

# XV. KERÜLETI ÉLETKÉPEK

VIII. évf. 17. szám |  
2018. szeptember 20.

www.xvmedia.hu

facebook.com/xvmedia

RÁKOSPALOTA • PESTÚJHELY • ÚJPALOTA KÖZÉLETI LAPJA

ARCHÍV FOTÓ: XY MÉDIA, NAGY BOTOND



IDŐKÖZI POLGÁRMESTER-VÁLASZTÁS

KÖRNYEZETVÉDŐ FIATALOK

A LEGERŐSEBB ANYUKA

# Új zebrák a kerületben



Új gyalogátkelőhelyek épülnek kerületünkben. Ezzel három forgalmas útszakaszon bizonyosan biztonságosabbá válik a közlekedés a járókelőknek. A beruházások az önkormányzat saját forrásából valósulnak meg.

A Wysocki és Eötvös utca sarkán befejeződik a gyalogátkelőhely kiépítése, elkészül a négy és fél méter széles felfestés, a szegélyek lesüllyesztése, az akadálymentesítés, a jelzőtáblák kihelyezése. Itt a zebra létesítését a nagy forgalmú csomópont, a Wysocki utcában található buszmegálló és a közeli Patyolat óvoda indokolja. A kivitelezés során az egyik buszmegállót néhány méterrel arrébb kellett helyezni a biztonságos közlekedés érdekében. A beruházás mintegy nettó három és fél millió forintba kerül – tudtuk meg a kivitelezést végző Répszolg ügyvezető igazgatójától.



Biztonságosabb átkelés | Forgalmas csomópontok

– Ezzel a munkával csaknem egy időben elkezdődött a Fő úti bölcsőde tőszomszédságában, a Batthyány utca – Fő út sarkán is egy gyalogátkelő létesítése. Itt a pluszfeladatot a szabványoknak megfe-

lelő közvilágítás kiépítése jelenti, azt külön meg kellett tervezetni. Erre nettó 600 ezer forintot költött a társaság, a további munkák pedig csaknem hárommillió forintba kerültek – tette hozzá Demeter János.

FOTÓ: XV. MÉDIA, NAGY BOTOND

Az említett két beruházás szeptemberre elkészül, a legjelentősebb munka, a Szentmihályi úton, a Kőrakás park és a Páskom ligeti szánkózódomb közötti átjáróba tervezett jelzőlámpás csomópont kiépítése azonban még várat magára. Itt nyomógombos jelzőlámpás csomópont épül, amit össze kell hangolni az onnan pár száz méterre, az AsiaCenternél lévő közlekedési lámpákkal. Ez jelentősen megnöveli a költségeket, erre a beruházásra mintegy 15 millió forintot különítettek el a kerület költségvetésében. A tervek szerint itt is hamarosan elkezdődhet a kivitelezés.

„Több, legalább négy-öt további helyszínen is lakossági igény merült fel gyalogátkelő létesítésére, információim szerint ezek megvalósulása a következő évben várható” – mondta zárásként Demeter János.

JÁg

# Közterületek, köztisztaság, közügy



Hulladékgondok | A lakosság segítségét is várják



A közterületek rendjéről tartottak lakossági tájékoztatót a polgármesteri hivatalban szeptember 17-én. A rendezvényen egyrészt az önkormányzat szerette volna tájékoztatni a lakosságot, hogy a hivatal mi mindent tesz a közterületek rendjéért, másrészt szeretnék volna a lakosság véleményét is kikérni erről a kérdéstről.

ARCHIV FOTÓ: XV. MÉDIA, VARGOSZ

Márta városgazdálkodási főosztályvezető elmondta, hogy a hivatal számára a legnagyobb problémát az illegális hulladékok elszállítását jelenti a közterületekről.

Horváth Attila, a rendészek vezetője kiemelte, hogy a nyári akciókkal sikerült az éjszakai gyorsulási versenyeket visszafogni a kerület közútjain, ugyanakkor az illegális szemétkerakók elleni küzdelem nekik is sok energiájukat köti le. Ezt Oláh Csaba, a mezőőrök vezetője is megerősítette, aki elmondta, hogy bár nem a XV. kerület a legnagyobb terület, amely a hatáskörükbe tartozik, ám a legtöbb problémát mégis a kerületi esetek – falopók, szemétkerakók, orrvadászok – okozzák a számukra.

Nagyjából ezeket a felvetéseket erősítették meg a hozzászólók is. A fórum témájára ugyanis sokan és eléggé indulatosan reagáltak. Ezt az indulatot dr. Lamperth Mónika kerületi jegyző is észrevételezte, aki szerint az illegális hulladékkerakókkal vívott harc nem hoz olyan

látványos eredményeket, mint a gyorsulási versenyek terén elért sikerek, ám a küzdelmet folytatni kell, mert csak kitartó munkával lehet felszámolni ezt a régóta fennálló problémát. A környezetrombolás visszaszorításához azonban a lakosság segítségére is szükség van,

mert az adófizetők pénzéből gazdálkodó önkormányzatnak végesek a lehetőségei.

– Elsősorban a fiataloknak kell megtanítani a környezettudatosságot, hogy a jövőben kevesebb gondjaink legyenek a közterületeken – mondta a hivatal vezetője.

Riersch Tamás



## MEGHÍVÓ

Budapest Főváros XV. Kerület Önkormányzata tisztelettel meghívja Önt  
2018. szeptember 26-án (szerdán), 17.30 órától

„M3 bevezető szakasz menti zajvédő fal hiányzó szakaszának megépítéséről” szülő  
LAKOSSÁGI TÁJÉKOZTATÓRA

Helyszín: Kozák téri Közösségi Ház (1154 Budapest, Gábor Áron utca 58/c)

Minden érdeklődőt szeretettel várunk!

Németh Angéla

polgármesteri jogkörben eljáró alpolgármester

A fórumon előbb a hivatal – a városgazdálkodási főosztály, az önkormányzati rendszet –, illetve a hivatallal együttműködő Rákosmenti Mezei Őrszolgálat és a Palotai Polgárőrség Önkéntes Tűzoltó Egyesület képviselői számoltak be a tevékenységeikről, eredményeikről, majd a lakosság is véleményezhette a hallottakat.

Benedekné Bagyinszki

# Ásót ragadtak a parkban

Újabb állomásához érkezett a Szebben Zöldebben Palotán eseménysorozat, szeptember 7-én immáron harmadik alkalommal ragadtak ásót a városrészevezetők, szakemberek és civilek, hogy megszépítsék a környezetüket.

FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ



A kerületi önkormányzat, a Rákospalota, Pestújhely Újpalota Környezetvédelmi Közalapítvány és az ÖTHÉT Egyesület munkája nyomán ezúttal kétszázhuszonöt cserjével gazdagodott a Páskom park 9–11. szám közötti terület, ahol gyerekek és idősök is lelkesen segítettek a bokrok elültetésében.

Németh Angéla polgármesteri jogkörben eljáró alpolgármester elmondta, a helyi szövetségi gondnok, Varga András javaslatára választották ki ezt a területet, mivel szerinte az itt élők szívesen gondoznák a növényeket.

Erre pedig ékes bizonyíték, hogy sok lakót megmozgattott az akció. Makai Ferenc, az ÖTHÉT elnöke arra tér ki, hogy számos civil szervezet is örökbe fogadott egy-egy cserjét, ami remélhetőleg élhetőbb, tisztább környezetet fog majd eredményezni a városlakóknak. Majd az alpolgármesterrel közösen felavatták azt a táblát, amely büszkén hirdeti a civil összefogásként meghonosodott

környezetvédelmi kezdeményezést.

A Páskom park környéke igazán üde színfoltja a kerületnek, hiszen a sok árnyas fa, a nagy parkfelületek hanglejtő miliót teremtenek a lakóknak. A mostani cserjék minden bizonnyal nemcsak újabb díszei lesznek a házak közötti zöldfelületnek, hanem az egészségre, a levegőre is jótékonyan hatnak majd.

(beres)

# Konyhafelújítás



Elkészült a Rákospalotai Összevont Óvoda Vácrotó Téri Tagóvodájának teljesen felújított konyhája.

A hatósági előírásoknak megfelelően felújítják az önkormányzati fenntartású

Legutóbb a Rákospalotai Összevont Óvoda Vácrotó Téri Tagóvodájának konyhája került sorra. Az óvoda öt éves nyári zárvatartása alatt teljes egészében korszerűsítették

A konyhát, azaz újraburkololták a helyiséget, új járólapot és csempét raktak fel, a régi berendezéseket pedig korszerű, könnyen tisztítható, rozsdamentes acélból készültre cserélték.

A szeptemberi új nevelési évről két csoportszobához tartozó fürdőszobát, gyermekmosdót is felújítottak, így igazán kellemes, szép környezetet várja az óvoda érkező gyerkőcöket – hangzott el a felújítást bemutató tájékoztatón.

J. Á.

# Családokat támogattak



Kupakból pénz | Közvetlenül kapják

Negyedik évadához érkezett a „Gyűjts az életért!” kupakgyűjtő program, mely más települések számára is példaértékű lehet, hiszen sok embert megmozgat és tökéletesen átlátható rendszerben működik.

A kupak összegyűjtését, illetve azok elszállítását egy csömöri műanyag-feldolgozó céghez az önkormányzat cége, a Répszolg Kft. végzi. A támogatandó személyek kiválasztása pedig a hivatal főosztályának a feladata, az adományozók pedig maguk adják át támogatásukat az erre rászorulóknak. A program szeptember 4-én újabb



állomásához érkezett, és újabb két rászoruló család részesült támogatásban.

– A kerületben körülbelül hatezer olyan család él, amelyik támogatható lenne – mondta Hajdu László országgyűlési képviselő –, ebből háromezer pedig biztosan rá is szorul a támogatás-

ra. Ehhez képest elenyésző az segítség, amit kéthavonta nyújtani tudunk. Elenyésző, mert így módon csak kevés családot tudunk támogatni, de fontos, mert ez is komoly segítséget jelent számukra.

Ezt emelte ki Németh Angéla polgármesteri jogkörben eljáró alpolgármester is, aki szerint „annak mindenképpen örülni kell, hogy van mit adni a rászorulóknak, annak viszont nem, hogy van is ki nek adni”.

A szeptember 4-i eseményen a RÁTE Egyesület, a XV. kerületi önkormányzat, a Répszolg, a Csapi-15, a Magyar Vöröskereszt XV. kerületi Szervezet és a Tesco mellett magánszemélyek – többek között Tóth Vera önkormányzati képviselő és Hajdu László országgyűlési képviselő –, illetve cégek, vállalkozások, mint a Nádas-tó étterem, a Hörpöntő Söröző, a Palota Security Kft. és a Pál Autóház is segítette a kiválasztott rászoruló családokat.

(riersch)

## Elhunyt Dr. Géczi István



Életének 75. évében, szeptember 10-én elhunyt dr. Géczi István – kerületünk díszpolgára, Pro Palota díjasa, Magyar Köztársasági Érdemrend lovagkereszt kitüntetettje, Budapestért díjazottja, valamint a XV. kerületi Ifjúsági és Sportközpont nyugalmazott igazgatója.

A XV. kerület közéletében 1980 óta vett részt, 1985-től 1990-ig országgyűlési képviselő volt. Az Országgyűlésben az Ifjúsági és Sportbizottság elnöki posztját töltötte be. Ez időszakra az újonnan megalakult Magyar Diáksport Szövetség elnöke volt, továbbá 1989–1997 között a Magyar Olimpiai Bizottság elnökségében tagként is dolgozott.

A Volán SC-ben 1990-ben debütált edzőként, majd az egyesület megszűnése után az újjáalakult REAC szervezésében és utánpótlásának létrehozásában vett részt. Kezdeményezésére 1993-ban a XV. kerületi önkormányzat MOS Bizottság támogatásával megalapította a XV. kerületi labdarúgó-iskolát, később a sportiskolát, amelynek 2007 májusáig ügyvezető elnöke volt.

Az Ifjúsági és Sportközpont igazgatói feladatait 1997-től 2011-ig, nyugállományba vonulásáig látta el.

Dr. Géczi István díszpolgárt a XV. kerületi önkormányzat saját halottjának tekinti.

# Vastagbéliszűrési program indul



Mintából vizsgálnak | Ötezen halnak meg évente

Vastagbéliszűrési programot indít ősztől a kormány. A várakozások szerint a következő két évben mintegy 2,4 millió – 50 és 70 év közötti – férfi és nő vesz majd részt az uniós és hazai forrású programban.

A háziorvosok bevonásával induló önkéntes szűrőprogram két lépcsőből áll majd. A feladat mindössze annyi, hogy két egymást követő nap székletmintáját – egy lezárt borítékban – postára adják a páciensek a kijelölt laboratóriumnak. A mintavételt mindenki otthon végezheti el.

Gyanú esetén ajánlják a vastagbéltükrözést, ez igazolhatja, valóban van-e tumor a szervezetben. A programot beharangozó sajtótájékoztatón elhangzott: az eddigi tapasztalatok alapján a kiszűrtek negyedében találhatnak meg vastagbélrákban, pedig ez a betegség – ha időben felismerik – megelőzhető és gyógyítható.

A szűrést két évente megismétlik majd, a vizsgálandók első csoportja várhatóan szeptemberben kapja meg a meghívólevelet.

Kétféle forrásból jut a szűrőprogramra 2019-ig: az egyik a mintegy 2,5 milliárd forintos uniós projekt, amely körülbelül 300 ezer ember szűrését teszi lehetővé, míg a többit hazai keretből finanszírozzák.

A szűrőprogram első szakaszában mintegy ezerhétszáz háziorvos vesz részt önkéntesen, de 2019. július 1-jétől már beépül a teendőik közé, tehát kötelezően végzendő feladat lesz, a finanszírozást pedig az egészségügyi alaphoz biztosítják.

Magyarországon évente mintegy ötezer beteg hal meg vastagbélrákban, pedig ez a betegség – ha időben felismerik – megelőzhető és gyógyítható.

J. Á.

## Egészségnap

*Egynap a szív egészségéért* címmel szervez egész napos, ingyenes programot a Hetednap Adventista Egyház. Előadásokkal, tanácsadásokkal, ételkóstolókkal, szűrésekkel és gyermekfoglalkozásokkal várják az érdeklődőket a szív világnapján, azaz szeptember 30-án, vasárnap 10-től délután 5 óráig a Csonkai Művelődési Házban. A program az önkormányzat támogatásával valósul meg. Érdeklődni lehet a 06 20 379 6080-as vagy a 06 20 944 7179-es számon.

J. Á.

# Kötelező a jó munka



A betegek is elégedettek a rendelővel



FOTÓK: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

A Rákos úti szakrendelőben felújították a második emeleti gasztroenterológiai szakrendelőt. Rádics András gazdasági igazgatótól azt az információt kaptuk, hogy a munkálatokat befejezték, így a nyári szabadságukról visszatérő orvosok már megújult környezetben kezdték a rendeléseiket.

– Nagyon szép és a korábbihoz sokkal kulturáltabb környezetben dolgozhatunk – tudtuk meg dr. Ónodi Levente főorvostól. – A betegellátásnak nagyon fontos része a közérzet, hogy a beteg milyen milióban gyógyulhat.

A szakember szerint a felújított környezet a higiéniai követelményeknek is eleget tesz, a felújítás után a helyiséget is könnyebben lehet tisztán tartani. A szép rendelőket három orvos és három szakasszisztens használja.

– Idén az Év szakrendelése lettünk – mondta az idén az Év Orvosának megválasztott főorvos –, emellé most ezt a felújított szakrendelőt kaptuk. Az elmúlt években egyébként az endoszkópos helyiségbe légkondicionálót szereltek, a fektetőben kulturált kö-

rülményeket teremtettek, új eszközökkel gazdagodtunk, illetve két szakasszisztens is érkezett hozzánk. Arra is ígéretet kaptunk, hogy a jelenlegi bútorainkat is előbb-utóbb lecserélik, ezzel pedig teljesen megújulna a rendelőnk.

Dr. Ónodi Levente elmondta, a felújítás rájuk, orvosokra nézve is kötelezettséget ró: ilyen körülmények között, jó technikai felszereltséggel és megfelelő létszámmal csakis jól lehet és jól is kell dolgozniuk!

Riersch Tamás

# Nem játék az érszűkület



Várják az új pácienseket | Időben jöhet a segítség

FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

Oktoberben az érszűkületes betegek kiszűrését végzik a Rákos úti szakrendelőben. Az egészségügyi szűrőprogram során következő állomására érdemes előre bejelentkezni, mert csak három alkalommal – október 1-jén, 8-án és 15-én – délelőtt 8 és délután 2 óra között lesz lehetőség az ingyenes vizsgálaton részt venni.

– Az érszűkület-vizsgálat eddig több alkalommal volt

része a szűrőprogramunknak – mondta dr. Kósa Éva angiológus főorvos. Lehetőség szerint minden évben megismételjük, ugyanis számos beteg kisebb-nagyobb problémáját fedeztük fel. A szűrésen való részvételt nagyon ajánljuk azoknak, akik rendszeresen dohányoznak, magas a vérnyomásuk, magas a koleszterinszintjük, vala-

mint cukorbeteg. Kérjük a gondozott betegeinket, hogy ezt a lehetőséget kontroll céljára ne vegyék igénybe, problémáikkal keressék gondozó orvosukat. Az érszűkület korai felfedezése, gyógyszeres kezelése, szükség esetén az időben történő katéteres tágitás, értisztító vagy érptólló műtét alapvetően befolyásolhatja a beteg további életminőségét.

Az októberi szűrésre – a korábbi programokhoz hasonlóan – nem kell beutaló, de a vizsgálatokra előzetesen be kell jelentkezni, személyesen a földszinti recepción vagy a 06 1 506 0178-as telefonszámon. A vizsgálatokat dr. Kósa Éva főorvosnő a fent említett három időpontban a Rákos úti szakrendelő első emeleti angiológiai szakrendelésén végzi.

R. T.

## FIZETETT POLITIKAI HIRDETÉS



**NÉMETH  
Angéla**

Polgármesterjelölt  
Rákospalotáért, Pestújhelyért, Újpalotáért

**ÍGY SZAVAZZON  
SZEPTEMBER 30-ÁN!**

Jelölő szervezet:



Támogató szervezetek:



Készült a RÁTE megbízásából:  
H-1157 Budapest, Páskom park 22.

## IDŐKÖZI POLGÁRMESTER-VÁLASZTÁS 2018

## Rendteremtő sajtótájékoztató

Közbiztonság és köztisztaság témakörében tartott sajtótájékoztatót szeptember 7-én László Tamás, a Fidesz–KDNP polgármesterjelöltje a volt Novák piac helyszínén. Bevezetőjében elmondta, a sajtótájékoztató helyszínválasztása nem véletlen, az egykori piac területe a bódék lebontása óta ugyanis mind a mai napig üresen áll, és ebben az állapotban nem segíti, hanem csak csúfítja a kerületet. – Felelős önkormányzatot akarunk, amely elkötelezett a közbiztonság és a köztisztaság növelésében – mondta László Tamás. – Ezért egy 18 pontból álló javaslatot fogalmaztunk meg. Ebben például szerepel, hogy az önkormányzatnak kötelessége jó példát mutatni, azaz minden általa használt területen rendnek kell lennie. Zéró toleranciát vezetnénk be az illegálisan szemetelőkkel szemben, és felül kellene vizsgálni a térfelügyelő kamerarendszert is, amely jelenlegi állapotában sokszor „vak” a szemetelőkre. A lakosság szemléletét is formálni kell, illetve az ellenőrzések hatékonyságára is nagyobb hangsúlyt kellene helyezni.

László Tamás hozzátette, hogy a jelenlegi önkormányzati vezetés folya-



matosan csak követi a problémákat, amelyek helyszínén és amilyen témakörben a Fidesz–KDNP sajtótájékoztatót és programot hirdet meg, ott azonnal látszatintézkedések történnek. Így volt ez a Novák piaccal is, ahol néhány héttel korábban gyorsan lebontották a hajléktalanok lakta romos épületeket. Ezzel azonban nem oldódott meg a probléma, mert a volt piac területe továbbra is szemetes és elhanyagolt maradt.

Lapzártánk után is tartott László Tamás sajtótájékoztatót, amin az egészségügyi fejlesztések és a járóbeteg-ellátás erősítése mellett tette le a voksát. ■

## Pénzbüntetést kér a DK



László Tamás a Fidesz–KDNP polgármesterjelöltjének kampányvétsége miatt tartott sajtótájékoztatót szeptember 10-én a Demokratikus Koalíció országgyűlési frakcióvezetője, Arató Gergely és a párt XV. kerületi önkormányzati képviselője, Tóth Veronika. A két politikus a Fidesz–KDNP polgármesterjelöltjének az egyik kerületi iskolában történő kampányolása miatt emelte fel a szavát.

A Helyi Választási Bizottság határozata alapján László Tamás megsértette a választás tisztaságát azzal, hogy a központi tanévnyitó ünnepségen kampá-

nyolt – mondta Arató Gergely a Hubay Jenő téren tartott rendezvényen. – Ez ráadásul nem az első ilyen eset volt a politikus életében, már az előző kampány során is volt rá példa, hogy megsértette a választás rendjét, amit a Kúria a döntésével is alátámasztott. László Tamás ezért visszaesőnek számít, amely azt is megkérdőjelezi, hogy alkalmas-e polgármesternek.

Tóth Veronika az elmondottakhoz hozzátette, hogy közvetlenül a szeptember 10-i sajtótájékoztató előtt fellebbezést nyújtott be a Helyi Választási Bizottsághoz annak érdekében, hogy László Tamás az elmarasztalás mellett pénzbüntetést is kapjon a vétségéért.

László Tamás polgármestersége idején volt iskolabezárás, és átkerültek a kerületi oktatási intézmények az állami Klebelsberg Intézményfenntartó Központhoz – sorolta egyebek között Tóth Vera önkormányzati képviselő.

Lapzártánk után döntött Tóth Veronika fellebbezéséről a Fővárosi Választási Bizottság, és László Tamást 200 ezer forint pénzbírsággal sújtotta, amely ellen a Fidesz–KDNP polgármesterjelöltje fellebbez a Kúriánál. ■

# Mosdófelújítás a Kossuth suliban



Lesz megoldás | Az őszi szünetben elkészül

**Olvasóink kereste meg lapunkat azzal, hogy van-e információ a kerületi Kossuth Lajos Általános Iskola mosdóinak felújításáról, és egyben felajánlotta, hogy a szülők segítenék ezek rendbetételében. Bikfalvi Borbála igazgatót és Kovács Katalin tankerületi igazgatót kerestük meg a felvetéssel.**

FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

Bikfalvi Borbála igazgató szerint az iskola mellékhelységei elfogadható állapotban vannak, meglepődött azon, hogy egyáltalán felmerült ez a kérdés. Az ajtókat szeretnék a jövőben felújítani, de jelenlegi állapotukban használhatóak, folyamatosan karbantartják ezeket is. „Az ajtók most is zárhatóak, a rigliket állandóan pótoljuk, mert sajnos hamar leszerelik a gyerekek.

Mintegy ötszáz gyerek jár ide, sokat segítene az állagmegóvásban az is, ha a szülők otthon beszélnének a gyerekekkel arról, hogyan vigyázzák a környezetüket.” Bikfalvi Borbála szerint minden szükséges felújítást rangsorolnak, és ez alapján továbbítanak a fenntartónak, akivel jó a kapcsolata-

tuk, mindenben együttműködnek, ha szólnak, jönnek és intézik.

Az igazgatónő nem tartaná helyesnek, hogy a szülők önerőből felújítsák a mosdókat, mert ez a fenntartó feladata, és eddig megoldották hivatalos úton. Bikfalvi Borbála többféle szülői fórumot említett, ahol ezeket vagy az iskolát érintő egyéb kérdéseket fel lehet tenni neki vagy a pedagógus kollegáinak, minden kérdésre válaszolnak, ahogy eddig is tették.

Kovács Katalin tankerületi igazgató arról tájékoztatta lapunkat, hogy „az Észak-Pesti Tankerületi Központ a fenntartásában és működtetésében lévő 27 köznevelési intézmény felújítási, illetve karbantartási igényeit átfogóan koordinálja, és a költségvetést szem előtt tartva, tervezetten hajtja végre a szükséges kivitelezéseket az intézményekben. A Kossuth Lajos Általános Iskola mosdóinak felújítására előreláthatólag a 2018/19-es tanév őszi szünetében kerül sor.”

(KI)

# Elrejtett önbántalmazás

Sajnos egyre aggasztóbb jelenség, hogy a gyerekek, főleg a kamaszok bántalmazzák saját magukat. Leggyakoribb formája a vagdosás a karon, a comb belső felén, ahol a ruha takar, illetve a cigicsikk és parázsló gyufa odanyomása a testre, vagy nekivágják magukat kemény felületeknek. Kutatások szerint a legtöbb önbántalmazó 11 és 25 év közötti, de hogy miért is teszik? Erre kerestük a választ Jánosi Mónika pszichológussal.

ILLUSZTRÁCIÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND



– Sokan nem tudják megérteni, miért tesz egy gyerek szándékosan kárt magában, és hogyan érezheti magát ettől jobban. A magukat bántalmazók ezt úgy magyarázzák, hogy a fizikai fájdalom elvonja a figyelmüket a lelkitől – mondta Jánosi Mónika.

Azok a gyerekek, akik rettegnek, gyakran kerülnek mentálisan egyfajta zsidbadd állapotba, ami az agy természetes védekező-mechanizmusa, ugyanis így zárja ki a számukra elviselhetetlen valóságot. Azért bántják magukat, mert a fizikai fájdalom egyfajta

„ébresztőként” szolgál ebből a tompa mentális állapotból. A pillanatnyi megkönnyebbülés érzése, pontosabban a düh, az érzelmi fájdalomtól való megszabadulásra tett elkeseredett kísérlet.

A szakember arra is kitért, hogy az önbántalmazás nagyon komolyan kihat a mindennapi életre, mivel az a fiatal, aki rendszeresen kárt tesz magában, mindent megtesz, hogy még véletlenül se derüljön ki. Ráadásul a saját maguk bántását sokan félreértik, negatív előítéletekkel magyarázzák, ami még kevesebb esélyt ad a gyerekeknek arra, hogy segítséget kérjenek.

A leggyakoribb okok, amelyek miatt egy fiatal elkezd magát bántani: konfliktus a szülőkkel, az iskolai teljesítménnyel kapcsolatos feszültség vagy aggodalom, kirekesztettség érzése, a szülők válása, fizikai, szexuális, illetve verbális zaklatás, közel álló személy öngyilkossága, alacsony önértékelés vagy elutasítottság érzése.

A leggyakoribb sztereotípiája, hogy ha egy gyerek önmagában kárt tesz, akkor figyelemre vágjuk. Ám az önbántalmazás egyik legfontosabb jellemzője éppen az, hogy a gyerek mindent megtesz, hogy tette titokban maradjon.

A másik gyakori tévhit, hogy az önbántalmazás az öngyilkosság előszobája. Az önbántalmazó gyerekek nem akarják megölni magukat: ők „csupán” így próbálják kezelni a számukra rendkívül nehéznek bizonyuló körülményeket és a bennük élő negatív érzéseket.

Ha ilyen gyermekkel találkozunk, rendkívül fontos, hogy elfogadjuk, megértjük és segítőkészek legyünk. Sosem szabad túlságosan irányítani, hiszen sok gyerek épp azért menekül az önbántalmazásba, hogy legyen valamiféle kontrollérzete. (bi)

# Mi a pálya?

A „Mi a pálya?” műszaki pályaválasztó fesztivál célja, hogy élményalapú elven felszínre hozza a pályaválasztás előtt álló gyerekekben lévő érdeklődést a műszaki pálya iránt, annak érdekében, hogy tudatosan válasszák ezt a pályát. A pályaeorientációs rendezvényt, amelyen a továbbtanuláshoz szükséges valamennyi információt összegyűjthetik az érdeklődők, október 2–3-án tartják az ELMŰ Sporttelepen (XIII., Népfürdő utca 20.). A fesztiválon több multinacionális cég, illetve a szakképzési centrumok is képviseltetik magukat.

A diákok Szujó Zoltán házigazda segítségével élményalapú, interaktív tájékoztatást kapnak a különböző szakmákról, illetve szüleikkel együtt részt tudnak venni a szülői



KEPÜNK ILLUSZTRÁCIÓ

értekezleten, ahol minden felmerülő kérdésre választ kaphatnak a továbbtanulással kapcsolatban. A rendezvényen való részvétel regisztrációhoz kötött, amit a [http://miapalya.mee.hu/mi\\_ez\\_a\\_fesztival](http://miapalya.mee.hu/mi_ez_a_fesztival) oldalon lehet megtenni, ahol további részletek találhatóak a rendezvényről.

JÁg

# Tudnivalók a választásról

**Időközi polgármester-választás lesz kerületünkben szeptember 30-án, mivel Hajdu László korábbi polgármester a 2018. április 8-ai választáson országgyűlési képviselői mandátumot nyert. Az alábbiakban az időközi polgármester-választással kapcsolatos információkat gyűjtöttük össze.**

A törvény szerint a polgármesteri és az országgyűlési képviselői tisztség egyidejű betöltése összeférhetetlen, ezért Hajdu Lászlónak döntenie kellett a két tisztség között, és az országgyűlési képviselés mellett döntött. Így időközi polgármester-választást kellett kiírni a kerületben, amit a helyi választási bizottság (hvb) 2018. szeptember 30-ára tűzött ki.

A helyi választási iroda öt polgármesterjelölt számára adott ki ajánlóleveket, akiknek 300 érvényes aláírást kellett összegyűjteni ahhoz, hogy jelöltként indulhassanak a

választáson. A jelöltajánlás határideje 2018. augusztus 27. délután 4 óra volt. A megadott határidőig László Tamást, a Fidesz–KDNP; Németh Angélat, a Rászorulókat Támogatók Egyesülete – Magyar Szolidaritási Mozgalom; Kerezi Lászlót, a Magyar Munkáspárt jelöltjét, valamint Csékei Sándor független jelöltet vették nyilvántartásba. Sumics János független jelöltnek nem sikerült összegyűjtenie a 300 érvényes aláírást. A helyi választási bizottság kisorsolta, hogy a jelöltek milyen sorrendben szerepeljenek a szavazólapon:

1. *Kerezi László* / Magyar Munkáspárt
2. *Németh Angéla* / Rászorulókat Támogatók Egyesülete; Magyar Szolidaritási Mozgalom
3. *Csékei Sándor* / Független
4. *László Tamás* / Fidesz – Magyar Polgári Szövetség; Kereszténydemokrata Néppárt

A választáson minden bejelentett XV. kerületi lakcímmel rendelkező, nagykorú magyar állampolgár szavazhat, aki nem áll közügyektől eltiltás hatálya alatt, illetve akit a bíróság nem zárt ki a választójogból belátási képességének korlátozott-sága miatt. A szavazóköri névjegyzékbevitelről a helyi választási iroda augusztus 13-án kiküldte a tájékoztatót. A 70 szavazókörben mintegy 65 ezer választópolgárt várnak a szavazatszámoló bizottságok.

Szavazni szeptember 30-án reggel 6 órától este 7 óráig lehet a lakcím szerinti szavazókörben, ennek pontos címét a névjegyzékbeviteli tájékoztató tartalmazza, de megtekinthető a [www.bpx.hu/idoKOZI-valasztas](http://www.bpx.hu/idoKOZI-valasztas) vagy a [www.valasztas.hu](http://www.valasztas.hu) honlapon is. A voksoláshoz bármilyen típusú érvényes személyi igazolvány, érvényes ideig-



ILLUSZTRÁCIÓ: XV. MÉDIA, NAGY BOTOND

lenes személyi igazolvány, érvényes gépjárművezetői engedély, illetve érvényes útlevél szükséges. Ha a személyazonosító igazolvány nem tartalmazza a lakcímet, akkor a lakcím igazolására is szükség van a szavazáshoz vagy lakcímkártyával, vagy a lakcímbejelentésről szóló átvételi elismervénnyel.

A mozgásukban korlátozott választópolgárok mozgóurna iránti kérelmének legkésőbb szeptember 28-án délután 4 óráig kell megérkeznie a helyi választási irodához, vagy szeptember

30-án legkésőbb délután 3 óráig a szavazatszámoló bizottsághoz.

A választópolgár érvényesen csak egy jelöltre szavazhat, méghozzá a jelölt neve melletti körbe tollal két, egymást metsző vonallal. Polgármester az a jelölt lesz, aki a legtöbb érvényes szavazatot kapta. A győztes a következő választásokig, azaz 2019 októberéig tölti be a polgármesteri tisztséget. *Jónás Á.*

(A polgármesterjelölteket a következő oldalakon ábécésorrendben mutatjuk be.)

## FIZETETT POLITIKAI HIRDETÉS

*Szövetségben Önökkel!*

**SZAVAZZON A BIZTONSÁGRA!  
SZAVAZZON A FEJLŐDÉSRE!**

**SZAVAZZON  
LÁSZLÓ TAMÁSRA!**

Időközi polgármester-választás | 2018. 09. 30.

FIDESZ

*Polgármesteri programom röviden:*

**A BIZTONSÁGOS XV. KERÜLETÉRT**

Közrend megteremtése **Köztisztaság**  
Közbiztonság Időskorúak támogatása  
Szeméthegyek eltüntetése **Hajléktalan ügy megoldása**  
Játszóterek, parkok felügyelete  
**Családok támogatása**

**A FEJLŐDŐ, VONZÓ XV. KERÜLETÉRT**

**Egészségügyi fejlesztések**  
Iskolák, óvodák, bölcsődék felújítása **Uszoda létesítése**  
**Utak, járdák Piacok felújítása**  
Munkahelyteremtés **Parkolók építése**  
**Tömegközlekedés fejlesztése** Lakótelepek megújítása

*A Rákospalotán, Pestújhelyen, Újpalotán élőkért!*

Találkozunk péntek délután és szombat délelőtt a kerület piacain! Jöjjön el és mondja el a véleményét!  
Kövessse híreinket: [www.facebook.com/laszlotamasXV](http://www.facebook.com/laszlotamasXV)

# Csékei Sándor: kell a vállalkozói szemlélet független jelölt

## Névjegy:

Végzettség: -

Nyelvismeret: -

Munkahely: Vállalkozást vezet az építőiparban és a gépjárműjavítás területén

A 34 éves Csékei Sándor független jelöltként indul a XV. kerületi polgármester-választáson, mivel az általa képviselt RAJT Mozgalom civil szervezetét még nem jegyezték be hivatalosan. Vállalkozói szemlélettel áll a polgármesteri feladat elé, legfontosabb feladatának a 4-es metró XV. kerületig tartó meghosszabbítását tartja.

FOTÓ: XV.MÉDIA, NAGY BOTOND



– Mióta él a kerületben?

– Az összes jelölt közül én életem a legkevesebbet a kerületben, mert én vagyok a legfiatalabb. Ezt a „versenyt” tehát elvesztettem, de legalább javítom a statisztikát! Mert bár a kerület él, viszont erősen öregszik, és még ha ez országos trend is, Budapesten egyáltalán nem kellene így lennie. Amúgy a kor nem érdem, hanem egy állapot. Nem feltétlenül lesz attól valaki jobb vagy alkalmasabb, mert régebb óta politizál, és ezzel senkit sem szeretnék megsérteni!

– Hogyan értékeli a kerület jelenlegi állapotát?

– Tipikus városszéli, alvó kerület, amit mesterségesen csatoltak a kommunisták Budapesthez, aztán a rendszerváltás után jól magára is hagyták. Körül kell csak nézni, az úgynevezett szigetszerű fejlesztéseken túl gyakorlatilag nem sok minden változott az elmúlt harminc évben. Pedig itt sem élnek rosszabb emberek, mint a budai hegyekben, sőt a nagy többség minden hajnalban felkel és elmegy dolgozni, tanulni. Vagy próbálja, próbálná élvezni a megérdemelt nyugdíjas éveit. Mindezt egy szintén mesterségesen létrehozott óriáslakótelepen, vagy annak árnyékában. Szerencsére, egy állapoton mindig lehet változtatni, sőt magától is változik. Kérdés, hogy az itt élők többsége akarja-e a változást? Illetve milyen irányú változást akar? Igen, szerintem van mit és van min fejleszteni, hiszen vállalkozóként én szinte sosem lehetek elégedett egy adott állapottal, mert jönnek az újabb és újabb igények, technológiák, konkurensok. A vállalkozásom állapota nagyrészt az én hozzáállásomtól függ. A kerület állapota pedig az itt élők többségének hozzáállásától.

– Milyen programot valósítana meg megválasztása esetén?

– A hit, hagyomány, fejlődés, együtt-

működés, gondoskodás, rend programját, ahogy a RAJT Mozgalom jelszavai szólnak. De első az ember, vagyis az egyén – az arra érdemes egyén – támogatása a legfontosabb. Legyen diák, dolgozó, családos vagy az élet előtt álló fiatal, egy életet átdolgozó nyugdíjas, személy szerint, egyenként kell mindenkinek jól járnia, szó szerint többet kapnia az önkormányzattól. Ez lehet pénz, eszköz, kedvezmény. Ugyanez igaz a helyi, családi és kisvállalkozásokra is. Ugyanakkor, aki minderre méltatlan, annak fel is út, le is út! Szükség van itt olyan emberekre, akik nem dolgoznak, viszont dolgoztatják a rendőrséget, rendészetet? Szerintem nincs. A gettosodást mindenképpen el kell kerülni!

– Hogyan látja az állammal való együttműködés lehetőségét a kerület fejlesztése érdekében?

– Az állammal most is van együttműködése Palotának. Bár néhány „állampárti” politikusnak néha van olyan megnyilvánulása, hogy ha nem ő nyer, akkor az adott település elveszett és nem kap állami forrásokat. A lehetőség mindig adott, csak ki kell használni. A sündisznóállítás felvétele nem megoldás. Az „ügysem”, „biztos nem” hozzáállás sehová sem vezet. Lakik itt nyolcvanezer ember, jelentős részük jobboldali. Ha ez számít... De segíts magadon és az Isten is megsegít!

– Milyen kerületi ügyekben lobbizna a főváros vezetésénél?

– Nemcsak a fővárosnál, hanem az ál-

lammal is, a legfontosabb ügyben, a 4-es metró ügyében! A metró megépítése, illetve meg nem építése tökéletes leképezése annak, hogy vezető politikusok mit gondolnak a főváros külső kerületeiről, az ott élőkről. Ha egyáltalán tudják, hol is vannak ezek a kerületek... A 4-es metró a fejlődés és a megújulás kulcsa. Minden más csak szépségtapasz. Egyértelműen látható és kimutatható, hogy ahol a 4-es metró megépült, ott felment az ingatlanok ára, növekszik a dolgozó, becsületes emberek száma, bővülnek, megújulnak a szolgáltatások.

– Hogyan és milyen ügyekben tudna együttműködni a helyi civil szervezetekkel és a lakókkal? Ezt mennyire tartja fontosnak?

– Tekintve, hogy a RAJT Mozgalom is civil, bár nincs bejegyezve, ezért független jelöltként indulok, a civil és a lakó nálunk nem szitokszó. Viszont attól, hogy tíz ember összeáll, mint egyesület, automatikusan még nem fog senki sem „pénzt-paripát-fegyvert” kapni. Láthatjuk, hogy a „civilkedéssel” vissza is lehet élni. Vannak, akik kiállnak civilként, és azzal kezdik a mondókájukat, hogy őket elnyomják. A lényeg, hogy a hit, hagyomány, fejlődés, együttműködés, gondoskodás, rend programjának megvalósításában közreműködni akaró és tudó szervezetek és emberek munkájára számítok. Azokkal azonban nem tudok mit kezdeni, akik mindig csak a jogaikra és a járandóságukra hivatkoznak.

(kovács)

# Kerezszi László: a lakók véleményére épít

## Magyar Munkáspárt



A Magyar Munkáspárt jelöltje, Kerezszi László megőrzné azokat az értékeket, amik jónak bizonyultak, és folytatná a megkezdett munkát a kerületben élők életkörülményeinek javítására. Ragaszkodik a városközpontot a kerülettel összekapcsoló kötőpályás közlekedés kiépítéséhez.

– Mióta él a kerületben?

– A Magyar Munkáspárt számára mindig az ember jelentette a legfőbb értéket. Magam is ezt tartom a legfontosabbnak. Korábbi munkahelyeimen mindig jó kapcsolatot ápoltam a kollégáimmal, akik közül sokan a kerületben laknak. Ezenkívül biztosítási szakemberként sok kerületi ügyféllel rendelkeztem, akiket rendszeresen felkerestem, és akiktől nagyon sok kerületi dolgról, történésről értesülhettem személyesen. Visszatérve a bevezetőmre, én az embereken keresztül kötődöm a XV. kerülethez. Jómagam kőbányai vagyok, ami azért nincs nagyon messze innen, és van még egy sajátossága: az én kerületem sokban hasonlít a XV.-hez. Nálunk is megtalálhatók a családi házas övezetek, illetve a lakótelepi részek, és az ott élők problémái is egyeznek az itteniekével. Mivel Kőbányán 12 évig önkormányzati képviselő voltam, volt időm megismerni ezeket a problémákat. Ezt a tudást pedig a XV. kerületben is hasznosítani tudom.

– Hogyan értékeli a kerület jelenlegi állapotát?

– A kerület folyamatosan fejlődik, de a fejlődés üteme nem mindegy. Megválasztásom esetén arra törekszem, hogy minél hamarabb a XXI. században elvárható szintre emeljem.

Az a célom, hogy minden XV. kerületi lakos szívesen éljen itt, és azt mondja, jó a kerületben lakni.

– Milyen programot valósítana meg megválasztása esetén?

– Újpalota központjában, a Fő téren gyűjtöttem az ajánlóleveket, és eközben nagyon sok emberrel szóba elegyedtem. Így személyesen hallhattam azokról a dolgokról, amelyek leginkább érdeklik az itt élőket. Úgy vélem, minden program akkor jó, ha azokról szól, akikre épít. Én is arra törekszem, hogy a programomat az emberek véleményére építem.

– Ha megválasztanak polgármesternek, első dolgom lesz, hogy begyűjtssem a kerületben élőktől, mely dolgokon változtatnának. Hiszek benne, hogy csakis a lakosok véleményére támaszkodva lehet valódi programot kialakítani. Sok minden jó történt a kerületben az elmúlt években is. Ami jó volt, azt meg kell őrizni, vigyázni kell rá. Folytatni kell azokat az elkezdett munkákat, amelyek a kerületben élők életkörülményeit javítják, de új dolgokra is törekedni kell. Fontosnak tartanám a lakótelepi házak korszerűsítésének folytatását (vagy újrakezdését). Ehhez azonban mindenképpen állami támogatásra lenne szükség.

– Az üres telkeken vagy a bontásra ítélt épületek helyein kis költségű, de korszerű technikájú környezettudatos bérlakások és szociális otthonok építését kezdeményezném. Nagyon fontos lenne a vásárcsarnok felújítása is. Az ajánlólevelek gyűjtése során többen panaszkodtak a kerület úthálózatának minőségére. A Mogyoród útján élők pedig egye-

### Névjegy:

**Végzettség:** mérés és szabályozástechnikai mérnök (Katonai Műszaki Főiskola), környezetvédelmi mérnök (Budapesti Műszaki Egyetem)  
**Nyelvismeret:** orosz  
**Munkahely:** nyugdíjas

nesen tragikusnak vélik az utcájuk állapotát. Újpalotán meg a parkolóhelyeket hiányolták. Ezen is változtatni kellene, de csak úgy, hogy a meglévő zöldterületek érintetlenek maradjanak. De említhetném még a Deák utcai orvosi rendelőt, amely a jelenlegi állapotában a kerület rákfénéje. Mivel a XV. peremkerület, nagy gondot jelent a parlagrafü, amely sok kerület határain belül levő gondozatlan ingatlanon is fellelhető. Ezt a problémát nagyon szigorúan kellene kezelni, amivel sok ember életminőségén is javítani lehetne. De sok tervem van még, például a közlekedéssel kapcsolatban. Ragaszkodunk kellene a várossal összekötő kötőpályás közlekedés kialakításához. Törekednünk kell az energiatakarékosságra, amely szintén egy komoly önkormányzati program lehetne.

– Hogyan látja az állammal való együttműködés lehetőségét a kerület fejlesztése érdekében?

– Én mindenkivel együtt tudok működni, aki az emberek javát akarja, de senkivel sem vagyok hajlandó együttműködni, aki ellenük akar tenni. Én tehát nem félek a hatalommal való együttműködéstől, más kérdés, hogy a túloldalon is így gondolkoznak-e.

– Milyen kerületi ügyekben lobbizna a főváros vezetésénél?

– Mint már említettem, a metró meghosszabbítását nagyon fontos dolognak tartanám. Magam is sokat tömegközlekedek, így rendszeresen szembesülök a felszíni közlekedés problémáival. Aztán fontosnak tartanám a Rákospalotai Köztemetőben a szóróparcella kialakítását, ami szintén segítséget jelenthetne az itt élőknek. Lobbiznék az úthálózat karbantartásáért, illetve a közterületi illemhelyek kialakításáért is.

– Hogyan és milyen ügyekben tudna együttműködni a helyi civil szervezetekkel és a lakókkal? Ezt mennyire tartja fontosnak?

– Mint már említettem, megválasztásom esetén első dolgom az emberek és a civil szervezetek véleményének a meghallgatása lenne. Hiszek benne, hogy ők azok, akik legjobban ismerhetik a saját problémáikat. Másrészt fontosnak tartanám, hogy a XV. kerületben ne ügyként kezeljék a dolgokat, hanem az egyének problémájaként. Tekintsék embernek az állampolgárokat, így sokkal emberségesebb lehetne a bürokrácia is. (riersch)

# László Tamás: szívügye a XV. kerület

## Fidesz–KDNP

### Névjegy:

**Végzettség:** okl. építészmérnök, városépítési, város-gazdasági szakmérnök  
**Nyelvismeret:** német  
**Munkahely:** 2018. augusztus 8-ig az Országgyűlés

Városépítési szakmérnök, 2006–2018 között országgyűlési képviselő, illetve 2010-től egy cikluson keresztül a XV. kerület polgármestere volt. László Tamás, az idei tavaszi választásokon nem került be a parlamentbe, most a kerületi időközi polgármester-választáson a Fidesz–KDNP színeiben indul.

FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND



– *Mióta él a kerületben?*

– Húsz éve élek itt, hét kalendáriumot és húsz kötetet készítettem a kerületről, ezek lokálpatriotizmusom bizonyítékai. Szívügyem a XV. kerület mindegyik része. Emellett a családom is fontos szerepet tölt be mindennapjaiban, két gyermekemmel, nyolc unokámmal szoros kapcsolatot ápolok.

– *Hogyan értékeli a kerület jelenlegi állapotát?*

– Két alapérzése van az itt élőknek. Az egyik, hogy gazdátlan a kerület, ellepte a szemét, sok a hajléktalan, másrészt nincs fejlődés, a kerületek versenyében lemaradtunk. Ezt a két problémát feltétlen orvosolni kell.

– *Milyen programot valósítana meg megválasztása esetén?*

– Egy plusz öt évre készülünk, ez határozza meg a programunkat. Egy év arra elegendő, hogy a mindennapok élhetőbbé tételét biztosítsuk. A legfontosabb a közrend, közbiztonság, köztisztaság, ennek érdekében kidolgoztunk egy tizennyolc pontból álló programot, ami szerintünk egyáltalán nem kampánytéma, hanem a mindennapok szívós munkája kellene legyen. Az önkormányzatnak először a háza táján kell szétnéznie, hiszen a tulajdonában lévő épületek előtt van a legnagyobb kaosz.

– Évente százmillió forintot költünk az illegális szemétkerítés felszámolására, aminek semmi látszata. Szigorúbb ellenőrzés kell. A vezetői bejárásokat a lakosokkal együtt szervezném. A veszélyes hulladékok égetését kiterjedt hálózat végzi, az önkormányzat mégsem tesz elene semmit. Számos telken felhalmoz-

va áll a szemét, ezzel sem foglalkozik a hivatal.

– A hajléktalanproblémát is meg kell oldani, személyre szabott megoldásokkal. Ha minden így marad, nem lehet majd beruházókat sem idecsábítani. Ezeket túlmenően a Deák utcai rendelő ügyét is azonnal rendezném.

– *Hogyan látja az állammal való együttműködés lehetőségét a kerület fejlesztése érdekében?*

– Az tud érvényesülni, aki a kormányval közvetlen és jó kapcsolatot ápol. A balliberális oldal az együttműködés lehetőségét sem képes megteremteni. Mondok erre példákat: azt állítják, hogy az iskoláinkat elvette el az állam, ezért nem szántak a felújításukra az elmúlt négy évben semmit. Mi viszont részt kívánunk venni az iskoláink felújításában, elsőként a Dózsára és a László Gyulára számnánk 150-200 milliót, rájuk fér. Az Újpalotai Közösségi Ház kiviteli terveire százszázalékos támogatást adott volna az állam. Ehhez néhány feltételt kellett volna teljesíteniük, erre nem voltak képesek, ezért ugrott a támogatás.

– Az Észak-Pesti Kórházban egy többmilliárdos kínai gyógyközpont felépítését támogatná a kormány, a balliberális vezetés viszont kákán is csomót keresett az ügyben. Kórházak szolgáltató egységét szintén meg akarták akadályozni. Én viszont szövetségese vagyok az államnak, számítok kisebb és nagyobb ügyekben a támogatásukra, ilyenek: Rákospalotán a

vasút melletti területek fejlesztése, a városközpont kiépítése, a Budai II. stadion felújítása, Pestújhelyen a volt orosz kórházon belüli fejlesztések, a sportuszoda, Újpalotán a közösségi ház építése, piacfejlesztés.

– *Milyen kerületi ügyekben lobbizna a főváros vezetésénél?*

– A Zsókvár-Erdőkerülő utca felújítása a számítások szerint minimum ötszáznegyven millió forintba kerülne, év végére készülnek el a tervek. Az M3-as menti hiányzó zajvédő falat én lobbiztam ki. Számos kis korrekciót is szeretnék végrehajtani, csekély beavatkozással és pénzzel nagyon sokat lehetne javítani egyes csomópontokban. Az ősszel induló Budapest-párbeszédben is komoly szerepet kívánok vállalni a lakótelepek témájában és a közterek fejlesztésében.

– *Hogyan és milyen ügyekben tudna együttműködni a helyi civil szervezetekkel és a lakókkal? Ezt mennyire tartja fontosnak?*

– Tizennégy állomással mindhárom városrészben sétákat szerveztem, aktív párbeszédet folytatok a lakókkal, célzott véleménykutatást is végzek a helyi problémákról, fejlesztésekről. A lakossági fórum műfaját idejétműltnek tartom, új módszereket kell bevezetni. Ki kell használni a digitális előnyöket, hiszen a kommunikációs eszközök hihetetlenül kibővültek. Továbbra is a kerület szolgálata vezérel, melyben kiemelt szerepe van a civilekkel való együttműködésnek is. *B. I.*

# Németh Angéla: humánus kerületi jövőkép

## Rászorulókat Támogatók Egyesülete; Magyar Szolidaritási Mozgalom



### Névjegy:

**Végzettség:** okleveles gazdasági agrármérnök és igazgatásszervező  
**Nyelvismeret:** orosz felsőfok "c" típus  
**Munkahely:** Budapest XV. Kerületi Önkormányzat – alpolgármester,  
 Alpolgármesteri megbízatás idején fizetés nélküli szabadságon a Járműszerelvényt Gyártó Zrt.-nél, logisztikai ügyintézői munkakörből

Az önkormányzati munkában jelentős tapasztalatai vannak, ötödik ciklusát tölti képviselőként, 2014 óta pedig alpolgármester. Németh Angéla a helyi időközi polgármester-választáson – teljes baloldali támogatással – a Rászorulókat Támogatók Egyesülete (RÁTE), illetve a Szolidaritás Mozgalom jelöltjeként indul a kerületvezetői posztért.

– *Mióta él a kerületben?*

– Hatéves korom óta, 1983-tól élek a kerületben. Ide jártam óvodába a Kontyfa utcába, itt kezdtem az általános iskolát az Árendás közben, a felső tagozatot a László Gyula iskolában végeztem el. Mivel édesapám tősgyökeres rákospalotai, én is itt leltem otthonra a gyerekekkel. Fiam is ide járt óvodába, iskolába, itt érettségizett. Idén kezdte az egyetem szociális munkás szakát, kerületünkben szeretne gyakorlatot szerezni, hiszen a diákönkormányzat és a helyi Kábítószér Egyeztető Fórum aktív tagjaként már jól ismeri a környék szociális helyzetét. Lokálpatriotizmusunk páromnak is mérvadó.

– *Hogyan értékeli a kerület jelenlegi állapotát?*

– Fontosnak tartom kiemelni, hogy működik a kerület, nem voltak likviditási problémák. Ez mindennek az alapja, és ha ezt meg tudjuk őrizni, akkor jöhet a fejlődés. Számos égető lépésre lesz szükség, hiszen bölcsődéinkre, óvodáinkra ráfér a felújítás. Az iskolák az államosítás miatt nem a mi hatáskörünkben vannak, így sajnálatunkra ezen a téren nem sok lehetőségünk maradt.

– *Milyen programot valósítana meg megválasztása esetén?*

– Bár egy évre szól a mostani mandátum, de nem csak a 12 hónapban gondolkodom. Számos elképzelésem van a jövőt illetően. Költségvetésünk sok mindent meghatároz, szoktam mondani, hogy úrállomást nem fogunk építeni, viszont az uszoda terve folyamatban van, valamint a könnyűszerkezetű tornacsarnok a Szántóföld úton. Próbálunk új lendületet vinni az építkezésekbe is, hiszen nyolc évvel ezelőtt leálltak a lakóparkfejlesztések, most folyamatosan tárgyalunk a beruházókkal. Az Újpalotai parkváros létrehozása kulcsfontosságú, hiszen ezáltal fiatalodna a kerület, új családok találnának otthonra nálunk.

– A bölcsődék, óvodák sorsát is más szegmensbe emelné az innováció. Mindemellett szépíteni, újítani kell mindenfele. A humán szférára is jobban összpontosítanék. A közszféra béremelése égető, hiszen rettenetesen alulfizetettek a szakembereink. A bértáblát ugyan nem mi határozzuk meg, de a kiegészítő pótlékok tőlünk is függenek, a cafeteria megadóztatása ellen tudatosan fellépünk.

– Az egészségügy kapcsán is sok a tennivaló, felmerült egy traumatológia ideköltöztetésének terve, azonban amíg orvoshiánnyal küszködünk, addig nem a bővítésre, hanem a stabilitásra kell törekedni. Mindemellett a Deák utcai rendelő sorsát is nyomon követem. Programomban kiemelten szerepel a rászorulókat támogatása, módosítottuk a helyi szociális rendeletet, kibővítettük a támogatási kört, megemeltük a

jövedelemhatárokat, segélyezési összegeket. Folytatni szeretném a korrupció elleni fellépést, átlátható önkormányzati közbeszerzési rendszert építettünk fel.

– A közbiztonság, a köztisztaság érdekében mindent megteszünk, fellépünk az illegális személerakás ellen, azonban szigorúbb büntetés kell, mert elúszunk a szemétkben. A kerületi kártya bővítése is terítéken van, a helyi kereskedelmi és iparkamara együttműködésével a vállalkozásokra összpontosítunk. Az önkormányzati bérlakásra nagy az igény, fiatalokat szeretnénk bevonni a kerületbe.

– *Hogyan látja az állammal való együttműködés lehetőségét a kerület fejlesztése érdekében?*

– Nem egyszerű a helyzet, sok az ígélet, de beszükültek az állami támogatási keretek. Új stadiont sem kaptunk, hiába ígerte meg a kormány, a kézilabdacsarnokra sem jön állami forrás. Mondhatni zabigyerekként kezelik a XV. kerületet, pedig ugyanolyan állampolgárok laknak itt is, mint a főváros más részében. Sokkal több állami támogatásra lenne szükség a térségben.

– *Milyen kerületi ügyekben lobbizna a főváros vezetésénél?*

– Égető probléma az Erdőkerülő-Zsóka-vár utca felújítása, döntés született, hogy a 2019-es fővárosi költségvetésbe bekerült, remélem, nem csak tervezés szintjén. A Rákos út is megérne egy komoly rekonstrukciót! Céltudatos érdekérvényesítésre készülök.

– *Hogyan és milyen ügyekben tudna együttműködni a helyi civil szervezetekkel és a lakókkal? Ezt mennyire tartja fontosnak?*

– A RÁTE vezetőjeként kellő tapasztalatom és kapcsolatom van a lakossággal. Sok aktív civil szervezet működik a kerületben, melyek fontos szerepet töltenek be a helyi társadalomban. A civil pályázatot továbbra is szorgalmazom, viszont módosítani szeretném a támogatások körét és összegét. Számítok a civilekre, hiszen nélkülük nincs fejlődő, célratörő kerület.

(béres)

## ALPOLGÁRMESTEREK ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI



**Németh Angéla**  
alpolgármester  
Minden hónap 1. hétfője 13:30–17:30-ig.  
Időpontkérés telefonon történő egyeztetés  
alapján. Telefonszám: 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  
*mgyurkovics@freemail.hu*  
Minden hónap második szerdáján,  
17 és 19 óra között a Palota Pont Rákospalota  
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)  
30 540 6393  
*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 Községi 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  
Sárfű 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. **Mórincz 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  
*rasztaamegy@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. Lampert Mónika** jegyző  
Félfogadás: Minden hónap második  
keddjén 13:30–16:30 óráig a Polgármesteri  
Hivatalban. Előzetes telefon egyeztetés a  
305 3268-as telefonszámon.



**Dr. Filip 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



**Hajdu László** országgyűlési képviselő  
20 288 7721, *hajdu.laszlo@parlament.hu*  
Fogadóórát tart október 3-án, szerdán  
15 órától. Helyszín: Szent Korona útja 11.  
Rendhagyó fogadóóra a Parlamentben  
szeptember 28-án, pénteken 9.30 órától. Előzetes beje-  
lentkezés szükséges a 06 70 947 6655-ös telefonszámon  
vagy e-mailen.  
Előzetes egyeztetés vagy más időpont megbeszélé-  
se a 06 70 947 6655-ös telefonszámon vagy e-mailen.

## Elismert hivatal

**2018-ban ismételten kiemelt elismerésben részesült az önkormányzat és a polgármesteri hivatal kiváló szakmai munkájáért.**

Magyarország kormánya harmadik alkalommal jutalmazta az államháztartási adatszolgáltatásokat rendszeresen időben és kiváló minőségben teljesítő települési önkormányzatokat. A XV. kerületi önkormányzat gazdálkodási feladatait ellátó polgármesteri hivatal eddig minden évben támogatásban részesült ezen a jogcímen, azonban a 2018. évi pályázon minden eddiginél nagyobb elismerést kaptak a Hivatal Közgazdasági Főosztályának munkatársai. A folyamatosan magas színvonalú pénzügyi és számviteli munka eredményeképpen a Pénzügyminisztérium az elmúlt évi támogatás közel ötszörösére tartotta érdemesnek hivatalunkat. Mindez egyértelmű bizonyítéka és jóleső visszaigazolása annak az elhivatott szakmai munkának, amelyet a polgármesteri hivatal köztisztviselői a kerület polgárainak szolgálatában és az önkormányzat megfelelő működése érdekében végeznek.

*Dr. Lampert Mónika, jegyző*

**A felhívások, közlemények, rendeletek teljes terjedelmükben, egységes szerkezetben a mellékletekkel együtt letölthetőek a bpxv.hu honlapról. Az azokban feltüntetett adatokért és információkért a szerkesztőség nem vállal felelősséget!**



BUDAPEST FŐVÁROS XV. KER. POLGÁRMESTERI HIVATAL PÁLYÁZATOT HIRDET

az ÉPÍTÉSÜGYI OSZTÁLYON:  
**ÉPÍTÉSÜGYI, HATÓSÁGI ÜGYINTÉZŐI**  
munkakör betöltésére.

A pályázatokkal kapcsolatos részletes információ a polgármesteri hivatal honlapján ([www.bpxv.hu](http://www.bpxv.hu))  
Álláspályázatok/Hivatali álláspályázat menüpont alatt található.

Jelentkezési határidő: 2018. szeptember 24.

Polgárok Palotáért Egyesület

„Együtt a polgárokkal Palotáért!”

## Tisztelt XV. kerületi Polgárok!

Egyesületünk szakértői folytatják jogi-közbiztonsági tanácsadásukat. Többek igényének megfelelően telefonon történő személyes egyeztetés alapján. 2018. szeptember utolsó – a továbbiakban minden hónap utolsó – hetének hétfői napján az alábbiak szerint.

### Jogi és munkavédelmi tanácsadás:

Jogi tanácsadás:	Dr. Bános Csaba (tel.: 06 30 676 9676)
Munkavédelmi tanácsadás:	Vásárhelyi István (tel.: 06 20 360 0127)
Vagyonvédelmi tanácsadás:	Mayer Sándor (tel.: 06 30 374 3590)
Bűnmegelőzés, biztonságtechnika:	Papp Zoltán Tibor (tel.: 0620 971 9558)
Közbiztonság, polgári önvédelem:	Szabó László (tel.: 06 20 335 1404)



Kérjük, forduljon szakértőinkhez bizalommal, kérdezzen, mondjon véleményt, tegyen javaslatot. Érdeklődését és közreműködését köszönjük!

„Civil kurázsii”

Polgárok Palotáért Egyesület

## Tisztelt Lakosok!

A 2018/19-es tanév kezdetével valamilyen járművezetőnek ismét fokozottan kell számolni az iskolák, játszótérek, sportpályák környezetében, valamint a hozzájuk vezető útvonalakon nagy számban megjelenő gyermekekkel, akiknek figyelme a napi iskolai feladatokon, történéseken elgondolkodva lanyhulhat, így a járművezetők fokozott odafigyelése is szükséges a balesetek megelőzéséhez.

Az iskolába siető gyermekek – életkori sajátosságaik folytán – a kockázatokat még másként ítélik meg, a járművek sebességét és távolságát a felnőtteknél nehezebben és esetenként pontatlanabban becsülik meg, így hajlamosak az úttesten átszaladni, illetve tárgyak vagy járművek takarásából hirtelen az úttestre lépni. A személyi sérülés és az anyagi kár megelőzése érdekében ezért szintén nagyobb felelősség hárul a járművezetőkre is.

Az iskolák környékén a járművezetők megállásuk és esetleges várakozásuk során legyenek figyelemmel a közúti közlekedés többi résztvevőjére is, megelőzve ezáltal a szabálytalan várakozásból eredő torlódások kialakulását, mely egyaránt hatással lehet a többi autósra, valamint akár a közösségi közlekedés járműveire is.

A napi stressz és az esetlegesen kialakuló torlódások elkerülése érdekében



javasolt korábban érkezni az iskolákhoz. A közlekedési konfliktusok megelőzése érdekében vezessünk toleránsan, ezzel is példát mutatva a gyermekeink számára.

Amennyiben a parkolás végrehajtása vagy a forgalomban történő haladás során mégis közlekedési baleset történne, mindenképpen álljunk meg, és a tőlünk elvárható segítséget adjuk meg a bajba jutott embertársunknak. Amennyiben a „kétféyes szervezetek” beavatkozása nem szükséges – a hatályos jogszabályok előírásai alapján –, minden körülmények között törekedni kell a személyes adatok felek közötti cseréjére. Amennyiben a balesetnek csupán szemtanúi vagyunk, a segítségnyújtási kötelezettség – mely akár életet is menthet – akkor is terhel minket.

BRFK

### XV. és XII. kerületi lakók részére **Jelzőrendszeres, házi segítségnyújtás**

igényelhető

- 24 órás ügyelet  gondozói kiszállás  díja a nyugdíj 2%-a

**Igénybe vehető:**

- min. 65 éves életkor  
 vagy fogyatékkal élő  
 rossz egészségi állapot

**További információ kérhető:**

**Varga Andrásné, Rózsa**

**06 20 964 6967**

<http://rhi.hu/jelzorendszer>

A tájékoztatás nem teljes körű.

A szolgáltatást a **Reménysugár Rehabilitációs Intézet** nyújtja.

Felhívjuk betegeink figyelmét, hogy az Órjárt 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**

+36 1 506 0217

06 70 418 5170

Tamatika Kft.

**VADONATUJ MŰSOR**

**EÖTVÖS CIRKUSZ**

A legrégebbi magyar cirkusz 1920 óta!

**PREMIERNAP: 1 fizet 2 kap akció!**  
(Az akció a B szektorra érvényes!)

**A többi napokon minden jegy árából 500 Ft kedvezmény!**  
Az akció csak a szórólap felmutatása mellett vehető igénybe, a készlet erejéig!

**ÚJPALOTA - PÓLUS CENTER MELLETT**

október 4. - csütörtök	18:00
október 5. - péntek	18:00
október 6. - szombat	15:00 és 18:00
október 7. - vasárnap	15:00



# GYÓGYSZERTÁR

## AsiaCenter

BUDAPEST

### ÉJJEL–NAPPAL NYITVA TARTÓ gyógyszertár az AsiaCenterben.

Utcán való várakozás és ügyeleti díj nélkül.  
A nyugati szárnyban a földszinten  
a főbejáratától balra.



KULCS PATIKÁK

**Váltsa ki nálunk egyes vényeit 10% kedvezménnyel!\***

\*A tb-támogatásban nem részesülő vényes és vény nélküli gyógyszerekre, egyéb termékekre és kozmetikumokra vonatkozik. A kedvezmény mértéke termékenkénti 2500 Ft-ig 10%, 2501 Ft felett 5%.



# NETEN A KERÜLET

## Minden, ami a XV. kerületben történik...

- ⇒ Naponta frissülő tartalom
- ⇒ Programok, események
- ⇒ Az XV TV műsora
- ⇒ Filmarchívum, rövid hírek
- ⇒ Hírek, képgalériák, pályázatok
- ⇒ Az ÉLETKépek korábbi számai



Hirdessen az ÉLETKépekben - ELETképek a

**XV MEDIA**

2018. szeptember 30. péntek

Közérdekű Rólunk ÉLETKépek XV TV Eseménynaptár Apró



**Hirdessen  
az XV TV-ben!**

[www.xvmedia.hu](http://www.xvmedia.hu) ...a kerületről a kerületieknek

## LAKOSSÁGI HIRDETÉSEK

## INGATLAN

**Eladó – vagy kisebb értékű lakást** beszámítok: 360 nm telken, önálló, 88 nm-es családi ház a Damjanich utcában. Ebből 48 nm-es rész konyha-nappali, + 1 szoba komfortos, légkondis – padlófűtéssel, riasztóval, tárolóhelyiséggel, a többi 40 nm – lakrész – felújítandó állapotú. Tel.: 06 70 771 5371 v. 06 1 608 5698 üzenetrögzítő.

**Eladó: tehermentes családi ház** telekkel, 9 m×10 m-es, Szigetszentmiklóson, jó útvonal mellett, a centrumhoz közel, 27,5 millió. Tel.: 06 20 368 1782

**Eladó lakást keresek Újpalotán**, másfél vagy kisebb méretű kettőszobás. Idős tulajdonos vagy albérlő megegyezéssel bent maradhat. Tel.: 06 30 861 0037

## LAKHATÁS, ÉLETJÁRADÉK

**Idős asszony lakhatást adna** olyan személynek, aki háztartásban segítene. Lehet nyugdíjas nő. Telefon: 06 30 861 0037

**Kiadó: Újpalotán nemdohányzó** hölgy részére bútorozott szoba, konyha, gépek, mellékhelyiségek, felszerelések használatával. Tel.: 06 30 329 7821 v. 06 1 410 3067 du. 15 órától.

**Biztos anyagi háttérrel**, nagy összegű havi életjáradéki szerződést kötnék idős személlyel. Önnek segítség, nekünk könnyebbség. Telefon: 06 70 633 1486

## ADOK-VESEK

**Eladó: kis és nagy gázpalack**, lábmasszírozó, állítható elektromos főzőlap, 6 tagú olajradiátor, beltéri rádió-tv antenna, férfikerékpár, elektromos minikonyha. Tel.: 06 20 561 5337

**Eladó: koloniál szekrény 4 db-os**, + tv-tartó, dohányzóasztal együtt 130 E Ft, keveset használt, jó állapotú ülőgarnitúra 3-2-1 részes 120 E Ft. Telefon: 06 70 300 9295

**Eladó: sarokíróasztal** számítógéptartóval, calvados színben 12 E Ft, görgős tv-tartó szekrényke 7 E Ft, kis konyhába való új 2 ajtós szekrény, 120 hosszú, egytálas mosogatóval, kis csepegtetővel és ezzel egybeépített 2 db villanyfőzőlappal 24 E Ft. Telefon: 06 70 300 9295

**Eladó: 140×200-as tömör fa ágybetét**, barna színű ráccsal és jó minőségű matraccal. Tel.: 06 30 973 5285

**Eladó: 5 db 20 l-es benzinkanna.** Tel.: 06 30 271 6907

**Eladó: 1 db asztali köszörűgép**, 1 db rozsdamentes mosogató, egymedencés, csepptálcás komplett, 1 db szenes vasaló. Tel.: 06 30 927 6359

**Eladó: 67 cm-es Panasonic tv.** Tel.: 06 20 368 1782

**Eladó: szőlőprés, olajradiátor**, bejárati és teraszajtó, boroshordó, 7,5 kg kempingpalack, műholdvevő antenna, szekrény sor, 40×40 cm új tetőpala, klinkertégla, hagyományos mázsa. Telefon: 06 28 739 104 v. 06 30 302 0697

**Eladó: férfismoking szövetöltöny** fekete, középtermetre (nem alacsony), magas szárú, 38-as, meggy-színű új női cipő, nem ortopéd. Tel.: 06 30 861 0037

**Eladó: 1 db Dyna hallásjavító 1000 Ft**, 1 db gofri 2 E Ft, 1 db szendvicssütő 2 E Ft, elektromos szeletelőgép 2500 Ft, új kalocsai riseliós pruszlik 10 E Ft, kalocsai ruhájú játék baba 2500 Ft. Tel.: 06 70 708 2233

**Eladó: 210×103×70 cm-es vasasztal**, 20 kg-os satuval, biztonságos vasszekrény irat- és értéktárolásra 180×90×36 cm. Hintaágy, 2 kg-os kempingpalack, hordozható PB-gáz, infragugárgáz. Tel.: 06 20 417 8686

**Eladó: Hajdú keverőtárcsás mosógép**, 20 l-es marmonkannák (fém), 50 l-es üvegballon, zsírosbödön 30, 10, 5 l-esek. Tel.: 06 20 535 7849

**Eladó: 6 db villanymotor** különböző típusú, ebédlőasztal fából készült, szétnyitható. Ipari varrógépasztal, motorok, házi kürtőskalácssütő. Telefon: 06 30 933 9000

## TÁRSKERESÉS

**Hatvanhat éves, kedves, jó humorú** hölgy közös programokhoz (utazás, mozi, színház), vagy akár csak egy jó beszélgetéshez partnert keres. Telefon: 06 30 854 1504

**Társat keresek: XV. ker.-ben lakom**, rendezetten élek, 67 éves, 170 cm, 90 kg vagyok, káros szenvedélytől mentes, 70 év alatti urak hívását várom. Tel.: 06 70 905 9066 reggel 09 és este 19 óra között.

## INGYEN

**Ingyen elvihető kb. 12 nm bontott tetőcserép.** Tel.: 06 1 306 1720

## ÜZLETI APRÓ

## AJTÓ, ABLAK

**Ablakjavítás, www.ajtoablak-doktor.hu** 24 éve vállalom kezelő árakon ablakok, ajtók javítását, illesztését, záruk cseréjét, festését, hőszigetelő üvegezését, szigetelését garanciával. Felmérés díjtalan! Horvát Ákos, telefon: 06 70 550 0269

## KÉMÉNY

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

## RÉGISÉG

**VESEK KÉSZPÉNZÉRT** bútorokat, festményeket, órákat, dísz tárgyakat, porcelánokat, csillárt, könyveket, írógépet, varrógépet, szőrmét, csipkét, kitüntetést, bizsukat, borostyánt, tört aranyat, régi pénzt, teljes hagyatékot, díjtalan kiszállással. 30 308 9148

## ÜVEGEZÉS

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

## HIRDETÉS-FELVÉTEL

**Telefon:  
720 5456**

**E-mail:  
hirdetes@  
xvmedia.hu**

A kerületi lakosok számára – szolgáltatások kivételével – legfeljebb 20 szóig ingyenes megjelenést biztosítunk. A hirdetéseket az adott terjedelmi lehetőségek figyelembevételével, a beérkezés sorrendjében közöljük. A hirdetések tartalmáért a szerkesztőség nem vállal felelősséget.

# Kultúra? Alap!

09. 23. – 10. 17.

## NKA KULTURÁLIS FESZTIVÁL

Idén ünnepli fennállásának **negyedszázados** évfordulóját a Nemzeti Kulturális Alap. Ennek alkalmából rendezzük meg **25 év, 25 nap, 25 esemény** című jubileumi programsorozatunkat.

Ünnepeljünk együtt!



A kerületi televízió részletes műsorstruktúrája az XV TV képiúságon és az [xvmedia.hu/tevemusor](http://xvmedia.hu/tevemusor) oldalon, hirdetési ajánlata és az Életképek médiaajánlata az [xvmedia.hu/hirdetes](http://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

szepetember 20. csütörtök	szepetember 27. csütörtök
19:00 Tükörben	19:00 Tükörben
19:20 Heti recept	19:20 Heti recept
19:30 Öttusa magazin	19:30 Öttusa magazin
19:50 Visszatekintő	19:50 Visszatekintő
szepetember 21. péntek	szepetember 28. péntek
19:00 Megkérdezzük a polgármestert	19:00 Megkérdezzük a polgármestert
19:10 Híradó	19:10 Híradó
20:10 Parlamenti pillanatok	20:10 Parlamenti pillanatok
20:20 Állatbarát magazin	20:20 Állatbarát magazin
szepetember 22. szombat	szepetember 29. szombat
19:00 Heti recept	19:00 Heti recept
19:20 Ne legyen áldozat!	19:20 Ne legyen áldozat!
19:50 Telefonos ambulancia	19:50 Telefonos ambulancia
szepetember 23. vasárnap	szepetember 30. vasárnap
19:00 Visszatekintő	19:00 Visszatekintő
szepetember 24. hétfő	október 1. hétfő
19:00 60+	19:00 60+
19:20 Kultakt	19:20 Kultakt
19:40 Egyházi műsor	19:40 Egyházi műsor
20:00 Sportmagazin	20:00 Sportmagazin
szepetember 25. kedd	október 2. kedd
19:00 Banki percek	19:00 Banki percek
19:05 Hollywood Palotán	19:05 Hollywood Palotán
19:15 Vitalitás	19:15 Vitalitás
19:45 Visszatekintő	19:45 Visszatekintő
szepetember 26. szerda	október 3. szerda
19:00 Cseperedő	19:00 Cseperedő
19:20 Sportmagazin	19:20 Sportmagazin
19:40 Alkotó kéz	19:40 Alkotó kéz
20:00 Vitalitás	20:00 Vitalitás

## CSOKONAI KULTURÁLIS KÖZPONT



Részletes információk programjainkról:

[www.csokonaiaksk.hu](http://www.csokonaiaksk.hu)

#### CSOKONAI MŰVELŐDÉSI HÁZ

1153 Eötvös u. 64-66. T.: 307 7285

#### PÉNTEK ESTI FORDULÓ

szepetember 21. péntek 18-19.30  
Néptáncoktatás felnőtteknek  
Ára: 500 Ft

#### APRÓK TÁNCA

##### a Mező Együttessel

szepetember 22. szombat 16-18 óra  
Ára: 400 Ft

#### SYCONOR RETRÓ TÁNCPARTI

szepetember 22. szombat 19-23 óra  
Ára: 1400 Ft

#### TÁRSASJÁTÉK-FIESZTA

szepetember 23. vasárnap 9-17 óra  
Piatnik Nyílt Nap  
Ára: 300 Ft, családi (3 fő): 700 Ft

#### CSOKI MOZGÓ

október 4 csütörtök 15-17 óra  
Táncterápia. Ára: 300 Ft

#### ÚJPALOTAI KÖZÖSSÉGI HÁZ

1158 Zsóka u. 15. T.: 410 0836

#### SZÜRETI JÁTSZÓHÁZ ÉS TÁNCBÁZ

szepetember 29. szombat 10-12 óra  
Ára: 600 Ft

#### BABASZOMBAT

október 13. szombat 10-12 óra  
Ára: 600 Ft; felnőtt 800 Ft

#### HÁROM KÍVÁNSÁG

október 20. szombat 10 óra  
Babszem Jankó Gyerekszínház  
Ára: 600 Ft, felnőtteknek 800 Ft

#### PESTÚJHELYI KÖZÖSSÉGI HÁZ

1158 Szűcs I. u. 45. T.: 419 2006

#### ULTIVERSENY

szepetember 21. péntek 17 óra

#### ÉLETMÓD-JÓGA

kedd, csütörtök 9-10 óra  
Ára: 1000 Ft/alkalom.

#### IFI ONLINE ÚJSÁGÍRÓKLUB

minden második pénteken  
16-18 óra (Október 12-től)  
Vezető Rab László újságíró

#### OVIS BALETT

hétfő 17.15-18 óráig  
Ára: 4000 Ft/hó

#### GYERMEKJÓGA

kedd 17.30-18.15 óra  
4-7 éves korig  
Ára: 3600 Ft/4 alkalom,  
1200 Ft/alkalom.

#### DOKUMENTUMTÁR ÉS INFORMÁCIÓS KÖZPONT

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

Programokra regisztráció:  
[barta.ildiko@dokuinfo.hu](mailto:barta.ildiko@dokuinfo.hu)

#### BIOKERTÉSZ KÖR

szepetember 22. szombat 10 óra  
Permakultúrás kert 30 év tapasztalatával  
1000 Ft/alkalom

#### ÉPÍTÉSZET: ALAPOK ÉS ÖKOALTERNATÍVÁK

október 2. kedd 17.30 óra  
A téglától az earthshipig  
Miháلتz István építésszermnök  
Lakáslaprajz, beépítési módok  
Belépő: 1000 Ft

#### KOZÁK TÉRI KÖZÖSSÉGI HÁZ

1154 Gábor Á. u. 58/c T.: 410 5536

#### GYERMEKJÓGA

szerdán 16.30-tól óvodásoknak,  
17.30-tól iskolásoknak

#### DÚDOLÓ zenés foglalkozás

péntek 10.00 óra

#### NŐI TORNA

kedd-csütörtök 18-19 óra

#### HATHA JÓGA

hétfő-szerda 18-19.30 óra

#### PILATES GERINCTORNA

hétfő 18-19 óra

#### ZUMBA

hétfő, csütörtök, péntek  
19.30-20.30 óra

#### KIKÖTŐ

#### IFJÚSÁGI KÖZÖSSÉGI SZIGET

1156 Száraznád u. 5. T.: 30/868 6087

#### ZUMBA

hétfő, csütörtök 18.30-19.30 óra

#### KIKÖTŐ ESTI PINGPONG

szepetember 21. péntek 19-22 óra

#### NYÍLT NAP A KIKÖTŐBEN

október 5. péntek 15-21 óra



Y + Z #GENERÁCIÓS\_SÁV

# Környezetvédő fiatalok



Kézben tartják a jövőt | Próbálnak tudatosan odafigyelni

„A Földet nem apáinktól örököltük, hanem gyerekeinktől kaptuk kölcsön” – mondta David Brower környezetvédelmi aktivista, akinek szavai komoly igazságot rejtenek. Megkérdeztünk középiskolásokat a környezetvédelemmel kapcsolatos hozzáállásukról egy online, nem reprezentatív kérdőív segítségével, válaszaik alapján jó kezekben van a világunk.

Huszonketten töltötték ki a kérdőívet, közülük kilencen környezetvédőnek tartják magukat, tizenketten néha igen, de nem mindig, és csak egy nemleges válasz érkezett. Tizenkilencen ismerték az ökológiai lábnyom kifejezést, és ötvenen is számolták a sajátju-

kat. Ez a fontos mérőszám nem más, mint egy ember vagy egy adott terület népességének a természetre gyakorolt hatása egy hektárban kifejezett mutatószámmal leírva. Az ökológiai lábnyom az a terület, ami károsodás nélkül meg tudja termelni az aktuális életvitelünkhöz szükséges javakat, mint például élelem vagy energia.

A közlekedés hatása is fontos a környezetünkre. Jó arány, hogy a válaszadók mindegyike közlekedik tömegközlekedéssel, emellett tizenhárman szoktak gyalogni is, ötvenen kerékpározni vagy deszkázni és csak hat fiatal szoktak fuvarozni a szülei-

Hasonlóan tudatosak a hulladék-

kezeléssel kapcsolatban is, tizenkilencen szelektíven gyűjtik a szemetet és tizenharc család hajlandó energiatakarékos termékeket vásárolni. Az ivóvízzel is takarékoskodnak, a fiatalok fele csak zuhanyozik, tízen néha engednek a csábitásnak, és teleengednek egy kádat forró vízzel a tusolás mellett, és csak egyvalaki jelölte, hogy minden alkalommal kádfürdőt vesz. A bevásárláskor szinte mindenki vizet magával tartós anyagból készült bevásárlószatyrot, és a harmaduk csak hazai terméket vásárol.

Az utolsó két kérdésre adott spon-tán válaszok alapján csupa tudatos környezetvédő töltötte ki a kérdőívet: lekapcsolják a villanyt, ha kimennek a szobából, nem szemetelnek, és tudják, hogy a pálmaolaj termelése milyen sok kárt okoz. Arról is konkrét tudással rendelkeztek, mi történik, ha továbbra is szennyezzük a földet – „elfogynak az erőforrások és szemébe fulladunk”, „szennyeződik a légkör” és végül „kihálhat az emberiség” említették. A kedvenc idézetemmel búcsúznék, remélem, az olvasók is ennyire aktív és tudatos környezetvédők, mint ezek a fiatalok: „Spanok ne szemeteljenek, mert akkor nekem kell fölvenni!”

-cs-ó

## Nem szeretjük az óraátállítást



Lezárult az Európai Bizottság online kutatása, amely felmérte az unió polgárainak hozzáállását az óraátállításhoz, és mint kiderült, nem szeretjük tekergetni az órát.

A július elejétől augusztus közepéig tartott konzultáción 4,6 millióan nyilvánították véleményét, 80 százalék az óraátállítás megszüntetése mellett foglalt állást. Az Európai Parlament (EP) februárban kezdeményezte az óraátállítás felülvizsgálatát, és felkérte az Európai Bizottságot, hogy szükség esetén tegyen javaslatot a módosításra.

A döntést azonban komoly vita előzheti meg. Amikor ugyanis előré-állítjuk az órákat, akkor kapunk este extra 60 perc világosságot, tovább lehet dolgozni a mezőgazdaságban, egy darabig télen is világosan térhetünk haza a munkából és több idő marad munka után sportolni, szórakozni. Az is tény viszont, hogy reggel sötétebb van, ami nehezíti a felkelést. -s-ági

FOTÓ: XV MEDIA, NAGY BOTOND

FOTÓ: XV MEDIA, NAGY BOTOND

## MIÉRT CSUPASZ A PÁVIÁN HÁTULJA?

GRAFIKA: VARGA TÍMEA LAURA

Volt egyszer négy zebra. Egyszer, amint inni mentek, egy nagy páviánt találtak a forrás mellett üldögélve.

Ebből a forrásból csak én ihatok!

De hisz nincs más víz a közelben!

Hatalmas hím pávián volt, a négy zebra kanca nem ment vele szembeszegülni. Elkullogtak szomjasan. Mi mást tehettek, ezentúl egy távoli forráshoz jártak.

Ez az én vizem, azonnal takarodjatok!

Egyszer az egyik zebrának pompás méncsikója született. Egykettőre igen erős mán vált a kicsikéből.

Miért nem a legközelebbi forráshoz járunk?

Mert a forrás mellett ott ül a nagy pávián, és nem enged oda inni.

Hogyhogy nem enged oda? No, csak azt merné megtenni! Gyertek velem!

A majom most is a forrásnál üldögélt, és rájuk rivallt.

Mit akartok?!

Inni szeretnénk!

Ti itt nem ihattok!

Márpedig inni fogunk!

S mert a kő izzott, mint a parázs, a forró napsütésben, a pávián fenekéről mind leperzselte a szőrt. Ezért olyan csupasz ma is minden pávián hátulja.

A méncsikó egy nagy kőhöz szorította a páviánt; hiába védekezett, nem tudott megszabadulni.

# Születésnapos a legöregebb iskola

Idén már 140. alkalommal csöngettek be a Wágner Manó parkban. A kerület legöregebb iskolája, a Dózsa György Gimnázium és Táncművészeti Szakgimnázium ugyanis idén a 140. születésnapját ünnepli.

– Ez a 140 év természetesen a jogelődökkel együtt értendő – tudtuk meg a tanári kar doyenjétől, Dul Hédi igazgatóhelyettestől. – A rákospalotai iskolát 1877-ben Szabó Alajos, az Állatorvosi Főiskola nyugalmazott főigazgatója alapította. Első évben még csak eleminek és polgári iskolának, majd 1878-ban már négyosztályos algimnáziumnak adott helyet a saját házában. Ez utóbbi dátumot tekintjük gimnáziumunk alapítási évének. A tanítás az állami iskolák tanterve szerint volt. Az akkori épületekből néhány megvan még, igaz, ma már nem tanítanak bennük.

Kevesen tudják, de a Dózsa elődjét eredetileg azért alapították, hogy az alapítónak, illetve arisztokrata barátainak a gyerekei nyugodt körülmények között tanulhassa-



Féja Endre, Gertner Hajnalka, Dr. Tusnády Gáborné és Ábri László

nak. Ennek megfelelően a diákok a közismereti tárgyakon túl vívást, zongorázást, éneket, táncot, lovaglást, illetant és idegen nyelveket is tanultak.

– Az újabb lökést intézményünk Szabó Lajos vejének, Wágner Manónak a színrelépésével kapta, aki 1892-ben vette át az algimnázium vezetését. Neki köszönhető, hogy az intézmény a múlt század elején

nyolcosztályos főgimnáziummá vált – mondta az igazgatóhelyettes.

A Dózsa elődje 1945-ig kizárólag fiú diákokat tanított, és a tanári kar is nagyrészt férfiakból állt. A folyamatosan növekvő tanulólétszám miatt az intézmény 1935-ben egy kétemeletes és kilenc tantermes Bartók Béla utcai épülettel (mai B épület) bővült. A mai, Fő úti 16 tantermes (plusz 4 szaktantermes)

épületet (A épület) 1969-ben adták át. Dózsa György nevét 1949 óta viseli az intézmény, és 1972-ben a névadó születésének 500. évfordulója alkalmából avatták fel Kiss István Kossuth-díjas szobrászművész Dózsáról készített szobrát is.

– A rendszerváltást követő változások közül előbb az 1994/95-öt emelném ki, amikor bevezettük a hat évfolyamos gimnáziumi oktatást, illetve 2005/2006-ban a képzésünk a táncművészeti szakképzéssel is kiegészült – magyarázta a szakember.

A születésnapos gimnázium a tanév során számos programmal emlékezik a jubileumról: jövő év február 2-án öregdiák-találkozó, május 24-én gálaműsor, május 25-én sportnap, valamint számos kiállítás és verseny lesz az iskolában, ahol a 140-es szám kulcsszerepet fog játszani. Már az idei tanévnyitó is ennek a jegyében telt, melyre az összes még élő igazgatót, Ábri Lászlót, Féja Endrét és dr. Tusnády Gábornét is meghívták.

Riersch Tamás

## Etikett a kutyafuttatóban

A kerületben nagyon sok kutyafuttató található, legutóbb a Sárfű utcai lakótelepen épült. Sokan olyan helyen laknak, ahol nincsen más biztonságos hely, csak a futtató arra, hogy kedvencük szabadon futkározhasson. Sajnos azonban egyre gyakrabban hallani konfliktusokról, balesetekről. Felkerestük Budai Mariann, a Pólus Kutyakiképző Iskola vezetőjét, hogy mondja el nekünk, mire kell figyelniünk, ha kutyafuttatóba megyünk.

– A városban tartott kutyák társasági életének egyik sarkalatos pontja a kutyasétáltatók, kutyafuttatók rendszeres látogatása. Ha azt akarjuk, hogy házi kedvencünk, sőt mi több, mi magunk is jól érezzük magunkat ott, akkor nem árt, ha néhány dologra odafigyelünk – tanácsolja a szakember. Ha korábban még nem jártunk ilyen helyen vagy kezdő kutyások vagyunk, célszerű megfogadni a következő ajánlásokat. Soha ne menjünk be kérdezés nélkül, hiszen nem



Ha bemegyünk a futtatóba, csatlójuk le a póráz!

„Tartsuk tiszteletben a többi gazdit!”

tudhatjuk, a bent lévő kutya hogyan reagál. A kapunál körültekintőek legyünk, nehogy egy másik kutya kisurranjon.

Mindig csatlójuk le a póráz, hiszen az ebek agresszívabbak, ha érzik, hogy a póráz másik végén ott a biztonságot jelentő gazdi. Ha a kutyánk dominánsan viselkedik, szóljunk rá, de soha ne kapjuk fel. Ezt a hibát főleg kistéstű kutyák gazdái szokták elkövetni, amikor ebüket vesélyben érzik.

Labdát vagy más játékot csak akkor vegyünk elő, ha a többi gazdi is megengedi, mivel sok kutya agresszívan



FOTÓK: XV. MÉDIA, VARGOSZ

védi a játékát, zsákmányát. Tartsuk tiszteletben a többi gazdit, ne simogassuk, etessük kutyáját, ha nem szeretné. Mindemellett vigyázzunk a futtatóra, ahogyan az utcán, itt is szedjük fel a kutyapiszkot.

Ezenkívül ne engedjük, hogy a kutyus megrongálja a futtató berendezéseit, növényeit. Azt sem árt szem előtt tartani, hogy a futtató nem gyermekjátéktér! A legfontosabb szabály pedig, hogy fertőző beteg, valamint tüzelő kutyával érdemes a futtatót elkerülni.

(béres)

Kevesen ismerik a sárga jelzést (ez lehet sárga nyakörv, kendő, szalag), mely arra figyelmezteti a többi gazdit, hogy a viselője nagyobb teret igénylő kutya, melynek számos oka lehet, például betegség, nem megfelelő szocializáltság. Ha ilyen látunk, akkor bizsósítunk számukra szabad teret!



FOTÓ: XV. MÉDIA, NAGY BÓTÓND

## Egy válasz

Sok, a mindennapi életünket megkeserítő/megnehezítő kérdésre nem találok egyelőre választ, azonban büszkén jelentem, egyre úgy tűnik, sikerült megoldást lenni. Azt is be kell val-lanom, bár pofonegyszerű, nem az én fejemből pattant ki (talán éppen a trivialisága miatt, hehe).

Na szóval. Ott vannak azok a fránya reggelek. Gyermekeket kiimádkozni az ágyból, rávenni, hogy egyen-nyon valamit, öltözzön fel, menjen vécére, mosson kezét és fogat, kösse be a cipőjét, vegye fel a hátizsákját, és induljunk el. Mindezt időben. No, éppen ezen kitétel teljesítése volt a lehetetlen, hiszen persze valahol mindig meg-csúsztunk. Aminek következményeként hétköznap reggel fél 8 tájban évek óta zeng a ház, szerintem a földszinten lakó nyugdíjas néni gyorsabban és megszeppentebben kapja össze magát a hangom hallatán, mint a Gyermekek.

Az ordításnak persze semmi értelme, tudom én jól, csak egy idő után – leg-alábbis nekem – már csak ez marad. Cserébe nem szó-lunk egymáshoz az ötperces autóúton, Gyermekek sértődött, rosszkedvű, én ideges, lelkiismeret-furdalással megspékelve, mindez már reggel 8 előtt, és hol van még a nap vége...

Erről panaszkodtam a hétvégén barátnőmnek, aki rávilágított: a megoldás az „időben”. De nem az én időm, hanem az övé szerint. Homlokomra csaptam: Hát persze! Gyermekeknek több idő kell a készülődésre, mint nekem. Ma reggel meg is volt a főpróba. Negyedórával előbb ébresztés, így minden „munkafolyamat” ugyanennyivel korábbra került.

Láss csodát: 7:35-kor be-ment az iskolakapun, ami az elmúlt 3 év abszolút rekordja. Előtte az autóban vidám beszélgetés, búcsúzáskor nagy puszkodás, integetés. Hát így... Sz. A.

## KERÜLETI KÉRDÉSEK

# „Ne röpj, maradj, Páva!”



Az önkormányzat vezetése is gratulált



Páva János | Jótékony éneklés

Magas állami kitüntetést kapott Páva János magyar-nóta-énekes augusztus 20-án, Magyar Köz-társasági Arany Érdemkereszt polgári tagozat kitüntetéssel ismerték el több évtizedes munkáját. Kitől örökölte a zene szeretetét, népszerű-e manapság is ez a muzsika és mi a kedvenc nótája? Mindez kiderül a beszélgetésünkben.

FOTÓ: XV. MÉDIA, VARGOSZ

Zenészcsaládból származó édesanyja ötven évig dolgozott egy pestújhelyi vi-rágholtban, Páva János tőle örökölte a zene szeretetét és üzleti érzékét, bár a mai Ukrajna magyar területéről származó édesapja is értett ezekhez. Páva János érettségi után még három évig tanult, hogy képzett, vizsgázott énekesként működési engedélyt kapjon, és így 1969-től kezdődött pályafutása. Végigénekelte a leghíresebb fővárosi éttermeket, szállodákat az EMKÉ-től a Fortunáig,

Amikor száz énekes közül őt választották a világhíres Kulacs étterembe énekesnek, akkor mondták neki a nevével viccelve, hogy „Ez nem a röpj, hanem a maradj Páva!”.

„Tanárim Szalay László és Vörös Sári voltak, majd dolgoztam Bangó Margit-tól Kovács Apollóniáig a legnagyobbakkal. Sok híres emberrel találkoztam, lefo-tóztak az Aranycsapat tagjaival, de nagyon szeretett például Papp Laci is hallgatni minket, miatta lett az egyik kedvenc sportom a boks.” A ’80-as évektől saját vállalkozását is vezette, az újjalotai látványépés-ötletét külföldi útjáról hozta, az elsők között nyitott ilyen üzletet.

A mai napig aktív, minden fellépésre elmegy, ahová meghívják. Páva János szerint a magyar nóta újra virágkorát éli, egyre több étteremben van élő zene,

és ott a forgalom is megnő. Több ezer dalból álló reper-toárjában szerepel magyar nóta és népdal – melyek nem léteznek egymás nélkül –, de örökzöldek és ope-retrészletek is. Kedvence a „Nem tudom, az életemet hol rontottam én el” magyar nóta, és a slágerek közül a „Mondd, miért szeretsz te mást?”.

A dalolás mellett karitatív céljai is vannak, most végzik az Arany Páva Budapest Művészegyüttes Egyesület bejegyeztetését, mellyel hátrányos helyzetű, tehetséges fiataloknak szeretne segíteni. A fiatalok szabadidejének hasznos eltöltéséhez az éneket, zenét, táncot és a hagyományör-zést hívja segítségül, és majd nyári táborokat is szeretne nekik szervezni.

Legközelebb Vagyóczi Anita karriertanácsadóval fogunk beszélgetni.

(Kovács)

## A művészet ereje

A művészterápia olyan kiegészítő terápiás módszer, amely a zene, tánc, képzőművészet, dráma, irodalom kreativitását a gondolatok és érzések megjelenítésére használja. Ebben a folyamatban nincs szükség művészi tehetségre, hiszen a lényeg a szabad önkifejezés.

–Az, hogy a művészetek nagy hatással vannak a lélekre és az elmére, sőt képesek gyógyítani, valamint nemesebb állapotba hozni azt, nem új keletű gondolat. Már az ókori bölcsék, orvosok a zenét

nyugtatónak vélték, valamint a kedélybetegség gyógyítására is javasolták.

Az ókori görög filozófustól, Arisztoteléstől származik a katarzis fogalma, mely a színjáték a nézőben keltett, majd a történet által levezetett feszültség oldását, megtisztulást jelenti. Katarzist azonban nemcsak egy színdarab, hanem bármilyen művészeti alkotás is kelthet a kitarukozás által – tudtuk meg a Fejlesztő Palota szakembereitől.

A felvilágosodás korában a francia elmeorvosok intézetekben színdarabokat tanítottak be a pácienseknek, akik aztán eljátszották azokat. Ez lehetett az egyik legkorábban alkalmazott művészterápia. A művészterápia ráadásul jótékonyan hat a megelőzésben is. A legtöbb ilyen jellegű gyógyító folyamatot csoportos keretek között tartják, ugyanis ez a kommunikációs rendszer, illetve légkör erőforrás a résztvevők számára. Felhasználási területei lehet-

FOTÓ: XV. MÉDIA, NAGY BÓTÓND



nek például a pszichoszomatikus orvoslásban, gyász és lelki trauma feldolgozásában vagy erős érzelmi gátoltság oldására is.

A szakemberek kitértek arra, hogy fejlesztőházukban

óvodásoknak, kisiskolásoknak és a kiskamaszoknak is indítanak csoportot. A foglalkozás célja a kreativitás, figyelem, finommotorika és a beszéd fejlesztése a játékos alkotás segítségével. B. I.

# Kitartó bábudöntögetők



Ideen rekord számú csapat volt a rendezvényen

Ideen is megrendezte a speciális bowlingversenyt a Molnár Viktor utcai Fejlesztő Gondozó Központ (FENO) és az Értelmi Fogyatékosok Napközi Otthona (ÉNO).

A kezdeményezést tizenhat

évvel ezelőtt indították útjára, és azóta sem vesztett lendületéből. A verseny rendszeresen kínál kikapcsolódási lehetőséget a fogyatékkal élők és családtagjaik számára.

– Olyan rég tart ez a

program, hogy a résztvevők többségét már személyesen ismerhetjük – mondta Németh Angéla polgármesteri jogkörben eljáró alpolgármester a megnyitó beszédében.

Ideen rekordot jelentő tizenegy csapat részvételével tartották az eseményt. A csapatok nemcsak a kerületből jöttek, hanem érkeztek résztvevők a budai partnerintézményből, illetve Hatvanból és Ipolytölgyesről is. A speciális bowling nem tekinthető valódi versenynek, a résztvevők mindegyike győztesnek érezheti magát, amit a nézők és a szervezők tapssal és ajándékokkal szoktak honorálni. R. T.

FOTÓ: XV MEDIA, VARGOSZ

## FENO-s jószolgálat

Szabadtéri kiállítással nyílt meg a Jószolgálat-díj újabb jelölési időszaka szeptember 5-én, melynek sajtókampányát a Sapientia Szerzetesi Hittudományi Főiskolában tartották. Az idei díjazottjakról készített portrékból álló kiállítás a belváros szívében, a Március 15-e téren várja az érdeklődőket. A tárlaton többek között a XV. Kerületi Fejlesztő Gondozó Központ (FENO) képei is felelhetők.

A kerületi intézmény ugyanis a Hivatásterület végzett szociális munka – szervezeti kategóriában nyerte el a rászoruló iránti felelősségvállalás fontosságát népszerűsítő díjat. Az elismerés egyben egy társadalomérzékelítő kampány is, mely széles körben igyekszik a szociális munkát bemutatni.

A díjazottakat a díj partnerei, a hét nagy magyarországi segélyszervezet képviselőiből álló szakmai zsűri választotta ki mintegy hétszáz jelölésből. A 2018/19-es évad nagykövetei Bal-



FOTÓ: XV MEDIA, VARGOSZ

la Eszter színművész és Nyáry Krisztián kommunikációs szakember, könyvkiadó, irodalomtörténész, akik a civil életükben is elkötelezettek a rászoruló iránti segítségnyújtás iránt. A Twickel-Zichy Mária Terézia Alapítvány november 30-ig várja az újabb jelöléseket. Részletek: [joszolgalatdij.hu](http://joszolgalatdij.hu). (béres)

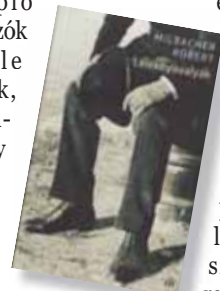
# Reformkori krimi

A krimikben a szereplő nyomozók sokféle alakot ölthetnek, ismerünk ballonkabátos feledékeny úriembert, kerteszkedő vénkisasszonyt vagy szmokingos titkosügynököt.

Milbacher Róbert *Léleknnyavalyák* című könyvének főszereplője, Hummer József nyugalmazott alkaptány senkihez sem hasonlítható.

A detektív kettesben él inasával, és szigorú napirendet tart, tehát nem mindegy, mikor iszik kávé és mikor gyújt rá egy szivarra. Pest belvárosában lakik a Magyar és Czúczor utca sarkán álló bérház második emeletén, és naponta elsétál a Duna-partra, hogy figyelemmel kövesse Széchenyi hídjának épülését. Az előző mondatból is kiderülhet: a regény az 1850-es években játszódik, a bűntény, melyet az alkaptány újra vizsgálni kezd pedig 1847-ben történt öngyilkosság, mikor a drámaíró-színész, Czákó Zsigmond lőtte föbe magát egy újság szerkesztőségében.

Az akkor még aktív alkaptány újra foglalkozni kezd az ügyvel, és átnézi az általa vezetett nyomozás hivatalos anyagait, mert azt érzi, hogy valamit elmulasztott. Így sok kortárs írást olvashatunk



a korabeli pszichológiáról és az öngyilkosságról. „Régi megfigyelése a gyakorlati lélektannak, hogy vannak oly kóros állapotai bizonyos léleknnyavalyáktól szenvedő embereknek, midőn már úgy érezték, hogy hűtlenek lettek hozzájuk a szavak, sőt bántó élükkel egyenesen ellenük fordulnának. Így azután a kimondott szóval nem is képesek sem állapotuk leírására, sem pedig segélykérésre, ám valahol mégis azt várják el gyermeki türelmetlen követelődzéssel embertársaiktól, hogy a nyelv segélye nélkül is, mintegy lélektől léleklig ható sugallattal értsék meg, és siessenek a megmentésükre.”

A regény végére kiderül, mi is történt valójában, az epilógus pedig egy újabb csavart rejt. Milbacher Róbert irodalomtörténészként gazdag tudásanyagot ötvözött a regénybe korabeli irodalmi pletykáktól a mindennapok leírásáig. A nyelvezet is ezt az időszakot idézi, így érdemes lassan és figyelemmel olvasni a regényt, megadni a módját, mint ahogy Hummer József a délelőtti újságolvasásnak. (Milbacher Róbert: *Léleknnyavalyák*; Magvető, 2018; 3499 Ft)

(KI)

# Az első családi nap

Először szervezett családi napot szeptember 9-én a REAC Sportiskola, amit a jövőben hagyományá szeretnének tenni.

– Eddig még nem volt olyan programunk, amely az összes szakosztályunkat egy fedél alá hozta volna – mondta Sági Ferenc elnök. – Ezért gondoltuk a kollégáimmal, hogy új hagyományt teremtenék ezzel a családi nappal.

Az „egy fedél” természetesen csak jelképesen értendő: a szeptember 9-i

rendezvényt a szabad ég alatt tartották. Szerencsére az időjárás kegyeibe fogadta a résztvevőket.

– A napon a közös játékokon volt a hangsúly. A résztvevő családok focizhattak, dartszozhattak, tollasozhattak, kipróbálhatták a teqbált (asztali lánbteniszt), és csapatépítő jelleggel váltóversenyeket, valamint főzőversenyt is szerveztünk a számukra – mondta Sági Ferenc.

Az első sportiskolás családi nap még a Budai II. László

Stadionban volt. Ennek egyetlen oka, hogy még nem adták át a felújított Szántó-föld úti sporttelepet. A jövőben azonban már ott fogják rendezni a hasonló volumenű programokat.

– Ezúton is szeretnénk megköszönni a szomszédoknak, hogy eltűrték a több száz gyerek és felnőtt vasárnapi zajongását. A Szántó-föld út már csak emiatt is jobb helyszín lesz, ott ugyanis nem fogunk háborgatni senkit – mondta az elnök.

FOTÓ: XV MEDIA, NAGY BOTOND



A REAC Sportiskola a kerület legnagyobb létszámú – körülbelül ötszáz fős – sportegyesülete, melynek a legfőbb „szponzora” az önkormányzat. A kerület vezetése az első családi napon is teljes létszámban képvisel-

tette magát. Németh Angéla polgármesteri jogkörrel megbízott alpolgármester, illetve Victorné dr. Kovács Judit és Tóth Imre alpolgármesterek Sági Ferenc elnöknek a díjak átadásában is segítettek.

–sch–s

## Újpalotai programkavalkád



Immár az ötödik nyárbúcsúztató fesztivált tartották a Fő téren az önkormányzat és a Csomópont szervezésében szeptember 15-én és 16-án. A Goodbye Nyár programjában mindenki megtalálhatta a saját zenei kedvencét, emellett vidámpark és különféle vendéglátóegységek szórakoztatták a közönséget. A nap fénypontja az este 8 órakor kezdődő Piramis zenekar nagykoncertje volt. Szintén a Fő tér adott otthont az Állati jó családi és örök-befogadó napnak szeptember 16-án. Az egész napos rendezvényen, koncertekkel és kutyaiskola-bemutatóval, állatsimogatóval, bohócműsorral, pónilovaglással, solymászattal, galambászattal, népi játszóházzal, agyagozással, kézműveskedéssel és sok más érdekességgel várták a kicsiket és nagyokat egyaránt. Délután fellépett többek között Szabó Ádám harmonikaművész, valamint Eszményi Viktória és Heilig Gábor. ■

## Ifjúsági fesztivál



A XV. kerületi önkormányzat a Gyermek- és Ifjúsági Önkormányzattal közösen szervezte meg a II. Ifjúsági Fesztivált a Kontyfa iskolában szeptember 14-én. A délutáni programon az iskolák közötti játékos vetélkedőket bonyolították le. A versengést követően artisták, zsonglőrök, néptáncosok, slammerek és zenészek szórakoztatták a diákokat, a programot az Animal Cannibals koncertje zárta. ■

## Helytörténet két keréken

A kulturális öröksőnapok alkalmából szerveztek kerékpáros helytörténeti túrát a kerületben szeptember 15-én. A kétórás bringatúra a Bányász parkból indult, a résztvevők megismerkedhettek a település helytörténetileg fontos épületeivel, így például a Leánynevelő Intézzel, Rákospalota első községi iskolájával, első gyógyszertárával, a villasorral és templomokkal. Az épületeknél röviden ismertették azok történetét. ■



## Családi délután

A Kolozsvár Utcai Általános Iskola családi délutánt szervezett szeptember 14-én. Az intézmény 2008 óta ökoiskola, 2014-től örökös ökoiskola. A 10 éves jubileumra készülve az egészséges életmód, a mozgás öröme, a környezettudatosság köré építették a programokat. A piknik a Szülők, Tanítványok a Kolozsvár Úti Iskoláért Alapítvány támogatásával valósult meg, a szervezet a XV. kerületi önkormányzat civil pályázatán nyerte el a megvalósításhoz szükséges összeget. ■



## Könyvbemutató

Dávid László Az első vasútüzem története című könyvének bemutatójára várják az érdeklődőket szeptember 25-én délután 4 óra a polgármesteri hivatal dísztermébe. A rendezvényt dr. Csiba József cégvezető nyitja meg, közreműködik Háda Fruzsina színművész. ■

## Zoofóbia



Pethő Csilla festőművész *Zoofóbia* című kiállításának megnyitóját tartották szeptember 18-án az Újpalotai Községi Ház Zsókavár Galériájában. A tárlatot Simon Tímea festőművész nyitotta meg, közreműködtek a Hubay Jenő Zeneiskola növendékei. A kiállítás október 12-ig látható a közösségi ház egyéb programjaihoz igazodva. ■

## Digitális Macskafogó



Számos filmrajongó álma vált valóra szeptember 13-án: visszatért a mozikba minden idők legjobb magyar rajzfilmjeinek egyike, az 1986-ban készült Macskafogó. A kultikus alkotás 4K minőségben digitálisan restaurált változatát országszerte több mint 40 moziban vetítik, a Magyar Nemzeti Filmalap – Filmarchívum igazgatóság és a Pannonia Entertainment filmforgalmazó együttműködésében. A filmet játszó mozik listája a [www.macskafogo.hu](http://www.macskafogo.hu) oldalon található. ■

## Nagyköveti támogatás



Idén már harmadik alkalommal díjazta a Kínai Népköztársaság magyarországi nagykövetsége a Magyar–Kínai Két Tanítási Nyelvű Általános Iskola és Gimnázium legjobban teljesítő diákjait. Az ünnepséget rendhagyó módon nem a Neptun utcai iskolában tartották, hanem Duan Jielong nagykövet szeptember 10-én a saját irodájában fogadta a XV. kerületi küldöttséget. Az egyszeri ösztöndíj-támogatást idén a tanári kar javaslata alapján 18 pályázó közül nyolc diák – Durand Erneszt Sándor, Farkas Petra Andrea, Inges Dorina, Kollmann Bálint, Komlódi Kiara, Li Kevin Marcell, Szögi Elmira Inessza és Wang Wenni – érdemelte ki. A diákok általában ezt a támogatást a következő évi kínai utazáshoz használják fel.

A magyar–kínai iskola életében még egy különleges esemény volt, a napokban az egyik legismertebb kínai tévéműsor stábját és szereplőgárdáját látták vendégül, és a műsor készítői az egyik legújabb részüket is itt forgatták. Az Újpalotán készült adást Kínában valószínűleg több százmillióan nézik majd meg. ■

# Rend a híd alatt



Ellenőrzött terület | Hasznosítani kell

Korábban sok panasz érkezett az önkormányzathoz az újpesti felüljáró alatti állapotok miatt. Ott, ahol valamikor a hírhedt Novák piac volt, és amelynek lebontása csak részben oldotta meg a problémákat.

– Az ingatlanok elbontása után még három épület maradt – tudtuk meg Benedekné Bagyinszki Mártától, a városgazdálkodási főosztály vezetőjétől –, ezekbe az évek során hajléktalanok költöztek. Ők azóta ott éltek, és

hangoskodásaikkal, környezetszennyezésükkel, többek között kábelt is égettek, sajnos sok problémát okoztak a környezetüknek.

Az önkormányzat keze azonban sokáig kötve volt, ugyanis a híd alatti területet az állam tulajdonolta és a MÁV használta.

– Tavaly azonban ingyenesen megkaptuk az érintett terület rész tulajdonjogának egyharmadát, azt, amin az épületek állnak. Ez azonban nemcsak jogokat jelent szá-

munkra, hanem kötelezettséget is rótt ránk azzal, hogy a területet hasznosítanunk kell – mondta a főosztályvezető.

Ennek első lépése volt, hogy rendbe tették a területet. A hivatal szakemberei felvették a kapcsolatot a Twist Olivér Alapítvánnyal, aminek segítségével kapcsolatba léptek a hajléktalanokkal, és kommunikáltak feléjük a házak tervezett bontásáról. Ez végül augusztus 15-én meg is történt. Előtte azonban az illegális lakók felgyújtották az egyik épületet, amit az újpesti tűzoltók négyórás munkával tudtak eloltani.

A bontást és a törmelék eltakarítását követően az önkormányzat cége, a Répszolg bekerítette a letisztított területet, a rendészek pedig naponta ellenőrzéseket végeznek. Erre az óvintézkedésre szükség is van, mert a terület vasút melletti részén az illetéktelenek újból nyomokat hagytak maguk után.

Riersch Tamás

# Ősszel is biztonságban

Az őszi beköszöntével megváltozik az időjárás; a nappalok rövidülnek, a csapadékos napok száma nő. Ennek ellenére sokan még ilyenkor is úgy vezetnek, mintha nyár lenne, amivel nemcsak maguk, hanem a környezetükben közlekedők egészségét is veszélyeztetik.

Az, hogy később világosodik, ugyanakkor korábban megy le a nap, azt is jelenti, hogy romlanak a látási viszonyok. – Azért, hogy elkerüljük az esetleges veszélyhelyzeteket, legyen időnk a megfelelő reagálásra, különösen fontos a megfelelő – 2-3 másodperces – követési távolság és a sebességhatárok betartása – tanácsolja Czebe Sándor, a Safedrive Kft. közlekedésbiztonsági tréner.

Bár még messzinek tűnik a tél, ne hagyjuk az utolsó pillanatra autónk szakemberrel való átnézetését.



FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

Változó körülmények | Érdemes átnézetni a kocsit

Ellenőriztessük a világítást, a ködlámpát, a fékeket, a fékfolyadékot, a futóművet, valamint a biztonságtechnikai elemeket. Lényeges az is, hogy az ablaktörlő megfelelően működjön, és nem korai a fagyálló ablakmosó folyadék beszerzése sem.

Mivel őszen gyakrabban nedvesek az utak, ezért fontosak a megfelelő állapotú gumik. Ne sajnáljuk a drágább, de jobb minőségű gumiabroncsra a pénzt, mivel ennek

jobb a vízelvezetési képessége is, így azok biztonságosabbak a vizes utakon is.

A szakember ennek kapcsán felhívta a figyelmet: azokon az útszakaszokon, ahol összegyűlik a víz, csak nagyon lassan haladjunk át. Kizárólag így kerülhetjük el a vizen futást, ami azt jelenti, hogy az abroncs nem képes a közte és az útburkolat közti vizet kiszorítani, így a kerekek úgy csúsznak, mintha jégen lennének.

-y -a

## RENDŐRSÉGI HÍREK

### Hamis bérlet

Előállítottak a rendőrök egy 36 esztendőes férfit, aki a gyanú szerint meghamisította a bérletét. A férfi az egyik buszon megtagadta a bérlete felmutatását az ellenőröknek, akik emiatt rendőri intézkedést kértek. A járőröknek végül bemutatta a bérletét, amiről kiderült, hogy hamis, mert a hónapot átragasztotta, emiatt eljárás indult a férfi ellen.

RiTa

### Erős dohányosok



GRAFIKA: VARGA TÍMEA LAURA

Szóváltásba keveredett két férfi az egyik újpalotai dohánybolt előtt. A szájkarate végül tettelegességbe torkolt, a felek lökdösték és bántalmazták egymást. Az egyik dulakodó egy idő után megunt, és beült az üzlet előtt parkoló autójába, majd magára zárta az ajtót. A másik félnek azonban teljesen elgurult a gyógyszere, előbb ütni, rugdosni kezdte a járművet, majd letörte az egyik visszapillantó tükrét és betörte az oldalsó ablakát. A verekedésnek a kiérkező rendőrök vetettek véget, akik mindkét felet előállították.

R. T.

### Bosszút álltak

Két fiatal lány gyanúsítanak a rendőrök azzal, hogy egy fiatal fiú autóját bosszúból egy éles tárggyal összekarcolták. A két lány ellen rongálás miatt indult eljárás.

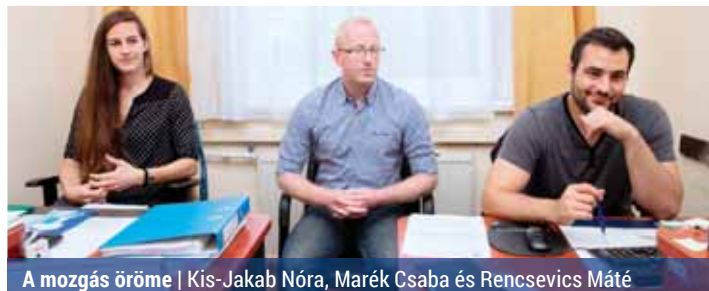
(riersch)

### Ellenőrzött útszakasz

Szinte minden számunkban hírt adunk ittas vezetők kiszűréséről. És azt is számos alkalommal leírtuk már, hogy a Dunakeszi úton rendszeresen a rendőri ellenőrzések. Ennek ellenére mindig akad, aki az említett útszakaszon ittasan ül a volán mögé. Ezúttal egy 31 esztendőes férfit állítottak meg a rendőrök a Dunakeszi úton az egyik hajnalon. Kiderült, hogy a férfi nem sokkal korábban alkoholt fogyasztott, ezért eljárás indult ellene.

-sch -s

# Sportos csapat a hivatalban



A mozgás öröme | Kis-Jakab Nóra, Marék Csaba és Rencsevics Máté

FOTÓ: XV MEDIA, VARGOSZ

ta a sportreferenci csapat „új igazolása”. – De a szívem mélyén mindig is sportos vonalon szerettem volna dolgozni. Így nagyon megörültem, amikor ez a lehetőség kínálkozott, s bár a vásárcsarnokban komoly feladatom volt, habozás nélkül igent mondtam a felkérésre.

Máté, a sportos trió legfiatalabb tagja, szintén nagy sportrajongó. Egész eddigi élete a sporthoz kötődött, kézilabdázott, szertornázott, játékvetetői képesítéssel is rendelkezik, és a sportújságírási terén (M4 és DigiSport) is kipróbálta már magát.

A munkánk elsősorban adminisztrációs tevékenység, a sportegyesületek, sportolók pályázatait kezeljük, besegítünk az önkormányzati programok szervezésébe, koordináljuk a diákolimpiai versenyeket, tartjuk a kapcsolatot a kerületi sportélet szereplőivel, de bízom benne, hogy egyre több alkalmunk lesz majd a helyi sporteseményekbe is belekóstolni – mondta Rencsevics Máté. (erté)

Június végén megszűnt az Ifjúsági Sportközpont (utolsó nevén Csokonai Kulturális és Sportközpont), melynek a kerületi sportprogramok szervezése volt az elsődleges feladata.

Ez persze nem azt jelenti, hogy az önkormányzat a jövőben nem nyújt sportolási lehetőségeket a kerületieknek, az átalakítással mindössze a szervezések háttérét szerették volna optimalizálni. A munkák jelentős részét bevették a polgármesteri hivatalba, ahol azt a köznevelési, közművelődési és sportosztály hatáskörébe

tették. Ehhez viszont az osztály sportos állományát kellett a korábbinál jobban megerősíteni.

– Szeptember elejétől már hárman vagyunk – mondta Kis-Jakab Nóra intézményfelügyeleti és sportreferens. – Marék Csaba sportreferenssel és Rencsevics Máté sportügyintézővel alkotunk immár egy csapatot.

Nóra és Máté már a tavasz második felében a stáb tagja volt. Csaba viszont csak néhány napja csatlakozott hozzájuk.

– Tizenkét éven át a Csapi-15 Kft. üzemeltetési vezetője voltam – mond-

## Korai edzőváltás

A tavalyi bajnoki cím és kupagyőzelem után nagy pofon volt a kerületi labdarúgásnak, hogy a REAC elbukta a Sárvár elleni osztályozót. Annyira, hogy azt még az új szezon elején is nyögi a csapat. A Budapest-bajnokság első számú favoritja két mérkőzésen mindössze két gól nélküli döntetlent ért el. Ezek után edzőváltás következett, Lászka Balázs lett az új tréner.

Összeült a „válságstáb” a REAC Sport Kft.-nél, és az a döntés született, hogy a tavalyi sikeredzőt, Balogh Lászlót a csapat korábbi játékosára, majd pályaedzőjére, Lászka Balázusra cserélik. A harmadik fordulóban már az új tréner vezetésével lépett pályára az együttes a Vízművek otthonában, de hiába játszott fölényben, végül a Vízművek 2–0-ra diadalmaskodott. A mérkőzés azt is bebizonyította, hogy lesz dolga az új edzőnek, akitől azt várják, rázza fel a csapatot.

Cikkünk még az Újbuda elleni fontos mérkőzés előtt íródott azzal a szándékkal, hogy bemutassuk, ki is az a

Lászka Balázs, akire ez az embert próbáló feladat vár.

– Magam is labdarúgó vagyok, még ma is a REAC keretének is tagja vagyok – mondta a negyvenesztendő szakember.

– Játszottam az ominózus Sárvár elleni hazai, gól nélküli osztályozón, melyen oldalszalag-szakadást szenvedtem, így a lábamat meg kellett műteni. Még játékosként kért fel Balogh László korábbi edzőnk, hogy segítsen a munkáját, így lettem pályaedző. Idén úgy beszéltek meg, hogy a sérülésem miatt már csak a szakmai munkára fókuszáljak, s amennyiben felépülök és szükség lesz rám, egy-egy meccsen játékosként is segíteni fogom a klubot. A menedzsment váratlan felkérése azonban ezt a kérdést is idő előtt eldöntötte.

Lászka Balázs 151 alkalommal szerepelt az NB I.-ben. Játszott többek között a Fradiban, a Honvédban, a Siófokban és a Paks együttesében is. A REAC-hoz négy évvel ezelőtt a Bu-



Lászka Balázs | Kapaszkodás felfelé

daörs érintésével került. Edzőként azonban fejest kellett ugrania a mélyvízbe. – Fizikailag és technikailag jól felkészített csapatot vettem át az elődöntőtől – mondta az új tréner. – Ez mindenképpen megkönnyíti a helyzetemet. A legfontosabb dolgom, hogy kimozdítsam az együttest a vésszes gölszegénységéből. Úgy vélem, egy győzelem megoldás lehet erre a görcsösségre, és akkor elindul-

hatunk felfelé. A bajnokságból három forduló telt még csak el, semmi sincs veszve, de ahhoz, hogy céljainkat elérjük, már most meg kell kezdenünk a felfelé kapaszkodást. (Lapzártakor érkezett, hogy a REAC felnőttcsapata a negyedik fordulóban megszerezte első győzelmét. A csapat az Újbudai FC Voyage ellen diadalmaskodott 4–0-ra.) Riersch Tamás

### BAJNOKI MENETREND

#### Női kézilabda NB II.

Szeptember 22. 14.30 Csömöri Sportcsarnok; Kinizsi TTK – KASE

#### Férfifutball NB II.

Szeptember 24. 20.00 BEAC Sportcsarnok; ELTE-BEAC – REAC-SISE  
Október 1. 20.00 Csömöri Sportcsarnok; REAC-SISE – UTE

#### Férfifutball Budapest-bajnokság I. osztály

Szeptember 22. 18.00 Budai II. László Stadion; REAC – Testvériség SE  
Szeptember 29. 11.00 III. kerület, Sujtás utca; ASR Gázgyár – REAC

**THÖKÖLY VENDÉGLŐ**  
SINCE 1923  
1146 Budapest, Thökölly út 80.  
Asztalfoglalás: (+36 1) 383 50 44

**ÜNNEPELJE NÁLUNK SZÜLETÉS-NAPJÁT! A TORTÁT**

**ÉS A KÖSZÖNTÉSHEZ A PEZSGÓT**

**MI BIZTOSÍTJUK!**  
Minimum 6 fős születésnap ebéd vagy vacsora esetén!

**VASKÓ TÓDOR**  
Cimbalom művész  
"Jó ebédhez szól a nóta!"  
Minden Vasárnap délelőtt cimbalomzene!

**VOYAGE**  
Minden esütörtök, péntek és szombat este élőzene, tánc 18-22 óráig!

**BAKACSI BÉLA**  
Október 07. 18.00

[www.thokolyrestaurant.hu](http://www.thokolyrestaurant.hu)

## E G É S Z S É G # T R E N D

## Nem a kenyér a fő ellenség!

Azok közül, akik testsúlycsökkentő étrendet követnek, sokan választják az extrudált kenyeret, a puffasztott rizs-, illetve búzaszeletet, azt gondolván, ezek fogyasztása elősegíti fogyásukat, hiszen kevesebb kalóriát tartalmaznak, mint a hagyományos kenyér. Ebben van némi igazság, azonban tudni kell: nem a kenyér a diéta legnagyobb ellensége.



A kevesebb az több? | Kevésbé laktatóak

– Sokaktól hallom ezt a mondatot: „Fogyni szeretnék, ezért nem eszem kenyeret” – kezdi a beszélgetést Szabó Krisztina, a XV. Kerületi Önkormányzat Egészségügyi Intézményének dietetikusa. A szakember szerint ugyanakkor nem a kenyér a fő ellenség, ha valaki csökkenteni szeretné a

testsúlyát, hanem az, hogy nem megfelelő alapanyagból készültet választunk és túl sokat fogyasztunk belőle. Azaz vegyünk és együnk teljes kiőrlésű, korpás vagy Graham-kenyeret, melyek magas rosttartalmuknál fogva nagyobb telítődéssel bírnak. A másik lényeges dolog, hogy tartsuk a mennyi-

ségeket, ami 60-100 gramm között mozog, az egyén energiaigényétől függően.

Ha egy szelet puffasztott rizst, illetve búzát (körülbelül 10 gramm) fogyasztunk egy szelet kenyér (mintegy 70 gramm) helyett, valóban kevesebb kalóriát viszünk be, tudjuk meg a dietetikustól. Azonban míg

100 gramm teljes kiőrlésű kenyér 200 és 300 kalória között mozog, 100 gramm puffasztott búzaszeleté 350 és 400 kalória között. Tehát ha egy szelet kenyeret 2-3 szelet puffasztott, illetve extrudált termékkel váltunk ki, valóban alacsonyabb lesz a kalóriabevitel.

A gond csak az, hogy ezek kevésbé laktatóak, ezért jellemzően 2-3 szeletnél többet eszünk belőlük. Márpedig ha súlyra ugyanakkora, esetleg nagyobb mennyiséget fogyasztunk az extrudált vagy puffasztott termékből, akkor az bizony több kalóriát jelent, mintha teljes kiőrlésű kenyeret ennénk.

-y -a

FOTÓ: XV. MÉDIA, NAGY BOTOND



## A legerősebb anyuka

Palágyi Zsanett nyugodtan pályázhatna a legerősebb anyuka címre, mert nem sok édesanya van, aki képes lenne 117,5 kilogrammot fekvé kinyomni. A Rákospalotán élő egygyermekes anyuka ennyire javította az egyéni csúcscsúcsát a franciaországi Bordeaux-ban rendezett fekvenyomó Európa-bajnokságon.

– Tavaly Finnországban sikerült először Európa-bajnokságot nyernem, de akkor az abszolút versenyben a harmadik lettem. Az idei Eb-n viszont öt kilóval többet emeltem, így az abszolút versenyben is sikerült egyet előre, a második helyre lépni – mondta az újdonsült Európa-bajnok.

Zsanett nem fekvenyomóként kezdte a pályafutását, hanem kajakosként. Az édesapja azonban úgy vélte, hogy az evezéshez erősödni

kellene egy kicsit, s mivel korábban testépítéssel és fekvenyomással foglalkozott, levitette a lányát egy konditerembe. Zsanett meg ott ragadt, és a lapátot súlyzókra cserélte.

– A kislányom is nagy örömmel emelgeti a pici súlyzóit, látszik, hogy tetszik neki a dolog, így nagy valószínűséggel belőle is fekvenyomó lesz. Úgy látszik, ez családi örökség – mondta a sportoló.

Zsanett idén már a világbajnokságon is jeleskedett. A májusi finnországi versenyen harmadik lett, mely pályafutása első vb-érme volt.

– Jövőre, megint nagyon messze, Tokióban rendezik a világbajnokságot, de szeretnék majd kijutni – mondta a bajnok. – Az Eb-érmek gyűjtését is egy bronzal kezdtem, aztán pedig már az aranyak jöttek, hátha így lesz a vebé-érmekkel is!

R. T.



## Újabb Földházi-arany

Kerületünk büszkesége, Földházi Zsófia öttusázó remekül szerepelt a mexikóvárosi öttusa-világbajnokságon.

A KSI SE kiválósága már az első – számára kritikus – számban, a vívásban is jó eredményt ért el (35 asszóból 18-at megnyert), amit egy jó úszással (ebben hatodik lett) még tetézni is tudott. A lovaglásban azonban két verőhibát vétett, ami azt jelentette, hogy az utolsó, lövészettel kombinált futásnak a nyolcadik helyről vágthatott neki.

A rákospalotai sportolónak azonban ez a szám az erőssége, amit a 3200 méteres magaslati pályán bizonyítani is tudott. Körülbelül közelebb került meg az előtte futókat, akik közül hármat le is hajrázott, így

végül a negyedik helyen ért célba. Zsófi a tavalyi világbajnokságon ezüstérmes volt, és az idein is közel volt a dobogóhoz. Ám, így sem maradt érem nélkül, mert ez a negyedik helyezése a csapatversenyben is rengeteg ért.

A három magyar lány – Alekszejev Tamara, Földházi Zsófia, Kovács Sarolta – ugyanis egy negyedik, egy hatodik és egy tizennegyedik helyezést produkált, amely az összesítésben aranyérmes jelentett a csapat számára. Zsófi tehát ismét világbajnok lett. Ráadásul triplázni is tudott, mivel az elmúlt három világbajnokságon rendre a vele felálló magyar válogatott nyerte a csapataranyat.

(riersch)

## SPORTMOZAIK

## ÉRTÉKES JÁTÉKOSOK

A REAC Sportiskola játékosa, Lukács Dániel a patinás Újpest FC labdarúgója lett. Ugyancsak jól alakulnak a szintén sportiskolás múlttal rendelkező Vajda Milán dolgai is, aki négyévesnyi REAC SISE, majd egyévesnyi Vasas Kubala Akadémia-képzés után immár a Puskás Labdarúgó Akadémia színeiben a 2006-os csapat egyik legjobb mutatóival rendelkezik.




## 5. DANOS MESTER



A Japán Wado-Kai Karate Szövetség az angliai Leicesterben rendezte meg tagországi stílus-világbajnokságát augusztus végén. A rendezvényer a magyar válogatott ötvenöt fővel érkezett, közülük a Nihon Újpalotai Sportegyesület ötven képviselték. A kétnapos verseny végére a magyar csapat a 4. helyet szerezte meg. A Nihon Újpalotai Sportegyesület sportolói közül Papp Anna katában (formagyakorlat), Pongó Krisztián kumiteben (küzdelen) és Szécsényi Attila Zsolt katában (formagyakorlat) III. helyezést értek el. A versenyt követő övvizsgák alkalmával a JK F Wado-Kai öttagú danvizsga bizottsága előtt Szécsényi Attila Zsolt, az egyesület elnöke sikeres 5. danos vizsgát tett.

## MTK-S HAGYOMÁNY


Ismét az MTK Karate Szakosztálya lett a legsikeresebb magyar csapat a 21. Budapest Open Nemzetközi Nyílt Karateversenyen. A pestszentimrei Sportkastélyban megrendezett verseny a magyar csapatoknak a felnőttvilágbajnokság és a korosztályos Európa-bajnokság kvalifikációs sorozatába is beletartozott. Az MTK sportolói összesen 5 arany, 10 ezüst és 12 bronzérmes szereztek, mellyel az éremtáblázaton a legjobb magyar egyesületként a negyedik, a ponttáblázaton pedig a harmadik helyen végeztek.

 <b>PÓLUS MOZI</b> A nyereményjegyek beválthatók bármelyik műsorrendi vetítésünkre. KÍNÁLAT: <a href="http://www.poluscentermozi.hu">www.poluscentermozi.hu</a>						KELLEMETLEN ILLATOT ÁRASZT	KÖZÉPEN SZÓRI!	POZSONYI IGEN!	ITT GYŐZTE LE SCIPIO HANNIBÁLT (zama)	NINETTA, NINA BECÉSE LEHET	KÖNYV-KIADÓ, IDEGEN SZÓVAL	GÖGICSELT-NI KEZDI!	AZ ITTRIUM VEGYJELE	SUZUKI TEREPIÁRÓ MODELL	ANDREW LLOYD WEBBER MUSICALJE	ÉMILE ZOLA ISMERT REGÉNYE	TÖRTÉNELMI IDŐSZAK, KORSZAK	VONAT ELEJE!	
	MEGFEJTÉS, 1. RÉSZ																E		
	ÖVEZETEN BELÜL MUTATJA AZ ÓRA										SZAPORODÁSI MÓD JELZŐJE NŐI NÉV								
	AZ EGYIK HATÁROZOTT NÉVELŐNK					ID. ELÓTAG: MINDEN-IRÁNYÍTÁSRA ALKALMAS					ATÉNEVEL ROKON NÉV MÁS HIBÁJÁBÓL TANULÓ						50, RÓMAI SZÁMMAL FOTEL KÖNYÖKLÖJE		
	LÉG-VÁRBAN VAN!					ÖNMŰKÖDŐ GÉP SÜRÜN ÚT A BOKSZOLÓ											FECSE-FAROK! LOKÁLIS		
	MEGFEJTÉS, 2. RÉSZ	MÁRVÁNY-MINTÁZAT	LONDONI BANKKÖZI KAMATLÁB (libor)	SZÉLESRE NYITOTT (AJTÓ)	LOPVA FIGYEL USA-SZABVÁNY JELE			HOSSZÚ IDŐ MŰLVA HOSSZ-MÉRTÉK									FÉL TUCAT SULFUR-TARTALMÚ ÁSV., RÉG.		
MUSZKLI-FÉLE A VÁLLBAN									KERTI ...; FÉLCSERJE LEKONYVUL A VIRÁG					VETEMÉNYES VALAMINEK A NYITJA					
HATÁLMÁS VÍDÁMPÁRKI FORGÓ										A LANTÁN VEGYJELE TETŐPONT (AZ ÉGEN)			AJTÓ OLDALRÉSZE EVŐESZKÖZ, TÁJSÓVAL						
"ÁLLATI" GYALOG-ÁTKELŐ						SPORTFODGÁSI HELY MALOM RÉSZE					FR. BOR-PÁRLAT ODA SE NEKI!								
SZAKSZERV. CSÜCS-SZERV RÖV. NEVE VOLT					EGYKORI SZÁNTÓ-ESZKÖZ ...-VEL						POLÁRIS, MAGYARUL ALÁVALÓ, BECSTELEN						SPANYOL AUTÓTEL BOLOND, ESZELŐS		
ATHÉNI LEVEGŐ!				NEM LÁT, VILÁGTALAN SZALMÁRAKÁS			VMIBEN LIS-TAVEZETŐ A KÉT ... (KASTNER)										STRÁZSA KERESKEDŐI (GONDOLKODÁS)		
GAZDASÁGI TÁRSASÁG, RÖV.			KARJALAI KARIMÁS FEJFEDŐ				VULKÁNI KÖZETFÉLE A FÖLDRE HELYEZ							HERÉLT KOS LAKK ALAP-ANVAGA					
OLASZ AUTÓ-JELZÉS		KÉREGET SZAMÁRHANG UTÁNZÁSA						FOSZTÓ-KÉPZŐ BARANYAI KÖZSÉG					UTÓDOT VILÁGRA HOZ A MÉLY-BE JUT						
KÉRDÉS TÁVOLI TÁRGYRA (2 SZÓ)					RAKAT ERKÖLCSI KÖR, IROD. SZÓVAL				MÁJUSBAN VAN! GYEREKIEK HISZÉKENY			BALATONI ÜDÜLŐHELY RÓKA KICSINYE							
AZ OTTHONOMBAN					SZABADTÉRI FÜRDŐ RÉGI PUSKA JELZŐJE						ALATT ELLENTÉTE MALÁRIA-GYÓGSZER								
PÓZELÉK, (TRÉFÁS) TÁJSÓVAL						ALSÓJÁRA ROMÁN NEVE LÉTIGE				ENERVÁLT ARC JELZŐJE KIKÖTŐGÁT							1, RÓMAI SZÁMMAL TÜZET ÉLESZT		
ROMLOTT TOJÁS JELZŐJE				TASZÍT HAT. RAG, -LEG PÁRJA			BŰNÜGYI REGÉNY PIPÁZIK, NÉPESÉN					ARAB FŐNÖK (rais) NAGYON RÉGI					DEKAGRAMM, RÖV.		
SZINTÉN, UGYANCSAK			EBÉD ELSŐ FOGÁSA A HIGANY VEGYJELE				GYEREKPE-DAGÓGUS DÁTUMRAG, -ÉN PÁRJA						MUNKÁBA BELEFOG ABLAK-KERET!						
AZ URÁN VEGYJELE		NAGYŰZEMI PONTY-FOGÁS EGYE!							MONA ...; HÍRES KÉP MÉTER, RÖVIDEN					SIMA FELÜLETŰ AMPER, RÖV.					
PIROS MINT EGY BOGYÓS GYÜMÖLCS									NŐI NÉV (MÁJUS 4.)								TANGENS, RÖV.		



Fejtsse meg a rejtvényt és az üzenetet! Vágja ki az újságból a teljesen kitöltött rejtvényt, 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, két helyes megfejtőnk pedig egy-egy négyesemélyes cirkuszjegyet nyer az Eötvös Cirkusz jóvoltából.** A beküldési határidő: **október 1.** A nyeremények át nem ruházhatók, a nyeremények változtatási jogát fenntartja a kiadó.

A 2018/17. szám helyes megfejtői közül **kétszemélyes mozijegyet nyertek** a Pólus Mozi jóvoltából:  
**Viczián István, XV. kerület,**  
**Kircsi Sándorné, XV. kerület,**  
**Kiss Dóra, XV. kerület,**



**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](http://www.arpadfoldi.hu)

# XV KERÜLETI ÉLETKépek

XV RÁKOSPALOTA • PESTÚJHELY • ÚJPALOTA KÖZÉLETI LAPJA

Az ÉLETKépek következő megjelenése: 2018. október 4.  
 Lapzártá: 2018. szeptember 27. 12 óra. ✦  
 A lapzártá után érkezett anyagokat a szerkesztőség csak a következő lapszámban tudja közölni.  
 Az újságban megjelenő hirdetések tartalmáért a szerkesztőség nem vállal felelősséget.

QR KOD



ANDROID

QR KOD



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 közterülettel kapcsolatos bejelentéseket megtehetik a Répszolg által üzemeltetett ingyenesen hívható „zöldszámon” is: **06 80 205 062.**

## Megérkeztek legújabb újratölthető hallókészülékeink bevezető áron!

Környezetbarát, könnyen kezelhető:  
éjjel feltölti, nappal használja.



Szeptember 30-ig

**-50%**  
kedvezmény

+ ingyen töltő

2 db Starkey Summit iQ i2400 RIC 312 R újratölthető hallókészülék 2018. szeptember 30-ig bevezető áron 50%-os kedvezménnyel és ingyen töltővel. A további részletekről érdeklődjön üzleteinkben.

Próbálja ki üzleteinkben vásárlási kötelezettség nélkül, ingyenes hallásvizsgálat után!



Jobb hallás.  
Jobb élet.

Budapest XV., Illyés Gyula u. 10.  
**06 30 491 5983 • 06 1 604 4103**

A KOCKÁZATOKRÓL OLVASSA EL A HASZNÁLATI ÚTMUTATÓT, VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT!

# Gold Orient Ékszer és Zálog

A PIACON ELÉRHETŐ LEGOLCSÓBB ZÁLOGHITEL, ARANY FEDEZETRE!

TÖRTARANY FELVÁSÁRLÁSI

ÚJ ARANY ELADÁS **9.500** FT-TÓLI

HASZNÁLT ARANY ELADÁS **8.800** FT-TÓLI

Aranyékszer vásárlás részleteire is! További információ az üzleteinkben!

Üzleteink:

1077 Budapest, Bethlen G. u. 14.

1077 Budapest, Király utca 67.

1068 Budapest, Király utca 98/B

1072 Budapest, Klauzál tér 11.

1063 Budapest, Szinyei Merse u. 22-24.

1082 Budapest, Baross utca 96.

1081 Budapest, Népszínház utca 29.

1092 Budapest, Ferenc krt. 22.

1152 Budapest, Szentmihályi út 167-169. (Ázsia center) I.emelet

tel.:0670 778 7016

tel.:0670 338 6664

tel.:0670 778 7019

tel.:0670 334 0039

tel.:0670 436 1303

tel.:0670 505 5539

tel.:0670 933 2028

tel.:0670 382 8131



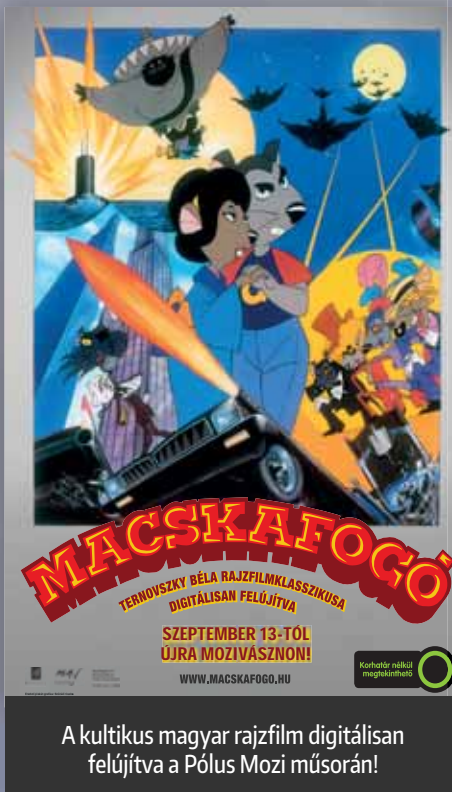
[www.goldorient.hu](http://www.goldorient.hu)

# PÓLUS MOZI

## PROGRAMAJÁNLÓ

Részletek és online jegyvásárlás:  
POLUSCENTERMOZI.HU  
f /PolusCenterMozi

Minden  
kedden a  
KEDDVEZMÉNYES  
mozi jegy ár: 1120Ft!



**MACSKAFOGÓ**  
TERNOVSKY BÉLA RAJZFILMKLASSZIKUSA  
DIGITÁLISAN FELÚJÍTVA  
SZEPTEMBER 13-TÓL  
ÚJRA MOZIVASZNON!  
WWW.MACSKAFOGO.HU

Korhatár nélkül megtekinthető

A kultikus magyar rajzfilm digitálisan felújítva a Pólus Mozi műsorán!



MIRAI  
LÁNY A JÖVŐBŐL  
HISODA MAMORU FILME  
PREMIER ELŐTTI VETÍTÉS  
A PÓLUS MOZIBAN  
SZEPTEMBER 28. 19:00  
HANGBŐGÁN & MOZIKBAN

Díjnyertes japán anime rajzfilm premier előtt a Pólus Moziban!



Meseszínház a Pólus Moziban

Október 7.  
vasárnap 11:00

**KIPPKOPP ÉS TIPTOPP**  
A Nefejejcs Bábszínház előadása



Október 21.  
vasárnap 11:00

**VUK**  
A Fabula Bábszínház előadása

*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.

VI. ÉVF. 9. SZÁM |  
2018. SZEPTEMBER 20.

# 60+

ÉLETKÉPEK-MELLÉKLET – NEM CSAK SZÉPKORÚAKNAK



AZ ALZHEIMER VILÁGHÓNAPJA

GYÉMÁNTBA ZÁRT SZERELEM

SZÁZHAT GYERTYAFÉNY EMLÉKE

## Klubdélutánok az egészség jegyében



Klubfoglalkozásokat tartanak a Kínizsi TTK Klubházában (Kert köz 2.) péntekenként délután 4 órától. A 60+ korosztálynak szánt programra szeptember 21-én, október 12-én és 26-án, november 9-én, 23-án és 30-án, valamint december 14-én várják az érdeklődőket. A rendezvény ingyenes, de előzetes jelentkezést várnak a 06 70 440 4022-es számon.

Ék

# Alzheimer Világhónap

Minden év szeptember 21-én Amerikától Újpalotáig emberek tömegei vesznek részt olyan eseményeken, amelyek segítségével felhívják a figyelmet az Alzheimer Világhónapra, és kifejezik szolidaritásukat a betegségben szenvedőkkel.



A helyi Egyesített Szociális Intézmény tavasszal, az Alzheimer Cafék Országos Találkozója rendezvényen egy felhívással fordult a 160 résztvevőn keresztül az ország valamennyi demenciával foglalkozó szervezetéhez: „Nem vagy egyedül” szlogennel szerveznek országos sétát, kifejezve a szolidaritásukat a demenciával élőkkel és hozzátartozóikkal.

Az országos kezdeményezésükhöz eddig 25 város, valamint a Sétáló Idősek Mozgalom is csatlakozott. Kerületünkben szeptember 21-én egész napos, ingyenesen programon hívják fel a lakosság figyelmét a problémára, és tájékoztatást adnak arról, hová fordulhatnak segítségért az érintettek.

(béres)

### PROGRAMOK:

**Konytfa Nyugdíjas Klub** (Konytfa utca 3.)  
8.45 Találkozó  
9.00 Séta a Fő térre

### Fő tér

10.00 Németh Angéla alpolgármester köszöntője  
10.15 Örömtánc – mert együtt lenni jó

### Újpalotai Községi Ház

 (Zsókavár utca 15.)

11.00 Felejtés megfejtés – tesztköltés  
11.30 Filmvetítés – Megmaradt Alice-nak

### Újpalotai Család- és Gyermejkölési Központ

 (Zsókavár utca 24.)

15.00 Személyes beszélgetés és tesztlemezés  
15.00 A hozzátartozói csoport tapasztalatai

### FSzEK Újpalotai Könyvtár

 (Zsókavár utca 28.)

15.00 Alzheimer-nyavalya (beszélgetés a könyv szerzőivel)

### Pajtás Étterem

 (Zsókavár utca 24.)

17.00 Alzheimer Café Plusz

## Gyémántba zárt szerelem



FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ



**A** házassági évforduló meghitt ünnep, ilyenkor az esküvő óta eltelt évekre emlékeznek a párok. A legtöbb kultúrában számon tartják, a házastársak ilyenkor rendszerint valamilyen ajándékot adnak egymásnak, és gyakran újabb lakodalommal ünneplik meg e jeles családi dátumot.

Nem volt ez másként kerületünkben sem, amikor is augusztus 31-én a kerületi házasságkötő teremben 60 év után újból kimondták az igent. Handel György és felesége, Handel Györgyné ugyanis gyémántlakodalmuk alkalmából hívták össze a násznépet.

-s-ó



# Százhat gyertyafény emléke



FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND



Előkerültek a régi fotók is, melyek igencsak sokat mesélnek a múltról, amikor Matuz Jánosné Turcsány Teréziát immáron 106. születésnapja alkalmából látogattuk meg Rákospalotán.

Teri néni, a kerület legidősebb asszonya, 1912-ben, augusztus 31-én született egy tősgyökeres palotai családban a Szentmihályi út környékén, amit akkoriban szántóföldek szegélyeztek.

A földművelést szinte az anyatejjel szívta magába Teri néni, és bár tizenöt évesen a helyi kötőgyárba, próbált szerencsét, végül mégis a mezőgazdaság szeretete bizonyult erősebbnek,

férjével ugyanis egy zöldségesüzletet vezettek egészen 1950-ig. Ekkor az ura visszakerült a járműfelszerelési gyárba, Terike néni pedig innentől kizárólag a háztartási munkákat, illetve a kerti feladatokat látta el.

A férje 1986-ban halt meg, azóta a fiával, Matuz Györggyel és a menyével él. Bár csak egy gyermeke született, mégis nagy a családja, hiszen fiú- és lányunokája révén már négy dédunokával is büszkélkedhet.

Az ünnepeltet az önkormányzat nevében Németh Angéla polgármesteri jogkörben eljáró alpolgármester köszöntötte szeptember 3-án.

B. I.

## Színpompás Olajág

Gyönyörű napsütésben köszöntötték az őszt az újjalatos Olajág Otthonok lakói az önkormányzattal közösen szeptember 13-án. A hagyományos szomszédünnepük bár nyárbúcsúztató jegyében szerveződött, a hangulat azonban korántsem az elmúlásról szólt. Sokkal inkább a vidám dallamokról, finom falatokról és a közösség összetartó erejéről.

Az otthon lakóinak tánc- és tornacsoportja nagyszerű koreográfiát mutatott be. Bencze-Lendvai Erzsébet szociális szakmai igazgató és Németh Angéla polgármesteri jogkörben eljáró alpolgármester inspiráló szavai után pedig Némedi-Varga Tímea és Bakacsi Béla szórakoztatta a lelkes közönséget.



FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ

(b)

# Az öngondoskodás időskorban is fontos!



Egyenes háttal, függen, határozottan érkezett a bácsi, mondván, érdeklődni szeretne az otthonba költözés feltételeiről. Elmúlt 80 éves, fontosnak tartja, hogy gondoskodjon saját magáról, a biztonságos jövőről. Gyakran jár felénk, mondta, hiszen a barátnője is errefelé él.

Jó volt látni, hallani ezt a magabiztosságot. A bácsiról sugárzott, hogy elégedett az életével, hogy terve van, és még bőven van mit adnia másoknak.

Egyre több hasonló mentalitású idős keresi meg otthonainkat. Tervezik a saját jövőjüket, mely jövő minden tekintetben aktív az elképzelésük alapján.

A már több éve velünk élők is fokozatosan nyílnak meg, ahogy megtalálják helyüket a közösségben. Sok olyan lakó él az Olajág Otthonokban, aki vezető szerepet vállal a szervezésben, az új lakók segítségével, a közös programok kialakításában. Az ő bevonásukkal pillanatok alatt összejön a csapat a kirándulásra vagy sportolásra, színházi előadásra, sőt számtalan programnak a lakók maguk a házigazdái. Így alakul ki a különleges technikával festő bácsi körül a tanulni vágyók köre, és szület-

nek szebbnél szebb alkotások, vagy az énekesműhely, mely nem csupán büfelejtő közös dalolásból áll.

Az egyének öngondoskodási vágyából így születnek közösségek, melyek folyamatosan mozgásban vannak,

alkotnak, tanulnak és tanítanak, kapcsolatokat ápolnak, élvezik a mindennapokat. Így születnek a folyton elfoglalt idősök, akiknek mindig van programjuk, tennivalójuk.

(x)

*Legyen a mi otthonunk az Ön otthona!*



A fanyégo marketing cég a közélettel és a jogosult elözetesen, irósból a lakozaróval hozzájárult.

Visky Éva néni  
2001 óta a csepeli  
otthon lakója

**A színvonalas időotthon képes eleget tenni a sokszínű elvárásoknak.**

Nekem az aktív pihenés a legfontosabb! A döntésnél elsődleges volt

- » a testi, lelki egészség megőrzését támogató szolgáltatások,
- » a saját, légkondicionált kirándulóbusz,
- » a kirándulóprogramok országsszerte,
- » a kertészkedési lehetőség,
- » a szabadidő hasznos eltöltésének sokszínűsége közösségben.

**Jöjjön, nézzen be hozzánk!  
Várjuk jelentkezését:**

**06 1 510 00 20**

  
**OLAJÁG**  
OTTHONOK

Gondoskodjon időben a teljes értékű nyugdíjas éveiről!

[www.olajagotthonok.hu](http://www.olajagotthonok.hu)

