

HÍRNÖK

XIII. KERÜLETI

XVI. ÉVFOLYAM 7. SZÁM

2010. ÁPRILIS 1.



Emléktábla Bánhidy Lászlónak **2** | A vizek borásza **3** | Lakossági parkolási engedélyek **4** | A magyar holokauszt **8** | Húsvéti kézműves játszóház **9** | Az erős gyengébbik nem **11** | Templomok ünnepi programjai **12**

Országgyűlési képviselők választása, 2010

A Magyar Köztársaság elnöke a 6/2010. (I. 22.) KE határozatával az országgyűlési képviselők 2010. évi általános választása

– első fordulójának időpontját 2010. április 11. napjára (vasárnapra),



– második fordulójának időpontját 2010. április 25. napjára (vasárnapra)

tűzte ki.

Az országgyűlési képviselők bemutatkozása az 5–7. oldalon.

Új óvoda-bölcsőde épül



Új gyermekintézménnyel bővül a XIII. kerület. A Váci út 88–90. szám alatt 715 millió forintból épülő 75 férőhelyes óvoda és 40 férőhelyes bölcsőde alapkövetelési ünnepségét március 29-én, lapzárta után tartották. A kerület azon ritka települések közé tartozik, ahol a kisgyermek elhelyezése nem okoz gondot a szülőknek. Miért vált szükségessé mégis egy új gyermekintézmény építése? A városrész vonzásának köszönhetően folyamatosan nő a kerületben élők lélekszáma. Az önkormányzat számol az öröndetesen növekvő

vő gyermeklétszámmal, és saját erőből biztosítani kívánja a jövőben is a kisgyermek színvonalas ellátását. A gyermekintézményi fejlesztések és átalakítások következtében összesen 250 új bölcsődei és 375 óvodai férőhely létesül a közeljövőben. A beruházások elkészültével az önkormányzat a bölcsődés korú gyermekek 31 százalékának tud nyújtani – 2002 óta – továbbra is ingyenes ellátást, gondozást. Az uniós elvárás 25 százalék.

A beruházásról részletesen a következő számunkban írunk.

Szeretethajó



Halász Judit, Ábel Anita, Onyutha Judit, Fullajtár Andrea és Magyar Attila is besegített abba a Szeretethajó építésébe, amit a Duna Plaza Lego élménypontjában raktak egymásra apró elemekből. A 2,5 méter hosszú, közel 40 000 darabból álló építménnyel a Madarász

Utcai Gyermekkórházat támogató Gyermekkor Alapítványra kívánták felhívni a figyelmet. A támogatást az intenzív osztály fejlesztésére fordítják.

Bővebb információ a www.gyerekkor.hu weboldalon olvasható.

Kellemes húsvéti ünnepeket kívánunk minden kedves olvasónknak!



A képviselő-testület március 18-i ülésén

– módosította a pénzbeli és természetbeni, valamint a személyes gondoskodást nyújtó szociális ellátásokról szóló rendeletét;

– módosította a Városrendezési és Építési Szabályzatáról szóló rendeletét;

– elfogadta az Apály utca–Váci út–Klapka utca–Kassák Lajos utca–Róbert Károly krt.–Gidófalvy utca által határolt terület Kerületi Szabályozási rendelet módosítását;

– elfogadta a XIII. kerület közbiztonságának helyzetéről szóló beszámolót;

– tudomásul vette a kerületi videokamerás térfelügyeleti rendszer üzemeltetésének tapasztalatairól szóló tájékoztatót. Elfogadta a BRFK XIII. Kerületi Rendőrkapitányság vezetőjének a térfelügyeleti kamerák 2010. évi telepítési helyszíneire tett javaslatát;

– úgy döntött, hogy a Budapesti Rendőr-főkapitánysággal

együttműködési megállapodást köt;

– elfogadta az intézményhálózat gyermeklétszámhoz igazodó átalakítására, fejlesztésére tett javaslatot. Egyetértett a Petneházy u. 83. szám alatti épületrészben a családi napközi kialakításával, és a Hajdú u. 21. szám alatti épületben a bölcsődei funkció visszaállításával;

– elfogadta az Angyalföldi Láng Művelődési Központ Közművelődési Egyesülettel kötendő Használati Szerződést;

– elfogadta a Csata Utcai Általános Iskola tevékenységéről szóló beszámolót. Tudomásul vette a Csata Utcai Általános Iskola pénzügyi, szabályszerűségi és megbízhatósági ellenőrzése tapasztalatairól szóló jelentést;

– elfogadta a képviselő-testület által 2006-ban elfogadott forgalomtechnikai állapotvizsgálatban meghatározottak időarányos teljesítéséről szóló tájékoztatót.

Pályázat ösztöndíj-támogatásra

A XIII. Kerület Gyermekéiért Közalapítvány pályázatot hirdet ösztöndíj-támogatásra. Alapítványunk támogatni kíván tehetséges, de tanulmányaikban anyagi okok miatt hátrányban lévő általános iskolai felső tagozatos és középiskolás diákokat.

A pályázati kiírás és űrlap átvehető a polgármesteri hivatal Ügyfélszolgálati Irodáján (Béke tér 1.), illetve letölthető az önkormányzat honlapjáról (www.bp13.hu).

A pályázatokat az önkormányzat polgármesteri hivatalának Művelődési, Ifjúsági és Sport Osztályára kell benyújtani. Cím: 1139 Bp., Béke tér 1. III/356., telefon: 452-4118.

A pályázat benyújtási határideje: 2010. április 23.

A pályázat elbírálása: 2010. május 25.

Ingyenes úszóbérletek

A XIII. kerületi önkormányzat az egészségmegőrzés érdekében 400 kerületi nyugdíjasnak nyújt ingyenes úszáslehetőséget. Az Angyalföldi József Attila Művelődési Központban március 26-án adták át jelképesen a térítésmentes jegyeket.

– A múlt évben 200 darab úszóbérletet vásároltunk a Budapest Gyógyfürdői és Hévízei Zrt.-től. Az 50 alkalmas bérleteket két állampolgár használhatja, megosztva 25-25 alkalommal – tájékoztattott a polgármester.



Emléktábla Bánhidy Lászlónak

Újabb emléktáblát avattak kerületünkben március 26-án. A színház világnapja alkalmából Bánhidy László kapott márványtáblát egykori lakóhelyén, a Szent István körút 22-es számú ház falán. A színművészről – aki 1952-től haláláig lakott az említett házban – Farkasházy Tivadar (képünkön) humorista, a XIII. kerület díszpolgára emlékezett meg.

Bánhidy László 1906. március 11-én született Szatmárnémetiben. 1928-ban szerzett diplomát a Színművészeti Akadémián. Pályafutását az Országos Kamara Színházban kezdte, majd Kassán, Ungváron és Munkácson színészkedett. 1934-től a budapesti Bethlen Téri Színházba szerződött, később a Magyar Színház, valamint a Belvárosi Színház tagja lett. 1942-től a Vidám Színpadon láthatta a közönség. 1944-től a Nemzeti Színház tartotta számon tagjai között. Emellett élete során játszott a Madách, a Magyar Néphadsereg, a Petőfi, a Jókai, valamint a Thália Színházban. 1965–66-ban az Irodalmi Színpadon is szerepelt, majd 1966-ban nyugdíjazták.

A színpadon általában munkás- és parasztfigurákat játszott. A rá bízott characterszerepeket ízes

beszéddel, egyénien fanyar humorral és remek megfigyelőképességgel formálta meg. Mesteri játékában kiválóan érvényesült különös hanghordozása és iróniája.

A színház mellett a filmvászonon is maradandót alkotott az általa eljátszott epizód- és characterszerepekben. Ő volt az Életjel (1954) részeseges öreg bányásza, az Égi madár (1957) Atyusa, a Csempészek (1958) Tojásos Mikója, a Szindbád (1971) Búcsú bácsija és a Fábián



Bálint találkozása Istennel (1980) című film öreg parasztja. A pogány Madonnában Matuskát, a ravasz öreg fagyaltost alakította. Leghíresebb tévéfilmszerepe a Tüskevár Matula bácsija volt.

A XIII. kerületben nem ez az első emléktábla, amely híres magyar színésznek állít emléket. Az elmúlt tíz esztendőben avatták fel többek között Bulla Elma, Domján Edit, Márkus László, Kabos Gyula és Major Tamás márványtábláját.

Sz.V.

Március 15-i kitüntettek

Sólyom László, a Magyar Köztársaság elnöke – az önkormányzati miniszter előterjesztésére – nemzeti ünnepünk, március 15-e alkalmából a

**MAGYAR KÖZTÁRSASÁGI ÉRDEMREND
LOVAGKERESZTJE (polgári tagozat)**

kitüntetést adományozta

dr. Prehlik Lajos Bélának, Budapest Főváros XIII. Kerületi Polgármesteri Hivatal jegyzőjének a közszolgálatban az európai színvonalú közigazgatás, a polgárbarát központú hivatalok további fejlődését szolgáló tevékenysége, a szervezett bűnözés és a korrupciós bűncselekmények elleni több évtizedes, magas szintű szakmai munkája, példaértékű életútja elismeréséül;

– eredményes szakmai tevékenysége elismeréséül a

**MAGYAR KÖZTÁRSASÁGI ARANY
ÉRDEMKERESZT (polgári tagozat)**

kitüntetést adományozta

Sebeszta Attila Ferencnek, az Angyalföldi Vagyongkezelő Zrt. vezérigazgatójának.

Varga Zoltán önkormányzati miniszter a

**KÖZ SZOLGÁLATÁÉRT ÉRDEMJEL
EZÜST FOKOZATÁT**

adományozta kiemelkedő tevékenysége elismeréséül

Kovács Péternek,
Budapest Főváros XIII. Kerületi Önkormányzat képviselőjének;
Liczek Péternek,
Budapest Főváros XIII. Kerületi Polgármesteri Hivatal Pénzügyi Osztálya vezetőjének;
Tátrai Gabriellának,
Budapest Főváros XIII. Kerületi Polgármesteri Hivatal Igazgatási Osztálya ügyintézőjének.

Budapest Főváros XIII. Kerületi Önkormányzat kezdeményezésére a Magyar Köztársaság Kormánya március 15-e, a nemzeti ünnep alkalmából

**MAGYAR KÖZTÁRSASÁG
ÉRDEMES MŰVÉSZE DÍJÁT** adományozott

Beregi Péter színművésznek.

A magyar színjátszás és kabaré meghatározó alakja 47 éve az igényes szórakoztatás jegyében szolgálja a kultúrát és művelődést.

A Fővárosi Közgyűlés döntése alapján – a XIII. kerületi önkormányzat és a Fővárosi Vízművek közös kezdeményezésére – a kerület Kárpát utca és Victor Hugo utca találkozásánál lévő, ez idáig névtelen közparkot *Wein János parknak* keresztelték. A budapesti vízvezeték-hálózat egyik tervezője és megalkotója tiszteletére március 22-én a róla elnevezett téren egy mellszobrot emeltek, amely *Rákosi Péter* köszobrász-restaurátor munkája.

– Wein János neve talán kevésbé ismert a köztudatban, pedig megérdemelné, hogy többen tudjanak róla, hiszen a vízművek első igazgatójaként meghatározó szerepet játszott a mai korszerű vízellátás alapjainak lerakásában – mondta *Keszler Ferenc*, a Fővárosi Vízművek igazgatója. – A nevéhez fűződik több olyan létesítmény tervének elkészítése és megépítése, amely ma is fontos szerepet játszik társaságunk tevékenységében. Ezeknek a lépéseknek köszönhető, hogy a Budapesten és környékén élő emberek ma is kiváló minőségű ivóvizet engedhetnek a csapból.

– A víz a legfontosabb élelmiszer. Szerepe főleg a természeti katasztrófák idején értékelődik fel, hiszen ha nincs egészséges ivóvíz, azonnal felütik fejüket a járványok.

A vizek borásza



– Wein Jánost a vizek „borásza” tartják. Ugyanis az hírlik róla, hogy annak idején az életét tette fel arra, hogy Budapest lakossága ne csak bort igyon, ha a szomját kívánja oltani, hanem csapvizet. És hogy ehhez ne csupán nehéz vízforralóval jussanak hozzá – tájékoztatót a *Víz az Élet Alapítvány*

nevében *dr. Papp Mária*, a Magyar Vízi Közmű Szövetség főtákará.

A park ünnepélyes átadásán *Sárgközi József* ütőművész vízzel töltött poharakat, mint zongorabillentyűket szólaltatott meg speciális hangszerek segítségével. A dallamos muzsika után a *Hunyadi Mátyás Általános Iskola* táncbe-

mutatóját (képünkön) tekinthették meg a programra érkező vendégek. Aki pedig a közeljövőben megszomjazik, az a Wein János parkban található ivókútnál oltathatja szomját tiszta és egészséges vízzel.

(SZABÓ)



Lakossági zöldterület-védnökségi pályázati felhívás

A XIII. Kerületi Környezetgazdálkodási Közhasznú Nonprofit Kft. (a továbbiakban: Nkft.) pályázatot ír ki a társasházak, lakásszövetkezetek lakossági zöldterület-védnökség vállalására és annak támogatására.

A pályázati támogatási keret 10 000 000 Ft (azaz: tízmillió forint).

1. A pályázaton részt vehetnek: XIII. kerületi társasházak, lakásfenntartó szövetkezetek.

2. Pályázati cél:

- a) közterületi előkert gondozása,
- b) parkolót elválasztó zöldsáv gondozása,
- c) parkrészlet gondozása,
- d) fasori sávgondozás,
- e) kutyafuttató gondozása,
- f) játszótérgondozás.

3. A benyújtás határideje: 2010. április 20.

4. Az elbírálás határideje: 2010. május 3.

5. A támogatási szerződés megkötésének határnapja: 2010. május 14.

6. A pályázat benyújtásának módja és helye:

a) személyesen az 1131 Budapest, Hajdú u. 29. szám alatt, a ki-

író telephelyén hétfőtől csütörtökig 9 óra és 12 óra között,

b) írásban a 1131 Budapest, Hajdú utca 29. címre, a borítékon „Lakossági zöldterület-védnökségi pályázat” megjelöléssel.

További információ a 412-3348-as telefonszámon.

7. A pályázat elbírálása:

A pályázatokról a kiíró Nkft. dönt, az eredményről írásban értesíti a résztvevőket.

8. A pályázók a támogatás fejében vállalják a velük kötött szerződésben körülírt terület rendszeres gondozását-ápolását, mely minimálisan magában foglalja a locsolást, a gyommentesítést, fűnyírást, kerti és egyéb hulladék összegyűjtését. A vállalt feladatokat az Nkft. műszaki ellenőrei folyamatosan ellenőrzik.

9. A pályázat benyújtásához szükséges:

a) kitöltött adatlap, mely ingyenesen átvehető az 1131 Budapest, Hajdú u. 29. szám alatt, illetve letölthető a www.kgkht.hu és a www.angyalzold.hu honlapokról;

b) mellékelni kell:

– a pályázatban vállalt terület pontos meghatározását és a munkálatok leírását,

– a társasház, lakásszövetkezet alapító okiratát,

– a lakóközösség támogatását igazoló iratot (közgyűlési határozat vagy a lakók többségének beleegyező nyilatkozata vagy a lakásszövetkezeti elnök, ill. közös képviselő nyilatkozata), az elvégzendő munkálatok rövid leírását.

10. A pályázati támogatás felhasználható:

- a) növények, kiegészítő eszközök, kertészeti felszerelések vásárlására,
- b) kertészeti szolgáltatások megrendelésére,
- c) közös munkavégzések reprezentációs célú költségeinek fedezésére (a megítélt összeg maximum 10%-a).

11. A pályázati támogatás:

A pályázók által benyújtott számla ellenértékét a kiíró – a teljesítésigazolást követően, társasházak esetében a forrásadó levonása után – a bankszámlaszámra átutalással egyenlíti ki.

XIII. KERÜLETI
KÖRNYEZETGAZDÁLKODÁSI
KÖZHASZNÚ NONPROFIT KFT.

Pályázati felhívás

A XIII. Kerületi Közművelődésért Közalapítvány pályázatot hirdet kulturális tevékenységek támogatására.

A pályázat célja: a XIII. kerületi kulturális tevékenységek támogatása.

A pályázaton részt vehetnek: a XIII. kerületben tevékenykedő intézmények, egyesületek, alapítványok, társaságok, művészeti csoportok, magán- és jogi személyek.

A pályázat beadásának határideje: 2010. április 14.

A pályázatokat a közalapítvány címére kell benyújtani (1139 Budapest, Béke tér 1.).

A pályázathoz szükséges részletes felhívás és adatlap a polgármesteri hivatal Ügyfélszolgálati Irodáján vehető át vagy letölthető a www.bp13.hu honlapról.

SÁGI JUDIT,
A KURATÓRIUM ELNÖKE

Helytörténeti klub

Az 1970-es évektől folyamatosan működő XIII. Kerületi Helytörténeti Klub 2010 januárjában új vezetőt választott. A több évtizedes múltú klub amatőr helytörténészek civil szervezeteként jött létre. A tagok mindegyike más-más foglalkozást űz vagy űzött egykor, de egy dologban mindenki megegyezik: helytörténeti kutatásokat végeznek, amelyről eredményeiket az 1996-tól megjelenő *Helytörténeti füzetek* című sorozatban publikálják. Rendszeresen szerveznek különféle programokat a helytörténeti jellegű kirándulásoktól (pl. Margitszigeti Nagyszálló, templomok stb.) a nemzetiségi estekig, minden hónap harmadik csütör-

tőken ismeretterjesztő előadásokat is tartanak, gyakran neves szakemberek vezetésével. Ennek a hónapnak fő témája a fővárosi, ezen belül pedig az újlipótvárosi Bauhaus építészet volt *Hajdú Virág* művészettörténész közreműködésével. A résztvevők különféle fotók segítségével ismerhették meg a XX. század eleji művészeti stílusirányzatot és annak legjelentősebb magyarországi képviselőit. A XIII. Kerületi Helytörténeti Klub várja a kutatni vágyó új tagok jelentkezését. Bővebb információ a helytörténeti@kult13.hu e-mail címen, illetve a 06 (30) 453-3693-as telefonszámon kérhető.

Újpest Városkapu csomópont-felújítási munkái

Az Árpád hídi buszpályaudvar jelentős része Újpest Városkapu kerületünket érintő területére költözik, ezért ott felújítási munkák kezdődnek.

A Volánbusz Forgalmi és Kereskedelmi Igazgatóságától kapott információk szerint az autóbusz-végállomás felújításának első fázisában a Váci út szervízútján kialakítják az ideiglenes végállomást. A jelenlegi végállomás területének lezárása, ezzel egyidejűleg az új végállomás forgalomba helyezése az ideiglenes állomás elkészülte után, 2010. március 27-én, üzemkezdettől történik.

A kivitelezési munkák ideje alatt a gyalogosforgalmat elterelik. A metróállomás, az ideiglenes buszpályaudvar és a bevásárló áruház is biztonságosan megközelíthető lesz. A területen található parkoló a felvonulási területek miatt a jelenlegihez képest fele kapacitással üzemel.

A kivitelezési munkák kizárólag a Volánbusz-pályaudvar területén történnek, a környező utcákban sem a gépjárműforgalom, sem a gyalogosforgalom nem lesz korlátozva. A befejezés várható ideje: 2010. június 14.

Tájékoztató

társasház-kezelői és ingatlankezelői tevékenységet végzők részére

Nyilvántartásba kell vetetnie magát a jegyzőnél valamennyi társasházkezelőnek és ingatlankezelőnek a 2009. november 11. napjától hatályos 30/2009. (XI. 3.) ÖM rendelet szerint.

A jegyző nyilvántartásba veszi a szolgáltatási tevékenységet végzőt abban az esetben, amennyiben megfelel a jogszabályban előírt feltételeknek.

Fontos tudni, hogy a régebben tevékenykedő gazdálkodó szervezetek esetében is szükség van a bejelentésre. Azok a szervezetek, amelyek 2009. november 11. napját

megelőzően is szolgáltatási tevékenységet végeztek, legkésőbb 2010. május 11. napjáig tehetik meg ezt.

A nyilvántartásba vételt a Budapest Főváros XIII. Kerületi Polgármesteri Hivatal Igazgatási Osztály Ipar-kereskedelmi Csoportja végzi.

A nyilvántartásba vétellel kapcsolatosan részletes információt önkormányzatunk budapest13.hu honlapján lehet megtalálni. A bejelentéshez letölthető nyomtatvány áll rendelkezésre, mely tájékoztatást tartalmaz a becsatolandó okiratokról is.

Víznyomáscsökkenés



A Fővárosi Vízművek Zrt. 2010 áprilisában karbantartási munkákat végez a XIII. kerületben. Emiatt a következő időpontokban víznyomás-csökkenés, vízzavarosodás várható:

- 2010. április 8-án 7 órától április 9-én 15 óráig,
- 2010. április 12-én 7 órától április 15-én 15 óráig,
- 2010. április 16-án 7 órától április 17-én 15 óráig.

Lakossági parkolási engedély

Lakóhelyén, a fizetőparkolási övezetben ingyenes parkolásra az a bejelentett állandó lakóhellyel rendelkező gépjármű-tulajdonos üzemben tartó jogosult, akinek ezt a forgalmi engedélye is tartalmazza. Az alábbi tájékoztatóval okmányügyintézésüket szeretnénk segíteni.

Felhívjuk a figyelmet arra, hogy az adatváltozásokat a jogszabályok általánossággal 15 napos határidővel rendelik bejelenteni! A mulasztás, késve teljesítés jogkövetkezményekkel jár, így az ebből adódó kedvezmények sem érvényesíthetők. Az általános közigazgatási ügyintézési határidő 22 munkanap, erre figyelemmel a felelősséget a polgármesteri hivatal elhárítja.

I. Amennyiben a XIII. kerületben kíván lakóhelyet vagy tartózkodási helyet létesíteni, lakcímbeljelentését időpont-előjegyzés nélkül az Okmányiroda (1139 Budapest, Béke tér 1. fszt.) nyitvatartási idejében, mindennap intézheti.

Nyitvatartási idő: hétfő 8.00–18.00 óráig, kedd, szerda, csütörtök 8.00–16.30 óráig, péntek 8.00–11.30 óráig.

A címváltozást követően a gépjárműokmány (forgalmi engedély) adatváltozásának ügyintézése országos illetékességu!

Ez azt jelenti, hogy az okmánycsere az ország bármelyik okmányirodájában, a Visegrádi u. 110–112. szám alatti Központi Okmányirodában is intézhető. Az ügyintézéshez általában időpont-előjegyzés szükséges. *Kérjük és javasoljuk, hogy az ügyféltorlódások elkerülése érdekében éljen ezzel a lehetőséggel!*

Időpontot az alábbi telefonszámokon és weboldalakon foglalhat: a Kormányzati Ügyféltájékoztató Központ 189-es vagy az Ügyfélközpont 06 (1) 273-4800-as telefonszámain az ország bármelyik okmányirodájában, a XIII. kerületi okmányirodában is.

Időpontot foglalhat továbbá a www.magyarorszag.hu, illetve a www.budapest13.hu honlapokon.

A XIII. kerületi okmányiroda információs telefonszámai: 452-4309, 452-4384.

II. Lakcímváltozás bejelentéséhez szükséges iratok:

1. Lakcímbeljelentő lap – a polgármesteri hivatal Ügyfélszolgálati Irodáján, valamint az Okmányiroda információs pultjánál kapható ingyenes nyomtatvány.

2. Személyazonosításra alkalmas okmányok, okiratok (érvényes személyazonosító igazolvány, bevándorolt, menekült, letelepedési engedély vagy útlevél, illetve új kártyatípusú vezetői engedély, gondnokságot elrendelő jogerős bírói végzés, törvényes képviselő igazolása gyámhatósági határozattal, törvényes képviselő személyazonosságának igazolása).

3. A személyi számot igazoló „Hatósági bizonyítvány a személyazonosító jerről”, illetve már korábban kiadott lakcímgazolvány.

4. Lakcím-bejelentkezésnél: – önkormányzati lakás esetén a lakásbérleti szerződésben foglaltaknak megfelelőket kell bemutatni – magántulajdon esetén külön dokumentum bemutatására nincs szükség.

A közigazgatási hatósági eljárás és szolgáltatás szabályairól szóló,

ványt (a nem azonnali lakcímgazolvány kiadása esetén erről átvételi elismervényt ad). A lakcímgazolványt az Okmányiroda állítja ki és adja át az ügyfél részére, illetve szükség esetén postázza.

Tájékoztatjuk ügyfeleinket, hogy a tartózkodási hely a bejelentéstől számított 5 évig érvényes, azt követően megszűnik. Érvényes marad a tartózkodási hely, ha az öt év letelte előtt pár nappal megújítja a tartózkodási helyét.



2005. november 1-jén hatályba lépett új jogszabály szerint a hatóságra és az ügyfélre egyaránt kötelező alapelv a jóhiszeműség és a jóhiszemű eljárás elve.

A lakcím-bejelentkezéssel kapcsolatos ügyintézés során az ügyfeleink által közölt adatokat tudomásul vesszük és polgárjogi, büntetőjogi nyilatkozatként kezeljük.

Amennyiben az eljárás során észleljük a valótlán adatokat, úgy a polgármesteri hivatal kénytelen a jogszerűtlenül eljáró nyilatkozó ellen fellépni és a szükséges intézkedést megtenni.

5. A lakcímbeljelentőt a szállásadóval is alá kell írni.

Szállásadó: – önkormányzati lakásnál: a bérlő(k),

– magántulajdonnál tulajdonos(ok), és hasznélvező(k),

– szállónál, szolgálati lakásnál: gondnok vagy tulajdonos, akinek aláírása mellett a cégbélyegzőnek is szerepelni kell.

Önkormányzati bérlakásba a bérlő, házastársa és saját gyermeke, illetve a bérleti szerződésben foglaltakon kívül csak az jelentkezhets be, akinek azt az Angyalföld-Újlipótváros-Vizafogó Vagyongkezelő Zrt. (Béke utca 65.) engedélyezi.

A lakcímgazolvány-eljárás menete: az Ügyfélszolgálati Iroda az ügyfél által kitöltött „Lakcímbeljelentő lap” nyomtatvány átvételével a személyazonossági igazolványban megszünteti a lakcímet. Bevonja a régi hatósági bizonyítványt, illetve lakcímgazolványt.

III. A forgalmi engedély (illetve törzskönyv) adataiban bekövetkezett változás bejegyzetéséhez szükséges okmányok, iratok:

– a járműhöz kiadott (rég vagy új típusú) forgalmi engedély,

– a változásról szóló okirat (pl. lakcímkártya, műszaki adatlap),

– amennyiben a változás a törzskönyv adatait is érinti, a jármű törzskönyve,

– a kötelező gépjárműfelelősség-biztosítás meglétének igazolása, mivel előfordulhat, hogy a nyilvántartás az adatokat nem tartalmazza,

– az eljáró ügyfél személyazonosságát igazoló okmánya,

– jogi személy, jogi személyiség nélküli gazdasági társaság, egyéni cég esetén: három hónapnál nem régebbi cégkivonat, aláírási címpéldány, a cég ügyintézőjének jogosultságát igazoló megbízás,

– a cserére kerülő okmányok illeteke: forgalmi engedély cseréje 6000 Ft, ha az adatváltozás a törzskönyvet is érinti, annak cseréje további 6000 Ft a Magyar Államkincstár illetékbevételei számlájára csekken befizetve – a hivatalban postai befizetőhely található –, illetve Okmányirodánkban bankkártyával is fizethető.

Okmányirodai ügyekről további részletes tájékoztatókat olvashat a www.budapest13.hu honlapon!

BUDAPEST FŐVÁROS XIII. KERÜLETI
POLGÁRMESTERI HIVATAL
OKMÁNYIRODA

A Magyar Köztársaság elnöke a 6/2010. (I. 22.) KE határozatával az országgyűlési képviselők 2010. évi általános választása

– első fordulójának időpontját 2010. április 11. napjára (vasárnapra),



– második fordulójának időpontját 2010. április 25. napjára (vasárnapra)

tűzte ki.

A Budapest főváros XIII. kerületi székhelyű 19. és 20. számú Országgyűlési Egyéni Választókerület jelöltjei:

19. számú OEVK

Kovács Bertalan Tamás
Jobbik
Dr. Szalay Péter
Fidesz–KDNP
Dr. Szanyi Tibor
MSZP
Tarján András
MDF–SZDSZ
Tordai Bence
LMP

20. számú OEVK

Csender Tamás
Jobbik
Spaller Endre
Fidesz–KDNP
Dr. Tóth József
MSZP
Vári György
LMP

Az V. kerületi székhelyű 7. számú OEVK jelöltjei

Debreczeni József
MDF
Hegedűs Lorántné
Jobbik
Rogán Antal
Fidesz–KDNP
Schiffer András
LMP
Dr. Steiner Pál
MSZP



7. választókerület

Debreczeni József

MDF–SZDSZ

Debreczeni József politikai közíró vagyok. Az MDF alapító tagja voltam, 1989-től ellenzéki képviselő az utolsó pártállami parlamentben, majd kormánypárti az első szabadon választottban. Az MDF-frakcióban liberálisként küzdöttem a Csurka-féle szélsőség ellen, kizártak; azóta nem vállaltam politikusi szerepet.

Írtam több száz újságcikket, továbbá egy életrajzot Antall Józsefről (ő a politikusi eszményképem), egyet Gyurcsány Ferencről (akit ma is nagyra becsülök) és kettőt Orbán Viktorról (akit már a legkevésbé sem).

Publicistaként sose haboztam állást foglalni, írói függetlenségemet nem a „középen” állásban, hanem az értékrendem szerinti állásfoglalásban találtam meg. 2004-ben Pethő Sándor-díjjal, 2007-ben Radnóti Miklós Antirasszista Díjjal, 2009-ben Húszéves a köz-társaság díjjal jutalmaztak.

Az életem tökesúlyát azok az évek adják, amikor részese lehettem a rendszerváltásnak, amely megszülte hazámban a liberális jogállamot és a parlamentáris demokráciát: a Magyar Köztársaságot. Politikai közíróként hű maradtam mindezekhez; hű maradok hozzájuk a jövőben is.

A védelmükben most ismét politikai szerepet vállalom: húsz év után a Bokros Lajos fémjelzte MDF jelöltjeként indulok a választásokon.



7. választókerület

Hegedűs Lorántné

Jobbik Magyarországért Mozgalom

Hegedűs Lorántné, az V. kerületi Jobbik elnöke végzettségét tekintve építésmérnök, főépítész-szakmérnök, valamint pályázati és projektmenedzser, aki a közéletben széles körű, számos külföldi ösztöndíj tapasztalatán nyugvó szakmai tudását is kamatoztatja az ingatlanmáfia és a politikai korrupció elleni rendületlen küzdelme során. Korábban a Budapesti Várostervező Intézetben dolgozott, majd az Országgyűlés Hivatalának köz-tisztviselője, később a Fővárosi Önkormányzat Városüzemeltetési Bizottságának tagja volt. Férje, ifj. Hegedűs Loránt a belvárosi, Szabadság téri Hazatérés Templomának lelkipásztora, akivel együtt – miként önkormányzati képviselőként és alpolgármesterként Budakeszin is – következetesen harcol hazánk gyarmati sorba süllyesztése ellen. 2009-ben a Jobbik európai parlamenti képviselőjelöltje lett, ekkor belépett az új erő tagjainak sorába. A háromgyermekes családanya jelenleg a Jobbik Önkormányzati Kabinetjének elnöki feladatait is ellátja.

A Jobbik Magyarországért Mozgalom részletes szakmai programja a

www.jobbik.hu/program címen olvasható.



7. választókerület

Rogán Antal

Fidesz–KDNP

Tizenkét éve vagyok országgyűlési képviselő, négy éve Belváros-Lipótváros polgármestere. Az elmúlt több mint három esztendőben munkámat az jellemezte, hogy igyekeztem változtatni, újítani. Megteremtettük az itt élők számára a szociális biztonság alapjait: bevezettük az időseknek járó fűtéstámogatást, létrehoztuk a belvárosi fiatalokat segítő bérlet-támogatást. Az országban elsőként mi vezettük be az ingyenes méhnyakrák elleni védőoltást a 18 év alattiaknak. A közbiztonság terén is sok mindent értünk el – önálló közterület-felügyeletet hoztunk létre, az egész kerületet behálózó térfigyelő kamerarendszert építettünk ki. Emellett számos közterületi fejlesztés zajlott és zajlik jelenleg is nálunk. Mindezek azt eredményezték, hogy a belvárosi és lipótvárosi emberek egy elérhető városrészt mondhatnak otthonuknak, és örömmel látom, hogy büszkéik is erre, ahogyan mi is büszkéik vagyunk vívmányainkra. Amennyiben én leszek a 7. számú választókerület országgyűlési képviselője, a belvárosiakhoz és lipótvárosiakhoz hasonlóan segítem az Újlipótvárosban élők boldogulását.



7. választókerület

Schiffer András

Lehet Más a Politika

Ügyvéd vagyok, az LMP szóvivője, listavezetője, 1971-ben születtem Budapesten. 1990-ben egy alulról szerveződő, a pártállami utódszervezetektől független baloldali ifjúsági mozgalom életre hívásán munkálkodtam: két évig voltam az Ifjú Szocialisták ügyvivője, 1992-ben kiléptem a szervezetből.

Az ELTE-n szereztem jogi diplomát, ügyvédi irodámban elsősorban gazdasági joggal foglalkozom. 1996-tól a Társaság a Szabadságjogokért (TASZ) munkatársa, 2004 és 2008 között az ügyvivője voltam. Dolgoztam a meleget, bántalmazott nőket segítő Habeas Corpus Munkacsoportnál, a Pszichiátriai Érdekvédelmi Fórum jogsegélyszolgálatánál. 2008 őszéig a Védegylet szervezőbizottságának tagjaként tevékenykedtem.

Nevemhez két sikeres alkotmánybírósági beadvány fűződik: a kezdeményezésemmre semmisítették meg a gyülekezést korlátozó fővárosi rendeletet és a parlamenti pártok alapítványait kedvezményező rendelkezéseket.

Több mint két éve minden időmet egy új politikai alternatíva, az LMP megszervezésének szenteltem. A Tiszta közélet program képviselőjeként, az Antikorrupciós 12 pont kidolgozójaként büszke vagyok arra, hogy az LMP nemcsak beszél az átláthatóságról: Magyarországon elsőként valósítottuk meg a nyílt kampányszámla intézményét.

Az LMP parlamenti frakciójában azért fogok dolgozni, hogy végre felszámoljuk a mindent átható korrupciót. Ehhez kérem a támogatásukat.



7. választókerület

Steiner Pál

MSZP

„Csak együtt érhetünk célba!” Reményeim szerint nem vagyok teljesen ismeretlen az újlipótvárosi szavazók előtt, hiszen 2002-ben és 2006-ban is én voltam itt a szocialisták országgyűlési képviselőjelöltje, mindkétszer az első fordulót követően a kormányalakítás érdekében visszaléptem.

Szakmai munkám és közösségi tevékenységem évtizedek óta a Belvárost, Lipótvárost és Újlipótvárost magába foglaló választókerülethez köt. 2002–2006 között az MSZP és az SZDSZ támogatásával megválasztott polgármesterként vezettem az V. kerületet. Akkor kezdődtek azok a belvárosi közterület-fejlesztési programok, amelyek mintaként szolgálnak az elmúlt évtizedek legnagyobb városépítő projektjéhez, a Budapest Szíve Programhoz. Nyolc éve parlamenti képviselőként, fejlesztéspolitikusként is legfontosabb célnak tartom, hogy Budapest három történelmi városrésze fejlődő, biztonságos és szerethető otthona legyen az itt élőknek.

Az egyre erősödő szélső-jobboldali eszmék miatt a programom különösen fontos pontja a biztonságos környezet megőrzése. Ha önnek a baloldali, liberális, demokratikus eszmék fontosak, ha önnek fontos, hogy ne vesszen el értékes szavazata, hogy a demokratikus oldal képviselje Újlipótvárost az országgyűlésben, kérem, támogasson szavazatával!



19. választókerület

Kovács Bertalan Tamás

Jobbik Magyarországért Mozgalom

Radikális változás! 27 éves közgazdász vagyok. Azért csatlakoztam a Jobbikhoz, és azért vállaltam a képviselőjelöltséget, mert nem akarok tovább egy olyan országban élni, ahol aközött kell választania egy hozzám hasonló fiatalnak, hogy elhagyja-e az országot, vagy létbizonytalanságban élve leszámolhat a reménnyel is, hogy valaha családot alapíthat. Ahol a politika arról szól, hogy a valós társadalmi kérdésekkel a pártok nem foglalkoznak, mert minden energiájukat az köti le, hogy hatalmukat megtartsák, és nem érdekli őket az sem, ha ehhez a saját hazájukat kell idegen kézre játszaniuk, a saját népüket kissemmizniük.

A Jobbik ma az egyetlen olyan politikai erő Magyarországon, amely képes és hajlandó véget vetni a cigánybűnözésnek, a mindent átható korrupciónak, a magyar föld kiárusításának; és végrehajtani a valódi rendszerváltást.

De mindehhez a Jobbiknak szüksége van az önök szavazatára!

Mert a 2010 áprilisi választások tétje nem pusztán az, hogy melyik párt kerül kormányra, hanem az, hogy sikerül-e végre a saját kezünkbe venni a sorsunkat, hogy Magyarország újra a magyaroké legyen!



19. választókerület

Dr. Szalay Péter

Fidesz–KDNP

Kerületi lakos, sebész főorvos vagyok, a Visegrádi utcai rendelőben dolgozom 36 éve.

1994–2006-ig önkormányzati képviselő, 1998–2006-ig a kerületi Egészségügyi Bizottság elnöke és a fővárosi bizottság tagja voltam.

Fontosnak tartom az egészségügy színvonalának emelését, hogy a szűrővizsgálatok minél több lakost fedjenek le. Romlik a közbiztonság, idős lakosainkat nappal megtámadják. A bűnözés visszaszorításának eleme a közterületi kamerák kiépítése, és hogy járőr rója utcáinkat. A fizikai jelenlét jó hatású. Zöldterületeinket védeni kell a beépítéstől. Gondoskodni kell a nyugdíjasok létbiztonságáról. A nyugdíjak reálértékét megőrizni, majd emelni kell, mint ahogy a szociális juttatásokat, a minimál nyugdíjat is. Megfontolandónak tartom az iskolások természetbeni támogatását. A kisvállalkozások érdekében olyan szabályozás kell, hogy megőrizzük a tradicionális kisboltokat, műhelyeket. Nekünk ezekre szükségünk van, az idős emberek kényelmét szolgálja a zöldséges, a pék, a cukrász, a szabó.

Hiszek a szorgalmas munkában és az önök támogatásában!



19. választókerület

Dr. Szanyi Tibor

MSZP

Április 11-e a Költészet Napja. 105 éve született József Attila. Erdemes hát felidézni azokat az értékeket, amelyeket nagy költőnk megannyi gyönyörű versbe foglalt. Hazát, szabadságot, jogot, szerelmet, emberiséget és megannyi más szépet, jót. Ápoljuk hát emlékét azzal is, hogy élünk a választás lehetőségével.

Április 11-én szavazunk. Országgyűlési képviselőkre. Most a tét jóval nagyobb, mint a korábbi alkalmakkor. 20 év óta először vetődik fel, vajon valóban eltolódik-e az országunk egy nagyobb része a szélsőséges politizálás irányába, illetve, hogy a mérsékelt erők képesek-e a veszedelmes folyamatoknak ellenállni? A választói akarat azonban csak akkor világos, ha mindenki él szavazati jogával.

Háromciklusnyi képviselői munkával a hátam mögött, most ismét az ön bizalmát kérem. Baloldali politikusként eddig is és ezután is a munkájukból vagy a nyugdíjukból élők, s ugyanígy a feltörekvő fiatalok érdekeit tartottam, tartom szem előtt. Pártlisták soha sem vonzottak, most is egyéni jelöltként kívánom megőrizni a XIII. kerületnek az Újlipótvárosra, a Vizafogóra, a Lőportárdűlőre és a Belső-Angyalföldre eső mandátumát.

Gyakorlati célom, hogy a távfűtési mellett egyéb rezsizsámláink is mérséklődjenek, s hogy tartósan igaz maradjon kerületünk jelszava: itt jó élni. Számítok hát az ön szavazatára, s ön is számíthat rám.



19. választókerület

Tarján András

MDF–SZDSZ

Tisztelt választópolgárok! Kedves barátaim!

Örömmel jelentem, hogy segítségükkel képviselőjelölt lettem a budapesti 19. országgyűlési választókerületben!

Ebben a légkörben, ami most hazánkban uralkodik, rengeteg szeretetet és biztatást kaptam. Ha munkatársaim vagy én becsöngettünk, érdeklődést tapasztaltunk, és meggyőződtem róla, hogy az emberek többsége a nehézségek ellenére bízik a demokráciában.

Sokan tudják, hogy tizenhét éven át vezettem a Pannónia utcai Kék Iskolát, ahol kollégáimmal tanulóinkat egymás megbecsülésére neveltük. A pedagógus munkájának igazi eredményeit csak évek, néha évtizedek múlva tapasztalhatja.

Boldog ember vagyok, mert láthatom, hogy tanulóink megállják a helyüket!

Az iskolában szülők, tanulók, pedagógusok partnerként hallgattuk meg egymás véleményét, és ez a partneri viszony a mai napig megmaradt.

Kérem, legyünk most is partnerek, segítsenek, hogy képviselhessem érdekeiket, véleményüket a választási kampány folytatásában!

Írják meg véleményüket (www.tarjanandras.hu).

Tegyünk együtt azért, hogy Magyarországon többpárti demokrácia maradjon, hogy leküzdhezzük félelmeinket és a politika végre az emberhez méltó életet szolgálja.

Kérem további támogatásukat, hogy április 11-én képviselhessem mindannyiunk családjának érdekeit, a demokráciát, a szabadságot és a szolidaritást!



19. választókerület

Tordai Bence

Lehet Más a Politika

Szociológus-közgazdász vagyok, az LMP egyik alapítója, választmányi tagja. Születésemről fogva a kerületben élek: a Radnóti Miklós utcába jártam általános iskolába, a Berzsenyi Dániel Gimnáziumban érettségiztem, ide kötnek a barátaim és a családom is, amely öt generáció óta él Újlipótvárosban.

A Corvinus (volt Közgazdaság-tudományi) Egyetemen diplomáztam, jelenleg szociológiából doktorálok. A Központi Statisztikai Hivatalban társadalomstatistikusként dolgoztam, most a Budapesti Kommunikációs és Üzleti Főiskola adjunktusaként társadalomtudományi és gazdasági tárgyakat oktatok, és több mint tíz éve veszek részt civil szervezetek munkájában.

Az LMP-t azért hoztuk létre, mert igazságosabb társadalmat szeretnénk, amelynek tagjai – gondolva a jövő nemzedékekre – fenntartható módon élnek, és amelyben mindannyiunknak van beleszólása a minket érintő döntésekbe. A Parlamentben a tiszta közéletért, az egyenlő esélyekért, a jövőbiztos munkahelyeket és egészséges környezetet jelentő zöldfordulatért fogunk dolgozni.

Azoknak kínálunk választási lehetőséget, akik nem akarnak sem a hitelüket vesztett parlamenti pártokra, sem a szélsőségekre szavazni. A fő kérdés 2010-ben az: lehet végre generációváltás a politikában? Igen, lehet! A mi szavazatunkkal! www.LehetMas.hu



20. választókerület

Csenger Tamás

Jobbik Magyarországért Mozgalom

Budapesten születtem, 42 éves vagyok, itt nőttem fel a kerületben. Nős vagyok, van két gyermekem. Szakképesítem ingatlankezelő, ingatlanforgalmazó és értékesítő vagyok. 2005-ben alapítottam meg vállalkozásomat. Jelenleg a XIII. kerületben és kerületen kívül 15 társasháznak (több mint 500 család) látjuk el a közös képviselőt. Egyetért-e ön azzal, hogy:

- A börtönben az elítéltek dolgozzanak is, és termeljék meg eltartásuk költségét?
- Családi adózás és főállású anyaság bevezetésével kell segíteni minél több gyermek tisztességes felnevelését?
- A fiatalokat lakásépítési programokkal és megbeszült munkahelyekkel kell itthon tartani?
- Termőföldünk és természeti kincseink nem adhatók külföldi tulajdonba?
- A parlamenti pártok mind korruptak, elvesztették hitelességüket, és ezért a valódi megoldás csak egy új, alulról szerveződő erő lehet?

Igen? Akkor ön is Jobbik-szavazó. 2010. április 11-én szavazzon a Jobbikra és képviselőjelöltjére!



20. választókerület

Spaller Endre

Fidesz–KDNP

Angyalföldnek a győztes oldalon a helye!

Legyen közpark a Népsziget, újítsuk fel végre a Rákospatakot, és ne engedjük, hogy szálloda épüljön a Dagály strandon. Angyalföldnek eleme érdeke, hogy a választások után a győztes oldalon álljon.

Húsz éve élek a kerületben, itt nőttem fel. Politizálni is itt kezdtem, lassan egy évtizede.

Szociológus vagyok.

Az elmúlt években mindenkivel elvettek valamit. A nyugdíjasoktól a 13. havi nyugdíjat, a munkavállalóktól a munkahelyeket, a panelben lakóktól a távhőtámogatást, a fiataloktól az otthonteremtés esélyét, a gyerekesektől a szocpolt. Mindeközben a kerületünket is elérte a közpénzek rossz felhasználása. Az önkormányzat ellen öt ügyben nyomoz az ügyészség különösen nagy értékre elkövetett hűtlen kezelés gyanújával. Védjük meg a közpénzeket, védjük meg a munkahelyünket, a nyugdíjunkat, az otthonunkat. Ma csak a Fidesz képes erre!

Magyarország a következő években páratlan fejlődés előtt áll. Számos nagy cégnek itt van a telephelye. Ha ezek elkezdnek fejlődni, itt fogják befizetni az adójukat. Ezt a pénzt panelfelújításra, szociális gondoskodásra, bérletépítésre lehet fordítani. Álljon Angyalföld is a győztes oldalon!



20. választókerület

Dr. Tóth József

MSZP

Tisztelt Lakótársam!

A választás tétje szabadságunk megőrzése. Politikai ellenfeleink egyéni és közösségi szabadságunkat is gátolni akarják. A demokratikus oldal jelöltjeként elutasítom, hogy – a kiszárgított tervek szerint – megszüntessék Angyalföld önállóságát, a XIII. kerületet. Angyalföld további fejlődése a tét. Megkezdtem munkám folytatásához, a biztonságos és kiszámítható jövőhöz kérem támogatását. Programom konkrétumokat tartalmaz, és ahogy korábban mindig, négy év múlva ismét számon kérhetnek.

A Parlamentben javaslom és támogatom:

- a megújuló és energiatakarékos fűtési rendszerek kialakítását a lakóközségekben,
- a Budapest törvényalkotását,
- az internet közműként való elismerését,
- az útfelújításhoz rendelkezésre álló pályázati keret biztosítását.

A XIII. kerületben költségvetési pályázati források biztosításával:

- 10 játszótér újul meg, 100 új játszószer kerül telepítésre,
- legalább 100 lépcsőházban lesz házankénti szelektív hulladékgyűjtés,
- ajándékutalványt kapnak a nyugdíjasok,
- 100 új térfigyelő kamera lesz.

Április 11-én az ön szavazata dönt. Angyalföldért. A házáért.



20. választókerület

Vári György

Lehet Más a Politika

Irodalomtörténészként, kritikusként, politikai publicistaként dolgozom, jelenleg a Képzőművészeti Egyetem óraadó tanára vagyok. Munkámat idén Márciusi Ifjak Díjjal ismerték el. Októberben múltam 31 éves, a Lehet Más a Politika tevékenységét megalakulásától fogva követem figyelemmel. Úgy láttam, hogy a párt színrelépése a legnagyobb dolog a rendszerváltás óta a magyar politikai életben, ezért is vállaltam el a képviselőjelöltséget. A kerület számomra a város legotthonosabb vidéke, itt születtem, kamaszkoromban majdnem minden hazai pályán játszott Vasas-meccsen, mint voltam.

Meghatározóan fontosnak tartom az LMP korrupcióellenes programját, mert a korrupció jelenlegi mértéke aláásza a demokratikus politika hitelét. Meg kell találnunk a reménytelen szegénységből kivezető utakat is, ez talán a legkomolyabb és a legsürgetőbb feladatunk, mert az elmúlt húsz év rossz döntései nagy tömegeket sodortak létbizonytalanságba, kilátástalanságba. Erre a feladatra egyetlen párt mutat elszánást és rendelkezik a megvalósításához kidolgozott programmal, az LMP. Ennek a munkának szeretnék a részesévé válni, ezért kérem támogatásukat.

Jövők-megyek 18.

Károly barátom egy fotográfiai pályázatra készül, s megkért, adnék neki tanácsot, milyen témába fogjon. Én persze rögtön rávágtam, hogy menjen el a Lángba (a kultúrházba, tudniillik), ott mindig találhat témát magának – ha csak az enteriört fényképezi, az is többet mond megannyi történelemlényről.

Károly kapva kapott az ajánlatom, de arra kért, tartsak vele én is – ő nem ismerős abban a világban. Ráállottam, és ha annyit mondok, hogy nem bántam meg, bárszonyos finomsággal fogalmaztam.

– A versmondókhoz jöttök? – kérdezte az unatkozó portás, és mi rábólintottunk. – Az emeleten kétszer balra, a száztízben megtalálják őket.

Csütörtök délelőtt van, ki mond verset kinek egy ilyen álmos hétköznapon? – kérdezem magamtól, de ahogy a terembe lépünk, meg is kapom a választ. Húsz-huszonöt versbarát ül szerte a hosszú asztalok mellett (tanterem ez, nem más, összetolt padokkal és a tanárnak képezett helyvel a bejárat mellett), előttük mappák, kották, kötetek, lábuknál szatyrok, melyekből szendvicsek és üdítők kandikálnak ki. Többségük szépen ki is öltözött az ünnepi alkalomra (mert ünnep ez nekik, látszik minden mozdulatukon), a nők kosztümöt vagy legalább fehér blúzt viselnek, a férfiak meg (igaz, ők jóval kevesebben vannak, né-

gyen-öten mindössze) öltönyt. Az életkorukról meg legyen elég annyi, hogy többségük bizony már ingyen utazik az összes fellelhető közlekedési járaton.

Okozunk némi meglepetést jelenlétünkkel, de aztán, hogy tisztázzuk, nem új versbarátok érkeztek, hanem zszurnaliszták, nagy szeretettel leszünk fogadva, s az öszszejövetel is hamar visszatér eredeti medrébe. A matiné egy ősz hajú, szigorú tekintetű hölgy vezényli, mindenekelőtt köszöntve az egybegyűlteket. Megtudom, hogy havi rendszerességgel gyűlnek itt össze ők, a verseknek barátai, méghozzá az ország minden pontjáról. Akad, aki reggel négykor indul, hogy ideérjen Angyalföldre délelőtt tízre. A jelenlévők mind törzsgárdatagoknak számítanak, jól ismerik egymást évek óta, tudják, ki mit szeret lírában és abált szalonnában egyaránt – mert az együtt töltött órák alatt nemcsak a hazai rímek, de a hazai ízek is teret kapnak itt, és ez így van jól.

Aköszöntő után a körvezető asszonydicső verset olvas fel bevezetesként – nemrég elhunyt tagtársuk alkotását, így emlékezik rá a tagság. Aztán jönnek sorban a többiek – épp, mint a négysáncversenyen szokás. Az egyik lesiklik, a másik felkészül. S hiába, hogy régóta ismerik egymást, hiába, hogy sokszor mutatják meg egymásnak, mit tudnak, azért néha megremeg a

kéz, megcsuklik a hang, s az arc fel-tűnő pírja is mutatja, felfokozott az izgalom: a résztvevők mélyen átélnek szerepüket.

Akövetkező órákban hol mosolygok, hol meghatódom. Évtizedes munkában fáradt nők és férfiak váltják egymást a képzeletbeli színpadon (tulajdonképpen a padok előtti keskeny szabad sávon) és szavalnak. Akad, aki saját versét mondja el (a közéleti vénájú versek jobbára a haza állapota miatt aggodnak, az alanyi költők pedig az egyedüllét fájdalmát dalolják el), akad, aki régi korok költőinek szavait veszi kölcsön érzelmi tolmácsolásához. Sándor úr, aki úgy fest, mint egy pajkos erdei manó (hosszú, ősz szakállal is dicsekedhet), háromszor is középre pattan, hogy elmondjon egy-egy Tagore-, Nadányi Zoltán- meg egy Petőfi-verset. És még rengeteg ötlete volna, ha a többiek – szelíden – le nem intenék. Ha keresni akarnék csomót a kákán, nyilván találnék. A versek inkább a tizenkilencedik századi költészeti hagyományt folytatják, mintsem merészségükkel tűnnének ki, és a versmondási gyakorlat is leginkább a két háború közötti időket idézi: de mit számít mindez? Ezek az emberek megtalálták életük alkonyának értelmét: mi sem kívánhatunk alkonyban többet a jövőtől.

JÓLSVAI ANDRÁS

A Magyar holokauszt

Az Országgyűlés 2000-ben a holokauszt magyarországi áldozatainak emléknapjává nyilvánította április 16-át. 1944-ben Magyarország német megszállását követően, ezen a napon jelent meg az a rendelet, amely kötelezővé tette a zsidók vagyonának bejelentését és zárolását. A náci megszállókkal együttműködő magyar közigazgatás és rendvédelem tagjai ezen a napon kezdték meg az első gettók és gyűjtőtáborok felállítását Északkelet-Magyarországon és Kárpátalján. Néhány hónap leforgása alatt több százezernyi magyar zsidót hurcoltak haláltáborokba.

2001 óta április 16-án minden magyar középiskolában megemlékeznek a holokausztról. Kerületünkben négy gimnázium tanulója a Dohány utcai zsinagógát és Ma-



gyar Zsidó Múzeumot tekintik meg. A diákok aktivitására épített iskolai látogatás remélhetőleg elgondolkodtatja, önvizsgálatra készíti a tanulókat és feltámasztja felelősségtudatukat.

VAJDA ILDIKÓ



XIII. Pannónia u. 48.
329-4058

XIII. Pozsonyi út 1.
270-3804

www.annaoptika.hu
H-P: 10-18-ig

Komplett szemüveg



divatos
keret
+ 1 pár
lencse

9900 Ft

Emlékezni és emlékeztetni mindannyiunk kötelessége!

ÁPRILIS
18.

TALÁLKOZÓ:

XIII. Újpesti
rakpart 11.

17.30

AZ élet Menete
ISMÉT BUDAPESTEN

Információk  www.eletmenete.hu

KÖZREMŰKÖDŐK:

MAGNA CUM LAUDE EGYÜTTES • PROF. DR. SCHÖNER ALFRÉD REKTOR-FÖRABBI • ZOLTAI GUSZTÁV A MAZSIHISZ ÉS BZSH ÜGYVEZETŐ IGAZGATÓJA • NÉMETH SÁNDOR A HIT GYŰLEKEZETE KÖZÖSSÉG VEZETŐ LEKÉSZE SIVARAMA SZVÁMÍ A MAGYARORSZÁGI KRISNA TUDATÚ HÍVÓK KÖZÖSSÉGÉNEK VEZETŐJE • PETROVICS PÉTER KÁNTOR HERNÁDI JUDIT SZÍN-MŰVÉSZ • GERENDÁS PÉTER ELŐADÓ-MŰVÉSZ • KÁLLOY MOLNÁR PÉTER SZÍN-MŰVÉSZ

MŰSORVEZETŐ: SZIRMAI NORBERT A RÁDIÓ C MUNKATÁRSA

Óvodai beiratkozás

Kedves szülők, nagyszülők, tisztelt érdeklődők! Tájékoztatjuk önöket a 2010. évi óvodai előjegyzésekről. Az óvodai felvétel és előjegyzés idén – a főváros minden kerületében egységesen – május 3–7. között lesz.

Óvodába a gyermek harmadik életévének betöltése után vehető fel. A felvétel a harmadik év betöltése után bármikor kérhető. A gyermeket a lakóhelye szerinti körzetes vagy a választott óvodába lehet beíratni, előjegyeztetni. A felvétel jelentkezés alapján történik. A felvételtől az óvoda vezetője dönt. Abban az évben, amikor a gyermek az 5. életévét betölti, tankötelessé válik, a nevelési év kezdetétől (szeptember 1-je) már napi négy órát köteles az óvodai nevelésben részt venni. Beíratáskor a szülő, illetve a gyermek személyazonosságát, a lakcímüket igazoló dokumentumokat, a gyermek születési anyakönyvi kivonatát szíveskedjenek bemutatni a körzetes vagy a választott óvodában.

Az új gyermekek fogadása a tanév (nevelési év) első napjától folyamatosan történik. 2010. szeptember 1-jéig valamennyi, óvodai neveléssel összefüggő szülői igény teljesítéséhez szükséges feltételt megteremtettük, minden XIII. kerületi lakos gyermek óvodai elhelyezéséről gondoskodunk.



Kérjük önöket, éljenek az óvodáztatás lehetőségével, ezzel is biztosítva gyermekük számára a kiegyensúlyozott, boldog, közösségekben töltött éveket. Az óvodai körzetek az önkormányzatunk hon-

lapján megtekinthetők: (www.bp13.hu)

XIII. KERÜLETI POLGÁRMESTERI HIVATAL, MŰVELŐDÉSI, IFJÚSÁGI ÉS SPORT OSZTÁLY

Szeretetlecke

Idén Göghné Hoffmann Zsuzsa tanító – négy másik pedagógussal együtt – átvette az önkormányzat által alapított Év Pedagógusa Díjat. Derűs, mosolygós személyisége önmagában megérdemli az elismerést, ám ennél azért többet szerettünk volna megtudni róla és a szakmájával kapcsolatos elképzeléseiről.

– Mivel indokolták az Év Pedagógusa Díj odaítélését?

– A szülőkkel, gyerekekkel való kapcsolattartást emelték ki, valamint kitértek arra is, hogy a munkában hangsúlyt helyezek a gyerekek személyiségfejlesztésére. A díj odaítélésénél az egyéniséget és a szakmai tudásomat is figyelembe vették. Az indoklásban szerepelt, hogy a tanításon kívül foglalkozom drámapedagógiával, színjátszással, amelyben sok gyerek részt vesz. Jelenleg három korcsoportot, az alsósokat, a felsősöket és a gimnazistákat tanítom a színészmesterségre.

Az ének-zenei tagozaton hagyomány a drámatanítás. Az Ének-zenei és Testnevelési Általános Iskola volt diákjaiból álló Deszka Diákszínpad több tagját elsős koruk óta ismerem, a ma 20 és 21 évesekkel közösen alapítottuk meg a társulatot. Mind a mai napig visszajárnak ide játszani, és minden évben egy nagy előadást is tartanak az iskolában.

– Mióta dolgozik az Ének-zenei és Testnevelési Általános Iskolában?

– A főiskolai harmadéves gyakorlatomat itt töltöttem, akkor megkértek, hogy maradjak tanítani. Gyakorlatilag 1989 óta tanítok az általános iskolában, annyi időt nem dolgoztam, amíg a két lányommal otthon maradtam kétszer 3 évet.

– Milyen terveket szeretne megvalósítani?

– Csodálatos a tanítói munka, hiszen kapok egy csapat gyereket, akiket közösséggé formálok, megtanítom őket hogy illeszkedjenek be a társadalomba, hogyan lehetnek boldogok, hogyan szeressék egymást. Az első négy év mindig nagyon nehéz és ezzel együtt meghatározó mind a gyerekek, mind pedig az én életemben. A közös munka után nem szívesen válok el a negyedikeseimtől nehéz újrakezdeni.

Számomra kétségbeejtő a magyar társadalom változása. Egyre több a probléma, a társadalmi feszültség, ami a gyerekeken nyomot hagy. Eppen ezért feladatomnak érzem, hogy az erősödő nyomást kompenzáljam, és megtanítsam őket azokra az emberi értékekre, amelyek szükségesek a bol-

dogulásukhoz. Ebben segít a drámajáték és a színház. Mindig olyan darabokat választok, amelyek mondanivalója az, hogy másként is lehet élni. Hűséges típus vagyok, nem akartam és nem is akarok elmenni az iskolából. Nagyon jók a kollégák, főleg az alsó tagozaton fantasztikus szakmai munkát végeznek. Az igazgatónővel, a vezetéssel jó a kapcsolat, minden elképzelésemben támogatnak.

– Megfordult a fejében, hogy csak a színjátszással foglalkozzon?

– Gondolkodtam rajta, de nagyon labilisnak érzem, nem lehet csak erre feltenni mindent. Tapasztalatból tudom, hogy ha a gyerekek fizetnek a színjátszásért, nem ugyanaz a dolog lelkesége, mintha pénz nélkül, kedvtelésből járnak. Az általános iskolában teljesen ingyen, a gyerekek kedvéért szervezzük a drámafoglalkozásokat, a szeretetszínházat. Nincs kényszer, aki akar, jön, aki nem, az nem. A gyerekek közül akad olyan, aki azért kapcsolódik be a munkába, mert tehetséges, mások meg azért, mert a gátlásaikat akarják levetkőzni. A gyerekek úgy fogalmaznak, hogy a színjátszással nagyon sokat tudnak meg saját magukról, nekik a lelkeség a fontos.

– Mit jelent önnek a szakmai elismerés?

– Megilletődötten fogadtam a díjat, nekem egy pozitív visszajelzést jelent a munkámról. A vezetés részéről azt érzem, hogy értékelnek, ami megerősít és megtisztel. Vannak pillanatok, amikor az ember elerőtlenedik, megkérdőjeleződik benne: tényleg ezt kell tennem? Az elismeréssel olyan pluszt kaptam, ami azt jelzi számomra, hogy itt a helyem és ezt kell a jövőben is folytatnom.

METZ

Magyarország első biofodrászata

NŐI, FÉRFI HAJVÁGÁS

Mostantól annyszor jön egy hónapban frizuraszáritásra, ahányszor csak szeretne!

Bejelentkezés nélkül!

A Margit híd pesti hídfőjénél, Szt. István krt. 12., a Vigaszínház mellett.

www.biohajvagoszalon.hu

Szombat, vasárnap is nyitva!

1500 SIKERKÖNYV AZ ODEON MOZIBAN!

Ha nincs pénze könyvre...

... vagy van pénze könyvre, de nincs már hely a polcon,

... de van elég ideje arra, hogy a legjobb és legdivatosabb könyveket olvassa,

... és egy kritika felkeltette a figyelmét,

... és idegesíti, hogy nem tud hozzászólni egy irodalmi vitához,

... de látott egy filmet és érdeklí miből adaptálták,

... és egyáltalán nem akar olvasni, de fel akarja hívni magára a figyelmet a strandon,

... és egyszerűen csak unatkozik,

... nem unatkozik, de üresnek érzi az életét,

... s nem csak az életét érzi üresnek, de a fejét is,

AKKOR KÖLCSÖNÖZZÖN KÖNYVET!

Könyvkölcsönző az Odeon moziban!

1136 Budapest, Hollán Ernő utca 7.

Nyitva tartás: mindennap 13.00–21.00

Húsvéti játszóház



Ünnepeld velünk a tavasz kezdetét! A Pöttöm Panka Képességfejlesztő Játszóházban április 3-án (szombaton) 10–14 óra között húsvéti kavalkádra várják a gyerekeket és szüleiket. A kézművesprogramok, festés, rajzolás, mondókázás, éneklés és bábozás mellett sok-sok meglepetéssel érkezik hozzánk a nyuszi!

Belépő 600 Ft.

Bővebb információ: Pöttöm Panka Képességfejlesztő Játszóház, 1135 Budapest, Reitter Ferenc u. 22. mfszt. 5. Tel./fax: 06-1-784-4261, mobil: 06-30-446-6111. E-mail: info@pottom-panka.hu.



Újraindulnak a szűrőszombatok

A háziorvos kiemelt szerepet kap a megelőzésben

Minden felmérés azt bizonyítja, hogy a magyarok általános egészségi állapota sokkal rosszabb, mint uniós polgártársainké. A statisztikák szerint a legtöbben szív- és érrendszeri betegségek, illetve daganatok következtében halnak meg. A cél tehát csakis az lehet, hogy a lehető legkorábban kiszűrjék mindazokat, akik ezekre a betegségekre hajlamosak, vagy éppen a kezdeti stádiumban vannak.

Ezt felismerve, a XIII. kerületi önkormányzat évek óta nagy hangsúlyt fektet a kerületi lakosok minél korszerűbb egészségügyi ellátására. Az eredményekhez azonban szükség van az emberek aktivitására is. Tavaly a Szegedi úti rendelőintézetben meghirdetett négy, úgynevezett szűrőszombat ilyen téren is kedvező tapasztalatokat hozott: összességében majd hatszázan használták ki a kínálatot.

Akkor háziorvosi beutaló nélkül ötféle szűrést vehettek igénybe azok, akik előzetesen bejelentkeztek valamelyik szombati vizsgálatra. Szemészeti és urológiai vizsgálatra, hasi ultrahangra, mammográfiára, valamint csontsűrűségmérésre volt lehetőség májusban, júniusban, szeptemberben és októberben. Az eredmény is bizonyítja a szűrések jelentőségét: minden harmadik résztvevőnél diagnosztizáltak az orvosok valamilyen kezelendő betegséget. Összesen tizenháromféle kórt szűr-

tek ki, például epe-, illetve vesekövet, petefészkecsisztát, miómát, májkárosodást.

Természetesen visszarendeltek, illetve a háziorvoson keresztül értesítettek mindenkit, akinél rendellenességet találtak. Szomorú viszont, hogy az így visszahívott betegek negyede nem jelentkezett a további kezelésre, illetve kontrollvizsgálatra. Ez azért is érthetetlen, mert mindenki tudja: a szűrésnek akkor van igazán értelme, ha a talált bajt mielőbb kezelni kezdik.

Ennek érdekében az önkormányzat az egészségügyi szolgáltatással együttműködve az idén is megszervezi a tanácsadással egybekötött ingyenes szűrési akciót a kerület lakói számára. A négy szűrőszombat helyszíne ezúttal is a Szegedi úti rendelőintézet lesz. Orvosok, nővérek, adminisztrátorok és természetesen a vizsgálatokhoz szükséges minden gép és berendezés szolgálatban lesz ezeken a hétvégeken.

Mint dr. Felméri István, a XIII. kerületi Egészségügyi Szolgálat közigazgatási vezetője elmondta: a tavalyi ötféle szűrőszombattal szemben ez évben hatfajta vizsgálatra lehet majd jelentkezni. A kiírásban megjelölik az egyes betegségekből leginkább érintett korosztályokat, de természetesen nem utasítják el azokat sem, akik kívül esnek a megadott korcsoporton.

Továbbra is mód lesz nők és férfiak számára a daganatos elválto-

zásokat kimutató hasi ultrahangvizsgálatra, valamint a hosszú ideig tüneteket nem okozó csontritkulás kiszűrésére. A szív és érrendszer betegségeivel kapcsolatos vizsgálatok kiegészítésére szolgáló szemfenékszűrés is folytatódik. Ugyancsak lehet majd jelentkezni mammográfiára (emlődaganatszűrés), illetve emlő ultrahangra, a férfiak számára prosztata- és herevizsgálatra. Újdonság viszont az idei szűrőszombatokon a fül-orr-gégészeti szűrés, amelynek fő célja az egyre gyakoribb rosszindulatú szájnyálkahártya- és garateltváltozások időben történő felfedezése.

Az idén – amellett, hogy folytatódnak a szűrőszombatok – kerületünkben nagy figyelmet szentelnek egy olyan betegségnek, amely a magyar lakosság jelentős részét sújtja. A metabolikus szindrómáról van szó. Ez lényegében egy komplex anyagcsere-betegség. Jellemző rá a magas vércukor-, vérszír- és koleszterinszint, valamint a megemelkedett vérnyomás és a típusos elhízás.

A háziorvosok fokozott körültekintéssel vizsgálják meg azokat, akik hajlamosak erre a betegségre, illetve akiknél valószínűsíthető a fennállása. Az előbbiekben említett, a metabolikus szindróma megállapítására alkalmas speciális szűrések, amelyekbe beletartoznak a laboratóriumi vizsgálatok is. A megelőzés, illetve a korai felismerés érdekében a XIII. kerületi önkormányzat úgy határozott,



hogy anyagilag is hozzájárul ezekhez a vizsgálatokhoz. Így kívánják elősegíteni azt, hogy minél több páciens juthasson hozzá az életkorának megfelelő kötelező és önkéntes szűrésekhez.

Ezt a célt szolgálják a szűrőszombatok is, melyek időpontjai az idén: május 15., június 19., szeptember 4. és szeptember 11. Mind-

egyik alkalommal 8 és 13 óra között várják a kerület lakóit. Beutalót most sem kérnek, a torlódás, illetve a hosszas várakozás elkerülésére azonban előzetes jelentkezés szükséges. Hogy erre mikortól nyílik lehetőség, arról következő lapszámunkban adunk tájékoztatást.

CSOP VERONIKA

Kitüntették dr. Kizman Antalt

Kiemelkedő szakmai tevékenységéért Pro Sanitate elismerésben részesítette az egészségügyi miniszter dr. Kizman Antalt. A XIII. kerületi Egészségügyi Szolgálat radiológiai osztályának vezető főorvosa az Egészségügyi Minisztériumban március 15-e alkalmából rendezett ünnepség keretében vette át a kitüntetést.

PROBLÉMÁT OKOZ BILLEGŐ, LÖTYÖGŐ FOGSORA?
NEM SEGÍTETEK A KÜLÖNFÉLE FOGSOR RAGASZTÓK?

Rögzíttesse fogsorát MINI IMPLANTÁTUMOKKAL!

A Mini Dental Implant (MDI) több évtizedes tapasztalattal rendelkező amerikai rendszer a fogprotézisek rögzítésére:

- minimális és egyszeri beavatkozás
- kedvező ár és azonnali terhelhetőség
- stabilan ülő fogsor
- akár a régi protézis felhasználásával is
- nem kell többé ragasztó
- bizonyítja több mint 20 év tapasztalat és >1 millió beültetett implantátum



VÉGRE NYUGODTAN BESZÉLHET, MOSOLYOGHAT ÉS EHETI KEDVENC ÉTELEIT!

Az Ön megoldása: Dr. Faluhelyi Péter fogorvosi rendelője
a 13. kerületben, a Margit-híd közelében, a **Pozsonyi úton**
Tel: 239 20 83 • www.mini-implantatum.hu

TELJESKÖRŰ FOGÁSZATI ELLÁTÁS

- fogmegtartó kezelések
- esztétikai fogászati kezelések
- magas színvonalú fogpótlások
- ambuláns szájszészeti beavatkozások
- implantáció, csontpótló műtétek

Orvosainkhoz az alábbi telefonszámokon jelentkezhet be:

Dr. Faluhelyi Péter: 20/929 07 01
Dr. Németh Klaudia: 20/522 08 11



IMTEC
a 3M Company



IMTEC/3M/DENT-EAST REFERENCIA RENDELŐ

Titokzatos testi tünetek

Mindenkinek vannak időnként testi panaszai: fáj a fejünk, fáradtak vagyunk, hasmenésünk van, szédülünk. Jó esetben ezek a tünetek csupán rövid ideig zavarunk minket, és jelentősen nem befolyásolják mindennapi működésünket, a munkavégzésünket, családi és baráti kapcsolatainkat. De mit teszünk, ha a panaszaink tartóssá válnak, vagy újra és újra visszatérnek, és több hete vagy hónapja zavarják életvitelünket? Logikusnak tűnik, hogy az esetek többségében orvoshoz fordulunk. Ezen a ponton azonban többféleképpen folytatódhat a történet...

Mit gondolunk, mit érzünk, ha az orvos a megfelelő és alapos kivizsgálás után nem tudja megmondani a probléma forrását, s ennek megfelelően kezelést sem tud kínálni? Mi történik, ha a leletek negatívak, és az orvos azt mondja: „Ön egészséges”? Feltételezhetnénk, hogy a beteg megnyugodva hazatér és folytatja a szokásos életét. De ha a panaszok továbbra is fennállnak, vajon megnyugtató-e az orvos szájából el-

hangzott mondat? Határozottan kijelenthetjük, hogy nem, hiszen a beteg szenved a tünetektől és azok következményeitől. Csalódott, úgy érzi, az orvos nem veszi őt komolyan, esetleg képzelt betegnek tartja – vagy kétségbe vonva az orvos kompetenciáját, újabb orvoshoz, specialistához, esetleg valamilyen alternatív medicinában dolgozó szakemberhez fordul. Vagyis megkezdődik az – angolul „doctor-shopping”-nak elnevezett – orvosról orvosra járás. A következő újra elkezd a vizsgálatokat, sokszor azért, mert a beteg nem mondja el, hogy másutt már kivizsgálták a panaszait. A leletek ismételten negatívak, és újból elhangzik az eredetileg megnyugtató indukáló „Ön egészséges” vagy „Nincs semmi baja” mondat...

[Minderről részletesen olvashatunk a Mindennapi Pszichológiában, Kökönyei Gyöngyi cikksorozatában. A folyóirat megrendelhető a www.mipszi.hu weboldalon vagy az alábbi telefonszámon: (1) 789-8040, megvásárolható a hírlapárusoknál.]

Szabó Melinda fitnessversenyző

Az erős gyengébbik nem

Amikor az ember fitnessversenyzőnővel készül beszélgetni, képzeletében megjelenik egy erőteljesen kidolgozott test hatalmas muszlikkkal, és nem feltétlenül nőies alkattal. A valóság aztán ettől néha nagyon eltér. Szabó Melinda, kerületünk ifjú fitness- és show-tánc-versenyzője bár törekénynek éppen nem mondható, mégis, karcsú alkatával és férfi szemnek igencsak tetszetős idomokkal messze elmarad a sztereo-típiáktól.

Melindának 2002-ben Béres Alexandra tanítványaként indult fitnesspályafutása. Azóta megszerezte a magyar ifjúsági bajnoki címet, felnőtt országos bajnokságon második helyezést ért el, és a világ talán leghíresebb versenyén, a Miss Fitness Word-ön pedig 8. helyen végzett.

Úgy néz ki, nála minden adott: jó test, jó gyakorlat és fiatal életkor. Biztató jövő előtt áll.

– Négyéves korom óta sportolok. Először a sportakrobatika, majd a ritmikus gimnasztika és a szertorna jött, de valahogy egyik sem fogott meg annyira, mint a fitnessversenyzés, ahol egyszerre találhat meg a tánc, balett, akrobatika és erőfejlesztés. Szeretek színpadon lenni, és ebben a sportágban teljeséggel kiélhetem szereplési vágyam is.

– Miből áll egy fitnessversenyző felkészülése?

– Heti öt alkalommal két-két órással edzéseken gyakorlom be a bemutatkozó programomat, amit rendszeresen elemzek az edzőmmel, és ehhez jön még a fizikai felkészülés a konditeremben.

– Tánc és súlyozás. Érdekes egyveleg. Azonban a versenyek nem csak ebből állnak, ha jól tudom.



– Így van. A formagyakorlat elvégzése mellett estélyi ruhában is be kell mutatkozni, amely egyfajta kérdezz-felelek. Ráadásul a külföldi versenyeken mindezt angol nyelven kell előadni.

– Tavaly augusztusban az egye-sült államokbeli Renóban a világ egyik legnagyobb fitnessversenyén léptél fel.

– Életem eddigi legnagyobb élménye volt ez az utazás. Az eredményemmel is elégedett lehettem. A verseny körüli felhajtás, a fogadtatás, mind fantasztikus volt. Az egész egy igazi show, még az egyik legnagyobb országos tévétársaság is beszámolt a versenyről. Idén is megyek, de most már szeretnék bejutni az első öt helyezett közé.

– Milyen egyéb versenyeken indulsz még?

– Áprilisban a hódmezővásárhelyi fitness főiskola kupán indulok, majd júniusban a Fitness Európa-bajnokságon Spanyolországban, augusztusban pedig jön a világbajnokság. Célom mindenhol az, hogy jobban teljesítsek, mint tavaly.

Sz.T.

Angyalföldi pálmafák

Cikksorozatunkban a piros-kék klub múltjából idézzük fel epizódokat

Jász utca–Fáy utca 3-3

Harminc évvel ezelőtt már ritkaság volt a telt ház a kettős rangadókon, ám 1980. március 29-én ráéreztek az emberek, hogy megint futball, igazi futball lesz a Népstadionban. S valóban, még alig foglalt helyet a hatvanezer néző, a többség már talpra is ugrott, miközben a kispesti szurkolók üveges szemmel bámultak a pályára...

A Vasas–Honvéd második percében Váradi Béla elindította a balszélre kiránduló – arrafelé ritkán látott – Müller Sándort. Az angyalföldi karmester középre nézett, majd nem az ötösre vagy a tizenegyes-pont környékére emelte a labdát, hanem hátraívelte azt a kaputól húszméternyire, a régi jobbösszekötő helyén feltűnő Birinyi Istvánhoz. A középpályás pedig a levegőből, kapásból olyan lövést küldött a lécz alá, hogy Gujdár Sándor kapus mozdulni sem tudott, miközben a publikum úgy bámult a Keleti pályaudvar felőli háló irányába, mintha jelenést látott volna azon a tájon.

Szédítő akció, lenyűgöző gól volt; Bundzsák Dezső és Szilágyi Gyula, Machos Ferenc és Farkas János sem csinálta volna szebben...

Hiába, a Vasas tapadni akart a Honvédra. De hiszen vezetett! – mondhatják. A piros-fehérek elleni

derbin igen, a bajnokságban nem. A meccs előtt négy pont volt a különbség a két csapat között, és – parádés kezdés ide vagy oda – a tizenkettedik percben úgy tetszett, még nő is a differencia, mivel a bombagóltól egyáltalán nem elbóduló kispestiek rövid időn belül 1-0-ról 1-2-re alakították az állást. Ám az első félidőben fordulat fordulatot követett: a téttől és a nagy közönségtől „feldobott” Izsó Ignác „fejre állította” a Honvéd válogatott védelmét, és két gólja nyomán a szünetben ez állt az eredményjelző táblákon (akkoriban még kettő volt belőlük a legendás létesítményben): Vasas–Honvéd 3-2.

A második szakasz első perce után megint módosítani kellett a kiíráson, mert Nagy Antal azon a délutánon már másodszor egyenlített (3-3). A derűsebb drukkerok az 1955 kora telén rendezett Honvéd–MTK-t kezdték emlegetni, mert negyedszázaddal azelőtt a dátumot akár úgy is rögzíthették volna, hogy január 9-7. (A nevezetes meccset január 9-én játszották az Üllői úton.) Ám a múltidézés nem vált be, mert 1980 tavaszán a felek megálltak hat gólnál, jöllehet a hátralévő negyvennégy percben a piros-kékek mindent megpróbáltak, hogy győzelemre javítsák az „ikszet”. A korabeli sajtó megfogalmazása szerint „a Vasas sokkal többet támadott, de maradt a döntetlen”, és az angyalföldieket még az a megállapítás sem boldogította, hogy „Müller ifjú korát idézte, Komjáti

pedig mindig ott volt, ahol a labda”. A „Mülcinek” becézett Müller Sándor harminckét éves volt akkor, de még előtte állt három prima esztendő Antwerpenben, illetve Alicantéban, továbbá jó néhány válogatottság – az 1982-es vb-szerepléssel kombinálva –, a dirigenstől addig sosem tapasztalt, szinte kirobbanó erőben. Mielőtt nyugati profivá nem lett ez a különleges képességű labdarúgó, idehaza tetszése szerint futballozott. Értsd: ha volt kedve, brillírozott, ha nem volt, akkor pályára lépett, de nem játszott...

Azon a Vasas–Honvédon a kvalitásaihoz méltóan „muzsikált”, a döntetlen azonban nem vitte közelebb a XIII. kerületi csapatot a listavezetőhöz, s végül így zárult a bajnokság: 1. Honvéd 48 pont, 2. Újpest 45, 3. Vasas 44. Bizonnyos fókig ezt a sorrendet is angyalföldi sikernek lehetett tekinteni, hiszen Tichy Lajos, az aranyérmes együttes akkori edzője a Jász utcában nőtt fel. Egyébként az a gárda nyerte el a bajnoki címet, amely a legkevesebb gólt

kapta (harmincnolcat), és az a kettő követte, amely a gólszerzés tekintetében a legeredményesebbnek mutatkozott (az Újpest nyolcvanhatot, a Vasas hetvenötöt vágott be az ellenfeleknek).

A lilák a nap második találkozóján 4-1-re verték az FTC-t. A 3-3-as „előmeccset” meleg szavakkal méltató Népsport azonban így értékelte az esti mérkőzés finisét: „A találkozó színvonala a hajrában annyira viszszaesett, hogy néhány más sportágban leléptették volna a fiúkat.”

A maiak egyetlen nagy szerencséje, hogy a hajdani szakírók többsége már nem él vagy nem dolgozik...

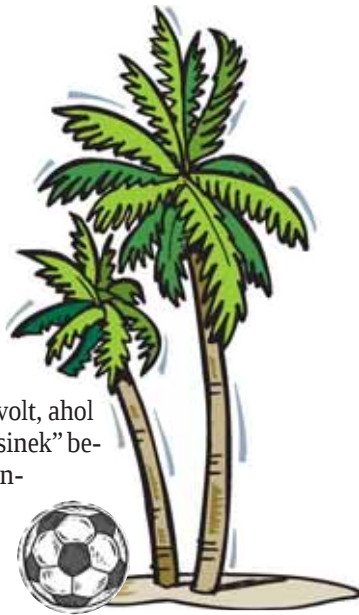
HEGYI IVÁN,
A NÉPSZABADSÁG FŐMUNKATÁRSA

Vasas–Honvéd 3-3 (3-2)

Népstadion, 60 000 néző. Jv.: Bártfai.

Vasas: Mészáros – Török, Híres, Hegedűs (Szebegyinszky, 46.), Rácz – Komjáti, Birinyi, Zombori – Müller, Izsó, Váradi. Honvéd: Gujdár – Paróczai, Lukács, Garaba, Varga – Pál, Nagy, Gyimesi (Esterházy, 83.) – Bodonyi, Dajka, Kozma (Weimper, 66.).

Gól: Birinyi (2. perc), Nagy (7. és 46.), Bodonyi (12.), Izsó (27. és 38.).



Izsó Ignác (Garaba Imrével) a Képes Sport címlapján április elsején. A Honvéd ellen nem tréfált

LEHEL
OPTIKA

INGYENES SZEMVIZSGÁLAT

AJÁNDÉKUTALVÁNY

-5000 Ft

Vágja ki, és hozza be a hirdetést!

A kedvezményt csak a megrendeléskor lehet érvényesíteni. Részletek a boltban.

LEHEL Piac, Emelet

(a mozgólépcsőnél)

Hétfő–péntek 9.00–18.00 ■ szombat 9.00–13.00

Telefon: 288-6960

A kerületi templomok húsvéti ünnepi programjai

Árpád-házi Szent Margit-templom
Lehel tér 1/A

Április 2., nagypéntek 7.00: zsoltosima imádság, 15.00: keresztút a templom előtti téren, 18.00: nagypénteki szent liturgia, passió, kereszthódolat, szentáldozás, 21.30-ig csendes virrasztás a halott Jézus mellett

Április 3., nagyszombat 7.00: zsoltosima imádság és egész nap szentsír-látogatás, 20.00: tűszentelés, húsvéti gyertya megáldása, húsvéti örömeinek, felnőttek keresztelése és bérnállása, feltámadási szentmise, körmenet a templom előtti téren.

A szent három napon a reggeli és a délutáni szertartások előtt egy órával is lesz gyónási lehetőség.

Április 4., húsvétvasárnap 7.30, 9.00, 10.30, 12.00 és este 18.00: ünnepi szentmise. A 7.30-as szentmisét a Duna Televízió felvételtől közvetíti. A 10.30-as nagymisén templomunk Gaudete! Ének- és Zenekara működik közre.

A szentmisék után hagyományos ételszentelés.

Április 5., húsvéthétfő: ünnepi miserend

Angyalföldi Szent Mihály-templom
Babér u. 17/B

Április 2., nagypéntek 14.00: keresztútjárás, 18.00: „csónkamise”: passió, hódolat a szent kereszt előtt, áldoztatás, csendes virrasztás

Április 3., nagyszombat 11.00-tól szentsír-látogatás, 18.00: tűszentelés, húsvéti

gyertya ünnepélyes bevitele a templomba, húsvéti örömeinek, ünnepi szentmise, körülbelül 19.30: feltámadási körmenet. Gyertyát hozzanak!

Április 4., húsvétvasárnap a misék rendje: 7.00, 9.00, 10.30, 18.30, délelőtti ételszentelés

Április 5., húsvéthétfőn a misék rendje: 7.00, 10.30 és 18.30

Angyalföldi Szent László-templom
Béke tér 1/A

Április 2., nagypéntek 18.00: Krisztus Urunk szenvedését felidéző szertartás

Április 3., nagyszombat 9.00–16.30 csendes szentségimádás a szent sírnál, 17.00: ünnepélyes feltámadási liturgia tűszenteléssel

Április 4., húsvétvasárnap 7.30, 9.00, 10.30 és 18.00: szentmise ételszenteléssel

Április 5., húsvéthétfő 7.30, 9.00, 10.30 és 18.00: szentmise

Budapest-Vízafogói Szent Márton-templom
Váci út 91/B

Április 2., nagypéntek 17.15: keresztút, 18.00: „csónkamise”, majd virrasztás és gyóntatás

Április 3., nagyszombat 8.00–12.00: gyóntatás, 8.00–18.00: szentsír-látogatás, 20.30: tűszentelés és feltámadási mise

Április 4., húsvétvasárnap 10.00 és 18.00: szentmise

Április 5., húsvéthétfő 8.00: szentmise

Külső-Angyalföldi Mária
Keresztények Segítsége
Templom
Rokolya u. 28.

Április 2., nagypéntek 15.00: keresztút, 18.00: szertartások

Április 3., nagyszombat 9.00–17.00: szentségimádás, 9.00–11.00: gyóntatás, 18.00: feltámadási szertartások, 19.00: feltámadási körmenet

Április 4., húsvétvasárnap 7.30: szentmise, utána ételszentelés, 9.30: családi ünnepi szentmise, 18.00: esti szentmise

Április 5., húsvéthétfő 9.30 és 18.00: szentmise

Budapest-Angyalföldi Református
Templom
Frangepán u. 43.

Április 2., nagypéntek 10.00 és 18.00: istentisztelet, úrvacsoraosztás

Április 4., húsvétvasárnap 8.00 és 10.00: istentisztelet, úrvacsoraosztás

Április 5., húsvéthétfő 10.00: istentisztelet, úrvacsoraosztás

Pozsonyi Úti Református Templom
Pozsonyi út 58.

Április 2., nagypéntek 18.00: úrvacsorás istentisztelet, a Magyar Televízió élőben közvetíti

Április 3., nagyszombat 18.00: J. S. Bach Máté passiójának megtekintése, meghallgatása

Április 4., húsvétvasárnap 10.00: úrvacsorás istentisztelet

Április 5., húsvéthétfő 10.00: úrvacsorás istentisztelet, felnőtt konfirmáció

Budapest Angyalföldi Evangélikus
Templom

Kassák Lajos utca. 22.

Április 2., nagypéntek 10.00: istentisztelet úrvacsorával, 18.00: passióolvasás

Április 4., húsvétvasárnap 10.00: istentisztelet úrvacsorával

Április 5., húsvéthétfő 10.00: istentisztelet úrvacsorával

Szent Ágoston-kápolna
(premontrei rendi)
Pozsonyi út 14.

(Bejárat a Palatinus-házak belső udvara, köz felől)

Április 2., nagypéntek 8.00: szent zsoltosima, 15.00: ünnepélyes keresztúti imádság, 18.00: az Úr szenvedésének ünneplése, passió, kereszthódolat. Utána 21.00 óráig szentsír-látogatás, őrzés!

Április 3., nagyszombat 8.00: szent zsoltosima, 9.00: szentsír-látogatás, őrzés, 20.00: a húsvéti vigília liturgiája (tűszentelés, húsvéti gyertya bevitele, húsvéti örömeinek, igeliturgia, ünnepélyes Alleluja, keresztségi liturgia, az eucharisztia liturgiája)

Április 4., húsvétvasárnap 7.30, 10.00: ünnepi szentmise ételszenteléssel

Április 5., húsvéthétfő 7.30: szentmise

A csábító csokoládé

Napokon belül itt a húsvét, ilyenkor a sonka és a tojás mellett a csokoládénak van a legnagyobb keletje. Veszi és eszi felnőtt és gyerek, az utóbbiak különösképpen. Kicsi, nagy és még nagyobb csokinyuszi, csokitojás, csokibarány – ezek majszolása édesíti meg az ünnepet. Persze azért a szürke hétköznapiak is el-elcsábulunk. De baj-e ez egyáltalán? És ha már csokoládé, melyiket válasszuk, hogy „bűneinket” kisebbítsük?

Magyarok csemegéje

A gyerekek általában jobban kedvelik a tejcsokoládé ízét, ezért azt fogyasztják szívesebben. A felnőttek között is sokan esküsznek a világosabb színű csemegére. Nem csak a hétköznapi tapasztalat, de a statisztika is ezt támasztja alá. Mint *Bélai Krisztinától*, az Édes-séggyártók Szövetségének ügyvezető titkárától megtudtuk: a magyarok körülbelül ötször annyi tej-, mint étcsokoládét fogyasztanak. Pedig táplálkozási szempontból egyértelműen az étcsokoládé az értékesebb.

A kettő között a legfőbb eltérés az összetevőkben található. Minél magasabb a kakaótartalom, annál értékesebb a csokoládé. A tejcsokoládék többsége 30 százalékos kakaót tartalmaz, míg a jó minőségű étcsokoládé kakaótartalma eléri az

Húsvéti finomságok



50-70 százalékos. Az étcsokoládé cukor, kakaóvaj és kakaómassza keveréke. A tejcsokoládénál ehhez még tejpórt adnak. A fehér csokoládéban csak kakaóvaj, tejpórt és cukor – rossz esetben a kakaóvaj egy része helyett növényi zsír – van.

Az üzletek polcain gyakran találkozunk tej- vagy étbevonó masszából készült termékekkel. Ezek is megfelelnek az előírásoknak, de élvezeti értékük jóval kisebb. A címkéből ez kiderül, ezért is érdemes figyelmesen átolvasni.

Táblás és figurás termékek

Gyakori jelenség, hogy otthon felbontva az étcsokoládét, szürkés bevonatot találunk rajta. Ezt a nem megfelelő bolti tárolás okozza. A minőséget, sőt önmagában az ízt sem befolyásolja, esztétikailag azonban igencsak hátrányos. Ha még megvan a blokk, nyugodtan visszavihetjük az üzletbe.

A táblás és figurás termékeken kívül számtalan formában vásá-

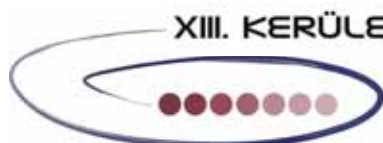
rolhatunk csokoládét. Vannak pralinék, vagyis olyan kisebb deszertek, amelyek kakaó szárazanyag-tartalma eléri, illetve meghaladja a 30 százalékos. Sokan keresik, és ma már meg is találják az üzletekben a retro árukat. A különféle töltött csokoládék választéka állandóan bővül, és egyre több hódolója van a különlegességeknek is. A felnőtteknek szánt csemegék között ott a csilis csoki éppúgy, mint a magyar tokaji borral töltött szőlőszemes csoki vagy a csokoládéval bevont mangalica tőpörtyű.

Amellett, hogy finom, számtalan, a szervezetre hasznos hatása van a csokoládénak. A magas kakaótartalmú étcsokoládé nagy flavonoidtartalma miatt kis mennyiségben fogyasztva csökkenti a vérnyomást, a szív- és érrendszeri betegségek kockázatát, csillapítja a köhögést, javítja a bőr állapotát. A csokoládé nemcsak rosszkedvűző és hangulatjavító, hanem energia- és örömforrás is.

Csokoholizmus

Dr. Valló Ágnes belgyógyász, életmód-tanácsadó szerint azonban nem célszerű túlzásba vinni a csokoládé fogyasztását, mert könnyen kialakulhat a függőség, más néven a csokoholizmus. Márpedig a csokoládé az érvédő flavonolok mellett nagy mennyiségű cukrot, zsírt és káliót tartalmaz. Ez súlyfelesleghez, anyagcserezavarhoz, cukorbetegséghez vezethet. Az elhízás és a diabétesz kockázatai pedig minden bizonnyal nagyobbak, mint az érvédő hatásból eredő előnyök.

Kevesen tudják, hogy az étcsoki teobromintartalma miatt élenkítő hatású, ezért késő este ilyet ne együnk, és gyerekeinknek se kínáljunk. Az orvos azt javasolja: különösen a kisebb gyerekek számára ne legyen napi táplálék a csokoládé. De a szigorú tiltás sem helyes, húsvétkor, karácsonykor vagy születésnapon mértékkel nyugodtan fogyaszthatják a kicsik.



1131 Budapest, József Attila tér 4.
Telefon: 452-4290 Fax: 349-8151
www.kult13.hu, ajamk@kult13.hu

PROGRAMAJÁNLÓ



Operencia gyermekszínházi sorozat

Aranyszamár Színház: A csodaszarvas regéje
Április 14., szerda 14.00

Belépőjegy: 800 Ft

Iskolás vetélkedő

a Műemléki Világnap alkalmából

Április 15., csütörtök 14.00

A vetélkedőre benevező csapatok összemérhetik tudásukat a történelmen átívelő művészeti stílusokban, a román kortól a klasszicizmusig.

Jelentkezés: Nagy Gyula programszervezőnél a 452-4266-os telefonszámon vagy a nagygyula@kult13.hu e-mail címen.



Zöld Nap a Zöld Környezetünkért

Április 25., vasárnap 10.00–18.00

Az egész napos családi programon a gyermekeket délelőtt újrahasznosított tárgyakból készített játékokkal, ügyességi feladatokkal, délután szórakoztató programokkal várjuk. A rendezvényre kiállítók és szolgáltatók jelentkezhetnek Nagy Gyula programszervezőnél a 452-4266-os telefonszámon vagy a nagygyula@kult13.hu e-mail címen.

Belépőjegy: 400 Ft

How is your English?

– It's fine and yours?

– Hogy van az angolod?

Társalgási Klub

Kedden 18.00

Fejleszd a kommunikációs képességedet kellemes környezetben, a film, a zene, az irodalom és a hétköznapi témák világában! 18 éves kortól várjuk az érdeklődőket.

Jelentkezés Victoria von Hammersteinnél: victoriahammerstein@kult13.hu (angolul) és Szalkai Lajosnál: szalkailajos@kult13.hu A részvétel ingyenes!



Társastánc

Április 4-től vasárnaponként,

kezdő: 15.00–17.00,

haladó: 17.00–19.00

12 hét alatt 16 táncot tanulhat meg!

rock and roll * foxtrott * szamba * tangó *

csárdás * swing * bécsi keringő * rumba *

blues * angol keringő * rópsasszé * shake *

polka * twist * cha-cha-cha * slowfox

Vezeti: Koltai Ottó táncpedagógus és illetmény

Részvételi díj: 14 000 Ft/24 óra

Fizethető két részletben:

kezdésnél 8000 Ft és május 9-ig 6000 Ft



1132 Budapest, Váci út 50.
a Lehel Csarnokkal szemben
Telefon: 349-1501;
(30) 453-3693
www.kult13.hu
helytorteneti@kult13.hu
Nyitva tartás:
Hétfő–csütörtök: 10.00–18.00
Péntek: 10.00–17.00

Időszaki kiállítás:

A fotográfus Vydareny Iván

Vydareny Iván szlovák származású fotográfus, építész, festő fényképeit tekinthetik meg az érdeklődők április 6-tól. A művész 1913-tól haláláig élt a kerületben, 1944-ig a Garam utcában, majd a Kiss József (mai Visegrádi) utcában. A kiállítás megtekintése ingyenes.



1139 Bp., Rózsnai u. 3.
Telefon: 349-6308, fax: 349-6307
Levélcím: 1394 Budapest, Pf. 355
www.lmk.hu

Magyarórá-délután

cigányzenekari kísérettel

(„Csizmadia Imre” Zenebarát Kör)

Április 3., szombat 15.00

Locsolóbál (TE+ÉN)

Április 4., vasárnap 17.00

Locsolóbál műsoros-táncos

rendezvény nyugdíjasoknak

(Sárgaróza)

Április 6., kedd 14.00

Ringató – Vedd ölbé, ringasd, énekelj!

(kisgyermekkorai zenei nevelés)

Április 12., 19., 26., hétfő 11.00



Kártyaverseny nyugdíjasoknak

(„Életem az éveknek” Klubszövetség)

Április 13., kedd 10.00

Műsoros-táncos rendezvény

nyugdíjasoknak

Április 14., szerda 14.00

Előadó-művészeteket Kedvelők Baráti

Köre és Vers- és Prózaírók Baráti Köre

Április 15., csütörtök 10.00

Minden héten:

Rákgyógyító légzés (gyógytorna)

Kedden 9.00 haladónak, 10.00 kezdőknek

Természetgyógyász Klub

Csütörtökön 17.30

(előadások, fény- és energiaadás, életmód-tanácsadás)

TE+ÉN táncest

Pénteken 18.00–21.30

Vasárnap 17.00–21.00

MODELLBÖRZE

(cserebere, vétel-eladás)

Szombaton 8.00–12.00

Univerzális Élet

(Öskeresztény Egyesület)

Vasárnap 10.00–13.00

(Kozmikus Életiskola – az Isten szellemétől kapott belső út oktatása)



1136 Bp., Pannónia u. 34. (Gergely Győző u.)
Telefon/fax: 339-3700
www.kult13.hu, www.iranytu.net
iranytu@kult13.hu

Nyitva tartás: hétfőtől péntekig 10–18 óráig

Díjtalan információs szolgáltatás,

jogi, pályaválasztási,

munkavállalási, pszichológiai,

szenvedélybeteg-tanácsadások,

AIDS-szűrés.

Ingyenes internetszolgáltatás.



VilágCsücsök a Vízöntő Pinceklubban

1132 Budapest, Váci út 50.
06 (70) 555-7625 (Papp Helga), 06 (70) 260-2294 (Kovács Gábor Attila)
www.kurfli.hu
csigahelga@gmail.com

Nyitva tartás: hétköznap 14–22 óráig, hétvégén rendezvények függvényében

A VilágCsücsök egy olyan közösségi színtér, amely fiataloknak kínál szabadidő-eltöltési lehetőségeket, be lehet térni hozzánk olvasni, társasjátékozni, csacsogni, ücsörögni, álldogálni, körbe-körbe járni vagy lehet választani különféle programjaink közül, de akár meg lehet inni egy csésze teát vagy megenni egy pogácsát. Kinek mihez van kedve...

ÚJTANFOLYAMAINK

Jóga a stresszoldásért tanfolyam

Kedden 17.30–19.00

Részvételi díj: 1600 Ft/alkalom

Információ: Aminah 06 (30) 506-5290



Kungfu – Lok Yiu Wing Chun

Hétfőn és csütörtökön 18.30–20.00

Részvételi díj: 1500/alkalom vagy 7500 Ft/hó

Az első alkalom ingyenes!

Információ: Kecskeméti Balázs 06 (30) 681-6754

TOVÁBBRA IS MŰKÖDŐ TANFOLYAMOK

Egészségvédő torna

Kedden 15.30–16.30

Részvételi díj: 1000 Ft/alkalom, 3200 Ft/4 alkalom

Az első alkalom ingyenes!

Információ: Szakács Melinda 06 (20) 441-0644

Képzőművészklub

Kéthetente pénteken 17.30–19.30

Részvételi díj: 1500 Ft/alkalom (anyagköltséggel)

Információ: Cene gál István 06 (20) 806-9666

Amrit jóga

Pénteken 16.00–17.30

Információ: amritjoga@gmail.com

Idegen nyelvű társalgási klubok

– ingyenes!

Hétfőn 17.00–19.00 francia nyelv

Kedden 17.00–19.00 angol nyelv

Szerdán 16.00–17.30 német nyelv

Szerdán 17.30–19.00 olasz nyelv

KIEMELT PROGRAMOK

Polyglot Club – ingyenes!

Április 7., 14., 21., 28., szerda 19.00–22.00

Idegen nyelvű, nemzetközi társalgási klub.

Megérkezel, eldöntöd, mely nyelveken tudsz

vagy szeretnél beszélni, és onnantól kezdve szabad az út.

Beszélgethetsz bármiről, bárkivel, akivel van közös nyelvetek.

Gyűrjünk le a Babel tornyát!

Nyitőest – ingyenes!

Április 10., szombat 19.00

Megnyitja kapuit a VilágCsücsök... a világnak egy olyan csücske, ahol jó lenni, mert nem vagy egyedül, mert van mit csinálni, van kihez szólni és van kit meghallgatni.

Ezt az alkalmat ünnepeljük ezen az estén. Játsszunk, ismerkedünk, beszélgetünk, mesélünk. Várunk Téged is!

Irodalmi est – Ingyenes!

Április 16., péntek 19.00

A Költészet Napja után szabadon... Egy óra irodalom mindenkinek. Mert az irodalom nem nehéz... csak szép.

Korea Kultúra Klub

Április 23., péntek 19.00

Havonta megrendezett alkalmaink bepillantást nyújtunk a koreai kultúra minden ágába és igyekszünk megmutatni annak értékeit.

Ebben a hónapban: HAPKIDO – harcművészeti bemutató

Társasjátékeket – ingyenes!

Április 24., szombat 19.00

Minden hónapban egy szombatot arra szánunk, hogy megjutalmazzuk magunkat a játék örömeivel és bebizonyítsuk, hogy felnőttként is szórakoztató a játék.

Ilyenkor leverszük a polcra a kártyát, a társasjátékokat és játszunk.

Tanfolyamokra, rendezvényekre továbbra is termék bérelhető!



1138 Budapest, Dagály u. 15/A
Telefon: 330-5357, fax: 349-7761
www.kult13.hu, gyerekhaz@kult13.hu

Programok gyermekeknek és fiataloknak

Versjáték fesztivál

Április 8., csütörtök 16.00

A fesztivált a Költészet napja alkalmából a versmondás örömeért, a versek szeretetért és számomra „legek” díjért hirdetjük

Információ: 330-5357

Új! Angol nyelvi klub

Kedden 15.00–16.00, 16.00–17.00

Csütörtökön 10.00–11.00, 15.00–16.00

Angol nyelvi klub indul gyerekek és szüleik részére

Jazz Mataz – Nyelvi klubok

picurkáknak és szüleiknek

A klubfoglalkozásokon a gyerekek a (nagy)szülökkel együtt tanulnak angolul

Toddler – Ovis angol klub

Az anyanyelv elsajátításához hasonlóan, természetesen módon, játékosan tanulhatnak klubjainkban az ovisok

Kids Club – Vidám és trendi

angol klub kisiskolásoknak

A gyerekek kommunikatív és élményszerű módon, stresszmentesen sajátítják el az angol nyelvet

Grammar Course – Szórakoztató

nyelvtani rendszerező klub

Ez a klub kiváló azok számára, akik nyelvvizsgára készülnek.

Információ: Simon Emese angoltanár (30) 686-8933, simonemes@freemail.hu

www.vidamangol.hu



Tavasznapi

Április 9., péntek 16.30–22.00.

A XIII. Kerületi Gyermek- és Ifjúsági Önkormányzat idén is megrendezi a Tavasznapot.

A különféle vetélkedők központi témája ez alkalommal a világvége jóslatok lesznek. Az estét egy fergeteges buli zárja.

Belépődíj nincs!

Pocaklakó-daloló

Április 8. és 15., csütörtök 18.00

Interaktív, éneklős-mondókázós előadás várandósok, 6 hónapnál fiatalabb babák szülei, valamint lelkes és új dalokra-játékokra nyitott nagyszülők számára.

Részvételi díj: 4000 Ft/alkalom

vagy 7000 Ft/bérlet a két alkalomra.

Jelentkezés: 06 (20) 527-8030

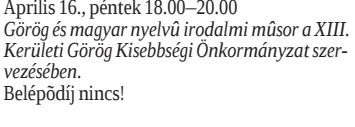
vagy zenebolcsi@gmail.com

Görög irodalmi est

Április 16., péntek 18.00–20.00

Görög és magyar nyelvű irodalmi műsor a XIII. Kerületi Görög Kisebbségi Önkormányzat szervezésében.

Belépődíj nincs!



1136 Budapest, Tátra utca 20/B
Bejárat a Radnóti utcai oldalon
Telefon/fax: 320-5380

Nyitva tartás:
hétköznap 14–20 óráig



ujlipotvaros@chello.hu, klubgaleria@kult13.hu

www.kult13.hu

Kiállítás:

Veréb László kiállítása

Megtekinthető április 9-ig

Rába Lilla emlékkiállítás

Megtekinthető: április 16-ig

Tellér Mária kiállítása

Megnyitó: április 15., csütörtök 18.00

Megtekinthető: április 30-ig

Nieder Iván kiállítása

Megnyitó: április 21., szerda 18.00

Megtekinthető: május 7-ig

Tanfolyamok

Gemini tanulókör

Angol társalgási klub kedden, csütörtökön és pénteken 17.00–20.00

www.geminitanulokor.fw.hu



Széles körű szolgáltatással várjuk kedves vendégeinket!

– szolid árak, magas színvonal –

fodrászat • kozmetika
műkörömépítés
pedikűr • manikűr • szoláriumok

1139 Budapest, Fiastyúk u. 38.
Nyitva tartás: H-P: 7-18 • Sz: 8-13
Telefon: 06-1/239-5417,
+36-20/327-02-94
www.monikafodraszat.atw.hu
e-mail: buffyla@freemail.hu

Dr. HATHÁZI Éva ÜGYVÉDI IRODA

(Alapítva: 1994)

Vállal:

- cégalapítás és képviselő,
- ingatlan adásvétel, csere, bérlet, ajándékozás stb.,
- biztosítási ügyek,
- családjog,
- polgári nem peres és peres eljárásokban jogi képviselő ellátása.

Iroda:

1139 Budapest, Pap Károly u. 18/B I. 3.
Elérhetőségek:
340-2044, +36-20-923-3770,
hathazi.eva2@chello.hu,
www.drhathazieva.hu

CSOCSÓZÁSI LEHETŐSÉG ANGYALFÖLDÖN

rendszeresen tisztított és vízszintezett
Garlando Olympic asztalon
Bärenherz Magic versenylabdákkal



1138 Budapest, Újpalotai út 13.
(A sportpálya kiszolgáló épületének földszintjén, a büfénél.)

Urológia és Andrológia magánrendelés

Vese- és prosztatatabajok,
gyulladások, daganatok,
vizeletcsepegés, merevedési és
nemzőképességi zavarok
KIVIZSGÁLÁSA, KEZELÉSE
Dr. Rózsahegyi József
az orvostudomány kandidátusa

KEDD, CSÜTÖRTÖK:

16.00 – 19.00

06-20-972-5592

350-0631, 350-1898

1131 Budapest, Babér út 32. I. em.

Göncöl és Babér utca sarok

Parkolás a VITALORG udvarán

www.Vitalorg.hu

Vasas Alapítvány az adó 1%-ára

Kérjük, adója 1%-ával támogassa a jövőre századik születésnapját ünneplő Vasas Sport Club-ot, nagylelkű felajánlásával járuljon hozzá az egyesületben folyó utánpótlásneveléshez és a magas színvonalú szakmai munka biztosításához.

VASAS CENTENÁRIUM ALAPÍTVÁNY
adószám: 18123649-1-41



80.000 gyermekre van gondunk

1%



Gyermekeképzési
Alapítvány

Adószám: 18049842-2-43 Tel: (1) 283-2510
www.gyea.hu

Kérjük, támogassa
a Szivárvány Bölcsőde
(1132 Budapest, Gogol utca 32.)
működését adója 1%-ával.

Adószámunk:
18123584-1-41.

Köszönjük!



ZÁRKIRÁLY® Bt.

ZÁR, KILINCS,
LAKAT, VASALAT

II., Margit krt. 54. T: 201-3928

XI., Fehérvári út 24. T: 466-5654

H-P: 9-18 Szo: 9-14

www.zarkiraly.hu

+ SZOLGÁLTATÁSAINK:

- KULCSMÁSOLÁS: lakás, autó, immobilizer, speciális, mágnes
- ZÁRBETÉTEK ÁTKÖDÖLTETÉSE
- EGYFORMA ZÁRLATÚ és FOKULCSOS RENDSZEREK
- HEVEDÉREZÁRAK szerelése: egyedi méret is
- ZÁRAK, ZÁRBETÉTEK, HEVEDÉREZÁRBETÉTEK CSERÉJE

-10%
Szombat

GÉPELÉS

Levelek, szakdolgozatok,
diplomamunkák,
nagyobb terjedelmű szövegek stb.
számítógépes gépelését vállalom
nyomdaipari végzettséggel.

Tel.: 06-20-260-3878

Megbízható partner a könyvelésben!
LIFO Könyvelőiroda a Mammút közelében

- teljes körű könyvelés
- bérszámfejtés
- hatóságok előtti képviselő
- szaktanácsadás

Szakértő szolgáltatás korrekt áron.
LIFO Ügyviteli Szolgáltató Kft.
Telefon: 316-7182, 06-20-410-0534
E-mail: lifo@axelero.hu

Tájak kint és bent

Nem rejtőzködik tovább a tavasz. A természet kinti újjászületése hat a téiben megfáradt emberre is, ilyenkor a test és a lélek csak úgy issza az új, lüktető, élettel teli élményeket. Emiatt is érdemes ellátogatni az Újlipótvárosi Klub-Galériába (Tátra u. 20/B), ahol Tellér Mária iparművész az elmúlt három évben készült alkotásaiból látható kiállítás április 15. és 30. között. – Szerencsésnek tartom magam, mert nem volt kérdés számomra, hogy mivel szeretnék foglalkozni – mondta a művésznő.

Dréher János képzőművész, majd az egyetemen Fajó János, és Haász István segítette abban, hogy korán megtalálja saját hangját, a grafika műfaját, ezen belül az elektrografikát, a digitális grafika speciális formáját. Ez a műfaj számos technikai, formai kísérletezésre ad lehetőséget, amelyet Tellér Mária ki is használ. – Témáimhoz, formáim-

lágomhoz szorosan illeszkedő, és azt segítő kifejezési stílust kerestem, ezért kísérleteket tettem a természetes textúrák felhasználására. Láthatatlan és látható életünk összefüggései olyan világ alkotására készítettek, mely életünk rejtett, lelki tájaira vezetnek, a mikroszkopikus és a makroszkopikus tájak közötti párhuzamokon, képi azonosságainak felismerésén alapulnak.

Az 1975-ben született Tellér Mária 2002-ben végzett az Iparművészeti Egyetemen, tanulmányai közben, 2000–2001-ben az Athéni Képzőművészeti Egyetem festő szakán is képezte magát. Alkotásait eddig láthatta a 2008-ban a párizsi, 2009-ben a cseh közönség. A kiállításról az érdeklődők bővebb információt a 320-5380-as telefonszámon kaphatnak.

BRETUS

Ösztöndíj pályázat és verseny a Dobosban

Két rendezvénynek is helyet adott a közel-múltban a kerületi Dobos C. József Vendéglátóipari Szakképző Iskola. A II. Ösztöndíjpályázat ünnepélyes díjátadóját március 16-án rendezték meg, valamint a Gundel Károly Térségi Integrált Szakképzési Központ (TISZK) által szervezett rendezvényt március 22-én.

Az ösztöndíjpályázatot az Esélyegyenlőség Munkacsoport Jó szakma – biztos jövő mottóval hirdette meg 2009 novemberében, a TISZK társiskoláinak diákjai körében. Tíz témában összesen 119 pályamű érkezett be a feltüntetett határidőig. A pályázat célja, hogy felkeltse a diákok kutató- és alkotókedvét a különleges szakmai kérdésekkel kapcsolatban, s egyúttal azt is gyakorolják, miként kell egy pályázatot elkészíteni.

A környezetvédelmi versenyt a TÁMOP program keretében szervezte a Gundel Károly TISZK. A megmérettetés résztvevői előben kipróbálhatták magukat, mint környezettudatos vásárlók. Emellett többek között olvashattak egy letűnt kultúra ökológiai tanúságairól, bizonyíthatták tudásukat a környezetvédelem területén, valamint kiszámolhatták saját ökológiai lábnyomukat.

(sz)

A fény változásai

A József Attila Művészeti Napok keretében Ridovics Péter kiállítása látható az Angyalföldi József Attila Művelődési Központ Mácsai I. és Mácsai II. termében. Ridovics Péter festőművész a Képző- és Iparművészeti Szakközépiskola fotó szakán, majd a Magyar Képzőművészeti Főiskola festő szakán végzett. Mestere Iván Szilárd volt. Felkészülését a festői pályára apja, Ridovics László festőművész és Szentiványi Lajos festőművész segítette. A tárlaton látható alkotásai csendeleitek, portrék, tájképek, zsánerjelenetek. Technikája az olaj-vászon, olaj-farost, tus, pasztell és vegyes technika. Gazdagon artikulált, erőteljes színekkel fest, domináns színei a zöld és a kék. Festményei a fény változásainak hatása alatt állnak. Stílusa posztimpresszionista, szimbolista és expresszionista. Az április 7-ig megtekinthető kiállításán családja festőművész, textilművész, fotóművész tagjainak és barátainak alkotásait is bemutatja.

VAJDA



Dal- és áriaest

Műsor:

Bach, Haydn, Donizetti, Schumann, Wagner, Dvořák, Mozart, Verdi, Schubert és Puccini műveiből.

Előadóják:

Ambrus Orsolya, Sente Melinda, Takáts Tamás (a PTE Művészeti Kar hallgatói). Zongorán közreműködik: Bene Tamás.

Időpont: 2010. április 9., 19 óra.

Helyszín: Continuo Alapfokú Művészetoktatási Iskola és Zeneművészeti Szakközépiskola, 1136 Bp., Pannónia u. 40.

Jubileumi szentmise

60 éve alapította két csornai premontrai szerzetes, dr. Szigeti Lajos Remig és Tóth József Hugó a Pozsonyi út 14-ben a Szent Ágoston-kápolnát, ahol 1950 óta folyamatosan zajlik a lelkipásztori munka, jelenleg dr. Szuromi Szabolcs Amzelm O. Praem szerzetes vezetésével.

A 60 éves jubileumot 2010. április 17-én 18 órai kezdettel ünnepi szentmisén ünnepelik!

Heti bölcsesség



**„Bárki, ha bajban van,
segítesz rajta, ugye?
Nem baj, ha az emberektől
nem kapsz érte hálát.
Minden jótettedet egy pil-
langó viszi hírül.”**

Wass Albert

Szorgos nyuszik



A húsvéti nyuszinak sok dolga akad a tavaszi ünnep előtt az Angyalkert Óvodában (Angyalföldi út 1–3.) szorgos gyerekek és családtagjaik segítettek a tojások díszítésében. Színezték, vágtak, ragasztottak, hogy a kedves meglepetéseket minden locsoló megkapja.

Internetezz az Iránytűben!



Manapság szinte elképzelhetetlen az életünk internet nélkül. Percről percre információk sokasága zúdul ránk. Az Iránytű Ifjúsági Információs és Tanácsadó Irodában minden hétköznap ingyenesen internetezhetnek, az iroda munkatársai készséggel segítenek és válaszolnak minden felmerülő kérdésre.

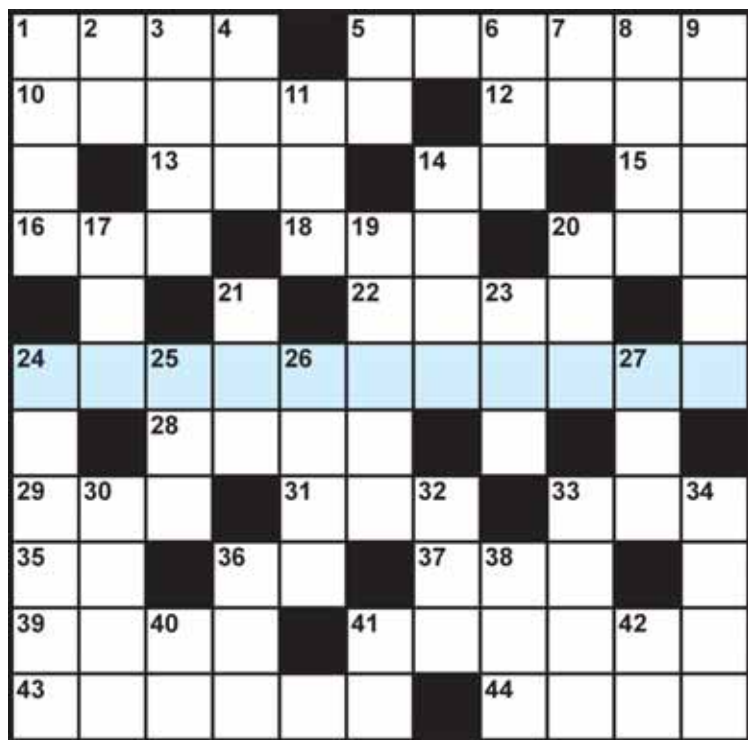
Bővebb információ a 339-3700-as telefonszámon kérhető.

Bolondok napja?



Mi jut eszedbe április elsején? Tréfa, átvágás? Téged is beugrattak már? Akkor itt az ideje, hogy visszavágj! Nem kell hosszan tervezgetni, csak add át magad az áprilisi bolondozásnak, és dobd fel a hangulatod néhány könnyen megvalósítható kis mókával!

Keresztrejtvény



Előző rejtvényünkben egy magyar költő, irodalomtörténész nevét rejtettük el. A helyes megfejtés: Gyulai Pál. Nyerteseink: Fóti Mihályné, Kondorosi Krisztina.

Mostani rejtvényünkben egy külföldi politikus nevét rejtettük el. Beküldendő a vízszintes 24. számú sor megfejtése. Beküldési határidő április 12. A helyes megfejtést beküldők között Bringó-hintó ajándékutalványt sorolunk ki.

Vízszintes: 1. Ma is működő vulkán Szicília északkeleti részén. 5. Nagyszabású átalakítás. 10. Ömlik az eső. 12. Operai betétdal. 13. Horvátországi város, kedvelt üdülőhely, egykori püspöki székhely, római kori neve Aenona. 14. Kétjegyű betű. 15. Tisztelt cím, rövid. 16. Regényét Gárdonyi Géza írta meg. 18. Énekelhető költemény. 20. ... Vegas; kaszinóiról híres USA-beli város. 22. Karolina, becézve. 24. Nobel-békedíjas demokrata politikus, az Amerikai Egyesült Államok 44. elnöke. 28. Lengyel kisteherautómárka. 29. Hím juh. 31. Etelka, be-

cézte. 33. Férfi fehérenemű. 35. Európa-kupa, rövid. 36. Hektoliter, rövid. 37. Házikó. 39. Gabrielle Bonheur Chanel francia divattervező beceneve. 41. Világítótorony. 43. Fogadószoba. 44. Andrea, becézve.

Függőleges: 1. A délutánt követő. 2. Némán tűz! 3. Émile Zola regénye. 4. Amely személy. 5. Erdő közepe! 6. Rossz minőségű a rettek, a karalábé. 7. Ostorvégek! 8. Kőbán ...; olimpiai és világbajnok kajakozónő. 9. Cica. 11. Rock ... roll; népszerű tánc. 14. A Renault egyik modellje. 17. Vetíthető állókép. 19. Testfelépítés. 20. ... an der Thaya; város Ausztriában (LAA). 21. Német ifjúsági író (Karl). 23. Észak-amerikai kosárlabdajátékos. 24. Ködmön. 25. Ribonukleinsav, rövid. 26. Fortély, trükk. 27. Minutum, rövid. 30. Előidézés. 32. Fölé ellentéte. 33. Görögkeleti táblakép. 34. Gizella, becézve. 36. Melyik helyen? 38. Menyasszony. 40. A kalcium vegyjele. 41. Főnév, rövid. 42. Sárbogárd határai!

S.I.

HÍRNÖK
AZ ÖNKORMÁNYZAT LAPJA

Kiadja a Sprint Kft.



Alapító főszerkesztő:
Sas György (1922–2004)

Felelős kiadó: Machos Ferenc

Főszerkesztő: Czeglédi Ildikó

Szerkesztő: Jusstusz Gábor

Szerkesztőségi titkár: Aradi Judit

Fotó, tördelés: Holczer Gábor

A szerkesztőség címe:

1137 Bp., Újpesti rkp. 7.

Nyomdai munkák: Sprint Kft.

E-mail: hirnok@sprintkiado.hu

www.sprintkiado.hu

Hirdetésfelvétel: Sprint Kft.

1137 Bp., Újpesti rkp. 7.

Hétfőtől péntekig 9–15 óráig

Telefon: 237-5060, 237-0242

Fax: 237-5069

E-mail: hirdetes@sprintkiado.hu



RATTANBÚTOR VÁSÁR 30–50%

