



**A TV13
műsorából**

Sporttárs
(Hegyi Iván műsora)

március 10.: Nyilasi Tibor

**Egy falat
kenyér és egy
csipetnyi szó**
(B. Tóth László
műsora)



március 13.: Hevesi Tamás

Ünnepeljünk együtt!

Az 1848–49-es forradalom és szabadságharc emlékére a XIII. kerületi önkormányzat március 13-án, pénteken 9.30 órákor a Vígyszínház előtti Petőfi-szobornál, majd 11.00 órákor a Béke téri Kerületi Emlékhelyen ünnepi műsorral emlékezik 1848 tavaszára.

Az önkormányzat a koszorúzásra és az ünnepi műsorra tisztelettel meghívja és várja a kerület lakosságát, a civil szervezetek, a pártok és az intézmények képviselőit.

Költségvetés

Átrendeződés, takarékoskosság és stabilitás

Változó arányok



Belső átrendeződés figyelhető meg a kerület idej, továbbra is stabil költségvetésében. Vannak területek, melyekre a korábbinál több forrás jut, de akadnak olyanok is, ahol komolyabb elvonások lesznek, ami az állami források apadásával magyarázható. A képviselőtestület február közepén fogadta el a kerület idej költségvetését, melynek bevételi főössze-

ge meghaladja a 23,4 milliárd forintot. Csak-hogy a tervezett bevételeknek már csupán a 13,8 százaléka származik központi költségvetési támogatásból, melynek összege mintegy 3,2 milliárd. Ez az arány tavaly még 15,2 százalékos volt. Mint arról már hírt adtunk, az egyik legfájóbb megvonás a szociális feladatok érinti, ami a korábbi támogatási rend-

szer központi átalakítását tükrözi. Segélyezésre 2015-ben összesen 848,8 millió forint jut úgy, hogy a kerület mélyen a zsebébe nyúl, hogy lehetőség szerint a rászorulóknak legtöbbje bennmaradhasson az ellátórendszerben. Az előirányzott összeg így is 22 százalékkal kevesebb a tavalyinál.

Folytatás az 5. oldalon

*Nőnap alkalmából köszöntjük
valamennyi hölgyolvasónkat!*



Modern belbecs

4. oldal



Átadás előtt a fővárosi védettségű épületben működő Visegrádi utcai orvosrendelő teljes felújítása. A rekonstrukció két részből állt: egy építészeti-szakipari és egy orvostecnológiai-belsőépítészeti beruházásból.

Új aljegyző

5. oldal

2008-tól 2015 januárjáig nem volt aljegyzője kerületünknek. A poszt betöltésére dr. Tóth József polgármester Karácsonyi Magdolnát kérte fel. Ez alkalomból beszélgettünk vele a közigazgatási pályán töltött 20 évről.



A szakma ünnepe

9. oldal



A XIII. Kerületi Egyesített Óvoda hagyományai között előkelő helyet foglal el az Óvodapedagógiai Napok eseménysorozata, amelyre most is nagy gonddal választották ki a legnagyobb érdeklődésre számot tartó előadókat.

Taoista Thai Chi

11. oldal

Felgyorsult életvitelünk és a rengeteg ülve végzett munka sokszor stresszel és a megfelelő fizikai aktivitás hiányával párosul. Szerencsére feloldásukra számos alternatíva létezik a közvetlen lakókörnyezetünkben is.





RÖVIDHÍREK

CT-készülék érkezhethet



A Lendületben a XIII. kerület nevű ciklusprogram Legjobb orvoslás a prevenció című fejezetében az önkormányzat feladatként határozta meg „egy nagy teljesítményű computertomográfiai (CT) eszköz beszerzésének és rendszerbe állításának lehetőségét”. E készülék telepítésére most a Visegrádi utcai rendelőintézet teljes körű felújítása keretében nyílik lehetőség. Az egészségügyi ellátórendszer fejlesztéséről szóló jogszabályok értelmében a CT beszerzésére, a tevékenység végzésére úgynevezett többletkapacitás-befogadási eljárás keretében valósítható meg. Ezt az OEP azonos nevű szakbizottságához kell benyújtania az önkormányzatnak. A CT mielőbbi üzembe állítása érdekében a képviselő-testület még februárban döntött az igénylésről.

Bírószági ülnökök kerestetnek

Új bírószági ülnökök jelentkezését várják, mivel a törvény alapján a 2011-ben megválasztott társadalmi funkcionáriusok 4 évre szóló megbízatása idén megszűnik. Az új ülnököket idén tavasszal választják meg: a XIII. kerület képviselő-testülete a Pesti Központi Kerületi Bíróságra, míg a Fővárosi Törvényszékre és a Fővárosi Közigazgatási és Munkaügyi Bíróságra a Fővárosi Közgyűlés. A kerület várja mindazok jelentkezését, akik választó-

joggal és a városrészben lakóhellyel rendelkeznek, elmúltak 30, de még nincsenek 70 évesek, és akik bírósági ülnökként szeretnének tevékenykedni a következő négy évben. A részletes tájékoztató megtalálható a www.budapest13.hu honlapon. Jelentkezni és felvilágosítást kérni a polgármesteri hivatal jegyzői és jogi osztályán lehet március 25-éig; személyesen (Béke tér 1., 305. szoba), telefonon (452-4169) vagy a jog@bp13.hu e-mail címen.



Elhunyt Boda E. György

2015. február 1-jén 64 éves korában elhunyt Boda E. György, a Budapesti Kereskedelmi és Iparkamara XIII. kerületi tagozatának elnöke. Temetése február 27-én, pénteken volt a Rákoskeresztúri Új-köztemetőben.

A Who is Who adatai szerint a saját vállalkozását vezető Boda E. György 1996-tól volt a helyi kamarai szervezet vezetője. A Kilián György Általános Iskola és Gimnázium elvégzése után először a Közlekedési és Távközlési Műszaki Főiskolán, majd a Kereskedelmi és Vendéglátóipari Főiskolán szerzett oklevelet. Különböző vállalatoknál dolgozott tervezőmérnökként, üzemvezetőként és kereskedelmi igazgatóként, 1992 óta vállalkozóként saját cégeit irányította. Több szakmai és civil szervezetben volt érdekképviselői vezető, több alapítványt is alapított.

Emlékét megőrizzük.

Kulturális pályázat benyújtása

A kerület idén is indul a helyi önkormányzatokért felelős miniszter érdekeltségénél pályázatán, amit a tárcavezető a muzeális intézményekről, a nyilvános könyvtári ellátásról és a közművelődésről szóló 1997-es törvény felhatalmazása alapján működtet, így gondoskodva a helyhatóságok közművelődési feladatainak technikai, műszaki fejlesztéséről. A kerület tervezett fejlesztéseinek idejének összköltsége

csaknem 7,9 millió forint. Az önkormányzat a támogatásért cserében vállalja, és az éves költségvetési rendeletében szabályozza, hogy az érdekeltségénél pályázaton elnyert támogatási összeggel azonos mértékű önrészt biztosít. A városrész egyébként minden évben sikerrel vett részt a pályázaton, s az ennek segítségével beszerzett eszközök hatékonyabbá és modernebbé teszik a kulturális feladatellátását.

Értékvédelem társasházaknak



Idén is kiírta az önkormányzat szakbizottsága a XIII. Kerületi Értékvédelmi Támogatás nevű pályázatát, melynek keretösszege bruttó tízmillió forint. A támogatás mértéke a benyújtandó költségvetés legfeljebb 50 százaléka lehet, egy épületre maximálisan kétmillió forint nyerhető el. A vissza nem térítendő összegre az épületek, társasházak pályázhatnak. A támogatás célja a XIII. kerületben lévő, jogszabállyal védett építészeti értékek megmentése, helyreállítása. A pályázatot két eredeti példányban személyesen kell benyújtani a polgármesteri hivatal főépítész irodájában (Béke tér 1.) legkésőbb május 18-án 18 óráig. A kiírás szövege ugyanott vagy a www.bp13.hu honlapon érhető el. A pályázathoz a főépítész iroda informális támogatást nyújt.

Partnerkártya

Továbbra is népszerű az év elejétől arculatában is megújult Kerületi Kártya, melyet 2008-ban vezetett be az önkormányzat, s azóta csaknem 15 ezer helyi lakos váltotta ki. Az elmúlt időszakban bővítették a mostantól Partnerkártya néven is futó program kedvezményeit, szolgáltatásait és elfogadóhelyeit. A kártya igénylésére minden XIII. kerületi lakos jogosult, kiváltása pedig teljesen ingyenes. A programban részt vevő elfogadóhelyeket a bejáratnál elhelyezett matrica alapján lehet felismerni.

Véradásra hív a Vöröskereszt

Véradásra hívják a kerületi lakosokat vagy az itt dolgozókat március 26-ára (csütörtök) reggel kilenc és déli fél egy között a XIII. kerületi polgármesteri hivatal épületébe (Béke tér 1.). Várnak minden egészséges, 18. életévét betöltött, de 60 évesnél nem idősebb önkéntes donort, aki úgy érzi, segíteni tud és szeretne a rászoruló betegeken, hiszen egy baleset, egy nehéz szülés, egy súlyos műtét során a vérre mindig szükség lehet.

A szervező Magyar Vöröskereszt felhívja a figyelmet arra, hogy a véradás előtt mindenki étkezzen és fogyasszon sok folyadékot. A véradáshoz személyi igazolvány, lakcímkártya és eredeti tájékoztató szükséges.

Befejeződött az ebösszeírás

Lapzártánkkal egy időben, február 28-án ért véget a törvény alapján országosan — így a XIII. kerületben is — elrendelt, a települések által elvégzett ebösszeírás. Mivel az adatlapok beérkezése folyamatos, kiértékelésük pedig időt vesz igénybe, a kerületi összegzésre egyelőre várni kell. Ugyanakkor lapunk érdeklődésére Staniszewski Csaba, a polgármesteri hiva-

tal környezetvédelmi felelőse elmondta, az önkormányzat türelmi időt biztosít az itt élőknek. Így a következő időszakban is várják azok jelentkezését, akik a február végi határidőre sem tettek eleget adatszolgáltatási kötelezettségüknek. A környezetvédelmi felelős korábban azt a félreértést is eloszlatta, hogy az összeírás célja az ebadó kivétele lenne.



Közterület Felújítják a Bulcsú és a Gidófalvy parkot

Újjászülető játszóterek

Két nagyobb közterület, a Bulcsú utcai park és játszótér, valamint a Gidófalvy Lajos utcai lakótelep játszótére is új arculatot kaphat idén, miután a képviselő-testület februárban elfogadta e két beruházás célokmányát. Az önkormányzat december 11-én szentesített AngyalZÖLD+ nevű stratégiai programjában megfogalmazott fejlesztési programok közül e két park megfiatalítása egyenként is meghaladja az ötvenmillió forintot, összesen pedig 135 millióba fog kerülni.

A kerület több ütemben végzi a Lehel Csarnok melletti, sokáig hányatott sorsú Bulcsú utcai közpark felújítását annak érdekében, hogy a meglévő zöldfelületi értékek hasznosításával vonzó közösségi térré váljon. Nem titkolt cél az is, hogy egyúttal visszaszorítsák a sokszor zavaró „deviáns terület-használatot”. Két éve megtörtént a burkolatok és a padok felújí-



A Bulcsú utcai parknál cél, hogy visszaszorítsák a zavaró „deviáns terület-használatot”

tása, míg tavaly fejlesztették a közvilágítási hálózatot, s talajvízkutat létesítettek.

Az idei, következő ütemben kibővítik a meglévő játszótér, a komplex felújítás magába foglalja az öntözőhálózat és egy kutyafuttató kialakítását. Emel-

lett a tervek között szerepel még egy önálló fitnesszter megépítése is.



Gidófalvy Lajos utcai lakótelep játszótere

Az idei rekonstrukciók összesen nyolcvanmillió forintba kerülnek.

A Gidófalvy lakótelep fokozatos közparki felújítását az önkormányzat egy 2013-ban készített koncepcióterv alapján végzi. Abban az évben megfiatalodott a Tüzér utcai játszótér és a zöldfelületek, majd 2014-ben egy játszóeszköz kihelyezésével vette kezdetét a Gidófalvy Lajos utca 9–15. előtti játszótér felújítása. Utóbbi kiviteli terveit a 2014-ben a helyszínre kihelyezett tájékoztató és vélemény táblára írtak figyelembevételével készítették el.

Idén a játszótér térszerkezetének rendezése, átjárhatóbbá tétele történik meg a burkolatok felújításával, emellett új eszközöket helyeznek ki, a szülők részére pedig növelik az ülőrészek nagyságát.

A zöldfelületek rekonstrukciója során – a fenntartási szempontok figyelembevételével – úgynevezett árnyéki növényeket telepítenek. Mindezek mellett bővítik a játszótér közvilágítását is, javítva ezzel a terület használhatóságát.

A rekonstrukció 55 millió forintba kerül.

Intézményfejlesztés Módosuló időpontok

Nyár végi átadások várhatók

A tervezettnél később fejeződhet be három intézmény – így a Tátra utca 48–52. szám alatt kialakítandó Családi Napközi, a Gyöngyösi Tagóvoda és az Újpalotai út 9–11. szám alatti Frim Jakab Napközi Otthon – kivitelezése, illetve rekonstrukciója. Az önkormányzat februárban ennek megfelelően módosította ezek beruházási célokmányát.

Minderre azért volt szükség, mert a három kivitelezést az intézmények felújítási, karbantartási és bontási munkálatainak elvégzésére előirányzott keretmegállapodás terhére szerették volna megvalósítani, csak hogy a munkák mértéke miatt e keret kimerült. Emiatt új közbeszerzési eljárást kellett lefolytatni, s csak ennek lezárása után, november 17-én jöhetett létre az új keretszerződés. A munkák előkészítését is csak ezután tudták megkezdeni.

A módosított célokmányok alapján a Tátra utcában kialakítandó Családi Napközi várhatóan június 30-ra, a Gyöngyösi Tagóvoda és a Frim Jakab Napközi Otthon pedig szeptember 1-jére készül el.



Családi Napközi (Tátra u. 48–52.)



Gyöngyösi Tagóvoda (Gyöngyösi u. 67–71.)



Frim Jakab Napközi Otthon (Újpalotai út 9–11.)

Lehel Csarnok Rekonstrukció

Zavartalan működés

Megkezdődött a Lehel Csarnok parkolójának és tetőszerkezetének rekonstrukciója. A három éven át tartó felújításra az önkormányzat csaknem másfél milliárd forintot szavazott meg, ebből lehetőség lesz az elhasznált szerkezetek korszerűsítésére, energiatakarékos, környezetkímélő anyagok beépítésére. A korszerűsítésnek köszönhetően a megtakarítások megjelennek a bérleti díjakban is, azaz a kereskedők számára további támogatások válnak elérhetővé. Ez pedig remélhetőleg visszaköszön majd az árakban is, így a napi csaknem húszezer vásárló olcsóbban juthat hozzá a termékekhez. A felújítás után természetesen a vásárcsarnok összsképe is szebbé válik. A piac a felújítás teljes ideje alatt zavartalanul működik tovább, szem előtt tartva a vásárlók kényelmét. Ugyanakkor a korszerűsítés jellegéből adódóan elkerülhetetlen a parkoló időszakos lezárása, amiért előre is a vevők elnézését és megértését kéri. A törvénnyel elrendelt, március 15-étől hatályos kötelező vasárnapi zárva tartás a Lehel Csarnokra – annak piaci jellege miatt – nem vonatkozik, így továbbra is várja a vásárolni szándékozókat. Két tavaszi vásárnap azonban idén zárva lesz a Lehel Csarnok: március 15-én és április 5-én, húsvét vasárnapján, de ez nem a törvényi szigorítás, hanem a szokásos, piros betűs ünnepnapos zárva tartás miatt lesz így.





Rekonstrukció Teljesen megújult, átadás előtt a Visegrádi utcai rendelő

Üde külcsín, modern belbecs



Befejezés előtt áll a fővárosi védettségű épületben működő Visegrádi utcai orvosi rendelő teljes felújítása; a kivitelezést a XIII.

Kerületi Közzolgáltató Zrt. bonyolította a XIII. Kerületi Egészségügyi Szolgálat Közhasznú Nkft. műszaki osztályának szakmai

segítségével. A rekonstrukció két részből állt: egy építészeti-szakipari és egy orvostecnológiai-belsőépítészeti beruházásból.

Felfrissített struktúra

Az épület struktúráját a mai igényekhez igazodva alakították ki: az alapellátások egy szintre kerültek, a szakrendelések funkciójukban kapcsolódnak egymáshoz, világos, tiszta és megfelelő méretű elhelyezést kaptak. A korábban mostoha körülmények közt működő fizioterápia tágas helyre költözött. Mindezzel javult a működőképesség és a betegek komfortja. Az alaprajzi elrendezést úgy tervezték, hogy az alkalmas legyen a későbbiekben érkező MR- és CT-berendezések fogadására. A megváltozott elrendezésű és alapterületű helyiségeket mobiliákkal és belsőépítészeti elemekkel is el kellett látni, mivel a régi bútorzat elhasználódott. A dolgozóknak központi öltözőket alakítottak ki. A földszinten egy közösségi büfét helyeztek el nyári terrasszal. Az udvart pihenőkertré alakították.

A struktúraváltás a válaszfalak mozgatásával, újak építésével járt együtt. Kicserélték a padló- és a falburkolatokat. Megújult a lépcsőház, az udvar és a belső udvari homlokzat, a vízvezeték, a fűtési és világítási rendszer (a gyengeáramú hálózat az orvostecnológiának megfelelő). Az épület új klímaberendezést kapott, korszerűsítették a liftet is.



Az épület „előélete”

A Visegrádi utca 47/C épületének bruttó alapterülete mintegy háromezer-nyolcszáz négyzetméter. Mivel a szakorvosi rendelőhöz kapcsolódik az Alig utca 9. szám alatti kétszintes, 418 négyzetméteres alapterületű épület, így az átalakítás összességében 4274 négyzetmétert érintett.

A rendelőintézet 1936–1938 között épült ifj. Masirevich György tervei alapján. Eredeti állapotában a fő épülettömb háromszintes. Az oldalszárnyak kétszintes, téglaburkolatos épülettömegek voltak. Mai formáját csak 1955-ben, egy későbbi bővítés során kapta, amikor az oldalszárnyakat új emeleti szinttel bővítették. A rendelőintézettel csaknem egy időben húzták fel a már említett Alig utca 9. szám alatti kétszintes házat (alagsor-félelelet), amely Kozma Lajos tervei alapján gyógyszerháznak készült. Ez a kis épület idővel – egy telekösszevonás után – hozzákapcsolódott a rendelőintézethez.

A Visegrádi utcai egészségügyi intézmény legutóbb 14 éve esett át egy, az ellátórendszereket érintő, közepes mértékű felújításon és átalakításon. Ennek során azonban az épület alapvető, eredeti struktúrája megmaradt.

Pályázat Társadalmi szervezeteknek

A kerület szolgálatában

Az önkormányzat pályázatot hirdet az egyházak, társadalmi és civil szervezetek támogatására; a jelentkezéseket március 27-éig lehet benyújtani a XIII. kerületi polgármesteri hivatal címére (1139 Budapest, Béke tér 1.), „Civil pályázat” megjelöléssel. Azok a szervezetek vehetnek részt a pályázaton, melyeknek bejegyzett székhelyük a XIII. kerület közigazgatási területén van, vagy bejegyzett országos, illetve regionális szervezetük a XIII. kerület igazgatási területén szervezeti egységgel rendelkezik, és tevékenységüket kizárólag vagy elsősorban a XIII. kerületi lakosság érdekében végzik.

Pályázni az erre rendszeresített adatlapon lehet, mely a polgármesteri hivatal és a XIII. Kerületi Közzolgáltató Zrt. ügyfélszolgálati irodáján térítésmentesen átvethető, vagy letölthető a www.budapest13.hu honlapról.

Rendelet Szigorúbb feltételek

Módosult a civil jogszabály

Új „civil rendeletet” alkotott a képviselő-testület legutóbbi ülésén, pontosítva és részletesebben meghatározva a támogatás feltételeit. Utóbbi összegét nyolcra tízmillió forintra emelte, ugyanakkor szigorította a pályázat feltételeit. Eszerint az igénylőnek legalább két éve a kerületben kell folytatnia tevékenységét, a támogatott programjában résztvevők közül pedig több mint a felének helyi lakosnak kell lennie. A kerület mintegy 90 szervezettel áll kapcsolatban, széles körben bevonva őket az önkormányzati feladatok és szolgáltatások ellátásába, a döntések előkészítésébe. Ennek hosszú évek óta olyan intézményesült formái működnek, mint a Civil Kerekasztal, a Szociális Kerekasztal, az Időügyi Tanács és a Kábítószer-egyeztető Fórum. Az önkormányzat létrehozta a Civilek Házát, mely egyszerre befogadó intézmény és közösségi színtér. A kerület a Civil Kerekasztal javaslatát figyelembe véve ítéli oda minden évben a Civil Vándordíjat, mely erkölcsi és anyagi elismerésként szolgál.

**Költségvetés** Továbbra is stabil a költségvetés

Átrendeződés és takarékoskodás

Folytatás az 1. oldalról

A bevételek apadásával értelem-szerűen csökkennek az elkölthető források is: az önkormányzat költségvetésének kiadási főösszege – a bevételekkel egyezően – 23,4 milliárd forint, mely a tavalyinál 4,1

százalékkal kevesebb. Az önkormányzati intézmények biztonságos működtetésére csaknem kilencmilliárd forint jut, melyből például az óvodák 2,7 milliárd forintból, a szociális intézmények pedig 2,4 milliárdból gazdálkodhatnak.

Önmagán is takarékoskodik a polgármesteri hivatal, melynek feladatai ellátására csaknem négy százalékkal kevesebb, 1,4 milliárd forint jut. Úgy tűnik, a kerületi úthálózattal kapcsolatos feladatokra is kevesebb jut, összesen 682 millió forint, ami 40 százalékkal alacso-

Működés nehezített körülmények közt

Idén a korábbiaknál is nehezebb helyzetben kell az önkormányzatnak megvalósítania legfontosabb célkitűzéseit. Az egyik a kerület működésének biztosítása, enyhítendő az állami elvonások káros hatásait. Mindez a feladatok újbóli rangsorolását, a saját források átcsoportosítását igényelte, biztosítandó a sokrétű feladat finanszírozását.

nyabb a tavalyinál. Ezen belül viszont útfenntartásra negyedével többet költhet a városrész. A kerületi tulajdonú, fenntartású közterületekhez kapcsolódó feladatokra jelentős forrást, csaknem 3,3 milliárd forintot biztosít a költségvetés, ebből a parkok, játszóterek, zöldfelületek gondozására, felújítására csaknem 1,4 milliárdot. A tavalyinál jóval több, 143 millió jut a köztisztaságra, kerületüzemeltetésre, ez 26,3 százalékos növekmény.

A lakás- és vagyongazdálkodás továbbra is kiemelt terület, erre 2015-ben mintegy öt és félmilliárd forintot költ az önkormányzat, míg intézményhálózatának fejlesztésére, felújítására 2,6 milliárdot. Nem

keveset szán oktatási, kulturális és sportcéljaira sem, ez a terület 1,2 milliárdból gazdálkodhat. Ezen belül a sport és szabadidő csaknem 11 százalékkal többet kap, míg a közművelődési terület mintegy 630 millió forintot.

Ugyancsak fontos a közbiztonság, amelyre 144,3 millió forint áll rendelkezésre. Ebből a XIII. kerületi rendőrkapitányság idén is 30 milliós támogatást kap a városrésztől, míg az Angyalföldi Polgárőr Szervezetet kétfélmillióval segítik. A helyi nemzetiségi önkormányzatok 38,5 millióból gazdálkodhatnak idén.

A kerület költségvetési tartaléka 214,5 millió forint.

**Interjú** Karácsonyi Magdolna a kerület új aljegyzője

Kézenfekvő munkamegosztás

A kerületnek 2008-tól 2015 januárjáig — Urbánné Németh Gyöngyi aljegyző nyugdíjba vonulása után — nem volt kinevezett aljegyzője. E poszt betöltésére az új jegyző, Bujdosó Sándor beiktatásával egy időben — pályázat útján — dr. Tóth József polgármester Karácsonyi Magdolnát (képünkön) kérte fel, akinek a megbízatása január 15-étől határozatlan időre szól. Ebből az alkalomból beszélgettünk vele a közigazgatási pályán töltött utóbbi 20 évéről.

– Hogyan indult a közigazgatási pályája?

– Az Államigazgatási Főiskola elvégzése után kerültem a XIII. kerületi önkormányzathoz. Szabálysértési előadóként kezdtem, majd az igazgatási osztályon lettem helyettes vezető. A hivatali ranglétrán tovább emelkedve, 1993-tól a szociális osztály vezetőjévé nevezték ki. Főiskolai vég-

tésem, mint minőségirányítási menedzser, valamint a közigazgatási menedzseri, majd a mesterképző szak elvégzése a Corvinus Egyetemen.

– Az államigazgatásban az előrehaladáshoz szükségeszerű a folyamatos továbbképzés. Csak így lehet nyomon követni a változó szabályzókat, rendeleteket, törvényeket. Van aktuális képzés, ami érdekli, vagy

hivatali előírás szakirányú kurzus elvégzésére?

– A minőségirányító képesítésem idén lejár. Mivel ezt három évenként kell meghosszabbítani, ezért 2015-ben egy tanfolyam el-

végzése után ismét vizsgát kell tennem.

– Az elvállalt aljegyzőség mellett a továbbiakban is vezeti a szociális és köznevelési osztályt. Maradt a régi irodájában; lát-e szöveget a kinevezése nem járt nagyobb változtatásokkal. Meny-nyiben bővült a napi feladatköre?

– A szociális, egészség- és művelődés-ügyekhez a klasszikus jegyzői feladatok

helyettesítése társult. Mivel tapasztalt, feladatokról jól ismerő, nagy munkabírású jegyző,

Bujdosó Sándor mellé nevezték ki, a munkamegosztás kézenfekvő módon alakul.

Hozzá tartozik a hivatal működésével kapcsolatos körülmények felügyelete: amolyan házigazdahiáziasszonyi feladatok. Így nem csak egyes rendezvényeken kell az állampolgárok felé kimutatnom a gondoskodást, hanem a hivatalon belül is, hozzám tartozik a kollégák munkahelyi körülményeinek szinten tartása, valamint a polgármesteri hivatal szolgáltatásainak megfelelő színvonala, az ügyfél-elégedettség figyelemmel kísérése.

– Nem túlzó a tehernövekedés?

– Mindezeket nem érzem erőmön felülinek. A hivataltól kapott sok tanulási lehetőséget viszonyozhatom a régi és az újonnan elvállalt feladatkörm gondos ellátásával. A munkatársaim szakértő közreműködésével még sokáig szeretnék dolgozni a XIII. kerületi önkormányzatban, az itt élők megelégedésére. Nem utolsósorban, de meg kell említenem azt a szerencsém, hogy segítő, megértő családban élek, akik támogatnak az elképzeléseimben.





Építészetünk A-tól Z-ig Magdolnavárosi lakótelep

Északfok – egy különös városrész

Amába is szervesen „benyúló” egészen különleges városszövetet alkot a XIII. kerület északi részén fekvő Magdolnavárosi lakótelep, mely egyszerre építészettörténeti emlék és folyamatosan megújuló, átalakuló, de eredeti képét mégis megőrző hangulatos élettere sok-sok angyalföldi családnak. A területet eredetileg két részre osztották: az egyik a Fiastyúk utca–Göncöl utca–Kámfor utca–Béke utca–Gyöngyösi út–Nővér utca által határolt terület, az egykor Horthy

Miklós nevét viselő kertes-családi házas telep, nagyjából hétszázötven lakással. A másik a szomszédos, három lakótelepi egységből álló, kislakásos bérházakkal beépített terület.

A Magdolnavárosi családi házas telepét az Országos Társadalombiztosítási Intézet (OTI), nem csoda, hogy a népnyelv gyakran ezen a néven becézi a területet mind a mai napig is. A városrész-szabályozás tervét a Fővárosi Közmunkák Tanácsának mérnöki

osztálya készítette 1938-ban, amit a tanács 1939. június 27-én hagyott jóvá. Az egyes – leginkább modern és népies – épülettípusok rajzait az 1939-es tervpályázaton díjazott 41 magánépítész készítette, ezek alapján pedig 1940 tavaszán 15 ikerház, 45 sorház, 158 sorházegység, majd '40 őszén újabb 26 ikerház, 64 szabadon álló családi ház és 63 sorházegység készült el. Ezzel 1941 októberére 533 ház állt készen és további 218 munkálatai zajlottak.

A '80-as–'90-es években rohamosan megindult a telep házainak – az eredeti városképi jelleghez nem illő – átépítése, a kerület ugyanakkor helyi szabályozással megállította a tovább „rombolást”. A szabadon álló házakhoz és az ikerházakhoz egyébként eredetileg 125, a sorházegységekhez száz négyszögletes telek tartozott. A sorházakban egy-, illetve másfél szobás lakások voltak, az ikerházakban és a szabadon állókban pedig általában kétszobás, ritkábban másfél szobás lakásokat alakítottak ki, és mindegyikhez tágas konyha, kamra, előszoba, WC, fürdőszoba, tornác, veranda vagy terasz is tartozott. Néhol hasadó oszlopok kölcsönöznek népies jellegzetes elemeket a háznak, másutt a modern építészet jellegzetes elemei (csőoszlopok, körablakok) jelennek meg a homlokzatokon.

A szomszédos, eredendően kislakásos bérházak rész a Fiastyúk utca–Nővér utca–Béke utca–Gyöngyösi út által határolt terület (I. számú lakótelep), a Göncöl, a Fiastyúk, a Tomori és a Mosoly utcák által határolt terület (II.) és az Újpalotai, a Faludi, a Göncöl utca és a Rákospalotai út által határolt

terület (III.). Ennek beruházója Budapest Székesfőváros, városrendezési tervét Gerlóczy Gedeon, az építészetiét Weichinger Károly, míg a statikaiét Möller Károly készítette. Rajtuk kívül több, úgynevezett adaptáló tervező vett részt a munkában. A telep kivitelezése 1943–1944-ben zajlott.

A három különböző helyszínen tervezett telep építésénél az „A” típusú kétfogatú szekciót alkalmazták, ahol a zárt lépcsőházból szintenként két szoba-konyha lakás nyílt előszobával, vécével és kamrával. Fürdőszobát nem építettek, mindössze a konyhában alakítottak ki egy „vizessarkot” mosásra, mosakodásra. A kétraktusos szekciókból hosszú, nyeregteretűvel fedett, oromfalas házakat állítottak össze, tipizált, kétszárnyú ablakokkal és szegmensívvvel lezárt, működő keretű kapukkal.

■ K. A. I.

(Köszönjük az Angyalföldi Helytörténeti Gyűjtemény segítségét! Sorozatunk Ferkai András Pest építészete a két világháború között című munkáján alapul.)

Jövök-megyek 117.

Az utcában, hol minden reggel elhaladok munkába menet, egy férfisabó-műhely nyílt nem-régiben.

Ennek különösen megörültem: Egy szabóműhely az én szememben afféle békébeli dolog. Abban az értelemben is, hogy régi idők illatát hozza magával, meg úgy is, hogy békés jövőt ígér. Aki szabóműhelyt nyit, az abban bíz, hogy a környék jobb módú lakói kellő számban készíttetnek majd öltönyöket, zakókat, pantallókat nála, abban bíz, hogy a környéken (szűkebb és tágabb értelemben egyaránt) rendben mennek majd a dolgok, hogy a közösség gyarapodni fog, anyagiakban és derékbőségben egyaránt, s ez az örömdetes tény az ő működését is mellőzhetetlenné varázsolja. Aki szabóságot nyit, az bíz a jövőben.

Ilyen egyszerű ez: a boltokból remekül megállapítható a környék szociológiája. Ahol széltében-hosszában csak bálás használt ruhákat árulnak és egyeúró vegyeskeszkecskék lepik el a környéket, ahol lehúzott redőnyök és kiadó üzlethe-lyiségek fogadják az utazót, ahol a

foltozósuszter és a cipzárjavító ugyanaz a személy, aki még nad-rágigazítást és szoknya felhajlítást is vállal a szemfelszedés mellé, ott nem állnak jól a dolgok. Ahol viszont exkluzív butikok, ingatlan-ügynökségek és díszálatboltok elegyednek éttermekkel és úri szabóságokkal, ott nem lehet nagyobb baj. (Komolyan mondom, az újlipót-városi bolthelyiségek változásából meg lehetne írni az elmúlt évtizedek teljes történetét. Most egyébként éppen egy nehéz fejezet végén vagyunk, amennyire látom, a környéken mindenki dinamikus és magabizó, egyre másra nyílnak, újulnak meg a szebbnél szebb üzletek és mennek felfelé a bérleti díjak. És hogy egy új szabóság is megnyílt, ez a legszebb reményekre jogosít mindannyiunkat.

Ami engem illet, a jókedvemet csak fokozta, hogy éppen nemrégiben határoztam el megint, hogy felkeresek egy igazi öltönyt-szabót. A megint, az persze poétikus túlzás ebben a mondatban, mert-hogy a legutóbbi ilyen eset bizony évtizedekkel ezelőtt történt. (Az a tréfa megvan, hogy megint szeret-

nék csókolózni a Brigitte Bardot-val? Merthogy egyszer már szerettem volna... Bocs.) A nagyszüleim, szegények, úgy emlékeztek, hogy az érettségi az valami nagyon komoly dolog, arra egy igazi, hamisítatlan, szabómesternél készült öltönyben kell megjelenni. Így aztán anyagi erejük teljes megfeszítésével beírat-tak egy öltönyt-szabóhoz. Hetekig jártam anyagot válogatni, próbálni, beszélgetni a szebb napokat látott Kovács úrhoz, aki egy örökké sötét szuterénban (tudják, mi a szuterén? sima pince, csak fenn hordja az orrát) dolgozott tizenkilencedik századi körülmények között és tizennyolcadik századi eszközökkel. De az eredmény őt igazolta: annak a sötétszürke öltönynek, amit Kovács úr az én unortodox alakomra alkotott, még évtizedek múltán is csodájára jártak. Lehetett egyébként, mert az öltöny csaknem húsz évig szolgált engem, s akkor is csak kegyeleti okokból váltam meg tőle. (Ha az előző mondatban rejtett dicsékvést vélnek felfedezni – hogy tudniillik két évtizeden át nem változott az öltönméretem – azt ne írják a véletlen számlájára.) Ez az

ifjúkori találkozás a szabósági kis-iparral végleg megalapozta a szak-mához fűződő barátságomat – el is határoztam időről időre, hogy leg-közelebb tényleg csináltatok ma-gamnak valamit egy igazi szabóval, de aztán, tudják, hogy szokott ez len-ni, az ember sétál valami plázában egy kellemes vasárnapon (ezt a mondatot március tizenötödikén tegyék végleg múlt időbe), meglát egy ruhabolt kirakatában egy re-mek öltönyt kegyetlenül leárazva, és máris elveszett a szabókisipar szá-mára. (Mindennek ellent tudok áll-ni, szoktam volt mondani magam-ról, csak az akciós áraknak nem.) Így tolodott ez a terv évről évre anélkül, hogy a megvalósítás köze-lébe jutottam volna.

Azaz hogy tavaly már majdnem révbé értem. Van egy szabó-ság a Lehel tér közelében, melyet so-kan, sokféleképpen dicsértek ne-kem, egyszer vettem egy nagy leve-gőt és bekopogtam. A tulajdonos nagyon udvariasan fogadott, rö-gtön le is mért a nyakában lógó mé-rőszalaggal, és megnyugodva álla-pította meg, hogy pompás konfek-cióméretem van. (Lefordítom: egy tucatember, aki vagyok.) Ajánlott is bőséges készletéből jó néhány öl-tönyt, világosat, sötétet, télt meg átmenetet. De én mondtam neki, hogy nem is igazán az öltöny hiány-

zik nekem, hanem a csináltatás örö-me, izgalma. Azt is lehet, mondta a mester, némileg már hűvösebben, s mutatott néhány anyagot, s mon-dott egy, a kész öltönyöknél jóval magasabb árat. Az anyagok nem-igen nyerték el a tetszésem, de azért még nem adtam fel a reményt, mi lenne, kérdeztem, ha én hoznék anyagot.

– Az jóval drágább! – felelte a zord szabó. Na, ezt aztán már vég-képp nem értettem. Hogyan lehet drágább valami, ha én viszem az anyagot, a munkadíj meg ugyan-annyi? – kérdeztem, mire egy egé-szen kalandos válasz érkezett, hogy a biztonság miatt, mert mi van, ha elrontja, és akkor a kárt is neki kéne állnia.

Ott ment el a kedvem az egész-től: hát milyen szabó az, aki úgy vág neki egy öltönynek, hogy legott elhibázza?

Hanem most, hogy megláttam ezt az új, sokat ígérő mű-helyt, megjött a kedvem megint. Ahogy magamat ismerem, elaca-kolok még egy ideig, de egyszer, meglátják, lesz még nekem varra-tott angyalföldi öltönyöm. De olyan, hogy csodájára járhat min-denki: én pedig abban jövök-me-gyek, míg világ a világ.

■ JOLSVAI ANDRÁS



Xantus Barbara Pozsonyi Színműhely

Újlipótváros egy pici falu

Xantus Barbara körül pezseg az élet. Színésznőként beutazza az egész országot, producerként kisjátékfilmet készít elő, ősszel újabb diplomát szerzett, az általa kitalált drámastúdió pedig a múlt év novemberében lelt állandó otthonra a Pozsonyi Úton. Szereti Újlipótvárost, a környéket, ahol Panna lányával és Balázs fiával él. Úgy véli, itt olyannak ismerik az emberek, amilyen valójában.

– *Mesélnél egy kicsit a Pozsonyi Színműhelyről?*

– Az ötlete már régebben megszületett, de most találtunk állandó helyet a Pozsonyi úton. Reméljük, hogy minél több gyerek érdeklődését felkeltjük majd. Általános és középiskolásokkal jeleneteket, színdarabokat játszunk el, improvizálunk. A szülőknek azt szoktam mondani, hogy itt a gyerekek nem színésznek készülnek, hanem nyitott személyiségnek, „játszó” embernek. Érdekes, hogy egyre több anyukában fogalmazódik meg az igény, hogy maguk is kipróbálnák. A drámajáték bármely szakmának jót tesz, és egy felnőtt mindennapjait legalább úgy képes megszínés-

teni, mint egy gyerekét. Talán felnőtt csoport is indul majd, ha lesz elég vállalkozó szellemű felnőtt.

– *Miért pont a Pozsonyi úton?*

– Vagy 30 éve itt lakom, az édesanyám és a testvéreim is itt élnek. Imádok a Pozsonyin sétálni, a Brós teraszán kávé kortyolgatni. Szeretnék minél jobban belefolyni a kerület kulturális életébe is. Ez mindig is így volt, a RAM-ban sokat játszottam az Aidát, de A kaktusz virágával is felléptem ott. A drámaúhely mostani helyszíne ugyan előadásokra nem igazán alkalmas, de nagy álmom, hogy egyszer ebben a kerületben leljünk állandó játszóhelyre. Újlipótváros tényleg olyan, mint egy pici falu. Az emberek rám mosolyognak, és

itt olyannak ismernek, amilyen valójában vagyok.

– *Mikor láthatunk friss premierben?*

– Épp A maláji lány című darabban próbálok Gyökössy Zsolt rendezésében, aki annak idején még a Szeszélyes Évszakokban volt rendezőm. Nagyon örültem a felkérésnek, egy remek karaktert, rendőrnőt játszom benne, régi, Thália Színházbeli kollégák társa-

ságában: Nyíró Bea, Győri Péter, Nagy Gábor...

– *A Bánfalvy Stúdió több előadásában játszol. A kaktusz virágának női főszerepét, az Abigélben Zsuzsanna nővért, A Figaro házasságában pedig Marcelinát, az ország legkülönbözőbb pontjain.*

– Jó érzés, hogy Pesten és vidéken is játszunk. Az utazás sem fáraszt. Amikor régebben Székesfehérvárra ingáztam, azt gondoltam, 1-2 évtized múlva már nem sze-



Szeretnék minél jobban belefolyni a kerület kulturális életébe is

retnek ennyit utazgatni. Ehhez képest most imádom, tetszik ez a fajta életforma, a szabadság.

– *A Showdown című kisjátékfilm, melynek producere voltál, egészen Cannes-ig jutott. Az egyik főszerepet lányod, Szurdi Panna játszotta, és volt férjed, Szurdi Miklós rendezte. Vannak friss filmes tervek?*

– Nyáron ismét forgatunk egy kisjátékfilmet. A Kodolányi felnőttképzésén, andragógia-kommunikáció szakon ősszel kaptam diplomát, sokat tanultam itt, s ezt a tudást szeretném most hasznosítani. A film a szerelmet, a párkapcsolatokat boncolgatja majd, és rövid filmtevédkből áll össze. Jelenleg az

Panna nagyon tehetséges. Az sosem elég, ha a szülei szépnek, jónak látják az embert, sokkal fontosabb a külső, szakértő szem véleménye. Balázs fiamra hasonlóképp büszke vagyok, ő 12 éves és egy vagány, klassz egyéniség.

■ BÁRD NOÉMI POLLI

Kiállítás Turcsán Miklós

Mintha valaki vezetné a kezemet

Turcsán Miklós képeiből nyílt életműkiállítás az Újlipótvárosi Klub-Galériában február 19-én. A most kiállított, nagyjából 50 mű több mint 4 évtizedet ölel fel.

Az Újlipótvárosi Klub-Galériában „szalonszerű” elrendezésben láthatóak a képek: a pincétől a felső kiállítóteremig, a galéria minden termében helyet kaptak, ezáltal még közelebb kerülhet Turcsán egyedi képi világához a szemlélő.

– Egy festő számára a festés olyan, mint a naplózás az íróknak.

Az ember a saját sorsát látta a képekben, még ha ez nem is derül ki közvetlenül, mivel egy kép mindig általánosít. Sőt, az a jó kép, amit bárki magának érezhet, aki érzékeny és befogadásra kész – meséli a kiállítás kapcsán a festőművész, aki tavaly ünnepelte 70. születésnapját.

A kerületben első alkalommal a Klub-Galériában volt kiállítása 1996-ban, 2011-ben pedig az Angyalföldi József Attila Művelődési Központban is láthatóak voltak a képei. Turcsán Miklós több mint

30 éve dolgozik a kerületünkben, a Pannónia utcai műtermek egyikében.

– A kerületnek köszönhetem, hogy lehetőséget kaptam arra, hogy nyugodt körülmények között alkotassak. Hasonlóan sokat köszönhetek a Körmendi-Csák Galériának is. A képeim közvetítésükkel értő kezekbe jutottak, és több kiállítást is rendeztek a munkáimból – fűzi hozzá a művész.

A Körmendi Galéria gondozásában Aszalós Endre művészettör-

ténész 2004-ben egy könyvet is megjelentetett Turcsán Miklós munkásságáról. Bár a festőművész feleségével, a Kincső Nép-tánc-együttes alapítójával és vezetőjével és pszichológus lányával Óbudán lakik, mégis erősen kötődik a mi kerületünkhöz:

– Az elmúlt harminc évem nagy részét a Pannónia utcai műtermemben töltöttem. Számomra az alkotás egyfajta terápia is, így nem nagyon telik el úgy nap, hogy ne mennék el a műtermembe. Sok-

szor még hétvégén is... A festőművész válogatott alkotásai március 13-áig díjtalanul megtekinthetők az Újlipótvárosi Klub-Galériában. Március 11-én pedig meghallgatható lesz Körmendi Anna műgyűjtő beszélgetése is Turcsán Miklóssal.

– Az ember változik. Fiatalon minden kiállításnál nagy volt bennem az izgalom, hogy merre alakítják majd az események a sorsomat. Ma már nem várok sikereket, inkább a képeim szemlélőjévé válok magam is. Azt figyelem, mi hiányzik még az alkotásaimból, mit nem tudtam még megoldani. Van erőm, gondolataim és elképzeléseim is vannak az eljövendő képekről. Remélem, megadja a sors, hogy ezeket meg is valósíthassam majd. Közvetítő médium vagyok a Teremtő eszközeként. Amikor dolgozom, úgy érzem, engedelmeskedem egy felsőbb akaratnak. Az alkotás állapota néha olyan, mintha valaki vezetné a kezemet – mondta el Turcsán Miklós.



Jelmezverseny Tréfás előadások

Télűző nyugdíjasok



A télbúcsúztató parádék nem csak a gyermekek körében kedveltek, bizonyíték erre, hogy február 23-án a Radnóti Miklós Művelődési Központban szép számmal léptek színpadra jelmezbe öltözött nyugdíjasok is. Ezen a napon kerületünk valamennyi idősek klubja lenyűgöző műsorral szórakoztatta a résztvevőket. A klasszikus zenés és táncos előadások közé a humor is beférkőzött, melyet a nagyerőmű hangos tapsviharral jutalmazott. A tréfás produkciókat a kerület önkormányzati képviselőiből verbuválódott zsűri pontozta, míg a szépkorúak hastáncklubjának előadását élvezhette a közönség. A rendezvény záróakkordjaként hirdették ki a jelmezverseny nyerteseit. Harmadik helyen a Reménysugár, második helyen az Őszikék Klub végzett, míg a képzeletbeli dobogó legfelső fokára a Napfény Idősek Klubja állhatott.



Lokálpatrióták Mozgó képkockák

Múlt és jelen



Öt évvel ezelőtt alakult meg a XIII. Kerületi Lokálpatrióták Egyesülete. Azóta a civil szervezet nevéhez számos, kerületünkhöz kötődő emlékeztető esemény és program fűződik.

Most sokak érdeklődésére számot tartó anyagot állítottak össze. A kerület régi épületeiről és helyszíneiről fellelt százhuszonnegy régi fotó alapján megörökítették ugyanazoknak a helyeknek a mai arculatát. Mint Erdős Lászlótól megtudtuk, a munka több mint egy évig tartott. A régi képeket akkoriban kiadott képeslapok, családotól beszerzett fényképek, a Helytörténeti Múzeum anyagai, valamint az interneten megtalálható fotók adták.

A fényképeken megörökített épületek mai változatát vagy a helyükön található mostani városképet részben fellelhető fotókból válogatták, részben fotósok közreműködésével örökítették meg. Az összeállítás egyelőre csak filmes formában tekinthető meg a youtube-on. A film zenéjét stílusosan a kerületünkben élt, illetve ma élő zenészek szerzeményei adják. Például az újlipótvárosi épületeket és helyszíneket bemutató rész alatt a Szomorú vasárnap dallamait hallhatjuk.

A lelkes civilek tovább folytatják a gyűjtőmunkát. Már készül a második kiadás, amihez az egyesület facebook oldalára szívesen látják a kerület volt és mai lakóinak fotóit – lehetőleg a helyszín megjelölésével – a lakókörnyezetük egykori és mai „látképéről”.

■ (CSOP)

Tavaszi fáradtság Vitaminkúra

Stresszűző étkek

Március elején már elmondhatjuk: túl vagyunk a nem túl hideg, de azért időnként lehangolóan borús téli hónapokon. Ezekben a napokban vidámság és a tetterkésztség helyett sokan inkább tavaszi fáradtságot éreznek. Ez az évnek ebben a szakaszában szinte természetes: tudományosan bizonyított, hogy a téli fényhiány – amellet, hogy hangulatunkra is kedvezőtlenül hat – szinte kiszívja energiataartalékainkat.

A gyors regenerálódás érdekében magunk is sokat tehetünk. Tartózkodjunk minél többet a szabad levegőn, tegyünk hosszú sétákat, hétvégén kirándulásokat, és élvezzük a tavaszi napfény jótékony hatását. A mozgás mellett a megfelelő táplálkozás az, amivel elűzhetjük a tavaszi fáradtságot. Ilyenkor a tavaszi zöldségekre, gyümölcsökre még várni kell néhány hetet, de rendelkezésünkre áll például a savanyú káposzta, ami igazi C-vitaminbomba. Az ásványi anyagok közül foszfor, kalcium, kálium, magnézium és nátrium található benne. Fogyókúrázók is fogyaszthatják, és az ára is kedvező.

A banán nem tartozik a legolcsóbb gyümölcsök közé, viszont gyorsan és hosszú időre feltölt

energiával. B6-vitamintartalmának köszönhetően elűzi a fáradtságot, és számos, az egészséges, nyugodt és mély alváshoz szükséges tápanyagot tartalmaz. A banánt stresszűző gyümölcsnek is mondják, amely nyugtató hatásával segít a feszültség leküzdésében.

Tél végén jó hatásúak a csírák. Méregtelenítenek, óvják a sejteket, erősítik az immunrendszert. Ráadásul könnyen emészthetők, és azonnal hasznosulnak. Magas a vitamintartalmuk, jelentős az aminosav-, az enzím-, az antioxidáns- és az ásványianyag-tartalmuk, ezért fontos és értékes tápanyagforrások.

Végezetül ajánlható a hazánkban viszonylag kevésbé ismert édesburgonya, amelynek húsos, gumószerűen megvastagodott gyökere szénhidrátban és béta-karotinban gazdag. Sok C-vitamint tartalmaz, de B1-, B2-, B6- és E-vitamin, valamint értékes ásványi anyagok – kalcium, vas, magnézium, mangán, kálium, foszfor, nátrium, szelén, réz és cink – is található benne. Energiatartalma száz grammban 117 kalória, így a fogyókúrázók részére is ideális táplálék.

■ (CSOP)



Óvodapedagógiai Napok A szakma ünnepe

Gyermekek, ahogy mi látjuk

A XIII. Kerületi Egyesített Óvoda hagyományai között előkelő helyet foglal el az Óvodapedagógiai Napok eseménysorozata, amelyet a szakma ünnepének tekintenek, olyan alkalomnak, amikor az óvodapedagógusok újszerű szakmai megoldásokkal találkozhatnak. Természetesen az idén sem marad el ez a nevezetes esemény, amelyre most is nagy gonddal választották ki a legnagyobb érdeklődésre számot tartó előadókat.

Az Óvodapedagógiai Konferenciára a nyitó eseményt március 2-án az Angyalföldi József Attila Művelődési Központ színháztermében tartották. A konferenciát dr. Tóth József polgármester, valamint az idei esemény védnöke,

Holopné Schramek Kornélia alpolgármester nyitotta meg. Ezután Molnár Miklósné óvodaigazgató ismertette a konferencia programját, és egyúttal bemutatta az Egyesített Óvoda új logóját.

A résztvevők érdekes előadásokat hallgathattak meg. Először Bárányos József közoktatási szakértő a pedagóguskompetenciákról beszélt, majd dr. Gönczöl Andrea, az ELTE Magyar Nyelvi és Irodalmi Tanszékének adjunktusa „A logikai gondolkodás fejlesztése az anyanyelvi nevelésen keresztül” címmel tartott előadást. Dr. Juhász Árpád geológus az óvodások környezettudatosságra nevelését fejtette élvezetes stílusban. Végezetül Erdélyi Nóra általános igazgatóhelyettes ismertette az Óvodapedagógiai Napok további programjait.



Az Óvodapedagógiai Napok keretében „Gyermekek, ahogy mi látjuk” címmel óvodapedagógusok

által készített fotókból és pillanatképekből nyílt kiállítás az Angyalföldi József Attila Művelődési Központban. A képek a pedagógusi hivatás szépségéről, a gyermeki őszinteségről és szeretetről vallanak.

A rendezvénysorozat részeként bemutató foglalkozásokra is sor kerül. Az első két – dr. Gönczöl Andrea előadásának témájához kap-

csolódó – bemutatót március 3-án a Hétszín Tagóvodában, valamint március 5-én a Gyöngyösi Tagóvodában tartották, illetve tartják meg. Március 12-én pedig dr. Juhász Árpádnak a környezettudatosságra nevelésről szóló előadásához kapcsolódva tartanak bemutató foglalkozást a Zöld Ág Tagóvodában.

■ Csop V.



Budapest Főváros
XIII. kerületi Önkormányzat
EGYESÍTETT ÓVODA

TÁ-TI-KA Ideális családi időtöltés

Zene, ének és játék a legkisebbeknek

Napjainkban egyre többet hallani a zene, az éneklés fejlesztő hatásáról. Kutatások bizonyítják, hogy a kisgyerekek nagyon fogékonyak a muzsikára, s ráadásul a közös játék, a közös zenélés és éneklés ideális családi időtöltés lehet. Sok izgalmas zenei program létezik már kicsiknek is, most ezek közül egyre hívta fel a figyelmünket egy kedves olvasónk. A Nyugati téri Alexandra Könyvtárházban ugyanis minden 2 hétben egyszer, hétfőn, ingyenes zenés játékokra várják a gyerekeket. A TÁ-TI-KA foglalkozássorozat a legkisebbeket várja. A Babazene alkalmai a 0–3 éves, a ZeneOvi a 3–6 éves korosztálynak szól. A központban két bábfigura áll, TÁ és TI, akik különleges hangszerekkel, megújuló eszköztárral és jó kedvvel várják kéthetente a gyerekeket zenés játszóműhelyükbe.



■ BNP

Vidám farsang Álarcos táncosok

Virágos télbúcsúztató

Álarcos mulatságát tartotta a Vadrózsa és Vadvirág Táncegyüttes az Angyalföldi Gyermek- és Ifjúsági Házban. A vidám télbúcsúztatón a gyerekek örömmel öltözték magukra az ötletes farsangi jelmezeket. A kalocsai, bukovinai vagy éppen széki viselet helyett most hercegnők, rendőrök, varázslók ropták a táncot. A nagyobb korosztály tagjai humoros előadással örvendezteték meg a kisebbeket, így az esti mulatságon a Zagyva Bandának nem kellett sokat muzsikálnia ahhoz, hogy remek hangulatban teljen a közel 60 gyermek részvételével tartott rendezvény. (Fotó: Menyhárt Péter)



Mosolyogjon többet
az életben is!

Várjuk nemzetközi színvonalú rendelőkben,
londoni magyar fogorvosokkal,
mosolybarát áron!

INGYENES FOGÁSZATI KONZULTÁCIÓ MÁRCIUS 31-IG!



FOREST & RAY
DENTAL
BUDAPEST LONDON

1134 Budapest, Váci út 64.
(A Lehel tértől pár percre, a benzinkúttal szemben)
+36 70 312 9771 • frdental.hu



Meningococcus baktérium Veszélyeztetett fiatalok

Életmentő védőoltás



A csecsemőknek már két hónapos kortól javasolt a védőoltás beadása

Az Egészségőr Alapítvány február 16-án kiadott sajtóközleményében a sokak által alig ismert meningococcus fertőzés súlyos, nemegyszer halálos következményeire kívánja felhívni a figyelmet.

– A gennyes meningitist, vagyis az agyhártyagyulladást a meningococcus baktérium okozza, amely nagyon sok emberben jelen van, de nagyon kevés megbetegedést okoz – mondja dr. Ócsai Lajos, az Országos Tisztifőorvosi Hivatal Járványügyi Főosztályának vezetője. A meningococcus baktériumnak több típusa van, a hazánkban előforduló C törzs ellen már régóta van elérhe-

tő vakcina, a B ellen pedig egy éve került gyógyszerári forgalomba egy receptköteles védőoltás. A megbetegedettek zöme egyéves kor alatti. Ebben a korcsoportban hat hónapos kor alatt van a legtöbb meningococcus fertőzés. Ezért már két hónapos csecsemők esetében javasolt a védőoltás beadása – mondja dr. Kulcsár Andrea infektológus, védőoltási szaktanácsadó. A másik veszélyeztetett korosztály a serdülőkorban lévő gyerekek és a fiatal felnőttek, akik a középiskolákban, egyetemeken legalább olyan komoly veszélynek vannak kitéve, mint a csecsemők és az óvodás kor-

osztály. Átadhatják a fertőzést, amikor csókolóznak, amikor egymáshoz közel beszélgetnek, amikor poharat cserélnek, vagy egy pohárból isznak, amikor egész nap egymás mellett ülnek és ráköhintenek a másikra – hívja fel a figyelmet a veszélyekre dr. Kulcsár Andrea. A meningococcus fertőzés terjedésével, lefolyásával és súlyos szövődményeivel ma még sokan nincsenek tisztában. A korai felismerés életmentő lehet. Mivel még szakszerű ellátás mellett is minden tizedik eset halállal végződik, rendkívül fontos a megelőzés, aminek egyetlen lehetséges eszköze a védőoltás.

Vigyázat! Trükkös bűnözők

„Unokázós” csalók!

Az áldozattá válás megelőzése érdekében felhívjuk valamennyi kerületi időskorú lakos figyelmét az utóbbi időben őket megcélzó nagymértékben elszaporodott trükkös csalásokra, bűncselekményekre. Az „unokázás” elnevezésű módszer szerint több bűnöző követ el úgy csalást, hogy egyikük síró, zaklatott, eltorzított hangon az időseket otthonukban felhívja, majd elmondja, hogy ő az idős személy közeli hozzátartozója, legtöbb esetben unokája, és bajba került, így sürgősen készpénzre vagy pénzzé tehető ékszerekre van szüksége.

Ha a fenti történetet az idős személyek elhiszik, a telefonáló elmondja, hogy személyesen

nem tud elmenni a pénzért, hanem egy ismerőst küldi az értékekért, a másik elkövető ezután átveszi azokat, majd távozik a helyszínről. A bűnözők rendkívül jól informáltak lehetnek az idős emberrel és hozzátartozójával kapcsolatban, hogy bizalmukba férközzenek. Az áldozattá válás megelőzhető! Minden alkalommal győződjön meg róla, hogy valóban bajba került-e a rokon, hívják fel a többi családtagot; és mindenekelőtt ne adjanak át pénzt idegeneknek! Ha öntől is a fenti módon próbálnak pénzt kicsalni, kérjük, hogy értesítse a rendőrséget a 112 vagy a 06 (1) 236-2800-as telefonszámon.

Honvédkórház Fekvőbeteg-ellátás

Módosul a látogatási idő



Márciustól az MHEK Honvédkórház aktív fekvőbeteg-ellátó osztályain a látogatási idő a következők szerint módosul: hétfő–szombat: 16–18 óráig; vasárnap és ünnepnapokon: 10–12 és 16–19 óráig.

Délután Lelkiségi-szolgálat

Senior Önkéntesség

A DélUtán telefonos lelkisegély-szolgálat önkénteseket keres, akik vállalják az ingyenes képzést és a havi 8-10 óra – nem fizetett – esti elfoglaltságot. Jelentkezés: info@delutan.hu

Drogprevenció Új helyen folytatódik

Szűrős igazság

Sajtótájékoztatót tartott a Drogprevenációs Alapítvány február 24-én. Mint az alapítvány munkatársaitól megtudtuk, lakossági panaszok miatt megszűnt a Balzac utcában az 1999 óta működő tűcsereprogram. Az alapítvány az ártalomcsökkentő tevékenységet – tűcsere-szolgáltatás nélkül – március 2-ától a XIII. kerület, Csángó utca 3/B alatti helyiségben folytatja tovább. Az érintetteket minden hétköznap délután 4 és 7 óra között várják.

Az új működési helyen a Drogprevenációs Alapítvány Civil Ártalomcsökkentő Szociális Kontaktprogramja díjmentesen és névtelenül biztosít a többi között tanácsadást, folyadékpotlást (teát és vizet), ártalomcsökkentő eszközöket tűcsere nélkül, visszavezetést a munka világába, valamint felvilágosítást a szociális és egészségügyi intézmények elérhetőségéről, szolgáltatásairól.

Az érdeklődők további információkat a Csángó utcai helyiségben, illetve a 06 (20) 939-4331-es telefonszámon kaphatnak.

■ Csop V.



KIPUFOGÓ KLINIKA
Kipufogó dobok, sportdobok készítése szerelése, javítása
KIPUFOGÓK
Katalizátorok garanciával.
MŰSZAKIVIZSGA ÁLLOMÁS
1039 Bp., Árpád utca 23.
Telefon: 240-5603
1141 Bp., Fogarasi út 189.
Telefon: 383-8055
<http://www.kipufogo.hu>
Nyitva: H-P: 8–17 óráig

tiszta erkély, tiszta ablak
élethű
műanyag
varjúval
Galambmentesítés
Pozsonyi út 32. I. em. 2.
5-ös kapucsengő • tel: 06 30 475 5808
www.szalljelgalamb.hu

Taoista Tai Chi Stresszoldás

Cél a jó közérzet



Felgyorsult életvitelünk és a rengeteg ülve végzett munka sokszor stresszel és a megfelelő fizikai aktivitás hiányával párosul. Szerencsére feloldásokra számos alternatíva létezik a közvetlen lakókörnyezetünkben is. A Taoista Tai Chi foglalkozás lehet az egyik módja a stresszoldásnak, kerületünkben a Magyarországi Taoista Tai Chi Társaság tart foglalkozásokat a Váci út 61. szám alatti oktatási központ tornatermében. Mire számíthat, illetve mit kap, aki ellátogat a foglalkozásokra? Semmiképpen ne versenysportra számíton, viszont kortól függetlenül bármelyik életszakaszban elkezdhető ez a mozgás. Szorgalmas gyakorlást, nagy kitartást kíván. Kihívás eljutni a 140 koreografált lépés csopor-

tos bemutatásáig. A Taoista Tai Chi rendszeres gyakorlása szervezetünk teljes fiziológiájára jótékonyan hat, ide értve az ínszalagokat, ízületeket, gerincet, kötőszöveteket és belső szerveket. A társaság arra törekszik, hogy hozzájáruljon az emberek fizikai és szellemi közérzetének jobbításához. A mozgulatok mindegyikében megtalálható intenzív fordítás és nyújtás, amely együttesen az egészség megőrzését, helyreállítását és fenntartását szolgálják; úgymint a vérkeringés serkentése, tartás és egyensúlyérzék javítása, erő és rugalmasság fejlesztése, stressz csökkentése, valamint egyfajta kiegyensúlyozottság és jó közérzet kialakítása.

További információ:
www.taoistataichi.hu

Angyalföldi pálmafák

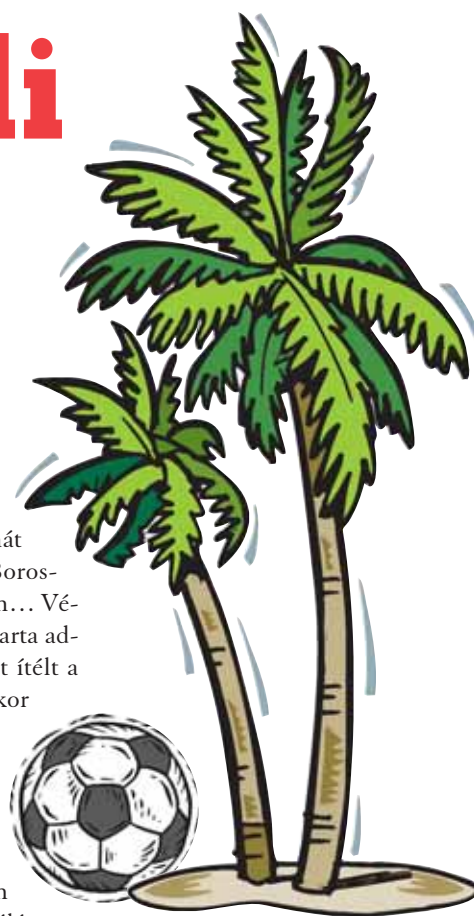
Hajdú-vihar

Nem állítható, hogy Hartmann Lajos játékvezetőnek nagy szerencséje lett volna a Debrecen–Vasas meccsekkel. Az sem, hogy a két csapat különösebben jól járt volna Hartmann-nal... Nyilván sokan emlékeznek arra, hogy 1994. október elsején a hajdú-bihari sporttelepen egy szotyolászacsó repült Márton Sándor partjelző felé a pázsitra, mire Hartmann – a 85. percben, gól nélküli állásnál – lefújta a találkozót. Akkor viszont nem tartotta szükségesnek a találkozót befejeztetését, amikor a Vasas-kapus Sáfár Szabolcs mellett egy pálinkásüveg landolt a füvön... A debreceni drukkerok azonban csak a szotyolás finisre emlékeztek, és olyan haragra gerjedtek a játékvezető, valamint – különös módon – a Vasas játékosai iránt, hogy a helyi rendőrök mentőkké változtak át, mert a karhatalmistáknak kellett kiszabadítaniuk Hartmann-t és a piros-kékeket a felhevült szurkolók fenyegető ostromgyűrűjéből.

A napraforgómagos mérkőzés, amelyet az MLSZ utóbb a XIII. kerületiek 3-0-s győzelmével igazolt, a hazai futballfolklor része maradt; kevésbé emlegetik – ha idézik egyáltalán – az 1985 márciusában rendezett Debrecen–Vasast. Pedig Hartmann azon a meccsen is felejtetetlen alakítást nyújtott... Előbb nagyvonalúan eltekintett attól, hogy Szigeti András a tizenhatoson belül elbuktatta a szólózó Kiss Lászlót, majd angyalföldi gól he-

lyett – hivatalosan: off-side miatt – hajdú-bihari szabadrúgást rendelt el, csak hát a labdát a hálóba küldő Borostyán Mihály nem volt lesen... Végül pedig ellentételezni akarta addigi döntéseit, és büntetést ítélt a Vasas javára akkor, amikor Szigeti szabályosan szerelte Borostyánt. A tizenegyes a minden körülmények között az igazságosságot képviselő – s a piros-kék csapatban 1979-ben éppen Debrecenben debütáló – Rácz László olyan gyengén lőtte, hogy Mező József kapus hárítani tudott.

Ennek ellenére nyert a fővárosi együttes, mert Borostyán első gólját Hartmann megadta, és Kiss László, a mezőny legjobbját is rúgott egyet, miután bravúros mozdulattal tette maga elé Birinyi István átadását. A 2-0-s Vasas-vezetés után az sem sokat számított, hogy – Híres Gábor kezezéséért – Hartmann tizenegyesrel nyújtott némi vigaszt a Debrecennek, és



Kakas nem szárnyalt úgy, mint Mező: az „ítéletvégrehajtó” Mörtel Béla labdája a hálóba került.

A Debrecen első hazai vereségét szenvedte el az 1984/85-ös évadban.

S mivel csak Hartmann volt, pályára hulló szotyola nem, a mérkőzést 2-1-es Vasas-sikerrel igazolta az MLSZ...

■ HEGYI IVÁN,
A NÉPSZABADSÁG
ROVATVEZETŐJE

Debrecen–Vasas 1-2 (0-0)

Debrecen, 8000 néző. Jv.: Hartmann.

Debrecen: Mező – Paróczai, Szigeti, Kiss János, Deák-vári (Bücs, 62.) – Supka, Szabó, Fodor – Tóth (Magyar Zsolt, 46.), Mörtel, Magyar Balázs.

Vasas: Kakas – Híres – Farkas Tibor, Rácz, Balogh, Csorba (Sziijártó, 81.) – Pecha, Birinyi, Csik – Kiss László (Nyúl, 81.), Borostyán.

Gól: Borostyán (50.), Kiss László (59.), Mörtel (65., 11-esből).

LÉPJ PÁLYÁRA, HOGY TE IS GYŐZTES LEHESS!



CSAPATOK JELENTKEZÉSÉT VÁRJUK
TAVASZI - ŐSZI RENDSZERŰ KISPÁLYÁS
LABDARÚGÓ BAJNOKSÁGUNKBA!

2×20 PERCES MÉRKÖZÉSEK HÉTFŐI JÁTÉKNAPOKON
BAJNOKSÁG HELYSZÍNE: 1138 BP. ÚJ PALOTAI ÚT 13.

TERVEZETT KEZDÉS: MÁRCIUS 30.
NEVEZNI A RÉSZVÉTELI DÍJ BEFIZETÉSÉVEL
MÁRCIUS 12-IG A BAJNOKSÁG HELYSZÍNÉN LEHET.

TOVÁBBI INFO: +36 (30) 440-2148 & WWW.MALB.HU



XIII. Kerületi
Közszerelő Zrt.

LEHEL OPTIKA

INGYENES SZEMVIZSGÁLAT
Vegye kézbe engedményét!

akár
-60%
Legyen egy jó dobása!

A kedvezmény a keret árából a kockákkal dobott értéknek megfelelő százalék!

LEHEL Piac, Emelet

(a mozgólépcsőnél)

Hétfő–péntek 9.00–18.00 ■ szombat 9.00–13.00

Telefon: 288-6960



DÖRMI meg a gőgös nyúl

Cser Gábor

A nagy erdő kis lakója,
Dörmiék pöttöm mackója
a Nyuszihoz igyekezett,
mert játszótársat keresett.

Jó sokáig kopogtatott,
zörgetett ajtót, ablakot,
mire a Nyuszi előbújt,
és farkasként dült és fült.

– Ne zavarj most, léha medve!
Nincs időm a vendégekre.
Én már nem vagyok a régi,
fontos nyúl lettem, Húsvéti!

Dörmi szólna, kedveskedőt,
ám a nyúl az orra előtt
az ajtót már be is csapta,
a bocsot faképnél hagyta.

Arra sétált a kis Dorka.
Dörmi kissé megnyugodva
előadja bús kalandját,
a nyúl különös haragját.

De Dorka nem figyel oda.
Ilyesmi sem volt még soha!
– Gyere, látogassuk meg a nyulat,
ott mindig jó a hangulat!

– Ne menj, Dorka, nem érdemes,
a Nyuszi nagyon ideges.
Állítólag Húsvéti lett,
erre büszke most módfelett.

DÖRMÖGŐ
DÖMÖTÖR

KERESD

AZ ÚJSÁGÁRUSOKNÁL!

homoludens.hu Családi szórakozás

Angyali játékkultúra



A kerületünkben működő homoludens.hu Egyesület célul tűzte ki a hagyományos játékkultúra emlékeinek gyűjtését és népszerűsítését. Csányi János vezetésével számos játékos program valósul meg városrészünkben. Az Angyalföldi Gyermek- és Ifjúsági Házban ingyenes családi társasjátéklklub működik, folyamatos a jÁTÉKA kiállítás és már gőzerővel készülnek egy egész napos játékfesztiválra, melyhez kapcsolódóan több pályázatot is meghirdettek. Lapunk ezúttal a Találd ki rovatunkban az Internet Játékházukból közöl egy tréfás feladványt, hasonló kérdések, fejtörők mellett csináld magad játékok és egyéb érdekességek találhatók a homoludens.hu honlapon.



Találd ki!



Két indián ül egy fa tetején. A nagyobbik megszólal: **Ez a kis indián a fiam.**
A kisebbik erre: **Ez a nagy indián nem az apám.**

Hogy lehet ez?

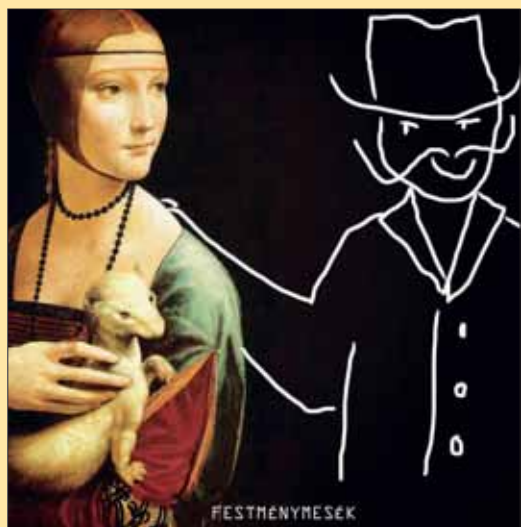


Kedves gyerekek! Megfejtéseiteket március 10-ig várjuk, elérhetőseégeinket az impresszumban találjátok. A helyes megfejtők között értékes ajándékokat sorsolunk ki.

Előző számunk megfejtése: szeretet. Nyertesünk: **Babarczy Éva.** Gratulálunk!

Festménymesék Merre járnak Van Gogh cipőjei?

Gyógyító képek



Mire készülődnek Velazquez udvarhölgyei? Milyen ritmusra táncolnak Mattise táncosai? Hová vezet Klimt erdei útja? Mi bújik elő Dali óriás tojásából? Csontváry cédrusa egyedül marad-e? Mit néz Leonardo Mona Lisája? Van Gogh cipőjei merre jártak?

A Gyógyító festménymesékkal ilyen kérdésekre keresik a választ a SOTE II. Számú Gyermekklinika. A művészeti program a klinika három onkológiai gyermekosztályán fekvő 14 év alatti gyerekekkel valósul meg heti rendszerességgel, miközben folyik a kezelés. A gyerekek gyakran állvánnyal érkeznek, ami a fantáziának és a meséknek köszönhetően sokszor beépül az eljátszott történetbe, mint egy fa vagy sípoló hangja, vagy akár egy csipogó madár. Aki kíváncsi a végeredményre, a Pozsonyi út 16. szám alatti kávéházban nézheti meg a gyerekek műveiből kiállított képeket.



Programajánló

Telefon: +36 1 320 3842, +36 1 320 3843
E-mail: info@kult13.hu
www.kult13.hu

Rendezvények

március 4.	17.00	Nézz (tű)körbe – A kiállításához kapcsolódó viselettörténeti előadás
március 18.	17.00	Helyszín: AHGY
március 6.	19.00	Péntek K13 A13 Színház – Ez a Hely – Kulka János zenés önálló estje
		Helyszín: AJAMK
március 10.	14.00	Nyugdíjas Filmklub – Kisanyám – Avagy mostantól minden más
		Helyszín: AJAMK
március 11.	18.00	Művészképek – Beszélgetéssorozat Körmendi Annával
		Helyszín: ÜKG
március 12.	18.00	Holdvilág Napok Csütörtökön – Petőfi Sándor: A helység kalapácsa – vetítés
		Helyszín: AJAMK
március 13.	18.00	Péntek K13 Nemzetiségi estek – Az 1848/49-es szabadságharc lengyel szemmel
		Helyszín: AJAMK
március 18.	18.00	Bűnügyi beszélgetések – A Rendőr Kulturális és Hagyományörző Egyesület programja
		Helyszín: AJAMK
március 19.	15.00	A második világháború hősei: látogatás Gidófalvy Lajos katonatiszt emlékszobájába
		Előzetes jelentkezés szükséges a simonzsuzsa@kult13.hu email címen!
		Helyszín: 1131 Budapest, Gidófalvy u. 1.
március 19.	19.00	Holdvilág Kamaraszínház Romengo együttes koncertje – A Holdvilág Kamaraszínház szervezésében
		Helyszín: AJAMK
március 21.	15.00	Z13 Koncertek – Mozart: Don Giovanni – az opera 2 órás keresztmetszete magyar nyelven
		Helyszín: AJAMK



Telephelyek és elérhetőségek:



Angyalföldi József Attila Művelődési Központ (AJAMK)
1131 Budapest, József Attila tér 4.
Telefon: +36 1 320 3842, +36 1 320 3843



Angyalföldi Gyerme- és Ifjúsági Ház (AGYIH)
1138 Budapest, Dagály u. 15/A
Telefon: +36 1 330 5357



Angyalföldi Helytörténeti Gyűjtemény (AHGY)
1131 Budapest, József Attila tér 4.
Telefon: +36 30 453 3693



Üllipótvárosi Klub-Galéria (ÜKG)
1136 Budapest, Tátra u. 20/B
Telefon: +36 1 320 5380



RaM – Radnóti Miklós Művelődési Központ
1133 Budapest, Kárpát u. 23.
Telefon: +36 1 398 6210



Tücsöktanya Családi Játsszoház
1138 Budapest, Dagály u. 15/A
Telefon: +36 1 330 5357



VilágCsücsök Közösségi Tér (VilágCsücsök)
1132 Budapest, Váci út 50.
Telefon: +36 30 884 4694



Kult13 Rendezvényterem – értékesítés
E-mail: rendezvenyterem@kult13.hu

Kiállítások

március 3. – április 3.	Kóka Ferenc emlékkiállítás
	Helyszín: Városház Galéria
március 10. – április 15.	20 éves a Holdvilág Kamaraszínház! kiállítás
	Helyszín: AJAMK
március 12. – április 16.	Jäger Margit és Zakar József közös kiállítása
	Helyszín: AJAMK
március 18. – április 20.	Almer Zsuzsa kiállítása
	Helyszín: ÜKG
március 19. – április 13.	Vad-világunk kiállítás
	Helyszín: RaM



Családi és gyerekprogramok

március 6.	10.00	
március 8.	11.00	Holdvilág Kamaraszínház Grimm: Hamupipőke – A Holdvilág Kamaraszínház előadása
március 11.	10.00	Helyszín: AJAMK
	14.00	
március 8.	10.30	Hófehér és Rózsapiros a Batyu Színház előadásában
		Helyszín: Tücsöktanya
március 22.	10.30	Tavaszzáró muzsika a Presto Kamaraegyüttessel
		Helyszín: Tücsöktanya

A műsorváltozás jogát fenntartjuk! XIII. Kerületi Kártyával kedvezményes jegyárak!

Ingyenes programjainkra a díjtalan belépést/részvételt a Budapest Főváros XIII. kerületi Önkormányzat biztosítja.

Teret adunk a kultúrának!



LANG MŰVELŐDÉSI KÖZPONT
1139 Budapest, Rozsnyai utca 3.
Telefon: 349-6308, fax: 349-6307

e-mail: lang.muvelodesi@gmail.com
www.facebook.com/LangMuvelodesiKozpont

NŐNAPI BÁL 6., péntek 18.00–23.00
Belépődíj: 1000 Ft. A TE+ÉN táncst. keretében.
VÁCI KIRÁNDULÁS – DERCSÉNYI DEZSŐ ÉS DERCSÉNYI BALÁZS EMLÉKTÚRA 7., szombat
Találkozó: a Nyugati pályaudvarról reggel 8.07-kor induló szobi személyvonat 3. kocsijában. A vonat Vácig legfeljebb Vác Alsóvárosra áll meg. A helybéliekkel és a más vonat-
tal, ill. másfelől érkezőkkel a váci vasútállomás pénztár-
csarnokában találkozunk 8.35-kor. Jegyváltás: egyénileg
(menettérti jegy: 1300 Ft, félérté 650 Ft, Budapest bérlettel
1120 Ft, ill. 560 Ft) Étkezés: kávézás, frissítő fogyasztási és
ebédelési lehetőség. Visszaérkezés: a Nyugati pályaudvarra
a kora esti személyvonattal. Előzetes jelentkezés nem szük-
séges, mindenkit szeretettel várunk a találkozón! További
információ kérhető: Haraszti Gábor, 06 20 946 4659.
Sakkverseny 8., vasárnap 8.00–16.00
Budapesti Csapatbajnokság II. osztály – Bilek István cso-
port. A. Láng MKKE – HÜSI SC II.
Zenés-táncos rendezvény nyugdíjasoknak
11., szerda 15.00–19.00 Belépődíj: 600 Ft.
Az „Élet az éveknek...” Budapesti Klub rendezésében.
Előadóművészek Országos Baráti Körének és a Vers- és Prózairók Baráti Körének találkozója
19., csütörtök 10.00–15.00

A műsorváltoztatás jogát fenntartjuk!

FSZEK XIII/2. sz. Radnóti Miklós Könyvtára
Pannónia u. 88–90. (RaM)
Tel.: 398-6280

hétfő, szerda, péntek: 14–19,
kedd: 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: 11–16, csütörtök: 12–16 óráig
FSZEK XIII/8. sz. Könyvtára
Dagály u. 9. Telefon/fax: 340-3309,
www.fsze.hu/dagaly, fszek1308@fsze.hu
hétfő–szerda, péntek: 9–19,
csütörtök: 9–14, szombat: 13–18 óráig

Programajánló: „Tekerjünk egyet a diavetítőn”
március 6. (péntek) 17 óra – Diafilmklub gyerekeknek
Apropó: könyv! március 9. (hétfő) 16 óra
A beszélgetőklubot Balla Ferenc irodalmi szerkesztő,
dramaturg vezeti.

Könyvajánló:
Lakatos Levente: Aktus (Ulpus-ház, 2014)
Odze György: Laura diplomáciai kalandjai (Central Mé-
diacsoport, 2014)
Jaap Scholten: Báró elvtárs: utazás az erdélyi arisztokrá-
cia letűnő világában (Corvina, 2014)
Demet Altinyelekliglu: Hürrem, Szulejmán ágyasa
(Trivium, 2014)



ANGYALFÖLDI Termelői Piac

Budapest, Szent László út 21–23.



BUDAPESTI VIRÁGPIAC

www.viragpiac.hu

Telefon: 320-2635

**magyar élelmiszerek
és termelői áruk vására
minden vasárnap 8.30–13 óráig**



APRÓHIRDETÉSEK ✧ APRÓHIRDETÉSEK ✧ APRÓHIRDETÉSEK

SZOLGÁLTATÁS

LAKÁSFELÚJÍTÁS! SZOBAFESTÉS, TAPÉTÁZÁS, MÁZOLÁS, PARKETTALERAKÁS, PARKETTAJAVÍTÁS, PARKETTACSISZOLÁS, VÍZ-, GÁZ-, GIPSZKARTONSZERELÉS, CSEMPÉZÉS, VILLANSZERELÉS, KÖMÜVES-, LAKATOS- ÉS ASZTALOSMUNKÁK, AJTÓ-, AB-LAKCSERE, -JAVÍTÁS, TAKARÍTÁS, GARANCIÁVAL, AZONNALRA IS. TEL.: 202-2505, 06-30-251-3800

KÖLTÖZTETÉS, lomtalanítás, áruszállítás, csomagolás, bútorszerelés, ingyenes felmérés, fuvarvállalás. Tel.: 403-9357, 06-20-972-0347, 06-30-589-7542

TEHERTAXI. Költöztetés precíz munkavégzéssel! Megbízható rakodókkal, gyors ügyintézés. 10%-os hétfélig kedvezmény! Tel: 280-2542, 06-70-214-4235

ZÁRSZERVIZ vállalkozás asztalosmunkát, zárszerelést, küszöbkészítést, szigetelést, pántok, zsanérok cseréjét, mázolás. A legkisebb munkát is vállalom. Szigeti László. Tel.: 251-9483, 06-20-381-6703

MEGVÉTELRE KERESSEK komolyzenei hanglemezeket (minimum 50 db). Házhoz megyek. Telefon: 06 (20) 921-6062.

REDŐNYÖK, szúnyogháló, relaxák, szalagfüggönyök, roletták, napellenzők készítése, javítása. **ÁLLANDÓ AKCIÓK!** www.hoffmannredony.hu. Tel.: 409-2229, 06-20-523-3801, 06-30-209-5987

HÁZTARTÁSIGÉP-SZERVIZ HÁZTARTÁSI, VENDÉGLÁTOI, KERESKEDELMi gépek, hűtők, fagyasztók, klímák, szellőzők, mosó-, mosogató-, szárító-, sütő-, vízmelegítő-berendezések javítása, karbantartása, értékesítése. Használt készülékek adás-vétele. AZEA STÚDIÓ • Telefon: 369-2049 06 (30) 944-0452 • www.azea.hu

REDŐNYÖSMŰHELY gyárt, szerel, javít! Relaxa-, redőny-, szalagfüggöny-, napellenző-, szúnyogháló-, rolettajavítás 1 napon belül. Tel.: 370-4932

REDŐNY-, relaxaszerelés, javítás, gurtncsere, szúnyogháló, szalagfüggöny, harmonikaaajtó szerelése rövid határidővel, hétfélig is. Nagy Sándor. Tel.: 06-20-321-0601

ABLAKJAVÍTÁS! www.ajtoablakdoktor.hu. 21 ÉVE VÁLLALOM kedvező áron ablakok, ajtók javítását, illesztését, zárok cseréjét, festését, **HŐ-SZIGETELŐ ÜVEGEZÉSÉT ÉS SZIGETELÉSÉT GARANCIÁVAL. FELMÉRÉS DÍJTALAN!** Horváth Ákos. Tel.: 06-70-550-0269

ASZTALOSMUNKÁT vállalkozás hétfélig is. Ingyenes felméréssel, ajtó-ablak, bútort javítás, -gyártás, garanciával. Regdon Csaba. Tel.: 06-20-957-9533, 284-9213

PARKETTÁSMUNKÁT, csiszolást, lakkozást, javítást, festést, mázolás, tapétázást vállalom. Tel.: 06-30-948-8909

KÁDFELÚJÍTÁS! Ne cserélje le régi, kopott kádját, a bontási ár töredékéért felújítjuk. Tel.: 06-20-529-4180

XIII., VÁCI ÚT 47/E PARKOLÓ, szervízutná. Napijegy 980 Ft-tól (6–19 óráig, megszakítás nélkül), óradíj 180 Ft-tól, havi bérlet (nappali és 24 órás) megbeszélés szerint. Portaszolgálat van

IKEA-típusú beépített szekrények, konyhabútorok, irodabútorok stb. méretre gyártása legolcsóbban. Pl. könyvszekrény 228x80x28 cm 13 800 Ft. Igényes munka, rövid határidő. Tel.: 06-30-368-1354

KIÉPÍTETT PARKOLÓ a volt Sconto Bútoráruháznál, az Árpád-híd tövében, a Volánbusz pályaudvar mögött, a metrótól 100 m-re, portaszolgálat. Havi díj: kizárólag személygépkocsira 8500 Ft-tól, napidíj megszakítás nélkül 6–19 óráig 600 Ft, óradíj 130 Ft-tól

ÓRÁS. Órajavítás, elemcsere, szíjak, fémcsatok. Diószeghy Péter. 1065 Bp., Podmaniczky u. 20. OREX. Tel.: 269-4419, 06-20-365-9433

VÍZ-, GÁZ-, FÜTÉSSZERELÉS

GYORSSZAKI 0-24. VÍZ-, GÁZ-, FÜTÉSSZERELÉS, DUGULÁSELHÁRÍTÁS GYORSSZOLGÁLAT. Szabó Károly és Kristóf. Tel.: 06-30-971-3782, 360-4434, www.gyorsszaki.hu

VÍZSZERELÉS, csapok, szifonok, wc-csészék, wc-tartályok cseréje, javítása. Mosó-, mosogatógépek bekötése. Villanybojler vízkötelenítése, javítása. Anyagbeszerzéssel. Tel.: 06-30-447-3603

FESTÉS, MÁZOLÁS

FESTÉS, tapétázás, mázolás, parkettacsiszolás, lamináltlerakás! Gyors kezdéssel, garanciával, referenciával. Pap Gábor szobafestő. XIII., Pozsonyi út. Tel.: 06-30-942-4735, 360-2345, www.festes-tapetazas.hu

FESTÉS, mázolás, tapétázás, kisebb munkák vállalása is. Gipszkartonozás, kőműves javítások. Tel.: 06-30-568-6255 Kovács Gergely

Közös KÉPVISELET

TÁRSASHÁZKEZELÉS! 15 éves tisztségviselői múlttal, társasházkezelői diplomával, újlipótvárosi elkötelezettséggel társasházak közös képviselőt, kezelését vállalom. Bármilyen okból problémás házak korrekt rendbetétele. Jogász, könyvelő, szakipari mesterek, valamint sikeres pályázatiírók segítik munkámat. Tel.: 06-20-942-0191

TÁRSASHÁZAK közös képviselőt vállalkozásunk családi vállalkozásban, szakértelemmel, gyakorlattal, reális, egyedi áron. Tel.: 06-30-966-6052

RÉGISÉG

BÉLYEGET, papír- és fémpénzt, képeslapot, könyveket, régiségeket vásárolunk. VI., Andrássy út 16. Tel.: 266-4154. Nyitva: h–sz: 10–17, cs: 10–19, p: zárva

RÉGI pénz, kitüntetés, érem vétele, eladása, aukció. Térítésmentes értékbecslés. Tátra Galéria. 1136 Bp., Tátra u. 4. Tel.: 239-4043, www.tatraerembolt.hu

MINDENNEMŐ régiséget vásárolok díjtalan kiszállással. Bútort, festményt, porcelánt, kerámiát, borostyánt, órákat, szőnyeget, numizmatikát, bronztárgyakat, hiraadástechnikát. Pintér Nikolett. Tel.: 466-8321, 06-30-973-4949

KIEMELKEDŐ KVALITÁSÚ 19-20. századi magyar és régi külföldi festmények, műtárgyak vétele, eladása. Tel.: 06-30-949-2900, e-mail: nemes.gyula@nemesgaleria.hu. Nemes Galéria: 1024 Bp., Szilágyi Erzsébet fasor 3.

INGYENES numizmatikai szaktanácsadás. Tel.: 349-6854, 06-30-387-7188

INGATLAN

IRODÁNK eladó lakásokat keres, mdj 3%! Hozzuk a vevőt, hívjon! II/A ker., Leshegy u.-ban 3 lakásos, 361 nm-es, újszerű ház eladó. Ár: 142 M Ft. Tel.: 06-20-960-0600. wwwingatlan.com/21019110

XII. ker.-ben, Szabadság-hegyen, a CSILLE-BÉRCI ÜDÜLTELEPEN gyönyörű, örökpanorámás, 140 nő-es telek 75 nm-es építménnyel eladó. Bejárat a főútról. Ár: 22 M Ft. Tel.: 06-20-251-7709.

XIII., Szegedi út 3. 60 nm-es 1+2 félszobás, téglalapú lakás zárt beállóval eladó. Ár: 22,5 M Ft. Tel.: 06-30-241-6848. www.ingatlan.com/20935913

EMELETI, felújítandó örökklakást keresek készpénzfizetéssel. Magánszemély. Tel.: 06-20-496-6601

KÜLFÖLDI ügyfeleim részére keresek eladó lakásokat a XIII. kerületben. Tel.: 06-30-494-3255 Kiss Beatrix

ELADÓ panellakást keresek 16 M Ft készpénzzel. Tel.: 06-70-949-4013

ÜZLETHELYISÉG eladó a Róbert K. krt. és a Kassák L. u. sarkán. Szuterin, 21 nm-es. Tel.: 06-20-371-8949

A XIII. Kerületi Egészségügyi Szolgálat Közhászú Nonprofit Kft. bérbevétele kínálja az alábbi helyiségeket:

1. A **XIII., Szegedi úti Szakorvosi Rendelő** III. és IV. emeletén, a betegváróval egy légtérben lévő, 7 nm-es üzlethelyiség. Az üzlethelyiség frontja nyitott, amely motoros működtetésű ráccsal zárható.
2. A **XIII., Nővér utca–Gyöngyösi utca** sarkán, a gyermekorvosi rendelő mellett, külön bejáratú, több helyiségből álló, összkomfortos, nem lakás célú, orvosi tevékenységre is alkalmas, 67 nm-es bérlemény.
3. A **XIII., Alig utca 9.** szám alatti önálló, világos, kétszintes (alagsor 133 nm és félemelet 155 nm) ingatlanát egyben vagy szintenként. Az ingatlan nem lakás célú, de ezen kívül bármilyen tevékenységre alkalmas. Központi fűtés és gázbeállítás van, klimatizálás nincs. Utcára nyíló közvetlen bejárata nincs, a megközelítés saját kapubejárón lehetséges. Az ingatlan félemeleti része 2015 januárjától vehető használatba. Az ingatlan alagsori része 2015 februárjától vehető használatba. Ez jelenleg a szakrendelő felújításához kapcsolódóan felvonulási területként funkcionál. Az adott vállalkozásra történő kialakítás a bérleti feladata és költsége.
4. A **XIII., Visegrádi utca 47/C** szám alatti szakorvosi rendelő földszinti, felújított szárnyában egy 19 nm-es, korszerűen berendezett rendelőhelyiség. A rendelő kizárólag orvosi vagy egészségmegőrző tevékenységre használható. Érdeklődni a 452-4204 telefonon lehet.

EGÉSZSÉG

FOGSOROK, hidak készítése, javítása soron kívül, fogszabályozó, fogfehérítő. Mozgáskorlátozottakhoz házhoz megyünk! Hétfélig ügyelet! Fogászati háttér biztosított! Tóthné Hívös Katalin fogtechnikus mester, 1013 Budapest, Krisztina krt. 51. fszt. 1. Tel.: 06-30-222-3016

GYÓGYMASSZŐRKÉNT várom frissítő és relaxáló masszázsa a kellemes, otthonos, XIII., Vág u.-i magánstúdiómba kedvező áron. Hívjon bizalommal! Tel.: 06-20-289-4872

A XIII. Kerületi Egészségügyi Szolgálat Közhászú Nonprofit Kft. cégeknek, vállalkozásoknak és magánszemélyeknek ajánl foglalkozás-egészségügyi szolgáltatást és komplex menedzserszűrést. Érdeklődni lehet személyesen a Budapest XIII., Szegedi út 17. V. emelet (foglalkozás-egészségügy) dr. Réfi Mária főorvosnál vagy telefonon a 452-4200/5448-as melléken

GONDOZÁS

IDŐSGONDOZÁSRA, házvezetésre, gyermekfelügyeletre hölgyeket kínálunk és keresünk igény szerint. Empátia. Tel.: 06-20-465-8458, 336-1094, 06-70-380-5522

OKTATÁS

MATEMATIKA GIMNAZISTÁKNAK! Fialat magántanár felkészít extra türelemmel és nagy gyakorlattal. Újlipótvárosban házhoz is megy. Tel.: 06-30-258-2290

OKJ-S óvodai dajka, pedagógiai és gyógypedagógiai segítő képzés. Tel.: 06-30-269-1061, www.kaszaszakkepzes.hu. Nyilvántartási szám: 01-0064-04

ROMÁNNYELV-OKTATÁST vállalkoz minden szinten. Román–magyar, magyar–román, angol–román általános és szakszövegek fordítását vállalom. Tel.: 06-30-319-9634

NÉMETOKTATÁST vállalkoz türelmes, diplomás magántanárnő gyerekeknek és felnőtteknek a II. kerületben, a Szépvölgyi út közelében. E-mail: nemetnek@gmail.com. Tel.: 06-30-409-5492

SZÁMÍTÁSTECHNIKA

COMPUTERKLINIKA: számítógép-javítás, -karbantartás, -bővítés, vírusirtás, telepítés, tanácsadás. Ingyenes kiszállással! Hívjon bizalommal! Tel.: 06-30-857-2653

TÁNC

TÁNCOS tréning 30 éven felülieknek. VilágCsücsök XIII., Váci út 50. kedd: 18–19.30. Előjelentkezés: dk.dance.dk@gmail.com. Tel.: 06-30-305-6534, facebook.com/domokosdance

KÖNYV

ÓBUDA ANTIKVÁRIUM azonnali készpénzfizetéssel vásárol könyveket, teljes könyvtárat, hagyatékot, képeslapot díjtalan kiszállással. Tel.: 388-7332, 06-20-978-1974

ÁLLÁS

PORTÁS munkakörbe csak friss nyugdíjas, nemdohányzó kollégát keresünk. Feltétel: saját vagy önkormányzati lakással rendelkezzen. Jelentkezés személyesen a XIII., Váci út 47/E parkolóban hétköznap 8.30–15 óráig. Fizetés: 7000 Ft/nap

OTTHONI munka! Borítékolás és egyéb csomagolási munkák. 06-90-603-607 (http://audiopress-hungary.webnode.hu 635 Ft/p 06-20-910-4517)

EGYÉB

A XIII. Kerületi Egészségügyi Szolgálat Közhászú Nonprofit Kft. alkalmankénti vagy rendszeres igénybevételel oktatási, konferencia-, bemutató előadások céljára termet bérbe ad. A helyszín: Budapest XIII., Szegedi út 17. (Egészség ház). A terem befogadóképessége asztalok melletti elhelyezésnél maximum 35 fő, asztal nélküli ültetésnél maximum 50 fő. Az igénybevétele lehetséges időpontja hétfőtől péntekig 8.30 és 19.30 óra között. Érdeklődni lehet a 452-4204-es telefonszámon. Előadás-technikai berendezéseket a bérletnek kell biztosítani. A terem bérlet ára 10 000 Ft/óra (áfamentes)

UNION ELEKTROMOS TÁSKAVARRÓGÉP, megkímélt állapotban, hibátlanul működő összes eredeti alkatrészrel, tartozékkal, magyar nyelvű leírással, használati útmutatóval eladó. +36(30)200-8277

SAMSUNG GALAXY NOTE 4 premium minőségű börtök eladó eredeti csomagolásban, övre, nadrágra csíptethető. +36(30)200-8277

Az apróhirdetés ára 15 szóig bruttó 2700 Ft, ezen felül szavanként 127 Ft. LAPUNK KÖVETKEZŐ SZÁMA 2015. MÁRCIUS 19-ÉN JELENIK MEG. LAPZÁRTA: 2015. MÁRCIUS 9. A lapban megjelenő hirdetések tartalmáért a szerkesztőség nem vállal felelősséget.

Giulio Scarnacci
Renzo Tarabusi



és

lenese

komédia

Rendező: Verebes István

SZULÁK ANDREA
NEMCSÁK KÁROLY
SÁRA BERNADETTE

PATAKI SZILVIA
FILA BALÁZS
ZÖLD CSABA
LIPPAI LÁSZLÓ
KATONA JÁNOS

 **JÓZSEF ATTILA**
SZÍNHÁZ

WWW.JOZSEFATTILASZINHAZ.HU

BUDAPEST fidelio  szinhaz.hu PORT.hu

Fogászat

A XIII. kerület megbecsült,
nagy tapasztalattal rendelkező
kiváló fogorvosai

dr. Sigmond Péter

06-30-388-6650

dr. Szóts Edit

06-20-310-8964

dr. Balogh István,

dr. Tóth Éva,

dr. Heintz Renáta

(implantológus)

06-1-801-2848

a XIII., Hegedűs Gyula u. 91.

IX. em. 1. sz. alatt rendelnek.

**A rendelő a legmodernebb
technikával, de emberbarát
árakkal várja pácienseit.**

Minden fogászati beavatkozás
(fogkezelések, fogpótlások)
a legjobb anyagokkal, de olcsón.
Hi-tech fogtechnikai háttérrel.
Fogbeültetés azonnali fogpótlással.
Régi, mozgó teljes fogsor rögzítése,
forradalmian új technikával,
1 óra alatt

**Egyedülálló lézerrel ínsorvadás
(parodontosis) kezelése.**

Egészségpénztárakkal szerződött rendelő.

Urológia és andrológia magánrendelés

- Daganatszűrések
- Jóindulatú prosztata-
magnagyobbodás és idült
(krónikus) prosztatagyulladás, stb.
- A női vizeletcsepegés
komplex kivizsgálása és nem
műtéti (konzervatív) kezelése

Dr. Rózsahegyi József
urológus és andrológus szakorvos
az orvostudomány kandidátusa

Hétfő, szerda, csütörtök: 16–18.30

☎ 350-0631, 350-1898

1131 Bp., Göncöl utca 28–30.

www.urologiarendeles.hu

POP TARISZNYA

**AZ IGÉNYES
ZENÉK
TÁRHÁZA,
NAPI 24 ÓRÁBAN**

www.poptarisznya.hu

Vén Duna Étterem a Pozsonyi úton

- Napindító villás reggeli
- A'la Carte széles választéka
- Céges rendezvények, születésnapok, bal-
lagási ünnepségek lebonyolítása (50 főig)
- Tavasztól őszig 30 fős terasz
- Hagyományörző ízek, friss alapanyagok



Cím: 1137 Bp., Pozsonyi út 14.
Tel.: 06-20-775-3076
E-mail: vendunaetterem@gmail.com



Önnek is zúg a füle?

Mi hozzásegítjük a gyógyuláshoz!

Szakszerű információkért, segítségért hívja
a Magyar Tinnitus Egyesület
információs vonalát:

06 (1) 410-8811

info@tinnitus.hu,

www.tinnitus.hu



VÁROSFAL Antikvárium

vásárol készpénzért könyveket,
könyvtárakat, hanglemezeket,
DVD-t, vitrintárgyakat,
képeslapokat, hagyatékot.

Díjitalan kiszállítás.

Tel.: 332-0243, 06 (20) 922-0001

HÍRNÖK

AZ ÖNKORMÁNYZAT LAPJA

Alapító főszerkesztő:
Sas György (1922–2004).
Felelős szerkesztő: Machos Ferenc.
Szerkesztők: Czeglédi Ildikó,
Jusztusz Gábor, Kálmán Attila.
Fotó, tördelés: Holczér Gábor.

Kiadja a **Sprint Kft.**
www.sprintkiado.hu
e-mail: **hirnok@sprintkiado.hu,**
Hirdetésfelvétel: Sprint Kft.,
1137 Bp., Újpesti rkp. 7.,
hétfőtől péntekig 9–15 óráig,
tel.: 237-5060, 237-0242, fax: 237-5069,
e-mail: hirdetes@sprintkiado.hu

TRÓFEA GRILL ÉTTEREM

Telefonon és a weboldalon érkező rendelések esetén
10 % kedvezményt biztosítunk az árból!



06 30 878 0505
06 1 878 0505

Étkezési csekket, Bankkártyát, Szép-kártyát és
Erzsébet-utalványt is elfogadunk!

www.trofea.hu



ÉTEL HÁZHOZZÁLLÍTÁS

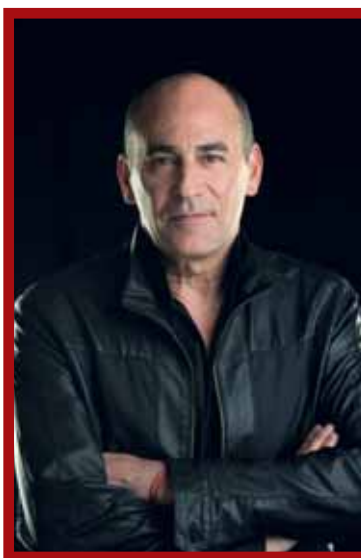
Ingyen letölthető
Android applikáció

Tücsöktanya Varázsnapok

Tavaszcímő muzsika



Nem csak a természet éled, hanem a Tücsöktanya játszótér is tavaszi meglepetésekkel készül, az apróságokat tavaszváró muzsikával várja a Presto Kamaragyűttes március 22-én, vasárnap 10.30-tól. A Varázsnapok alkalmával a zene mellett Tücsök Kézműves Műhely, társasjátékkör és sok-sok móka szórakoztatja a kerületi gyerekeket.



A13 Színház Fülbemászó dallamok

Kulka János önálló zenés estje

Az A13 Színház következő előadása igazi különlegességgel várja a kerületi közönséget. Ez a hely címmel Kulka János zenés önálló estjére invitálják az érdeklődőket március 6-án, péntek 19 órától az Angyalföldi József Attila Művelődési Központba (József Attila tér 4.). A neves színművész ez alkalommal történeteket mesél, embereket és helyzeteket jelenít meg, színházat teremt a zenével. Közös nevezőre hozza Charles Aznavourt és Leonard Cohent, Dést és Stinget, Cseh Tamást és Nádasdy Ádámot. Ezek a dalok állnak az est középpontjában, kiegészítve prózával, amiket ő is, s a közönség is örömmel tart életben. Jegyek a helyszínen vagy a kult13.jegy.hu internetes oldalon válthatók.

KORSZERU ENERGIA- FORRAS	LETIFENN- TARTAS) ALAPVETO FELTETLE	ABECENK UTOLSÓ ELŐTTI BETŰJE	HARISZA VÉGE!	FRISS, HAMVAS, FIATALOS	A NATU- RIZMUS KÖVE- TŐJE	EGYLET, TÁRSAS- KÖR	A TANTÁL VEGYJELE	A KÖZEPÉN SÜLI	SZENÁT KÉZISZER- SZÁMMAL LEVÁG	VARRO- MOZDULA- TOT TESZ
MEG- FEJTÉS										R
AZ ALUMINI- UM VEGY- JELE		HEGYSVÁJ- BAN (adula) EREDETI AN- GOL DZSEM!						ALBÁNIA NOB-JELE PÁR ÖSZ- SZEADÁSA		
BARNÁS SZÖRŰ, SÓTÉT SÓ- RÉNYŰ LÓ			EDE RITKA BECÉZÉSE GYÖGY- SZERÉSZ				NAPSZAK (KUTYÁT) TÁMADÁS- RA BIZTAT			
ÚT- VERSENY- SZAKASZ				UTAZÁSI IRODÁNK IZRAELI SIVATAG						!
24 ÓRÁS AUTÓVER- SENYFR. SZÍNHELYE						KÁRTYA- JÁTÉK RÉTSÁGI FA- LU LAKÓJA				IGEN ERED- MÉNYES FOCISTA TRÉF. NEVE
INNEN MESSZIRE, TOVA		SZEREP- BEN PÓZOL GÖR. MIT. ÓRIÁS								
FÉLRECSÜ- SZOTT NYAK- KENDŐT HELYRETEREK								IRÓN KÖZEPÉ!		
... TYSON; ÖKÖLVÍVÓ BÁJ, KELLEM					MEGÚJUL AZ ÉPÜLET STATISZTI- KA ALAPJA			... AVION; LÉGIPOSTA		
SVÉD AUTÓJEL		DARUALA- KÚ MADÁR ID. ELŐTAG: FÖLD-					SÓ, NÉMETŰL NYŰL HÍMJE			
HÁMBÁ FOGOTT LÓ JELZŐJE				ÚTÓ- HANGSZER ATELLUR VEGYJELE			ÜGY, LATINUL A TETE- JÉRE			
K. LOACH FILMJE EGYSÓ- LYOMRÓL			BELEP, ELFED MÉTER, RÖVIDEN					HOSSZÚ MORZSEJEL ŐSZ VÉGE!		
A VALÓSÁG- HOZ KÉPEST SZÉPÍTGET, BIZ.										

Előző rejtvenyünk helyes megfejtése: Farsangi tipegő, topogó. Nyertesünk: Bán Tiborné. Aktuális feladványunkban szintén egy program meghatározását rejtettük el. Beküldési határidő: március 10. A helyes megfejtést beküldők között értékes ajándékokat sorsolunk ki. Postacímünk: 1137 Bp., Újpesti rkp. 7., e-mail: hirnok@sprintkiado.hu.

TÖRTARANY- ÉS FAZONARANY-FELVÁSÁRLÁS!
TÖRTARANY FAZONARANY: **6500-11 000 Ft**
TÖRTEZÜST FAZONEZÜST: **170-800 Ft**

A borostyán ékszereket készpénzért vásároljuk!

KÉSZPÉNZERT VÁSÁROLUNK! KÉREM, JÖJJÖN EL HOZZÁNK!
Zsuzsa Galéria: XIII., Hollán Ernő utca 4. • Tel.: 06-70-884-4084 • Hétvégén is hívható!

Ha képe akar kerülni a XIII. kerületről,
NÉZZE A TV13 ADÁSÁIT!
Szerkesztőség és stúdió: József Attila tér 4.
Telefon: 788-7098, e-mail: tv13@sprintkiado.hu



SPORTTÁRS
(Hegyi Iván műsora)
március 3.: Faragó Richárd
március 10.: Nyilasi Tibor

EGY FALAT KENYÉR ÉS EGY CSIPETNYI SZÓ
(B. Tóth László műsora)
március 6.: Tunkos András
március 13.: Hevesi Tamás

— a UPC digitális kábelrendszerén az 509-es csatornán;
— a DIGI TV digitális kábelrendszerén a 30-as programhelyen, az S26-os csatornán, az analógon a C5-ös csatornán (a Minimax és a Hálózat TV között).

Ha szeretne megjelenni a TV13 képítségében,
esetleg készíttetne egy rövid reklámfilmét vállalkozásáról,
akkor írjon a hirnetes@sprintkiado.hu e-mail címre
vagy hívjon minket a 237-5060-as telefonszámon!