

KERÜLETI ÉLETKÉPEK

VIII. évf. 6. szám | 2018. április 5.

www.xvmedia.hu

facebook.com/xvmedia

XV. KERÜLETI RÁKOSMISZKESZÉLYHELY • ÚJPALOTA KÖZÉLETI LAPJA

VÁLASZTÁSI
MELLÉKLETTEL

FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

ELTŰNTETIK A KÁTYÚKAT

JÁTÉKOS ELKÖTELEZŐDÉS

UGRÓKÖTELEZÉSBŐL JELES

Nincs döntés a Deák utcai rendelőről



Protokolláris bejelentések és interpellációk után 14 napirendi pontot tárgyaltak meg a képviselők március 27-i ülésükön.

Két szomorú hír árnyékolta be az ülés kezdetét. Hajdu László polgármester bejelentette, hogy elhunyt Szalóczi Lajos volt önkormányzati képviselő, aki 16 éven keresztül részt vett a helyhatóság munkájában, majd a Polgári Érdekképviseleti Egyesületben folytatta közéleti tevékenységét. Temetése április 4-én Szadán volt. Az ülés elején érkezett a hír, miszerint elhunyt Demján Sándor, kerületünk díszpolgára. Mindkét jeles személy emléke előtt egyperces néma főhajtással adóztak a képviselők.

A rossz hírek mellett szerencsére jó is akadt. Seszták Miklós nemzeti fejlesztési miniszter a március 15-i nemzeti ünnep alkalmából „A Köz-

lekedésért Érdemérem” szakmai érmet adományozta a közlekedés érdekében végzett magas színvonalú, eredményes munkája elismeréseként Németh Tibor nyugalmazott városüzemeltetési fősztályvezetőnek. A képviselő-testület jelképes ajándékkal köszönte meg a volt fősztályvezető munkáját.

Több mint kétórás vita után a polgármester a következő testületi ülésre naponta a Deák utcai orvosi rendelővel kapcsolatos napirendi pontot. Elfogadta a testület a XV. kerületi rendőrkapitányság 2017. évi szakmai tevékenységéről szóló beszámolót.

A grémium újabb öt évre Kocsis Lászlónét bízta meg az Egyesített Bölcsődék igazgatói feladatainak ellátásával.

Elfogadták a képviselők a közművelődési feladatokra kötött

2017-es támogatások elszámolását és a 2018-as támogatását. A versenysport-szervezetek esetében azonban két sportegyesületnél – REAC Sportiskola Sportegyesület és REAC Sport Kft. – csak részben fogadták el a 2017-es működési támogatásuk elszámolását, illetve ennek megfelelően az idei támogatásukat.

Határozatok születtek a 2018/2019-es nevelési-oktatási év előkészítéséről. Az óvodai beiratkozás május 7–11. között lesz a kerületi ovikban, ahol a következő nevelési évben 97 csoport indítását támogatja az önkormányzat.

Komoly vita után a testület többsége megszavazta a Csokonai Kulturális és Sportközpont (CSKSK) átszervezését. A CSKSK-hoz tartozó sportlétesítményekkel, valamint a táborozással és üdüléssel kapcsolatos működtetési feladatok 2018.

július 1-jétől a GMK-hoz kerülnek. Ettől a dátumtól a CSKSK Csokonai Kulturális Központ néven működik tovább és helyi közművelődési feladatokat lát el.

Arról is döntött a grémium, hogy elektromos töltőállomásokat telepítenek hét kerületi helyszínre.

A képviselő-testület a Köztisztasági Rendkívüli Bizottság javaslatait figyelembe véve felkérte a polgármestert, hogy dolgozza ki a felújításra váró és a jövőben parkok őrzésére vonatkozó koncepciót, valamint mérse fel, hogy a bizottság által javasolt intézkedések közül a parkok őrzésére vonatkozóan, melyek megvalósítására van idén lehetőség. **Jág**

(A testületi ülések élőben és felvételről is megtekinthetők az onkormanyzatitv.hu és a bpxv.hu honlapokon.)

Rengeteg a kátyú a kerületben

A januári, februári enyhe, de csapadékos idő után a tél megmutatta igazi arcát, kemény hidegek jöttek, ami az amúgy is rossz állapotú utakon kátyútgéret eredményezett. Különösen rossz a helyzet Rákospalota régi útjain.

– Március végével bezárólag mintegy 580 négyzetméternyi utat javítottunk ki. Mivel az aszfaltkeverő telepek télen nem működnek, így az úthibákat hidegaszfalittal tüntettük el. Ez azonban csak ideiglenes megoldást nyújt, hiszen megfelelő kötőanyag híján rövid idő alatt a tönkremennek a járműforgalom miatt. Szakszerűen csak 1-2 hete tudunk dolgozni, miután újraindították a keverőtelepeket – tájékoztatta lapunkat Demeter János, a kerületi fenntartású utakat kezelő Répszolg ügyvezetője.



– Az útellenőrök folyamatosan térképezik fel az úthibákat, március végén további 550-600 négyzetmé-

tert regisztráltak. Mindent összetevve tehát körülbelül 1200 négyzetméternyi úthiba keletkezett télen, ami „bő-

dületesen nagy számnak” tekinthető – emelte ki az ügyvezető.

A megjegyzése nem is alaptalan, hiszen a tavalyi kátyúzási programban az egész év folyamán 2800 négyzetméternyi útjavítást végzett el a társaság. Ez azt is előrevetíti, hogy nagy valószínűséggel nem lesz elég az a költségvetési forrás, amit az idénre előirányzott az önkormányzat az úthibák javítására – mondta Demeter János, aki jelezte, hogy erről tájékoztatta a kerület vezetését.

A szakember hozzátette, hogy szükség esetén alvállalkozókat is bevonnak majd a kátyúzási munkákba, emellett az utak mentén táblákkal hívják fel az autósok figyelmét az úthibákra. Véleménye szerint május közepére tudják kátyúmentesíteni a kerületi fenntartású utakat.

Jág

GMK: cél a korszerűbb intézmény

A kerületi intézményrendszer jó részét üzemeltető Gazdasági Működtetési Központ (GMK) feladatairól, a jelenről, jövőről, tervekről beszélgettünk a társaság új főigazgatójával, Bárkai Katalinnal.

– Mikortól szól a főigazgatói kinevezése?

– Megbízott főigazgatóként tavaly november 29-től vezetem a GMK-t, mert az előző főigazgató megbízását akkortól vontam vissza a képviselő-testület. Megpályáztam a pozíciót, amiről a testület február 5-én döntött. A képviselők véglegesítettek, a megbízatásom 2020. június 30-ig szól. Nem ismeretlen számomra a cég, hiszen 2012 óta szervezési igazgatóként itt dolgoztam, 2013-tól pedig a főigazgató általános helyettesi tisztségét is betöltöttem.



Bárkai Katalin | Vonzó, stabil munkahely a kollégáknak.

– Milyen kihívások előtt áll a cég?

– A társaság alapvető feladata az, hogy biztosítsa a fenntartó által rábízott intézményrendszer – jelen-

leg az Egyesített Szociális Intézmények, az Egyesített Bölcsődék és az önkormányzati óvodák – központosított gazdálkodását, valamint az intézményeket működtesse,

üzemeltesse. Idén 350 milliós felújítást, karbantartást tervezünk az intézményrendszerben, emellett 125 millió forint értékben beruházások is megvalósítunk.

FOTÓ: XY MÉDIA, VARGÓSZ

Komoly kihívást jelent, hogy a GMK-ra bízott intézményrendszer folyamatosan változik, hat év alatt tizenegyszer módosították emiatt az intézmény alapító okiratát. Az átalakítások zökkenőmentes végrehajtása igen jelentős feladat.

A közeljövő újabb nagy átalakulást hoz, hogy mivel a Csokonai Kulturális és Sportközpont átszervezése miatt hozzánk kerül a kulturális intézmény, és átvesszük a központosított gazdálkodását, illetve az intézmény működtetését. Ennél is nagyobb feladat lesz az összes sportlétesítmény és a vidéki táborok üzemeltetése, amit szintén a GMK lát el július 1-jétől. Ehhez kapcsolódóan szervezeti átalakítások is várhatók, hiszen több mint ötven fővel bővül társaságunk személyi állománya.

– Mit szeretne vezetőként megvalósítani?

– A közétkeztetéssel kapcsolatban szeretnénk minőségi változást elérni. Szeretnénk az elektronikus ügyintézés területén, illetve az energiatudatosság terén is előrelépni. A GMK-nál is egyre nagyobb probléma a humán erőforrás kérdése. Sajnos egyre nehezebben találunk megfelelő munkaerőt. Sikerült elérni az önkormányzatnál, hogy az ideai költségvetésben forrást biztosítson a GMK-nak egyfajta bérpótlék kifizetésére, én pedig arra töreksem, hogy vonzó, stabil munkahelyet biztosítsunk a kollégáinknak. Jónás Á.

Ebédbefizetés kényelmesen

A Gazdasági Működtetési Központ (GMK) a Multischool3 étkezés-befizető és -nyilvántartó programon keresztül lehetővé tette a kerületi általános iskolás gyerekek családjának, hogy idén januártól akár otthonról bankkártyával egyenlíthessék ki az ebédbefizetést. A program használatával elkerülhető az iskolákban a sorban állás a meghirdetett ebédbefizetési időpontban. A Multischool3 program használatával minden hónap 6-ától 20-áig, tehát 15 napon keresztül, éjjel-nappal, hétvégén, otthonról, telefonról, kényelmesen intézhető a befizetés. Emellett a hét minden napján folyamatosan rögzíthető az étkezéslemondás telefonálgatás, e-mail-írás nélkül, a program automatikusan jóvá is írja az ebédlemondás miatt visszajáró összeget.

– Több mint ezerhatszáz felhasználónak küldtük ki januárban a használatához szükséges adatokat, és az ismerkedés hónapjában majd háromszázan éltek is az új lehetőséggel. A februári időszakban ez a szám több mint négyszázötven főre emelkedett, amely az összes befizető 18 százalékát teszi ki. Célunk, hogy minél többen éljenek a Multischool3 nyújtotta lehetőségekkel, megkímélve ma-



gukat a sorban állástól. Reméljük, hogy ez a növekedési tendencia folytatódni fog, ahogy a szülők felismerik a program nyújtotta kényelmet, előnyöket – mondta lapunknak Soha Péter gazdasági igazgató.

A regisztráláshoz szükséges nyomtatványok, tájékoztatók elérhetők a GMK honlapján, a <http://www.gmkxv.hu/kozetkeztetes/nyomtatvanyok-tajekoztato> címen. A program használatával kapcsolatban a GMK munkatársai a +36 1 815 1764 és a +36 70 492 3380 telefonszámokon is várják a kérdéseket és az esetleges hibák, problémák bejelentését.

Támogató kupakok

A „Gyűjts az Életért” karitatív kampány 2018. március 22-i sajtótájékoztatóján nemcsak a programban kiválasztott rászoruló családok kapták meg a számukra összegyűjtött támogatásokat, hanem a kezdeményezés harmadik születésnapját is megünnepelték a jelenlevők.

Makai Ferenc, az Ö.T.H.É.T. Egyesület elnöke beszámolt arról, hogy az elmúlt három évben ezzel a programmal negyven családot

tudtak támogatni négymillió forinttal vagy természetbeni adománnyal.

Hajdu László polgármester, a kezdeményezés fővédnöke kiemelte, számára külön öröm, hogy egy környezetvédelmi kezdeményezéssel szociális támogatást lehet nyújtani. Aki gyűjti a háztartásban feleslegessé vált kupakokat és leadja bármely kerületi közintézményben, ezzel – a számos támogató vállalat



FOTÓ: XY MÉDIA, VARGÓSZ

és civil szervezet mellett – segíteni tudja a polgármesteri hivatal

szociális osztálya által kiválasztott rászoruló családokat. K. I.

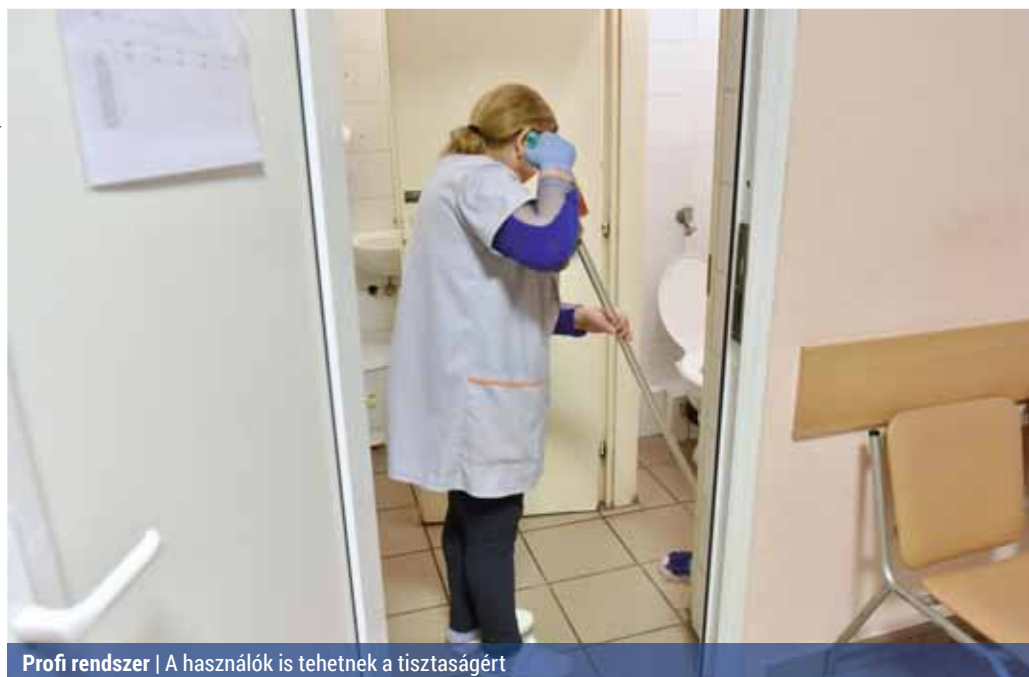
Megreformálták a takarítást

Március eleje óta a Dr. Vass László Egészségügyi Intézmény minden illemhelyiségét meghatározott rend szerint takarítják. A betegek így azt tapasztalhatják, hogy rend és tisztaság uralkodik a WC-kben.

– Nincs ebben semmi varázslat – tudtuk meg Melykó Irén vezető asszisztentstól –, csak hozzánk is eljutott a betegek panasa, amely a korábbi állapotokat ismerve nagyon is megalapozott volt.

A panaszok többsége az illemhelyek tisztaságára vonatkozott. Ez azonban nem csak a takarítás hiányosságára volt visszavezethető. Az eltűnt vécépapírtokercsek, az üres kézmosók, a letört kézszáritók és ajtókilincsek, az összefirkált ajtók, illetve a letisztítatlanul hagyott WC-kagylók az illemhelyhasználati kultúra hiányosságára utaltak.

– Március eleje óta a takarítók óránként ellenőrzik és takarítják az illemhelyeket, ezt pedig az ajtókra kifüggesztett táblázatokban dokumentálják is – magyarázta a vezető asszisztens. – Úgy, mint a bevásárlóközpontokban, a szállodákban vagy a gyorséttermekben. Egyelőre még csak kísérleti jelleggel a szakrendelőben vezettük be ezt a mód-



Profi rendszer | A használók is tehetnek a tisztaságért

szert, és ha beválik, minden telephelyünkön gyakorlat lesz.

Az első tapasztalatok pedig több mint kedvezőek. Március eleje óta ugyanis nincs egyetlen panasz sem az illemhelyekre. A földszinten és a két emeleten

„Reggel 8 és este 8 óra között óránként ellenőrznek.”

található hat helyiségben mindig minden rendben van. A takarítók pedig az új rend szerint reggel 8 és este 8 óra között óránként ellenőrznek, hogy ez az állapot ne is nagyon változzon.

Riersch Tamás

Szemszárazság a számítógéptől



Kevesett pislogunk | Természetes gyógymódok a jók

Könnyebben alakul ki szemszárazság azoknál, akik sokat ülnek számítógép előtt. Egy kísérlet szerint a gép előtt feleannyit pislognak az emberek, mint például könyv olvasás közben.

– A szemszárazság kialakulását az irodák levegőjének szárazsága is elősegíti, de a régóta kontaktlencsét viselőknél és a változó korban lévő nőknél is jelent-

kezhet – nyilatkozta Nagy Zoltán Zsolt, a Semmelweis Egyetem Szemészeti Klinikájának igazgatója az M1 aktuális csatornán.

– A szemszárazság égő, csípő, szúró érzéssel jár, hosszú távon károsíthatja a szemfelszínt, hámszárazságot, fekélyt okozhat, és könnyebben alakulnak ki bakteriális és más fertőzések is. Elkerülése érdekében

tudatosan oda kell figyelni a pislogásra, párasítani kell a levegőt, jó világítást kell biztosítani és óránként el kell nézni a képernyőről egy kis időre – mondta a szakember.

Hangsúlyozta, hogy elsősorban a természetes gyógymódokat ajánlja, a szemcseppet csak enyhébb tünetekre, rövid távon érdemes alkalmazni, ha pedig

nem szűnnek a panaszok, akkor szemorvoshoz kell fordulni. A műkönyvekből tartósítószer-menteset érdemes választani – fűzte hozzá Nagy Zoltán Zsolt, aki a szülőknek azt javasolja, ne engedjék meg gyermekeiknek a sok számítógépezést, telefonozást, a gyerekek ezek helyett inkább több időt töltsenek a szabadban. **JÁG**



Nagy Zoltán Zsolt



FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ

Véradás

Véradást szervez a polgármesteri hivatal és a Vöröskereszt XV. Kerületi Szervezete április 6-án, pénteken délután 2 és 6 óra között a Pólus Center Tesco bejáratánál található véradó kamionban. Kérik, hogy a véradók személyi igazolványukat és tajkártyájukat feltétlenül vigyék magukkal. Minden véradó ajándékot kap, várják a kerületi lakókat. **ÉK**



Közös cél a kertészkedés

Immár négy esztendeje kertészkednek az újpalotai panelrengetegben 2014–16 között létesített közösségi kertekben. Az öt kertben átlag 20–24, egyenként négy négyzetméteres ágyás van, melyek minden évben – a gondos kertészek munkája nyomán – megújulnak.

– Mondhatnám azt is, hogy könnyű dolgunk van ezekkel a kertekkel – mondta Szögi Andrea, a Palota-15 Kft. ügyvezető igazgatója. – Az átadás óta gördülékenyen mennek a dolgok, nagyjából ugyanaz a közösség használja őket. Fluktuációról alig beszélhetünk, elenyésző a lemorzsolódók száma. Persze, apróbb problémák mindig akadnak, a kisebb rongálások, a locsolóvíz hiánya, a szivattyúk meghibásodása miatt szoktak keresni bennünket.

Az újpalotai közösségi kerteknek van egy-egy önkéntes gondnoka. Az ő feladata, hogy szervezze az adott kert közösségi életét. Többek között, hogy a közös finanszírozású munkák ellenértékét beszedje, illetve hogy a Palota-15-tel is tartsa

a kapcsolatot. Ha azt tapasztalják, hogy valamelyik bérlő nem megfelelően használja az ágyását, illetve lemond a műveléséről, akkor azt is jelzik a fenntartónak.

– A bérlőkkel nem kötünk szerződést, hisz minden önkéntes alapon történik. Egy kulcsot kapnak, mellyel nyitni-zárni tudják a kertet – magyarázta az ügyvezető. – Az igénylések is hozzánk futnak be, és a neveket várólistán rögzítjük. Ha valamelyik kertben üresedés történik, akkor a listáról kapja meg valaki. De mivel nincs nagy mozgás a bérlőknél, ez a várakozási lista inkább nőni szokott. Jelenleg annyi igénylés futott be, hogy az már egy újabb kert kialakítását is indokolhatná.

Erre pedig néhány éven belül lehetőség nyílhat. A kerületi önkormányzat ugyanis pályázati forrásból szeretné felújítani a rákospalotai városközpontot, és a másfél milliárdos tervben két közösségi kert kialakítása is szerepel.

Riersch Tamás

Színpompás növények



A színes, illatos virágokról nem kell lemondania annak sem, akinek nincs kertje, Sőt a jellegzetes tavaszi növények cseréjében is gyönyörű dísei otthonunknak. Gondozásukra azonban ugyanúgy időt kell szánni, mint ha szabadban nőnének.

Szinte mindegy, milyen cserepes virágot választunk, fontos, hogy megismerjük annak igényeit, ugyanis a szobanövények nem egyformán igénylik a napfényt, a nedvességet, a páratartalmat, és a hőigényük is különböző. Amiben viszont az összes fajta megegyezik, hogy rendszeresen ápolásra szorulnak. A virágos növények a naposabb helyeket szeretik, míg a kúszónövények szinte mindenhol jól érzik magukat. A felfutókkal érdekessé tehetjük lakásaink kopár sarkait, csupasz falfelületeit.

A tavaszi gondozás első lépése, ami minden szobanövényre egyaránt vonatkozik, az a gyakoribb

öntözés. A lakásban ugyan a hőmérséklet nem sokat változik, de a növények vízigénye a fejlődés beindulásával megnő. Kéthetente egyszer tápoldatot is érdemes az öntözővízhez keverni. A fás szárú szobanövények metszése, alakítása sem elhanyagolandó. A szobanövények között is sok olyan akad, amelynek nagyon fontos a visszavágás, ilyenek például a citrusfélék, a leander vagy a rozsmaring, a hibiszkusz.

A Pestújhelyi Kertbarát Kör tagjai arra is figyelmeztetnek, hogy a rendszeres újraültetés is nélkülözhetetlen a tápanyagigényes szobanövények esetében. Néhányukat évente, másokat csak két-, háromévente kell új földbe, nagyobb cserépedénybe ültetni. Átültetéshez azonban mindig használjunk megfelelő földkeveréket, hiszen más talajt kíván egy pozsgás-növény, mint egy pillangóorchidea.

B. I.

Zöldmunkák tavasszal

A szélsőséges időjárás után mindenki nagyon várja az első tavaszi napsugarakat, főként a kertészkedők reménykednek a melegebb időben. A Pestújhelyi Kertbarát Kör vezetője, Pozsonyi Zoltánné Magdika szerint nincs ok az aggodalomra, hiszen csak pár hetet csúsztak a kerti munkák a talaj menti fagyok miatt.

– A kertészkedés tavasszal szántással, ásással kezdődik, hiszen kemény talajba nem lehet sem magot vetni, sem palántákat ültetni – tájékoztatott Magdika. A talajt ráadásul nemcsak lazítani, hanem javítani is kell, például komposzttal. A száraz földre ilyentéjűt vethetjük a

hidegtűrő magokat, például borsó, sárgarépa, petrezselyem, saláta, retek, dugghagyma. Április elején veszük el az őszi betakarításra szánt kései sárgarépát is. A palánták közül hónap végén elsőként a kelbimbót, valamint a karalábét ültethetjük ki leghamarabb a szabadba.

Az érzékeny fajtákat, mint a paradicsomot, a paprikát, az uborkát érdemes a májusi fagyok utánra ütemezni. A szakember arra is kitért, a palánták ültetési mennyiségére és mélységére is fontos ügyelni, hiszen a szűk palántáknál a sziklevélig történhet, míg a karalábénál, a zellernél, a

paprikánál jobb elkerülni a túl mély ültetést.

A kertészkedés tavasszal azonban nemcsak a vetésből és ültetésből áll, hanem a gyümölcsfák, gyümölcsbokrok gondozása is előtérbe kerül. A hidegek elmúltja után, a metszés, a fatisztogatási és faápolási munkák befejezése után kell hozzáfognunk a gyümölcsfák lemosópermetezéséhez, és ne maradjanak ki a szőlőtőkék, gyümölcsbokrok sem. Lemosópermetezéshez használjunk réz-, kén- és olajtartalmú szereket.

A gyepgondozás szezonja is tavasszal kezdődik, hiszen a rendezett zöldszőnyeg

FOTÓ: XV. MÉDIA, NAGY BOTOND



fokozza az egész kert látványát. Magdika elmondta, a helyi kertbarátok tanácsokkal, praktikákkal is segítik egymást, és bárkit, akinek kérdése, véleménye, jó ötlete van, szeretettel várnak körükbe. Mindemmel számos programot is szerveznek, legközelebb

áprilisban az Alcsúti Arborétumba látogatnak el, hogy a virágzó hagymás növényeket megcsodálják. Ezenkívül idén újra meghirdetik a Pestújhelyi legszebb kertje versenyt is, melynek eredményét szokásosan az őszi terménybemutatójukon hirdetik ki. (béres)

Bölcsődei beiratkozás

A kerületi bölcsődékben az alábbi napokon van lehetőség a beiratkozásra: 2018. április 16–20. között mindennap 9 és délután 3 óráig, valamint 2018. május 14–18. között mindennap 9 és délután 3 óráig. Évközi beiratkozásra minden hónap harmadik szerdáján 9-től 15 óráig van lehetőség. A beiratkozáshoz szükség van a gyerek tajkártyájára és lakcímkártyájára. ■



Elhunyt Demjén Sándor



Életének 75. évében, március 27-én elhunyt Demjén Sándor üzletember – közölte a Gránit Pólus. Demjén Sándor kerületünk díszpolgára volt, 2001-ben kapta meg a címet. Demjén Sándor a Gránit Pólus Csoport alapító elnöke, a Vállalkozók és Munkáltatók Országos Szövetsége ügyvezető elnöke, az Országos Takarékszövetkezeti Szövetség elnöke volt. Nevéhez fűződik a Gránit Pólus Csoport, a Gránit Bank, a TriGránit Csoport megalapítása, valamint 2003-ban a Prima Primiissima Díj megalapítása is. Temetéséről később intézkednek. ■

Iskolai beiratkozás

Az általános iskolákba április 12-én és 13-án reggel 8 és este 7 óra között lehet beíratni a lakóhelyük szerint illetékes vagy a választott suliba a szeptemberben első osztályt kezdő gyerekeket. Az előző évhez képest nincs változás a kerületi körzethatárokonban. A beiratkozáskor be kell mutatni a gyerek nevére kiállított személyi azonosítót és lakcímet igazoló hatósági igazolványt, továbbá az iskolába lépéshez szükséges fejlettség elérését tanúsító igazolás eredeti példányát, amit az óvoda állít ki.



Sajátos nevelési igényű tanuló számára a szülő választja ki a megfelelő ellátást nyújtó nevelési-oktatási intézményt az illetékes bizottság szakértői véleményében megjelölt intézmények közül.

A nemzetiséghez tartozó gyermeket – ha a felvételi követelményeknek megfelel – a nemzetiség nyelvén vagy a nemzeti nyelvén és magyarul is tanító iskolába, tagozatra, osztályba, csoportba fel kell venni. A gyermek felvételéről az iskola igazgatója dönt. A felvétellel kapcsolatban meghozott döntés ellen – annak közlésétől számított tizenöt napon belül – a szülő eljárás indíthat az igazgatónál. A kérelem tekintetében a fenntartó (a Klebelsberg Központ Észak-Pesti Tankerületi Központja) jár el, és hoz másodfokú döntést.

Az a szülő, aki tanköteles gyermekét a fenti időpontban nem írhatja be az iskolába, szabálysértést követ el. ■

Idén is szomszédünnepek

A kerületi önkormányzat idén is támogatja a helyi lakó- és utcaközösségek által szervezett szomszédünnepeket. A helyhatóság arra buzdítja a kerület lakóit, hogy szervezzenek május és október között piknikeket, válasszanak ki egy közterület lakóhelyük közelében és hívják meg lakótársaikat. A szervezési szándékot a Polgármesteri Kabinet rendezvényszervezőjével, Bányász Gergővel lehet egyeztetni: banyasz.gergo@bpxv.hu, +36 305 3176. ■

VÁLASZTÁS 2018

Fidesz-kampány



Az áprilisi választások előtt országjáró rendezvényeket tartott a kerületben a Fidesz-KDNP képviselőjelöltje, László Tamás. A Csokonai Művelődési Házban Bencsik András volt a rendezvény vendége március 14-én, míg az Újpalotai Közösségi Házban Cser-Palkovics András, Székesfehérvár polgármesterével találkozhattak az érdeklődők március 28-án.

Ugyanezen a napon tüntetéssel egybekötött sajtótájékoztatót is tartott László Tamás a pestújhelyi Észak-Pesti Kórháznál, ennek témája a „kerületet fenyegető migránsbetelepítésekkel és a lehetséges helyszínekkel” volt kapcsolatos. ■

Választási piknik



Együtt kampányolt a Demokratikus Koalíció országgyűlési képviselőjelöltje, Hajdu László mellett Bósz Anett, a Liberálisok ügyvivője, Kunhalmi Ágnes, az MSZP budapesti elnöke és Gy. Németh Erzsébet, a Demokratikus Koalíció fővárosi képviselője a március 28-i lakossági fórumon. Szó esett arról, hogy Hajdu László a legesélyesebb ellenzéki jelölt a körzetben. Hazánknak nem a keleti diktatórikus rendszerekkel kell párhuzamot vonnia, hanem inkább tanulni a nyugati demokratikus szemléletből, illetve kidolgozni a saját metódusainkat. Fontos, minél többen menjenek el április 8-án szavazni. Április 5-én délután még kampányzáróra, április 7-én pedig tavaszi piknikre várják a kerületiek. ■

Megújuló ország



– Az Uniónak vannak hibái, de nekünk előnyt is jelent. A mai magyar társadalom könnyen félrevezethető, nyelvtudásban gyenge, nem ismeri a külföldi viszonyokat. Egy ilyen kis országnak azonban nagyon fontos a külföld rokonszenve, reális céljainkat csak baráti támogatással tudjuk elérni – nyomatékosította Jeszenszky Géza volt külügyminiszter a XV. kerületi LMP-s lakossági fórumon március 29-én. Szilvágyi László, az LMP országgyűlési képviselőjelöltje elmondta, abban hisznek, hogy a múltból kell jövőt építeni, ezért is hívták meg Jeszenszky Gézát, aki részt vett a rendszerváltásban, és nem melleleg kötődik Pestújhelyhez is. A rendezvényen az LMP választási programján kívül arról is beszéltek, mit és hogyan lehet tenni a térségért. ■

Feljelentés tett a választási bizottság

Feljelentést tett a Budapest 12. számú Országgyűlési Egyéni Választókerületi Választási Bizottsága korábban nyilvántartásba vett két jelölt, Honti Richárd (Közös Nevező) és Majoros István (Rend Párt) ajánlóívei ügyében. A rendőrség nyomoz a feljelentés nyomán. ■

A választással kapcsolatos hivatalos információkat megtalálhatja <https://www.bpxv.hu/valasztas-2018-2> weboldalon.

FIZETETT POLITIKAI HIRDETÉSEK

HAJDU LÁSZLÓ

Tisztesség és szolgálat

**ÁPRILIS 8-ÁN TÁMOGASSON
SZAVAZATÁVAL ENGEM,**

és a Demokratikus Koalíció listáját!

**Keresse a közösen támogatott esélyes
jelöltet a szavazólap alján!**

HAJDU LÁSZLÓ



Jelölő szervezet:



Támogató szervezetek:



Részlet a DEMOKRATIKUS KOALÍCIÓ meghívásából.
Cím: 1132 Budapest, Victor Hugo u. 11-15.
Felolvasó kiadó és felelős szerkesztő:
Sebán-Petrovszki László pártigazgató.



**Szavazzon a biztonságra!
Szavazzon a fejlődésre!
Szavazzon László Tamásra!**

**A szavazólapon az 5. helyen található
László Tamás, a FIDESZ–KDNP jelöltje:**

5. LÁSZLÓ TAMÁS



FIDESZ
KDNP

FIDESZ - MAGYAR POLGÁRI SZÖVETSÉG
KERESZTÉNYDEMOKRATA NÉPPÁRT

FIZETETT POLITIKAI HIRDETÉS

Budapest 12.

SZILVÁGYI LÁSZLÓ

ORSZÁGGYŰLÉSI KÉPVISELŐJELÖLT

HAJRÁ PALOTA!

ÁPRILIS 8 



SZÉL BERNADETT
MINISZTERELNÖK-JELÖLT

 **Imp**
2018

FIZETETT POLITIKAI HIRDETÉS

Az MSZP

Őt támogatja április 8-án!

jelölő szervezet:



Demokratikus
Koalíció

támogatók:



mszp

párbeszéd

Hajdu László



Képek: Magyar Szocialista Párt, eszékhely, 1073 Budapest, Erzsébet körút 40-42. Fotó: székely, Tibor; székely, Tibor

MEGHOSSZABBÍTOTT HALLÓKÉSZÜLÉK AKCIÓ!

Widex D30 hallókészülék akció
április végéig!

INGYENES HALLÁSVIZSGÁLAT
Teljes kivizsgálás
Professzionális ellátás



Teljes ár:
39990 Ft

Akár 4 havi részletre

Cím: 1042 Budapest,
Árpád út 70.
/Újpesti Áruház, Árpád úti oldal/
Telefon: +36 1 200 1118
email: ujpesthallas@levelcenter.hu

WIDEX® HALLÓKÉSZÜLÉK
STÚDIÓ

Az akció április 30-ig vagy a készlet erejéig érvényes. Akciós hallókészülék vásárlása kizárólag teljeskörű audiológiai vizsgálat után lehetséges, ha a halláscsökkenés megfelelően ellátható a készülékkel. A vizsgálat és illesztés a szakmai irányelvek maximális betartásával történik.

FIZETETT POLITIKAI HIRDETÉS

JÓLÉTET MINDENKINEK
MAGYARORSZÁGON!



PARRAGH LAJOS
KÉPVISELOJELOLT
BUDAPEST 12. SZ. VK.

POLGÁRMESTER ÉS ALPOLGÁRMESTEREK ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI



Hajdu László
polgármester
20 288 7721,
polgarmester@bpxv.hu
Előzetes telefonos

egyeztetés alapján előjegyzés kérhető a 305 3136; 305 3260 telefonszámokon.



Németh Angéla
alpolgármester
Minden hónap 1. hétfője
13:30–17:30-ig. Időpontkérés telefonon történő

egyeztetés alapján. 305 3201
Helyszín: Polgármesteri Hivatal,
I. em. 103-as szoba



Victorné dr. Kovács Judit
alpolgármester
kovacs.judit@bpxv.hu
Minden hónap 2. hétfője
13:30–17:30 óra között.

Helyszín: Polgármesteri Hivatal I. emelet
105-ös iroda. Telefonszám: 305 3284



Tóth Imre
alpolgármester
toth.imre@bpxv.hu
Minden hónap első
hétfője 13:30–17:30 óra

között. Helyszín: Polgármesteri Hivatal
I. emelet, 109-as iroda.
Telefonszám: 305 3244

KÉPVISELŐK ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI



1. sz. vk. **Lehoczki Ádám**
(Fidesz–KDNP) 20 436 1224
leho.adam@gmail.com

Telefonon és e-mailen történő egyeztetés alapján.



2. sz. vk. **Gyurkovics Miklós** (Fidesz–KDNP)
20 587 0807
mggyurkovics@freemail.hu

Minden hónap második szerdáján,
17 és 19 óra között a Palota Pont Rákospalotai
Tanácsadó és Együttműködési Irodában.



3. sz. vk. **Merk Péter** (Tiszta szívvel – tiszta
kézzel Rákospalotáért) 20 352 4009
roden00@freemail.hu

Minden hónap második szerdáján, 17 és 19 óra
között a Palota Pont Rákospalotai Tanácsadó
és Együttműködési Irodában.



4. sz. vk. **Agárdi János**
(Fidesz–KDNP) 30 952 0012
agardijanos@fidesz.hu

Telefonon és e-mailen történő egyeztetés
alapján.



5. sz. vk. **Csonka László**
(Fidesz–KDNP) 20 219 1232
csotka.laszlo@fidesz.hu

Minden hónap második péntekén 16-tól 18
óráig a Csokonai Művelődési Központban
(Eötvös utca 64–66.), előzetes telefon egyeztetés alapján.



6. sz. vk. **Legárd Krisztián** (DK)
30 844 9595
legard.krisztian@gmail.com

Minden hónap harmadik szerdája 17.30-tól
19.00 óráig a Szent Korona Általános Iskolában
(Szent Korona útja 5.). Telefonon vagy e-mailen történő
egyeztetés esetén más helyszín és időpont is lehetséges.



7. sz. vk. **Király Csaba** (RÁTE)
30 962 8755
kingcsabi@gmail.com

Minden hónap első csütörtökén a Polgármesteri
Hivatal 110. sz. szobájában 14–16-ig, előzetes
egyeztetés alapján.



8. sz. vk. **Báder György**
(Fidesz–KDNP) 20 934 9983
bgyprint@t-online.hu

Előzetesen, telefonon vagy e-mailen egyeztetett
időpontban a Pestújhelyi Közösségi Házban.



9. sz. vk. **Vékás Sándor**
(Liberálisok) 30 964 2452
sandor@vekas.hu

Telefonon és e-mailen történő
egyeztetés alapján.



10. sz. vk. **Tóth Veronika** (DK)
30 585 4493
tothveronika53@gmail.com

Minden hónap első hétfőjén 17–19 óra között a
Sárfü u. 3. földszintjén található közös képviselői
irodában, valamint minden hónap második keddjén az Olajág
Idősek Otthonában 15–17 óra között a C. épület fszt. 12. sz. klub-
helyiségben. Telefonon vagy e-mailen történő egyez-
tetés esetén más helyszín és időpont is lehetséges.



11. sz. vk. **Bitvai Nándor**
(Fidesz–KDNP) 70 670 5220
bitvai.nandor@gmail.com

Telefonon és e-mailen történő
egyeztetés alapján.



12. sz. vk. **Victorné dr. Kovács Judit** (Fidesz–
KDNP) 20 350 6859
drkovacsjudit1982@gmail.com

Telefonon és e-mailen történő egyeztetés alapján,
illetve minden hónap első csütörtökén 16:00–
18:00 óráig az Újpalotai Nyitott Ajtó Együttműködési Irodában.



13. sz. vk. **Mórnicz Eszter**
30 334 2031
moricz.eszter01@gmail.com

Telefonon és e-mailen történő egyeztetés
alapján.



14. sz. vk. **Tóth Imre** (MSzP)
30 984 3118
t.imre65@gmail.com

Minden hónap 2. szerdáján 17–19 óráig a
Neptun Utcai Általános Iskolában.



Bencsics Lászlóné
(Fidesz–KDNP)
20 442 5865
bencsicsari1@gmail.com

Minden hónap második szerdáján 15–17 óráig
a Pestújhelyi Együttműködési Irodában (Bp. XV., Pestújhelyi út
68.). Telefonon vagy e-mailen történő egyeztetés esetén más
helyszín és időpont is lehetséges.



Bodó Miklós (Jobbik)
70 372 3044
bodo.miklos@jobbik.hu

Minden hónap harmadik csütörtökén 16–18 óra
között a Budapest XV., Árvavár utca 38. szám
alatt, illetve telefonon és e-mailen történő egyeztetés alapján.



Dr. Matlák Gábor (Liberálisok)
30 997 0717
matlakgabor@gmail.com

Telefonon és e-mailen történő egyeztetés
alapján.



Németh Angéla (RÁTE)
20 344 0677
rasztamegy@gmail.com

Telefonon és e-mailen történő egyeztetés
alapján.



Dr. Pintér Gábor
(Fidesz–KDNP) 30 247 9458
dr.pintergabor@fidesz.hu

Telefonon és e-mailen történő
egyeztetés alapján.



Szilvay László (LMP)
30 768 0993
laszloszilvay@gmail.com

Telefonon és e-mailen történő egyeztetés
alapján.

JEGYZŐK ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI



Dr. Lamperth Mónika jegyző
Félfogadás: Minden hónap
második keddjén 13:30–16:30 óráig
a Polgármesteri Hivatalban.

Előzetes telefon egyeztetés
a 305 3268-as telefonszámon.



Dr. Filipz Andrea aljegyző
Félfogadás: Minden hónap második
keddjén 13:30–16:30 óráig
a Polgármesteri Hivatalban.

Előzetes telefon egyeztetés
a 305 3268-as telefonszámon.

ORSZÁGGYŰLÉSI KÉPVISELŐ ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI



László Tamás országgyűlési képviselő
Félfogadás: minden hónap harmadik
szerdáján 16:00–18:00 óráig
a Nyitott Ajtó Újpalotai Együttműködési
Irodában (1156 Páskomlyi út 6.),
előzetes egyeztetés a 704 6088-as telefonszámon.

Pályázati felhívás

Budapest Főváros XV. Kerület Rákospalota,
Pestújhely, Újpalota Önkormányzata a közal-
kalmazottak jogállásáról szóló 1992. évi XXXIII.
törvény 20/B. §-a alapján pályázatot hirdet a Bu-
dapest Főváros XV. Kerületi Önkormányzat

Csokonai Kulturális Központ igazgatói (magasabb vezető) beosztás ellátására.

A magasabb vezetői megbízás 2018. július 1.
napjától 2023. június 30. napjáig tart.

A pályázat benyújtásának határideje:

2018. május 14.

A pályázattal kapcsolatos részletes informá-
ciók a „KÖZIGÁLLÁS” www.kozigallas.gov.hu
honlapján, valamint Budapest Főváros XV. Ke-
rületi Önkormányzat www.bpxv.hu honlapján
találhatóak.

A felhívások, közlemények, rendeletek teljes ter-
jedelmükben, egységes szerkezetben a mellékletekkel
együtt letölthetőek a bpxv.hu honlapról. Az azokban
feltüntetett adatokért és információkért a szerkesz-
tőség nem vállal felelősséget!


BUDAPEST FŐVÁROS XV. KERÜLET RÁKOSPALOTA, PESTÚJHELY, ÚJPALOTA ÖNKORMÁNYZATA RENDELETEI

Budapest Főváros XV. Kerület Rákospalota, Pestújhely, Újpalota Önkormányzat Képviselő-testületének 8/2018. (III. 28.) önkormányzati rendelete a személyes gondoskodást nyújtó gyermekjóléti alapellátásokról szóló 41/2003. (XII. 8.) ök. rendelet és a szociális szolgáltatásokról szóló 7/2005. (IV. 4.) ök. rendelet módosításáról

Budapest Főváros XV. Kerület Rákospalota, Pestújhely, Újpalota Önkormányzatának Képviselő-testülete a gyermekek védelméről és a gyámügyi igazgatásról szóló 1997. évi XXXI. törvény 29. § (1)-(2) bekezdésében kapott felhatalmazás alapján, ugyanazon jogszabály 94. § (1) bekezdésében és 147. § (1) bekezdésében meghatározott feladatkörében eljárva a személyes gondoskodást nyújtó gyermekjóléti alapellátásokról szóló 41/2003. (XII. 8.) ök. rendelet módosítására; valamint a szociális igazgatásról és szociális ellátásokról szóló 1993. évi III. törvény (a továbbiakban: Szt.) 92. § (1)-(2) bekezdésében kapott felhatalmazás alapján, az Szt. 92/B. § (1) bekezdés a) pontjában meghatározott feladatkörében eljárva a szociális szolgáltatásokról szóló 7/2005. (IV. 4.) ök. rendelet módosítására a következőket rendeli el:

¹ Elfogadta a képviselő-testület 2018. március 27-i ülésén, hatályos 2018. április 1-től.

2. melléklet a 8/2018. (III. 28.) önkormányzati rendelethez

2. melléklet a 7/2005. (IV. 4.) ök. rendelethez

Intézményi és személyi térítési díjak

1. Szociális étkeztetés – normál étkezés – intézményi térítési díja

A	B	C	D
1. Étkeztetés módja	– Arany J. utca	– Klebelsberg K. utca	– Kontyfa u. / Pajtás étterem
2. Ebéd elvitellel	665 Ft/nap	715 Ft/nap	890 Ft/nap
3. Ebéd házhoz szállítással	525 Ft/nap	525 Ft/nap	525 Ft/nap
4. Ebéd helyben fogyasztással	645 Ft/nap	700 Ft/nap	875 Ft/nap
5. Reggeli + ebéd helyben fogyasztással	905 Ft/nap	960 Ft/nap	1 135 Ft/nap

2. Szociális étkeztetés – diétás étkezés – intézményi térítési díja

A	B	C	D
1. Étkeztetés módja	– Arany J. utca	– Klebelsberg K. utca	– Kontyfa u. / Pajtás étterem
2. Ebéd elvitellel	1 010 Ft/nap	1 055 Ft/nap	1 235 Ft/nap
3. Ebéd házhoz szállítással	870 Ft/nap	865 Ft/nap	870 Ft/nap
4. Ebéd helyben fogyasztással	990 Ft/nap	1 045 Ft/nap	1 220 Ft/nap
5. Reggeli + ebéd helyben fogyasztással	1 375 Ft/nap	1 430 Ft/nap	1 610 Ft/nap

3. Szociális egyszeri étkeztetés – normál és diétás ebéd – személyi térítési díja elvitel, házhoz szállítás, helyben fogyasztás esetén

A	B
1. Ellátott havi nettó jövedelme	Személyi térítési díj
2. 28 500 Ft alatt	80 Ft/nap
3. 28 501 Ft–57 000 Ft	150 Ft/nap
4. 57 001 Ft–71 250 Ft	200 Ft/nap
5. 71 251 Ft–99 750 Ft	300 Ft/nap
6. 99 751 Ft–128 250 Ft	400 Ft/nap
7. 128 251 Ft–142 500 Ft	450 Ft/nap
8. 142 501 Ft felett	520 Ft/nap
9. De legfeljebb a szolgáltatást igénybe vevő rendszeres havi jövedelmének a 30%-a	

5. Házi segítségnyújtás intézményi térítési díja

A	B
1. Házi segítségnyújtás módja	Intézményi térítési díj
2. Szociális segítség	1 935 Ft/óra
3. Személyi gondozás	1 840 Ft/óra

(A rendelet teljes szövege a mellékletekkel együtt a www.bpxv.hu weboldalon olvasható)


BUDAPEST FŐVÁROS XV. KER. POLGÁRMESTERI HIVATAL PÁLYÁZATOT HIRDET

Budapest Főváros XV. Ker. Polgármesteri Hivatal pályázatot hirdet a HATÓSÁGI FŐOSZTÁLYON: közterület-felügyelői, segédfelügyelői és osztályügyintézői

a VÁROSGAZDÁLKODÁSI FŐOSZTÁLYON: beruházási ügyintézői (magasépítés területre)

munkakörök betöltésére.

A pályázattal kapcsolatos részletes információ a Polgármesteri Hivatal honlapján (www.bpxv.hu) Állaspályázatok/Hivatali állaspályázat menüpont alatt található. Jelentkezési határidő: **2018. április 10.**

Budapest Főváros XV. Ker. Polgármesteri Hivatal pályázatot hirdet a VÁROSGAZDÁLKODÁSI FŐOSZTÁLYON: közterület-fejlesztési és környezetvédelmi ügyintézői, beruházási ügyintézői (elektromos/gépész területre) és közterület-fejlesztési és ütügyi ügyintézői

a HATÓSÁGI FŐOSZTÁLYON:

építésügyi, hatósági ügyintézői és rendszeti ügyviteli csoportvezetői munkakörök betöltésére.

A pályázattal kapcsolatos részletes információ a Polgármesteri Hivatal honlapján (www.bpxv.hu) Állaspályázatok/Hivatali állaspályázat menüpont alatt található. Jelentkezési határidő: **2018. április 6.**

Indul a 2018. évi társasházak és szövetkezeti lakóépületek visszatérítendő felújítási pályázata

A képviselő-testület a 2018. évi költségvetésében is forrást biztosított a társasházak és szövetkezeti lakóépületek visszatérítendő felújítási pályázatának lebonyolításához, melynek költségkerete idén 50 millió Ft lesz.

A pályázati feltételeket az illetékes bizottság (Városüzemeltetési, Intézményműködtetési, Köztisztasági és Környezetvédelmi Bizottság – VKB) elfogadta, így a pályázati kiírás és a részvételhez szükséges pályázati adatlap a Polgármesteri Hivatal honlapjának (www.bpxv.hu) PÁLYÁZATOK menüjéből, valamint az Ügyfélszolgálaton (1153 Bp., Bocskai u. 1–3. – Illyés Gy. utca sarok) elérhető.

A XV. Kerületi Önkormányzat Képviselő-testülete lehetőséget biztosít az 5 lakásos vagy ennél nagyobb lakás-számú társasházak és szövetkezeti lakóépületek közös tulajdonban álló épületrészeinek, elemeinek felújítási munkáinak támogatására.

A támogatás a következő célokra igényelhető:

- teljes homlokzat hőszigetelése, padlás-hőszigetelése,
- homlokzatkavakolás, színezés,
- az épület bejáratának, előterének akadálymentesítése,
- magastető szerkezeti elemeinek, héjazatának felújítása, cseréje,
- lapostető hő- és csapadékvíz elleni szigetelése,
- födémek, függőfolyosók, erkélyek, egyéb szerkezeti elemek felújítása,

- kémények felújítása, bélelése,
- felvonók, lépcsőházak, szellőzőberendezések felújítása,
- az alapító okirat szerint közös tulajdonban lévő gépészeti és elektromos vezetékhalózat részleges vagy teljes felújítása, cseréje.

A pályázatban szereplő felújítási munkák támogatása utófinanszírozással, a felújítás műszaki átadás-átvételét, az elszámolás benyújtását és elbírálását követően történik. Az elnyert támogatást az Önkormányzat az összeg lehívását követően legfeljebb öt évig terjedő időtartamra kamatmentes, havi egyenlő részletben történő visszafizetési kötelezettség vállalása mellett, felújítási támogatásként biztosítja, amely a pályázat tárgyát képező felújítás bruttó összköltségének maximum 50%-a lehet.

Az egy pályázaton nyújtható egyszemélyi támogatás felső határa 5 millió forint.

A benyújtott pályázatokat az illetékes VK Bizottság fogja elbírálni, várhatóan havi egy ülés keretében.

A pályázati adatlapokat a Polgármesteri Hivatal Városgazdálkodási Főosztálya a költségkeret kimerüléséig fogadja.

További részletes információt a pályázati kiírásban és a pályázati adatlapon olvashatnak, valamint érdeklődhetnek a Városgazdálkodási Főosztályon is (tel.: 305 3314).

Indul a 2018. évi önerős járdafelújítási pályázat

A képviselő-testület a 2018. évi költségvetésében is forrást biztosított az önerős járdafelújítási pályázat lebonyolításához, melynek költségkerete idén 88,9 millió Ft lesz.

A pályázati feltételeket az illetékes bizottság (Városüzemeltetési, Intézményműködtetési, Köztisztasági és Környezetvédelmi Bizottság) elfogadta, így a pályázati kiírás és a részvételhez szükséges pályázati adatlap a Polgármesteri Hivatal honlapjának (www.bpxv.hu) PÁLYÁZATOK menüjéből, valamint az Ügyfélszolgálaton (1153 Bp., Bocskai u. 1–3. – Illyés Gy. utca sarok) elérhető.

A pályázat lényege, hogy a XV. kerületi Önkormányzat tulajdonában álló közterületi járdák felújítását lakossági (lakóközösségi / szervezeti) önerő bevonásá-

val valósítsuk meg az érintett ingatlanok előtt, teljes hosszúságban.

A pályázók önerőjének mértéke idén is egységesen 1000 Ft/négyzetméter lesz, a járdaszakaszok, valamint a gépkocsibehajtók esetében is.

A benyújtott pályázatokat az illetékes VK Bizottság fogja elbírálni, várhatóan havi egy ülés keretében.

A pályázati adatlapokat a Polgármesteri Hivatal Ügyfélszolgálatra folyamatosan fogadja, a költségkeret kimerüléséig.

További részletes információt a pályázati kiírásban és a pályázati adatlapon olvashatnak, valamint érdeklődhetnek a Városgazdálkodási Főosztályon is (tel.: 305 3314).

Ajánlja fel
adója 1+1%-át!

ADÓBEVALLÁS ✓

2018-BAN IS ELKÉSZÍTI SZJA BEVALLÁS TERVEZETÉT
ÖN HELYETT, HOGY FELHÖTLENÜL TELJEN A CSALÁDI IDŐ.

RÉSZLETEK: ESZJA.NAV.GOV.HU
KÉSZÜLT A NEMZETI ADÓ- ÉS VÁMHIRVATAL MEGBÍZÁSÁBÓL.

e-SZJA  Nemzeti Adó-
és Vámhivatal

**HIRDETÉS-
FELVÉTEL**

Telefon:

720 5456

E-mail:

**hirdetes@
xvmedia.hu****Malaky Építőanyag és
tüzelőanyag**

1152 Budapest, XV. Rákos út 173

Telefon/fax: 308-0052, 306-9338

E-mail: malaky@t-online.hu, malakykft@gmail.com

Nyitvatartás: H-P: 7-17, Sz: 7-12

**Építő- és tüzelőanyag,
az acryl tömitőtől...****...a zsaluköig,
A-tól Zs-ig
a multiánál olcsóbban****www.malaky.hu****KONYHABÚTOR
ELŐSZOBABÚTOR
GARDRÓB**készítés ✦ felújítás
szállítás ✦ szerelés
ingyenes felmérés
és árajánlat**UNIVER SZERVIZ KFT.**1157 Budapest,
Zsókavár utca 47.Telefon: +36 1 410-9798
+36 30 343-3512**FOGTECHNIKAI
LABOR**

Precíziós

kivehető, rögzített
fogpótlások készítése
– **mérsékelt áron.**

Nyugdíjasoknak kedvezmény!

XV. kerület,
Madách utca 35.
Telefon: 417-1276**MUNKALEHETŐSÉG**

(FŐLEG NYUGDÍJASOKNAK)

irodai, telefonos munka

választható munkaidő: 4, 6, 8 óra/nap

heti 1-2 napra is van lehetőség

nettó órabér: 500-700 Ft. (heti fizetés)

Jelentkezés: 30 898 2013

**HA VÁLLALKOZÁSÁNAK
MEGFELELŐ PARTNERT KERES!****INFORMATIKA**Szaktanácsadás,
tervezés, értékesítés
Rendszerintegráció és
kivitelés
Üzemeltetés,
rendszerfelügyelet
Távfelügyelet**TÁVKÖZLÉS**Wireless rendszerek tervezése és
kivitelése
URH, analóg és DMR rendszerek
Komplett biztonsági rendszerek
tervezése és kivitelése akár
egyes igény alapján
Rádióengedély ügyintézés
Szerviz szolgáltatások**IT BIZTONSÁG**Audit
Bevezetés
Oktatás (E-learning)
Szakértői szolgáltatások
Kockázatmenedzsment
Ethical Hacking
Biztonsági hardening és
monitoring
Spam szűrő szolgáltatás
Önkormányzatok IT
biztonsága
GDPR**VONALKÓDTECHNIKA**Adatgyűjtők
Kártyanyomatók
Mobil vonalkódnyomatók
Vonalkód és RFID nyomtatók
Kellékanyagok
Konzultáció és tanácsadás
Rendszertervezés, felmérés
Rendszerintegráció
Szoftverfejlesztés
RFID rendszerek
Karbantartás, üzemeltetés,
hálózatfelügyelet**EGYEDI HARDVER
ÉS SZOFTVER FEJLESZTÉSEK**

1152 BUDAPEST, TELEK U. 7-9. | TELEFON: +36 1 470-5000 | TELEFAX: +36 1 470-5011 | E-MAIL: info@nador.hu

INGYENES BESZÉDÉRTÉS VIZSGÁLAT**Úgy érzi, hogy jól hall,
de nem érti a beszédet?****Ingyenes** beszédértés vizsgálat, amely
**fájdalommentes, professzionális és
teljes körű, díjmentes hallásvizsgálattal**
párosul.Beutaló nem szükséges, időpont-
egyeztetéssel elkerülhető a sorbanállás.**Jobb hallás. Jobb élet.****A 2018. április 4 és 20 között
jelentkezőknek apró ajándékkal is
kedveskedünk.**

Bp. XV., Illyés Gyula u. 10.

06 30 491 5983**06 1 604 4103****MOST KÉRJEN IDŐPONTOT!**

ELŐZZE MEG A BAJT!

- Elmúlt 65 éves?
- Sokszor vissza kell kérdeznie?
- Nehezebben érti meg a környezetében beszélőket?

Ha igennel válaszolt a kérdésekre,
Önnél hallásprobléma tünetei jelentkezhetnek.

Kérjen időpontot **INGYENES HALLÁSVIZSGÁLATRA**
az Amplifon hallásközpontba

2018. április 5-től 20-ig.

Amplifon Hallásközpontok

IV., Szent István tér 5.
Tel.: 06 1 951 76 22

VII., Thököly út 10.
Tel.: 06 1 322 68 22

XIV., Örs Vezér tere 3.
Tel.: 06 1 220 12 10

amplifon.hu

amplifon
Hallásközpontok

Kapcsolja be a riasztás funkciót,
és kerülje el a sorozatos bírságokat!

További információ:
www.hu-go.hu



NEMZETI
ÚTDÍJZADÁSI
SZOLGÁLTATÓ ZRT.

LAKOSSÁGI HIRDETÉSEK

INGATLAN

Eladó: XV. kerületben, Illyés Gy. utcában Városházával szemben lévő 4 emeletes, II. emeleti, 43 nm-es, liftes, bútorozott lakás. Tel.: 06 1 410 6745 v. 06 70 251 9128

Eladó: Illyés Gyula utca – Polgármesteri Hivatalnál – 82 nm üzemeltetőség. A Bubbles mosoda bérlő havi 220 + rezsit, 10 éves szerződéssel! Maximális megtérülés – kockázat nélkül! l.: 39,9 M Ft. Tel.: 06 70 234 3433

Eladó: Pilisen zártkerti, 50 négyzetméteres kis ház (6 helyiséges), telek 1500 négyzetméteres (villanyal, fűtő kúttal). Irányár: 3 millió 600 ezer Ft. Tel.: 06 30 733 4286

Eladó: 2 szobás családi ház 83 nm, telek 426 nm, a telken egy 60 nm-es műhely is van, vállalkozásra alkalmas. Tel.: 06 20 535 7849

Eladó: Mogyoród Kukukk-hegyen 966 nm, 100x12 m bekerített telek – villany és fűtő kút van és egy kis faház. Tel.: 06 20 561 5337

Eladó vagy lakásra cserélhető: Mogyoród Kukukk-hegyen 30 nm faház, 30 nm alagsori helyiség, 900 nm szőlő-gyümölcsös. Telefon: 06 70 234 7759

Eladó: Azonnal beköltözhető, 37 nm-es, keres, Szentmihály úti, egyszerűs összkomfortos lakás, 1/3 házrész a tulajdonostól 14,5 M Ft. Szoba, konyha ablaka az utcára nyílik. Lakás üzletnek is átalakítható. Telefon: 06 30 906 4233

Adok a XV. kerületben felújításra szoruló, tetőteres családi házat hozzáépítési lehetőséggel + 120 nő-l telekkel. Kérek panellakást 1+2 félszobás, tehermentest + 6,5 millió forintot a XV. kerületben. Tel.: 06 1 308 1413

LAKHATÁS

Bérlés: Szeretnék egy kicsit kellet bérelni, vagy családi háznál egy levalasztható részt. Tel.: 06 70 537 8880

Kiadó: Újpalotán nemdohányzó hölgynek bútorozott szoba, felszerelések, gépek használatával. Tel.: 06 30 329 7821 egész nap, 06 1 410 3067 du. 16 óra után.

Kiadó: külön bejárattal lakrész keresek házban nemdohányzó, állásban lévő, megbízható nő részére március 1-től. Tel.: 06 70 299 9071

Újpesten az Árpád Kórháznál albérlőtársat keresek. Hölgyek érdeklődjenek. Telefon: 06 20 453 1257

Albérlőket keresünk anyukámmal Újpalotán. Sürgős lenne. Megbízhatóak vagyunk. Tel.: 06 70 392 5858

ADOK-VESZÉK

Elajándékozom győgymatracomat, mely 8 cm vastag, 80 cm sz. és 190 cm h. 5 db mágnescsik infraszálás, fűthető. Tel.: 06 30 356 6590 v. 06 1 306 5331

Eladó: acél futó-gyermekkerékpár 2-6 évesig 5 E Ft. Gyermek bokszzsák kesztyűvel új, 4 E Ft, kiváló állapotú dzsekik 6-10 éves fiúnak 500-1000 Ft, plüssfigurák, játékok 200-500 Ft. Tel.: 06 20 378 9195

Eladó: fürdőszobaszekrény 170x60-as mosdóval, csapteleppel, beépítve, fehér színben, ár: 60 000 Ft. Lábas mosdó csontszínű, új állapotú 12 E Ft. Tel.: 06 1 306 8856

Eladó: Pierre Cardin gyártmányú narancssárga-szürke színkombinációjú, jó állapotú gyermeksportkocsi tartozékokkal a kerületben. Tel.: 06 20 967 8196

Eladó: biciklis tetőcsomagtartó, erős + masz- sziv tetőcsomagtartó, szagelszívó, 1-es mosogató + csepegtető. Tel.: 06 70 537 8880

Eladó: 1 db Dyna hallásjavító készülék 1500 Ft, elektromos matrac felfekvés ellen 10 E Ft, gofri-, szendvicsütő áramos 2 E Ft, elektromos szeletolegőp 2500 Ft, kalocsai nő mellény: himzett, kalocsai játék baba, meg egyezés szerint. Tel.: 06 70 708 2233

Eladó: olajradiátor, szőlőprés, bejárati és teraszajtó, műholdvevő antenna, klinkertégla, 40x40 cm új barna tetőpala, 7,5 kg PB-gázpallack, napraforgó (szotyji), szekrény, vízaknató, kempingkerékpár. Tel.: 06 30 302 0697 v. 06 28 739 104

Eladó: jó állapotú, használt, parapetes gázkonvektorok: FÉG 5,8 kW, FÉG 2,8 kW, Lampart. Ár: 10-15 000 Ft. Tel.: 06 30 604 4643

Eladó: jó állapotú bontott buboréküveges fa bejárati ajtó tokkal, 2 részes sarokíróasztal 102x120-as, görgős szekkel. Egyszerű sarokülő étkező, görgős tv-tartó szekrényke. Tel.: 06 1 608 5698

SZOLGÁLTATÁS

Otthon ápolást, házi ápolást, alkalmi segítségnyújtást vállal napi pár órában friss nyugdíjas felnőtt szakápolónő. Tel.: 06 70 283 6788 v. 06 1 418 7459 hétfőig.

Szerény körülmények között élő, középkorú nő idős személynél háztartási munkát, bevásárlást, ügyintézés stb. vállal lakásért. Telefon: 06 20 967 8196

TÁRSKERESÉS

Független férfi keresi párját komoly kapcsolatra, 176/76 52 éves. Tel.: 06 70 356 2236

Kérem, hívjon: a 100 tagú cigányzenekarból nyugdíjazott úr, kb. két hónapja beszélünk, 67 éves csinos, kedves nő. Tel.: 06 30 447 3664

Magánszemély keres minimum 6-8 nm-es helyiséget ideiglenesen, bútor tárolása céljából. Tel.: 06 1 417 1591

ÜDÜLÉS

Gyulai Héforrás Üdülőben eladom 4 fős 1,5 szobás (helyben gyógyfürdő, uszoda) üdülési heteimet júl. 26.-aug. 8-ig. 60 E Ft-ért. Tel.: 06 70 282 3327 este.

OSZTÁLYTALÁLKOZÓ

OSZTÁLYTALÁLKOZÓ céljából keresem a pestújhelyi Közgazdasági Technikumban 1963-ban végzeteket: CSÁNKI MÁRIA, HORVÁTH ZSÓFIA, MÉSZÁROS MÁRTA, PERGEL ZSUZSANNA, PUSKÁS ILDIKÓ, SELMECI MÁRIA, VÁRSZEGI VERONIKA. Hívjatok fel: Szigethy Éva 06 70 455 6665

ÜZLETI APRÓ

AJTÓ, ABLAK

Ablakjavítás, www.ajtoablakdoktor.hu 24 éve vállalom kedvező árakon ablakok, ajtók javítását, illesztését, zárok cseréjét, festését, hőszigetelő üvegezését, szigetelését garanciával. Felmérés díjtalan! Horvát Ákos, telefon: 06 70 550 0269

ASZTALOS

Bútorkészítés! Egyedi méretre készített konyhák, beépített szekrények, gardróbok, toloajtós szekrények készítését vállalom. Felméréstől a beépítésig. Tel.: +36 20 349 2224 www.butor-keszites.iwk.hu

DUGULÁSELHÁRÍTÁS

Duguláselhárítás falbontás nélkül. Ázások, csőtörések megszüntetése. 06 1 402 4330, 06 20 491 5089

FESTMÉNYEK

XIX-XX. századi magyar és külföldi művészek festményeit keressük megvételre készpénzért gyűjtők, befektetők részére. Nemes Galéria, 1024 Budapest, Szilágyi Erzsébet fasor 3. Tel.: 302 8696, mobil: 06 30 949 2900, e-mail: nemes.gyula@nemesgaleria.hu

KERT

Kert, telek és épületek felújítása! Metszés, permetezés, bozótirtás, favágás, gyepesítés, térkövezés, kerítésépítés. Teljes körű építési, felújítási, szigetelési munkák reális áron, rövid határidővel. www.telekrendezes.hu, 06 20 259 6319, 06 1 781 4021

KÉMÉNY

Szabó Balázs vállalja kémények belső marását, bélelését teljes körű ügyintéssel. 06 20 264 7752

OKTATÁS

Nyugdíjas mérnök, közgazdász vagyok. Alsó osztályos (1-4 évfolyam) tanulók korrepetálását vállalom háznál vagy a lakásomon tematikából, olvasás, szövegértés, nyelvtan tantárgyakból. Mentori gyakorlattal rendelkezem alsó osztályos tanulók esetében. Telefon: +36 30 346 7500

ÓRA

Óra, karóra, zseborra felvásárlása. Mindenféle órát felvásárolok. Pl. Schaffhausen, Omega, Certina, Vacheron, Rolex, Doxa, Roamer, Cornavin stb... Hibásat is átveszek. Aranytokosát is. Danyi József óras: Tel.: 70 908 2523

ÜVEGEZÉS

ÜVEGES! Ablak, ajtó, erkély, kirkat üvegezése. Hőszigetelő üvegek, zuhanykabinek beépítése. Régi keretek átalakítása hőszigetelő üveg befogadására. Gyorsan, tisztán, pontosan! Biztosításra is! Nagy Miklós, telefon: +36 20 9777 150



JÁRMŰSZERELVÉNYT GYÁRTÓ
ZÁRTKÖRŰEN MŰKÖDŐ RÉSZVÉNYTÁRSASÁG

XV. kerületi cégünk az alábbi munkakörökbe keres tapasztalattal rendelkező munkaerőt, azonnali kezdéssel:

- **Szerkezet lakatos,**
Mechanikai műszerész, lakatos szerelő
(érdeklődni: Mátrai László, tel.: 70/379-5161)
- **Porlakkozó, Felületkezelő**
(érdeklődni: Mátrai László, tel.: 70/379-5161)
- **CNC gépkészítő**
(érdeklődni: Katona Gábor, tel.: 70/383-0466)

Szakirányú végzettség előny, de nem feltétel.

Érdeklődését a fent megadott telefonszámokon illetve a csabai.anita@jarmuzrt.hu e-mail-címen várjuk.

Felhívjuk betegeink figyelmét, hogy az Őrjárat utcai SZAKRENDELŐBEN működő fül-orr-gégészeti és audiológiai szakrendelésünkön mindenkinek

INGYENES HALLÁSVIZSGÁLATOT biztosítunk!

Nagyothalló betegeinknek elérhetőek személyre szabott hallásjavító készülékek

Elemek kedvezményes áron vásárolhatók

Érdeklődni és bejelentkezni az alábbi telefonszámokon lehet.

Tamatika
HALLÁSVIZSGÁLATOK

+36 1 506 0217
06 70 418 5170
Tamatika Kft.



A kerületi televízió részletes műsorstruktúrája az XV TV képújságon és az xvmedia.hu/tevmusor oldalon, hirdetési ajánlata és az Életképek médiaajánlata az xvmedia.hu/hirdetes oldalon olvasható. A közösségi televízió online adást is sugároz, amely szintén a honlapon tekinthető meg.

A hétfői adás ismétlései

Hétfő	21:30
Kedd	6:00
Kedd	8:30
Kedd	11:00
Kedd	13:30
Kedd	16:00
Szombat	6:00
Vasárnap	16:00

A keddi adás ismétlései

Kedd	21:30
Szerda	6:00
Szerda	8:30
Szerda	11:00
Szerda	13:30
Szerda	16:00
Szombat	8:30
Vasárnap	13:30

A szerdai adás ismétlései

Szerda	21:30
Csütörtök	6:00
Csütörtök	8:30
Csütörtök	11:00
Csütörtök	13:30
Csütörtök	16:00
Szombat	11:00
Vasárnap	11:00

A csütörtöki adás ismétlései

Csütörtök	21:30
Péntek	6:00
Péntek	8:30
Péntek	11:00
Péntek	13:30
Péntek	16:00
Szombat	13:30
Vasárnap	8:30

A pénteki adás ismétlései

Péntek	21:30
Szombat	16:00
Vasárnap	6:00
Hétfő	6:00
Hétfő	8:30
Hétfő	11:00
Hétfő	13:30
Hétfő	16:00

AZ XV TV MŰSORA

április 5. csütörtök

19:00	Tükörben extra – László Tamás (Fidesz-KDNP)
19:15	Tükörben extra – Palmi Attila (MKKP)
19:30	Tükörben extra – Dr. Gyenes Géza (Jobbik)
19:45	Tükörben extra – Móricz Eszter (Lendülettel Magyarorszáért)
20:00	Tükörben

április 6. péntek

19:00	Megkérdezzük a polgármestert
19:10	Híradó
20:10	Állatbarát magazin

április 7. szombat

19:00	Heti recept
19:20	Ne legyen áldozat!
19:50	Telefonos ambulancia

április 8. vasárnap

19:00	Visszatekintő
19:00	60+
19:20	Kultakt
19:40	Egyházi műsor
20:00	Sportmagazin

április 9. hétfő

19:00	60+
19:20	Kultakt
19:40	Egyházi műsor
20:00	Sportmagazin

április 10. kedd

19:00	Banki percek
19:05	Hollywood Palotán
19:15	Vitalitás
19:45	Visszatekintő

április 11. szerda

19:00	Cseperedő
19:20	Sportmagazin
19:40	Alkotó kéz
20:00	Vitalitás

április 12. csütörtök

19:00	Tükörben
19:20	Heti recept
19:30	Öttusa magazin
19:50	Visszatekintő

április 13. péntek

19:00	Megkérdezzük a polgármestert
19:10	Híradó

április 14. szombat

19:00	Heti recept
19:20	Ne legyen áldozat!
19:50	Telefonos ambulancia

április 15. vasárnap

19:00	Visszatekintő
-------	---------------

április 16. hétfő

19:00	60+
19:20	Kultakt
19:40	Egyházi műsor
20:00	Sportmagazin

április 17. kedd

19:00	Banki percek
19:05	Hollywood Palotán
19:15	Vitalitás
19:45	Visszatekintő

április 18. szerda

19:00	Cseperedő
19:20	Sportmagazin
19:40	Alkotó kéz
20:00	Vitalitás



CSOKONAI KULTURÁLIS
ÉS SPORTKÖZPONT



Részletes információk programjainkról:
www.csokonaiakshu

CSOKONAI MŰVELŐDÉSI HÁZ 1153 Eötvös u. 64-66. T.: 307 7285

APRÓK TÁNCA

április 7. szombat 16-18 óra
Ára: 400 Ft

TÁRSASJÁTÉK FIESZTA

április 8. vasárnap 10-18 óra
Ára: 500 Ft

SYCONOR RETRO TÁNC PARTY

április 14. szombat 19-23 óra
Ára: 1400 Ft

HADART SZÍNHÁZ:

Panna, a pöttöm

április 15. vasárnap 10.30
Ára: 850 Ft, családi (3 fő): 2100 Ft

MESEOVI – Aranyszőrű bárány

április 18. szerda 10 óra
Ára: 600 Ft

PESTÚJHELYI KÖZÖSSÉGI HÁZ

1158 Szűcs I. u. 45. T.: 419 2006

MAGYAR KÖLTÉSZET NAPJA

április 11. szerda 18 óra
Az irodalmi totó eredményhirdetése után felvételről megnézzük a *Lírai oratórium* című előadást

KÖNYVBEMUTATÓ

Pokoljárás – út az újjászületésig

április 13. péntek 18 óra
Vendégek: Rab László író és Harnos Kristóf testépítő világbajnok

ALKONYATTÓL PIRKADATIG

április 14. szombat 11 óra
Fotókiállítás. Megnyitja R'bert Bob, a Prizma kör vezetője

RETRO DISZKÓ – DJ SVIRI

április 14. szombat 19 óra
Ára: 1200 Ft

FABULA BÁBSZÍNHÁZ

Erdei történet

április 20. péntek 10 óra. Ára: 900 Ft

ULTIBAJNOKSÁG

április 20. 17 óra. Nevezési díj: 700 Ft

ÚJPALOTAI KÖZÖSSÉGI HÁZ

1158 Zsókvár u. 15. T.: 410 0836

KALIMPA FOGLALKOZÁS

április 7. szombat 10 óra
Zenés-bábofoglalkozás.
Ára: 800 Ft, gyermek 600 Ft

ÚJPALOTA QUIZ

április 10. kedd 18 óra

CIPŐMESE

Szerelmes Tulipántom

április 14. szombat 10 óra
Ára: 800 Ft, gyermek 600 Ft

XI. GERGELY ALEXANDRA- EMLÉKDÍJ-ÁTADÓ ÜNNEPSÉG

április 22. vasárnap 11 óra

KIKÖTŐ

IFJUSÁGI KÖZÖSSÉGI SZIGET

1156 Száraznád u. 5. T.: 30/868 6087

KIKÖTŐ TEAHÁZ VERSEKkel ÉS ZENÉVEL

április 14. szombat 17 óra
Hozz magaddal te is egy verset!

KIKÖTŐ DIÁKSZÍNPAD

csütörtök 16.30-18 óra

DOKUMENTUMTÁR ÉS INFORMÁCIÓS KÖZPONT

1153 Bocskai u. 70-78. T.: 605 1596

Regisztráció: 06 70 362 2623,
barta.ildiko@dokuinfo.hu

ÖKOKÖR

Kamrazöldítő foglalkozások

április 5. – május 3.
csütörtökönként 18 óra

HENNA WORKSHOP

április 14. szombat 10-16 óra
Ára: 4500 Ft

HENNÁZÁS SABLONNAL

május 2. szerda 18 óra
Csokonai Művelődési Ház
Ára: 2000 Ft

KOZÁK TÉRI KÖZÖSSÉGI HÁZ

1154 Gábor Á. u. 58/c T.: 410 5536

BABÁS PILATES

hétfő, szerda 16.30-17.30
péntek 10.30-11.30 óra
Ára: 1000 Ft

MINI ANGOL

kedd 10 óra, ára: 1000 Ft.

SÜNI BÁBKUCKÓ

csütörtök 11 óra, ára: 900 Ft



A szépség koldusa

Mi lett volna, ha... – ez a világon az egyik legfelelősebb kérdés, mert a múltat sosem lehet megváltoztatni. Így azt sem tudhatjuk meg, hogy József Attila ugyanennyire zseniális költő lett volna-e, ha szerető családban nő fel, és nem nélkülözik, vagy ha megtalálja azt az asszonyt, aki feltétel nélkül szereti és támogatja.

A magyar költészet napját április 11-én ünnepeljük, József Attila születésnapján. Nem véletlen, hogy hozzá kapcsolódik a vers ünnepe, a XX. század kiemelkedő lírikusa volt, mindenféle ideológiai háttér nélkül is. Önéletrajza ismert, de vannak olyan különleges részei, melyekről nem biztos, hogy mindenki tud. Például apja nagyon örült az 1905-ben világra jött fiúgyermeknek, pedig öt és fél kilogrammos súlyával majdnem édesanyja, Pócze Borbála életét követelte a szülés. Tizenhét és húszéves kora között írta versei felét, első kötetének címe *A szépség koldusa* volt.

– Állandó szeretethiányát kamaszkorától kezdve kompenzálni próbálta, például szerelemmel. Érzelmű csapongtak – Valachi Anna *József Attila asszonyai* című írásában több mint húsz asszonyt azonosított,



akikbe a költő szerelmes volt. Pedig a szerelemben sem volt szerencsés. Miután szakított Vágó Mártával, Szántó Judittal élt együtt hat évig. Ez idő alatt hatszor próbált öngyilkos lenni, derült ki Szántó Judit visszaemlékezéseiből.

Utolsó hónapjaiban Kozmutza Flóra, Illyés későbbi felesége iránt táplált gyengéd érzelmeket. „Nagyon szeretném, ha magát magam mellett tudnám, átvitt és közönséges értelemben egyaránt. Talán nem is kellene így elpusztulnom, ha maga mellett volna. Nagyon szeretem, A.” – írja augusztus 20-án Flórának. Ahogy méltó társra sem lett, rangos díjat vagy kitüntetést sem kapott életében. Balatonszárszón egy tehervonat alatt végezte, mindössze harminckét évesen. (kovács)

Szorongó harc a kastélyal

Franz Kafka *A kastély* című regénye két évvel halála után, 1926-ban jelent meg, és ez a műve is töredékben maradt meg A per című regényéhez hasonlóan. Kafka végrendeletében megkérte barátját, Max Brodot, hogy félbemaradt munkáit égesse el, de Max Brod nem teljesítette kívánságát, hanem kiadta a befejezetlen regényeket is. Biztos máshogy alakult volna a világirodalom, ha a lángok martalékká válik ez a mű, befejezés nélkül is nagyon fontos alkotás.

K. földmérő egy hideg téli éjszaka érkezik a kastély fennhatósága alatt álló faluba, ahol mindenki ellenséges vele, senki sem szereti az idegeneket. K. dolgozni jön, de nem sikerül közvetlenül kapcsolatba lépnie a kastélyban lakó vezetőkkel, küldöncökön keresztül kapott üzenetek érkeznek csak. A hely szabályait rajta kívül mindenki ismeri, így egyre elveszettebb és értetlenül áll a történetben. „...K. úgy érezte, meg-

szakítottak vele minden kapcsolatot, s most természetesen szabadabb, mint valaha is és várakozhatik, amíg csak akar, ezen a számára tilalmas helyen, és kivívta magának ezt a szabadságot, ahogy más aligha bírta volna, és senkinek sem szabad hozzányúlania vagy elkergetnie innét, még csak szólnia sem szabad hozzá senkinek; ugyanakkor viszont – s ez a meggyőződése legalább olyan erős volt – semmi sem lehet értelmesebb, semmi sem lehet kétségbeesettebb, mint ez a szabadság, ez a várakozás, ez a sértetlenség.”

A megjelenő elszigetelődés, értetlenség és bürokratikus nyomás nagyon ismerős lehet a mai kor emberének. S bár K. sorsa ismeretlen marad számunkra, a mi életünkben tornyosuló kastélyokkal hátha nagyobb erővel tudunk szembeszállni a regény elolvasása után.

(Franz Kafka: *A kastély*, Magvető, 2018; 2499 Ft)
(kovács)

A VERÉB BARÁTSÁGA

GRAFIKA: VARGA TÍMEA LAURA

Egy paraszt törött szárnyú verebet talált.



A paraszt, amikor észrevette, hogy a madár eltűnt, nagyon elkeseredett, és a keresésére indult.



A feleség úgy gondolta, neki is jár jutalom, így ő is elment a verebekhez. Kapott is tőlük egy hatalmas ládát, de ebben nem kincs volt, nem ám!



Felvette, hazavitte, és szeretettel ápolta, bár a felesége a szemére hányta, hogy túl sok időt feccsétel rá.



Meg is találta, mire az egész verébcsalád ünneplésben tört ki, megköszönve a gondos ápolást.



Kis ördögöcskék hemzsegttek benne, s alighogy az asszony kinyitotta a fedelet, ráugrottak és elüldözték.



A kis veréb néhány nap múlva meggyógyult, és mivel nem akarta, hogy az ember állandóan vesszekedjen miatta a feleségével, hazarepült a fészékébe.



Egy ládikót ajándékoztak neki, de a lelkére kötötték, hogy ki ne nyissa, mielőtt hazaér. Hát uramfia, a ládikó teli volt értékes drágakövekkel!



A parasztember, miután egyedül maradt, elköltözött a verebek országába, kunyhót ácsolt magának, amelyet a madarak tarkabarka virágokkal díszítettek, s máig is ott él, ha meg nem halt.

Játékos elköteleződés



FOTÓK: XV MÉDIA, VARGOSZ



A felemás, színes zoknik is előkerültek március 21-én, a Down-szindrómások világnapján, amikor megnyitotta kapuját a Csodavár Budapest inkluzív korai fejlesztő központ és játszóház az Árvavár utcában.

A Csodavár Budapestben tapasztalt szakemberek segítik az eltérő és az átlagos fejlődésű gyermekeket képességeik fejlesztésében, tehetségük kibontakoztatásában. A modell azonban nem áll meg az érintett gyermekek fejlesztésénél, hanem kiemelt figyelmet fordít a szülők és a testvérek megfelelő informálására, támogatására. Szakmai programjukban az eltérő fejlődésű gyerme-

kek igényeihez igazodva alakítottak ki gyógypedagógiai, konduktori, egyéni és csoportterápiákat.

Az intézmény különleges élményt nyújtó integrált játszóház, egyedi tervezésű játékokkal és fejlesztőeszközökkel, szakértő segítőkkel. A központ a Velux Foundations támogatásával, a Rejtett Kincsek Down Egyesület munkájának eredményeként, a Nyíregyházán hét éve sikeresen működő Csodavár modell továbbfejlesztésével valósult meg. A Kő Boldizsár által tervezett tér egy fantasztikus mesevilágba repíti a gyermekeket, ahol léghajót, tengeralattjárót vagy időgépet is vezet-

hetnek, és találkozhatnak a víz és a levegő különleges lakóival.

– Nemcsak a fogyatékosokkal élő gyermekek számára fontos, hanem az egész társadalmunknak érdeke, hogy a különböző személyiségek lássák és értsék egymást, tanuljanak egymástól. Kölsönösen fogadják el egymást és tanuljanak meg együttműködni. A Csodavár modellel a jövő társadalmát építjük – mondta Kisari Károly, a Rejtett Kincsek Down Egyesület elnöke.

A Velux Foundations külföldi kezdeményezéseinek vezetője, Jens-Joergen Pedersen szerint a Csodavár projekt egyedülálló játé-

kos elköteleződés, míg László Tamás országgyűlési képviselő többek között az építészeti sajátosságokat emelte ki, valamint nyílt levélben fogalmazta meg a kerületi önkormányzatnak, hogy éljenek az együttműködés lehetőségével. Hajdu László polgármester ígéretet tett arra, hogy felkarolják a kezdeményezést.

Az intézményvezető gyógypedagógusa, Antal-Valecsik Zsófia elmondta, céljuk az, hogy a hozzájuk forduló gyerekek a játékoságot, a szülők a mindenkit megillető méltó környezetet és bánásmódot tapasztalhassák meg.

(bi)

Nevelés értékmegőrzéssel

Határozottsága, szakmai elhivatottsága környezetét is folyamatosan újabb feladatokra sarkallja. Célratörő személyiségében ott van a szociális érzékenység is. Eigener-Pap Andrea januártól immáron intézményvezetőként dolgozik azon, hogy a Czabán Általános Iskola a kerület egyik meghatározó oktatási intézményévé fejlődjön.

– Hogyan került a pedagógusi pályára?

– A nagymamám a kerületben élt, a Tóth István utcai bölcsődében gondozónőként, majd vezetőként dolgozott. Ez hatalmas inspiráció volt a családomban, hiszen édesanyám és húgom is fejlesztőpedagógus lett, így nem csoda, hogy ezen a pályán kötöttem ki. Sőt három lányom közül a legnagyobb óvónő lesz. Az érzelmi indíttatás

mellett azonban iskoláim is mérvadóak. Az ELTE Tanító és Óvóképző Karán diplomáztam, majd intézménykommunikátori végzettséget szereztem. Mindemellett közoktatás-vezetői tanfolyammal és mentorképző szakvizsgával is rendelkezem.

– Honnan vezetett az út a Czabán Általános Iskolába?

– Több területen is tapasztalatot szereztem, mire ide kerültem. Először pedagógusi asszisztensként ismerkedtem a közoktatással, voltam napközis tanár és tanító is. Középszintű tanfolyamokon szakoktatóként foglalkoztam, nyaranta pedig súlyos értelmi fogyatékosokra vigyáztam, míg felnőtteknek gazdasági ismereteket tanítottam. A Czabánban 2015-ben tanítóként jöttem az akkori elsősközhöz,

és az ovi-suli program kidolgozója, illetve felelőse lettem. Bár kis időre elbúcsúztam az intézménytől, hamar visszahúzott a szívem, és később igazgatóhelyettesként, valamint megbízott igazgatóként dolgoztam. Sikeresen pályáztam, így év elején pedig megkaptam az intézményvezetői megbízatást.

– Milyen célokot tűzött ki intézményvezetőként?

– Erősíteni szeretném az idegennyelv- és informatikai oktatást, hiszen ezek elsajátítása a hátrányos helyzetűeknek óriási előrelépést jelentene. Az egyéni bánásmód és fejlesztőtevékenységek területén kiemelkedőek vagyunk, mivel saját gyógypedagógusunk helyben, a családokat bevonva tudja kezelni a problémákat. A tehetséggondozás

FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ



mellett a felzárkóztatásra is kiemelten figyelünk. A kerületben kizárólag iskolánk alkalmazza a Komplex Instrukciós Program oktatási módszert, csoportban egyéni munkamegosztásban tanulnak a diákjaink, így a munka világát is megismerhetik, de mégis játékoságot és sikerélményt nyújtva számukra. Törekszünk arra is, hogy programjaink közelebb hozzák egymáshoz növendékeinket és szüleiket.

A családi napon a kultu-

rális értékek, népszokások kerültek előtérbe, míg egészségprogramunkon a helyes életmódra, a pénzhétünkön pedig az alapvető gazdasági ismeretekre fókuszálunk. A napokban idősekhez látogatunk el a tanulókkal, hiszen a gyerekek sikeres jövője a nevelésen kívül a példamutatáson is múlik. Ezenkívül azt vallom, hogy csak közösen, együttműködve tudunk boldog gyermekkort nyújtani a jövő generációjának.

(beres)

Oktatás a gyerekszobában

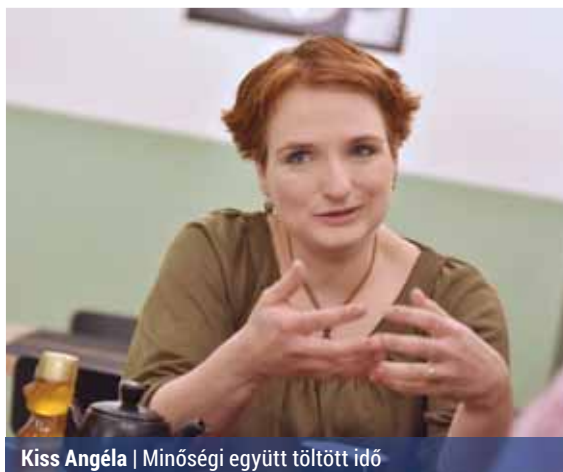
A tankötelezettség arra vonatkozik, hogy a gyerekek elsajátítsák a tananyagot, de ezt meg lehet oldani úgy is, ha magántanulóként nem járnak iskolába. Kiss Angéla férjével négy gyermeket nevel, a két idősebb iskoláskorú otthon tanul. Többek között arról beszélgettünk vele, miért választották ezt az oktatási formát, mik az előnyei és a hátrányai, és így tanul-e majd a harmadik, jelenleg öt éves gyerekük is.

– *Hogyan ismerték meg az otthontanulást?*

– Amikor a legidősebb, most nyolcéves gyerekünknek kerestünk iskolát, egy baba-mama listán olvastam az otthonoktatásról. Mielőtt még megismertem volna, attól féltem, hogy nem fogom bírni a folyamatos otthonlétet és a bezártságot. Aztán nem ez igazolódtott be, és rájöttünk, így tölthetjük együtt a legtöbb minőségi időt. Ha iskolába járnának a gyerekek, napi másfél órát tudna együtt lenni a család.

– *Mik az előnyei és a hátrányai az otthonoktatásnak?*

– Előnye sokkal több van. Nem forgácsolódunk szét a négy kisgyerek mellett, lehetőségünk van megélni a mindennapokat.



Kiss Angéla | Minőségi együtt töltött idő

A számunkra fontos értékeket tudjuk közvetíteni, például nekünk fontos a család és a keresztény értékrend. A hétköznapiakon vannak „muszáj dolgok” és „szeretem dolgok”. Nagyon szoros napirendet tartunk, hogy minden beleférjen. Szeretnénk minél több dolgot megmutatni nekik a világból, és hiszünk a szabad játékban is. Hátrány az, hogy nagyon intenzív az együttélés, és azonnal meg kell oldani a konfliktusokat, különben holnap is ugyanúgy elő jön. Hátrány még, hogy nehéz ebben a modellben támogató iskolát találni, ahová vizsgáznunk kell, mert ez pluszterher a tanároknak és az igazgatóknak is.

– *Nem hiányzik a gyerekeknek a saját korosztályuk?*

– Szerintem nem. Járunk különórákra, balett-ra, furulyára, szolfézásra. A kerületi Tehetségpontban is találkoznak hasonló korú gyerekekkel.

– *Kell a szülőknek tanári végzettség?*

– Nem, nincs semmi ilyen előírás. Én tanár vagyok, de inkább a pedagógiai érzék fontos.

– *Mik a jövőbeli terveik?*

– Úgy gondoljuk, a harmadik gyerekünk is így fog tanulni, ez a mi utunk. Emellett elkezdtem szervezni egy otthontanulós közösséget. Akit érdekel, elérhet az angelosz@freemail.hu e-mail-címen. (kovács)

Y + Z #GENERÁCIÓS_SÁV

Nagy beszélgetések



Sokkal nyitottabb és megengedőbb társadalomban élünk, mint néhány évtizede, de ha a szülői feladatok közül előkerül a gyerek szexuális felvilágosítása, sokaknál még mindig a szégyen és a hártás az elsődleges. Hogyan lehet természetesen kezelni ezeket a helyzeteket? A legfőbb válasz, hogy mindig a gyerek korának megfelelően, és úgy, hogy a szülő hiteles legyen.

A gyerekekkel is. „Nekem azt mondták kiskoromban, hogy a baba a köldökömön keresztül születik – nem véletlen, hogy szexuális felvilágosítással kezdtem foglalkozni” – mondta a szakember.

A véletlen teherbeesés és a nemi betegségek helyett érdemes a fiatalokkal elsősorban a saját testükről, a testük működéséről beszélni, mert nem biztos, hogy pontos ismereteik vannak erről. Hoppál Bori egy amerikai kutatás alapján azt is kiemelte, hogy a kamaszok jobban bíznak a szüleikben, ha a felvilágosításról van szó, mint a barátaikban. „Nagyon fontos, amit tőlünk kapnak a gyerekeink. Nem tökéletesnek kell lennünk, hanem tudatosnak és őszintének” – mondta. A „nagy beszélgetésnek” pedig nincs meghatározott ideje, keressük az alkalmat, és ne higgyünk a fiataloknak, hiába gondolják, hogy ők már mindent tudnak erről a témáról. (KI)

A szexuális felvilágosítást nem lehet egy kamasznál egy óvszerrel és egy banánnal letudni. Egyrészt a szülő és gyerek közötti bizalmi viszonyt sokkal korábban kell felépíteni, és így ahogy a gyerek növekszik, mindig a korának megfelelően kell vele beszélni a testéről, a testi változásokról.

Hoppál Bori testtudatokat szerinti kevés szerencsés kivételtől eltekintve nincsenek a szülőknek mintái ezen a téren, így először szembe kell néznünk magunkkal, akkor félelem nélkül lehet beszélni ezekről a témákról

Tanulási zavarok intő jelei

A specifikus tanulási zavarok esetében a tanulók problémája, hogy jó értelmi képességeik ellenére az olvasással, a helyesírással, az írásmozgással vagy a számolás-kapcsolatban feltűnő nehézségek jelentkeznek. Hogyan ismerhető fel a diszlexia, a diszkalkulia, a diszgráfia vagy a diszortográfia – erről kérdeztük Jánosi Mónikát, a Fejlesztő Palota vezetőjét.

– Mintegy húsz agyi terület együttes működése és összhangja szükséges a folyamatos, értő olvasáshoz, számoláshoz és íráshoz. Így a tanulási zavarok kialakulásában genetikai és környezeti tényezők is szerepet játsza-

nak – tájékoztatott Jánosi Mónika.

A szakember nyomatékosította, hogy a diszlexia, vagyis az olvasási nehézség, fiúk körében nagyobb gyakorisággal fordul elő, és szintén gyakoribb olyan családokban, ahol a felmenők között volt érintett.

A diszlexia ráadásul gyakran társul diszgráfiával, melynek tünetei az íráskészség gyengeségében, valamint helyesírási hibákban nyilvánulnak meg. A diszkalkuliás gyerekeknél pedig a matematikához szükséges készségek fejlődése marad el jelentősen a többi tantárgy

megtanulását szolgáló készségeiktől.

Jó tudni azonban, hogy nem minden gyenge matekos diszkalkuliás, lehetséges, csak lassabb a gyerek tempója vagy egy korábbi tananyag hiánya okozza a problémát. A szakember arra is kitért, hogy éppen ezért használnak a tanulási zavarok diagnosztizálásához standard teszteseteket, melyek segítségével pontosan meghatározható a lemaradás mértéke.

A diagnózis felállításához az iskolai teljesítmény klinikailag egyértelmű zavarát kell megállapítani, mely nem függ össze a hiányos tanulási is-



Küzdök a betűkkel és a számokkal | Kiskorban fejleszhető

meretekkel. Az idegrendszer érése és nagyütemű fejlődése 12 éves korban lezárul, ezért a problémák korai felismerése és a terápia beindítása kulcsfontosságú. Az intő jelek min-

den területen már kiskorban jelentkeznek, ezért érdemes a szülőknek szakember véleményét kikérni, ha a szokástól eltérő fejlődést észlelnek csemetéjükönél. (bi)

Teljes értékű élet

Idén ünnepli az Egyesített Szociális Intézmény Értelmi Fogyatékosok Napközi Otthona (ÉNO) fennállásának 30. évfordulóját. A fogyatékkal élők sorsát befolyásoló Szociális Törvényt is pontosan 25 éve, 1993-ban alkották meg. Majd öt évvel később, azaz pont 20 éve a Fogyatékkal Élők Esélyegyenlőségi Törvénye is hatályba lépett.

– Kerületünkben példaértékűen, a törvényi előírásokat jelentősen megelőzve, 1988-ban alapította meg a helyi önkormányzat a fogyatékkal élők nappali ellátását. A szolgáltatás Budapesten elsőként adott lehetőséget arra, hogy a felnőttkorú értelmi fogyatékos emberek családjukban maradván, lakóhelyükön juthassanak olyan gyógypedagógiai fejlesztésekhez és foglalkoztatáshoz, ami tervezhetővé teszi jövőképeiket – tájékoztatott Szabóné Busi Juliánna, az Árendás közben található ÉNO vezetője.

A nappali ellátás mellett szakmai programjukban kezdetektől kiemelt helyen szerepelt a kliensek foglalkoztatása is, melynek szabályozása az elmúlt harminc évben jelentős változáson ment keresztül. Az első



Szabóné Busi Juliánna

partner a Kézműipari Vállalat volt, amely munkalehetőséget biztosított a gondozottaknak, majd jött a többi cég is. Bontottak bőrkabátokat, tisztítottak kábeleket, címkéztek márkás táskákat, válogattak autóalkatrészeket. Mérföldkőnek számított, amikor 2008-ban a Szociális Törvény módosítása lehetővé tette, hogy a kerületi szociális intézmény a szolgáltatásai mellett, foglalkoztatóvá is válhatott, amit az önkormányzat is támogatott. A pályázati forrásból finanszírozott foglalkoztatás hiányzó fedezetét 10 éve egészíti ki saját költségvetéséből, ezzel is támogatva a fogyatékkal élő emberek családjában maradását és könnyebb megélhetését.



Fejlesztés és munka | Termesztenek gyógynövényeket is

Az ÉNO-ban jelenleg 32 férőhelyen harmincöt felnőttkorú, középfokban értelmileg sérült embert látnak el, akik közül huszonnégyet foglalkoztatnak. A munkába képességeik alapján válogatják be őket munkapszichológusi szakvélemény alapján. A fejlesztésüket is meghatározza azoknak a képességeknek a csiszolása, melyekkel dolgozni tudnak.

– Alapvetően betanított munkát végeznek, de többen rendelkeznek alapfokú szakképesítéssel is. Általában épületkaritást, zöldterület-kezelést, csomagolást, egyéb feldolgozóipari tevékenységet a szivacsapritástól kezdve a gyümölcsaszaláson keresztül egészen az aján-

déktárgyak készítéséig, természetnek gyógynövényeket, manufakturális keretek között száraztésztát. Az elmúlt évben önkormányzati támogatással valósult meg a kerámiaműhely kialakítása, és pályázati forrásból beszerettek egy hőprést – sorolta az ÉNO vezetője.

A foglalkoztatás fejleszti a fogyatékkal élők képességeit, megerősíti őket felnőtt identitásukatban, munkabéruk hozzájárul önfenntartásukhoz és segítséget jelent a családok anyagi terheinek mérséklésében. Mindezen túl aktív társadalmi részvétellel ad lehetőséget és fontos rehabilitációs tevékenység.

Riersch Tamás

Esélyegyenlőség katolikus szemlélettel



Egyenlő bánásmód | Mindenből kihozzák a legjobbat

A Salkaházi Sára Katolikus Iskola életében több területen is változást hozott az egyházhoz való csatlakozás, azonban az esélyegyenlőség megteremtése továbbra is fontos szempont számukra. Miriszlay Anita igazgató erről is tájékoztatta lapunkat.

– Milyen pedagógiai módszerrel végzik a sajátos nevelési igényű tanulók oktatását?

– A differenciálás alapvető a diákjaink körében, hiszen minden gyermek egy individuális. Éppen ezért különböző kooperatív technikákat alkalmazva oktatunk, és emellett a tanulóink egyéni és kis csoportos

fejlesztéseken is részt vesznek. Ilyen például a komplex fejlesztés, konduktív pedagógiai ellátás, logopédiai foglalkozás, tánc- és sportkörök, énekkar. Mégis úgy gondolom, hogy ami a legmeghatározóbb a mindennapjainkban az elfogadás és a szeretet, ezek nélkül nem lennénk képesek a megfelelő eredményekre.

– Hogyan tudják növendékeiket a tanulmányaik végén szakmához juttatni?

– Tanulóinkat már az előkészítő osztályokban elkezdjük felkészíteni a munka világára, ehhez vezettük be a szakközépiskolai, szakiskolai osztá-



lyokban a munka világára felkészítő játékos személyiségtréning tantárgyat. Támogatjuk és lehetővé tesszük, hogy tanulás mellett különböző diákszövetkezeteknél vállaljanak diákmunkát. A gyakorlóhelyekkel jó kapcsolatot ápolunk, így a végzős tanulóinkat rendszerint visszavárják.

– Milyen közösségi és egyéb programokkal szorgalmazzák az esélyegyenlőséget?

– Fontos számunkra az esélyegyenlőség. Az iskolai programokban rendszeresen együtt készülnek és lépnek fel tanulóink. A foglalkozásokon, vetélkedőkön együtt vesznek

részt súlyosan-halmozottan fogyatékos- és a katolikus osztály vagy éppen a szakközépiskolás diákjaink. Úgy érzem, hogy diákjainkat a legjobb tudásunk szerint próbáljuk az önálló élet felé terelgetni. Segítünk, hogy ha majd el kell engedniük a kezüket, akkor is megállják a helyüket az életben.

– A 2017/2018-as tanévben indult az első katolikus osztályunk, ezt a hagyományt szeretnénk folytatni, így várjuk szeretettel a 2018/2019-es tanévben is az iskolát kezdő gyermekeket április 9-én az iskolacsalogatóra és 9–10-én a beiratkozásra.

Béres

A ló és az oldalai

Most tudtam meg, hogy az emberszeretetnek is van világnapja. Mégpedig április 8-án, azaz hamarosan. Az eredetéről semmit sem találtam, hiába a barátom a gugli. A média sem kapja fel az eseményt, néhány találat az „öleljük meg egymást”-akciókat hirdet erre a napra, illetve közös éneklést, aztán ennyi.

Vannak, akik kifogásolják a világnapokat, mondván, semmi értelme, hogy az évben csupán egy nap igyekezzünk az adott alkalomhoz méltóan viselkedni, némelyek viszont azzal érvelnek, milyen jó, hogy vannak ilyen ünnepek, hiszen jó alkalom a figyelemfelhívásra.

Márpedig emberszeretetre szükség van, pontosabban volna, ez a kifejezés azonban napjainkban kissé anakronisztikus. A mai világban (és most közhelyek jönnek, rohanó, stresszes, bizonytalan, szorongással teli sötétebbi) sokan még saját magukkal sincsenek kibékülve, nemhogy a másikkal. Ha tehetik, inkább kerülik embertársaikat, már a velük való szemkontaktust is, nemhogy a beszélgetést, ne adj' Isten a kedves szavakat.

Nem bíznak senkiben (magukat is beleértve), sőt otthon sem túl kedvesek egymáshoz, a

FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND



beszélgetések helyett mindenki a saját kütyüjé vagy a tévé előtt görnyed, ahonnan olyan hírekhez, információkhoz jutnak, akik csak erősítik ember-nem-szeretetüket.

Nem akarok hittérítő lenni, mint ahogy az öleld-magadhoz-a-világot! mozgalmaknak sem vagyok híve, de azért a ló két oldala között volna még hová helyezkednünk. Mondjuk középre. Ahonnan képesek vagyunk elfogadni magunkat, el tudjuk fogadni a másikat, egészségesen bízni benne, és igen, szeretni. Az év minden napján.

Sz. A.

Izgalom zárt ajtók mögött



Játékos bezártság | Logikus a kijutás

Lebilincselő csapatjátékban lehet résznünk, ha egy órára bezárkózunk a kerületi szabadulósobába. Az Egri csillagok után ezúttal Jules Verne regényébe csöppenhetünk, ahol izgalmas mentőakcióba lendülhetünk. Górcső alatt az új generációs játékok.

A szabadulósoba a számítógépről ismert „room-escape” játékok valós térbe helyezett változata, és ilyenből már a kerületi Zsó-kavár utcában is nyílt egy. A szobák lényege, hogy a résztvevőknek logikai vagy ügyességi feladatok segítségével kell kijutni egy meghatározott időn belül a zárt rendszerből.

Az első szabadulósoba

2006-ban Szilícium-völgyben nyílt meg, témája Agatha Christie krimijére épült. Egy évvel később Japánban indult hódító útjára, melyet Real Escape Game-nek neveztek el, és gyorsan betört Hongkongban, Szingapúrban, Kínában, Tajvanon és az Egyesült Államokban is. Magyarországon 2011-ben jelent meg először, azonban a budapesti játékoknak az igazi, robbanásszerű növekedést a 2012-es év hozta.

A kerületi játéktérrel Várhegyi Gábor játékmester elmondta: az izgalmaikkal teli nyomozásra főként családokat várnak, gyerekeket 12 éves kortól. A számszörös lakatok kinyitását különböző

feladványok, kódok, jelek nehezítik. A megoldás apró mozaikdarabkákból áll össze, a titkok helyes sorrendben történő megfejtésével a résztvevők élményekben gazdagon jutnak ki a múltbeli világban játszódó kalandból.

Az átalakított iroda interaktív és meseszerűvé varázsolja az ott töltött időt, így lesz ideális a szórakozás. A szakember arra is kitért, hogy bár az egyetemisták körében nagyon népszerű ez a fajta program, sokan szinte megszállottan próbálják ki az összes hazai és külföldi szabadulósoba-kínálatot. A kerületbe is érkeztek már Erdélyből, Angliából és legtöbbször Németországból is játékosok. Az új feladatok megoldásához Jules Verne *Grant kapitány gyermekei* című regényének ismerete nem szükséges, viszont nem árt tudni: tigris vagy orosz-lán él-e Afrikában vagy a sakktablán a futó keresztben lép-e?

Bővebb információ: +36 20 971 7289, gabivar@vipmail.hu.

-s-ó

KÉRDÉSEK A KERÜLETRŐL

Ezerféle érdeklődés



Pásztor Anna | Álomszerű élet

A márciusi utolsó számunkban Varga Erika kérdezte Pásztor Annától, az Anna and the Barbies énekesnőjétől, hogy „Májusban a gyereknapot egy speciális Romani-divatbemutatóval ünnepeleljük, velünk tartasz-e újra?”

FORRÁS: PÁSZTOR ANNA

nap nap után felkelnek és dolgoznak, és őket nem ünnepelel senki, pedig megérdemelnék.

– Annyi mindennel foglalkozol – énekel, fesztivált szervezel, tévézel –, mindig jellemző volt rád ez az összművészeti érdeklődés?

– Imádom Erikát, szoros barátságban vagyunk, hordok Romani ruhákat a munkám során és a hét-köznapokban is. Szívesen megyek, csak attól függ, hogy állnak a zenekar ügyei, ráérünk-e pont akkor.

– Mennyire fontos neked az önkéntesség?

– Abszolút. De azért a mostani élethelyzetemben a gyerekeim, a családom jelentik a prioritást. Sok olyan dolgot csinállok, amit saját magam találtam ki, több jótékonyági esemény is van ezek között. Amióta ismertebb lett a zenekar, sokkal több a megkeresés is, de az összeset lehetetlen elvállalni. Nem tudom, hány nonprofit szervezetnek vagyok a védnöke, szószólója, arca. Hatalmas megtiszteltetés, de amióta a gyerekek bekerültek az életembe, ők az elsők.

– Van olyan esemény, amire szívesen emlékszel?

– Az egyik koncertem a születésnapomon volt, és a rajongók rengeteg csokit hoztak, amiket utána kiosztottunk az embereknek a metróbán. Ők azok, akik

– Gyerekkorom óta ilyen vagyok, csak most többen tudnak róla. Nyitott ember vagyok, ezerféle érdeklődési körrel. Miért ne csinálnék egy álomszerű fesztivált – ez a Woodstock az Ugaron –, ha megvan rá a lehetőségem? Olyan szerencsés helyzetben vagyok, hogy nagyon profi gárda van körülöttem, amihez nem értek, azt hihetetlen jól megcsinálják a szervezéstől a pénzügyekig. Leginkább igaz ez Dénes Adélra, aki a jobbkezem és mindenben segít.

– A XV. kerületben élsz még?

– Sajnos nem, nemrég családi okok miatt elköltöztünk. Én ilyen örök vándorló, sehová sem tartozó vagyok. De nagyon szerettem ott lakni, szívesen emlékszem rá.

Anna kisfia a Kinizsi utcai baptista napközibe járt, így az énekesnő Baptista Gyülekezet lelkipásztorától, Nagy Sándortól kérdezi: „Hogy vannak mostanában?”

(kovács)

Film, színház, díj

A mozgókép területén végzett kiemelkedő alkotói tevékenysége, valamint művészi teljesítménye elismeréseként Balázs Béla-díjban részesült a Rákospalotán élő József Attila-díjas drámaíró, dramaturg és forgatókönyvíró, Tasnádi István a márciusi ünnep alkalmából.

FORRÁS: HBO.HU



Tasnádi István | A balett lesz a következő?

– Gratulálok az elismeréshez. Gyakran szoktak drámaírókat mozgóképes elismerésben részesíteni?

– Az elmúlt jónéhány évem a filmezésről szólt. Íróként vettem részt a „Terápia” című sorozat mindhárom évadában az HBO-n, illetve ugyanott az „Aranyélet” című sorozatban, aminek harmadik évadának forgatását nemrég fejeztük be. Időközben elkészítettem első nagy tévéfilmemet, a Memót, amelynek forgatókönyve itthon elnyerte a Magyar Filmdíjat, majd Berlinben a Prix Europa fesztiválon Európa legjobb tévéfilmjének választották.

– Ezek mellett a színházi munkák egy kicsit háttérbe szorultak. Mostanában ritkábban vannak bemutatóim mint korábban, ami főleg annak tudható be, hogy a filmen keresztül egy új világ nyílt meg előttem, amely egyre jobban magával ragad. A Balázs Béla-díjjal valószínűleg ezt a film felé nyitást honorálták.

– Önnek több színpadi műveből is film készült, illetve volt filmes forgatókönyve, amelyet előbb dra-

matizáltak mint forgattak. Miben különbözik egymástól a két műfaj?

– Azt tapasztalom, hogy a színházi szcéna átalakulófélben van. A bevételorientáltság miatt egyre kevésbé viseli el a kísérletező kedvet. Az utóbbi időben számmomra a film sokkal több lehetőséget kínál, ráadásul engem nagyon is érdekel az alkotás teljes folyamata, az ötlettől a forgatókönyvön át egészen a rendezésig.

– Sokoldalú alkotónak



tartják, költőként kezdte a pályafutását, majd sikeres drámaíró lett. Kipróbálta magát hangjátékokban, az Időfutár című sorozatából regény is született. Jó tíz éve már tanít a Színház- és Operajátszó Egyetemen, most meg a filmezés terén kezd kibontakozni. Innen merre tovább?

– Most arra koncentrálok, hogy a következő tévéfilmem megvalósulhasson, illetve a nagyjátékfilm forgatókönyvem, a Szibériai

csárdás előkészületi fázisban van. Remélem, hogy nyáron forogni fog Rudolf Péter rendezésében. Hogy később mi lesz, most még nem tudom. Sok minden érdekel, igyekszem megtalálni azt, amelyben leginkább ki tudok teljesedni. Mindenesetre a díjátadó ünnepségen színész barátaim azzal ugrattak, hogy ideje elkezdennem balettozni, hátha azért is kapok előbb-utóbb valami elismerést.

Riersch Tamás

Nem érik be kevéssel

Adelmann Márk, a László Gyula Gimnázium és Általános Iskola hatodik évfolyamos diákjára nehezen lehetne ráfogni, hogy unatkozik. Neki ugyanis egyszerűen nem jut ideje a tétlenkedésre.

FOTÓ: XV MEDIA, VARGOSZ



FORRÁS: ADELMANN MÁRK

– Színházban játszom, filmekben statisztálok, versenyszerűen focizom és birkózom, illetve még zongorázni is tanulok – sorolta egy szuszra az újjalotai diák. Mi pedig csak kapkodtuk a fejünket az elhangzottak hallatán. – A sport mindig is fontos volt a számomra. Focizni a lakhelyemhez közeli FC Budapestben kezdtem, s bár hetente csak két edzésre van időm, mind a mai napig szeretem a játékot.

– Az egyesületünk szervezi a Future Cup elnevezésű nemzetközi utánpótlás tornát, melyre ma már nagyon neves csapatok is nevezni szoktak. Ezen a tornán több alkalommal is részt vettem

már. A birkózással elsős koromban ismerkedtem meg, mivel a Kertváros SE birkózószakosztálya korábbi iskolám tornatermében működött. A szőnyegtől pedig azóta sem tudtam elszakadni. Birkózásban országos ötödik voltam, míg sumóban már a dobogóra is sikerült néhányszor felállnom – mondta a fiú.

Márk szülei szerint a színpadot a lakás nappalijában

kezdődött. A család ugyanis gyakran járt színházba, és az előadások nagy részére a gyerekeket – Márkot és az öccsét – is elvitték. Akik aztán a nappaliban megpróbálták újraélni az élményeiket.

Innen egyenes út vezetett egy közeli színtanodába, ahonnan Márk néhány évnél fiatalabb követően a Nevenincs Színház társulatához került. Jelen



Széles körű érdeklődés | Művészetektől a sportig

pillanatban három darabja is programon van: a Twist Olivérben és a Tündér Lalában főszerepet, a Csudakarikásban pedig egy kisebb szerepet alakít, heti, kétheti rendszerességgel.

Arra a kérdésre, melyik mellett teszi le a voksát, egyelőre csak a vállát vonogatta. A szülők szerint sem baj, ha a gyerek érdeklődése ennyire nyitott. Még akkor sem, ha a kisebbik Adel-

mann fiú, Filip (aki ötödik évfolyamos diák a lila iskolában) is már a bátyja útjára lépett, azaz focizik, amit nagyon komolyan vesz, mellette karatézik, statisztál és zenét is tanul.

– Amíg bírjuk erővel és energiával visszük-hozzuk a fiúkat, aztán, ha nagyobbak lesznek, ráérnek majd a saját sorsukról dönteni – mondta az édesanyjuk.

Riersch Tamás

Meghívó

Várnak minden érdeklődőt a Nyitott Ajtó Együttműködési Irodák új struktúrájáról és lehetőségeiről tartandó tájékoztatóra. Az önkormányzati rendezvényt április 10-én, kedden délután 4 órakor tartják a Nyitott Ajtó Újpalotai Együttműködési Irodában (Páskomliget utca 6.). ■

Sírkerti séták



Különleges programokat kínál a Nemzeti Örökség Intézete a Fiumei úti sírkertben. Hétvégenként ingyenes tematikus temetői sétákat szerveznek, amin a sírkert idegenvezetője kalauzolja a látogatókat. Az áprilisi programok ezek lesznek: április 6-án a művészcsoport bemutatása, április 7-én sportolók és sportvezetők nyughelyeinek felkeresése, április 14-én és 20-án a sírkert mauzóleumainak látogatása, április 27-én az I. világháborús katonasírok bemutatása. A látogatókat április 13-án és 29-én pedig a Salgótarjáni utcai zsidó temetőt bemutató sétára invitálják. A séták délelőtt 10 órakor kezdődnek, a részvételhez előzetes regisztráció szükséges a <http://fiumeiutisirkert.nori.gov.hu/sirkerti-setak> oldalon. Földes László, Hobo a magyar költészet napja alkalmából *A föltámadás szomorúsága* című estjét József Attila sírjánál (35-ös parcella, 2. sor 59. sír), a Fiumei úti sírkertben mutatja be. Az ingyenes programot április 11-én, délután fél 5-kor tartják. ■

Támogatott tanoda

A KoMa Bázis 2019 végéig tartó támogatást nyert a VEKOP hátrányos helyzetű tanulók felzárkózását elősegítő tanoda-program megvalósítására a XV. kerületben. KoMa Labor nevű programjukban harminc, 12–18 éves hátrányos helyzetű diáknak nyújtanak kompetencia- és személyiségfejlesztést, tanulástámogatást, lehetőséget a szabadidő tartalmas eltöltésére és a közösségi életre, továbbá biztosítanak mentorálást, egyéni fejlesztést. A KoMa Bázis a projekt megvalósításában együttműködik a kerület összes iskolájával és szociális in-



tézményével. Még most is lehet csatlakozni, várják a jelentkezőket a Bázison, Molnár Viktor utca 21/a. ■

Könyvtári programok

Várják sok szeretettel az érdeklődőket a Fővárosi Szabó Ervin Könyvtár Zsókavár Utcai Könyvtárában (Zsókavár utca 28.) az alábbi ingyenes programokra:

Április 7., 11 óra, Tavaszi szél – mese- és kézműves foglalkozás gyerekeknek

Április 9., délután 3 óra, A könyv legyen veled! – kötetlen irodalmi beszélgetés középiskolásokkal

Április 9., délután 4 óra, Társas Tere-Fere Klub nyugdíjasoknak

Április 11. Költészet napja – „Szívemnek kedves” versek

Április 14., 11 óra, Tavaszi szél – mese- és kézműves foglalkozás gyerekeknek

Április 16. Olvasni jó! kampány kezdete

Április 18., délután 5 óra, Egészségklub – Gyógyító testgyakorlatok. ■

Titanic Filmfesztivál



Budapestben hét helyszínen fut a 25. Titanic Nemzetközi Filmfesztivál április 4–13. között. Idén kilenc mű – egy norvég, egy dán, egy német, egy török, egy palesztin és egy román dráma, egy angol szatíra, egy olasz életrajzi road movie és egy holland vígjáték – vetekszik a Hullámtörők-díjért, melynek odaítéléséről Európa legjobb színésznője, Borbély Alexandra, Dobos Tamás operatőr és a zsűri elnöke, Török Ferenc dönt majd. Két versenyfilm rendezőjével találkozhat a közönség is. Julia Langhoffal (LOMO – egy blogger élete) április 11-én az este ¾7-es vetítés után a Toldi moziban, valamint 12-én este a ¾9-es vetítés után a KINO-ban, míg Jonas Matzow Gulbrandsennel (Árnyak völgye) április 12-én az este ¾7-es vetítés után az Urániában és 13-án az este 7 órai vetítés után a Toldiban találkozhatnak az érdeklődők – áll a fesztivál sajtóanyagában. ■

Hamarosan nyílik a Holnemvolt Vár



Tavasszal megnyílik a Holnemvolt Vár a budapesti állatkertben, amely 1,6 hektáron esősorban a 3–10 éves korú gyerekeknek és családjaiknak kínál programokat. A Holnemvolt Várban főként a szelidebb állatokkal ismerkedhetnek majd a látogatók, itt lesz például az új állatsimogató, a tengerimalacok városa, és számos, nagyrészt háziállatok, ház körüli jószágokat bemutató létesítmény. A Nyírhángár övezetében az állatkert

lovas hagyományai születnek újjá, a Macskaköves udvarban pedig kézműves programok, egyebek közt agyagozás és pékműhely is várja majd az érdeklődőket – hangzott el az állatkert tavaszi szezonnyitó sajtótájékoztatóján.

A Holnemvolt Vár központi építménye, a Hetedhét Palota a magyar állatmesék világa köré szerveződő játszóházként működik majd. ■



Díjátadó

Átadták a Radnóti Miklósról elnevezett antirasszista díjat március 21-én, a faji megkülönböztetés elleni küzdelem nemzetközi napján. Az elismeréseket Hanti Vilmossal, a Magyar Ellenállók és Antifasiszták Szövetsége elnökével együtt Hajdu László polgármester adta át. Az idei kitüntetettek: a 168 Óra című hetilap szerkesztősége; Falusi Mariann és Lang Györgyi előadóművészek; Jordán Tamás színművész, színházigazgató; Kocsis András Sándor, a Kosuth Kiadó Zrt. elnök-vezérigazgatója; Köteles György, a Magyar Békeszövetség elnöke; Láng Judit író, újságíró; a Magyar Helsinki Bizottság; Majtényi László alkotmányjogász; Máté Antal, Nyírbátor polgármestere; Sz. Koncz István író; Székelyi József színművész; Szirbik Imre, Szentes polgármestere; Takács Ferenc XIII. kerületi önkormányzati képviselő és Trencsényi László egyetemi tanár. ■

Biztonságosabb a kerület

A márciusi testületi ülésen Dr. Balogh Róbert alezredes, kerületi rendőrkapitány a képviselők előtt is értékelte a 2017-es év eredményeit.

– A Budapesti Rendőr-főkapitányság legfőbb célkitűzése tavaly a büntetőeljárások menetének felgyorsítása, a kiemelt bűncselekmények felderítési hatékonyságának javítása, a lakosság szubjektív biztonságérzetének növelése és a közlekedési balesetek számának csökkentése volt. Mi ezekhez a célkitűzésekhez igazítottuk a szolgálatok szervezését, illetve a feladatok elvégzését – mondta dr. Balogh Róbert.

A kapitány szerint a közterületi jelenlét növelését részben az állomány feltöltésével, részben a társszervekkel való közös szolgálatokkal sikerült elérniük.

– Nagy eredmény, hogy 2017-ben tovább csökkent a reagálási időnk, ma már nagyon gyorsan a helyszínen vagyunk, ami nagyban hozzájárul a felderítési hatékonyság javulásához. Emellett az egy ügyre fordított nyomo-



Dr. Balogh Róbert

zási idő is jelentős mértékben csökkent – sorolta a kapitány.

Pozitív változások tapasztalhatók a kiemelt bűncselekmények terén is. Egyrészt azzal, hogy csökkent az esetek száma, másrészt a felderítések eredményessége is jelentős mértékben javult. A vagyon elleni bűncselekmények, mint a lopások, a betörések, a gépkocsi-eltulajdonítások és feltörések száma 20-50 százalékkal esett vissza a korábbi évekhez képest.

– A közlekedési balesetek stagnálása a legsarkalatosabb probléma a kerületben. Éppen ezért idén még nagyobb hangsúlyt helyezünk az ellenőrzésekre. Különös tekintettel a gyorsrafordításra és az ittas vezetésre, amelyek fő

okai a baleseteknek. Emellett igyekszünk a személyi sérüléssel járó balesetek helyszíneit is ellenőrizni, hogy az esetleges hibákra – például lekopott zebra, elfordult tábla – felhívjuk az illetékesek figyelmét – mondta dr. Balogh Róbert.

A kapitány elmondása szerint a bűnmegelőzés hatékonysága is hozzájárulhat a közbiztonság javulásához. Tavaly a kábítószer-fogyasztás megelőzésén, a családon belüli erőszak visszaszorításán és az internetes zaklatások kiküszöbölésén volt a fő hangsúly.

– A BRFK is szorgalmazta, hogy minél több iskolában tartunk felvilágosításokat a pedagógusoknak és a szülőknek. Megpróbáltunk ezeknek eleget tenni, illetve részt vetünk az önkormányzat „Add a kezéd!” bűnmegelőzési programjában – hangsúlyozta a szakember.

Az önkormányzat is értékelte a kerületi rendőrkapitányság munkáját, melynek tavalyi teljesítményét egy ötös skálán 4,44-osnak – tehát erős jónak – ítélte meg.

Riersch Tamás

FOTÓ: XV. MÉDIA, NAGY BOTOND

Tavaszi bicajfelkészítés



A tavasz beköszöntével egyre többen szállnak a biciklire, de mielőtt túrára indulunk, érdemes átnézni a bringa műszaki állapotát. Ha nagyobb szerviz szeretnénk elvégezni rajta, akkor inkább szakemberhez forduljunk.

Alapos tisztítással kezdjük a munkát, amit nedves ronggyal célszerű elvégezni. Ha készen vagyunk ezzel, akkor a küllőket, felnit, abroncsot és a féket nézzük át. Amennyiben a gumikon felfedezük az öregedés jeleit, az a legbiztonságosabb, ha vásárolunk két új küllőt, de legalább belsőket.

Fontos alkatrész a fék, ám a bicajok jó részén már olyan található, ami nem igényel kenést. A bowdent elég áttörölni, ám ha észlelünk rajta valami szakadást, kopást, vegyünk inkább újat. A csapágyakkal is törődni kell, az a legjobb, ha tiszta, száraz ronggyal áttöröljük, majd bezsírozzuk vagy szilikonolajjal befújjuk.

Kevesen foglalkoznak a nyereg és a kormány helyes beállításával, pedig gondot jelenthetnek a kerékpározásnál. A túl alacsony nyereg vagy kormány gerinc-, hát- és térdfájdalmakat okozhat, és sokkal fárasztóbb a haladás. A beállításnál a nyeregcsövet annyira kell kihúzni, hogy a pedál alsó helyzetében nyújtva legyen a lábunk. A kormány olyan magasságban legyen, hogy egyenes derékkal, hosszú távon is kényelmesen tudjuk fogni.

Ne feledjük, hogy a kerékpárra kell lámpa vagy villogó, hogy éjszaka is jól láthassanak minket tekerés közben. Ék

FOTÓ: XV. MÉDIA, VARGÓSZ

RENDŐRSÉGI HÍREK

Életmentő rendőrök

A Toldi sor egyik lakásában tűz ütött ki, melyet, mint utólag kiderült, egy, a gáztűzhelyen felejtett étel okozott. A szomszédok azonnal hívták a 112-t, amely riasztotta a tűzoltókat, a mentőket és a rendőröket. A közelség miatt a rendőrök értek a leghamarabb a helyszínre, akik azonnal bementek a lakásba, ahol egy eszméletlenül fekvő 65 éves férfit találtak. A rendőrök rögtön szívmasszázszt alkalmaztak, s bár a férfit nem sikerült magához téríteniük, a keringését újrarendítették. A férfit a helyszínre érkező mentősök kórházba szállították.

(riersch)

Rendszámmágus

Nem tudni, mit akart az a férfi, aki külföldi forgalmival rendelkező autójáról leszerelte az első és a hátsó rendszámablakot, és helyettük a hátsó szélvédőhöz egy magyar rendszámot tett. A rendőrök mindenestre kiszúrták, és megállították az autót. A sofőr, miután bizonyosodott a turpisság, elismerte a vétkét, ezért eljárás indult ellene.

R. T.

A bűnbánó betörő



GRAFIKA: VARGA TÍMEA LAURA

Az egyik újpalotai étteremből éjjel egy tablett és készpénzt vittek el. A nyomozók megvizsgálták a környék térfigyelő kameráinak felvételeit, és ez alapján az étterem tulajdonosa beazonosította a feltételezett elkövetőt. A férfi ellen körözést adtak ki, de még mielőtt valamelyik járőr elfogta volna, visszament az étterembe, hogy bocsánatot kérjen a betörésért. Persze, a tablet már nem volt meg, azon addigra már túladdott.

RiTa

Összetört szívvel tört-zúzott

Hangosan szitkozódó és fenyegetődző férfi miatt riasztották Újpalotára a rendőröket. Mint kiderült, a férfi volt párja lakása előtt tette mindent, és nem sokkal korábban ugyanitt megfenyegette a nő új barátját is, akinek még meg is rugdosta az autóját. A férfi ellen garázdaság gyanúja miatt indult eljárás.

-sch -s

Ugrókötelezésből jeles

Hivatalos nevén kötélugrás, hét-köznapiasan azonban csak ugrókötelezés. Ez azonban nem az alsós napközis lányok között kedvelt időtöltés. Ezúttal egy komoly versenysportról van szó, amely kőkemény fizikumot, akrobatikus képességeket követel, és amely világ- és Európa-bajnokokat nevel ki. Szerencsére ilyen bajnokokból már itthon is találni jó néhányat. Mi a Kovács Pál Baptista Gimnáziumban találtunk egy újdonsült Európa-bajnokot Dévényi Dorottya személyében.

– Kiskoromban ritmikus gimnasztikáztam, amely jó alapot adott a kötélugráshoz – mesélte rákospalotai sportgimnázium 11. évfolyamos diákja. – Aztán egy alsós osztálytársam lecsábított egy kötélugróedzésre, ahol azonnal beleszerettem a sportágba. Az akkori csoportból ma már csak én és a három évvel fiatalabb húgom maradtunk, de azóta sem bántuk meg a választásunkat.



Dévényi Dorottya | Kötetes a csapat

Dévényi Dorottya alig egy hónapja egyéniben és csapatban is megnyerte a felnőtt (15 év feletti) magyar bajnokságot. Ami a nyári floridai világbajnokság miatt fontos volt, mivel a hazai bajnokság is belatartozott a háromfordulós világbajnoki kvalifikációba.

– A tavalyi, portugáliai Európa-bajnokság nagyon jól sikerült, mert a csapatmal aranyérmesek lettünk.

Addig én minden számban – egyéni, páros, csapat, formáció, illetve a melléversenyszámok – elindultam, de a tavalyi Eb-re csak csapatban készültem, ami bevált. Ha sikerülne kvalifikálnom magamat az idei vérére, akkor valószínűleg ugyanezt a taktikát folytánám – mondta a sportoló.

Mielőtt bárki lebecsülné ezt a sportágat, tegyük hozzá, hogy a legjobb kötél-

ugrók többet edzenek, mint más sportágak válogatottjai. Dóriéknak alapesetben heti 5 és 6 edzésük van, a nagy versenyek előtt azonban már napi hat órát készülnek. Havonta van edzőtáboruk, rendszeresen futnak és kondiznak az akrobatikus és technikai edzések között.

– A sport rengeteg időmet elveszi, ezért is voltam kénytelen iskolát váltani. Egy barátnőmtől hallottam a Kovács Pálról, így ide jelentkeztem, amit nem bántam meg, mert a tanáraink segítőkészek, az osztályom meg hamar befogadott engem – mondta Dorottya.

Dévényi Dorottya profi sportolóként hosszabb távú terveket dédelget. Jövőre, az érettségit követően a Testnevelési Egyetemre jelentkezik, ahol edzői képesítést szeretne szerezni. Ezt követően pedig a szentendrei klubjánál folytatná az edzője által megkezdett munkát.

Riersch Tamás



Teqball bajnoki cím

Az idei első teqballversenyt (asztali lábtenisz) nemrég a Testnevelési Egyetemen tartották, ahol párosban az egyetem egyik hallgatója, Bányik Csaba nem a korábban megszokott párjával, hanem az újjalotai Dálnoki Jenő Labdarúgó Akadémia egyik fiatal edzőjével, Illyés Szabolccsal nevezett. Az újdonsült páros bemutatkozása nagyon jól sikerült, mert hat győzelmet aratva az aranyérmet is megszerezték.

R. T.

BAJNOKI MENETREND

Férfikosárlabda NB II.

Április 8. 19.45,
XI. ker., Menyecske u. 2.
MAFC-BME – BLF KK

Április 14. 17.00,
Bogánccs utca 51–53.
BLF KK – Gödi SE

Női kézilabda NB II.

Április 7. 14.30,
Csömöri Sportszarnok
Kinizsi TTK – Dorogi ESE

Április 7. 18.30,
Mogyoródi Sportszarnok
REAC SISE – VS Dunakeszi

Április 15. 18.00,
Csömöri Sportszarnok
Kinizsi TTK – REAC SISE

Férfifutsal NB II. rájátszás

Április 9. 19.30,
Csömöri Sportszarnok
REAC SISE – 5 Stars –
Érdi VSE

Április 16. 20.00,
XI. kerület, Bogdánfy út 10.
ELTE-BEAC – REAC SISE

Férfilabdarágás

Budapest I. osztály

Április 7. 16.00,
Budai II. László Stadion
REAC – Pestszentimrei SK

Április 14. 15.00,
XXII. kerület Promontor utca
BMTE II – REAC

Kettő helyett enni?

„Egyél bátran, hiszen most kettő helyett eszel!” – hallják a várandósok a mai napig is sokaktól nagyanyáink mondását. Ez azonban, mint kiderült, egyáltalán nem igaz, hiszen a terhesség utolsó harmadában is csak mintegy 450 extra kalóriára van szükség naponta.

– Ha valaki várandós, valóban emelkedik a kalóriaszükséglete, azonban egészen biztos, hogy nem a kétszeresére – szögezi le Szabó Krisztina, a XV. Kerületi Önkormányzat Egészségügyi Intézményének dietetikusa. Az első

trimeszterben, tehát a 13. hétig egyáltalán nincs szükség az energiabevitel növelésére. A másodikban (a 14.-től a 27. hétig) mintegy 340 kalóriával, míg a harmadikban (a 28. héttől a szülésig) körülbelül 450 kalóriával nő meg az anya energiászükséglete. A szoptatás idején pedig mintegy 500 extra kalóriára van szükség. – Az energiatöbbletet érdemes nagyrészt teljes

értékű fehérjével fedezni. Teljes értékű az a fehérje, amely megfelelő

növényi eredetűek közül a hajdina és a quinoa tartalmazza – mondja a szakember.

A 340 kalória körülbelül 200 gramm sovány túró (16 gramm fehérje), vagy 150 gramm grillezett csirkemellet (30 gramm fehérje), 200 gramm light mozzarella (44 gramm fehérje), 100 gramm quinoát (14 gramm fehérje), 240 gramm tofut (36 gramm fehérje), 90 gramm hajdinát (10 gramm fehérje) jelent.

A számokból látható, hogy míg a kalóriaszükségletet könnyedén fedezhetjük növényi eredetű táplálékkal, fehérjebevitel tekintetében jobban járunk, ha a húst és a tejtermékeket választjuk a többletenergia fedezésére.

-y -a



arányban és mennyiségben tartalmaz esszenciális, azaz csak táplálkozással bevihető aminosavakat. Ezek főként az állati eredetű termékekben találhatóak (húsok, tej, tejtermékek, tojás), a

FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND



PÓLUS MOZI

A nyereményjegyek beválthatók bármelyik műsorrendi vetítésünkre. Kínálat: www.poluscentermozi.hu

Rákospalotai aranyrög

A március 15-i ünnep alkalmából a sportolók közül Hanga Ádám kosárlabdázó is elismerésben részesült, aki a „magas színvonalú munkája és példamutató tevékenysége elismeréseképpen” a Magyar Erdemkereszt polgári tagozat kitüntetését vehette át.

A Károly Róbert Általános Iskola tornatermének névadója jelenleg a Barcelona játékos, amely nemcsak a spanyol bajnokságban, hanem az Euroligában is érdekelt, ezért nem tudta a kitüntetését személyesen átvenni. Helyette a nagypapja vette át az elismerést. Az a nagypapa, aki több mint húsz éve az akkor még csak hétesztendős Ádámot kézen fogva elvitte a Pattogós utcai tornaterembe.

– Naná, hogy emlékszem arra a pillanatra – mondta Lipták Mihály, a Pattogós DSE akkori, majd a mai napig a Budapesti Legyőzhetetlen

Feketék edzője. – Ádám már kiskorában nagyon ügyes volt. Még csak 11 esztendő lehetett, amikor már magunkkal vittük az olaszországi Castelnuovo di Garfagnanában rendezett nemzetközi tornára.

Hanga Ádám egyrészt tehetségének, másrészt jó korosztályának köszönhetően több sikert is megélt a BLF-színeken. Tagja volt többek között a 2000–2001-es országos gyerekbajnokságban diadalmaskodó XV. kerületi csapatnak. Nevelőedzője szerint a miskolci döntőben Ádám volt a legügyesebb. Később serdülőként az országos bajnokságban bronzérmes volt, majd kadetként már a juniorcsapattal ismét országos bajnoki címet szerzett. Ez utóbbi gárdánál Farkas László volt az edzője.

– A serdülők döntőjét Székesfehérváron rendezték,



Lipták Mihály

és akkor figyeltek fel rá az Albacomp vezetői, akik rábeszítették a nagypapát, hogy vigye át hozzájuk az unokáját – mesélte az edző. – Ezt nagyon sajnáltuk, mert Ádám-ban még legalább egy BLF-es junior országos bajnoki cím benne volt.

Hanga Ádám karrierje tehát Rákospalotán kezdődött, majd az Albacompnál folytatódott, az elmúlt évek-



Hanga Ádám | Kerületi kosárhíresség

ben pedig Európa legerősebb bajnokságában, a spanyolban teljesedett ki. Anyaegyesületében azonban nem feledkeztek meg róla, és, miután a BLF felújította központi bázisát, a Bogács utcai iskola tornatermét, a létesítményt leghíresebb játékosáról nevezte el.

– Egyszerű hasonlatot

tudok mondani, olyan ez, mint az aranyásás. Egy edző a pályafutása során rengeteg gyerekkel foglalkozik, de csak ritkán adatik meg, hogy aranyrögöt találkoztunk. Nekem Hanga Ádámnak köszönhetően megadatott ez az aranyrög, amire életem végéig büszke leszek – mondta a szakember. *RITA*

Portugál vezényszavak brazil ritmusokra

Milyen sport az, ahol énekelni kell mozgás közben, és ahogy egyre magasabb szintre kerülsz, szűkségét érzed, hogy megtanulj portugálul? A válasz a brazil eredetű capoeira. Sport, tánc vagy játék? Mindez együtt. Szabó Zoltán és Szilvási Tamás nyolc éve kerültek a sport bővületébe, most már gyerekeknek oktatják az Újpalotai Sportcentrumban ezt a különleges testmozgást.

FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND



Táncolva sportolnak | Egyénileg párosan

A sport vagy tánc kérdésre csak azok válaszolják, hogy tánc, akik még nem próbálták ki. Az edzők szerint abban is különleges a capoeira, hogy egyéni sport, de nem lehet egyedül csinálni. A mozdulatokat párban gyakorolják, míg az edzésen részt vevő csapattársak körbeállják őket. Van, aki énekel, van, aki dobol vagy más hangszereken játszik. Ha valaki gyerekként kezdi el ezt a sportot, nyitottan áll hozzá, nem gond neki a tánc és az ének, de az idősebbeknek eleinte nehezebb hozzászokni.

Szilvási Tamás szerint pont a szabályok összetettsége miatt igazi fejlesztősport – a mozgás koordinációja mellett figyelni kell a ritmusra

és az énekelt dallamra is. Szabó Zoltán pedig azt emelte ki, hogy mivel Brazília szegénynegyedeiből származik a capoeira, a mozgás mellett a szociális érzékenységre is nagy hangsúlyt helyeznek.

„Például vannak olyan capoeira-edzők Brazíliában, akik kereszteseket tanítanak, és ők sokat fejlődnek tőle. Bár ez ott államilag támogatott” – mondta Szabó Zoltán.

A jelenlegi heti két gyerekedzés mellett a távlati céljak között szerepel a felnőttedés bevezetése is, de szeretnének támogatókat találni, hogy a kerületi hátrányos helyzetű gyerekeknek is lehetőséget adjanak ezzel a sporttal. „Ez nem csak a szülőkről meg a rúgásokról szól. Annyit kapsz vissza, amit beleteszel.”

Kovács Ildikó



SPORTMOZAIK

Újpalotai éremeső

Százhalombattán rendezték a Nemzetközi Kempo Kupa Emlékversenyt. Az Újpalota SE-t Verebes Miklós sensei csapata képviselte, aki remekül felkészítette tanítványait. Nagy Szabolcs, Gyökeri Ágoston, Gyökeri János, Gyökeri Noémi, Verdes Rómeó, Szabó Panna, Dallos Bence, Zimány Ákos, Seres Dávid, Keszei Máttyás összetételű újpalotai csapat összesen 18 érmét és három 4. helyezést szerzett.

MTK-sikerek

Kiválóan szerepeltek a kerületi MTK (volt Dynamic) és a szintén kerületi Kai Sei Karate (UTE) karateversenyzői a Grand Prix Slovakia elnevezésű nemzetközi versenyen. Sterck Laura női katában (formagyakorlatban) harmadik, Kiss András (60 kilogramm) kumitében (küzdlemben) szintén harmadik, Hárspataki Gábor (75 kilogramm) és Janó Tamás (+84 kilogramm) első, Czágány Dóra pedig (68 kilogramm) második lett. A magyar versenyzők – beleértve a fiatalokat és a parakaratókat is – összességében 18 arany-, 17 ezüst- és 30 bronzérmert szereztek, ezzel a házigazdák mögött a második legeredményesebb nemzetként zártunk. Az egyesületek eredményosrában az MTK szintén második lett.

	KITARTÓ, NEM ADJA FEL KÖNNYEN	FALUSI HÁZ ELŐTERE, NÉPIESEN	RÁDIUSZ, RÖVIDEN	INTER- CITY, RÖV.	AZ A MÓD, AHOGYAN ÉL VALA- KI, VALAMI	JÓL ÁLL, PÁSZOL (VALAMI- HEZ)	KENYERET, SZÁLAMIT VÁG	HELYRAG, -BEN PÁRJA	AUTONÓM TERÜLET, RÖV.	A NITRO- GÉN VEGY- JELE	SOROZATO- SAN (NEM ERŐSEN) VEREGET	IDEGEN NÓRA!	A NITRO- GÉN ÉS A PLATINA VEGYLE	
	MEG- FEJTÉS, 1. RÉSZ													E
51, RÓMAI SZÁMMAL			(REJTETT) SZÁNDÉK FUNDA- MENTUM							TIPP...; IGÉNYES CIPŐT FENYÉST				
LETT HÍR- ÜGNÖK- SÉG RÉGI RÖV. NEVE				FOSZTÓ- KÉPZŐ FAFÜVŐS HANGSZER					FINOM GYÜMÖLCS MUNKÁS, ARGÓBAN					
SÓKED- VELŐ (NŐ- VÉNY) ID. SZÓVAL								ID. ELŐTAG: NAGY- AZ UTCÁ- RA TESZ					LITER, RÖV. FONTOS FOSZFÁT- ÁSVÁNY	
	MUNKÁJÁT FELELŐSEN VÉGZŐ (EMBER)	HELYZET, STÁTUSZ	TÁJ- VÉDELMI KÖRZET, RÖVIDEN	KOPASZ, HAJTALAN	EGYIPTOM LAKÓI SZERZE- TES FŐPAP		SÖRTESZE- RŰ FRIZURA BÜNÜGYI TÖRTÉNET							
BEMUTAT, SZEMLÉL- TET					PORTUGÁL NOB-JEL IGEN KIS TERMETŰ		SZEMÉLY- AZONOSÁG ÁLOMBA RINGAT					PÉNZ- ÜGYI, RÖV. GYAKORI FÉM		
TÜLKÉ- NYEZTET					ABBÓL A HARMADIK IRÁNYBÓL VALÓS						NEM LÁT, VILÁGÍTALAN SÚLY MEG- ÁLLAPÍTÁSA			
GALLIA CENT- RUMA!			ÉRZÉS NAGY ERŐVEL EL- FOG VKIT. NYAKAS		AZAZ, IGA- ZI NEVÉN CÉNAGURI- GA, SPULNI					... HARI; KÉMNŐ V. KOEPEJKA, MÁSKÉPP				
HOGY? HOGYAN? OROSZUL			SP. BIKA- VIADALI IDEVALÓ, ITT ÉLŐ			GYÁRI JAVÍ- TÓMŰHELY TILTAKOZVA FELVONUL			IDŐ UTÁN ÉRKEZIK LAKÁST KIVESZ					
MALÁJ VÁ- ROS (ipoh)					SZIGORÚ (NEVELÉS) VÉRZŐ, SE- RŰLT (VAD)			A TOKAJI ASZÚ IS EZ MEGSZID, BIZ. SZÓVAL				KÖZÉPEN BETÖLT!		ÚR, SPA- NYOLUL
ELSŐREN- DŰ KÉMIAI KÖTÉS JELZŐJE					RAVASZT MEGHŰZ BORT LOPÓ- VAL KIVEVŐ		JÁRÁS MOZ- DULATA ÉGSZINBEN POMPÁZIK						FÉL ÓL!	A SZÁJ ÉS A GARAT KÖZT VAN
ROLLING ...; MICK JAGGER ZENEKARA					ÖGÖRÖG TÖRZS HOTEL- BEN VAN!		KAPÓS (ÁRU) BIZÁNCI SZENTKÉP							
1000, RÓMAI SZÁMMAL		KOBOZON JÁTSZÓ ... JELCIN; OR. ELNÖK V.				A TULAJDO- NOTOK, NÉP. TIVOR- NYÁZIK						BÁRKÁS ŐSAPÁNK! SOMMELIER LISTÁJA		
EURÓPA- BAJNOK- SÁG, RÖV.			TÜZET ÉLESZT FITOS (ORR)		FEDEZÉKBE BÚJIK, KAT. VERSENY- LOVAS					CSÍPÓS FÜSZER FÁRADT, ARGÓBAN				
TÜZES TÁNCOT JÁR			MADÁR- SZÁRNY R. ENNEK A TETEJÉN						LAKOMÁZIK RÉGIESEN ALGERIAI KIKÖTŐ					
AZ ÉSZAK- AMERIKAI NAGY TAVAK EGYIKE					SZÁZAD, RÖV. ELIÁRÁS RENDEJE		A NIKKEL VEGYLE KÖZÉPEN PÖTTYÖZI!		SZAGLÓ- SZERV BELSŐ HANG!				KÉPZŐ, -KA PÁRJA NŐI SZOKNYA	
A HADNAGY ÉS A SZÁZADOS IS EZ					E PILLA- NATBAN FÖNTROL A MÉLYBE		NŐI NÉV (JAN. 28.) HŐERŐMŰ- BEN VAN!						A MŰLT IDŐ EGYIK JELE MÁJUS ELEJE!	
... TAMÁS; TARPAI K- RUC BRI- GADÉROS					CSIRKE- FOGÓ, RÉGIESEN ÉV VÉGE!			GYŰJTŐ- BOMBA ANYAGA KÖTÖSZŐ						TONNA, RÖVIDEN
FORRÓ- VÉRŰ, HE- VES									MEG- FEJTÉS, 2. RÉSZ					



Fejtsd meg a rejtvényt és az üzenetet! Vágja ki az újságból, és küldje el zárt borítékban levelezési címünkre (XV Média Kft., 1615 Bp., Pf. 155) vagy adja le a szerkesztőség részére a Bocskai utca 1-3. szám alatt. A borítékra írja rá „ÉLETKépek REJTVÉNY”. **Három helyes megfejtőnk kétszemélyes belépőt nyer a Pólus Moziba, a mozi jóvoltából, egy helyes megfejtőnk pedig kétszemélyes, 3 fogásos vacsorát nyer a Thököly Vendéglő felajánlása jóvoltából. A beküldési határidő: 2018. április 16.**

A nyeremények át nem ruházhatók, a nyeremények változtatási jogát fenntartja a kiadó.

A 2018/5. szám helyes megfejtői közül kétszemélyes mozijegyet nyertek a Pólus Mozi jóvoltából:

Szabadszállási Réka, Anyácska utca
György Mihály, Rákóczi utca
Petényi Mária, Nyírpalota utca



TERMELŐI MÉZEK

akácméz, vegyesméz,
selyemfűméz, hársméz,
lépesméz, propoliszos méz

3 kg felett
ingyenes
házhoz szállítás!

Árpádföldi Méhészet

Tel.: 06 30 424-9329

www.arpadfoldi.hu

XV KERÜLETI ÉLETKépek

RÁKOSPALOTA • PESTÚJHELY • ÚJPALOTA KÖZÉLETI LAPJA

Az ÉLETKépek következő megjelenése: 2018. április 19.

Lapzárta: 2018. április 12. 12 óra. ❖

A lapzárta után érkezett anyagokat a szerkesztőség csak a következő lapszámban tudja közölni.

Az újságban megjelenő hirdetések tartalmáért a szerkesztőség nem vállal felelősséget.



ANDROID



IOS

Kiadja az XV Média Kommunikációs és Szolgáltató Közhasznú Nonprofit Kft. ❖ Felelős kiadó: Sass Csaba ügyvezető ❖ Főszerkesztő: Metz Edina ❖ Szerkesztőség: 1153 Budapest, Bocskai utca 1-3. ❖ Tel.: 06 1 720 5456, Tel./fax: 06 1 720 5457 • info@xvmedia.hu • xvmedia.hu ❖ ISSN 2062-6770 (nyomtatott) • ISSN 2063-6555 (online) ❖ Tipográfia, tördelés: Krepler István, KHP Budapest Kft. ❖ Nyomtatás: Lapcom Kiadó Zrt., 9021 Győr, Újlak u. 4/a ❖ Terjesztés: Országos Médiakezelő Kft.

A lakosság és az ügyfelek számára ingyenesen hívható önkormányzati „zöldszám”: 06 80 203 804 (Ezen a számon ingyenes lakossági apróhirdetés nem adható fel!)
A közterületekkel kapcsolatos bejelentéseket megtehetik a Répszolg által üzemeltetett ingyenesen hívható „zöldszámon” is: 06 80 205 062.

Almában az egészség!

Márciusban új, éjjel-nappal nyitva tartó gyógyszertár nyílt Újpalotán a Drégelyvár utca 40. szám alatt.

A NON-STOP Gyógyszertár az Alma Gyógyszertárak franchise-hálózat tagjaként működik. A patika vezetőjét, dr. Hőgye Orsolyát arról kérdeztük, hogy milyen előnyöket tud nyújtani a pácienseknek a NON-STOP Gyógyszertár az Alma-hálózat tagjaként.

– Az egyik legfontosabb előnyünk, hogy az Alma Gyógyszertárak hálózat tagjaként havonta közel száz terméket tudunk akciós áron kínálni a vevőinknek – ismerteti az előnyöket a patika vezetője, dr. Hőgye Orsolya. – Az országban jelenleg közel 200 Alma Gyógyszertár található, melyek mindegyikében minimum 20%-kal olcsóbban lehet megvenni a havi akciós termékeket, de vannak olyanok is, amelyek akár 35%-kal olcsóbbak az adott hónapban. Áprilisban például a szezonban legkeresettebb allergia elleni szerek és vitaminok ára különösen kedvező. Az akciókról a havonta postaládában terjesztett szóróanyagból tájékozódhatnak az Újpalotán és a Pestújhelyen élők.

– Fontos a kellemes környezet és a jó ár, de mégsem minden, ha beteg az ember...

– A legnagyobb kincsünk az egészség, éppen ezért a megőrzése, visszaszerzése érdekében különleges gondozási programot is bevezetett az Alma Gyógyszertárak hálózat a vásárlói részére.

Nálunk is igényelhető egy adatlap kitöltésével az gondozási kártya, ami mellett,



hogy 5%-os árkedvezményt jelent a tulajdonosának – kivéve a támogatott gyógyszereket és a havi akciós termékeket –, feljogosítja a hálózat egészségprogramjában való részvétellel is. A program, melynek informatikai feltételeit, fejlesztéseit a T-mobile biztosítja, lehetővé teszi, hogy orvosok által ellenőrzött, rendszeres információt, tanácsokat kapjanak szakértőktől e-mailben vagy sms-ben. Ezek hangsúlyozottan nem reklámcélú tájékoztatók, hanem kifejezetten szakmai anyagok, amelyek másfél-két

hetente jutnak el a gondozási programban részt vevőkhöz. Amennyiben az adatlapon az illető megadja az alapbetegségét, kifejezetten az ő egészségi problémájára vonatkozóan kapja az információt. Például, ha a program internetes felületén megadja a sportolási szokásait, a panaszai ismeretében szakértő segítséget kaphat az edzésprogramja összeállításában. A kártyával járó kedvezmény minden Alma Gyógyszertárban – így nálunk, a NON-STOP Gyógyszertárban is – jár a vásárlóknak.

– Kiknek kínál még a hagyományos patikáknál többet a gyógyszertár?

– Szeretnénk, ha a vásárlóink nemcsak a receptjeiket váltanák ki nálunk, hanem bizalommal fordulnának tanácsokért az itt dolgozó kollégáinkhoz: ha visszatérne a beteg-patikus közötti régi jó kapcsolat. Ennek érdekében számos ötletünk vár még megvalósításra. De részt veszünk például már most is a Felicitas-programban, ami az újszülöttek számára összeállított ingyenes mintacsomagot juttat azoknak a kismamáknak, akik jelezték erre az igényüket. Nálunk ezt is átvehetik, ahogyan egyéb szolgáltatásainkkal is állunk vásárlóink rendelkezésére a hét minden napján, így ünnepnapokon is 0–24 óráig, ügyeleti díj nélkül. (x)



NON-STOP Gyógyszertár

1158 BUDAPEST, DRÉGELYVÁR UTCA 40.

NYITVATARTÁS: H-V: 0.00-24.00,

TELEFON: +36 30 260 5757

**NON-
0-24
STOP**

**NYITVA A HÉT MINDEN
NAPJÁN 0-24 ÓRÁIG!
ÜGYELETI DÍJ NÉLKÜL!**

Igényeljen ingyenes Alma Gondozási Kártyát,

amellyel 5% kedvezményt kap minden nem támogatott gyógyszer és egyéb termékvásárlásakor (pl. kozmetikumok, étrend-kiegészítők)*

* A kártya által biztosított 5%-ra jogosító kedvezmény más kedvezménnyel, akcióval össze nem vonható.

PÓLUS MOZI

KONCERTFILM ÉS BÁBSZÍNHÁZ AJÁNLÓ

Részletek és online jegyvásárlás:
POLUSCENTERMOZI.HU
f /PolusCenterMoz

Minden
kedden a
KEDDVEZMÉNYES
mozijegy ár: 1120Ft!

THE ROLLING STONES
HAVANA MOON
PÓLUS MOZI ROCK KLUB




ÁPRILIS 19. 19:00



A Rolling Stones 2016-os kubai koncertje a mozivászonon!

LED-ZEPPELIN
THE SONG REMAINS THE SAME
MÁJUS 3. 19:00



Az ikonikus rockbanda 1973-as New York-i koncertje a mozivászonon!

Meseshínház a Pólus Moziban



Április 15. vasárnap 11:00
Kippkopp és Tiptopp
A Nefelejcs Bábszínház előadása,
Marék Veronika mesekönyve alapján

Ha Szombat, akkor Patika! **PatikaSzombat!**

Szombatonként

kedvezmény

Valós **15%**

A FŐ ÚT-i

„GYÓGYSZERTÁR A MEGVÁLTÓHOZ”

PATIKÁBAN

A Posta és az OTP mellett!

FŐ ÚT 62.

T.: 06 1 307 6317

Az akció érvényes minden recept nélkül kapható termékre. A részletekről érdeklődjön a gyógyszertárban. Az akció 2018. december 31-ig érvényes.
Más akcióval össze nem vonható.