

# KERÜLETI ÉLETKÉP

facebook.com/xvmedia

www.xvmedia.hu

VIII. évf.  
18. szám |  
2018. október 4.

Németh Angéla  
nyerte az időközi  
polgármester-  
választást

3. oldal

XV RÁKOSPALOTA • PESTÚJHELY • ÚJPALOTA KÖZEL

FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND



ÉPÜLHET A HIÁNYZÓ ZAJVÉDŐ FAL

NÉPSZERŰEK A CSALÁDI HÁZAK

SZÜRETI MULATSÁG RÁKOSPALOTÁN

# Épülhet a hiányzó fal

Az M3-as autópálya kivezető szakasza mellett még hiányzó zajvédő fal volt a témája a szeptember 26-i lakossági fórumnak. A Kozák Téri Közösségi Házban tartott rendezvény nemcsak az érintett lakosokat, hanem a vállalkozókat is érdekelte.

Elsőként Benedekné Bagyinszki Márta főosztályvezető tájékoztatta az érdeklődőket a fal történetéről és az ügy jelenlegi állásáról. Mint mondta, a Wesselényi utca és Szentmihályi út közé tervezett 1200 méteres zajvédő fal ügyében nemrégiben jogerős ítélet született. Egy vállalkozó megtámadta az engedélyt, amit a bíróság helybenhagyott, és a vállalkozó továbbra is perel a beruházás miatt,

de ez a fal építését már nem befolyásolja.

– A zajvédő fal építésének a Budapesti Közlekedési Központ a projektgazdája – mondta a városgazdálkodási főosztály vezetője –, mely szeptember elején jóvá is hagyta a kiviteli terveket. Eszerint az 1200 méter hosszú zajvédő fal négy méter magas lesz, az alsó két méteren tömör anyagból készül, a felső két métere pedig átlátszó. Ha minden a terv szerint alakul, akkor tavasszal kezdődhetnek a munkálatok, mely ugyan pár fa kivágásával jár majd, ám a terv új fák ültetését is tartalmazza. A fal megépülése jövő ősze várható.

A rendezvényen részt vevő Hajdu László országgyűlési képviselő hozzátette: „ha csak az önkormányzatot múlt volna, akkor ennek a hiányzó falnak már 2017-ben meg kellett volna épülnie”.

– Amikor arról szavaztunk, milyen legyen az épülő fal, tömör anyagból álló vagy átlátszó, akkor a többség a feles megoldás mellett döntött. Úgy tűnt, ez egy kompromisszumos megoldás lehet, de tévedtünk. Ennek köszönhetően tartunk ott, ahol most tartunk – mondta az országgyűlési képviselő.

Hajdu László azt is elmondta, hogy a fal miatt már a Parlamentben is felszólalt, ahol azt a választ kapta,



Lesz zajvédelem | A tervek szerint jövőre készül el

hogy jövő év májusára el fog készülni a hiányzó szakasz.

– A 2010-ben elkészített tervek ma már nem felelnek meg a szabályoknak, emiatt újra kellett tervezetni a falat. Ezt a fővárosnak kellett volna elvégeznie, de a kerület átvállalta ezt – tette hozzá a képviselő.

A közönségből sokan hozzászóltak a falüghöz. Néhányan még az indulataikat sem palástolták. Volt, aki arra volt kíváncsi, hogy a zajvédő

fal milyen nyomvonalon jut majd el a Szentmihályi útig, a felüljárón vagy mellette, lévén, hogy az ő háza éppen a felüljáró mellett van, más azt firtatta, hogy a fal Gábor Áron utca felőli oldalán parkolókat kellene kialakítani, mert a Kozák tér környékén nagy probléma a parkolás. Némi vita kirobbant arról, hogy szükséges-e átlátszóknak lennie a falnak, ugyanis ebben nem mindenki értett egyet. *Riersch Tamás*

## Jutalom a jóknak

Zsúfolásig megtelt szeptember 20-án és 24-én a hivatal díszterme, de a padokat és széksorokat ezúttal nem a képviselő-testület tagjai, hanem a diákok, szülők és pedagógusok töltötték meg. A két napon ugyanis a tanulmányi ösztöndíjak átadását tartották, melyre mintegy kétszáz 5–8. és 9–13. évfolyamos diáknak postáztak meghívót.



Egyösszegű támogatás | Többen kapnak

– Önkormányzatunk 1993 óta jutalmazza, ismeri el tanulmányi ösztöndíjjal a legjobb tanulmányi eredményt elérő diákokat – mondta Németh Angéla polgármesteri jogkörben eljáró alpolgármester a 20-i ünnepségen. – Idéntől azonban megváltozott a tanulmányi ösztöndíj rendszere, így még több általános és középiskolás gyermek és fiatal tanulmányait tudják támogatni. Mindez az ösztöndíjak megemelt összegében is megmutatkozik.

A korábbi tanulmányi ösztöndíj helyett ugyanis az önkormányzat idén két új díjat – „A

XV. Kerület Kiemelkedő Tanulója – Pallasz Athéné-díjat” és „A XV. Kerület Kiemelkedően Fejlődő Tanulója – Halley-díjat” – alapított, melyet két kategóriában, 5–8. és 9–13. évfolyamon osztanak ki. A korábbi tanulmányi ösztöndíjra több mint 4,4 millió forintot fordítottak, a két új díjra azonban már 15,5 millió forintot költenek.

A régi tanulmányi ösztöndíjrendszerben a felső tagozatos diákok tíz hónapon keresztül 5000, a középiskolások pedig 8000 forintot kaptak. Ezzel szemben az új ösztöndíjaknak köszönhetően a Pallasz Athéné-díjat elnyert

tanuló százezer forint, míg a Halley-díjat elnyert tanuló ötvenezer forint egy összegben kifizetendő támogatásban részesül. A korábbi években maximum negyven tanuló részesülhetett évente tanulmányi ösztöndíjban, az új rendszerben mindkét kategóriát figyelembe véve már százhetvenkettő diákot jutalmaztak.

A felsősök szeptember 24-i jutalmazása előtt Németh Angéla köszöntötte a mexikóvárosi öttusa-világbajnokságon egyéniben negyedik helyezett, csapatban pedig aranyérmes Földházi Zsófiát.

R. T.

## Még nem késő igényelni

Már csak néhány napig, egészen pontosan október 15-éig igényelhető az önkormányzatnál a 12 ezer forint értékű tüzelőanyagot biztosító téli rezsicsökkentés.

Nagyon fontos a határidő betartása, mert aki elmulasztja, az lemarad a támogatásról. Azok kérhetik, akik korábban nem részesültek téli rezsicsökkentésben, és erről nyilatkozatot tesznek. Az igénybejelentő jogosultságát a katasztrófavédelem ellenőrizheti. A kizárólag elektromos fűtéssel rendelkező háztartások nem jogosultak a támogatásra.

A juttatást természetben, azaz tüzelőanyag formájában kapják meg az igénylők a fűtési szezon folyamán. A támogatást a következő fűtőanyagokból lehet kérni: tűzifa, szén, propán-bután palackos gáz, propán-bután tartályos gáz, fűtőolaj, pellet/brikett. A támogatás nem fedezi az egyéb, például a szállítási, darabolási költségeket!

FOTÓ: XV. MÉDIA, VARGOSZ



Természetbeni juttatás | Fontos a dátum betartása!

Háztartásonként egy igénybejelentés nyújtható be, személyesen a polgármesteri hivatal Bocskai utcai ügyfélszolgálatán vagy postai úton a népjóléti és intézményfelügyeleti főosztálynak címezve (1153 Bp., Bocskai utca 1–3.).

Az igénylőnek XV. kerületi bejelentett lakcímmel vagy bejelentett tartózkodási hellyel kell rendelkeznie. Az igénybejelentő nyilatkozaton rögzíteni kell az igényelt fűtőanyag fajtáját, amely később nem módosítható.

Az igénybejelentő formanyomtatvány letölthető a [www.bpxv.hu](http://www.bpxv.hu) honlapról, vagy beszerezhető a

polgármesteri hivatal ügyfélszolgálatán, illetve az Időseket Segítő Szolgálatokban és a Nyitott Ajtó Palota Pont Együttműködési Irodában.

– Szeptember végéig mintegy ötvenen igényelték kerületünkben a támogatást, és körülbelül még egyszer ennyi igénybejelentésre számíthatunk. Közülük sokan önkormányzati bérleményben élnek, főként Rákospalota déli részén, a VEKOP európai uniós pályázat keretében felújítandó területen – mondta lapunknak Reiszné Naszádi Magdolna, a népjóléti és intézményfelügyeleti főosztály vezetője. *JÁG*

# Felújítások a kerületi játszótéren

Idén nem helyszínek, hanem a munkák tematikája alapján osztották fel a játszótérek felújítására fordítható keretet, ami jelentős összeg, mintegy 25 millió forint.

A döntéshozók öt főcsoportot határoztak meg feladatként a Répszolg számára: árnyékolók telepítése, párapapuk kihelyezése, ivókutak létesítése, új játszószerkek beszerzése, valamint kerítésépítés.

– Árnyékolókat, azaz napvitorlákat helyeztek ki a társaság a Páskom parkba, az Ozmán rekreációs parkba és a Nádastó parkba. További három helyszínen – az Obsitos téren, a Neptun utcai játszótéren és a Tompa-Baksays játszón – tervezi még a társaság árnyékolók telepítését. Ezeket még jelenleg is gyártják – tudtuk meg Demeter János ügyvezetőtől.

A nyári nagy melegben nagyon jó szolgálatot tettek a hűsítő párapapuk, amiket a Békás, a Tukán, a Kontyfa utcai és az Ozmán játszótéren állítottak fel. Szomjoltó ivókutat pedig a Vácrátót és



Leterhelt gyártók | Októberi telepítés

az Obsitos térre szereltek fel. A kerítésépítés befejeződött a Kórákás park 44. szám melletti téren – ide egy új pingpongasztal is került –, a többi helyszínen ezt követően végzik el a terek körbekerítését, a kerítések javítását, kiegészítését.

A Géza fejedelem téren és a Páskom liget 51–53. szám mögötti téren két nagy értékű új játszószerk, kombinált játszóvárat telepítenek majd akkor, ha a forgalmazó legyártja, leszállítja azokat. Ezek mellett a Kolozsvár iskolával

szembeni Besenyő parkba és a Szerencs utcai játszótérre kerülnek ki új játékok.

– Azt tapasztaltuk, hogy a játszószergyártók nagyon leterheltek idén. Hiába rendeltük meg június elején a játékokat, a kivitelezők csúsznak a megvalósítással. Szerettük volna, ha iskolakezdsre elkészülnek ezek a beruházások, a mostani állás szerint azonban október végéig tudjuk majd átadni az új játszószerkeket a kerületi gyerekeknek – mondta Demeter János.

Jónás Á.



# Választottak a lakók



A baloldali jelöltjét, Németh Angéla korábbi alpolgármestert választotta meg polgármesternek a kerület lakossága a szeptember 30-ai időközi választáson.

A választáson három jelölt közül dönthettek a kerület lakói, mivel a függetlenként induló

Csékei Sándor szeptember 28-án visszalépett.

A *valasztas.hu* adatai szerint Németh Angéla, aki a Rászorulókat Támogatók Egyesülete és a Magyar Szolidaritás Mozgalom színeiben indult – de az MSZP, a DK, a Párbeszéd és a Liberálisok támogatását is élvezte – a szavazatok 50,95 százalékát, 11 287 szavazatot kapott.

A Fidesz–KDNP jelöltjére, László Tamásra, aki 2010 és 2014 között vezette a kerületet, 10 590-en szavaztak, ez a voksok 47,81 százaléka.

A Magyar Munkáspárt

színeiben induló Kerecsi László pedig a szavazatok 1,24 százalékát, 275 szavazatot gyűjtött be. A 64 918 kerületi választópolgár 34,36 százaléka, 22 308 fő járult vasárnap az urnákhoz. A választás végeredménye lapunk nyomdába kerülése után válik jogerőssé.

Azért kellett időközi polgármester-választást kiírni, mert Hajdu László korábbi polgármester a 2018. április 8-ai választáson országgyűlési képviselői mandátumot nyert. A hatályos törvények szerint a polgármesteri és az országgyűlési képviselői tisztség egyidejű betöltése összeférhetetlen, ezért Hajdu László lemondott polgármesteri tisztségéről.

A következő önkormányzati választás 2019-ben lesz, amikor képviselőket és polgármestert választ a kerület lakossága.

J. Á.

# Fitneszparkok a városrészben

Önkormányzatunk még 2016-ban jelentkezett az azóta megszünt Nemzeti Fejlesztési Minisztérium által meghirdetett Nemzeti Szabadidős – Egészség Sportpark Program keretében meghirdetett pályázatra kültéri fitneszparkok létesítésére. A döntés megszületett, 10 helyszínen lesznek parkok.

– A döntés ez év tavaszán született meg, így a kerületben 10 helyszínen fitneszparkot, valamint egy helyen futókört épít a kormány által rendelttel kijelölt cég. Ezzel a fejlesztéssel mindhárom kerületrészben lehetővé válik a szabadterei testedzés mára közkedvelté vált formája – tudtuk meg Benedekné Bagyinszki Márta város-gazdálkodási főosztályvezetőtől.

A program keretében a kijelölt helyszíneken négyféle fitneszparkot alakítanak ki. A legkisebb legalább 5, a legnagyobb 15 eszközből áll majd.

FOTÓ: XV. MÉDIA, NAGY BOTOND



Kisebkek-nagyobbak | Az önkormányzat is tesz hozzá

A Nyírpalota 1–21. társasház mögötti területen a 15 sporteszközből álló park mellett egy 400 méteres futókör is épül. A beruházáshoz az önkormányzatnak önrészként a futókör költségének ötven százalékát, 13 millió forintot kell hozzátennie.

– A fejlesztés előkészítése még tart, a legfrissebb információk szerint ez év végén elkezdődik és jövő nyárra befejeződik az építés – tette hozzá a főosztályvezető.

Budapesten összesen 125 sportpark és 16 futókör valósulhat meg a

## Helyszínek:

Nyírpalota út 1–21. mögött (futókörrel)  
 Karácsony Benő park  
 Pestújhelyi tér  
 Magyar–Kínai Két Tanítási Nyelvű Iskolával szemben  
 Vácrátót tér  
 Mézeskalács tér  
 Kórákás park  
 Karatna tér  
 Közvágóhíd tér  
 Kazán utcai park

programnak köszönhetően. A Nemzeti Szabadidős – Egészség Sportpark Program folytatására az idén és 2019-ben is 2,5–2,5 milliárd forintot biztosít a költségvetés – tájékoztatta lapunkat az Emberi Erőforrások Minisztériuma Sportért Felelős Államtitkársága.

(jónás)

# Mindennapi szívésségeink



A szív- és érrendszeri betegségek kialakulását az örökletes tényezők mellett az életmódunk is befolyásolja, ilyenek a dohányzás, helytelen táplálkozás vagy az elhízás. Többek között erről is szó volt szeptember 30-án a Csokonai Művelődési Házban, ahol a szív világnapja alkalmából az önkormányzat támogatásával egészségnapot szervezett a Hetednap Adventista Egyház.

Bár a gyerekek jobbra a vegán csokikóstoló körül forgolódtak, a felnőttek érdeklődése a szakelőadások és a különböző életmóddal kapcsolatos bemutatók felé fordult. Egy idősebb hölgy elmondta, hogy a környéken hallott a rendezvényről, melyet igen



FOTÓK: XV MÉDIA, VARGOSZ



hasznosnak tartott, külön kiemelte dr. Demény János orvos prezentációját, aki számos megfontolandó tanácsot is adott szívünk egészsége érdekében. Hogy 12 évvel tovább dobogjon, be kell építeni az életmódunkba a rendszeres mozgást, elegendő vízivást, illetve a diófélék, hüvelyesek és a piros bogyós gyümölcsök gyakori fogyasztását, továbbá a rostbevitelt. A szervünknek hasznos gyógynövényekről Köbel Wolfgang fitoterapeuta beszélt, míg Tóth Gábor élelmiszeripari fejlesztőmérnök a táplálkozás-életteni, biokémiai oldalát közelítette meg.



A szeretetnyelv és a párkapcsolati témák főként a nőket vonzották. Csókási Pál lelkész pedig arról beszélt, hogy nem vallási célzattal fogtak bele a szervezésbe, azonban tagadhatatlan, fizikai egészségünk nagyban függ a lelkiállapotunktól is. A programsorozatukat ebben a szellemben folytatják november 5-én, 12-én és 19-én a Csokonaiiban, amikor is a gyógyítás témakörét veszik górcső alá.

A rendezvény kiemelt része, az ételkóstoló sok érdeklődőt csábított az asztalokhoz, főként vegán finomságokat, recepteket osztottak meg a résztvevőkkel. S hogy mennyire népszerűnek bizonyult, jól mutatta, hogy főzőtanfolyamot is terveznek október 11-én és 17-én a Csokonaiiban, utána pedig az Őrjárat utcában ragadnak fakanalat. Bővebb információ a +36 20 379 6080-as számon kérhető.

BI



## Siketség vagy nagyothallás?

A Siketek Nemzetközi Szövetségének határozata alapján 1958 óta minden év szeptember utolsó vasárnapján tartják a hallássérültek világnapját.

A kezdeményezés célja, hogy felhívja a figyelmet a hallássérültek kommunikációs problémáira, és az ennek következtében fellépő életminőségbeli hátrányok megoldására. Kerületünkben az Értelmi Sérülteket Szolgáló Társadalmi Szervezetek és Alapítványok Országos Szövetsége nyújt segítséget az érintetteknek.

Magyarországon majdnem egymillió ember él valamilyen fokú halláskárosodással. A hallássérült kifejezés gyűjtőfogalom, ugyanis különféle eltérések vannak a siketség és a nagyot-



FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ

hallás között. A siketek ugyanis nem rendelkeznek hasznosítható hallásmaradvánnyal, állapotuk hallókészülékkel sem korrigál-

ható és többségük a jelnyelvet használja.

Nagyothallás a kor előrehaladtával viszonylag gyakran alakul ki.

A 65–75 éves korosztály körülbelül egynegyedét, míg a 75 év feletti korosztály mintegy háromnegyedét érinti valamilyen fokú halláscsökkenés. De állhatnak a halláskárosodás hátterében fertőzések, betegségek vagy gyógyszerek is – írja a [webbeteg.hu](http://webbeteg.hu).

A jelnyelv a vizuális kódrendszerek egyik legfejlettebb formája, amelyet főként, de nem kizárólag a siketek használnak. Az 1960-as évek óta a szakemberek már önálló nyelvként kezelik – tudható meg a Siketek és Nagyothallók Országos Szövetsége adataiból. Az országos érdekvédelmi szervezet a hazánkban élő siketek és nagyothallók társadalmi integrációjának előmozdításáért tevékenykedik.

(béres)

# A megértés iskolája



A Felelős Szülők Iskolája és a XV. kerületi önkormányzat közös érzékenyítő konferenciát szervezett **Értsd MEG!** címmel szeptember 25-én a Pólus Moziban.

Fontos, hogy a gyermekeink jövőjét minden lehetséges módon fejlesszük, a XV. kerület épp ezért kiemelten támogatja az ifjúsággal kapcsolatos törekvéseket. E szellemben nyitotta meg Németh Angéla polgármesteri jogkörben eljáró XV. kerületi alpolgármester azt az interaktív rendezvényt, amely lehetőséget teremtett, hogy kötetlenül beszélhessenek szakmabeliek és civilek az odafordulásról, az elfogadásról, olyan témákról, melyek elengedhetetlenek a gyermekek sikeres tanulásához.



Tibenszky Moni Lisa

Tibenszky Moni Lisa, a Felelős Szülők Iskolája alapítója elmondta, a tanácskozás célja az volt, hogy érzelmi oldalról közelítsék meg az oktatást, hiszen befeszült állapotban nem halljuk meg az évszámokat, nem tudunk viselkedni, máshogy reagálunk, amit sokszor magunk sem értünk.

A tanácskozáson terítéken volt az érzékenyítés, az érzelmi gátak és a hagyományostól eltérő tanulási folyamatok felismerése és kezelése is. Az előadó szakemberek útmutatót adtak ahhoz, hogy tudjunk másként érezni, értelmezni és tapasztalni, akár pedagógusként, akár egészségügyben dolgozóként, akár segítőként vagy edzőként vagyunk jelen a gyerekek életében.

Pólus Enikő mentálhigiénés szakember személyes tapasztalataival azt szemléltette, milyen nagy hatással van mindennapjainkra az érzelmi intelligencia. Az életünk összes területét átszövi



Pólus Enikő

az érzelmi világunk, amely szoros összefüggésben van az idegrendszerünkkel és az érzékszerveinkkel. Hogy mennyire sikeres egy napunk vagy érzünk-e boldogságot és hálát, vagy végig tudjuk-e tanulni az iskolai éveket, ez főleg az érzelmi világunkon múlik. Befolyásolja a terhelhetőségeinket, az intellektu-sunkat. A szakember az érzelmi intelligenciáról vallja, a jövőnk boldogulása ezen múlhat, mindemellett a mesék fontosságát is kiemelte, rámutatva a saját életmeséink jelentőségére.



Balatoni József

A tanulás szabadságáról Balatoni József pedagógus, Jócó bácsi beszélt. A Konyfa iskola történelemtanára óráin ötvözi az élmény – a játék – a dráma – és a kooperatív pedagógiát. Alapelve, hogy a diák minőségi időt töltsön el az iskolában, ahol érezze jól magát és megszeressen tanulni. Szerinte alapvetően az iskola egy nagyon klassz hely, csak meg kell mutatni a diákoknak, miért jó és mitől

lehet még jobb. Létrehozta 2015-ben a Jócó bácsi világa közösségi oldalt, mely egy év alatt nagy sikert ért el. A bejegyzések vicces, megható és elgondolkodtató iskolai történeteket, szakmai véleményeket, pedagógiai hozzáállást tartalmaznak, de megmutatja azt is, milyen egy pedagógus szemszögéből egy-egy eseményt megélni, feldolgozni.



Tihanyi Rita

A szemléletváltásról és új pedagógiai módszerekről Tihanyi Rita gyermekagykontroll-oktató is beszélt, aki egyszerű technikákat mutatott a stresszkezelésre. Mindemellett a jobb és bal agyfélteke működéséről is szót ejtett, illetve arról, hogy agyunk két felének az összehangolását egy egyszerű légzőgyakorlattal is elősegíthetjük.



Sólyom Brigitta

Sólyom Brigitta tréner, terapeuta a Csodakapu Alapítványtól szintén gyakorlati példával nyomatékosította, miként birkózik meg egy figyelemhiányos, hiperaktivitás-zavarral küzdő (ADHD) vagy Asperger-szindrómás egy átlagosnak vélt feladattal. Az autizmussal és az ADHD-val élő gyerekeknél ugyanis képalkotó diagnosztikával kimutatható a frontális lebenyünk alulműködése, ami gyengíti a társas kapcsolat kialakulását, a figyelemkoncentrációt, az ingerületgátlás funkciókat és a sztereotípiáktól való elrugaszkodást. A homloklebeny-terápiával azonban gondolkodásuk rugalmasabbá, napirendjük tervezhetőbbé, viselkedésük kiszámíthatóbbá válhat.

A konferencia utolsó részében, a Tiszta szívvel című film vetítése után kerekasztal-beszélgetést tartottak a résztvevők a Nem adom fel Alapítvány munkatársaival. Az érzékenyítő tréningen a diákok és a szakemberek olyan támpontokat kaptak, amik minden bizonnyal maradandó szemléletváltást eredményeztek.

# Ingyenes lombzsák Állati jó pillanatok



Elsőbbség az utcai zöldnek | Négy jár háztartásonként

A korábbi évekhez hasonlóan önkormányzatunk idén is ingyenesen biztosít FKF Zrt.-logós zöldhulladékgyűjtő zsákokat a kerületi családi házas övezetben lakóknak.

– Az ingyenes zsákok szétosztásával azt szeretné elérni az önkormányzat, hogy az ingatlanok előtti közterületek rendezettek legyenek, azaz elsősorban az utcán található fák, bokrok lehullott leveleinek összegyűjtéséhez adják ezeket, nem a kertzi zöldhulladék beszákolására – mondta lapunknak Szögi Andrea, a Palota-15 Nonprofit Kft. ügyvezetője.

Az önkormányzat 23 ezer zsákokat szerzett be több mint ötmillió forintért. Azért, hogy minél több lakónak biztosíthatassanak ingyenes lombzsákok, háztartásonként 4 darab 100 literes zsákokat lehet átvenni a Palota-15

Nonprofit Kft. telephelyén, valamint a Spirálház emeletén található szociális mosodában október 8-ától.

A mosodába elsősorban a pestújhelyieket és az újpalotaiakat várják hétfőn, szerdán, pénteken reggel 8-tól délután 4-ig, kedden és csütörtökön pedig délelőtt 11-től este 7-ig. A Palota-15 Nonprofit Kft. Bogács utca 10. szám alatti telephelyén főként a rákospalotaiakat várják hétfőtől csütörtökig reggel fél 8-tól délután 4-ig, pénteken pedig délután 3 óráig.

Az átvételkor személyi igazolvány és lakcímkártya felmutatása szükséges.

A zsákok kiosztását a Palota-15 Nkft. koordinálja, az elszállításukat pedig a Fővárosi Közterület-fenntartó Zrt. végzi.

–s-ági

# Állati jó pillanatok

Az állatok világnapja azt üzeni, hogy éljünk harmóniában a miniket körülvevő élőlényekkel és a természettel. Érdemes ellátogatni október 4-én a közeli állatkertekbe, vadsparkokba, hogy feltöltődjünk azokkal az élményekkel, amelyeket csak az állatok adhatnak nekünk.

FOTÓ: XV. MÉDIA, VARGOSZ



Kiszolgáltatók élőlények | Felelősséggel tartozunk!

Az állatok érezni, szenvedni és örülni képes élőlények, tiszteletben tartásuk, jó közérzetük biztosítása minden ember kötelessége, ennek szellemében alkották meg az állatok védelméről és kíméletéről szóló hazai törvényt is. Az utóbbi időszakban mégis rengeteg állatkínzásról hallunk. Ráadásul nemcsak gazdtalan kutyákkal, macskákkal találkozhatunk, hanem megunt kisállatokkal, teknősbékákkal, hörcsögökkel, sőt egzotikus élőlényekkel is.

A felelős állattartás érdekében a szomszéd kerületben működő Rex Állatszövet indított országos

kezdményezést, melynek eredményeként megfogalmaztak hét pontot, hiszen mindenki, aki kisállatot vesz, számolnia kell azzal, hogy az élőlény nem játékszer. Nem lehet visszaadni, leadni, több napra egyedül hagyni, hanem egész élet-

stílusunkat hozzá kell igazítani. Etetni, itatni, gondozni kell őt, és évente többször állatorvosi kontrollra vinni. Mivel kedvenceink nem tudnak beszélni, így nekünk kell előre gondolni a vészhelyzetekre is.

–s -ő

## A felelős állattartás szabályai:

- Szeretet** – szeretetteljes törődés, gondoskodásunk kifejezése nap mint nap.
- Táplálás** – az igényeknek megfelelő eledel és friss ivóvíz biztosítása.
- Ápolás** – a kültakaró, a karmok és a fogazat rendszeres karbantartása.
- Pihenés** – gondoskodás az időjárás viszonyaitól védett pihenőhelyről.
- Egészség** – rendszeres védőoltás, parazitamentesítés, állatorvosi ellátás.
- Mozgás** – rendszeres mozgáslehetőség, séták és játék biztosítása.
- Családtervezés** – a nem kívánt szaporulat megelőzése ivartalanítás révén.

# Edényekbe zárt sütőolaj

A használt sütőolaj szelektív gyűjtése és megfelelő feldolgozása létfontosságú, melyre egy új országos programot dolgoztak ki. A sütőolaj ugyanis nagyon káros a környezetre, nehezen bomlik le, gátolja a földben, a vizekben levő természetes folyamatokat – áll a Nemzeti Hulladékgazdálkodási Koordináló és Vagyonkezelő Zrt. közleményében.

Magyarországon eddig a hulladékudvarokban és a MOL-kutak egy részénél lehetett leadni ezt a fajta hulladékot, amiből bioüzemanyagot állítanak elő. A kerületünkben két helyen, a Károlyi

Sándor utca 166. szám alatt, illetve a Zsókavár utca 67. számnál levő FKF Zrt.-s hulladékudvarokban adhatják le a lakók a sütőolajat.

A lakossági használt sütőzsiradékok több mint 95 százaléka azonban így is vagy a szennyvíztelepeken, vagy a hulladéklerakókban, vagy egész egyszerűen a földre kiöntve végzi. A Nemzeti Hulladékgazdálkodási Koordináló és Vagyonkezelő Zrt. (NHKV Zrt.) ezért kidolgozott egy olyan begyűjtési rendszert, mely a regionális hulladékgazdálkodókkal és a területileg illetékes önkor-

mányzatokkal együttműködve megoldást kínál a használt sütőolaj problémájára.

A programot elsőként Kaposváron tesztelik, minden lakás, illetve családi háztartás kap minimum 3 literes gyűjtőedényt, amelyben 1-2 hónap alatt keletkező használt sütőolaj és zsiradék fér el. Az edény szagzáró, hőálló, hőszigetelt fogórészrel rendelkezik, és egyszerűen azonosítható.

A társasházak lépcsőházaiba egy 50-60 literes gyűjtőedényt telepítenek, melybe a lakosok bele tudják önteni az összegyűlt sütőolajat. A



Amíg a rendszer ki nem épül, marad a műanyag palack

társasházi gyűjtőedényekbe olyan eszközt építenek, mely méri a tartály telítettségét, és az adatokat egy központi szerverre továbbítja. Az edények azonosítói segítségével megvalósítható a bejelentés alapú ürítés is, akár mobilapplikációval támogatva.

A családi házas övezetben

FOTÓ: XV. MÉDIA, NAGY BOTOND

a sütőolaj gyűjtése ugyanúgy történik, mint a többi szelektív hulladéké, vagyis a lakók kiteszik az utcára a gyűjtőedényt, és azt a gyűjtőkocsi elszállítja, a háztartás pedig ismét egy beazonosított csereedényt kap. A gyűjtés gyakorisága várhatóan 1-2 hónap lesz.

B. I.

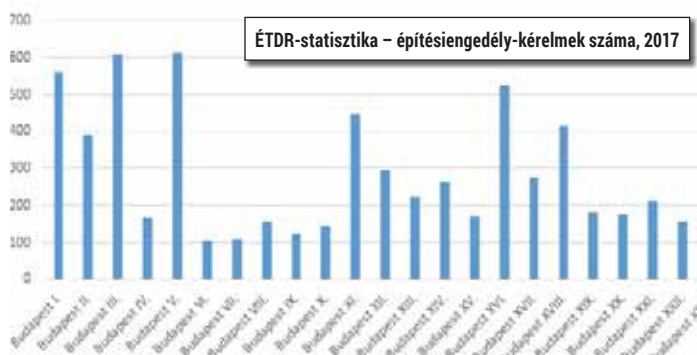
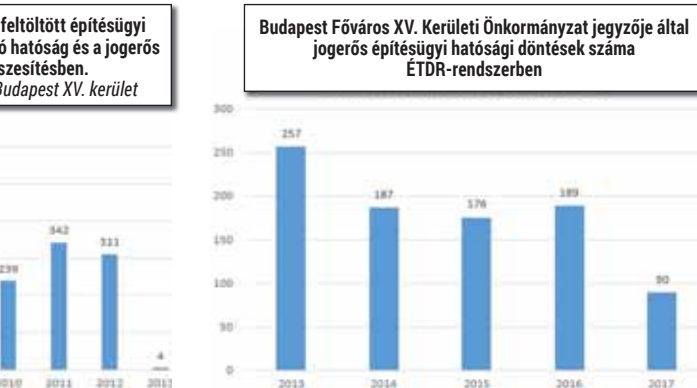
# Építkezés, felújítás – népszerűek a családi házak



Sokszor halljuk hírekben, hogy ismét növekszik a lakásvásárlási, -felújítási kedv. Kerületünkben is úton-útfélen látható, hogy számos régi ház felújítanak vagy lebontanak, és teljesen új családi házat vagy kisebb társasházat építenek helyette. Utánanéztünk hivatalos statisztikai adatoknak és megkérdeztünk szakértőket, hogy valóban fellendült kerületünkben is az építkezési kedv. Közben egy újabb érdekes téma is felmerült: hogyan befolyásolja mindezt a lakóépületek építésének egyszerű bejelentése.

Első utunk az önkormányzat építési osztályához vezetett, ahol Fogarasi Anikó osztályvezető elmondta, hogy az elmúlt években az építési ügyekkel kapcsolatban nagy változás történt. Bevezették az egyszerűsített bejelentési eljárásra vonatkozó szabályozást, ami alapján az úgynevezett e-építési naplóba kell bejelenteni a legfeljebb 300 négyzetméter összes hasznos alapterületű új lakóépület építését, a műemlék épületet kivéve. Ezenkívül a lakóépületek 300 négyzetméter hasznos alapterület alatti bővítését, valamint a 300 négyzetméter hasznos alapterületnél nagyobb, de legfeljebb egylakásos, az építető természetes személy lakhatását szolgáló lakóépületet, és az előzőekben felsorolt építési munkákhoz kapcsolódó terprendezeit.

Régen az építkezés elkezdése előtt az építési osztályon



nyújtották be a terveket, itt bírálták el, majd adták ki az építési engedélyt, most viszont a köztos szint az úgynevezett Építésfelügyeletnél van.

Fogarasi Anikó szerint a változással nem lett számottevően kevesebb a munkájuk, mert konzultációra ugyanúgy bemennek hozzájuk a tervezők, építkezők, tehát lényegében csak az eddigi hivatalos eljárás került el tőlük. „Régebben a benyújtott terveket átnéztük, ellenőriztük, hogy megfelel-e a jogszabályi előírásoknak, és a folyamatban levő eljárás során bejöhettek a szomszéd is megnézni a terveket. Ez ma már nem így van.” Az osztályvezető szerint a tervezőknek sem jó ez, mert eddig az építési osztályon dolgozó szakemberek mindent átszámoltak, ellenőrizték a terveket, ami most már az építés-tervező feladata, ha valami nem megfelelő, rajta kéri majd számon.

A Budapest Főváros Kormányhivatala V. Kerületi Hivatala Építésiügyi és Örökségvédelmi Osztály megkeresésünkre a [www.e-epites.hu](http://www.e-epites.hu) oldal felkeresését javasolta lapunknak, az alábbiakban látható ábrákat az itt talált adatokból készítettük. Az ÉTDR – Építésiügyi hatósági engedélyezési eljárásokat Támogató elektronikus Dokumentációs Rendszer – az építésiügyi hatósági engedélyezési eljárásokban lehetővé teszi az elektronikus kérelem- és tervbeadást, valamint az elektronikus ügykezelést, ezekről az összesített statisztikákat bárki megnézheti.

Bár még mindig nem éri el az új lakásépítések és -felújítások száma a válság előtti szintet, látható, hogy népszerű a kerület, az építési engedély kérelmek száma alapján a budapesti középmezőnyben helyezkedik el.

Ezt támasztja alá Malaky Mihály,



Malaky Mihály

aki több szálon kötődik a XV. kerülethez, Rákospalotán született, itt él, itt dolgozik, és már 47 éve foglalkozik építőipari termékek kereskedelmével. Szerinte is érezhető, hogy mostanában növekszik az építési kedv, de inkább felújítják a régi házakat, csak kisebb arányban bontanak és építenek teljesen újat. Pedig a vállalkozó szerint jobban megéri egy korszerű, új házat építeni, mert hiába próbálnak spórolni egy felújítással, hosszú távon jobban járnak a tulajdonosok egy új épülettel. Tapasztalata szerint a kerületben inkább családi házakat építenek, nem pedig kisebb-nagyobb társasházakat. Erről Fogarasi Anikónak is hasonló volt a meglátása.

Helyi adatok hiányában nézzük a Központi Statisztikai Hivatal Magyarországra vonatkozó adatait: 2018 első hat hónapjában 6517 új lakás épült, 30 százalékkal több, mint egy évvel korábban. A kiadott építési engedélyek és egyszerű bejelentések alapján építendő lakások száma 18 066 volt, 8,9 százalékkal kevesebb, mint 2017 első félévében.

Budapesten és a községekben a növekedés ennél nagyobb, mintegy másfélszeres volt 2018 első félévében az előző év azonos időszakához képest. Magyarországon a lakásépítés kivitelezése változatlanul fele-fele arányban oszlik meg a természetes személyek és a vállalkozások között. Érdekes lehet, hogy milyen típusú új épületekre adtak használatbavételi engedélyt: 54 százaléka családi ház, 36 százaléka többlakásos épület, 6,2 százaléka lakóparkokban található. A használatba vett lakások átlagos alapterülete 5 négyzetméterrel, 101 négyzetméterre nőtt. (KI)



FOTÓK: XV MÉDIA, NAGYBOTOND



## Önkormányzatok napja



Országos konferenciát szervezett az önkormányzatok napja alkalmából szeptember 20-án a XV. kerületi önkormányzat a polgármesteri hivatalban. Az Országgyűlés egy 2000. évi határozata a helyi önkormányzatok napjává nyilvánította szeptember 30-át, annak emlékére, hogy 1990-ben ezen a napon tartották az első helyhatósági választásokat Magyarországon. Hajdu László, a főváros 12. választókerületének országgyűlési képviselője többek között az önkormányzatiság szárnybontogatójáról beszélt. Az egypártrendszer után, hogyan próbálták új szemlélettel vezetni és fejleszteni a településeket. Az elmúlt évek alatt mennyit változott a helyzet, erre mutattak rá az előadások. Máté Antal, Nyírbátor polgármestere a vidéki önkormányzatok lehetőségeiről beszélt, míg a független polgármesterek mozgásterét Fehér László, Celdömölk polgármestere fejtette ki. Szó volt a kis városokról is Wittinghoff Tamás, Budaörs polgármestere előadásában, a főváros jövőjét pedig Karácsony Gergely, Zuglói polgármestere ecsetelte. A tanácskozást Németh Angéla, polgármesteri jogkörben eljáró XV. kerületi alpolgármester zárta. ■

## Elment a mester



Súlyos vesztés érte a magyar sportéletet, hosszú betegség után, hetvenhét éves korában elhunyt Kulcsár Győző, a Nemzet Sportolója, négyszeres olimpiai bajnok párbajtőröző. A mesterredző kerületünk lakója volt. A Magyar Olimpiai Bizottság tájékoztatása szerint a sportember szeptember 19-én hunyt el.

Kulcsár Győző az 1964-es, az 1968-as és az 1972-es ötkarikás játékokon csapatban szerzett aranyérmeket, Mexikóvárosban egyéniben is diádalmaskodott. Tanítványai közül Nagy Tímea és Szász Emese is olimpiai bajnok lett. Kulcsár Győzőt kitüntették többek között a Magyar Köztársasági Érdemrend Középkeresztjével, megkapta a Pro Urbe Budapest díjat és a Prima Primissima díjat – írta az MTI. A Nemzet Sportolóját október 1-jén helyezték örök nyugalomra a Farkasréti temetőben. ■

## Útátadó

Hivatalosan is átadták a felújított Fázis utcát szeptember 24-én. A beruházás az önkormányzat és a thyssenkrupp Materials Hungary Zrt. (korábban Ferroglobus) közös beruházásában valósult meg. A Fázis utca bal oldalán végig egy három méter széles parkolószávet építettek ki a kamionok számára, felújították, megerősítették az útpályát, az utca jobb oldalán pedig a személyautók számára alakítottak ki párhuzamos parkolásra alkalmas parkolókat, valamint a járdát is korszerűsítették. ■



## Ötvenéves a Hubay

A XV. kerületi Állami Zeneiskola 1968-ban kezdte meg működését, mint önálló intézmény. A jeles alkalmából a Hubay Jenő Zeneiskola jubileumi rendezvénysorozatot indított, melynek nyitórendezvényét szeptember 29-én tartották. A résztvevők az elmúlt évtizedekre visszatekintő filmvetítésen vehettek részt, majd jubileumi hangversenyt adtak az iskola volt növendékei, a hazai és nemzetközi zenei élet kiválóságai. A programsorozat része, hogy október 25-én délután 5 órakor kiállítás megnyitót tartanak, november 16-án este 6 órakor Művészstanári hangverseny lesz. Ezt követően november 30-án este



6 órakor és december 4-én este fél 7-kor a Kicsinyek hangversenyét tartják, majd december 13-án este 6 órakor Adventi balettgála, december 16-án délután 4 órakor Adventi zenekari hangverseny lesz a zeneiskolában (Bocskai utca 70–78.). ■

## Nemzeti gyásznap

Megemlékezést tart az aradi vértanúk gyásznapja alkalmából az önkormányzat a Kossuth utcai Batthyány Emlékkertben október 5-én, pénteken délelőtt 10 órakor. A rendezvényen a Rákospalotai Kossuth Lajos Általános Iskola tanulói közreműködnek. A nap folyamán a kerületi iskolák koszorúzzák meg az aradi vértanúk tiszteletére állított emléktáblákat. ■

## Közösségi kukák

Hat csikkirtós köztéri kukát vásárolt az önkormányzat a Rákospalota–Pestújhely–Újpalota Környezetvédelmi Közalapítvánnyal közösen. Makai Ferenc, a közalapítvány elnöke elmondta, hogy négy szemétyűjtőt, melyből kettőt Újpalotán (a Fő téren és a vásárcsarnok mellett), egyet Rákospalotán (a Szakrendelő előtt), egyet pedig Pestújhelyen helyeznek el, már örökre fogadtak. A Palota Security Kft, a Pál Autóház, a RÁTE és az ÖTHÉT Egyesület az örökbefogadással azt is vállalta, hogy a négy kuka éves ürtésének a díját – 86 ezer forintot – biztosítja. A hat közösségi szemétyűjtő közül kettőt a Gazdasági Működtetési Központ kapott használatba. Ezek úgynevezett mobilkukák lesznek, melyeket az önkormányzat szabadtéri rendezvényein használnak. ■

## GMK-ünnep



Ünnepséget tartottak a kerületi Gazdasági Működtetési Központ (GMK) dolgozói részére szeptember 18-án a helyi polgármesteri hivatalban. A rendezvényen az önkormányzat nevében a városrészeszervezők köszönték meg a szakemberek elhivatott munkáját, mindemellett átadták az Év Intézmény Működtetési Dolgozója díjat, illetve a jubileumi és hűségoklevelek is gazdára találtak. Az ünnepségen Németh Angéla alpolgármester elismerően beszélt a központ különböző területein szertevő munkát végző szakemberekről, majd Bárkai Katalin főigazgatóval közösen kitüntettek a közalkalmazottakat, illetve köszöntötték a jubiláló dolgozókat, akik hosszú évtizedek óta dolgoznak a városrészben. A 20, 25, 30 éves jubileumi és hűségjutalmak átadása mellett a nyugdíjba vonulókat is méltatták. Az Év Intézmény Működtetési Dolgozója Díjat idén Nagy Tamás (*képünkön*) vehette át, aki több mint öt éve a GMK főkartésze és egyben a közfoglalkoztatás szervezője. ■

## Zajvédő fal jövőre?

Többek között az M3-as autópálya XV. kerületi zajvédő faláról is szó volt szeptember 24-én az Országgyűlésben a napirendek előtt. A fal építésével kapcsolatban Hajdu László országgyűlési képviselő szólalt fel, aki elmondta, hogy az M3-as autópálya XV. kerületi szakaszán 2010-ig folyamatosan épült a zajvédő fal. Arra is kitért, többször kezdeményezte a hiányzó szakasz megépítését, és hosszú jogi procedúra után a BKK most szeptemberben hagyta jóvá a közbeszerzést. Cseresnyés Péter, az Innovációs és Technológiai Minisztérium parlamenti államtitkára válaszában elmondta, hogy az M3-as XV. kerületi zajvédőjének költsége 360 millió forint, és a beruházás megvalósítását kétszáz és megátadták a bíróságon – írta az MTI. A közbeszerzési szerződést még idén aláírhatják, a kivitelezés 2019 tavaszán indulhat. (*A zajvédő fallal kapcsolatos lakossági fórumról a 2. oldalon olvashatnak részletesen.*) ■

## ALPOLGÁRMESTEREK ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI



**Németh Angéla**  
alpolgármester  
Minden hónap 1. hétfője 13:30–17:30-ig.  
Helyszín: Polgármesteri Hivatal,  
I. em. 103-as szoba

Időpontkérés telefonon történő egyeztetés alapján.  
Telefonszám: 305 3201



**Vicsorné 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  
tai 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  
csonka.laszlo@fidesz.hu  
Minden hónap második pénteken 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 Közösségi Házban.



9. sz. vk. **Vékás Sándor**  
(Liberálisok) 30 964 2452  
sador@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. **Vicsorné dr. Kovács Judit**  
(Fidesz–KDNP) 20 350 6859  
drkovacsjudit1982@gmail.com  
Telefonon és e-mailen történő egyeztetés alapján,  
illetve minden hónap első csütörtökön 16:00–  
18:00 óráig az Újpalotai Nyitott Ajtó Együttműködési Irodában.



13. sz. vk. **Móri 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 csütörtökön 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  
raszamegy@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.



**Szilvágyi László** (LMP)  
30 768 0993  
laszloszilvagy@gmail.com  
Telefonon és e-mailen történő egyeztetés  
alapján.

## JEGYZŐK ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI



**Dr. Lamperth Mónika** jegyző  
Félfogadás: Minden hónap második  
keddjén 13:30–16:30 óráig a Polgármesteri  
Hivatalban. Előzetes telefon egyeztetés a  
305 3268-as telefonszámon.



**Dr. Filipz Andrea** aljegyző  
Félfogadás: Minden hónap második  
keddjén 13:30–16:30 óráig a Polgármesteri  
Hivatalban. Előzetes telefon egyeztetés  
a 305 3268-as telefonszámon.

ORSZÁGGYŰLÉSI KÉPVISELŐ  
ELÉRHETŐSÉGEI ÉS  
FOGADÓÓRÁI

**Hajdu László** országgyűlési képviselő  
06 30 211 3894, hajdu.laszlo@parlament.hu  
Fogadóórát tart november 7-én, szerdán  
15 órától. Helyszín: Szent Korona útja 11.  
Előzetes egyeztetés vagy más időpont meg-  
beszélése a 06 70 947 6655-ös telefonszámon vagy e-mailen.

## MEGHÍVÓ

az

**Együtt Újpalotáért Egyesület**  
tisztelettel meghívja Önt,  
családját, barátait és ismerőseit  
**2018. október 25-én,**  
**17 órai kezdettel rendezendő**  
**„Bőrünk, szervezetünk védőbástyája”**  
című lakossági fórumára.

Kötetlen beszélgetés bőrünkéről, előforduló  
elváltozásairól, a megbetegedések  
okairól, a megelőzés fontosságáról,  
az előforduló megbetegedések  
gyógyítási lehetőségeiről.

Vendégünk:

**Dr. Gomba Beáta,**  
kerületünk bőrgyógyász főorvosa.

Helyszín:

**Nyitott Ajtó**  
**Újpalotai Együttműködési Iroda**  
1156 Budapest, Páskomliget utca 6.  
(a Csarnokkal szemben)

A felhívások, közlemények, rendeletek teljes  
terjedelmükben, egységes szerkezetben  
a mellékletekkel együtt letölthetők a [bpxv.hu](http://bpxv.hu)  
honlapról. Az azokban feltüntetett adatokért és  
információkért a szerkesztőség nem vállal felelősséget!

# Figyelemmel az utakon

A meteorológiai ős beköszöntével – a balesetmentes közlekedés érdekében – egyre nagyobb szerep jut a gépjárművek műszaki állapotának őszi-téli időjárási viszonyokra történő felkészítésének, melynek körében a Budapesti Rendőr-főkapitányság a haladás és a megérkezés biztonságaért a következőket tanácsolja a gépjárművezetőknek:

- a kedvezőtlen látási viszonyok beállta előtt fontos feladat a gépjárművek világítóberendezéseinek ellenőrzése és az esetlegesen tapasztalt hibák mielőbbi kijavítása, hiszen a rosszul beállított fényszórók nemcsak az adott jármű vezetőjét gátolják az úton lévő akadályok észlelésében, hanem a többi járművezető „elvakításával” balesetveszélyes helyzetet is teremtenek. A KRESZ egyik mindenki által ismert elve a „Látni és látszani” alapelv, így érdemes időt szánni a „kiégett izzók”, illetve a meghibásodott lámpatestek cseréjére is, hiszen nem elég, ha mi látunk, minket is észlelnie kell a többi járművezetőnek és a gyalogosoknak is;
- a téli közlekedés során a világító-



berendezések, a fűtés és az üvegek páramentesítéséhez használt elektromos berendezések jelentős igénybevételnek teszik ki a gépjármű akkumulátorát, valamint a teljes elektromos hálózatát is, nem beszélve a téli fagyok károsító hatásáról, ezért még a hideg időjárás és a fokozott igénybevétel előtt érdemes mind az akkumulátort, mind az elektromos rendszert szakemberrel átvizsgáltatni;

- tévhit, hogy a téli guminak csak a havas, jeges úton van jelentősége. 7 °C alatt a nyári gumik tapadása és menettulajdonságai megváltoznak, hatékonyságuk a téli időjárási viszonyokhoz kifejlesztett gumibroncsokéhoz képest romlik, ezáltal a jármű irányíthatósága csökken. A téligumi-cserét ne a havazáshoz, hanem a hőmérséklethez igazítsuk, és ne feledkezzünk meg a helyes guminyomás beállításáról sem;

- a gépjárművel a megváltozott útviszonyok mellett is biztonságosan meg kell tudni állni, így a téli felkészítés során szenteljünk figyelmet a fékek állapotának, valamint a fékfoltyadék megfelelőségének is. A rossz állapotú fékek, valamint a használat során viszkózitásából vesztő fékolaj a fék hatékonyságát rontja, ezáltal a téli útviszonyok közötti megállás is hosszabb időt vesz igénybe;
- a hideg idő beköszöntével érdemes ellenőriztetni a hűtőfolyadék fagyáspontját, valamint a nyári szelvédműködő folyadékot a téli időjáráshoz igazodóra cserélni, és folyamatosan gondoskodni annak pótlásáról, hiszen a szelvédműködő megfelelő kilátás a biztonságos észlelés egyik záloga. Jelentős szervizköltségektől kíméljük meg pénztárcánkat, ha idejében gondoskodunk járművünk „fagymentesítéséről”;
- A gépjármű megfelelő műszaki felkészítése ellenére se feledkezzünk meg azonban arról, hogy a baleset-megelőzés legfőbb eszköze az emberi tényező!

Tájékoztatjuk Tisztelt Ügyfeleinket, hogy 2018. október 15-én (hétfőn) a Budapest, Bácska utca 14. szám alatti kormányablakban áramszünet miatt az ügyfélfogadás szünetel.

Megértésüket és türelmüket köszönjük!

## HIRDETÉS-FELVÉTEL

Telefon:  
720 5456

E-mail:  
hirdetes@  
xvmedia.hu

## Elkezdődött a fűtési időszak

Országosan – és így Budapesten is – szeptember 15-én elkezdődött a hivatalos fűtési időszak. A fenti időpontra a FŐTÁV az épületek fűtésszabályozóit készenléti állapotba helyezte a mintegy 240 ezer fővárosi fogyasztó számára. A szolgáltatás színvonalának és az üzembiztonság hatékonyságának javítása érdekében a fűtési szezonon kívül a nyár folyamán több, előre eltervezett karbantartási munkát végeztet el a FŐTÁV Zrt. a hálózaton. A társasházak által az épületeken belül végzett felújítások és munkálatok után – a fűtési szezon elindulásakor – a lakóközösségeknek érdemes ellenőrizniük a fűtési rendszert. A fűtésszolgáltatás valamennyi társasház esetében automatikusan indul el, amennyiben ezt a külső hőmérséklet indokolta teszi.

A 157/2005. (VIII. 15.) Korm. rendeletben foglaltak szerint a fűtési időszak az év szeptember 15. napja és a következő év május 15. napja közötti időszak. Emiatt szeptember 15-étől a FŐTÁV a fűtésszolgáltatást az egyes lakóközösségek üzembiztonsági megállapodásában rögzített érté-

kekhez igazodva indítja el automatikusan, ami azt jelenti, hogy a hőközpontokat szabályozó elektronika a külső hőmérséklet változása szerint automatikusan kapcsolja ki és be a fűtést.

Az épület képviselőjének vagy hőszolgáltató megbízottjának írásban közölt megrendelésére természetesen továbbra is lehetséges eseti rendelkezéssel eltérni az üzembiztonsági megállapodásban foglaltaktól. A FŐTÁV azonban felhívja a figyelmet, hogy a felhasználói közösség és a távhőszolgáltató között létrejött üzembiztonsági megállapodásban foglaltaktól eltérő eseti rendelkezéssel történő fűtés indítása, leállítása szeptember 15. – október 14. közötti időszakban kizárólag 1 alkalommal díjmentes. Minden további, illetve egyéb időszakban igényelt „eseti rendelkezés” térítésköteles. Az eseti rendelkezés nyomtatványa megtalálható a szolgáltató honlapján, a [www.fotav.hu](http://www.fotav.hu) webcímen.

Érdemes a lakóközösségeknek

odafigyelni arra, hogy a társasházakban végzett nyári karbantartási vagy falújítási munkák végeztével a fűtési berendezések megfelelően a helyükre kerültek-e, illetve például a radiátorok szelepeit kinyitották-e, mert enélkül a fűtési rendszer feltöltése nem lehetséges.

A FŐTÁV által alkalmazott korszerű automatikus kapcsolási technológia alkalmazásával a közösségek csökkenthetik a felesleges energiafogyasztást, így időt, pénzt takaríthatnak meg, egyben még jobban kímélik a környezetet.

A FŐTÁV Zrt. modellszámítása szerint csak Budapesten minden 10 ezer, gáz- vagy fafűtésről távhőre váltó háztartás és közület évi mintegy 47 tonnával csökkentené a fűtési eredetű károsanyag-kibocsátást, köztük mintegy 27 tonnával a nitrogén-oxid-, illetve 3 tonnával a kén-dioxid-szennyezést, nem beszélve az évi 8000 tonna üvegházhatásért részben felelős szén-dioxidról.

FŐTÁV Zrt.

# A LEGMERÉSZEBB ÁLMAIDAT IS VALÓRA VÁLTHATOD!

Minden héten több mint **3 milliárd** forint  
főnyeremény vár!\*



\*A forint főnyeremény bruttó összeg, mely a 2017. évi MNB EUR/HUF  
árfolyam átlaga alapján került meghatározásra.



## FOGTECHNIKAI LABOR

Precíziós  
kivehető, rögzített  
fogpótlások készítése  
– mérsékelt áron.

Nyugdíjasoknak kedvezmény!

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

## Építőanyag és Malaky tüzelőanyag

1152 Budapest XV., Rákos út 173.

Telefon/fax: 308-0052, 306-9338

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

Nyitvatartás: H-P: 7-17, Sz: 7-12

Építő- és tüzelőanyag,  
az acryl tömitőtől...  
...a zsaluköig,  
A-tól Zs-ig  
a multiknál olcsóbban

www.malaky.hu



## FELVÉTELRE KERESÜNK

### XV. KERÜLETI ÉTTEREMBE ÉS BISZTRÓBA

☝ szakács;

*továbbá:*

☝ pizzaszakács;

☝ szakácstanuló

☝ nyugdíjas kisegítő  
szakács;

☝ kézilány

☝ pultos



### JELENTKEZÉS:

e-mail: otnagyidm@gmail.com

telefon: 06 31 321 4445 • 06 30 514 8645

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

### INGYENES HALLÁSVIZSGÁLATOT biztosítunk!

Nagyothalló betegeinknek elérhetőek  
személyre szabott hallásjavító készülékek

Elemek kedvezményes áron vásárolhatók

Érdeklődni és bejelentkezni  
az alábbi telefonszámokon lehet.

Tamatika

+36 1 506 0217

06 70 418 5170

Tamatika Kft.

# 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. október 30. péntek

Kérdések Rólunk ÉLETKépek XV TV Eseménynaptár Apró



Hirdessen  
az XV TV-ben!

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. Telefon: 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

## LAKHATÁS

**Albérletet keresek 12 éves** lánnyal, hosszú távban gondolkodom. Kérem, hívjon. Tel.: 06 30 245 2759

**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.

**Eladó lakást keresek Újpalotán,** másfél vagy kisméretű kettőszobásat. Idős tulajdonos vagy albérelő megegyezéssel bent maradhat. Tel.: 06 30 861 0037

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

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

## ADOK-VESZEK

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

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

**Eladó: 2 db használt konyhai** munkalap mosogatóval. 157×60-as, kétmosogató, 155×55-ös egy-mosogató – csepegtetővel. Tel.: 06 70 537 8880

**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. Tel.: 06 70 300 9295

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

**Eladó: orosz táskavarrógép,** Erika írógép, elektromos szamovár, nagyméretű „klöpli” függöny, 10 l-es kerámiahordó, szövőállvány, teáskészlet, kempinggázpalack, „Grundig” kiserádió. Telefon: 06 1 418 1486

**Eladó: 1 db asztali köszörűgép,** 1 db rozsdamentes mosogató, egymedencés, csepegtető kompott, 1 db szenes vasaló. Telefon: 06 30 927 6359

**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. Tel.: 06 70 300 9295

**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, 40×40 cm új tetőpala, klinkertégla, hagyományos mázsa. Tel.: 06 28 739 104 v. 06 30 302 0697

**Eladó: férfiszmoking** szövetöltöny fekete, közeptermetre (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 rysselió pruszlik 10 E Ft, kalocsai ruhájú játék baba 2500 Ft. Telefon: 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, infrasugárzó. Telefon: 06 20 417 8686

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

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

## SZOLGÁLTATÁS

**Takarítást vállalom** a XV. kerületben és a környező kerületekben is. Egy megbízható, jó munkát végző, dolgozó nő. Tel.: 06 20 239 4914

**Háztartási segítséget vállalom** nyugdíjas, diplomás nő. Telefon: 06 20 935 8724

## TÁRSKERESÉS

**Budapesti független,** egyedülálló, 68 éves, 164 magas, átlagos alkatú, nemdohányzó, keresztény értelmiségi férfi keresi 50 év feletti, nemdohányzó, egyedülálló, finom lelkű nő ismeretségét. Tel.: 06 70 532 1864

**Hatvanhat éves, kedves,** jó humorú hölgy közös programokhoz (utazás, mozi, színház), vagy akár csak egy jó beszélgetéshez partnert keres. Tel.: 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 egész nap.

KONYHABÚTOR  
ELŐSZOBABÚTOR  
GARDRÓB

készítés ✦ felújítás  
szállítás ✦ szerelés  
ingyenes felmérés  
és árajánlat

## UNIVER SZERVIZ KFT.

1157 Budapest,  
Zsókvár utca 47.

Telefon: +36 1 410-9798  
+36 30 343-3512

## ÜZLETI APRÓ

## AJTÓ, ABLAK

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

## RÉGISÉG

**VESZEK 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



## TERMELŐI MÉZEK

akácméz, vegyesméz,  
selyemfűméz, hárszméz,  
lépesszméz, propoliszos méz

3 kg felett  
ingyenes  
házhöz szállítás!

Árpádföldi Méhészet  
Tel.: 06 30 424-9329  
www.arpadfoldi.hu

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



A kerületi televízió részletes műsorstruktúrája az XV TV képsíkon és az [xvmedia.hu/tevemusor](http://xvmedia.hu/tevemusor) oldalon, hirdetői 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

október 4. csütörtök	október 11. 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
október 5. péntek	október 12. 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
október 6. szombat	október 13. 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
október 7. vasárnap	október 14. vasárnap
19:00 Visszatekintő	19:00 Visszatekintő
október 8. hétfő	október 15. 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
október 9. keddi	október 16. keddi
16:00 Testületi ülés – élő közvetítés	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	október 17. szerda
október 10. 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.csokonaiksk.hu](http://www.csokonaiksk.hu)

### CSOKONAI MŰVELŐDÉSI HÁZ

1153 Eötvös u. 64-66. T.: 307 7285

#### GYERMEKSZÍNHÁZ

október 7. vasárnap 10.30 óra  
Mátyás király mézbora  
Ára: 850 Ft/fő, 2100 Ft/család

#### TÁNCHÁZ RÁKOSPALOTÁN

október 12. péntek 19-23 óra  
Ára: 300 Ft

#### CSOKI-FILM-KOCKÁK

október 15. hétfő 18 óra  
Hold (2009). Puzsér Róbert  
Ára: 1000 Ft

#### MESEOVI

október 17. szerda 10 óra  
Az Óperenciás tengeren túl  
Álomzug Társulás bábjátéka  
Ára: 600 Ft

#### ÚJPALOTAI KÖZÖSSÉGI HÁZ

1158 Zsókavár u. 15. T.: 410 0836

#### NOSZTALGIA TÁNCST

október 5. péntek 17-21 óra  
Ára: 800 Ft

#### BABASZOMBAT

október 13. szombat 10-12 óra  
Babajátás 1,5-4 éveseknek.  
Ára: 600 Ft; felnőtt 800 Ft

#### ÉLMÉNYBESZÁMOLÓ

október 13. szombat 19 óra  
Az El Camino zarándokútról és egy vár felújításának kezdetéről  
Vendég: Ótott Kovács Attila

#### ZSÓKAVÁR GALÉRIA

október 16. keddi 18 óra  
Dzsida Zoltán fotókiállítása:  
London Random

#### LÉLEKHANGOLÓ MŰHELY

október 18. csütörtök 10 óra  
„Hiszti? Hiszti!” c. beszélgetés kis-  
gyermekes szülőknek  
Ára: 700 Ft

#### PESTÚJHELYI KÖZÖSSÉGI HÁZ

1158 Szűcs I. u. 45. T.: 419 2006

#### IFI ONLINE ÚJSÁGÍRÓKLUB

minden második péntek 16-18 óra  
13-18 éves fiataloknak,  
vezeti Rab László újságíró

#### MAGYAR FESTÉSZET NAPJA

október 18. csütörtök 14-17 óra  
Festés a szabadban!  
Ingyenes program

#### ÉLETMÓD JÓGA

keddi és csütörtök 9-10 óra  
Ára: 1000 Ft/alkalom

#### GYERMEKJÓGA 4-7 éves korig

keddi 17.30-18.15 óra  
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

október 6. szombat 10 óra  
Gyógynövények a tájban  
Ára: 1000 Ft

#### CSINÁLD MAGAD!

október 10. szerda 18 óra  
Nemezelt üvegkavicsos nyakravaló  
Ára: 2500 Ft

#### A HATÉKONY TANULÁS EGYSZERŰ MÓDSZEREI

október 11. csütörtök 18 óra  
Vendég: Deákné B. Katalin tanár  
Ára: 800 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

#### HATHA JÓGA

hétfő-szerda 18-19.30 óra

#### KIKÖTŐ IFJÚSÁGI KÖZÖSSÉGI SZIGET

1156 Száraznád u. 5. T.: 30/868 6087

#### NYÍLT NAP A KIKÖTŐBEN

október 5. péntek 15-21 óra

#### CAMPUS KLUB

október 10. szerda 17.30 óra  
Kérdezz egyetemistáktól!

#### KIKÖTŐ KREATÍV MŰHELY

október 13. szombat 15.30 óra

#### MATEK SZAKKÖR 10-18 éveseknek

október 15. hétfő 17.00-18.30 óra



# Az Istvántelki főműhely titkai



Zsúfolásig telt a hivatal díszterme szeptember 25-én, Dávid László *Az első vasútüzem története* című könyvbemutatóján. Az Istvántelki főműhely régi dolgozói, a könyv kiadását támogató XV. kerületi önkormányzat képviselői és az érdeklődők első kézből ismerhették meg az eredetileg Rákospalotához tartozó legnagyobb vasúti karbantartó üzemről szóló kiadványt.

A könyv tíz fejezete, szorosan kapcsolódva a vasút fejlődésének történetéhez, bemutatja, milyen igény generálta, hogy felépüljön a hatalmas műhely gróf Károlyi Sándor birtokán, mi minden történt az 1905-ös meg-

nyitásától a világháborúkon és az '50-es években át egészen az 1993-as bezárásáig. A könyv részletesen ismerteti a szakmai feladatok és munkák mellett a MÁV gazdag szabadidős és kulturális életét is, és beszámol a MÁV Testvériség sportsikereiről is. Hiába küzdöttek a fennmaradásért 1990 és 1992 között, bezárta kapuit a főműhely. A könyv függelékében tizenhárom volt üzemi dolgozó írta meg emlékeit számukra kiemelkedő történetekről. Érdekes olvasmány Dávid László könyve mindenkinek, „akit a mozdony füstje megcsapott”. (KI)

# Pék Mária halat ránt, csuszát főz



Fejes Endre regénye a történet végével kezdődik. Több generációnyi feszültség robbant ki ifjabb Hábetler Jánosból, amikor agyonüti sógorát munkahelye romos udvarán, a *Rozsdatemetőben*.

A regény 1962-ben jelent meg először. Bár a feldolgozott téma felkavaró, színtiszta realizmus, minden időszakban megtalálja a maga olvasótáborát. Fejes Endre ugyanis a Hábetler család sorsa mögé bújva Magyarországon I. világháború és a '70-es évek közötti történetét írta meg. Az egyszerű körülmények közül származó, munkakörnyezetben élők közül mindenki vágyik a jobbra, hogy meglegyen a család, a szoba-konyha, a bútor, és az ünnepeken kerüljön az asztalra rántott hal és túrós csusza.

Hábetleréknél ez így történik, mégsem boldogok. „Húsvétkor, karácsonykor, újévkor, születés- és névnapokon mindig a Nagyfuvaros utcában ünnepezt az egész család. Pék Mária nagytakarítást csinált, átrendezte a bútorokat, a családfele, Jani, Gizike, Eszter a szobában taka-

ritott. Hajnalka a főzésnél segített édesanyjának. Veszekedtek, rekedtre kiabáltak magukat. Este megérkeztek, hozták a gyerekeket, virágot Pék Máriának, megcsókolták horgas ujjú, csúnya kezét, majd megterítették Taubinger Rezső főesperes asztalát, és a bőséges vacsorához ültek.”

Fejes Endre szikár mondatokkal, látszólag egyszerű kijelentésekkel, de közben hihetetlen szeretettel ír a Nagydíófa utca lakóiról. Azokról, akik mellett ma is úgy megyünk el a VIII. kerületben, hogy elfordítjuk a fejünket. A regényben mégis úgy ábrázolja őket az író, hogy bearanyozódik Pék Mária szétdolgozott, horgas ujjú keze, eltörpülnek a jellemhibák és érthetőbbé, megbocsáthatóbbá válik minden, elsőre elítélt cselekedet. Vanak korszakokon és földrajzi helyeken átívelő történetek – a Rozsdatemető pontosan ilyen. (kovács) (Fejes Endre: *Rozsdatemető; Magvető, 2018; 1999 Ft*)

## A SZABÓNAK VÉLT RÁK

GRAFIKA: VARGA TÍMEA LAURA

Egyszer egy szentegyházfasfalusi bácsi, amint a patak partján haladt el, ráakadt egy rákra. Látja, ollói vannak.

Szabónak kell lennie, a gyilkos teremtettét!

Kéndezősködik mindenkitől, de mindenki csak szabónak mondja. A tisztelendő úr fia éppen akkor jött haza a kollégiumból.

A diák eleget magyarázta nekik, hogy nem szabó, lábai ugyan ollóhoz hasonlóak, de azokat védelmezésre használja az ellenségeivel szemben.

De az emberek nem hittek neki, azt mondták:

Menjen, ne beszéljen bolondságokat, hisz a diákok mind huncutok!

Megpróbálták, hogy valóban tud-e szabni. Kitettek egy posztót, hogy szabja ki nekik ruhának. Reátették a rákot, s ahogy mászott, ollóval mindenütt utánavágták.

Hát egyszer csak azt vették észre, hogy nem kiszabták a posztót, hanem összevissza vagdalták, s hasznavehetetlenné vált az egész.

Most mindenki haragudott a rákra, hogy mennyire kicsúfolta őket. Azon tanakodtak, hogy valami szigorú ítéletet hozzanak szegény árva fejére.

Eláll a falu bölcse, s azt indítványozta:

Belé kell dobni vízbe, hogy nyuvadjon belé!

Helyes! Helyes!

Az indítványt elfogadták. A rákot pedig nem beledobták, hanem visszadobták a vízbe.

# Különleges növények Pestújhelyen

Az őszen ötvöződik a természet sokszínűsége és zöldegek, gyümölcsök zamata, amit sokan üvegbe zárva konzerválnak inszegebb időkre. Bár Kelemen Ferencné Zsókat eredetileg azért kerestük fel, hogy kóstolót kapjunk a pestújhelyi keretek ízeiből, azonban hamar a különleges növények bűvöletébe kerülünk.

FOTÓ: XV MEDIA, VARGOSZ



Kelemen Ferencné | A kertészkedés a kisujjában van

Precizitását, közéleti felelősségvállalását minden bizonnyal pedagógus hivatásából meríti. Zsóka ugyan jobbára már csak a dédunokákkal foglalkozik, de hajdanán igencsak sok gyerek sorsát egyengette. Az utóbbi időben a matematika-, fizikaoktatást mondhatni felváltotta a biológia, mivel szívesen tart kiselőadásokat növénytermesztésről. Ráadásul kifejezetten a különleges fajtákról beszél lelkesen.

Pestújhelyen ugyan is földimogyorót, magyar safrányt vagy éppen a batátát, azaz az édesburgonyát természeteni nem kis feladat. Mint mondja, kihívás

egy-egy kevésbé ismert, ugyanakkor hasznos növény termesztéséhez kedvet csinálni.

Rögtön el is magyarázza, hogy az édesburgonya, a neve ellenére, semmiféle rokonságban nem áll a burgonyafélék családjával. A Peruból származó gyökér viszont az egyik legsokoldalúbb növény, íze leginkább a sütőtökhöz hasonlítható, a gumók bíbor, illetve sárga színben is pompázhatnak. Rendkívül egészséges, számos formában elkészíthető, főzhetjük, süthetjük, zsenge hajtását még salátába is keverhetjük.

A földimogyorórol is megtudjuk a titkokat. Magvait kevés gazda-

bolt árulja, elültetni pedig akkor kell, amikor az akácfa virágzik. A medoc noir vagy ké-medoc francia eredetű vörös szőlőfajtáról is magával ragadóan beszél. Az apró sötétkék bogók muskotályos ízűek. Az egri borvidéken termesztették, napjainkban már csak ritkán telepítik, kertjében viszont pár tő megcsodálható.

Zsóka szerint nagy büszkeség, hogy töretlenül működik a Pestújhelyi Kertbarát Kör, ahová nemcsak a tapasztalatokért érdemes járni, hanem a mindennapokat is megfűszerezi a vidám társasági élet.

(béres)

# Nézőpontváltás a karrierépítésben

Ősszel érdemes új állást keresni, mert akkor felpezsdül a munkaerőpiac – tudtuk meg Vagyócki Anita kerületi karrier-tanácsadótól. Választ kaptunk tőle arra is, mikor váltsunk állást és miért fontos tisztában lenni a saját értékeinkkel.

FOTÓ: XV MEDIA, VARGOSZ



Vagyócki Anita | Becsülni kell az értékeinket

– Szokták mondani, hogy hétévente érdemes állást változtatni, mi a véleménye erről?

– Ma már vannak olyan területek, ahol akár két-három évente is hasznos váltani. Sokan azért maradnak hosszabb ideig egy helyen, mert olyan beidegződéseik vannak, mint „nekem úgy sem sikerül”, „máshol sem lenne jobb” vagy „a szüleim is egy helyen dolgoztak egész életükben”. Manapság viszont nem muszáj ott maradni, ahol nem jó, mert nagyon sok a lehetőség. Érdemes megmérgetni magunkat. Akár ugyanazon a munkahelyen is sokkal jobban ki tudnánk állni magunkért, ha tisztában lennénk a munkaerőpiaci értékünkkel.

– Ha tudjuk, hogy

többet érünk, mint ahogy jelenleg értékelnek bennünket, akkor ezt hogyan mondjuk meg a főnökünknek?

– Ennek egy okos, diplomatikus és tényleg alapuló beszélgetésnek kell lennie. Indulatosan üzleti dolgokról beszélni nem jó, mert az érzelmeink átvehetik az irányítást, és az hátrányt jelenthet. A nézőpontváltás nagyon sokat tud ebben is segíteni.

– Ha már megfordul a fejünkben, akkor mindenképpen váltunk munkahelyet?

– Sokan fordulnak hozzám azzal, hogy a jelenlegi munkájuk valamiért nem kielégítő számukra, de nem tudják, mihez kezdhetnének. Érdekes, hogy a

kimenetele ezeknek a közös munkáknak nem egyértelműen az, hogy otthagyják a munkahelyet. A meglévő értékeinket is becsülni kell, és ehhez is nagy segítség a nézőpontváltás.

– Egyébként vegyes a kép, van, aki 24 éve ugyanott dolgozik, de nem ugyanabban a munkakörben. Ha valaki egy munkahelyen jól érzi magát, megbecsüli, életvitelének megfelelően keres, úgy látja, hogy van perspektíva, megkapja attól a munkától, amit szeretne, akkor nem keresgél. Ha ezek közül bármelyik hibádzik, akkor érdemes körülnézni.

Következő számunkban Magyar Ildikó közgazdással beszélgetünk. (KI)

# A svájcisapka- és berlinerkendőgyár

Átható ecetszag – ez az emlék maradt meg bennem a '80-as években a Szövőgyárról, amikor az iskolánk kórusával műsort adtunk az ottani dolgozóknak köszönetül a patronálásért. Akkor még nem tudtam, milyen érdekes története van a vállalatnak, mennyi svájcisapkát gyártottak itt, és azt sem hittem volna, hogy a rendszerváltás után lebontják, és csak a kerítése marad meg.

Az eredeti gyárat Sparber Samu és testvére alapította 1911-ben, majd egy évvel később Első Rákospalotai

Kötő- és Kötőszövőgyár Rt. néven kezdett működni. A régi parasztház és a mellette lévő barakkok később leégtek, így nemcsak a gépparkot fejlesztették, hanem új épületeket is felhúztak. Gyapjúfonóval és festődéval bővültek 1925-ben, ekkor háromszázhatvan munkás dolgozott 90

kézikötőgépen és 100 harisnyakötő gépen. A késztermékek mellett itt állították elő a gyapjúfonalat, melyből a svájcisapkák, harisnyák és berlinerkendők is készültek.

FORRÁS: FORTEPAN



A svájcisapkákból akkora forgalmat bonyolítottak, hogy a '30-as években kartellbe tömörültek a hódmezővásárhelyi és kőszegi gyárral, megállapodva az árakról és a sapkák minőségéről.

Lázár Károly, Markó Péterné és Zoles József írt tanulmányt „A Budapesti Finomkötöttárugyár rövid története” címmel, ebből részletesen megismerhetjük

a gyár további történetét. A háború alatt a hadiipart látták el, majd a nyilasok kifosztották a gyárat, és a '40-es évek végén a szokásos módon államosították. A Budapesti Finomkötöttárugyárhoz 1963-ban csatolták, és a rendszerváltásig látták el alapanyaggal (például akrilfonallal) a hazai textilipart. Utána még átvette a Colorit Rt. a gyárat és pár évig még üzemelt, de ma már csak egy épület és az üres telek emlékeztet a Szövőgyár utca névadójára. (kovács)

Y + Z #GENERÁCIÓS\_SÁV

# Engedély a kattintás előtt



**Mindennapos látvány, ahogy mobiltelefonnal fotózzák egymást a fiatalok vagy a szülők a gyerekeiket. Mikor sértünk törvényt egy ilyen fényképpel? Dr. Polyák Gábor médiajogász segítette eligazodni a téma jogi hátterében.**



Polyák Gábor

Ha képet készítünk valakiről, a legfontosabb szabály a Polgári Törvénykönyv szerint, hogy mielőtt elkészítjük a fényképet, hozzájárulást kell kérni tőle, és a kép felhasználásáról be kell részletesen számolni. A szakember szerint ezt bármilyen módon megtehetjük, szóban is megfelelő. Képzeli el, hogy a pózoláskor elhangzik egy ilyen mondat: „Szeretnék lefotózni benneteket, utána feltöltöm a közösségi média-

oldalra a képet és továbbküldöm az osztálylistára is, és még érettségi után is ezzel foglak cikizni – engedélyezed?” Nem hiszem, hogy ez előfordulna, pedig ez lenne a szabályszerű.

A médiajogász azt is elmondta, hogy a jog megkülönbözteti a képmáshoz való jogot, ezt a Polgári Törvénykönyv szabályozza, de adatvédelmi szempontból is fontos, posztolunk-e egy képet valakiről. „Ha a telefo-

mon vannak fotók, arra nem vonatkozik adatkezelés, de ha nyilvánosságra hozom, akkor az másik helyzet.” Ha akaratunk ellenére nyilvánosságra hozzák a képünket, bíróságon polgári peres eljárásban sérelmünket kérhetünk.

A szülők a kiskorúak törvényes képviselőiként is beleszólhatnak a folyamatba. „A szülő védheti a gyermeke jogait, ha leszedeti a barát oldaláról egy olyan fotót, amely kedvezőtlenül ábrázolja.” Viszont a szülő, a gyerek törvényes gondviselője, akinek a legjobban kellene vigyázni az utódjára, készíthet olyan fotót a csemetéjéről, amit ő viccesnek gondol, de nevetségessé teheti a gyermekét, ha ez elterjed a világhálón.

Polyák Gábor szerint a gyerekeknek koruktól függetlenül vannak személyiségi jogaik, de csak extrém esetben, mint például pornográf képek készítése esetén lehet a gyámügyhöz fordulni, akár a gyerekeknek is. „A jog nem akadályozza a szülőt abban, hogy hülye legyen” – mondta végzetül a szakember. -cs -ó

FOTÓ: XV. MÉDIA, NAGY BOTOND

FORRÁS: POLYÁK GÁBOR

# Koplalástól a túlzott egészséges étkezésig



Hol a határ? | A mérlegelés fontos!

**Napjainkban komoly méreteket öltenek a testképzavarral összefüggő rendellenességek, főként a fiatal korosztálynál jelentkeznek ez fokozottan. Mikortól kóros egy étkezés? Erre kerestük a választ Jánosi Mónikával, a Fejlesztő Palota szakemberével.**

FOTÓ: XV. MÉDIA, NAGY BOTOND



Jánosi Mónika

– A testképzavarral összefüggő betegségek egyaránt hatással vannak az ember pszichológiai és testi jóllétére. Az ilyen betegségben szenvedők önértékelése sérült, megszállottan hiszik, hogy csak akkor felelnek meg a szociális elvárásoknak, ha elérik az általuk megszabott súlyt, mely rendszerint kórosan alacsony. Az étkezésből, illetve testedzésből teljesen eltűnik az élvezet és az öröm, helyette neurotikus viszony alakul ki. Az evészavarok tüneteinek hátterében általában bonyolult lélektani folyamatok játszanak szerepet – tájékoztattott a szakember.

Legismertebb formáira az anorexia és a bulimia, a legújabb pedig az ortorexia nervosa. Az anorexia nervosa tünete a kóros soványság mellett az étellelutasítás, ami azért történik, mert a beteg fél a testtömeggyapadástól. Sokszor az étel szélsőséges elutasítását intenzív testedzés is kiegészíti a további fogyás érdekében. A nem megfelelő táplálékbevitelnek viszont súlyos testi szövődésményei lehet-

nek, mely a beteg halálát is okozhatja.

A bulimiánál viszont egyfelől falási rohamok jelentkeznek, amelyeket óriási lelkiismeret-furdalás követ, majd a beteg igyekszik megszabadulni önhánytatás, hashajtók használatával az elfogyasztott kalóriáktól. Bár a bulimia háromszor gyakoribb az anorexiánál, a normál testtömegtartomány miatt sokszor rejtve maradhat.

Végül a legfontosabb, talán a legveszélyesebb az ortorexia nervosa, ami a túlzott egészséges táplálkozást favorizálja. Az érintettek alapvető tápanyagokat és vitaminokat vonnak meg a szervezetüktől, és emellett sokszor túlerőltetik magukat testmozgás terén is. Az ortorexia első hallásra egyáltalán nem veszélyes, de sajnos a legtöbb esetben a beteg nem tudja, hol a határ. A gyógyulás érdekében a kórházi kezelés mellett ilyen esetekben kulcsfontosságú a pszichoterápiás kezelés is.

B. I.

# A nagy testvér

**A** kinek iskolás gyereke van, tudja jól, mit az az e-kréta. Igen, az elektronikus napló, amiből netes felületen keresztül tájékozódhatunk nemcsak a gyerek érdemjegyeiről, de a házi feladatokról, az órai anyagról is, sőt még egyéb, iskolával kapcsolatos eseményekről, tudnivalókról is.

Nálunk ez tavaly még csak kísérleti jelleggel működött, ami – többek között – azt is jelentette, hogy be sem tudtam lépni a rendszerbe. De nem volt gond, a tájékoztató füzetbe előbb-utóbb bekerültek a jegyek, a házi feladatot a fészbuk-csoportból mindig megtudtam, igaz, kicsit kínos volt, hogy szombat reggelenként én voltam az első, aki – látván Gyermek üres leckefüzetét – kétségbeesetten írt, miből és mit is kell megcsinálni.

Idén már élesre fordultak a dolgok, az e-kréta kötelező, bár aki nem tud internetezni, kérelmezheti – írásban, erre a célra előállított nyomtatványon – a tájékoztatót/ellenőrzőt, de alapból már senki sem kapott ilyet a suliban.

Aztán megtudtam, van már applikációja is.



FOTÓ: XV. MÉDIA, NAGY BOTOND

*Szuper! Letöltöttem, igaz, amíg sikerült bejelentkezni, kihullott a hajam, mert az iskola vezetősége által megadott jelszókulcsot (gyerek születési évének utolsó két számjegye, hónap, nap, mindezt kötőjellel elválasztva) nem fogadta el. Huszonnyolcadzori kísérlet után beengedett (a titok: teljes év, hónap, nap, kötőjelek nélkül, hehe). És eljött a szép új világ. Az igen okos telefonom azóta pittyegéssel jelzi, ha történik valami. Magyarul, akár már délelőtt megtudhatom, hogy Gyermek két nappal korábban megírt matekdogája hányas lett, ami szintén szuper, mert délutánig jól felszívhatom magam, és ahogy kijön a suliból, nekieshetek.*

*Ha pedig valamit lelkesen elkezdene mesélni a napjáról, beléfojthatom a szót, hogy „Igen, tudom!”. Mert a nagy testvér most már mindent lát... -y -a*

## Éjszaka az iskolában



A Károly Róbert Általános Iskolában Könyvtárak éjszakája rendezvényt tartottak szeptember 21-én. A rendezvény este fél 7-kor kezdődött és másnap reggel 9 óráig tartott a 3–5. évfolyamos tanulók részvételével. A gyerekek olvasáshoz kapcsolódó feladatokat oldottak meg, játszottak, észrevétlenül merültek bele a mesék és az olvasás varázsába. Vacsorát és reggelit is kaptak, ott aludtak az iskolában a lelkes pedagógusok felügyelete mellett. ■

## Szomszédünnep



A Lokálpatrióták a XV. Kerületért Egyesület és a Rászorulókat Támogatók Egyesülete közös szervezésében rendeztek szomszédünnepet az újjalotai Fő téren szeptember 29-én. A program keretében tartották meg a RáTE jótékonsági főzőversenyt, valamint a Lokálpatrióták buszos, kerületi városnézését, melyet a kerület érdekességeit jól ismerő idegenvezető tett még élvezetesebbé. ■

## Demencia a mindennapokban

Az Újjalotai Család- és Gyermekjóléti Központ demenciaszimulációs érzékenyítő programot tart a Zsókvár utca 24–26. szám alatt október 17-én délelőtt 10 és délután fél 4 között. A Juhász Ágnes demenciaspecialista vezetésével megvalósuló interaktív program a gyakorlati és elméleti elemek váltakozásával segít a résztvevőknek abban, hogy átélhessék, saját bőrükön megtapasztalva érzékeljék azt, amit



## Gyermekrajzok

„Szeresd az állatot, mert ő is szeret Téged” címmel hirdetett gyermekrajzpályázatot az ÖTHÉT Egyesület. Az óvodákból, iskolákból beérkezett munkákból pedig kiállítást rendeztek az Újjalotai Nyitott Ajtóknak (Páskomliget utca 6.). A tárlat megnyitóját szeptember 27-én tartották. A gyermekrajzok október 11-éig láthatók az iroda nyitvatartási idejében. ■



## Fuss a sulidért!



Ismét megrendezi a „Fuss a sulidért!” jótékonsági futását október 13-án reggel fél 8-tól az újjalotai László Gyula Gimnázium és Általános Iskola vezetése és szülői szervezete. A futást a László Gyula sulinál (Kavicsos köz 4.) rendezik. A nevezési díj gyerekeknek 500 forint, felnőtteknek 1000 forint, családnak (minimum 2 felnőtt, 1 gyerek) 2000 forint. ■

## Útinaplóest



A *ló neve Korzika* címmel tart előadást Papp János vándorszínész a Kinizsi TTK klubházában (Kert köz 2.) október 12-én, pénteken délután 4 órától. A színművész nagy szenvedélye a túrázás. Szinte valamennyi földrészen járt már, utazásairól pedig útinaplókat ír. Sikeresen megmászta 2015-ben a korzikai GR20-at, Európa legszebb és legnehezebb magashegyi túraútvonalát, ami mellesleg a francia idegenlégiosoknak is kiképzőterepe. Az élményekről és tapasztalatokról színházi monológ formájában ad számot, képekkel, zenével, irodalommal. Az önkormányzat támogatásával megvalósuló rendezvény ingyenes, a nagy érdeklődésre való tekintettel előzetes jelentkezést kérnek a 06 70 440 4022-es telefonszámon vagy az [elnok@kinizsittk.eu](mailto:elnok@kinizsittk.eu) e-mailen. ■

## Országos Rajzfilmünnep



Országsszerte több mint száz helyszínen ünneplik ingyenes vetítésekkel az animáció világnapját október 26. és 28. között, az Országos Rajzfilmünnep keretében. A mozikban, művelődési és közösségi házakban, könyvtárakban megtartott vetítésekhez egyéb programok is kapcsolódnak, például kiállítással, kézműves foglalkozással, bábbemutatóval várják az érdeklődőket. A rajzfilmünnep programja több mint 130 animációs alkotásból, egész estés és kisfilmből, illetve sorozatból áll, amelyekből a részt vevő helyszínek szabadon választhatnak. A filmkínálat nem csak a gyerekeknek szól, felnőtteknek készült magyar és nemzetközi animációs filmeket is beválogattak a szervezők a programba – írta az *MTI*. A rendezvényről és a részt vevő helyszínekről a [www.rajzfilmunnep.hu](http://www.rajzfilmunnep.hu) honlapon lehet bővebben tájékozódni. ■

demenciával küzdők családtagjai, hozzátartozói számára ingyenes. ■

# Szüreti Mulatság Rákospalotán



FOTÓK: XV MÉDIA, NAGY BOTOND



Idén is megrendezték a hagyományos Szüreti Mulatságot Rákospalotán a Rákospalotai Örökségünk Egyesület szervezésében szeptember 22-én. A csikósok gyülekezője a Karácsony Benő parkban volt, ahol színes programmal várták az érdeklődőket. Volt kocsikázás, mustkóstolás, kézműves foglalkozás, a nagyszínpadon fellépett többek között a Szilas néptánc-együttes. A sokakat érdeklő szüreti felvonulás délután kezdődött, és az Öregfalu utcáin ment végig a vidám, színes, integetős menet. ■



# Kerületi szeméttügyek

A szemétkérdés sarkalatos probléma a kerületben, mert a közterületek állapota az itt lakók közérzetére is kihat. Éppen ezért sok szeméttel kapcsolatos panasz érkezik az önkormányzati rendszerekhez, akik nagy hangsúlyt helyeznek a probléma kezelésére.

FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ



Változatos lerakások | Ki bútort, ki mást hajít ki

– Év végére már 78 kamera és négy rendész figyeli mindennap 24 órában a közterületeket – mondta Horváth Attila közbiztonsági referens. – Tizennégy kamera az illegális szeméttel „fertőzött” területekre fókuszál. Eddig is 11 kamerán keresztül csak a notórius szeméttelőket figyeltük. Ahol nem szereltek fel kamerát, a kollégáink gyakrabban ellenőriznek.

Ennek ellenére nem könnyű elfogni a szeméttelőket, akik általában 15-20 másodperc alatt megszabadulnak a nem kívánt hulladéktól.

– Ha még a tethelyen sikerül elcsípnünk az elkövetőt, akkor helyszíni bírságra és a szemét eltakarítására kötelezzük – magyarázta a szakember. – Utólag azonban be kell azonosítanunk az elkövetőt, majd szabálysértési

eljárást kezdeményezünk vele szemben. A helyszíni bírság általában 5 ezer és 50 ezer forint között mozog, a szabálysértés miatt kiszabható pénzbírság pedig akár a 150 ezer forintot is elérheti.

Az alábbi három esetben az első, gyorsabb variáció valósult meg. A Gergő utca – Hősök útja kereszteződésében levő szelektív hulladékgyűjtő szigetnél akart egy nő megszabadulni a fölöslegessé vált dolgaitól. A rendészeknek sikerült tetten érniük őt, így a szemét is visszakerült a nő autójába, aki ráadásul 20 ezer forint bírságot is kapott. A második esetben a Nyírpalota út 40. előtt „bútorozott le” valaki, akiről kiderült, hogy egy idős hölgy lakásából vállalta a fölöslegessé vált holmik eltüntetését, ám már

a ház előtti parkban megszábadult a terhétől. A rendészeknek kisebb „nyomozás” után őt is sikerült azonosítaniuk, majd 30 ezer forintra megbüntették. Legvégül a Rákos út – Mozdonyvezető utca sarkánál levő szelektív szigetnél próbált egy pár megszabadulni a szeméttől, ám a járőrök itt is időben érkeztek a helyszínre, és megbüntették az elkövetőket.

– Idén több mint 200 dokumentált intézkedésünk volt szeméttügyben – mondta Horváth Attila. – A tettenérések aránya ennek nagyjából az ötöde, ám ez is kiemelkedő eredménynek számít Budapesten. Ugyanakkor az utólagos intézkedések is hatékonyak bizonyulnak, mert a kerület láthatóan tisztult az utóbbi időben. R. T.

# Megéri a gyorshajtas?



Letoló Lajos | A pénztárcáján érzi a száguldást

Gyorsan rövide is zárjuk a címben szereplő kérdést, a válasz: nem. Mégpedig több okból sem. Aki a megengedett sebességnél gyorsabban hajt, veszélyezteti nemcsak saját maga, de a környezetében közlekedők épségét is. Emellett autója többet fogyaszt, míg az az idő, amit megspórol a gázpedál vehemens nyomásával, elenyésző.

Az autópályán két szélsőséges vezetési stílussal találkozhatunk. Vannak a külső sávban „cammogók”, akik átlagosan 110 kilométer/

órás sebességgel haladnak, és vannak a 150-nel a belső sávban döngetők, akik dudálás-sal-villogással próbálják letolni a többieket.

Közülük, bármennyire is meglepőnek tűnik, üzemanyag-megtakarítási szempontból is az első kategóriához tartozóknak van igazuk, akik ilyen sebesség mellett 100 kilométerenként több mint 400 forintot spórolnak (1 liternyi üzemanyag a jelenlegi áron), míg az idővesztésük csupán 3 perc a megengedett sebességgel közlekedőkhöz képest – tudtuk meg Czebe Sándor vezetésbiztonsági trénerrel.

A szakember hozzáteszi: ezzel szemben a 150-nel száguldók mindössze 6-7 percet nyernek 100 kilométerenként, míg több mint 350 forintnyi veszteséggel számolhatnak a 130 kilométer/órával haladókkal szemben.

Úgy véljük, a számok önmagukért beszélnek. Ezek után – természetesen a biztonsági szempontokat is számba véve – mindenki eldöntheti, autópályán milyen sebességet választ. -y -a

FOTÓ: XV MÉDIA, NAGYBOTOND

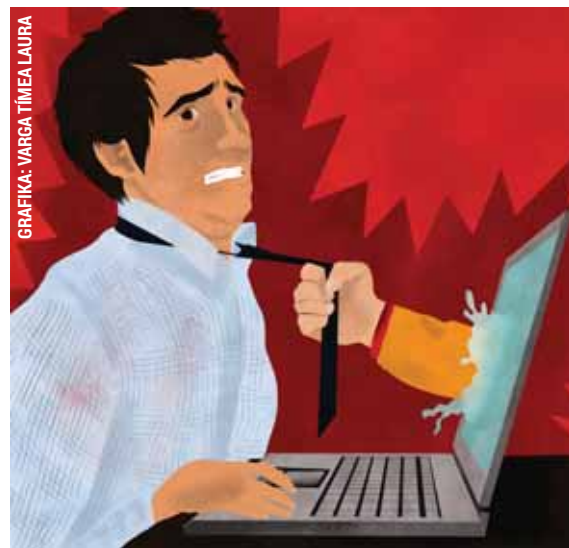
## RENŐRSÉGI HÍREK

### Amnéziás sofőrök

Nemrég azért állítottak meg a rendőrök egy motorost a Kosuth Lajos utcában, mert a járművének nem voltak meg a hatósági jelzései. A férfiről aztán kiderült, hogy a vezetőstől is eltiltották. Ezért a rendőrök szabálysértési eljárást indítottak ellene. Sajnos, nem ő az egyetlen, sokan hajlamosak elfeledkezni arról, hogy eltiltották őket a járművezetéstől és papírok nélkül ülnek a volán mögé. A rendőrök pedig ezt a feledékenységet keményen szankcionálják.

R. T.

### 2D-s vita, 3D-s konfliktus



GRAFIKA: VARGA TÍMEA LAURA

Összeveszett egy férfi az egyik internetes oldalon néhány régi ismerősével. A netes veszekedés azonban hamar valódivá vált. A férfi ugyanis egy alkalommal az utcán váratlanul szembe találta magát az ismerősével, akik a korábbi vitájukat azonnal rövidre zárták: a férfit megverték, majd elvették tőle a pénzt és a telefonját is. A rendőrök rablás miatt nyomoznak ellenük.

-sch -s

### Ököllet nyomatékosított

Szerette volna leszállítani az utolsó utasát az egyik éjszakai buszjárat sofőre a Kosuth Lajos utcai végállomáson. Az utas azonban nehezményezte a sofőr sürgetését, aminek először szóban, majd tettekkel is hangot adott. A busz vezetőjét szidalmazni kezdte, majd többször megütötte. A férfit végül a kerületi járőrök állították elő, és közfeladatot ellátó személy elleni erőszak bűntett miatt indítottak ellene nyomozást.

(riersch)

### Meglovasított teherautó

Bosszút próbált állni egy férfi a munkaadóján, ezért engedély nélkül elvitte a kisteherautóját, melyet aztán ittasan vezetett. Nagy szerencséjével eljutott a szomszédos IV. kerületig, ahol viszont több parkoló járművet is összetört. A férfit az újpesti rendőrök fogták el, de a XV. kerületben indult eljárás ellene jármű önkényes elvitel miatt.

RiTa

# Negyedszázad



Lipták Mihály



Új verseny a Panda Kupa

ARCHIV FOTÓK: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

Az idei szezonban fontos jubileumához érkezett a Budapesti Leánykosárlabda Klub (BLF) Kósárlabda Klub, amely 2019-ben már a 25. évfordulóját ünneplheti.

– Nagyon büszkék vagyunk rá, hogy immár negyedszázada oktathatjuk a kosárlabdázást a XV. kerületi gyerekeknek – mondta Lipták Mihály, a BLF KK szakmai igazgatója, aki hozzátette, hogy az év kiemelkedő programjai is a jubileumuk jegyében telnek majd. – Tavaly nagy sikerrel rendeztük meg az első Süni Kupát az U11-es korosztálynak, amit idén is megszervezzük. Idén az U12-es korosztálynak Panda Kupa néven egy hasonló sorozatot indítunk. Mindkét torna zárófordulóját mi rendezzük, melyre megint szeretnénk külföldi csapatokat is meghívni.

A BLF KK háza táján több változás is történt a nyári szünetben. A korábbi edzői stábuszban dolgozó Lipták Mihályt szakmai igazgatóvá nevezték ki. Egy új, tapasztalt edzővel is erősödött a stáb, a klubnak sikerült „leigazolnia” Pajor Dávidot, a MAFC egykori játékosát. Dávid a BLF-nél az U16-os (kadet) korosztályt kapta meg.

Elköszönt a klubtól az

NB II.-es csapat korábbi edzője, Attila Viktor, akinek a helyét a klub saját nevelésű edzője, Pádár Balázs vette át. Az „új” tréner bemutatkozása jól sikerült, mert a BLF KK a Százhalombatta legyőzésével már túl is jutott a Hepp Kupa első fordulóján.

– Balázs már tavaly is bizonyított, hisz a saját nevelésű fiatalokból álló csapattal megnyerte a budapesti amatőr Férfi/C bajnokságot. Ezzel a klub jogot szerzett a Férfi/B bajnokságban való indulásra – mondta Lipták Mihály. – Ebben a csapatban ifjú felnőttjeink és a tehetséges junior játékosok szerepelnek majd. A csapat edzője Pajor Dávid lesz.

Lipták Mihály szerint az új edzővel annak ellenére jól szerepelhet a felnőttcsapat, hogy az NB II.-es bajnokság Közép/B csoportja a négy harmadosztályú megméretetés közül a legerősebb.

– Idén is folytatódik a Honvéddal az együttműködésünk, így az NB I./B-s klub is kölcsönöz számunkra játékosokat, illetve azokat, akik véleményük szerint kellő módon megerősödtek az NB II.-ben, visszahívják, és játszatják a magasabb bajnokságban – magyarázta a szakember. (ert)

## BAJNOKI MENETREND

### Női röplabda NB I.

Október 7. 17.00 Sződliget utca 24–30. | Palota VSN Kft. – TFSE  
Október 14. 17.00 Balatonfüred | SZBBA – Palota VSN Kft.

### Férfikosárlabda NB II.

Október 6. 16.00 Bogács utca 51–53. | BLF KK – Keresztúri KS  
Október 12. 20.30 | TFSE – BLF KK

### Női kézilabda NB II.

Október 7. 16.00 Dunakeszi | VS Dunakeszi – Kinizsi TTK  
Október 13. 19.00 Csömöri Sportcsarnok | Kinizsi TTK – Tatabányai SC

### Férfifutsal NB II.

Október 5. 18.40 Csömöri Sportcsarnok | REAC-SISE – UTE  
Október 8. 20.30 Érd Aréna | 5 STARS-Érdi VSE – REAC-SISE  
Október 12. 18.40 Csömöri Sportcsarnok | REAC-SISE – ETO SZC Futsal Club

### Férfifutball BLSZ I.

Október 6. 16.00 Budai II. László Stadion | REAC – BMTE II  
Október 14. 16.00 XVI. ker., Margit u. | Ikarus BSE Fejlődő Kertváros – REAC

# Somogyi légiós a röpiseknél

A Palota Röplabda SC élvonalbeli felnőtt-csapata a nyáron jelentős átalakuláson ment keresztül. A változást több dolog is indokolta: a gárda immár második éve nem úgy szerepel a bajnokságban, ahogy azt a vezetőség és a szurkolók elvárják, és a korábbi játékosok különböző okok miatt nem tudták vállalni az előrelépéshez szükséges többlet-edzést. Glózik János edzőnek tehát új csapatot kellett építenie.



Mészáros Zsófia

FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

Kapóra jött a 97-szeres válogatott kaposvári Mészáros Péter sugallata, hogy lánya eljönne Kaposvárról.

– Nagyjából így történtek a dolgok – mesélte a 19 esztendő Mészáros Zsófi, aki a Szalayné Sebők Éva Emléktornán először mutatkozhatott be a Palota VSN Kft. csapatában. – Úgy éreztem, új motivációra van szükségem. A Kaposvár is

több új játékost szerződtetett a nyáron azért, hogy azonnal visszakerüljön az Extra Ligába, így nekem is kevesebb játéklehetőség jutott volna.

Zsófi tíz év úszást követően váltott édesapja sportágára. A városi legendának számító Mészáros Péter lánya hamar beilleszkedett a kaposvári korosztályos csapatokba, és gyorsan felnőtt-csapat-kerettag lett. Kapos-

vári játékosként a Palotát is volt lehetősége megismerni.

– A csapatról sokmindent tudtam, ám a játékosokat csak ideigazolásum után volt szerencsém megismerni – mondta Zsófi. – Az első benyomásom, hogy befogadó, jó közösségbe kerültem, amit nekem jó játékkal kellene viszonzanom.

Zsófi nagyon izgult a bemutatkozása előtt, ám az emléktornán fokozatosan játékba tudott lendülni, amit szeretne a bajnokságra is átmenteni.

– Úgy vélem, ezzel a kéréssel teljesíthető a vezetőség kérése, hogy ne az osztályozón dőljön el, hogy jövőre is NB I.-esek maradhatunk-e – véli a játékos. – S hogy milyen lesz a Kaposvár ellen játszani? Úgy gondolom, nekünk nem ők, hanem a TFSE, a Balatonfüred, az MTK és a DVTK lesznek majd az ellenfeleink. RiTa

## Ezüstös főpróba



Régi edzővel, Glózik Jánossal, de új csapattal várja a 2018–19-es NB I.-es röplabdabajnokságot a Palota Volleyball Team. A színteljesen megújult együttest pedig a hagyományos Szalayné Sebők Éva Emléktornán láthatta először a közönség szeptember 14-én.

ARCHIV FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND



Dobogós helyezés | Színvonalas mérkőzések

Hetedik alkalommal emlékezett alapítójára a Palota Röplabda Sport Club, amely hagyományosan a Szalayné Sebők Éva Emléktornával hangolódott az október elején kezdődő bajnokságra. A szervezők ezúttal is erős ellenfeleket hívtak meg, két olyan együttest, a TFSE-t és a DVTK-t, amelyek várhatóan a bajnokságban is riválisaink lesznek. A csapatok körmérkőzést játszottak, a Palota kezdett a TFSE-vel, ez utóbbiak egy rövid pihenőt követően a DVTK-val is megmérkőztek, a tornát pedig a miskolciak és a Palota összecsapása zárta.

A rendezvényt ezúttal is megtisztelte Szalay Béla,

az elhunyt Sebők Éva férje, illetve Kotsis Attiláné nemzetközi hírű edző, Sebők Éva egykori mestere. Ők, illetve a Sződliget utcai tornacsarnok közönsége is időnként elégedetten csettintettek, mert a csapatok nagyon színvonalas meccseket játszottak.

A Palota legfőbb támogatója, a kerületi önkormányzat is képviseltette magát a tornán, Németh Angéla polgármesteri jogkörben eljáró alpolgármester, illetve Victorné dr. Kovács Judit alpolgármester több meccset is megnéztek, illetve a torna végén a megemlékezésen

és a díjátadó ünnepségen is részt vettek.

A házigazda Palota nagy mérkőzést játszott a TFSE-vel. A több mint kétórás találkozó öt játszmában dönt el, a döntő is 15–13-ra végződött. Sajna, az ellenfél javára. A TFSE aztán a DVTK-t is legyőzte 3–0-ra (ezek is szoros szettek voltak), így a torna győzelmet is megszerezte. A második a Palota lett, amely az utolsó körben 3–1-re verte a miskolciakat, a bronzérmet meg a DVTK vihette haza. A hazai csapatból Vandlik Dóra különdíjban részesült.

Riersch Tamás

## E G É S Z S É G # T R E N D

## Szorult helyzetben

Hazánkban sokakat érintő, mindennapjait megnehezítő emésztőrendszeri probléma a székrekedés. Ennek oka nem csak a táplálkozásban keresendő, hiszen a stressz, a rendszertelen életmód is szerepet játszhat kialakulásában.

Bár a felnőttlakosság többségét érinti a probléma, sokan nem szívesen beszélnek róla. Pedig érdemes foglalkozni a kérdéssel, amelyre első körben az étrendünk, illetve az életmódunk megváltoztatásával keressünk megoldást, még mielőtt a hashajtókhöz fordulnánk. A székrekedés orvoslásának három alappillére a rostokban gazdag étrend, a megfelelő folyadékbevitel, valamint a testmozgás – mondja Szabó Krisztina, a XV. Kerületi Önkormányzat Egészségügyi Intézményének dietetikusa.



Segítenek a rostok | Víz nélkül nem megy!

Rostbevitelünk növelésére fogyassunk teljes kiőrlésű, Graham-, korpás gabonatermékeket, sok-sok zöldségfélé, száraz hüvelyeseket, gyümölcsöket, valamint olajos magvakat. Ételeinket

akár észrevétlenül is dúsíthatjuk zabkorpával, búzakorpával, zabpehellyel, lenmagpehellyel, melyek mindegyike rengeteg rostot tartalmaz. Készíthetjük például a túrógombócot zabpehellyel, vagy a rakott, töltött ételeket, a fasírtot búzakorpával.

A szakember ugyanakkor hangsúlyozza: ha növeljük a rostbevitelünket, mindenképp növelnünk kell a folyadékbevitelünket is. Ellenkező esetben ugyanis éppen az ellenkező hatást érjük el, a sok rost fogyasztása megfelelő folyadékmennyiség nélkül akár még fokozhatja is a székrekedést.

Végül, de nem utolsósorban mozogjunk minél többet, hiszen a rendszeres sport nemcsak a stresszoldásban segít, de az anyagcsere-folyamatokat is felgyorsítja.

-y -a

## Sokoldalú kempósok Feltörekvő védő



Erdélyi Ferenc

Az Újpalota SE eddig a kempó sport egyik hazai bázisának számított. Erdélyi Ferenc honosította meg ezt a sportágat a kerületben. Felnőtt-tanítványai közül Verebes Miklós néhány éve már a kollégája lett, és ő volt az, aki az egyesületen belül a versenysportra való felkészítést is felvállalta.

– Jómagam fiatalon kyokushinkai karatésként kezdtem a pályafutásomat, és a kempóval csak azt követően kezdtem el foglalkozni, miután Erdélyi Ferencel megismerkedtem – mondta a fiatal edző, aki elmondta, hogy a tanítványait arra szeretné nevelni, hogy minél több stílust, minél több küzdősportágazatot megis-

merjenek. – Az edzéseinken már most is alkalmazzuk a cselgáncs, a jujitsu elemeit, a jövőben azonban szeretnénk minél több küzdősportban is kipróbálni magunkat. Így történetesen, hogy az Újpalota SE ifjú kempósai szeptemberben egy K1 gálán szerepeltek Balassagyarmaton.

– Egy kis csapattal utaztunk a nógrádi városba, ahol meglepően jól szerepeltünk – tette hozzá a mester. – Az öt versenyzőnk ugyanis hat éremmel térhetett haza.

A balassagyarmati K1 gálán a 14 esztendőes Szabó Panna és a 16 éves Gyökeri Noémi egy-egy ezüstöt, míg a 13 esztendőes Gyökeri János egy aranyat, Keszei Mátyás egy aranyat és egy ezüstöt, a 16 éves Nagy Szabolcs pedig egy ezüstöt szerzett.

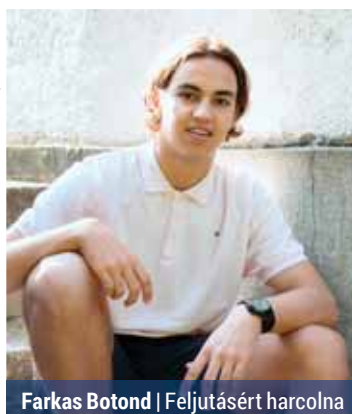
– A K1 gálák ilyen fiatal korosztályban abszolút veszélytelenek. A gyerekek teljes védőfelszerelésben küzdenek, így nem sérülhetnek meg – mondta Erdélyi Ferenc.

Az USE versenyzői október 6-án már egy kyokushinkai karateversenyen fognak szerepelni. Decemberben viszont visszatérnek „eredeti szakmájukhoz”, a kempóhoz, amiből Törökbálinton Európa-bajnokságot rendeznek.

R. T.

A Dózsa György Gimnázium és Táncművészeti Szakgimnázium floorballcsapatának egyik húzóembere, Farkas Botond ismét meghívót kapott a magyar korosztályos jégkorongválogatottba.

FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ



Farkas Botond | Feljutásért harcolna

– Az U18-as csapatunk jövő áprilisban ismét Division 1/B világbajnokságon szerepel – mondta Farkas Botond, a rákospalotai gimnázium 11. évfolyamos diákja. – Ezt a vébét itthon, Székesfehérváron rendezik, így még inkább célunk, hogy immár ne a kiesés ellen, hanem a feljutásért harcoljunk majd.

Botond ötödik éve tagja a dózsás közösségnek. Jelenleg magántanuló, de, amikor csak teheti, bent van az iskolában. A sok edzés mellett nehezebb lépést tartania a többiekkel, de eddig sikerült megoldania ezt a feladatot.

– Nagyon sok segítséget kapok a tanároktól, amit ez úton is köszönök nekik – mondta az ifjú sportoló. – Megpróbálok mindig behozni a lemaradásomat, ami eddig sikerült is.

A kerületi diák sportpályafutása Jászberényben

kezdődött. Onnan került egy kis debreceni kitérőt követően a Vasas Hockey Clubba, melynek ma is oszlopos tagja.

– Sokat köszönhetek Székely-Mádai László tanár úrnak, akit a Vasasnál edzőként ismertem meg, és aki először ajánlotta nekem a Dózsát. Azóta is sok segítséget kapok tőle – hangsúlyozza Farkas Botond.

Botond jelenleg a fővárosi klub U18-as, U20-as és felnőttcsapatának is tagja, a húszasokkal tavaly bronzérmet nyert a bajnokságban. Idén a célja, hogy az U18-cal az első négy hely valamelyikére, az U20-szal pedig a rájátszásba kerüljön, illetve, hogy a felnőttcsapat jövőre is szerepelhessen majd az Erste Ligában.

-sch -s

## SPORTMOZAIK

## AZ OLIMPIA FELÉ



Az ötkarikás szereplés jogáért kvalifikációs versenysorozaton kell megküzdeniük a karatésoknak. A sportág legjobbjai ezúttal a chilei Santiago de Chileben léptek tatamira. A magyar csapat tagja volt a XV. kerületi Hársparaki Gábor, aki a tornán bronzérmet szerzett.

## NEM VOLT BARÁTSÁG

Három gólt rúgott a REAC a szeptember 22-ei derbin a Testvériségnek a Budai II. László Stadionban. Ezzel a győzelemmel a rákospalotai klub egyértelművé tette, hogy a rossz rajt ellenére nem mondott le a feljutásról. A csapat az első három fordulóban nulla góllal mindössze két pontot gyűjtött, mióta László Balázs irányítja az egyesületet, szárnyal a csapat: három forduló alatt 13 gólt rúgott, és kilenc pontot gyűjtött.



## IRÁNY A BUNDESLIGA!

Profi szerződést kapott Bekker Roland, aki négy évig volt a kerületi Dalnoki Labdarúgó Akadémia növendéke, majd innen a Ferencváros utánpótlásába, később az U17-es válogatottba, valamint a MOL Vidi korosztályos csapatához került. Szeptember elején a Bundesliga egyik patinás csapatával, a Borussia Mönchengladbachal kötött profiszerződést.

## BÚCSÚ



A közelmúltban elhunyt dr. Géczy István olimpiai ezüstérmes labdarúgókapustól szeptember 27-én vettek örök búcsút a Bazilikában. A hamvait az altemplomban helyezték el.

	INGERÜ- LTVÉZTŐ ROST A TESTBEN	VÁJAT, HORONY, NÉMETS SZÓVAL	... LOUGA- NIS; OL- BAJNOK AM. MÜGGRÓ	AZ ITTRIM VEGVJELE	BARANYAI KÖZSÉG SZÓKÉK MELLETT	NÉPI(ES) DALOKAT ÉNEKEL	(VALA- MEDDIG) ÉLETBEN MARAD	SZÍRIA NOB-JELE	ÉNEKLŐ- SZÓCSKA	ÉVENTE KIOSZTOTT FILMES DJJ AZ USA-BAN	1000, RÓMAI SZÁMMAL	A 100 TAGÚ CIGÁNY- ZENEKAR TAGJA	A BUDDHIZ- MUS JAPÁN ÁGA	
	MEG- FEJTÉS, 1. RÉSZ													S
	KEMÉNY HANGNEM			NAGYHE- GYES KÜL- TER. RÉSZÉ KACAT							A TETEJÉRE, NÉPESEN SKÓT KÖLTŐ (REGINALD)			
	FŐVÁROSI KÖZTERÜ- LET A XI. KE- RÜLETBEN								LÓ HÁTSÓ LÁBTÖVE ZACITULAJ- DONOS, R.					
	GRAMM, RÖVIDEN		ÁSZIAI, ŐZ NAGYSÁGÚ VADKECSKE RÁNGÁT					KÁVÉALI NŐI NÉV (JAN. 13.)					KÖZÉPFOKI! ALGÉRIAI KIKÖTŐ	
	MEG- FEJTÉS, 2. RÉSZ	KÖNNYEN RÁSZEDHE- TŐ EMBER	ÉHES ÁLLATOT ELLÁT	SOUTH (DÉL, AN- GOLUL), RÖV.	SPORT CLUB, RÖV. AZ ESTE KÖZEPÉ!	FÉNYES BEVONAT AD ...; A DALLAMÁRA		NAGY TELE- PÜLÉSEK HAZAI OLIM- PIAI SZERV.						
ETIÓP. RÉGIESEN							A 3. HÉBER BETŰ SZEKÉRNVI MENNYSÉG			GÖNGYÖ- LEGSŰLY ANGÓRA- GYAPJÚ				
KÉPZŐ, ZET PÁRJA			SÁTOR- VÁROS (INNEN) NEZHETŐ				ÉGÉS- TERMÉK RÉSZEKRE OSZTOTT				SAPIENTI ...; LAT. KIF. LETÉT, BIZ- TOSÍTÉKUL			
GYÖNGÉ- DEN ÁT- KAROL, ÁTFOG				EREDMÉNY, RÉGIESEN ERKÖLCSI- LEG KIVÁLÓ			CSOMÓT OL- DOZ, BONT ÉRINTVE ÉRZÉKEL					FÉLNAPI! BÉKÉSCSA- BAI NYOM- DÁSZCSALÁD		
KIS VALÓ- SZÍNŰSÉG- GEL, DE ESETLEG					FÜGGŐZÁR A HAVAS ÉVSZAK			A MEGLEPŐ- DÉS SZAVA BEC. VILMOS					500, RÓMAI SZÁMMAL KAKAS FEJDSÍZE	
A KÖZEPÉN LAKKOZ!			MŰVELTE- TŐ KÉPZŐ SZOMJÁT OLTJA			ATTITÚD, MAGYARUL ILYEN BOT A STILÉT								A KIKELET- RE JELLEM- ZŐ (PL. IDÓJÁRÁS)
AZ OXIGÉN VEGVJELE		ÚJOLAG ZSOLNAY KERÁMIÁ- MÁZA				NETES ON- LINE FÓRUM EGYMÁS UTÁN MOND			RUBRIKA KÖLCSEY- VERS (1831)					
REKED- TES, ER- DES HANG JELZŐJE							ERDÉLYI VÁROS TRILÓGIA EGY RÉSZÉ				ERKEL-OPE- RA NÁDORA NEGATÍV ELEKTROD			
FILMSZÍN- HÁZ ÜZE- MELTETŐ- JE, BIZ.					CSALÁDI (KAPOCS) SZÁLKÁS PONTYFÉLE				KUKÁBAN VANI! FAMÍLIA			AZ APEH UTÓDJA KRASSÓVÁR FOLYÓJA		
ESŐTŐL VIZESEDIK			VMI KÖRÜL, RÉGIESEN HÁZASSÁG- BÓL KILEP					CSUPÁN LÁZAR E. MESEHOS NYULA					NÉMET IGEN ID. SZÓVAL: PSZICHÉ	
A NIKKEL ÉS A KÁLIUM VEGVJELE			PAJKOS FIÚ JELZŐJE ID. ELŐTAG: EZERSZERES					BŰTOR- DARAB PAPAGÁJ- FÉLEK						KÖTŐSZÓ VESZTESRE KIVETETT KÖVETELÉS
A YUKON PARTJAI!			VESZTESÉG PRESSER- ZENEKAR V.		A FÖLD FÉLÉ SANTA, RÖV.		KASZÁSOK TERMÉNY- BÉRE VOLT ... POETICA							
ABÉCÉNK UTOLSÓ ELŐTTI BETŰJE		PADLIZSÁN- SZINBEN JÁTSZIK NÉZD CSAK!				KOPASZRA NYÍR, RÉG. A VÉGÉN ARAT!				... LÁMA; VALLÁSI VEZETŐ FÉLIG SIET!				
AZ ANGLISZ- TIKA TUDÓSA						... CSIZMÁT VISEL A BA- BÁM (NÓTA) KÖZÉPKORI!				ESTE, OLASZUL A TÖBBES SZÁM JELE				
REJTLE- MESEN VISEL- KEDIK												KOR- CSOPORT, RÖV.		

Fejtsd 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, egy helyes megfejtőnk pedig kétszemélyes, 3 fogásos vacsorát nyer a Thököly Vendéglő felajánlása jóvoltából. A beküldési határidő: október 15.

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:

Kiss Lajos, XV. kerület

Horváthné Nagy Emese, XVI. kerület

Fodor Klára, XV. kerület

négyszemélyes cirkuszjegyet nyertek az Eötvös Cirkusz jóvoltából:

Oldalné Hadarics Edit, XV. kerület

Imolai István, XV. kerület

# XV KERÜLETI ÉLETKépek

RÁKOSPALOTA • PESTÚJHELY • ÚJPALOTA KÖZÉLETI LAPJA

Az ÉLETKépek következő megjelenése: 2018. október 18.

Lapzárta: 2018. október 11. 12 óra. ❖

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

Az újságban megjelenő hirdetések tartalmáért a szerkesztőség nem vállal felelősséget.



ANDROID



IOS

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

A lakosság és az ügyfelek számára ingyenesen hívható önkormányzati „zöldszám”: 06 80 203 804 (Ezen a számon ingyenes lakossági apróhirdetés nem adható fel!)

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

## ASIACENTER GYÓGYSZERTÁR

# Éjjel-nappal nyitva, ügyeleti díj nélkül!

Dr. Bárd Szabolccsal beszélgettünk, aki tavaly nyitotta meg a gyógyszertárát az AsiaCenterben.

– *Miért volt szükség egy új gyógyszertárra?*

– Elsősorban a területi ellátottság hiánya miatt, a XV. kerület egyik legnagyobb bevásárlóközpontjának, az AsiaCenternek a vásárlói visszajelzése alapján az egyik legjobban hiányolt szolgáltatásuk volt. Egy gyógyszertár-létesítésnél nagyon fontos szempont a vevők, illetve betegek kényelmének biztosítása, így az AsiaCenterben történő bevásárlással együtt tudják vényeik beváltását intézni. Ugyancsak kényelmüket szolgálja az éjjel-nappali nyitvatartás, az, hogy nem számolunk fel ügyeleti díjat és télen a hidegben, esőben nem kell az utcán várakozni, amíg megkapják a gyógyszereiket.

– *Mi okozta a legnagyobb nehézséget önnek a nyitást követően?*

– A legnagyobb fejtörést a készletezés okozta, mivel egy újonnan létesült patikánál nincs semmilyen iránymutatás arra vonatkozóan, milyen termék milyen mértékben fog fogyni, milyenek az orvosok vényírási szokásai, így kezdetben nagyon nehéz volt megoldani a racionális készletgazdálkodást. Szerencsére, viszonylag gyorsan túlléptünk a kezdeti nehézségeken, és most már



zökkenőmentesen tudjuk kiszolgálni betegeinket, akár ritka egyedi gyógyszerekkel is.

– *Milyen fejlesztéseket tervez a jövőben?*

– Mint minden vállalkozás esetében, a gyógyszertáraknak is szükségük van folyamatos fejlődésre, változásra, így a gyógyszertárunkba is rengeteg újítást tervezünk a jövőben, például nemrég csatlakoztunk a kerület idősbárát vállalkozásaihoz. Nagyon sok fejlesztési ötletünk van, ezekről még korai lenne beszélni.

– *Ahogy láttam, a polcok felett fel vannak tüntetve a betegcsoportok. Miért?*

– A vásárlók könnyebb tájékozódását a vény nélküli gyógyszerek és egyéb termékek jobb átláthatóságát segítik a polcok fölött elhelyezett feliratok, melyeken mindenki számára jól ért-

hetően vannak a betegségek, illetve azok tünetei felírva, így könnyebben tudnak megoldást találni egyes problémáikra. Természetesen a gyógyszereszi segítséget ez sem helyettesíti, csak segíti a döntési folyamatot.

– *Akciós újságuk is van?*

– Igen, tagjai vagyunk a Kulcs Patikák hálózatnak, így nagy kedvezménnyel (15-45%-ig) tudunk havonta kínálni a vásárlóknak több mint negyvenféle akciós terméket az újságban, melyet a megjelenés előtti napon el is juttatunk a környék lakosságához, illetve honlapunkra is feltöltünk. ([www.asiacenterpatika.hu](http://www.asiacenterpatika.hu))

– *Látom van törzsvásárlói kártyájuk is, mondana erről is pár szót...*

– Van egy úgynevezett bónuszkártyánk is, mellyel a visszatérő vásárlók akár 10% kedvezményt is kaphatnak a vény nélküli gyógyszerek, egyéb termékek és a vényes nem tb-támogatott gyógyszerek után is, így aki több recepttel érkezik hozzánk annak biztos, hogy lesz egy-két gyógyszere, amit kedvezményesen válthat ki nálunk.

– *Köszönöm a beszélgetést, és nagyon örülök, hogy a kerületünknek van egy olyan gyógyszertára, melyre bármikor számíthatunk ügyeleti díj felszámítása és az utcán várakozás nélkül. (x)*

**DISZNÓTOROS  
KOLBÁSZFESZTIVÁL**

**BUDAPESTEN  
OKTÓBER  
12-14  
2018**

**MAGYAR  
KASZTÖRTÉNETI  
PARK**

**Bp. XIV., TATAI ÚT 95.**

**www.kolbaszfeszt.hu**

**Retro  
RÁDIO**

**Frühwald  
1930**

**i-Sint  
kenőanyagok**

## ÚJRA HALLÓKÉSZÜLÉK AKCIÓ!

Widex D30 hallókészülék akció  
november közepéig!

**INGYENES HALLÁSVIZSGÁLAT**  
Teljes kivizsgálás  
Professzionális ellátás



Teljes ár:  
**39990 Ft**

Akár 4 havi részletre

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

**WIDEX® HALLÓKÉSZÜLÉK  
STÚDIÓ**

Az akció 2018. november 15-ig vagy a készlet erejéig érvényes. Akciós hallókészülék vásárlása kizárólag teljeskörű audiológiai vizsgálat után lehetséges, ha a halláscsökkenés megfelelően ellátható a készülékkel. A vizsgálat és illesztés a szakmai irányelvek maximális betartásával történik.


**PÓLUS MOZI**
**KONCERTFILM - KULTFILM - BÁBSZÍNHÁZ AJÁNLO**

 Részletek és online jegyvásárlás:  
 POLUSCENTERMOZI.HU  
 /PolusCenterMozi

 Minden  
 kedden a  
**KEDDVEZMÉNYES**  
 mozijegy ár: 1120Ft!

 Koncertfilm vetítés az AC/DC alapító-gitárosa,  
 Malcolm Young (1953-2017) emlékére

 Az 1966-os western klasszikus az eredeti magyar  
 szinkronnal a Pólus Mozi Nagyteremben!


*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.