

HÍRNÖK

XIII. KERÜLETI

XVI. ÉVFOLYAM 6. SZÁM

2010. MÁRCIUS 17.



Kerületi
Pedagógiai
Napok

2

Útépítési
munkák
időpontjai

5

Tavaszi
színházi
bérlet

7

Altatás
a világ
körül

8

Jubileumi
futó-
verseny

11

Kulcsok
önmagunk
megismeréséhez

12

Helytörténeti
emlék-
könyv

15

Vendégünk volt a Nemzeti Sporttanács elnöke



Kerületünkbe látogatott dr. Sárközy Tamás, a Nemzeti Sporttanács elnöke március 11-én dr. Tóth József meghívására. A polgármester öt kerületi sportlétesítményt mutatott meg vendégének: a Radnóti utcai tanuszodát, a Csata Utcai Általános Iskola sportcsarnokát, a Számítástechnikai Általános Iskola tornatermet és műfüves pályáját, az Újpalotai úti sporttelepet, valamint a Rozsnyai utcai sporttelepet.

[Cikkünk a 4. oldalon](#)

Emlékünnep



Az 1848–49-es forradalom és szabadságharc tiszteletére a kerületi önkormányzat március 12-én reggel a Vígsház előtti Petőfi-szobornál szervezett koszorúzási ünnepséget, ahol a lakosság, a civil szervezetek, a pártok és az intézmények képviselői helyezték el a tisztelet virágait. A Béke téri Kerületi Emlékhelyen 11 órakor ünnepi műsorral is megemlékeztek 1848 tavaszáról.

Iskolába készülünk

Közeledik az iskolai beiratkozások ideje. A szülőknek április közepéig kell eldönteniük, hogy melyik iskolába járassák gyermekeiket. A választást megkönnyíti, hogy a kerület valamennyi oktatási intézményében szerveznek nyílt napokat. A 2010/2011-es tanévben tanköteles az a gyermek, aki az iskolába lépéshez szükséges fejlettséget elérte, és 2010. év május 31-ig a hatodik életévét betölti.

[Részletek a 8. oldalon](#)



A képviselő-testület március 18-ai ülésének napirendjéből

1. Javaslat a pénzbeli és természetbeni, valamint a személyes gondoskodást nyújtó szociális ellátásokról szóló 3/2006. (II. 27.) Budapest Főváros XIII. kerületi önkormányzati rendelet módosítására.

2. Javaslat Budapest XIII. kerület Városrendezési és Építési Szabályzatáról szóló 56/2001. (XII. 20.) önkormányzati rendelet módosítására.

3. Javaslat a Budapest XIII. kerület Apály utca–Váci út–Klapka utca–Kassák Lajos utca–Róbert Károly krt.–Gidófalvy utca által határolt terület Kerületi Szabályozási Tervéről szóló 57/2001. (XII. 20.) önkormányzati rendelet módosítására.

4/a Beszámoló a XIII. kerület közbiztonságának helyzetéről.

4/b Tájékoztató a kerületi térfelügyelő kamerák üzemeltetésének tapasztalatairól; javaslat a rendszer bővítésére.

5. Javaslat a Budapesti Rendőr-

főkapitánysággal történő együttműködési megállapodásra.

6. Javaslat az intézményhálózat gyermeklétszámhoz igazodó átalakítására, fejlesztésére.

7. Javaslat a Láng Művelődési Központ használatára.

8/a Beszámoló a Csata Utcai Általános Iskola tevékenységéről.

8/b Jelentés a Csata Utcai Általános Iskolában végzett pénzügyi-szabályszerűségi és megbízhatósági ellenőrzés tapasztalatairól.

9. Tájékoztató a képviselő-testület által 2006-ban elfogadott forgalomtechnikai állapotvizsgálatban meghatározottak időarányos teljesítéséről.

10/a Beszámoló a lejárt határidejű képviselő-testületi határozatok végrehajtásáról.

10/b Tájékoztató a polgármester átruházott hatáskörben hozott döntéseiről.

10/c Tájékoztató a Fővárosi Közgyűlés munkájáról.

Kerületi Pedagógiai Napok

Az idei Kerületi Pedagógiai Napok rendezvénysorozata központi témájának a digitális kompetencia fejlesztését, azaz a digitális írástudást választották a szervezők. A rendezvényen Schlotter Judit, a Pedagógiai Szolgáltató Központ informatikai szaktanácsadója átfogóan ismertette, hogyan használják fel az informatikát az oktatásban a kerületi intézmények.

Az informatika gyakorlatban történő alkalmazásáról és a szükséges eszközök beszerzéséről *Tímárné Sárosi Katalint*, a Hegedüs Géza Általános Iskola igazgatóját is megkérdeztük, aki elmondta, hogy négy évvel ezelőtt önálló pályázóként a kerület iskoláinak jó része, így a Hegedüs Géza Általános Iskola is részt vett az uniós által kiírt HEFOP-pályázaton. A kiíró a kompetenciaalapú oktatás elterjesztésében kívánt segítséget nyújtani. A sikeresen pályázó iskolák hozzájutottak interaktív táblákhoz és a használatukkal kapcsolatos oktatáshoz is.

Az első pályázat után kiírták a TÁMOP-pályázatot, amelyre öt iskola, köztük a Hegedüs Géza Általános Iskola adta be a kérelmet.

A TÁMOP keretében szintén a kompetenciaalapú oktatás bevezetését támogatták, és továbbképzési lehetőségeket is biztosítottak a pedagógusoknak. Hátrányt jelentett viszont, hogy a többi országrészhez képest jóval fejlettebb közép-magyarországi régióban a pályázat útján nem lehetett informatikai eszközöket beszerezni, így interaktív táblához sem juthattak hozzá a régió oktatási intézményei. A kerületi önkormányzat azonban a pályázat kiírása előtt már vásárolt számítógépeket, interaktív táblákat és projektorokat a kerület iskoláinak, és finanszírozta a pedagógusok képzését is, amelyekkel hozzájárult a kompetenciaalapú oktatás megvalósításához.

Összességében elmondható, hogy a pedagógusok jó része mintegy négyéves gyakorlattal rendelkezik az IKT-módszerek, azaz az interaktív táblák és egyéb informatikai eszközök alkalmazásában. A tábla hatalmas előnye, hogy az összes audiovizuális berendezés működtethető rajta, és kész oktatócsomagok, valamint saját készítésű tananyagok is bemutattha-

tók az eszközzel. A gyerekek motiválásában szintén segítséget jelent a pedagógusoknak.

Az igazgatónő végezetül annak a véleményének adott hangot, hogy az interaktív táblák használatáé a jövő. A kérdés csak az, hogy kiírnak-e még uniós pályázatokat ilyen eszközök beszerzésére, használatuk oktatására.

ME.

A Pedagógiai Napok rendezvénysorozata alkalmából a kiemelkedő szakmai tevékenységet nyújtó nevelőknek dr. Tóth József polgármester átadta Az Év Pedagógusa díjakat.

Az elismerést *Guzsván Ferencné*, az Egyesített Óvoda Napraforgó Tagóvoda óvodapedagógusa, *Müller Lászlóné*, a Meséskert Tagóvoda óvodapedagógusa, *Göghné Hoffmann Zsuzsanna*, az Ének-zenei és Testnevelési Általános Iskola tanítója, *Lendvay Ágnes*, a Hunyadi Mátyás Általános Iskola könyvtáros tanára és *Németh Ferenc*, a Németh László Gimnázium tanára vette át.

ASZE-közygyűlés

Az Angyalföldi Szociális Egyesület (ASZE) értesíti tagjait, hogy éves közgyűlését 2010. március 23-án 9 órakor tartja az Angyalföldi József Attila Művelődési Központban (Bp. XIII., József A. tér 4. sz.).

A közgyűlés határozatképességéhez az érvényes tagsággal rendelkezők 50%-a + 1 fő megjelenése szükséges.

Határozatképtelenség esetén a közgyűlést 2010. március 23-án 9.30 órára ismét összehívjuk. Ez a

közygyűlés a megjelent tagok számától függetlenül határozatképes.

A közgyűlés napirendje: 2009. évi beszámoló, a 2010. évi költségvetés előterjesztése.

ASZE ELNÖKSÉGE

Tisztelet a nőknek



„Lehet kis-ember, lehet nagy-vezér, alkot s rombol, de igazán nem él csak akkor él – vagy tán csak élni látszik – ha nők szeméből rá élet sugárzik.”

Ezzel a Weöres Sándor-idézetel köszöntötte a nőnap alkalmából tartott rendezvényen megjelent hölgyeket kerületünk polgármestere március 9-én az Angyalföldi József Attila Művelődési Központban.

A rendezvényen adta át dr. Tóth József jelképesen az üdülési csekket is Földesné Siller Máriának

(képünkön) és Asztalos Sándornak. A többi sikerrel pályázónak – nyugdíjasok és nyugdíjszerű ellátásban részesülőknek, fogyatékos-sággal élőknek, valamint a több gyermeket nevelő munkavállalóknak – a napokban juttatták el csekkjeiket.

Az Interoperett társulatának két tagja, *Várkonyi Szilvia* és *Kollár Péter Erik* szórakoztatta a közönséget ismert musical- és operett dalokkal. A hölgyvendégeknak a szervezők egy doboz desszerttel kedveskedtek.

Sz. V.

Százéves lakosunk köszöntése



Századik születésnapja alkalmából köszöntötte az önkormányzat nevében dr. Tóth József, a kerület polgármestere Vezér Lászlót. Az ünnepelt ifjúkorában színészként dolgozott, szerepelt a Bánk Bánban és a Nem élhetek muzsikaszó nélkül című darabban. Eredeti szakmája szakácsmester, ebben a minőségében a MÁV Utasellátónál és a Keleti pályaudvar éttermének helyettes vezetőjeként dolgozott, utóbbi helyen kulturális műsorokat is szervezett. Itt ismerkedett meg feleségével, Margitkával, akivel 58 éves házasság, azóta élnek jelenlegi újlipótvárosi lakásukban.

Gratulálunk és jó egészséget kívánunk!

Ami a számok mögött van...

Az önkormányzat 2010-es költségvetéséről

A képviselő-testület februári ülésén 21 igen, 7 nem és 1 tartózkodással megalkotta az önkormányzat 2010. évi költségvetésére vonatkozó rendeletét. Dr. Tóth József polgármester úgy fogalmazott az ülésen, hogy „a 2010. évi költségvetés továbbra is a biztonságot, a stabilitást jelenti a XIII. kerületben. A növekedési pályát megtartja, szociális érzékenységet tükröz: sikerült a szociális ügyek pénzügyi hátterét pluszforrásokkal megnövelni, miközben a fejlesztéseket sem fogja vissza”. Előző számunkban a költségvetés adatait közöltük, most betekintünk a számok mögé.

A lakosság igényeihez igazodva készült

A költségvetést az Érdekegyeztető Tanács is megtárgyalta, és örömmel vette, hogy a 2010. évi költségvetés a lakosság igényeihez igazodva készült – állapította meg a szakmai vélemény. A költségvetési koncepció kiemelt szempontjainak érvényesítése mellett elsősorban a biztonságot, a szociális érzékenységet és a fejlesztést helyezi előtérbe. A kerület önkormányzati költségvetése a jogszabályokban előírt, gondos előkészítő munkát tükrözi, a szakmai szempontok és a takarékoskodásnak eredményeként a működési eredmény 4 milliárd forint, ez az összeg az idei fejlesztések több mint 70 százalékát fedezi.



Hitelfelvétel nélkül

A költségvetés hitelfelvételt, kölcsönkibocsátást nem tartalmaz! A kiadások mértéke szigorú gazdálkodási fegyelem mellett biztosítható – állapította meg a Pénzügyi Költségvetési Bizottság egyhangú állásfoglalása. A költségvetésben az intézmények finanszírozása megfelelő szintű, biztos működést tesz lehetővé. A dolgozók részére a természetbeni juttatások adója, az étkeztetés fedezete biztosítva van. Az év közben elkészülő új intézmények működési kiadásai is szerepelnek a tervben. A kerületüzemeltetéssel összefüggő kiadások nőnek, kiemelten a zöldterületek fenntartása 43,7 százalékkal, az útfenntartás 6,5 százalékkal. Növekedett a társasházi hitelek előirányzata. Idén 31 intézményt érintenek felújítási és fejlesztési munkák, kiemelkedik közülük az Újlipótvárosi Községi Ház létesítése. Az önkormányzat tavalyi ésszerű, jól szervezett, takarékos gazdálkodásának eredményeként a működési eredmény 4 milliárd forint, ez az összeg az idei fejlesztések több mint 70 százalékát fedezi.

Beruházások, támogatások, szolgáltatások fedezete

Az önkormányzat 2010. évi költségvetése úgy szolgálja a pénzügyi egyensúly fenntartását, hogy a rendelkezésre álló források takarékos és hatékony felhasználásával biztosítja az önkormányzati szolgáltatások megbízható finanszírozását, valamint a már megkezdett és a 2010-ben induló beruházások fedezetét is. A társasházak felújításának támogatására

szolgáló hitelkeret 250 millió forint, ami 44,5 százalékkal magasabb az előző évinél. Útfenntartásra a tavalyinál 6,5 százalékkal nagyobb összeg, 230 millió forint került a költségvetésbe, az úthálózat felújítására 142,3 millió forint jut. A köztisztaság javítására, kerületüzemeltetésre 55 millió forint fordítható, két és félszer több, mint 2009-ben. Parkfenntartásra 628 millió forint a betervezett összeg, ez 43,7 százalékkal magasabb az előző évinél. Környezetvédelmi feladatok ellátására 13 millió forint áll a rendelkezésre. A parkok, játszóterek felújítását 112 millió, fejlesztését 86 millió forinttal tervezi a költségvetés. A kerületüzemeltetési feladatokra biztosított összeg nagysága összesen 1 milliárd 888 millió forint, ami 4,8 százalékkal magasabb, mint a múlt évi. Mindez azt bizonyítja, hogy az önkormányzatnak a gazdasági válság okozta nehézségek ellenére sem kell lemondania kerületünk hosszú évek óta tartó fejlesztéséről.

Biztonság, fejlesztések, szociális érzékenység

A költségvetés egyrészt biztonságot ad, másrészt szociálisan érzékeny, harmadrészt biztosítja a kerületi fejlesztések folytatását – idéztük a polgármestert a bevezetőben. Mit jelent ez a tényekre lefordítva? A teljesség igénye nélkül néhány példa.

Biztonság. A kerületi közsférában dolgozó 2100 ember munkahelye 2010-ben is biztonságban van, akik biztonságban tudhatják a magas szinten megszokott káféteriaszolgálatukat. A szeptemberben megnyíló új óvodák és bölcsődék biztonságos működéséhez a költségvetés megfelelő

számaú forrásokat biztosít. Ez azt jelenti, hogy az érintett anyukák biztosak lehetnek abban, hogy megfelelő számú és felkészült személyzet gondoskodik majd gyermekükről és a színvonalas ellátáshoz szükséges berendezések, eszközök beszerzése sem okoz gondot. A kerületi lakosok biztonságát az növeli, hogy idén nagyszárendíleg megduplázódik a már bevált térfelügyelő rendszer.

Fejlesztések. A kerület évek óta tartó nagy léptékű fejlesztésének folytatását az éves költségvetés 25,7 százaléka biztosítja. Ez az összeg tartalmazza az Ambrus utcai és a Zsinór utcai önkormányzati lakásépítkezések idei befejezését, valamint a már említett óvoda-bölcsőde komplexum létesítésének befejezését, működésének beindítását. Benne van az Újlipótvárosi Községi Ház beruházási forrása, a Láng Sporttelep fejlesztésének befejezése, és biztosítja az Angyal zöld program, a kerületi útfelújítások pénzügyi fedezetét is.

Szociális érzékenység. A helyi közsférában nem csökken az eddigi juttatások és szolgáltatások

nagysága, a káféteriaszolgálatokhoz kapcsolódó többletkiadásokat a kerületi önkormányzat átvállalja. 5 százalékkal megnőtt a szociális segélyezésre felhasználható összeg. A lakásfenntartási támogatás összege 10,7-tel, a krízissegély 16,7-tel, az adósságkezelésre fordítható pénz pedig 45 százalékkal emelkedett. Az átmeneti nevelési segélyhez az állami normatíván felül az önkormányzat további 15 millió forintot tett hozzá. Lakásfenntartási támogatásra a kerület saját forrásból 110 millió forintot, az ápolási díjhoz pedig 25 milliót ad pluszban. Önként vállalt kerületi feladatokként van jelen a költségvetésben a szociális foglalkoztatónak biztosított 34 millió forint, a fogyatékosok lakóotthonának juttatott 35 millió forint. Az is saját elhatározás, hogy ez évben családi napközit indít az önkormányzat a kerületben, ehhez 35 millió forintot terveztek be a költségvetésbe.

„A tartalékokat kívánjuk feltölteni”

A testületi ülésen felmerült: mikor történjen az előző év költségvetéséből megmaradt pénz felhasználásának betervezése az idei költségvetésbe? Ezzel kapcsolatban a polgármester a következőket mondta: „A költségvetést a pénzmaradvány pontos ismeretében egészítjük ki. Amennyiben a maradvány a vártnál nagyobb lesz, a növekményből az általános tartalékokat, a működési, valamint a pályázati tartalékokat kívánjuk feltölteni. Ez egyébként a Pénzügyi, Költségvetési Bizottság állásfoglalása is”. A költségvetési rendeletről dr. Tóth József röviden így nyilatkozott: „Meggyőződésem, hogy a képviselő-testület stabil gazdálkodást biztosító rendelettel tud a kerületi lakosság elé állni. A 2010. évi költségvetésünk stabil, kiegyensúlyozott, a képviselők nyugodt szívvel megszavazhatták a költségvetésben szereplő tételket. Akik így tettek, magukénak vallhatják a megalkotott rendeletet, és személyesen is részeseivé válnak idei eredményeinknek”.

JUSZTUSZ GÁBOR



Egy feljelentés tükrében

Állítások és tények

Feljelentést tettek az V. és a XIII. kerületi ügyészségen a Fidesz XIII. kerületi önkormányzati képviselői öt, 2009-ben végzett kerületi felújítás ügyében – adta hírül a kerületben terjesztett Helyi Téma legutóbbi száma.

Az Öt tavalyi felújítás miatt nyomoz az ügyészség című írásban Spaller Endre, az ellenzéki párt képviselő-testületi frakciójának vezetője szerint azért tettek bejelentést, mert túl drágának találták a Csata sportcsarnok, a Csupa Csoda Tagóvoda, a Mese Tagóvoda, az Ady Endre Gimnázium, valamint a Berzsényi-gimnázium felújítási munkálatait. A Fővárosi Főügyészség különösen nagy vagyoni hátrányt okozó hűtlen kezelés bűntettének gyanúja miatt rendelt el nyomozást, ami egy hónap múlva zárul – közölte bevezetőjében a lap.

Igaztalan vádak

Az említett felújítások ügyében megkerestük a munkák végzésében érintett cég, az Angyalföld-Újlipótváros-Vizafogó Vagyongazdálkodó Zrt. vezérigazgatóját, Sebeszta Attilát, aki a következőket fűzte a feljelentéshez.

– Nem ez az első kísérlete a Fidesz XIII. kerületi vezetőinek, hogy az önkormányzatot, a beruházások és a felújítások lebonyolítását végző Angyalföld-Újlipótváros-Vizafogó Vagyongazdálkodó Zrt.-t, a munkákat végzőket a közvélemény előtt lejárássa. Úgy érzem, hogy a közelgő országgyűlési választások miatt történt, ami történt. Nem tudom, hogy honnan, kitől származnak fals adataik, de ha kíváncsiak lettek volna a valóságra, bármikor megtekintették volna a munkák teljes dokumentációját. Az önkormányzat képviselői, és ehhez a joguk és felhatalmazásuk is megvan. A mostani időpont és a módszer túlságosan árulkodó. Nehéz nem arra gondolni, hogy cégünket kívánják felhasználni a választási küzdelemben, eközben becsületesen dolgozó, tisztességes embereket rágalmaznak meg. Állampolgárként különösen szomorúnak tartom, hogy politikai játszmájukban az ügyészség nevét felhasználva fogalmazzák meg hamis állításukat. Kíváncsian várjuk az ügyészség reagálását a félrevezető feljelentés kapcsán. Végezetül azt javasolnám a feljelentők „szakértőinek”, hogy a 2010-ben előkészített felújítási munkákra kiírt közbeszerzéseken indítsák el azokat a cégeket, melyek szerintük a beruházási célokban foglalt költségekhez képest 30-40 száza-

lékkal olcsóbban elvégzik az adott munkákat.

Ütköztetett adatok

Az Angyalföld-Újlipótváros-Vizafogó Vagyongazdálkodó Zrt. vezérigazgatója a következő összehasonlító tényadatok közlésére kérte lapunkat.

Csata sportcsarnok

Fidesz-állítás: A sportcsarnokban 8 millió forintért épített az önkormányzat egy 10 m²-es, mozgáskorlátozottak számára alkalmas WC-helyiséget.

Tény: A Csata sportcsarnokban egy 32 m²-es vizesblokk került felújításra úgy, hogy az mozgáskorlátozottak részére is használható legyen. A felújítás kiterjedt egy 52 m²-es helyiségre is, melynek a PVC-burkolatát javították, továbbá építészeti átalakítások történtek és ezzel kapcsolatosan szakipari javítások.

Csupa Csoda Tagóvoda

Fidesz-állítás: Egy „gyermekmosdót” 16 M Ft-ért újítottak fel.

Tény: Az 56 m²-es, „gyermekmosdó” hat gyermek és egy felnőtt vizesblokkot jelent, a bennük elhelyezett mosdókkal, WC és zuhanyozókkal egyetemben. A vizes-



A Mese Tagóvoda megújult homlokzata

blokkok kialakítása során építészeti, gépészeti és elektromos bevezetések is megújultak.

Mese Tagóvoda

Fidesz-állítás: A Mese Tagóvoda homlokzatát, lépcsőit és a teraszát 52 M Ft értékben újították fel.

Tény: Az elvégzett munkák ellenértéke bruttó 37 249 672 Ft volt! Ebből az összegből az állításon felül még 589 m² hőszigetelt homlokzati rendszer kiépítése, továbbá 211 m² régi díszburkolat tisztítása, javítása, valamint 166 m² új díszburkolat készítése is megvalósult. Jelentős költséget jelentett az épület és a terasz talajnedvesség elleni szigetelése. A homlokzatfelújítások mellett felújításra kerültek a terasz- és lépcsőburkolatok 150 m²-es nagyságban. Megújultak a lakatosszerkezetek, köztük a lépcső- és teraszkorlátok, az előtetők (6 db), valamint bádogszerkezetek. Ezeken túl az épü-

let teljes homlokzati kiképzése graffiti elleni védelemmel lett el látva.

Ady Endre Gimnázium

Fidesz-állítás: Az Ady Endre Gimnázium északi homlokzatát, valamint a Berzsényi-gimnázium Kárpát utcai homlokzatát 36, illetve 44, összesen 80 millió Ft-ért újították fel.

Tény: Sem az Ady Endre Gimnázium épületén, sem a Berzsényi-gimnázium épületén nem végeztünk homlokzatfelújítási munkát, ezzel szemben a homlokzatokon kicserélésre kerültek a nyílászárók. Az említett nyílászárók cseréjére nyílt közbeszerzési eljárást írtunk ki, melyre 7 ajánlat érkezett. A legkedvezőbb ajánlat alapján választottuk ki a kivitelezőt, aki határidőre és jó minőségben bruttó 79,5 M Ft értékben a munkát elvégezte.

J. G.

Vendégünk volt a Nemzeti Sporttanács elnöke

Folytatás az 1. oldalról

Az első úti cél a Radnóti Miklós utca 35. szám alatt található Tanuszoda volt, amelyet a közelmúltban újított fel az önkormányzat. Az intézmény – ahol hétről hétre hétszáz gyermek ismerkedik az úszás alapjaival – új járólapokat, csempézést, vízforgató rendszert, valamint zuhanyzókat kapott.

A Tanuszodát elhagyva a polgármester a Csata Utcai Általános Iskola sportcsarnokát mutatta meg az elnöknek. Éppen testnevelés óra folyt (képünkön), azonban a termet nem csak a tanulók használják, sportiskolának, szabadidős sporttevékenységeknek is helyet ad az épület. Többek között itt játssza kosármecseit a Csata DSE ificsapata is. Az intézmény – amelyet 2002-ben újított fel az önkormányzat – emellett büszke arra is, hogy egykor itt nevelkedtek eredményes vívóink, Varga Gabriella, Varga Katalin és Knapék Edina.

Harmadikként látogatták meg a Gyöngyösi sétányon található Számítástechnikai Általános Isko-

lát, melynek felújítására a közel-múltban fél milliárd forintot, a tornateremre pedig további 50 millió forintot költött a kerületi önkormányzat. A jövőre harmincadik esztendőjébe lépő intézmény az OLLÉ-program keretében egy műfüves pályával is gazdagodott, melyet a környező lakók is szívesen használnak sportolás céljából.

A delegáció ezután az Újpalotai úti sporttelepet tekintette meg,

ahol dr. Tóth József a 2004-ben 82 millió forint értékben épült műfüves pályákat – melyeket a márciusi havazás miatt éppen vastag hótakaró borított – mutatta meg dr. Sárközy Tamásnak. A Nemzeti Sporttanács elnöke így a hófödte pályák helyett a több mint kétszázmillió forintból megépített új épületkomplexumot és a négysávos bowlingpályát nézte meg.

A látogatás utolsó állomása a közelben található Rozsnyai úti sporttelep volt, ahol a gyors ütemben épülő intézményt tekinthette meg az elnök. Az új, háromszintes sportcentrum felhúzását a 2003-ban átadott, több mint 600 négyzetméter alapterületű, a nemzetközi szabványoknak megfelelően megépített sportcsarnok előzte meg. A létesítményben irodák, vendégszobák, étterem, fitness terem, öltözők, va-

lamint négy kétszintes belmagasságú squash-pálya épül.

A sportvonatkozású helyszínek bejárása után dr. Tóth József és dr. Sárközy Tamás kötetlen beszélgetésen vitatták meg a látottakat. A polgármester vendége szívesen idézte fel, mikor járt utoljára a kerületben:

– Nagyon régen jártam erre felé, talán legutóbb a Láng meccseire, még diákkoromban. Azóta azonban sokat változott a kerület. Recesszió ide vagy oda, a XIII. kerületben rendkívül intenzív sportberuházások folynak, ami dicséretes.

A Nemzeti Sporttanács elnöke még a búcsúzás pillanatában is megismételte, mennyire jó benyomást tettek rá a látottak:

– Ez a mai „röplátogatás” nagyon hasznos volt számomra. Saját szememmel láthattam, hogy a szabadidős és a diáksport nem csupán szépen hangzó szavak, hanem itt valóban számos sportot űznek, nagyon jó benyomást tett rám a kerület.

SZABÓ VIKTÓRIA



Tájékoztató az új parkolási övezetekben (*Dráva utca–Váci út–Róbert Károly körút–Népfürdő utca és a Róbert Károly körút–Váci út–Rákospatak–Népfürdő utca által határolt területek*) lakók részére a 2010. évre szóló várakozási hozzájárulások (parkolási engedélyek) kiadásáról.

Lakossági várakozási engedélyt igényelhet a várakozási (fizető) övezetben **állandó lakóhellyel rendelkező lakos**. Lakónként egy, de lakásonként több személygépkocsira is kiváltható lakossági várakozási engedély. Az igénylés feltétele, hogy a kerületi lakos a gépkocsi forgalmi engedélyében üzembentartóként/tulajdonosként legyen bejegyezve. Feltétel, hogy az igénylő személynek nem lehet gépjárműadó-tartozása. További kikötés, hogy a forgalmi engedélyben bejegyzett állandó lakhely – amely a fizető övezet területén található – azonos legyen a személyi igazolványban vagy a lakcímkártyán szereplővel.

Lakossági várakozási engedélyt igényelhet továbbá az a magánszemély is, aki a gépkocsit kizárólagos használatra kapta munkáltatójától, és nem váltotta ki a saját jogon járó lakossági várakozási engedélyét. Az igénylés feltétele, hogy a magánszemély állandó bejelentett lakcíme a várakozási övezetben legyen. Feltétel még, hogy a szóban

Parkolási engedélyek



forgó gépkocsi üzembentartója/tulajdonosa igazolhatóan az igénylő munkáltatója legyen, és ne legyen az üzembentartó/tulajdonosnak gépjárműadó-tartozása.

A lakossági várakozási hozzájáruláshoz az alábbi okmányok szükségesek:

– kitöltött, aláírt igénylőlap,

– forgalmi engedély,
– költségtérítés (2000 Ft) befizetését igazoló csekkszelvény,

Amennyiben a lakos a munkáltatótól kizárólagos használatra kapott egy darab, a munkáltató által üzemben tartott személygépkocsit, úgy csatolni szükséges:

– munkáltatói nyilatkozatot a munkavállaló részére a személygépkocsi kizárólagos használatba adásáról,

– cégokmányok másolatát (társasági szerződést vagy 1 évnél nem régebbi cégkivonatot, valamint aláírási címpéldányt),

– meghatalmazást, amennyiben nem az aláírásra jogosult jár el az engedély kiadásakor.

Az engedélyeket ügyfélszolgálatunk adja ki a *1136 Budapest, Hegedűs Gyula utca 15. címen 2010. március 22.–április 17. között munkanapokon 9.00–18.00 óra (ebédidő 12.00–12.30), szombaton 9.00–13.00 óra között.*

Az engedély (öntapadós matrica) átvétele után kérjük, hogy azt a személygépkocsi szélvédőjén jól látható módon helyezze el, hogy a parkolási jogosultság ellenőrizhető legyen. A matricán látható a 2010-es évszám, a zónaszám, a rendszám, valamint a XIII. kerület megnevezés. Az átvételkor mindenki számára biztosítunk egy információs térképet, amely tartalmazza a zóna határait, amelyen belül térítésmentesen lehet parkolni.

Az igénylőlap nyomtatványa

– letölthető a www.bop.hu és www.bp13.hu (Hírek/Közlekedés/Parkolás menü) honlapról, valamint

– beszerezhető a Budapesti Önkormányzati Parkolási Kft. (XIII., Hegedűs Gyula utca 15.) és a XIII. kerületi önkormányzat ügyfélszolgálati irodáján (XIII., Béke tér 1.).

RUSZNÁK IMRE
ÜGYVEZETŐ IGAZGATÓ,
BUDAPESTI ÖNKORMÁNYZATI
PARKOLÁSI KFT.

Útépítési munkák

Nagyarányú útfelújítások kezdődnek kerületünkben tavasszal. A közbeszerzésen nyertes két cég felújítási munkái:

I/1. Budapest XIII., Újpesti (felső) rakpart (Jászai Mari tér–Katona József utca között). Kivitelezés várható időtartama: 2010. március 22.–április 12.

2. Újpesti (felső) rakpart (Katona József utca–Szent István park között). Kivitelezés várható időtartama: 2010. március 22.–május 3.

3. Csata utca (Róbert Károly körút–Hun utca között). Kivitelezés várható időtartama: 2010. április 19.–május 17.

4. Kresz Géza utca (Csanády utca–Radnóti Miklós utca között). Kivitelezés várható időtartama: 2010. május 10.–30.

A felújítási munkák során szakaszos forgalomkorlátozásokra, valamint a burkolatmarási és aszfaltozási munkák idején szakaszos lezárásokra kell számítani.

A munkát végző kivitelező: VIANOVA 87 Zrt. Cím: 1215 Bu-

dapest, Vasas u. 65–67. Tel./fax: 420-4473, 276-4113.

Felelős építészvezető: Balázs András, tel.: (1) 420-4473.

II/1. Dévai u. (Váci út–Kassák L. u. között).

A felújítási munka felpályás útlezárással lesz megoldva több ütemben. A másik fél pályán egyirányú forgalom biztosított. A legvégén az aszfaltozás egy nap alatt zajlik le szintén felpályás útlezárással.

A kivitelezés várható ideje: 2010. március 22.–április 2.

2. Mohács u. (Lehel út–Vágány u. között).

A felújítási munka idejére a Mohács utca egyirányúsítva lesz a Váci út irányába. A munkák felpályás útlezárással zajlanak, több ütemben. Az egyirányú forgalom mindig biztosított. A kivitelezés várható ideje: 2010. március 24.–április 23.

3. Tüzér u. (Lőportár u.–Dózsa Gy. út).

A felújítási munkák felpályás útlezárással zajlanak több ütemben. Az egyirányú forgalom min-

dig megengedett. Az aszfaltozás napján egyirányú forgalom lesz a Lőportár utca irányába.

A kivitelezés várható ideje: 2010. április 12–30.

4. Rokolya u. (Béke u.–Jász u.).

A felújítási munkák felpályás útlezárással zajlanak több ütemben. Az egyirányú forgalom mindig megengedett. Az aszfaltozás napján egyirányú forgalom lesz a Béke út irányába.

A kivitelezés várható ideje: 2010. április 19.–május 14.

5. Dolmány u. (Reitter F. u.–Tatai u.)

A felújítási munkák felpályás útlezárással zajlanak több ütemben. Az egyirányú forgalom mindig megengedett. Az aszfaltozás napján egyirányú forgalom lesz a Reitter F. u. irányába.

A kivitelezés várható ideje: 2010. május 3–28. A kivitelezések alatt a parkolás nem megoldható.

Projektfelelős: Magyar Aszfalt Kft., Zsigmond Miklós építészvezető. Elérhetősége tel.: 06 (30) 933-2004, 06 (1) 270-8296, fax: 06 (1) 270-8221.

Főgyűjtőcsatorna-építési munkák

Az esztergomi főgyűjtőcsatorna építési munkái:

1. Esztergomi út–Hegedűs Gyula utca (Dunavirág sor–Dráva u. között)

A 216 cm-es átmérőjű gerinc és házi bekötések kiépítése a Révész utcai csomópont kivételével a Dunavirág sor és a Révész utca között, valamint a 180 cm-es átmérőjű gerinc kivitelezése a Révész utca és a Dráva utca között befejeződött. Jelenleg a házi bekötések átépítése folyik a Révész utca és a Dráva utca között. Befejezését 2010. március 20-ra tervezük.

2. Révész utcai csomópont

A csomópontban a feltárások a vártnál rosszabb közműhelyzetet mutatnak. Több olyan vezeték (erősáram gáz, víz) találtunk, amelyek a kiviteli tervtől eltérően helyezkednek el, emiatt az eddig használt nagytáblás dúcolati rendszerünket csak részlegesen tudjuk beépíteni. A földmunka jelentős része kézi munkavégzéssel történik, ezért a csomópontban a munkálatok 2010. április 10-re fejeződnek be.

3. Véső utca (Esztergomi út–Párkány utca között)

Jelenleg a 80 cm-es vasbetoncső fektetése folyik. Befejezése 2010. március 17.

4. Révész utca, Kárpát utca, Dráva utca

A program részét képező, de még el nem kezdett utcák csatornaépítés kivitelezési ütemezése folyamatban van, két héten belül véglegesen elkészül.

5. Esztergomi út–Hegedűs Gyula utca úthelyreállítása (Dunavirág utca–Dráva utca között)

A helyreállítási munkák a meglévő víznyelők átépítésével kezdődnek, amelyek az út víztelenítéséhez szükségesek. Utána indulhat el az út és járdaszegély kivitelezése, valamint az útpályaszerkezet kialakítása. A munkálatok áprilisi kezdéséig az ideiglenes mart aszfaltburkolatot folyamatosan karbantartjuk, kátyúzzuk és hengereljük.

6. Párkány utca

A Dunavirág sor és a Párkány utca 22. szám között a csatornarekonstrukciós munkák 2010. március 12-ig befejeződnek (1. ütem). A hátralévő 2. szakasz csak az előtte lévő ütem befejezése után kezdődik. (2. ütem: Párkány u. 22.–Viza u., 3. ütem: Viza u.–Révész u.)

A magánmitológus

Rába Lilla képzőművészeti, alkotói sorsa alig két évtizednyi, ő mégis ez alatt a húsz év alatt messzebbre jutott, mint jó néhány, a karrierjén ügyködő hivatásos, de kevésbé tehetséges művésztársa. A helyzet kulcsa e téren épp abban áll, hogy Rába Lillát az emberi sorsot alapvetően befolyásoló helyzetek művészi megfogalmazása izgatta korai, 2003-as haláláig. Alkotásaiban elementáris erővel, feszült drámaisággal és mély ösztönösséggel elemzi a sorshelyzeteket; a férfi-nő kapcsolatot, a szerelem felemelő és

pusztító mámorát, az elmúlás igazságtalanságát. Teszi ezt úgy, hogy minden alkotásában az élet mélyesége tiszteletéből, a kultúra pótolhatatlan értékeiből teremt magánmitológiát. Életműve előtti tisztelgésképpen március 31. és április 16. között az Újlipótvárosi Klub-Galériában (Tátra u. 20/B) tekinthetők meg Rába Lilla alkotásai. A kiállításról az érdeklődők bővebb információt a 320-5380-as telefonszámon kaphatnak.

B.I.



Fények és a virágok

Magyar Ágnes festményeiből nyílt kiállítás Ablakok címmel a Városház Galériában (Béke tér 1.). Az ablakok egy világra nyitott, érdeklődő személyiség érzelmeit tükrözik. Az optimista, szemlélődő művész keresi és a festményeken át találja meg az életet kapcsolatot a világgal. Képein barátait, rokonait festi meg. Színei földszínek: vörös, narancs, sárga, amelyek asszociatív hatását használja fel ábrázolásaiban. Tökéletes rajztudás jellemzi portréit. Chartres című ablaksorozata impresszionista színorgia. Festményeit általában farostlemezzre készíti akrilfestékekkel, néha vászonra, papírra is fest. Emberábrázolása gyakran szimbolikus jelentésű,



mint a Líra, Nyugalom című képe. Magyar Ágnes több mint harminc éve kerületünk lakója. Kiállítását április 30-ig látható a polgármesteri hivatal Városház Galériájában.

VAJDA

Jövők-megyék 17.

Lejárt a műszakim. Akik ismerik a vonatkozó dalt a Favágó együttes előadásában, tudják, hogy itt ennek a mondatnak kellene következnie: öreg járgány szívatóval indul. De persze nem az következik, például azért nem, mert ebben a történetben nem beszélhetünk öreg autóról, legfeljebb középkorúról. (Most töltötte be a tizet, de négyet nyugodtan letagadhatna.) Úgyhogy a mondat a várttal szemben úgy folytatódik, hogy kerestem egy megbízhatónak látszó szervizt a kerületben, végezzék el az elvégzendőket. Személyes ismeretségem nem lévén, maradt az internet: ott pedig egy városrészszerű javítóműhely győzött meg arról, hogy mindenkinél magasabb színvonalon és jutányosabb áron cserél olajat (mire, az az igazi kérdés), és ha már így döntöttem, gondoltam, jövők-megyék is egy kicsit a környéken, ott, a patakparton, és az élményeim megosztom önökkel.

Hát így kerültem a Tahi utcába. (Bár dolgoztam az ügyön, nem leltem igazán támpontot arra nézve, honnan származik az utcanév. Irányt nem jelölhet, hiszen aki így szeretne eljutni Tahiba, az bizony alaposan pórul járna. Illetve éppenséggel eljuthatna, de számos alkalommal kellene befordulnia még, és nem az volna a legrövidebb út, annyi bizonyos. Lehet persze, hogy nem Tahiról, hanem csak Tahról beszélünk – ilyen ez a magyar melléknévképzés –, az persze akármerre lehet, hiszen csak a képzeletünkben létezik. És végül az sem kizárt,

hogy valamely híres ember nevét rejti az utca: magam e tekintetben csak a Tahi Tóth családot ismerem. Lászlót, a Vígszínház kiváló művészt, apját, a grafikust, öcsét, a Magyar Színház társulatának büszke tagját, ki nevét, éppen a bátyjától való megkülönböztetés jegyében, egyszerűen Tahira rövidítette – de hát ő még él és jó egészségnek örvend, s mint ilyen, utcát nem, csak footballstadiont lehetne elnevezni róla. Egyszóval bár sok energiát fektettem bele, még mindig nincs meg a megoldás: a helyes megnevezéseket a szerkesztőség címeire kérem, a győztesek között újabb jövők-megyék történeteket sorolok ki.)

De dologra. Annál is inkább, mert a környéken újabb meglepetés ért. A rendes tavaszi lomtanitásban futottam bele ugyanis. Aki ismeri, mi történik minálunk ezen a címen, annak nem kell magyaráznom, hogy mert lassan köröztem a környéken, rögtön konkurens kukabúvárnak néztek engem is – ez a piac pedig már olyannyira fel van osztva apró darabokra, hogy újszereplőnek esélye sincs bejutni. (Aki meg nem ismeri, hát az nem is pesti.) Úgyhogy kellett kicsit magyarázkodnom, hogy én nem a kibelezett fotelokra meg a rozsdás falikutakra vágyom, hanem csak egy kis helyismeretre. Megúsztam végül nagyobb atrocitás nélkül.

Induljunk hát, mondjuk, a Béke út magaslatából. A patakpart itt ápoltnak és védettnek látszik, a túloldalon meg ugyanaz a tarkaság, mellyel már máshol is talál-

koztunk: elhagyott gyárudvarok, aktív üzemi területek és takaros családi házak váltják itt egymást, szemben a lakóteleppel. Az utcasarkon apró irányjelző táblák tájékoztatnak arról, milyen távolságban van a Városliget és Rákospalota, mellette egy nyelviskola hirdeti akcióját, aztán az utcáról elnevezett center következik (nem középcsatár jelentésben), a helyiek könyvelést, adótanácsadást és még sok minden mást is vállalnak. Egy rejtélyes egészségügyi intézmény jön aztán (Országos Alapellátási Intézet – vajon mivel látják el itt országosan az alapot?), aztán egy újonnan épült láncközfűtő, mellette – egykori üzemcsarnokban – egy igazi mozgásstúdió csak csajoknak – nem kell rosszra gondolni, tornaterem ez, csak fenn hordja az orrát –, mellette egy rozszant telefonfülkén friss moziplakát izgalmas amerikai filmet hirdető. Egy fákkal frissen benőtt üres telek következik aztán, megtudhatjuk róla, hogy eladó, de nemigen mutatkozik vevő. Recesszió van, hiába, meg patakpart. A Tatai út szélén megleljük a keresett autójavító műhelyt is (hét határon híres családi vállalkozás ez, a jókora ház emeleti teraszán javításra váró roncsautók sorakoznak), még egy karniscentrum következik (mennyi centrum egy ilyen kis helyen), és ha nem vigyázunk, már át is sétáltunk volna Zuglóba.

De, szerencsére, vigyázunk. Van mire.

JOLSVAI ANDRÁS

Somogyi Jánosra emlékezünk



Életének 82. évében elhunyt Somogyi János Munkácsy-díjas festőművész. Az önálló világgal rendelkező festő gyermekkorát a Fáy közben töltötte, 1957-től a Máglya közű műteremházban élt és alkotott.

Megfigyelőképeség, a karakterjegyek színnel való megjelenítése és emberszeretet jellemzi műveit. Somogyi János elkötelezett emberi tartással val-

lott a táj „humánus” mozzanatáról, illetve az ember természetéhez kötődő lényegéről.

Festményeit több alkalommal is bemutatta az Újlipótvárosi Klub-Galériában és a polgármesteri hivatal kiállításain.

Utolsó útjára március 19-én 14 órakor kísérik a Megyeri úti temetőben.

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 Vígszínház mellett.

www.biohajvagoszalon.hu

Szombat, vasárnap is nyitva!

1300 Ft

Bőrlátás: 5000 Ft

Prevent-Art

Színházzal, drámapedagógiával, művészetekkel – a józanságért

Első alkalommal rendezi meg a Prevent-Art elnevezésű, egész napos programot március 25-én, csütörtökön a XIII. Kerületi Közművelődési Nonprofit Kft. és a XIII. Kerületi Gyermekek- és Ifjúsági Önkormányzat az Angyalföldi József Attila Művelődési Központban.

A Prevent-Art alkatot ad a civil szervezetek, művészeti csoportok, szakemberek, középiskolások, tanárok és szülők, „szenvedélyes” emberek és érdeklődők találkozására.

Konkrét célunk annak felismertetése és beláttatása, hogy az egészséges életmód, a szenvedélyproblémák megelőzése, az agressziók kezelése jóval sokrétűbb, mint a pusztán „nem”-et mondás a dohányzásra, alkoholfogyasztásra, más kábítószeres vagy éppen tevékenységsszenvedélyek kipróbálására – mondta Szabó Gábor mentálhigiénikus, a rendezvény egyik szervezője.

Az ingyenes találkozó színes programmal várja az érdeklődőket. A nap folyamán fellép az Ákombákom Bábcsoport, a KÁVA Színház, a KURFLI – Beavató Színház, a Vízöntő Színkör, a Szerpentin Gyermekszínház, a Meglepetések

Színháza, a Nyitott Kör Színházi Nevelési Társulat, a Mimóza Improlenza Társulat, a Kölcsey Ferenc Gimnázium playback-improvizációs csoportja, a Megálló Csoport és a Leo Amici Alapítvány.

Workshopok, kiállítások és installációk várják a látogatókat. Így a Harmonikus

szenvedélyek – szenvedélyes harmóniák – a szenvedélyekről gyermekszemmel – festmények és írásként – szinkronban a külvilággal – Kisplasztikák vegyes technikával – Dóra Judit alkotásai; és A Megálló Csoport életéből... – című kiállítás fotói tekinthetők meg.

A Prevent-Art keretében filmvetítés is lesz, és a program zárásaként Kövi Szabolcs „A varázslat” című koncertje hallható.

A különböző szervezeteknek lehetősége nyílik a rendezvény ideje alatt a bemutatkozásra, erre az aulában és a közlekedő folyosókon standot biztosítanak a szervezők.

További információ kérhető: Szabó Gábortól a 06 (20) 325-9892-es telefonszámon vagy sabogabi@gmail.com; www.iranytu.net.

T.Zs.

Tavaszi színházi bérlet



Hamlet

Fotó: Szkárossy zsuzsa

Különleges tavaszi bérletakciót hirdet a József Attila Színház. Azok, akik megvásárolják a 4500, 5000, illetve 5500 forintos bérleteket, három nagyszínházi előadást láthatnak, mindig csütörtöki napokon 18 órai kezdettel.

A Tavaszi bérlet – ami akár remek húsvéti ajándék is lehet –, három, egészen különböző hangulatú előadást kínál. Elsőként mindjárt az egyetemes drámairodalom talán legnagyobb klasszikusát, Shakespeare Hamletjét. Az előadást Zsótér Sándor rendezte, a főszerepeket pedig Vándor Évára, Szabó Évára, Horváth Csabára, Ömböli Pálra és Krisztik Csabára bízta. A Tavaszi

bérlet második előadása szintén egy klasszikus, mégpedig magyar, Jókaitól a Köszívű ember fiai. Ezúttal a színpadon Vándor Éva, Zöld Csaba, Dányi Krisztián és Csórics Balázs alakítja a Baradlay család tagjait. A bérlet harmadik előadása az utóbbi évek egyik legsikeresebb zenés darabja, a Fenyő Miklós nevéhez kötődő Made in Hungaria. A hatvanas évek Angyalföldjén játszódó történet rengeteg jó zenével várja a nézőket, akik – a főszereplő Miller Zoltán mellett – Fenyő Miklóst, a rock and roll királyát is láthatják majd a színpadon.

BG

Angyalföldi csillag

A Csillag születik tehetségkutató verseny középöntőjébe 2009 novemberében egyetlen nőként került Végvári Eszter kerületi lakosunk.

Korán érkeztem a randevúnkra, így maradt időm a laptopomból kikeresni, mit oszt meg magáról Eszter a nagyjérdemű közönséggel. A weblapján egy szőszke lány mosolyog, aki Marilyn Monroe-ra emlékeztet és W. A. Mozart szavait idézi: „Igazán csak a zenében létezem”.

Ejha... most már igazán kíváncsian vártam rá.

Pontosan érkezett, rutinosan körbetekintett a kávézóban, majd félszegen felém nyújtotta a kezét. Lehuppant a szemközti fotelba és egy profi kedves, de határozott izgatottságával várta kérdéseimet.

– Amit olvashatunk rólad, abból kiderül, hogy nagyon tudatosan építetted a karriered. A Górnagy Mária Színitanoda elvégzése után az Operett Színház szerződöttetted két évre. Mellette folyamatosan dolgoztál a Musical Színházban. 2002-ben eljátszottál egy főszerepet (Lucyt) a Thália Színházban. Később, a másik főszerepben Emmát játszottad a Miskolci Nemzeti Színházban, illetve a székesfehérvári Vörösmarty Színházban. Majd következett a musicalturné társulat, akikkel Németországot, Svájcot, illetve Ausztriát meghódítottatok. Mindezen sikerekkel a hátad mögött mégis milyen céllal jelentkeztél a Csillag születik válogatására?

– Országos ismertséget szerettem volna. Külföldön fantasztikus kreatív csapattal turnéztam. Szakmailag sokat kaptam, de mindvégig honvágyam volt. Hiányoztak a szüleim, az itthoni barátaim. Úgy gondoltam, ez egy lehetőség, hogy megismerjem a hazai közönség és több munkát kapjak idehaza.

– Továbbjutottál, mert a nézők többségének tetszett az általad előadott Abba-szám, de alaposan megosztottad a zsűri véleményét. Az „Ítések”, akik eldöntik, kiből lesz sztár, végül kiszavaztak. Nehéz volt befogadnod a sokfelől érkező kritikát?

– Őszintén szólva, gyakran rosszul esett, de azóta visszaneztem a felvételeket és több dologban igazat adok pl. Fáy Miklósnak. Feszélyezett a légkör, nehezen tudtam felengedni, vergődött a lelkem a dallam rovására.

– Gondoltál már arra, hogy mit tennél, ha az előadóművészetnél civilebb pályára kényszerülnél?



– Ameddig lehet, énekelni szeretnék, de van egy szociálpedagógus végzettségem is. Vicces, mert a tanári diplomám eddig csak egy színpadi produkcióhoz segített hozzájutni a József Attila Művelődési Központban, a Civil Szervezetek Napja alkalmából.

– A 2010-es augusztusi Pozsonyi Piknik színpadán láthatunk?

– Örömmel vállalom, ha megkérnek rá. Már öt éve lakom a kerületben és nagyon megszerettem „Lipóciát”.

LENDVAI

PROBLÉMÁT OKOZ BILLEGŐ, LÖTYÖGŐ FOGSORA?
NEM SEGÍTETTEK 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 fogisor
- 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 szájsebészeti 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

3M

IMTEC/3M/DENT-EAST REFERENCIA RENDELŐ

A tankötelezettség kezdetén minden gyermeket iskolába kell beíratni. A 2010/2011. tanévben tanköteles az a gyermek, aki az iskolába lépéshez szükséges fejlettséget elérte, és 2010. év május 31-ig a hatodik életévét betölti.

A tankötelezettség kezdetéről, a tanuló felvételéről az óvoda véleménye alapján, illetőleg ha a gyermek nem járt óvodába vagy az óvoda kezdeményezi – a nevelési tanácsadó véleménye alapján, a sajátos nevelési igényű gyermek esetén a tanulási képességet vizsgáló szakértői és rehabilitációs bizottság szakértői véleménye alapján az iskola igazgatója dönt.

Mit kell tudni a beíratásról?

A szülő (gondviselő) a meghirdetett időpontban köteles tanköteles gyermekét beíratni a gyermek lakóhelye szerint illetékes vagy a választott iskola első fvfolyamára. A tankötelezettség teljesítéséért a szülő felelős. A felvételről az iskola igazgatója dönt.

Iskolai beíratás



A gyermeket elsősorban abba az általános iskolába kell felvenni, amelynek körzetében lakik. Az általános iskolai körzetek az önkormányzat honlapján megtekinthetők (www.bp13.hu). Amennyiben

a szülő a gyermeket más iskolába kívánja beíratni, azt a körzeti iskolában be kell jelenteni és a „befogadó nyilatkozatot” le kell adni. A körzeti iskolába be kell jelenteni azt is, ha a tanköteles tanuló a ta-

nulmányait külföldön folytatja.

Ha az általános iskola a kötelező felvételi kötelezettsége teljesítése után további felvételi kérelmeket is teljesíteni tud, de az összes felvételi kérelem teljesítésére

nincs lehetősége, a felvételtől sorolás útján dönt. A sorsolásra a felvételi kérelmeket benyújtókat meg kell hívni.

Sorsolás nélkül is felvehető a halmozottan hátrányos vagy a sajátos nevelési igényű gyermek, tanuló, valamint az a gyermek, akinek sajátos helyzete indokolja. A sajátos helyzetet a helyi önkormányzat rendeletben állapította meg.

A beíratáskor be kell mutatni a szülő, illetve a gyermekének személyazonosságát, lakcímét igazoló dokumentumot, a gyermek születési anyakönyvi kivonatát, továbbá az iskolába lépéshez szükséges fejlettség elérését tanúsító igazolást.

A beíratkozás időpontja: 2010. április 15-én (csütörtökön) 8-tól 19 óráig, április 16-án (pénteken) 8-tól 18 óráig.

Az általános iskolai nevelés és oktatás nemzetiségi nyelven is folyhat. Egy adott nemzetiséghez tartozó gyermek anyanyelvén, anyanyelvén és magyar nyelven vagy magyar nyelven részesülhet iskolai nevelésben és oktatásban.

Az iskolákban a tanítási év minden év szeptemberének első munkanapján kezdődik. A 2010/2011. tanév első tanítási napja 2010. szeptember 1. (szerda).

MŰVELŐDÉSI,
IFJÚSÁGI ÉS SPORT OSZTÁLY

Altatás a világ körül

„Anyuuu, szomjas vagyok!” – hangzik lefekvés után a gyerekszobából, és anyu bevisz egy pohár vizet, hogy tíz perc múlva megérkezzen a menetrend szerinti „Anyuuu, pisilni kell!”, majd a „Túl meleg van!”, a „Nem vagyok álmos!” és a többi. Az éjszakai ébredések, rémálmok, hajnali bekéredzések a szülői ágyba pedig még csak ezután kezdődnek... Az ilyen helyzetek elkerülésére a nyugati szülőknek azt tanácsolják, hogy a megfelelő alvási szokásokat már csecsemőkorban alakítsák ki, a babát mindennap közel azonos időben, egy kiszámítható rutin végén tegyék be a saját ágyába, hogy ott egyedül aludjon el. Ha azonban a különböző népeket meglessük álmukban, rájöhettünk, hogy amit mi egy kisbaba számára „megfelelőnek” tartunk, valójában egy kisebbség furcsa ideálja...

Őseinknek nem volt más választása, mint együtt aludni utódaikkal, hiszen a vadászó-gyűjtőgető nomádok nem teheték le a kicsiket biztonságos gyerekszobákba. Az anyatejből – speciális összetételénél fogva – gyakran kell enni, így az anyja mellett alvó, éjjel is szopó csecsemő az, aki az évmilliók biológiai örökségét

megtestesíti. Bár az elrendezés sokféle lehet (közös fekvőhelyen, az anyától karnyújtásnyira, az apa és/vagy a testvérek jelenlétében stb.), a kultúrák többségében a csecsemők ma is az anyjukkal alszanak, és ebben a szoptatás szerepe is meghatározó maradt. Így van ez még olyan iparilag fejlett országokban is, mint Svédország vagy Japán...

Valószínű, hogy az elalvás is ahhoz volt hasonló, ami ma történik sok hagyományos kultúrában: a babát nem altatják, nem ringatják, nem énekelnek neki, nem adnak rá pizsamát – egyszerűen hagyják elaludni, amikor álmos. Azt tartják, hogy előbb-utóbb minden gyerek úgy alszik, mint a felnőttek, fölösleges mindenféle praktikával erőltetni, hogy ez hamarabb következzen be...

Abban persze, hogy hányszor ébrednek a babák és mennyit alszanak, kulturális eltérések vannak (a hollandok például két órával többet alszanak, mint az amerikaiak, akik szintén két órával többet, mint az afrikai kip-szidzsik), de ezek nem determinálják, hogy a szülők problémáinak tekint-e az alvásukat. A Fülöp-szigeteken például a legro-



videbbek közé tartozik az alvásidő, és itt a leghosszabbak az éjszakai ébrenlétek, a szülőknek mégis mintegy 80 százaléka érzi úgy, hogy jól alszik a gyerekük. A busmanok körében nincs éles határvonal a nappali és az éjszakai tevékenységek között: a felnőttek számára sem szokatlan éjjel felkelni és órákat beszélgetni a tűz körül. Nincs „álmatlanság”, mert nem várják el, hogy az em-

ber egyhuzamban átaludja az éjszakát...

Az individualista társadalmakban alapvető kulturális érték az önállóság és a függetlenség – a szülők a legjobbat akarva gyermekeiknek igyekeznek őket saját kultúrájukban értékes, önálló felnőttekké nevelni – már csecsemőkortól. A helyzet ironiája: semmi nem bizonyítja, hogy az éjjelre elkülönített babából függetlenebb felnőtt

lesz – sőt, a jelek szerint épp a függőségi igény kielégítése vezet a magabiztossághoz...

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

Idestova negyven éve van a pedagógiai pályán a Pannónia Általános Iskola nemrégiben Arany Katedra Emlékplakettel kitüntetett igazgatója. Varsányiné Salgó Julianna mindenekelőtt nem titkolt büszkeséggel vezet végig a közelmúltban megújult „birodalmán”. Nem ok nélkül érzi sajátjának a régi-új épületet, hiszen kis túlzással minden kockakövet személyesen ismer. Annak különösen örül, hogy jelen volt, és bele is szólhatott akkor, amikor a felújítás tervei készültek. Így tényleg olyan lett ez az intézmény, hogy tanár és diák egyformán jól érzi magát benne.

A kerületi kötődés családi örökség

Aki járt itt régebben, alig ismer rá az épületre. A barátságos fogadóaulától kezdve a két nagy tornatermen és a harmadik emeleti dísztermen keresztül az alagsorban kialakított étkezdéig minden színvonalas és esztétikus. A tanulók kényelmét és értékeik biztonságos elhelyezését szolgálják az öltözőszekrények. Az osztálytermek is színesek és jól felszereltek. Ezért az eredményért persze vállalni kellett az átmeneti kényelmetlenséget is. Az elmúlt tanévet részben akkori tagintézményük, a Kék iskola, részben a közeli óvoda épületében töltötték.

– Az összezártág sok előnnyel is járt – mondja az igazgató. – A két iskola tanárai megismerkedtek, és megkezdődhetett az együttgondolkodás, ami majd az egyet akaró, egységbe kovácsolódott tantesztülethez vezet.

A tanári pályát és a kerületi kötődést egyaránt családi örökségként kapta. A szülei a Váci úti Elektromos Művekben ismerték meg egymást. Az apai nagyszülők a Hegedűs Gyula utcában laktak, majd a húszas években átköltöztek a Balzac utcába. A nagypapa matematika–fizika, a nagymama pedig

Az arany katedrás iskolaigazgató

„Kölcsönös tisztelet nélkül nem lehet oktatni...”



Varsányiné Salgó Julianna: Felüdülés és élvezet gyerekekkel dolgozni

nyelvszakos tanár volt, és hol másutt, mint éppen ebben az iskolában. Varsányiné a Kresz Géza utcába, az akkor Berzeviczi Gizelláról elnevezett általános iskolába járt, és „természetesen” a középiskolát is a kerületben, a Berzsényi Dániel Gimnáziumban végezte el. Aztán matematika–rajz szakra a Szegedi Tanárképző Főiskolára vették fel.

Első munkahelyén, az újpesti Attila Utcai Általános Iskolában több mint tíz évet dolgozott, kétgyerekes anyukaként azonban közelebbi munkahelyre vágyott.

1983-ban került a Pannónia utcába, és tíz év múlva az iskola igazgatója lett. Arra a kérdésre, hogy mire a legbüszkébb az azóta eltelt tizenhétévből, így válaszol: – Az elődömtől nagy iskolát örökölttem, sok programmal. Nem sokkal később az iskolák között komoly versenyhelyzet alakult ki, és fontos volt megteremteni az intézmény arculatát, amiben nem kevés szerepem volt.

– A vonzó külső mellett melyek ma az iskola belső értékei?

– Ezek két fő pilléren nyugszanak. Az első az immár tizenöt éve

folyó német nemzetiségi kéttanulvű oktatás. A német tagozatosok nemcsak emelt óraszámban tanulják a nyelvet, hanem több szaktantárgyat is idegen nyelven oktatunk nekik. Mire nyolcadik után kikerülnek a gyerekek, még a gyengébb tanulók is jól beszélnek németül. A második pillér az integráció kiépítése. Befogadó iskolaként az enyhén értelmi fogyatékosok is helyet kapnak nálunk, és sikeresen tudjuk őket szocializálni.

A fő profilok mellett számtalan tevékenységet végzünk. Folytat-

juk a Kék iskolától átvett ÖKO-iskola programot. A céltudatos környezetvédelem jegyében szelektív hulladékgyűjtő edények tartoznak minden tanteremhez, és az iskolából is szelektíven viszik el a hulladékot. 2009-ben megkaptuk az Egészségtudatos, erőszakmentes iskola címet, és nyertünk egy drogmegelőző pályázaton is.

Jövőre százéves lesz az iskola

– Tizenhét év csaknem egy emberöltő. Ma sok iskolában nincs tekintélyük a tanároknak, de talán még az igazgatóknak sem.

– Nálunk nem így van. Azt tartom, hogy kölcsönös tisztelet nélkül nem lehet oktatni. Már elsőtől arra kell nevelni a kicsiket: tiszteljük a kort és azokat, akik értük sokat tesznek. Ugyanakkor azzal, hogy a köszönésüket „Jó napot!”-tal viszonzom, én is megadom nekik a tiszteletet.

Az igazgatói teendők mellett hetente négy órában matekot tanít ötödikeseknek. Ebben az osztályban ő nem az igazgató, hanem a Julika néni. Azt mondja, kész felüdülés és élvezet a gyerekekkel dolgozni. És aki már ennyi ideje van a pályán, annak az az öröm is megadatik, hogy régi tanítványai is ebbe az iskolába hozzák gyerekeiket.

A felújítás befejeződött, de az intézmény irányítása mindennap egész embert kíván. Jövőre százéves lesz az iskola: lassan elkezdik a felkészülést az évforduló megünneplésére. Varsányiné Salgó Julianna általában késő este ér haza. Szerencsére a férje ezt megértéssel fogadja. Két felnőtt lánya – akik természetesen a Pannóniában tanultak – már saját életet él, idősebbik unokája pedig ide készül iskolába.

CSOP VERONIKA

Olimpiai hangulat a Csatában

Nagy érdeklődéssel várták a Csata Utcai Általános Iskola alsós tanulói március 5-ét. Kivételesen nem azért, mert pénteki nap volt, hanem mert ezen a délutánon látogatott el az iskolába René Brunner, aki hat nappal azelőtt még Vancouverben, a téli olimpián instruíta kanadai snowboardcsapatának tagjait. Csaknem félszáz kéz lendült a magasba, amikor René Brunner befejezte érdekes, videókkal és fotókkal tarkított előadását. A



Csata Utcai Általános Iskola kisdíákjaiban ugyanis megannyi kérdés fogalmazódott meg a szövetségi kapitány élményeivel kapcsolatban, és alig várták, hogy kifaggassák. Sőt, akadtak olyan merész alsósok is, akik egyenesen angol nyelven kérdezték.

Az innsbrucki származású kapitány a közönségnek először a gyermekkoráról mesélt: mindössze néhány esztendő volt, amikor felment a közeli hegyre, hogy közelebbről is megismerkedjen a síelés tudományával. Később pedig nemegyszer még iskola helyett is snowboardozáson találtak rá a szülei. René a téli olimpiával kapcsolatos élményeit is megosztotta a tanulókkal, akik érdeklődve figyelték a felvételeket. Ezt követően a gyerekek szinte egyszerre rohamozták meg a sportolót, hogy autogram formájában kézzel fogható emléket is hazavihessenek az érdekes előadásról, amely bizonyára minden fiatal számára örökre felejthetetlen élmény marad.

Sz. V.

Sítábor Szlovákiában

A Számítástechnikai Általános Iskola 16 diákja két pedagógus kíséretében 5 napos sítáborban vett részt a szlovákiai Poprádon. Kerületünk testvérvárosa, Kassa-Délváros már második alkalommal vendégelte meg gyönyörű hegyvidéki környezetben a budapesti diákokat, hogy megtanulják a síelés alapjait. Gazdag programok tették még felejthetlenebbé ezt a néhány napot: városnézés, fürdőzés az aquaparkban, zenés ismerkedési



est és sok-sok beszélgetés – angol nyelven – a szlovák gyerekekkel.

A kassai diákcsoporttal közös táborozáson barátságok, ismeretségek kötődtek néhány nap alatt. Reméljük, esetleges angalföldi látogatásuk alkalmából, viszonyozhatjuk azt a kedvességet, odafigyelést, szeretetet, amiben részesültünk a táborozás alatt.

SIMON KRISZTIÁN ÉS ENGLER BENCE
8. OSZTÁLYOS TANULÓK

Gyalogos és biciklis bejárás

A Magyar Kerékpáros Klub 2002-ben alakult, amely mára már több száz taggal dicsekedhet ország-szerte. Fő célja a hazai kerékpározás népszerűsítése, kultúrájának

megteremtése. A civil szervezet folyamatosan szervez különböző rendezvényeket, ezenkívül több nemzetközi programban is részt vesz. Az Active Acces projekt 2009

augusztusában indult az aktív közlekedési módok erősítése érdekében. A klub gyalogos és kerékpáros bejárásokat tart, amelyekre meghívja a politikai döntéshozókat, a helyi lakosokat is. A résztvevők együtt mérhetik fel az egyes területek közlekedési adottságait. Az első ilyen bejárás Újlipótvárosban március 10-én indult, érintve a Kátana József, a Visegrádi utcát, a Szent István körutát és a Pannónia utcát. A közel egyórás sétán különböző értékelési szempontok kerültek górcső alá, mint például az útvonalak járhatósága vagy a kerékpáros infrastruktúra. A látottakat az elhangzott javaslatok alapján értékelték a résztvevők. A rendezvény hasznosnak bizonyult, a közösség már tervez egy hasonló programot. A Magyar Kerékpáros Klub tevékenységeivel kapcsolatban keresse a www.kerekparosklub.hu weboldalt.

B.Zs.



A sétán Borszéki Gyula alpolgármester is részt vett

Új városi kerékpár

A III. Bringa Expón bemutatták a *Pedelec* néven ismert elektromos kerékpárt, amely kiválóan alkalmas a városi közlekedésre.

„Go Pedelec!” – ezt az elnevezést kapta az Európai Unió társfinanszírozásában létrejött nemzetközi ismeretterjesztő kezdeményezés, amelyhez Hollandia, Ausztria, Csehország, Olaszország, Németország után Magyarország is csatlakozott. A projekt célja, hogy népszerűsítse a környezettudatos közlekedés új eszközét.

Egy *Pedelec*kel ugyanolyan egyszerű közlekedni, mint egy hagyományos kerékpárral. Van benne egy 250 W-os elektromos motor, ami a tekerés erejét növeli. Károsanyag-kibocsátása alacsony, energiafogyasztása hússzor alacsonyabb, mint egy személygépkocsié.

Egyetlen akkumulátorfeltöltéssel 30–100 km megtételére képes, ám ha lemerül az akku, akkor sincs gond, hiszen normál kerékpárként tovább használható. Nagyszerű segítség emelkedőknél, nagyobb távolságok

megtételénél. További információ Merkel Norberttől a 06 (30) 894-4495-ös telefonszámon kérhető!

T.Zs.



Szabó Imre, környezetvédelmi és vízügyi miniszter is kipróbálta az új biciklit

A fájdalmak orvosa

A fájdalom a leggyakoribb tünet, mellyel orvoshoz fordulunk

Dr. Tószegi Attila reumatológus főorvos egyedi módszerrel, az aktív reumatológia segítségével szünteti meg a fájdalmat, és állítja vissza az eredeti funkciókat.

– Főorvos úr! Mit jelent az aktív reumatológia fogalma?

– Az aktív reumatológia mozgásszervi-reumatológiai fájdalmak, ízületi mozgásbeszűkülések, lágyrészgyulladások

gyors, hatékony és tartós megszüntetése, gyógyítása, funkció helyreállítása speciális, egyedi injekciós-infiltratív eljárásokkal.

– Milyen fájdalomknál eredményes az aktív reumatológia?

– A leggyakrabban a mozgásszervi reumatológiai fájdalomknál – mint az izom-, ínszalag-, ínhüvely-, ízületi tömlő-gyulladások, a kis- és nagyízületi fájdalomknál, funkcióbeszűküléseknél. Külön kiemelem a leggyakoribb hát- és derékfájdalmakat! Hajlási nehezítettség, mozgáskötöttség, a végtagokba sugárzó fájdalom és sántítás gyakori. Az akut és krónikus lumbágó jellegű esetektől a bordaközi idegbeicipődésig hihetetlen nagy a gyógyítási lehetőségem. Weblapjaimon csaknem a teljes szakmai gyógyítási tevékenységi kört megismerheti az érdeklődő beteg. A műtétek utáni rehabilitációs terápiairól is.

– Milyen eredmény várható?

– Az aktív reumatológia körébe tartozó fájdalmak, mozgáskorlátozottságok megszüntetéséhez általában három, négy, öt alkalom szükséges (a megbetegedés jellegétől, a panasz kezdetétől eltelt időig, a folyamat kiterjedéséig sok minden meghatározó a szakember beavatkozásánál, ami az esetek többségében már az első vizsgálatnál meghatározható és véleményezhető), utána a fájdalommentesség sok esetben évekig, évtizedekig megmarad.

– Az aktív reumatológia egyedi, különleges eljárásnak számít?

– Igen. Az ízületek felépítésének és működésének alapos ismerete mellett az aktív reumatológia a nagyon finom, pontos anatómiai és mozgásszervi funkciók ismeretét igényli, és az így precízen elvégzett injekciós technika birtokában vezet eredményre. Ennek oka, hogy a legnagyobb fájdalmat egy szövetdarab gyulladása vagy egy ideg körülírt helyen való nyomtatása okozza. Ezt a pontos helyet kell tévedés nélkül megtalálni.

– Ha egy mondattal kellene összefoglalni, mit ad az aktív reumatológia a betegnek?

– A fájdalomtól és mozgáskorlátozottságtól való gyors megszabadulást, a teljes funkció-helyreállítást és a jó ízületi terhelhetőséget – magyarul, a teljes, hiánytalan funkciót, a tünet- és fájdalom nélküli panaszmentességet.

(x)

FÁJDALOMORVOS REUMASPECIALISTA

Dr. Tószegi Attila

reumatológus szakorvos

Fájdalma csökkenését már az első kezelésnél érezni fogja!

- Derékfájdalom
- Vállfájdalom
- Csípőfájdalom
- Térdfájdalom
- Gerincfájdalom
- Porckopás
- Idegbeicipődés
- Ínhüvelygyulladás
- Rándulások
- Izom/ízületi fájdalmak

**Egyedi, speciális eljárással
BIZTOSRA MEGYEK!**

Jelentkezzen be most!

Hogy fájdalma már holnap a múlté legyen...

1023 Budapest II. kerület, Török u. 5.
Hétköznapokon 9–17 óráig

06 (30) 267-0404

www.reuma.fplanet.hu • www.reumaspecialista.hu
• www.fajdalomspecialista.hu

Torna az óriáslabdán



Mit kezdhetnek a gyerekek a testnevelési órán egy hatalmas műanyag labdával? Hogyan segíti a labda a helyes ültartás kialakítását? Ezekre a kérdésekre is választ kaphatott minden érdeklődő, aki elfogadta a testnevelés munkaközösség meghívását a kerületi Pedagógiai Napok szervezésében tartott fitballbemutatóra. A bemutatóórát *Eperjessy Éva* fitball képzésvezető tartotta, aki a gyakorlatokon kívül ismertette a labda felhasználásának számos formáját is.

Az eszközről érdemes tudni, hogy alkalmas több óráig tartó aerobikgyakorlatok végzésére is. Hosszú időn keresztül lehet rajta úgy mozogni, hogy nem terheli túl a tornázó a térdét. A hatalmas labda 300 kilogrammot is elbír, így erősen túlsúlyosak is használhatják.

Segít a kondíció és a koordináció fejlesztésében, továbbá a csonttritkulás megelőzésében, valamint használható a porckorongok karbantartására, a helyes ülés kialakítására is. Alakformálásra, izomerősítésre szintén alkalmas-

ható, valamint nyújtáshoz és relaxáló gyakorlatokhoz, rekreációhoz is kitűnő. A labdával edzhetnek idősek, sérült ízülettal rendelkezők egyaránt. Hatékonyan felhasználható a fizioterápiában, a fitnessben, a testnevelési órákon és a mozgásfejlesztésben.

Eperjessy Éva elmondta: sajnos egyre kevesebb pénzt lehet pályázati úton nyerni a sportra, de eszközbeszerzésekre, így a labdák vásárlására még fellelhetőek támogatási formák.

A fitballoktatással kapcsolatban kitért arra, hogy az alapjait akkreditált képzésen sajátíthatják el a leendő oktatók. A labdás gyakorlatok oktatása azért fontos, mert ezt a mozgásformát meg szeretnék honosítani az iskolai testnevelés órákon. Céljuk még, hogy az aktív ülésprogram segítségével az emberek megtanulják a helyes ülést, továbbá azt is el szeretnék érni, hogy a gyógytestnevelésben is tért hódítsanak az óriás labdával végezhető gyakorlatok.

ME.

Vivicittá 25. alkalommal

Jubileumi futóverseny

Jubileumához érkezett a budapesti városvédő futóverseny: április 18-án, vasárnap rendezik meg a 25. T-Home Vivicittá Városvédő Futást. Az Olaszországból 1984-ben indult kezdeményezés célja: a futással felhívni a figyelmet a város értékeire. Maga a vivicittá szó is ezt jelenti: *éljen a város, szeresd a várost!* Mára világszerte ismert és elismert esemény a Vivicittá, ahol a gyakorlott futók mellett minden mozogni vágyó megtalálja a neki való távot, és együtt ünnepelheti a tavaszt, a mozgást, a várost több ezer társával.

Idén a Vivicittá rajtja és befutója – a hagyományos helyszín, a Margitsziget helyett, a Margit híd lezárása miatt – a Városligetbe tevődik át, így a futók Pest belvárosának egy részén haladnak majd végig. A verseny az 56-osok teréről indul, érinti többek között a Hősök



a gyaloglás szintén 3,3 kilométer lesz, a családi futás távja pedig 800 méter. A fő versenyszámban, a Vivicittán indulóknak 12 kilométert kell lefutniuk.

A Vivicittá nemcsak a város, ha-



terét, az Andrásy utat, a Bajcsy-Zsilinszky utat és a Városligetet.

A futók öt versenyszámban állhatnak rajthoz. A 3,3, illetve 6,4 kilométeres Minicittá és Midicittá a rövidebb távot kedvelőknek való,

nem a tavasz, a sport és a közösségek ünnepe. Itt mindenki, aki a mozgást, a futást kedveli – fiatalok és idősebbek, családok és baráti társaságok – megtalálja a számára megfelelő sportolási lehetőséget.

Angyalföldi pálmafák

Cikksorozatunkban a piros-kék klub múltjából idézzük fel epizódokat

Mard el Plata, Falfehérvár

Minden túlzás nélkül mondhatták a Vasas vezetői 1968-ban, hogy az együttes alaposan felkészült a tavaszi nyitányra. Na, nem idehaza, hanem – akkoriban hagyományosan – Dél-Amerikában. A Hexagonal Kupa védőjeként alanyi jogon utazhatott Chilébe az immár nyolccsapatos (Octogonal) tornára, és a távoli tájról azt jelentették a hírügynökségek, hogy „Santiagoóban ünnepélyesen fogadták az angyalföldi küldöttséget”.

Meg, fájdalom, négy góllal. Farkas János, aki már nyolcadszor járt az egzotikus térségben, hiába ért el mesterhármast az Universidad Catolica ellen, a chilei gárda 1-3-ról 4-3-ra fordított úgy, hogy a győztes gólt a kilencvenedik percben szerezte. Nyolcvanezer néző tombolt a lelátókon, és ugyanennyi ünnepelte a Vasast a második fordulóban, mert a piros-kékek 3-1-re legyőzték Csehszlovákia válogatottját (gólok: Mathesz 32., Farkas 47., Geleta 53., Fister 85.). Ez azért is figyelmet érdemel, mert a következő év decemberében, Marseille-ben valóságos csapás érte a válogatottat azaz, hogy „jöttek a csehszlovákok”. A szomorú emlékü vb-pótszelejtező (1-4) résztvevői közül „innen” Mészöly, Ihász és Farkas, „onnan” Viktor, Pivarnik, Horvath, Kuna, Kvasnak és Jokl játszott, de másképpen, mint a francia kikötővárosban...

A harmadik meccsen a Santos huszonöt perc alatt hármat vágott be a Vasasnak, majd a 75. percben Edu „bevarrta” második szabadrúgásgólját is (0-4), úgyhogy ez a találkozó tényleg Marseille-re hasonlított, ellentétben a további mérkőzésekkel, hiszen azokon az angyalföldiek veretlenek maradtak. Az NDK válogatottjával szemben (Radics, Farkas és Fister révén) háromszor is vezettek, de a keletnémetek (Frässdorf, Kreische, Frenzel) mindannyiszor egyenlítették, majd a piros-kékek – ha nem is 9-3-ra, mint 1967-ben – felülmúlták a legnépszerűbb chilei klubcsapatot, a Colo-Colót (Radics góljával 1-0). A világ kupavédő argentin Racing ellen 1-1-et értek el (megint az ifjú Radics János „köszönt be”), végül Farkas duplája jóvoltából 2-1-es sikerrel búcsúztak el az Universidad Chilet buzdíto hetvenezres közönségtől.



A nyolcpontos együttes ezúttal „csupán” negyedik lett a Santos (12), az NDK és az Universidad Catolica (egyaránt 10) mögött, de nem távozott tornagyőzelem nélkül Dél-Amerikából.

Chiléből ugyanis Argentínába utazott a gárda – az előző hét meccs, úgy látszik, nem volt elég... –, és Mar del Platáról hazahozta azt a trófeát, amelyért négy együttes versengett. Az első napon a Vasas 3-1-re nyert a Racing ellen, miután Menczel, Radics és Korsós is „bezörgetett” a VK-győzteseknek (az ellenfél gólját Cardenas szerezte). Mivel ez a vetélkedő kieséses rendszerben zajlott, a döntő következett a River Plate-tel, valamint újabb hármassal, de kapott gól nélkül. A másodikikat az a Farkas érte el, aki előzőleg Chilében – a szintén hétszer eredményes brazil Toninhóval együtt – elhódította a gólkirályi címet. Volt tehát mire büszkének lenni odakinn és a tizenhét órás, kalandos légi utat (Buenos Aires–São Paulo–Rio de Janeiro–Lisszabon–Zürich–Prága–Budapest) követő hazaérkezés után is, a forma pedig változatlan maradt, mert egy héttel a bajnoki rajt előtt a gárda 5-1-gyel



Korsós István: mesterhármast a nyitányon Fotó: Képes Sport

intézte el a krakkói Wislát.

Majd az NB I-es nyitányon 6-1-gyel a Videotont. A Fáy utca vendégei akkor szerepeltek először az első osztályban, ám hiába vonultattak fel olyan fehérvári legendákat, mint Karsai és az utóbb Angyalföldön is futballozó Kú Lajos, tíz perc alatt hármat kaptak. Ehhez képest egészen szép eredmény volt tőlük, hogy a hátralévő nyolcvanhat újabb hárommal megúszták, sőt 6-0 után még szépíteni is tudtak...

Valaha így ment ez Angyalföldön.

Rég volt, de ne tegyük hozzá, hogy talán igaz sem volt, mert akármilyen mesés is, valóságos a történet...

HEGYI IVÁN,
A NÉPSZABADSÁG FŐMUNKATÁRSA

Vasas–River Plate 3-0 (0-0)

Mar del Plata, 40 000 néző. Jv.: Coereza (argentín).

Vasas: Kenderesi – Bakos, Mészöly, Makrai, Ihász – Mathesz, Menczel, Fister – Radics (Vidáts, 46.), Farkas, Korsós.

River Plate: Carrizo – Lopez, Recio, Matosas, Vieitez – Morcillo, Rodriguez – Cubilla, Daniel Onega, Ermindo Onega, Mas.

Gól: Menczel (47.), Farkas (65.), Vidáts (73.).

Vasas–Videoton 6-1 (3-0)

Fáy utca, 10 000 néző. Jv.: Balla Gyula.

Vasas: Varga – Bakos, Mészöly, Makrai, Ihász – Menczel, Fister – Molnár (Vidáts, 46.), Puskás, Farkas, Korsós.

Videoton: Tímár – Kovács, Posch, Bognár, Fejes – Bobory, Kú, Karsai – Pintér, Balogh, Csukovics.

Gól: Korsós (4., 8. és 47.), Puskás (10.), Vidáts (82.), Farkas (85.), Csukovics (89.).

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

Rendőrségi esetek

A rendőrség hívószámai:
segélyhívó:
107 vagy 112
telefonatú, ingyenes:
06 (80) 555-111
XIII. kerületi
rendőrkapitányság:
06 (1) 236-2800
MMS-t fogadó:
06 (20) 212-2003

Több milliós rablás

Rabláshoz riasztották a rendőroket egy pénteki napon a Menyasszony utca egyik lakóházához. Az egyedül élő középkorú hölgy hajnalban arra ébredt fel, hogy valaki világít a lakásban. Felkelt az ágyból és azt látta, hogy két ismeretlen férfi van a házában. Mikor az elkövetők észlelték, hogy a sértett felkelt, egyikük kirántotta a hálósobából, majd a lakás másik helyiségében lévő ágyra kényszerítette, mindeközben a száját befogta. Mivel a sértett ellenállt, ezért az arcát az elkövető tenyérrel megütötte, ezt követően a sértett már nem mert mozdulni.

Ezután az egyik elkövető folyamatosan az ágyhoz szorítva tartotta a sértettet, míg társa átkutatta a lakást. A hálósobai szekrényben megtalált Erste és OTP Bank 10, il-



H1N1-járvány

letve 9,5 millió forint értékű takarékbetétkönyvet eltulajdonították és egyéb értéktárgyakkal együtt elmenekültek a házból. Ismeretlen tettesek ellen eljárást indított a kerületi rendőrkapitányság.

Testi sértés

Egy Jász utcában lakó fiatalember bántalmazott egy kutyasétáltató férfit. Az elkövetőt szombat délutáni pihenésében zavarta a sértett kutyájának ugatása és az,

hogy az ablaka alatt, az utcán beszélgetett az ismerőseivel. A férfi leszólt a sértettnek, hogy menjenek távolabb a háztömbtől és hallgattassa el a kutyáját, mire szóváltás alakult ki közöttük. Az elkövető ekkor lement az első emeleti lakásából a kutyasétáltató férfihoz, és egy alkalommal ököllel erősen orr- és szemtájékon ütötte a sértettet, aki ennek következtében orrcsonttörést szenvedett.

A támadóval szemben súlyos testi sértés büntette miatt folytat eljárást a kerületi rendőrkapitányság.

Kulcsok önmagunk megismeréséhez

Egészségnap rendezvény vár minden érdeklődőt az Angyalföldi József Attila Művelődési Központban március 28-án, vasárnap. Az egész napos program – Kulcsok önmagunk megismeréséhez címmel – az egészség megőrzésében nyújt segítséget. Dél előtt előadásokon találkozhatunk aurakonzu-

rés, számmisztika, nemeskögyógyászat, grafológia, psziszebészet, harmonizálás, tenyérelemzés, asztrológia, fül- és testgyertyázás, energetikai kezelés várja az érdeklődőket. A rendezvényen több szervezet, cég és orvosi csoport is képviseli magát. Tanácsadással egybekötött előadást hallhatunk a



lenssel, pszichoasztrológussal, numerológussal. Délután a kineziológus, addiktológus, harmonizátor, parapszichológus előadásai után a réz- és a hastáncgyógymóddal ismerkedhetünk meg. Az eseményt a TÉTA LÉT Betegségmegelőző Alapítvány szervezi. Napközben ingyenes test- és talpmasszázs, íriszdiagnosztika, aurafotózás, számológépes állapotfelmé-

fogyasztható gyógyvizek jótékony hatásairól, azok felhasználási területeiről. Az ingyenes allergiaszűrés mellett kipróbálhatjuk a különböző fény- és mágneses gyógy módokat. További információ kérhető Nagy Gyulától, a program szervezőjétől a 06 (30) 691-6412-es telefonszámon.

VAJDA

M+ Medinova
 Egészségügyi Szolgáltató Kft.

Budapesten működő házi szakápoló szolgálat, humán erőforrás fejlesztési projektje megvalósítása céljából az alábbi munkakörök betöltésére várja szakápolók, gyógytornászok és logopédusok jelentkezését:

- Teljes- illetve részmunkaidőben foglalkoztatott, HÍD vagy egészségügyi főiskolai végzettséggel rendelkező szakápoló
- Teljes munkaidőben, alkalmazotti státuszban vagy vállalkozóként foglalkoztatott gyógytornász
- Részmunkaidőben, alkalmazotti státuszban foglalkoztatott logopédus

Jelentkezni e-mailben, szakmai önéletrajzot mellékelve az alábbi címen lehet:
 medinova@medinova.hu

A munkahelyteremtő projekt az Új Magyarország Fejlesztési Terv Társadalmi Megújulás Operatív Programban elnyert pályázati támogatás keretein belül kerül megvalósításra.



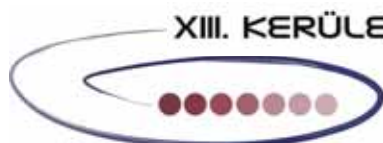
Vendégváró káposztatekercs



Hozzávalók: káposztalevelek, 30 dkg sajt, 30 dkg gépsonka.

Elkészítés: főzzük meg a káposztaleveleket pár percig forró vízben, terítsük ki, tegyük bele egy darab sajtot és rá egy szelet sonkát, majd

tekerjük össze és a végeit tömködjük be. Zöldséggel kínáljuk, tetejére mustárt, majonézt rakhatunk és pár szem díóval, mandulával díszíthetjük. Könnyű, gyors és ínycsiklandó vendégváró tekercs.



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

PROGRAMAJÁNLÓ

A Víz Világnapja

Március 19., péntek 14.00–16.00
Színpad műsor, rajzkiállítás, madáretető-
építő verseny meghirdetése – elsősorban
gyermekeknek
A belépés díjtalan!

Ridovics Péter festőművész kiállításának megnyitója

Március 21., vasárnap 11.00
A József Attila Művészeti Napok nyitó ren-
dezvénye
A belépés díjtalan!



Hármas oltár – Hobo önálló estje

Válogatás Jim Morrison, József Attila, Vla-
gyimir Viszockij műveiből
Március 23., kedd 19.00
Belépőjegy: 1700 Ft

„Páva a tűzfalon”

Tószoki Anikó önálló versestje
Március 24., szerda 19.00
A belépés díjtalan!

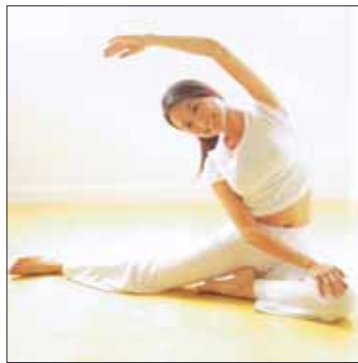
Prevent-Art

Színházzal, drámapedagógiával, művésze-
tekkel – a józansáért
Március 25., csütörtök 9.00–19.00
Prevenációs és terápiás színházi csoportok,
civil szervezetek találkozója egymással és a
közönséggel. Jelentkezni lehet Szabó Gábor-
nál, tel.: (30) 691-6382, www.kult13.hu
A belépés díjtalan!

Kulcsok önmagunk megismeréséhez

Március 28., vasárnap 10.00–19.00
Várunk minden kedves érdeklődőt, aki az
egészséges életmódhoz kíván tanácsot kapni.
A program egyéb alternatívákat is nyújt a
modern orvostudomány mellett.
Belépőjegy: 400 Ft

Mozgásprogramok felnőtteknek



**Terápiás tréning ÚJ • „3 az 1-ben” tor-
na ÚJ • Komplex jazztánc • Pilates •
Kubai salsa • Női kondicionáló torna •
Hatha jóga • Jóga a mindennapi élet-
ben • Callanetics**

Mozgásprogramok gyermekeknek

**Indiai tradicionális harcművészeti
stílus – Shirayan – Vajramutthi ÚJ •
FIT-KID • Manó torna • Ékszer Balett-
iskola • Csiri-biri torna • Tücsökgé-
ne • Icirí-Picirí Táncház • NRG Tánciskola •
Pilates**



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

Szellem – Forma, Bau-haus

Egy fotókiállítás Újlipótváros Bauhaus lépcső-
házairól
Megtekinthető március 19-ig
Belépőjegy ára: 300 Ft

Helytörténeti Klub

Bauhaus építészet Budapesten, Újlipótvárosban és a nagyvilágban

Hajdú Virág művészettörténész, a Magyar Épi-
tészeti Múzeum munkatársa előadása
Március 18., csütörtök 17.00

Helytörténeti séta

Bauhaus séta Újlipótvárosban

Március 27., szombat, találkozás 14.00 órakor
a helytörténeti gyűjteményben. Időtartam
kb. két óra. Előzetes jelentkezés szükséges:
helytorteneti@kult13.hu vagy (30) 453-3693



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

Előadó-művészeteket Kedvelők Baráti Köre és

Vers- és Prózairók Baráti Köre

Március 18., csütörtök 10.00

Varázsital – a Hevesi Sándor Színtársulat gyermekelőadása

Március 19., péntek 14.00

„Egy csepp történelem...”

– Mátyás király élete

(Kispéter Etelka előadása – ERE Klub)

Március 19., péntek 19.00

Ringató

– Vedd ölbe, ringasd, énekelj!

(kisgyermekkori zenei nevelés)

Március 22., 29., hétfő 11.00

Túra a Visegrádi-hegységbe

(Pilismarót, szobi rév elágazás–Duna-
part–Basaharc–Kopaszok–Pilismarót)

Előzetes jelentkezést kérünk Romcsék Kál-
mánnál (70) 277-1037

Március 27., szombat – találkozó 9.55-kor az
Újpest-Városkapu metróállomás melletti tá-
volságibusz-pályaudvaron, az Esztergomba in-
duló autóbusz kocsiallásánál

Láng MKKE 1. – Híd-Unió I.

Bp. I. o. sakkverseny

Március 28., vasárnap 9.00

Minden héten:

Rákgyógyító légzés (gyógytorna)

Kedden 9.00 haladóknak, 10.00 kezdőknek

Természetgyógyász Klub

Csütörtökön 17.30 (előadások, fény- és ener-
giaadás, 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

(Összeresztény 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 információszolgáltatás,
jogi, pályaválasztási,
munkavállalási, pszichológiai,
szenvédegybeteg-tanácsadások,
AIDS-szűrés.
Ingyenes internetszolgáltatás.**



1132 Budapest, Váci út 50.
Telefon/fax: 350-6125
www.kult13.hu
vizonto@kult13.hu

Nyitva tartás: hétfőtől péntekig 12–20 óráig

RENDEZVÉNY

ÉLETMÓDKLUB

Számmisztika – önismeret – előzetekintés

Március 17., szerda 17.00–19.00

Előadó: Kalocsainé Ressinka Eszter

Részvételi díj: 200 Ft

Az Életmódklub résztvevői vendégeink egy

csésze teára!

Versjáték fesztivál

Április 8., csütörtök 16.00

Versjáték fesztivált hirdetünk a Költészet napja

alkalmából a Vízöntő Pinceklubban

Előzetes jelentkezést kérünk április 2-ig

a 350-6125-ös telefonszámon!

KÉZMŰVESPROGRAMOK



Hennafestő tanfolyam

Szombati napokon 10.00–16.00

Vezeti: Tószegi Judit kézműves

Információ: (30) 643-1385,

www.hennamirakulum.hu

Előzetes jelentkezést kérünk!

CSALÁDI PROGRAMOK

Zenebölcsi

Kedden 11.00–11.30

30 perces foglalkozás babáknak és mamáknak.

Az első alkalom ingyenes!

Jelentkezés: (30) 655-3852

Kreatív játszótér

Húsvéti készülődés

Fejlesztő foglalkozás babáknak és mamáknak

Március 24., szerda 16.00–18.00

Részvételi díj: 300 Ft

Személyiségfejlesztő programok

Feszültségoldás kineziológiával

Hétfőn 15.00–19.30

Előzetes jelentkezés: 350-6125

Részvételi díj: 4000 Ft/alkalom

Személyiségfejlesztő drámacsoport

gyermekeknek és fiataloknak

Részvételi díj: 14 000 Ft (januártól júniusig)

Csütörtökön 16.30–19.30

MOZGÁSOS PROGRAMOK

Egészségvédő torna

Kedden 15.30–16.30

Kímélő mozgásprogram gyógytornász vezetésé-
vel idősebbeknek

Részvételi díj: 3000 Ft/5 alkalmas bérlet

Az első alkalom ingyenes!

PROGRAM FIATALOKNAK

Középiskolás klub

Társasjáték, teadész, beszélgetés

Hétköznap 15.00–17.00

Kedden: Hennázó-teázó

Szerdán: Angolkorrepetálás

Csütörtökön: Matematikakorrepetálás



Kéz-Mű-Hely

március 17-én mézeskalácsütés

A részvétel ingyenes!

Állandó programjaink:
francia, angol, német, olasz
társalgási klub, baba-mama klub,
képzőművészklub, jóga,
egészségvédő torna



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

Programok gyermekeknek és fiataloknak



SZÍNEZŐ

Március 20., szombat 17.00

Jancsó Sarolta: Végzet (ballada a reneszánsz

idejéből) – a Szerpentin Színház előadása

Belépő: 600 Ft



Bolgár táncház

Március 26., péntek 19.00–23.00

Zenél a Pravo zenekar

Belépődíj: 800 Ft/fő

Új! Angol nyelvi klub

Kedden, csütörtökön 10.00–11.00 és

15.00–16.00

Angol nyelvi klub indul gyerekek

és szüleik részére

Jazz Matáz – Nyelvi klubok

picurkáknak és szüleiknek

A klubfoglalkozásokon a gyerekek a (nagy)szü-
lökkel együtt tanulnak angolul

Toddlers – Ovis angol klub

Az anyanyelv elsajátításához hasonlóan, ter-
mészetes módon, játékosan tanulhatnak klub-
jainkban az ovisok

Kids Club – Vidám és trendi angol klub

kisiskolásoknak

A gyerekek kommunikatív és élményszerű mó-
don, stresszmentesen sajátítják el az angol nyelvet

Grammar Course – Szórakoztató

nyelvtani rendszerező klub

Ez a klub kiváló azok számára, akik nyelvvizs-
gára készülnek

Bővebb információ: Simon Emese angoltanár

(30) 686-8933, simonemes@freemail.hu

www.vidamangol.hu

Női klubtorna

Szerdán 17.30–18.30

Aerobicelemeket tartalmazó tornafoglalkozás

hölgyeknek, korosztálytól függetlenül!

Edző: Leiner Andrea,

leinerandrea@gmail.com



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:

HÁM Művészeti Egyesület kiállítása

Megtekinthető március 26-ig

Veréb László kiállítása

Megnyitó: március 25., csütörtök 18.00

Megtekinthető április 9-ig

Tanfolyamok

Gemini tanulókör

Angol társalgási klub kedden, csütörtökön és

pénteken 17.00–20.00

www.geminitanulokor.fw.hu

Jóga

Hétfőn 18.00–20.00

Francia nyelvű foglalkozás

kisgyerekeknek

Pénteken 16.00–17.00

Vezeti Karády Estelle (20) 373-9185



FSZEK XIII/2. sz. Könyvtára
Pannónia u. 83. Telefon/fax: 349-7521
hétfő, kedd, péntek: 14–19,
szerda: 10–15, csütörtök: 12–16 óráig

FSZEK XIII/4. sz. Könyvtára
Lehel u. 31. Telefon/fax: 320-8829
hétfő, szerda, csütörtök: 14–19,
kedd: 10–15, péntek 11–15 óráig

FSZEK XIII/6. sz.
Angyalföldi Kertvárosi Könyvtára
Mosoly u. 40/A. Telefon/fax: 349-1532
hétfő, szerda, péntek: 14–19,
kedd: 10–16, csütörtök: 12–16 óráig

FSZEK XIII/7. sz.
Radnóti Miklós Könyvtára
Tátra u. 52. Telefon/fax: 349-6921
hétfő, szerda, péntek: 14–19,
kedd: 10–15, csütörtök: 12–16 óráig

Érzések fára és olajra
Marusa Norbert amatőr festőművész kiállítása
Megtekinthető április 30-ig

FSZEK XIII/8. sz. Könyvtára
Dagály u. 9. Telefon/fax: 340-3309
www.fsze.hu/dagaly, fszek1308@fszek.hu
hétfő, kedd, szerda, péntek: 9–19,
csütörtök: 9–14, szombat: 13–18 óráig
Családi szombatok
rendezvénysorozat



Már az óvodában megtanultam címmel
dr. Harday Ildikó Silvia pszichológus, főiskolai
docens előadása kisgyermekes szülők számára
Március 20., szombat 14.30

Könyvajánló:

OPTIKA

**Multifokális lencse
kipróbálási akció:
13 390 Ft/db helyett
7700 Ft/db**

**Részletekről érdeklődjön
az üzletekben.**

VI., Lehel u. 5. (Bulcsú u. sarok); Telefon: 349-6550
XIII., Béke u. 106. (Fiastyúk utcai sarok); Telefon: 329-9573
XIII., Váci út 44. (Lehel téri templomnál); Telefon: 330-1978
**Rendel: dr. Majetics Zsuzsanna főorvos
és dr. Gyurákovics Margit főorvos**

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.drhathazi.eva.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

80.000 gyermekre van gondunk

1% Gyermekétkeztetési Alapítvány

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

GÉPELÉS

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

Tel.: 06-20-260-3878

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 ÁTKÖDÖLÉSE
- EGYFORMA ZÁRLATÚ és FŐKULCSOS RENDSZEREK
- HEVEDERZÁRAK szerelése: egyedi méret is
- ZÁRAK, ZÁRBETÉTEK, HEVEDERZÁRBETÉTEK CSERÉJE

-10% Szombat

Civilizációnk harmóniája a természettel

Amatőr alkotók pályázata

Az Európai Biodiverzitás (biológiai sokféleség) évének kapcsán az Angyalföldi József Attila Művelődési Központ (AJAMK) pályázatot hirdet gyermek (10 éves kortól) és felnőtt amatőr alkotók részére. A pályaművek grafika-, festészet-, kerámia-, faművesség-, dombormű- és fotótechnikával készülhetnek. Méretüket tekintve: maximum 50×70 cm, illetve 50×30×30 cm lehetnek. Az alkotásoknak a természet sokszínűségét kell ábrázolniuk, különös tekintettel a megadott témakörökre.

A meghirdetett pályázat címe: Civilizációnk harmóniája a természettel.

Választható témák:

– Mit jelent számomra a biológiai sokszínűség?

– Hogyan fogunk élni 2030-ban, milyen lesz a világunk húsz év múlva?

– Mit jelent nekem a természet?

Az elkészült pályaműveket az AJAMK-ba (József Attila tér 4.) kell eljuttatni Nagy Gyula programszervezőnek (telefon: 452-4290) május 15-ig.

A beküldött művekből a szakmai zsűri kiválaszt harmincat, amelyeket június 18–19-én Zágrábban, a Dubrava Napok keretében, majd augusztus 29-én Angyalföldön, a Dagály utcai utcabálon tekinthetnek meg az érdeklődők.

Helytörténeti emlékkönyv

Az értékeink megbecsülése és közkinccsá tétele az egyik célja a Budapesti Honismereti Társaságnak. Az 1991 augusztusában a helytörténeti gyűjtemények vezetői és budapesti lakópatrióták által életre keltett társadalmi szervezet az elmúlt húsz évben sokat tett az emlékezet megőrzéséért. Tevékenységük sikerét rendezvények, kiállítások, közéleti programok és kiadványok bizonyítják. Ez alkalommal március 9-én Budapest Főváros Levéltárában mutatták be a város múltját feldolgozó kötetet. A könyvben – amely egyben szakmai adatbázis is – szerkesztve olvashatók a 2009-es Budapesti História programjának előadásai, a városrészek egy-egy jelentősebb személyének, építményének, történeti múltjának érdekességei. A kötet többek közt ismerteti Buda reneszánsz kori emlékeit, de olvasható benne a XIII. kerületi vízi sportok történeti kutatása is. A könyv kitér arra, hogy több, a nemzetközi sporttörténetben is jelentős klubot és sportolót adott a XIII. kerület a hazai vízi sportnak. A Margitszigeten és a Népszigeten lévő klubélet, valamint a Cserkész Vízitelep meghatározó karaktere volt a dunai evezős életnek.

(B. I.)

**Vasas Alapítvány
az adó 1%-ára**

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

VASAS CENTENÁRIUM ALAPÍTVÁNY
adószám: 18123649-1-41



Segítsen embertársain!

A Magyar Vöröskereszt MINDENKI számára nyilvános véradást szervez 2010. március 19-én (pénteken) 13–17 óráig.

Helyszín: Lehel Csarnok galériája, 1134 Bp., Váci út 9–15.

Ha Ön egészséges, elmúlt 18 éves és még nem töltötte be 60. életévét, jöjjön el a véradásra.

Nagyon fontos, hogy hozza magával személyi igazolványát, lakcímkártyáját és tajkártyáját.

Segítségét előre is köszönjük beteg embertársaink nevében.

Játékos tehetség- gondozás



A Pöttöm Panka Képeségfejlesztő Játésházban pár hónapos kortól 14 éves korig foglalkoznak képeségfejlesztéssel, ahol a mozgásfejlesztés, a beszéd, a figyelem és koncentráció, valamint a szociális képességek fejlesztése áll a középpontban. Mindegyik korosztály számára célirányosan kidolgozott programokkal és eszközökkel segítik az esetleges elmaradásokat, gyengébb területeket, és felzárkóztatják a gyermekeket a korcsoportjukhoz, legyen az elmaradás bármelyik rész-képesség területén. Ha szülőként aggódik a diszlexia, a figyelemzavar vagy más tanulási probléma miatt, ha gyermeke fejlődésében vagy viselkedésében eltér a társaitól, vagy nagyon okos, de mégsem sikeres a tanulásban, netán már problémákat jeleztek az iskolában vagy az óvodában, akkor keresse szakavatott gyógyterápiológusainkat, akik segítenek a problémák kezelésében és megelőzésében.

Pöttöm Panka

Képeségfejlesztő Játésház
1135 Bp., Reitter F. u. 22. mfszt. 5.

Tel./fax:

06 (1) 784-4261, 06 (30) 446-6111

E-mail: info@pottom-panka.hu

Heti bölcsesség

„Valaki szappanbuborékot fúj,
Mindegy most, hogy Isten,
vagy kisgyerek,
Világokat kelt életre a száj,
Mely szappanbuborékot ereget.”
Reményik Sándor



LEGO Fesztivál

Két év után ismét színes építőkockák lepik el a Duna Plaza területét. Az ingyenesen látogatható LEGO Fesztiválon március 12. és 28. között először mutatják be Magyarországon Darth Vader és R2-D2 dán építőkockákból összerakott, életnagyságú szobrát, továbbá egy mozgó szemű, 2,4 méteres Einstein-figurát is láthat a közönség. A LEGO Élménközpontban hétköznap 16 és 19, hétvégén pedig 10 és 18 óra között különböző aktivitások nyújtanak tökéletes kapcsolódást az egész család számára. További információ: www.dunaplaza.hu.



Nagy Sportágválasztó



Hatodik alkalommal rendezik meg május 14–15-én a Nagy Sportágválasztót. A rendezvény célja, hogy minél több embert buzdítsanak sportolásra, lehetőséget adva több mint 90 sportág kipróbálására. Vizes medence, sípálya, lovarda, mászófal, plasztikpálya, küzdősportok és labdajátékok sokaságával ismerkedhetnek meg a látogatók. Bővebb információ a www.sportagvalasztó.hu oldalon olvasható!

Hóvirág, a tavasz hírnöke



A tavasz nehezen akar megérkezni, azonban a hóvirág már előbújt a kertekben és az erdőkben. A Láng Művelődési Központban folyamatosan szerveznek túrákat a közeli hegyekbe, ahol megcsodálhatjuk a fehér kis védett virágot. A kirándulásokról bővebb információ a 349-6308-as telefonszámon kérhető.

Keresztrejtvény

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11					12		13		
14				15		16		17	
18			19					20	
21		22			23		24		
	25					26			27
28		29			30				31
32	33			34		35			36
37			38		39			40	
41		42			43		44		
45						46			

Előző rejtvényünkben egy magyar kritikus, lapszerkesztő nevét rejtettük el. A helyes megfejtés: Osvát Ernő. Nyerteseink: Fábri István, Szendrei Orsolya.

Mostani rejtvényünkben egy magyar költő, irodalomtörténész nevét rejtettük el. Beküldendő a vízszintes 25. számú sor megfejtése. Beküldési határidő: március 22. A helyes megfejtést beküldők között Premier magazint sorsolunk ki.

Vízszintes: 1. Tíz kicsi ...; Agatha Christie regénye. 6. Betét hozadéka. 11. Közbeavatkozik, tesz valamit egy ügy sikeréért. 13. Szárazdajka. 14. Magot a földbe szór. 15. Trója vesztét okozta. 17. Létezik. 18. Hamis, talmi. 19. Pára! 20. Fölé ellentéte. 21. Kedvesség, báj. 24. Európa-kupa, röv. 25. Magyar költő, irodalomtörténész, egyetemi tanár, a Kisfaludy Társaság tagja (1826–1909). 29. Igeképző, az -ül párja. 30. ... és emberek; Steinbeck regénye. 32. Képzeltbeli bolygó, Mork szülőhelye az Egy úr az úrból című tévékomédia-sorozatban. 35. Félezer! 36. A -va képzőpárja. 37. Szolmizációs hang. 38. Szándékozik.

40. A fonal finomságának mértékegysége; harisnyák csomagolásán gyakran látható rövidítés. 41. Fundamentum. 43. Pipadohány nedve. 45. Kedves emlékü színész (László, 1911–1983). 46. Kút jelzője lehet.

Függőleges: 1. A legtöbb olimpiai éremmel (két arany és egy bronz) rendelkező labdarúgó (Dezső, 1939–). 2. Hamisan bájolog, kedveskedik. 3. Gyakorító igeképző, a -get párja. 4. Bosszús indulatszó. 5. ... Nadal; salak-specialista spanyol teniszező. 7. Állami bevétel. 8. Ezen a napon. 9. Ady e keresztnévből alkotta műzsájának a Léda nevet. 10. Esetleg. 12. A tantál vegyjele. 16. Puskát használ. 19. Lent. 20. Hasonlítószó. 22. Folytonossági hiány. 23. ... West; egykori amerikai filmszínész (1893–1980). 24. Korai érésű gyümölcs. 26. Verbum toldaléka. 27. Abcúg! 28. Optikai, fényképezési világcég. 31. Zsírozás, olajozás. 33. Az illetőről. 34. Az illető és társai. 38. Az egyik szülő. 39. Az egyik vércsoport. 40. Székesegyház. 42. Határozott névelő. 44. Az egész része!

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.huwww.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

HA BÚTORT KERES – RS!

