség! Piramis AB. Ajtó, ablak, szúnyogháló, redőny AKÁR ELEKTROMOS VÁLTOZATBAN IS! Városhártya kedvezmény 5%! Látogasson el honlapunkra. piramisajtoablak.hu, elektromos-redonyok.hu T: 0670/908-50-55

Tetődoktor! Régi hajlott tetők javítása, cseréje, beázás elhárítás, bádgozás, Lindab tető, új tető cserepezése, kisebb javítások, SOS munkák: 0630/622-5805, 0620/952-2327

ÁRESÉS-kedvezmények! LEGKIVÁLÓBB REDŐNYÖK, LEGKEDVEZŐBB tavalai ÁRAKON, 30 éves tapasztalat. Redőny, mobil-fix szúnyogháló, NAPELLENZŐ. NYUGDÍJAS kedvezmények. Azonnali felmérés, ingyenes árajánlat. Páll redőny: 06 30 401 1029

Személyre szabott otthonápolás 18 év felett! Ha segítség-re lenne szüksége, hívjon most! Megértéssel várom. Henderson otthonápolás/ Karaba Erzsébet tel: 0620/401-2429

INGATLAN

Ganz telepi 100 m2 iker házamat 75 négyszögölön rendezett kerttel, fedett gk. beállóval, fedett terrasszal cserélném két kisebb örök-lakásra. Telefon 06/30-9334-279

PROGRAMOK18

XVIII. kerületi programajánló

Ahol a bekapcs a kikapcs!

BP18.HU/PROGRAMOK18
FACEBOOK.COM/PROGRAMOK18





OTT TALI!

ÉLVEZD A NYARAT, ÉREZD A KERÜLETET!

BÓKAY-KERT, CHILL TERASZ, 08. 19-IG

JÚLIUSI PROGRAMOK:

NOCHE DE LA HABANA - HAVANNAI ÉJSZAKA

07. 07., VASÁRNAP 19:00

ABAHÁZI CSABA AKUSZTIK

07. 12., PÉNTEK 19:00

B. TÓTH LÁSZLÓ

07. 13., SZOMBAT 19:00

VARGA BENCE AKUSZTIK (ZAPOROZSEC)

07. 19., PÉNTEK 19:00

MÉSZÁROS TAMÁS ÉS TYUKÁSZ BOTOND - VOICE & GITÁR EST

07. 20., SZOMBAT 19:00

NAGY DÁVID BAND

07. 26., PÉNTEK 19:00

B. TÓTH LÁSZLÓ

07. 27., SZOMBAT 19:00

INGYENES
PROGRAM



OLIMPIA TERASZ

**07. 26. - 08.11.
BÓKAY-KERT**

NAGY KIVETÍTŐ,
BÜFÉ ÉTELEK ÉS
HŰSÍTŐ ITALOK

KÖVESD AKTUÁLIS HÍREINKET:
BP18.HU/OLIMPIATERASZ
FACEBOOK.COM/PROGRAMOK18

VÁROSKÁRTYÁVAL
KEDVEZMÉNYEK
XVIII. KERÜLETIEKNEKI

Kövess az eseményeket a „BP18”
APP-ON és a „BP.18.KERÜLET”
INSTAGRAM oldalon is!



BP18.HU/OLIMPIATERASZ

