

HÍRNÖK

XIII. KERÜLETI

XVI. ÉVFOLYAM 3. SZÁM

2010. FEBRUÁR 2.



Felhívás
díszpolgár-
jelölésre

2

Esély
a
munkához

3

Pedagógiai
Napok
2010

4

Törődés
sok
szeretettel

5

Gyakori
a csúszás-
veszély

8

Az év
egészségügyi
dolgozója

9

Györgyi
Levente
sportcsillag

10

100 éve született Major Tamás



Száz éve, 1910. január 26-án született Major Tamás kétszeres Kossuth-díjas színész, rendező, színingazgató, kiváló művész. A színész-rendező egykori lakóházánál (Pozsonyi út 40.) január 26-án emléktábla-koszorúzási ünnepséget tartott a kerületi önkormányzat. Major Tamásra hangfelvételtől saját előadásával, József Attila A Dunánál című versével emlékeztek a megjelentek. József Attila Születésnapomra című versét Kotricz Kinga, az Ady Endre Gimnázium 9. b osztályos tanulója adta elő.

Történelmi jégkorongsiker



Valljuk meg, ilyen gyors sikerre még a legvérmesebb Vasas-szurkolók sem számítottak jégkorongcsapatuktól. A Budapest Stars és a Vasas nyáron kezdődött együttműködésének máris meg van az első gyümölcse. A csapat először nyert hazai versenysorozatot. A január 23–24-én Dunaújvárosban rendezett MOL Liga négyes döntő első napján a Vasas Bp. Stars remek játékkal múlta felül a végső győzelemre is esélyes hazai csapatot, majd a döntőben diadalmaskodott a jóval tapasztaltabb játékosokat felvonultató Újpest ellen. (Fotó: Rábavölgyi Iván – IceZone.hu)

Az ország

legzöldebb iskolája



Az Ady Endre Gimnázium lett az ország legzöldebb iskolája, ők nyerték a Tesco által Zöld a sulitok? címmel meghirdetett PET-palack- és aludoboz-visszaváltási akciót. A tanulók jutalma egy napra, saját használatra felállított műjépgálya volt, amelyen egész délután DJ Dominik zenélt.

Civil Szervezetek Napja



Cikkünk a 10. oldalon

A képviselő-testület január 14-i ülésén

– sürgősségi indítványra megválasztotta Magos Pétert a Jogi és Közbiztonsági Bizottság tagjává;

– sürgősségi indítványra módosította a járművel várakozás rendjének szabályozásáról szóló önkormányzati rendeletét. A módosítás szerint az 1., 2., 3. zónában: Szent István körút páros oldala–Váci út páros oldala–Lehel út páros oldala–Dózsa György út páros oldala–Dráva utca páros oldala–Pesti alsó rakpart által határolt terület valamennyi parkolójára kiadott 1-es, 2-es és 3-as zónát jelölő matrica érvényes;

– megalkotta a polgármesteri hivatal köztisztviselőit megillető juttatásokról és támogatásokról szóló rendeletet módosító önkormányzati rendeletét. A Magyar Köztársaság parlamentje módosította a köztisztviselők jogállásáról szóló törvényt. A változások több ponton érintik önkormányzati rendeletünket, melynek aktualizálása indokolt és szükségszerű volt;

– elfogadta a 2010. évi beruházási programokra, célokra és módosításukra szóló javaslatot. A 14 intézmény fejlesztésének összértéke közel 4 milliárd forint. Ez évben fejeződik be a Láng Sporttelep beruházása, a Futár Utcai Tagóvoda, valamint a Váci út 88–90. alatt épülő új intézményben egy 40 fős bölcsőde és 75 férő-

helyes óvoda kap helyet. Ez évben kezdődik meg három intézmény teljes rekonstrukciója, melyek szakaszos felújítással készülnek el, a Vizafogó Tagiskola, a Zöld Ág Tagóvoda, a Madarász Tagóvoda. Homlokzati felújítások, nyílászárók cseréje történik meg az Énekzenei és Testnevelési Általános Iskolában, a Hancúrház Bölcsődében, a Berzsenyi Dániel Gimnáziumban és új hőszigetelő rendszer építésével együtt az Ady Endre Gimnáziumban;

– elfogadta a Budapest Főváros XIII. Kerületi Önkormányzat Közfoglalkoztatási Terv felülvizsgálatát és a 2010. évre szóló tervét;

– elfogadta a Gondozóház tevékenységéről szóló beszámolót. Elismerését fejezte ki az intézmény vezetőjének a színvonalas szakmai munka megvalósításáért. Tudomásul vette a Gondozóház pénzügyi, szabályszerűségi és megbízhatósági ellenőrzése tapasztalatról szóló jelentést;

– egyetértett a Borostyánkő Oktatási és Művészeti Alapítvánnyal kötött ellátási szerződés 2015. december 31-ig szóló meghosszabbításával;

– döntött, hogy a Révész utca 10–12. szám alatti rendelő területéből 93 m²-t orvosi ügyelet céljából, 2010. február 1-jétől 2014. december 31-ig terjedő időtartamra, a közbeszerzési eljárás nyertes

ajánlattevője részére ingyenesen használatba adja;

– megalkotta a köztulajdonban álló gazdasági társaságok takarékosabb működéséről szóló törvény alapján előírt szabályzatot. Mint alapító módosította az Angyalföld-Újlipótváros-Vizafogó Vagyonkezelő Zrt., a „SIMA UT” Út- és Közműépítő Kft., a Lehel Csarnok Élelmiszerkereskedelmi Központ Üzemeltető Kft.; a Sport és Szabadidő Közhasznú Nonprofit Kft., a XIII. Kerületi Egészségügyi Szolgálat Közhasznú Nonprofit Kft.; a XIII. Kerületi Környezetgazdálkodási Közhasznú Nonprofit Kft., a XIII. Kerületi Közművelődési Nonprofit Kft. alapító okiratát;

– hozzájárult a Rozsnyai u. 20. szám alatti ingatlanra kötött adásvételi szerződés módosításához azzal, hogy a vevőt terhelő beépítési kötelezettség határideje 18 hónappal meghosszabbodik. Hozzájárult a Róbert K. krt. 50. szám alatti és a Váci út 171. szám alatti ingatlanra a vevővel megkötött adásvételi szerződés módosításához azzal, hogy a vevőt terhelő fizetési határidők és az eladót terhelő kiürítési határidők 18 hónappal meghosszabbodnak;

– úgy döntött, hogy nem él elővásárlási jogával a XIII. kerület, 27195. helyrajzi számon felvett ingatlanon 150 000 000 Ft vételáron.

Új kerületi szabályozási tervek

Tájékoztatjuk a tisztelt lakosságot, hogy a polgármesteri hivatal a Főépítési Iroda koordinálásával az alábbi területekre készített Kerületi Szabályozási Tervet:

– XIII. kerület, Bulcsú utca–Lehel utca–Löportár utca–Löportár utca folytatása–kerülethatár által határolt terület (KSZT felülvizsgálata);

– XIII. kerület, Váci út–26017. hrsz.-ú közterület–Balzsam u.–Újpalotai út–Szekszárdi út (KSZT felülvizsgálata);

– 56/2001. (XII. 20.) sz. önkormányzati rendelettel jóváhagyott Budapest XIII. Kerület Városrendezési és Építési Szabályzatának (KVSZ) és egyes hatályban lévő Kerületi Szabályozási

Tervének (KSZT) módosítása, korrekciója.

A készülő KSZT-k célja az adott tervezési terület meglévő városrendezési problémáinak feloldása.

Az épített környezet alakításáról és védelméről szóló 1997. évi LXXVIII. tv. 9. § (2) a) pontjában foglaltak alapján az érintettek javaslatokat, észrevételeket tehetnek a tárgyi Kerületi Szabályozási Tervekre vonatkozóan ügyfélfogadási időben (hétfőn 13.30–18.00, szerda 8.00–16.30 és péntek 8.00–12.30) március 31-ig a Főépítési Irodán (Bp. XIII., Béke tér 1. IV. emelet).

FŐÉPÍTÉSZI IRODA

Felhívás díszpolgári cím odaítélésére

Tisztelt kerületi lakosok!

Tisztelt kerületi civil közösségek!

A Budapest Főváros XIII. Kerületi Önkormányzat Képviselő-testületének 29/1996. (XI. 8.) számú rendelete értelmében a

Budapest Főváros XIII. Kerület díszpolgára

címre a képviselő-testület ismét várja a kerületi lakosok és a kerületben működő civil szervezetek javaslatait.

A díszpolgári címre javasolhatók azok a magyar, illetőleg külföldi állampolgárok – elhunyt személyek is, az elhalálozást követő 3 naptári éven belül –, akik életútjuk során kimagasló munkásságukkal hozzájárultak a XIII. kerület fejlődéséhez, továbbá azon személyek, akik szakmai tevékenységükkel vagy a kerület nemzetközi kapcsolatainak, illetve az együttműködés más formájának fejlesztésében kiemelkedő tevékenységükkel öregbítették a kerület hírnevét, tekintélyét.

Az önkormányzati rendelet lehetőséget ad a kerületben működő civil szervezeteknek, hogy előterjesztést tehessenek a

Budapest Főváros XIII. Kerületért

díjra. A kerületért díjra jelölhetők azok, akik kiemelkedő szakmai munkásságukkal jelentősen hozzájárultak a kerület fejlődéséhez, jó hírnevének öregbítéséhez.

Az ajánlásoknak tartalmazni kell a személy nevét, munkahelyét, beosztását, a jelölés szakmai, erkölcsi indokait, díszpolgári cím tekintetében a jelölt kerületi kötődését is. A kezdeményezéseket írásban, a polgármesternek címezve a polgármesteri hivatal Jegyzői Irodájára (Bp. XIII., Béke tér 1. I. emelet 127.) lehet eljuttatni

2010. március 1-jéig.

Az adományozásról a képviselő-testület dönt.

DR. TÓTH JÓZSEF
POLGÁRMESTER

Wallenbergre emlékeztek

Szobrok, emléktáblák, utcanevek, intézmények őrzik emlékét az embermentő Raoul Wallenbergnek, aki az egyik leggazdagabb és legbefolyásosabb svéd család gyermekeként született Stockholmban 1912-ben. Raoul Wallenberg a zsidómentő, az igaz ember, életében is népszerű és tisztelt személyiség volt. Magyarországon, az általa irányított mentőakció keretében Schutz-Passok sokaságát készítette, emberek ezreit mentette meg Auschwitz poklától. Neve és alakja összefonódott a bátorság, a becsületesség, az igazság és a remény fogalmával.

A Raoul Wallenberg Egyesület szervezésében, az újlipótvárosi Pozsonyi út–Wallenberg utca sarkán található emléktáblánál január 17-én a társadalmi, politikai és civil szervezetek közösen helyezték el az emlékezés virágait és gyújtották meg a mécseseket. Az ünnepségen részt vett dr. Tóth József polgármester is.

V. I.



Szoborfelújítás

Tisztelt kerületi lakók!

Tájékoztatom önöket, hogy a Viza utcánál, a Duna-parton található Makrisz Agamemnon alkotta „Mauthauseni emlékművet” a szobor kezelője, a Budapest Galéria felújításra szállította a szak-

műhelybe. A galéria tájékoztatása szerint az emlékmű várható viszhelyezésének időpontja 2010. április vége.

DR. PREHLIK LAJOS
JEGYZŐ

Esély a munkához

Helyi közfoglalkoztatás-politika – közmunkaprogram

A fővárosban az elmúlt évben első között fogadta el képviselő-testületünk a kerület közmunkaprogramját. Megvalósításához, a helyi közfoglalkoztatás működtetéséhez önkormányzatunk biztosította az önerőt.

Évenkénti felülvizsgálat

A munkanélküliség negatív hatásainak mérséklésére 2009-ben is kiemelt figyelmet fordított az önkormányzat. A kerület foglalkoztatáspolitikájában a közfoglalkoztatás lehetőségének alkalmazását a fővárosban első között fogadta el képviselő-testületünk. A *Helyi Közfoglalkoztatási Terv* megvalósításához, a foglalkoztatáshoz önkormányzatunk biztosította az önerőt. A tervet – a törvényi szabályozás szerint – előzetesen véleményezte az illetékes állami foglalkoztatási szerv és a helyi szociálpolitikai kerekasztal. Hatályossága egy év, és évente felül kell vizsgálni. A szakemberek a közelmúltban elemezték a tavalyi tapasztalatokat és elvégezték a terv felülvizsgálatát, melynek alapján elkészült a képviselő-testület által elfogadott 2010-es *Helyi Közfoglalkoztatási Terv*.

Hasznos tevékenységek

A közfoglalkoztatás az egyén, a család és a helyi közösség szempontjából is igen hasznos tevékenységi rendszer, a munkanélküliek társadalmi beilleszkedését elősegítő kulcsfontosságú pozitív hatású eszköz. Az „Út a munkához” nevű programja tavaly a lakosság részére nyújtott átfogó és széles körű szolgáltatásokat. Közéjük tartozott: szemét összegyűjtése közterületen, önkormányzati ingatlanok karbantartása, kerületi rendezvényeken való közreműködés, parlagfű-mentesítés, járdatarítás, fasori sáv takarítása. A közfoglalkoztatottak egyes munkakörök esetében önkormányzati intézményekben láttak el feladatot. A Cigány Kisebbségi Önkormányzat közreműködésével a roma álláskereső is részt vettek a programban, a kisebbségi önkormányzat tanodájának működésében segítettek.

Egyénre szabott programok

A programban – a 2009. március 15-től december 31-ig tartó időszakban – elsősorban a rendelkezésre álló



zésre állási támogatásban részesülők vettek részt. A nyilvántartott 337 főből 51 nem jelent meg a ki- rendeltségen, ezért az ellátásra való jogosultságuk megszűnt, egy évig kizárták magukat a rendszerből. A foglalkoztatónál 286-an jelentkeztek, közülük az egészségügyi vizsgálaton 41-en alkalmatlan minősítést kaptak, ők visszakérültek a pénzbeli ellátásba.

Azoknak, akik egészségi állapotuk miatt nem foglalkoztathatóak, a *Prevenációs Központban* nyújtanak segítséget ahhoz, hogy be-, illetve visszajussanak az elsődleges munkaerőpiacra, vagy más ellátást vehessenek igénybe. Az intézmény szakmai programja egyénre szabottan foglalja magában a foglalkoztathatóság javítását, az álláskeresésre való felkészítést, a társadalmi integráció erősítését és a más ellátásba juttatás támogatását. Ezeket segít megvalósítani az *Álláskereső Teaháza*, a teljes család bevonása és a motivációs csoportok programja.

Reális esély a kitörésre

A képviselő-testület hasznosnak ítélte a közmunkaprogramnak a benne részt vevők személyiségére gyakorolt pozitív hatását. Megállapította, hogy értékteremtő tulajdonsága fokozatosan érvényesül és erősödik. A munkabérből szerzett rendszeres jövedelem azonnal és kedvezően befolyásolja önbecsülésüket, a „tartozáscsapidába” kerültek reális esélyt kapnak a kitörésre.

A közfoglalkoztatásba 2010-ben – február 1. és december 31. között – 291 fő vonható be. Az idei kiemelt cél, hogy a munkakörök elsősorban a kerületi közterületek tisztaságát biztosítsák. A közfog-

lalkoztatásra az önkormányzat 160 alap-, 80 közép- és 51 felsőfokú végzettséget igénylő munkahely biztosítását tervezi. Az, hogy ténylegesen hány kerül betöltésre közülük, a foglalkoztató helyekkel és az egyes személyekkel történő egyeztetések során válik majd véglegessé. Új munkakör idén a településőr, az e beosztásban dolgozók a Fővárosi Közterület-felügyelet kerületi ki- rendeltségének munkáját segítik.

Közzolgáltatási ügyfélszolgálat

A tervben a 291 közfoglalkoztatott költsége 11 hónapra a járulékos költségekkel együtt meghaladja a 375 millió forintot. Ehhez a szükséges önkormányzati önrészigény megközelíti a 70 milliót (18%). A Magyar Államkincstártól a bér- és járulékköltségek 95%-a igényelhető vissza, ami lehetőséget nyújt a közfoglalkoztatottak létszámának további növelésére. Az önkormányzat költségvetése ez évben is tartalmazza a közfoglalkoztatottak szociális juttatásait is, a havi bérlet költségének átvállalását és a 4000 forintos havi melegítkez- tetési utalványt. A szervezési, mentális-szociális, munkaerő-piaci fejlesztés szolgáltatást a *Prevenációs Központ* végzi, ahol továbbra is működik a *közfoglalkoztatási ügyfélszolgálat*. Feladata a jelentkezők fogadása, tájékoztatása, adataik felvétele és a foglalkoztató intézménybe való közvetítése. A közfoglalkoztatásban és a rendelkezésre állási támogatásban részt vevők számára mentális és foglalkoztatásfejlesztő szolgáltatásokat is szerveznek.

JUSZTUSZ GÁBOR

7,5 milliárd forint nagyságban

Folytatódnak a kerületi fejlesztések

Tovább folytatódik a kerület fejlesztése 2010-ben is. Erről döntött az önkormányzat képviselő-testülete idei első, január 14-én tartott ülésén. A képviselők tizennégy kerületi intézmény 50 millió forintot meghaladó beruházásának célok- mányát fogadták el.

3,5 milliárd forint értékben közösségi ház épül

A kerületi fejlesztések összértéke megközelíti a négy milliárd forintot, melyből 1 milliárd 885 millió felhasználására még ebben az évben sor kerül. Ehhez jön még az év kiemelkedő fejlesztése (3,5 milliárd forint értékű munkáról van szó), az *Újlipótvárosi Községi Ház* (képünkön) építése, melynek beruházási célok- mányát már tavaly elfogadta a testület.

A kerületi intézményhálózat tízéves felújítási tervét 2007 szeptemberében fogadta el az önkormányzat képviselő-testülete. Az akkor született döntés alapján és figyelembevételével került a képviselők elé a 2010-ben megvalósítandó, és 50 millió forintnál nagyobb értékű beruházások és fejlesztések címjegyzéke. Érdemes áttekinteni, hogy a testületi jóváhagyó döntés értelmében hol és milyen beruházások lesznek idén a XIII. kerületben.

Új létesítmények, induló rekonstrukciók

Befejeződik a *Láng Sporttelep* több mint 1,2 milliárd forintos be- ruházása, melynek részeként új két- emeletes főépület, squash-pályák és egy kiegészítő sportcsarnok is épül. Megvalósul a *Futár Utcai Tagóvoda* teljes körű rekonstrukciója (87 millió Ft) és átadásra kerül a *Váci út 88–90. alatt* épülő új intézményben egy 40 fős bölcsőde és 75 férőhelyes óvoda (777 millió Ft). Tovább növeli az esztendőben a kerületi óvodai férőhelyek számát a *Petneházy utcai óvoda* 25-ről 100 férőhelyre való bővítése (65 millió Ft).

Három intézmény – a *Vízafogó tagiskola*, a *Kárpát utcai Zöld Ág Tagóvoda* és a *Madarász V. Tagóvoda* – teljes rekonstrukciója kezdődik meg. A 440 és 472 millió forint között mozgó beruházásokat a tervek szerint szakaszos felújítással valósítják meg. Idén a munkákra intézményenként 100-100 millió forintot használnak fel.

Nagy értékű felújítások, korszerűsítések

Homlokzati felújítások lesznek és kicserélik a nyílászárókat az *Ének-zenei és Testnevelési Általános Iskolában*, a *Hancúrház Bölcsődében*, a *Berzsenyi Dániel Gimnáziumban*. Az *Ady Endre Gimnáziumban* ezek a munkák kiegészülnek egy új hőszigetelő rendszer kiépítésével, valamint az intézmény teljes elektromos felújításával és a világítás korszerűsítésével is. Az *idősek gondozóházának* tetőfelújítására 65 millió forintot fordít az önkormányzat.

J. G.



Az Újlipótvárosi Községi Ház látványterve

Pedagógiai Napok

Digitális mindennapok



A zeneiskolai tanárok koncertjével nyitják meg február 8-án a Pedagógiai Napok rendezvénysorozatát, amelynek témája a digitális kompetencia fejlesztése, azaz a digitális írástudás. Az elmúlt 4-5 évben az uniós támogatásokkal megvalósított programok eredményeként jelentősen fejlődött a pedagógiai módszer és az eszközállomány a kerületi óvodákban és iskolákban. A változást elősegítette, hogy az önkormányzat – bár három évre tervezte – két év alatt megvalósította a stratégiai fontosságú interaktív tábla-programját. Az önkormányzati támogatások, a pályázati pénzek és az intézmények saját forrásainak felhasználásával az oktatási intézmények digitális táblákkal, laptopokkal, projektorokkal, multimédiás eszközökkel gazdagodtak.

– Az eszközfejlesztésen kívül a pedagógusok képzését is tervszerűen, átgondoltan, az önkormányzat támogatásával valósíthattuk meg – tájékoztatott Hajdú Györgyné, a XIII. kerületi önkormányzat Pedagógiai Szolgáltató Központjának igazgatója. A pedagógusok képzése és az eszközbeszerzések segítenek az élethosszig tartó tanuláshoz szükséges kompetenciák fejlesztésében, amelyek elengedhetetlenek ahhoz, hogy a

gyerekek felnőttként is megállják a helyüket a mindennapokban.

A digitális írástudás jegyében tartott bemutatókon, tanórákon és munkaközösségi foglalkozásokon kívül a Pedagógiai Napok programjában szerepel az Óvodapedagógiai Konferencia is. A tanácskozás témája: hogyan lehet értékeket közvetíteni a nevelés során? Az előadók beszélnek arról például, hogy milyen a gyermekét „jól” szerető szülő, vagy mit jelent az identitás és a tolerancia az óvodapedagógus munkájában. A másik eszmecsere, a Közoktatási Konferencián is a digitális írástudás témakörét járják körül az előadók. A fogalommagyarázaton kívül előadás hallható arról, hogy milyen stratégiákat dolgoztak ki a digitális kompetencia fejlesztésére, és nemzetközi, valamint hazai példákat is bemutatnak. Az előadások zárásaként ismertetik a XIII. kerületben megvalósult intézményi, pedagógiai fejlesztéseket. A tanácskozáson az önkormányzat megköszöni a pedagógusok munkáját, a Holopné Schramek Kornélia alpolgármester által alapított, Az év pedagógusa díjat is a konferencián adják át.

ME.

A Magyar Kultúra Napja



A Magyar Kultúra Napján, január 22-én a Tomori Pál Tagiskola tanulói közösen – osztályonként egy-egy versszakot előadva – szavalták el a Himnuszot.

Jövők-megyék 14.

Irány a Tutaj utca! Hozzanak magukkal tornacipőt feltétlenül, szükségük lesz rá, hiszen a városrész egyik igazi büszkeségét, a széles körben felújított Pannónia utcai iskola csodaszép tornatermét fogjuk közösen szemügyre venni.

De mielőtt elindulnánk, meglázzunk egy kicsit a múltban. Az első iskola, ahová jártam (nevét fedje játékos homály) nélkülözötte a tornatermet és az udvart. Pontosabban volt egy alagsori szobaszerűség, teljesen szabálytalan alaprajzzal, abban feküdt néhány tornaszőnyeg, és az oldalán pár félbevágott mászórúd. (Azért voltak félbevágva, mert teljes terjedelmükkel nem fértek volna be a terembe.) Túl sok mindent nem lehetett alkotni abban a sötét zugban, de mi, elsősök-másodikosok még azt a keveset sem alkothattuk. Sok volt a gyerek, sok volt az osztály, a kicsiknek be kellett érniük a tantermmel ternaórán is. Ott öltöztünk át, kapkodva, a szekrényajtók árnyékában, aztán a padok tetején (nem tévedés, ott!) csináltuk a véget érni nem akaró terpeszállásokat. Csoda-e, hogy nem rajongtunk a testnevelés egyetlen formájáért sem?

Azóta eltelt néhány évtized, s én (a teremfoci viszonzatlan szerelmeseként) bebarangoltam a város szinte minden tornatermére. (Ez persze túlzás – de tényleg rettentő sok helyen megfordultam. Van egy csapatunk, azzal hol

itt bérelünk magunknak két pénteki órát, hol ott. Aztán vannak az alkalmi összejövetelek: valaki felhív, hogy kedd este játszanának, de nincsenek meg, nem tudnék-e leugrani? És én le tudok – ha kispályázásról van szó, nem ismerem lehetetlent.)

Igy aztán láttam már százféle tornatermet bolyongásaim során. Kicsit, nagyot, sötétet, világosat, üreset és gazdagot, kényelmet és kényelmetlent, lakályost és lakálytalant. Meg is fogalmaztam magamnak (szigorúan belső használatra) egy olyasfajta bölcsességet, hogy mutasd a tornatermedet, megmondok ki vagy. Ami így, persze, nem igaz, hiszen az eredendő lehetőségek rögzítettek – egy tornaterem méretéből többé-kevésbé következtetni lehet az iskola építési idejére is – de azért a meglévő határok között is nagy az intézmény (az igazgató, a testnevelő tanár) mozgástere.

Csoda-e, hogy ilyen előzmények után alig vártam, hogy találkozhassem a Tutaj utcai tornateremmel? Olvastam róla korábban, a tervezők egyike magyarázta el plasztikusan, miért álmodtak modern épületet a jövőre százéves, poroszosságában is elegáns iskolaépület mellé. (Melyet, jegyezzük meg egy zárójelben, csak homlokzatilag hagytak hajdani állapotában – vagy még úgy se, hiszen a főbejárat a Tutaj utcába került – bent viszont huszonegyedik századi lett

minden.) Nem tudom, maguk hogy vannak vele, én mindig elgyengülök az olyan mondatoktól, miszerint „az üvegfelületek előtt zöldhomlokzat fut végig, a földszinti feszített rozsdamentes acélhálós ferde pilonok reflektálnak a köburkolat mély ablaknútózására”. Csak egyszer jutna nekem magamtól eszembe ilyesmi, pilon meg nót egy félmondatban! De félretéve a tréfát, bizony, kicsit féltem az eredménytől. Láttam néhány hasonló megoldást – Berlinben például, ahol a fal helyén hipermodern épületek nőttek a földből ki, mellettük százéves bérházak – nem voltak meggyőzőek, legyen elég annyi. De ezúttal hamar levettem a kalapomat. (Pedig hideg volt nagyon.) A tornaterem tényleg a huszonegyedik század válasza a száz év előtti építészetre – de értelmes, világos, szellemes válasz. Olyan, hogy nekem is kedvem lenne focizni kicsit a kétemeletes terem valamelyik szintjén. Bravó, ennyit mondhatok, de kérésre akárhányszor elismétlem.

Hazafelé azért szomorkodtam kicsit a hajdani Kék Iskola hült helye láttán – csak egy szörnyű gödör tátong ma ott –, és átéreztem mindazok fájdalmát, kik múltjuk egy darabját veszítették el ott. Látják, én is jobban örülök, hogy hajdani iskolám, azzal a szörnyűséges tornateremmel, ma is áll. Ilyen bonyolult dolog a lélektan.

JOLSAI ANDRÁS

Öt Arany Katedra kitüntetett



A Magyar Kultúra Napja alkalmából január 22-én Arany Katedra Emlékplakett kitüntetéseket adott át dr. Tóth József, a XIII. kerület polgármestere.

Az elismerésben

– Dévényiné Várdy Márta, a Gárdonyi Géza Általános Iskola tanítója,

– Gombos Irén, a Gárdonyi Géza Általános Iskola tanítója,

– Magyar Tamás, az Ady Endre Gimnázium tanára,

– Marlovits Gyuláné, a Gyermekkert Tagóvoda óvodapedagógusa,

– Varsányiné Salgó Julianna, a Pannónia Általános Iskola igazgatója részesült.

Ugyanebből az alkalomból Tóth László, a Hunyadi Mátyás Általános Iskola tanítója Karácsony Sándor-díjat kapott.

Jakab József utcai Gondozóház

Törődés sok szeretettel

A képviselő-testület január 14-i ülésén elfogadta a Jakab József utcai Gondozóház tevékenységéről szóló beszámolót, valamint egyúttal elismerését fejezte ki az intézmény vezetőjének és dolgozóinak eddigi magas színvonalú munkájáért.

jesítését, ellátását, valamint a lehetőségekhez képest a fizikai-szellemi aktivitás megőrzését – mondta az intézmény vezetője, Tóthné Urbán Ilona.

Erre a vezető minden lehetőséget meg is teremt. A Gondozóház ellátottjainak gyakran szerveznek vetélkedőket, valamint különféle játékokat. Heti egy alkalommal vendégművészek meghívásával, saját dolgozók és családtagok közreműködésével szórakoztató műsort rendeznek.

fővárosi kerületek közül elsőként ebben a városrészben alakították ki az úgynevezett „nyaraló” szobát. A szolgáltatással a kerületben élő, idős embert ellátó-gondozó családoknak kívánnak segíteni abban, hogy egy-két hetet ők is pihenéssel tölthessenek.

A Gondozóház minden lehetséges feltételt biztosít lakóinak a békés, nyugodt, vagy éppen tevékeny hétköznapi eltöltésére. Ezt csak megerősíteni tudta Bretka Gyuláné Erzsébet néni is, aki a



A XIII. kerületben az időskorúak aránya 22 százalék. Az önkormányzat kötelessége, hogy az idősök életminőségének javítása érdekében minden feltételt megteremtse.

A Jakab József utca 2–4. szám alatt található Gondozóház átmeneti jelleggel, folyamatos ellátást nyújt az idősök számára. Az intézmény húsz évvel ezelőtt húsz férőhellyel kezdte meg működését. Ezt követően jelenlegi telephelyén ötvenre, majd 2002-ben hetvenre bővült az intézmény ellátottjainak száma.

A szakemberek minden gondozott felvételekor egyéni gondozási-ápolási tervet készítenek, figyelembe véve az időskorú egészségi és mentális állapotát, valamint embertársaihoz fűződő kapcsolatát.

Az itt élő idősök szociális, családi vagy egészségi okok miatt hagyták el otthonukat és bízta magukat az intézmény szakembereire.

– Több mint tíz éve vagyok a Gondozóház vezetője. Fontosnak tartom az idősök igényeinek tel-

Az intézmény kertjei mellett különféle programok, kerti partik, bognárcsozások, szalonnasütések megrendezésére alkalmasak az idősök legnagyobb öröme. Ősszel és télen a társalgóban kap helyet több rendezvény, fénykép- és kézimunka-kiállítás. A különféle csoportfoglalkozásokkal a testi-lelki-szellemi állapotot javítják és tartják karban.

A huszonkilenc főállású és hat szerződéses dolgozó részt vesz a jelzőrendszeres házi segítségnyújtás szervezésében is, mely a saját otthonukban élő, egészségi állapotuk és szociális helyzetük miatt rászoruló, a segélyívó készülnék megfelelő használatára képes idősorú vagy fogyatékos-sággal élő személyek, illetve pszichiátriai betegek részére nyújt ellátást.

A jogszabály által előírt napi háromszori étkezés mellett a gondosan megtervezett költségvetésből kikalkulálták a negyediket, azaz az uzsonnát is. A cukorbeteg lakók pedig öt alkalommal kapnak ételt. A

Gondozóház minden egyes szegletét megmutatta.

– Több, mint egy éve most már, hogy visszajöttem ide. Nyolcvanötödik évemben vagyok, úgyhogy láttam már egyet s mást, de ennyire békés, nyugodt és kellemes helyen még nem jártam. Itt tényleg odafigyelnek mindenkire, kitűnőek az ételek, és ami fontos, hogy minden pacyolattiszta. Nemcsak a ház egyes részei, a szobák, hanem minden lepedő, ágynemű és függöny, valamint az összes ruhánk tökéletesen tiszta.

– Nap mint nap kemény feladatok hárulnak az itt dolgozó ápolókra az intézmény által képviselt és megkövetelt szemlélet miatt – tájékoztató Tóthné Urbán Ilona. – Sok törődéssel, szeretettel, az emberi méltóság megtartásával igyekszünk megszüntetni a lakóink többsége által érzett feleslegesség érzését.

Ez pedig a boldog és örömteli arcokat látva minden bizonnyal sikerül is.

SZABÓ VIKTÓRIA

Felhívás squash-pálya üzemeltetésére

A pályázat tárgya: a XIII. kerületi önkormányzat által épített squash-pályák üzemeltetése. A sportoló és a sportlétesítményt használatba vevő vendégek kiszolgálása.

A szerződés meghatározása: vállalkozási szerződés.

A szerződés időtartama: 2010. április 1-jétől 2011. december 31-ig.

A teljesítés helye: 1139 Budapest, Rozsnyai utca 4., Lomb utcai épület.

Bírálati szempontok: kedvező ajánlati ár, referencia.

Minőségi követelmények: a kialakításnál figyelembe kell venni, hogy „vegyes” életkorú és minőségi követelményeket elváró vendégek, csoportok ellátását kell biztosítani.

Alkalmassági követelmények: a sportvállalkozás, sportoktatás működtetésére vonatkozó, érvényes hatósági engedélyek megléte és beszerzése.

Az ajánlattétel során figyelembe kell venni, hogy hiánypótlásra a pályázóknak nincs lehetőségük.

A pályázatokat gyors, tárgyalás nélkül történő elbírálással értékeljük.

Az ajánlatok leadási határideje: 2010. február 16. 12.00 óra.

Az ajánlat benyújtásának címe: 1139 Budapest, Rozsnyai u. 4.

Az ajánlatok elbírálásának határideje: 2010. február 19.

A szerződés-kötés tervezett időpontja: 2010. február 28-ig.

Bővebb információ a 329-1617-es telefonszámon.

Felhívás étterem-üzemeltetési pályázatra

A pályázat tárgya: a XIII. kerületi önkormányzat által épített étterem üzemeltetése. Sportoló és a sportlétesítményt használatba vevő vendégek kiszolgálása, valamint az „utcai” vendégkör ellátása. Az étterem kizárólag éttermi igényeket elégítsen ki (nem a szesz italokat fogyasztó vendégkör kialakítását várja el a bérbe adó!).

A szerződés meghatározása: vállalkozási szerződés.

A szerződés időtartama: 2010. április 1-jétől 2011. december 31-ig.

A teljesítés helye: 1139 Budapest, Rozsnyai utca 4., Lomb utcai épület.

Bírálati szempontok: kedvező ajánlati ár, referencia.

Minőségi követelmények: az ételsorok kialakításánál figyelembe kell venni, hogy „vegyes” életkorú és minőségi követelményeket elváró vendégek, csoportok ellátását kell biztosítani. Elvárások: tápláló, változatos és egészséges

étkezések biztosítása az étkezési adagok mennyiségét meghatározó szabályozás szerint.

Alkalmassági követelmények: a közétkeztetésre vonatkozó, érvényes hatósági engedélyek megléte és beszerzése, a minőséget garantáló ISO minőségirányítási tanúsítvány és a HACCP Élelmiszer-biztonsági előírásrendszer alkalmazása.

Az ajánlattétel során figyelembe kell venni, hogy hiánypótlásra a pályázóknak nincs lehetőségük.

A pályázatokat gyors, tárgyalás nélkül történő elbírálással értékeljük.

Az ajánlatok leadási határideje: 2010. február 16. 12.00 óra.

Az ajánlat benyújtásának címe: 1139 Budapest, Rozsnyai u. 4.

Az ajánlatok elbírálásának határideje: 2010. február 19.

A szerződés-kötés tervezett időpontja: 2010. február 28-ig.

Bővebb információ a 329-1617-es telefonszámon.

Egészségtudatos iskola

A XIII. kerületi Pannónia Általános Iskola 2009-ben nyújtott be pályázatot Drog-Kopp néven az ESZA Társadalmi Szolgáltató Nonprofit Kft.-hez. A program drogprevencióval foglalkozik, valamint testi és lelki egészségmegőrzéssel kapcsolatos feladatokat és tevékenységeket tartalmaz a 2009/2010-es tanévre nézve. A pályázat feltétele volt, hogy együtt kell működni más szervezettel.

– Az iskola erre a feladatra a kerületi Iránytű Ifjúsági Információs és Tanácsadó Iroda munkatársait kérte fel – tájékoztató Gálné Molnár Klára, a Pannónia Általános Iskola gyermekvédelmi felelőse. – Január 27-én Egészségnapot szerveztünk, ahol érdekes, interaktív

előadásokat és foglalkozásokat tartottak az Iránytű, a BRFK, a Zöld Fiatalok és a Kék Vonal Alapítvány szakemberei. Sok diák volt kíváncsi Szendrő Szabolcs hegy-mászóra is, aki életéről, kalandjairól, túráiról mesélt az érdeklődőknek.

– Intézményünk elnyerte az Erőszakmentes, egészségtudatos iskola címet, melyet az Oktatási és Kulturális Minisztérium támogatásával az Oktatáskutató és Fejlesztő Intézet hirdetett meg az erőszakmentes, gyermekbarát és egészségtudatos iskolai légkör minél hatékonyabb megteremtése és elterjesztése érdekében.

Sz.V.

Bamako-rali

Flúgos futam

Izgalmas, veszedelmesen látványos, fárasztó és mégis rendkívül élvezetes a flúgos futamként elhíresült kemény ralin részt venni. Jómagam tavaly sok kaland közepette megtapasztaltam, milyen is a Bamako-rali, amely idén ötödik alkalommal startolt. Váratlan fordulatokban gazdag, csak az bizonyos, amin már túljutnak.

Így nem volt meglepő, inkább sokkal, amikor két nappal a rajt előtt a Külügyminisztérium terrorfenyegetettségére hivatkozva az afrikai szakasz útvonalának módosítását javasolta. A szervezők úgy határoztak, hogy nem törlik a ralit, az útvonal hossza és a verseny időtartama sem rövidül, de nem hagyják figyelmen kívül a veszélyt.

Az ideai Budapest–Bamako futam – a mauritán és mali terrorfenyegetettség miatt, a Külügyminisztérium iránymutatásai mellett – sajnos módosított útvonalra kényszerült.

A befutó nem Bamakóban, hanem Agadirban lesz. A verseny elkerüli Mauritánia és Mali területét.

A nehézségek ellenére óriási nézősereget vonzott idén is a „Le Grand Départ” nevet viselő rajtceremónia. Január 16-án reggel 8 órakor a csikorgó hidegben új helyszínről indultak a résztvevők, a Városligeti Műjégpálya jelenleg felújítás alatti területéről.

Megnyílt a Budapest–Bamako 2010-es futam rajtkapuja, ame-



lyen délig több mint 200 csapat hajtott keresztül, hogy megkezdje útját Afrikába. A versenyzők között két szépségkirálynő is nevezett, Budai Zsuzsa és Serdült Orsi.

A raliról napi tudósításokat láthatunk Héder Barna sportriporter tolmácsolásában. Verseny közben ritkán jut alkalom megemléteni, hogy egyben ez a világ legnagyobb jótékonyági terepralija. Rengeteg adományt visz a mezőny a legszegényebb országokba. Idén az Afrikai–Magyar Egyesület váltotta a futam humanitárius segélyakciójának teljes szakmai koordinálását: a célintézmények kiválasztását, az adományok célba juttatásának és elosztásának felügyeletét.

A startnál, az élen várakozott a 20 tonnás kamion az összegyűjtött adományokkal. A várművek a búcsúzkodó tömeg szeme láttára az

indulás előtt került fel. A Budapest–Bamako Szervezőiroda, a futam résztvevői és az Afrikai–Magyar Egyesület most bizonyítják, hogy tudnak nagyot tenni! A humanitárius segélyakció 86 m³ rakterületű, adományokkal teli kamionjának tartalmát 3 afrikai ország 11 oktatási, szociális és egészségügyi intézményében osztják szét. A kamion ruhaneműt, iskolai felszerelést, orvosi műszert, szerszámokat szállít, de akadt olyan csapat, aki szolárpanelt, varrógépeket és kerékpárokat ajánlott fel. A „petit cadeau” – ami franciául kis ajándékot jelent – Afrikában mindig beváltja a szó jelentéséhez fűzött reményeket. Nők, férfiak, komoly felnőttek, öregek, fiatalok, gyerekek, civilek, hivatalnokok segítenek, érdeklődve veszik körül a versenyzőket. Várják a megszokott édességet,

elemlámpát, öngyújtót, gumipapucsot, tollat, pólót, sapkát és ezernyi apróságot, ami örömet hoz az életükbe, mosolyt csal az arcukra.

A Travel Channel filmezi a verseny napokat azzal a céllal, hogy mind több embert megérintsen az „Afrika-feeling”. Megértésre, segítőkészre, a természet védelmére készítse nézőit a májusra tervezett filmvetítése kapcsán.

Egyre többen remélik, bíznak abban, hogy a Bamako-rali nem jut a Dakar sorsára.

A Budapest–Bamako Szervezőiroda már készül a 2011-es Bamako-rali humanitárius akcióra, melynek a tervek szerinti új szlogenje: „Hálót, ne halat” és nagyon köszöni az ideai részt vevő csapatok aktivitását a gyűjtésben.

(LENDVAI)



Jótékonyági est a tehetséges árvákért

Az Élet Bálja

Első alkalommal rendezik meg Az Élet Bálja elnevezésű jótékonyági estét, amely a tehetséges – szülők nélkül felnövő – gyermekek jövőjét kívánja segíteni. A bál február 12-én, pénteken 19 órai kezdettel nyitja meg kapuit. A bevétel-

ből az SOS Gyermekfalu és a Fóti Gyermekváros három szegény sorsú gyermekét támogatják.

Bővebb felvilágosítás kérhető telefonon a 06 (30) 634-5878-as számon vagy interneten a www.azetbalja.hu honlapon.



A XIII. kerület harangjai

A XIII. Kerületi Városvédő Csoport és a Budapest Városvédő Egyesület Harangtörténeti Csoportja szeretettel várja az érdeklődőket A XIII. kerület harangjai című közös előadásukra február 16-án, kedden 10 órakor a Angyalföldért Egyesület helyi-

ségében (Váci út 50.). Előadó: Millisits Máté, a Budapest Városvédő Egyesület Harangtörténeti Csoportjának vezetője.

Szakmai referens: Arató György, a XIII. kerület főépítésze. Csoportvezető: Németh Marietta helytörténész.

Egyre gyakoribb probléma, hogy a tizenéves fiatal nem tud vagy nem akar képességeinek megfelelő szinten teljesíteni az iskolában. A szülők és a tanárok azt látják, hogy a gyerek nem tanul, nem hajlandó semmi erőfeszítésre, motiválatlan, menekül a kihívások és a felelősség elől, visszahúzó vagy éppen ellenséges, agresszív, ráadásul sokszor önelégültnek látszik... Az alulteljesítés kialakulásának hátterében mindig valamilyen önértékelési probléma húzódik, amelynek sokféle oka lehet – jellemzően

a kudarcok, az elfogadottság érzésének hiánya és a túlzott elvárások vezethetnek önértékelési zavarhoz... Nagyon fontos, hogy képességeinek megfelelően teljesíthessen a fiatal, mert énképe ennek megfelelően alakul. Ha a kihívások és az elvárások reálisak, ha a tanulási környezet többé-kevésbé megfelel a fiatal képességeinek, ha a diák kompetensnek érzi magát, akkor képes erőfeszítéseket tenni. Ám ha bármilyen okból ezek nem valósulnak meg, a kompetenciaérzése csökken, elbizonytalanodik –

s ezzel együtt csökken a teljesítményre törekvés. Kerüli az erőfeszítést, a környezete lustának, felelőtlennek véli – és hamarosan ő maga is ilyennek látja önmagát...

[Minderről – s arról, hogyan lehet kitörni az „ördögi körből” – részletesen olvashatunk a Minden-napi Pszichológiában Gyarmathy Éva cikkében. A folyóirat megrendelhető a www.mipszi.hu weboldalon vagy a következő telefonszámon: (1) 789-8040, megvásárolható a hírlapárusoknál.]

Kövek, körök

Varga Patrícia Minerva ereje teljében lévő, elemi erővel alkotó festő látszólag az örvénylő terek művésze. A látvány azonban kicsit csal, a zavarba ejtő őszinte tájfestészet több megkomponált tereknél, kifordult síkoknál, kettős napoknál, totemszerűen elhelyezett figuráknál.

A teljesség vagy a vizuálisan megkomponált költészet maga. Új alkotásaiból, vásznaiból – amelyeket Pogány Gábor művészettörténész ajánlott a megnyitó napján a közönség figyelmébe – látható válogatás február 12-ig az



Újlipótvárosi Klub-Galériában (Tátra u. 20/B).

A tárlat egyben könyvbemutató is, múlt év végén jelent meg a művésznő Vállalod-e a végtelent? című reprezentatív kötete. A magyar és angol nyelvű album a művésznő 1989 és 2009 közötti festészeti periódusát mutatja be.

A kötetben kilenc szerző kilenc megközelítést és értelmezést ad Varga Patrícia Minerva festészetéhez.

B. I.

Az élet ritmusa, tánca

A megszületésünktől a halálunkig végigjárt út talán legfontosabb feladata az, hogy a bennünk lévő „alkotó embert” felfedezzük, és feltöltsük magunkat azokkal a kreatív erőkkkel, amelyek nemcsak a saját életünket, hanem a környezetünkét is teljesebbé tehetik. Az alkotó ember ott van mindenkiben, még abban is, aki nem elég bátor ahhoz, hogy felszínre csalogassa. Fábíán Ágnes nem télenkedett e téren. Kezdetben a kerületben élő, itt dolgozó pedagógusként hosszú éveken keresztül diákoknak segített abban, hogy tehetsé-

güket felfedezzék. Rajztanárként tanári pályafutása alatt növendékeivel számos elismerést nyert.

Alkotói tevékenységének feloldásában többféle önkifejezési módot is kipróbált – bőrművesség, kerámia –, míg valódi tehetsége megmutatkozott. Az Újlipótvárosi Klub-Galéria pincegalériájában (Tátra u. 20/B) február 11. és 26. között a közönség is megismerheti az elmúlt évben festett alkotásait. Bővebb információt a 320-5380-as telefonszámon kaphatnak.

BRETUS IMRE



Nagyvárosi színek

Fiatál és sokoldalú tehetség alkotásából nyílt kiállítás a Városház Galériában. Ghyczy Csongor Nagyvárosi színek című festménysorozata a nagyvárosi lét szomorúságát, szürkeségét, kilátástalanul nyomasztó magányát és az egyén kiszolgáltatottságát, szorongását tükrözi. Képein a szürke és fekete színek dominálnak. Alakjai, vagyis az elegánsan távolságtartó nagyvárosi emberek csak körvonalukban léteznek, egy laza, delendületes vonallal, amelyben belső énjük maga a szürkeség, szimbolikusán szürke színnel ábrázolva. Borongós világot feloldja néhány piros vagy

narancs aura a jókedv és élni akarás jelképeként. Ghyczy Csongor képregény- és mangakészítőként is elismert alkotó. Sokoldalú tehetsége megmutatkozik videóanimációiban is, amelyekből a megnyitón láhattunk ízelítőt.

Művészi tevékenysége mellett rajz- és vizuális kommunikáció szakos tanár. Vizuális alkotásai láthatók a www.ghweb.freeweb.hu-n. Kiállítása a Városház Galériában (Béke tér 1.) a polgármesteri hivatal ügyfélfogadási ideje alatt március 5-ig tekinthető meg.

VAJDA



A megnyitón a kiállítás rendezője Illés József és az alkotó



Ajtók, üres üvegek, szenvedő arcok, pofonok, sziréna!

Ez látható és hallható Zséda Rouge című aranylemezes albuma Ajtók mögött című dalának videoklipjében.

A dal azok mögé a szigorúan zárt ajtók mögé enged bepillantást, ahol nők és gyermekek egy rossz döntés következtében a legfájóbb pofonokat szenvedik el. Az otthonukban, ott, ahol a békét,

nyugalmat, biztonságot kellene megtalálniuk.

Magyarországon a családon belüli erőszaktól minden ötödik nő szenved. Hetente egy nő, havonta egy kisgyermek életét követeli az értelmetlen brutalitás!

Zséda úgy döntött, a saját eszékeivel próbálja meg felhívni a figyelmet a problémára, reményt és erőt kíván adni mindazoknak, akik nem mernek kilépni ember-

hez méltatlan helyzetükből. Talán éppen ez a dal lehet az az eszköz, ami eljut minden zárt ajtó mögé, és üzenetet ad át: ne hunyjad szemet az erőszak felett!

A dal zeneszerzője Létray Ákos, szövegírója Valla Attila.

NANE (Nők a Nőkért Együtt az Erőszak Ellen) segélyvonala: +36 (80) 505-101 (szerda kivételével este 6 és 10 között).

Természet adta ápoltság

Biofodrászat nyílt a Szent István körúton a Vígszínház szomszédságában

A biofodrászat gondolata elsősorban különösnek hangzik számunkra, az idő és az igények megteremtették Magyarországon első biofodrászatát, ahol természetes és vegyszermentes hajápolásra számíthatunk.

A szalonban használt termékek tiszta növényi alapanyagokból készülnek, kiváló minőséget képviselnek, mégis el-

összetevőkkel. Lágyság és finomság, több-

szörösen díjnyertes készítmények, melyek elfogadottak a Vegán társadalom által.

A biofodrászat üzletpolitikája: Ami természetes az legyen mindenki számára elérhető, ezért olyan árpolitikát alkalmaznak, amit mindenki megengedhet magának.

A hajvágásért 1300 Ft-ot kell csupán fizetni, biosamponnal történő hajmosás és hajápolás ára 480 Ft-ba kerül.

A hajvágó szalonban tisztított vízzel történik a hajmosás. Egy szűrőberendezés kiszűri a vízből a klórt és a rozsdát, így megkíméli a fejbőrt az irritációtól.

A szalon a hét minden napján nyitva tart, és bejelentkezés nélkül várja vendégeit. További információk a www.biohajvagoszalon.hu weblapon.



érhető áron kaphatók. Ezek a bio- és natúrkozmetikumok teljesen vegyszermentesek, nem tartalmaznak parabéneket (kőolajszármazékokat), mesterséges színezékeket, és szintetikus illatanyagokat. A készítményekben természetes összetevők vannak – igazi bioelemekkel, tiszta növényi és aromaterápiás

Rendőrségi esetek

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

Rablás

A Belvárosi Bűnügyi Régió Rablási Csoportja rablás bűncselekmény miatt indított eljárást ismeretlen tettes ellen, aki január 20-án délután az Árpád hídnál, a metróaluljáróban egy fiatal hölgy vállán lévő táskáját kinyitotta, és abban elkezdett kutakodni. A sértett ezt észrevette, de az elkövető és a vele lévő ismeretlen férfi azonnal felszólította, hogy meg se szólaljon, mert megverik.

A fiatal hölgy megijedt, és csendben végignézte, hogy az elkövető kiemeli a táskájából a pénztárcáját, benne készpénzt, személyi okmányait, bankkártyáját.

A bűncselekmény miatt hatóságunk keresi az elkövetőket: egy 25-30 év körüli, kb. 180 cm magas, vékony testalkatú, sötét, rövid hajú férfit és társát, akiről a sértett részletes személyleírást nem tudott adni.



– Maga mit csinál itt?! – Semmi különösét. Az anyósom ujjlenyomata van a bélyegzőn.

Lakásbetörésen tetten ért személyek

Január 21-én az esti órákban a Hegedűs Gyula utca egyik társasházából lakásbetörésről érkezett bejelentés a rendőrkapitányságra. A bejelentő elmondta: a körfolyosóról lenézett a 3. emeletre, és látta, hogy az egyik lakás udvarra néző ablaka nyitva van, előtte egy alacsony, köpcös, 30 év körüli, baseballsapkát viselő férfi áll és a lakás nyitott ablakán befelé beszél valakihez. A férfi észrevette, hogy meglátták, ekkor gyorsan a nyi-

tott ablakon keresztül kimászott még két vékony testalkatú, 175 cm körüli férfi, majd hárman együtt kiszaladtak az épületből.

Nem sokkal az eset után megérkezett a helyszínre a lakás tulajdonosa, aki megállapította, hogy eltűnt a laptopja, MP3 lejátszója és nagyobb összegű készpénze.

Az elkövetők a tettenérésük miatt mást nem vittek el, azonban ők maguk a helyszínről el tudtak menekülni.

A Belvárosi Bűnügyi Régió Betörési Csoportja keresi az ismeretlen elkövetőket.

„Kisbelügyminiszter” körzeti megbízottként

37 év a Tripoliszban

A rossz nyelvek szerint egykoron nem volt ajánlatos kívülállónak „Tripoliszban”, Angyalföldnek abban a szegletében megjelennie annak veszélye nélkül, hogy jobb esetben ne verjék meg. Az ott élő bűnözők számára a rendőr sem volt szent, de a vagányok sem kedvelték őket. Csókás Ferenc főtörzsermester mégis ott „húzott” le 38 évig tartó szolgálatából 37-et körzeti megbízottként. A vagányokkal egyszer sem került komolyabb összetűzésbe, a bűnözőkkel viszont annál inkább, de ezt nem ő, hanem azok bánták. A lakosság okkal tartotta őt a „kisbelügyminiszterüknek”, mivel jól tudták, hogy ügyes-bajos dolgaikkal mindig hozzá fordulhatnak. Vallotta,

„a csehekkel ment egyezkedni”. Valóságos vízi erődtény volt az övék, két-két géppuskával és gépgyúval is felszerelve.

Kérdésemre, hogy miért lett rendőr, ezt válaszolta: 1936. július 2-án, még a katonai szolgálatom megkezdése előtt a jégverés valamennyi terményünket elpusztította. Akkor fogadtam meg, hogy belőlem nem válik paraszt, akivel az időjárás – ha éppen úgy tetszik neki – kényére-kedvére kibabrállhat.

1945. október 23-án vette feleségül Szabó Máriát, kislángi szerelmét, aminek nem örültek a lány, de az ő szülei és népes rokonságuk sem, mert addig abban a községben nem fordult elő olyan szörnyűség, hogy egy katolikus leány



amit valamennyi rendőrnek vallani kellene: ha egy szegény ember tyúkját lopja el a tolvaj, s annak ezáltal nagy kárt okoz, legalább olyan állhatatossággal kell felkutatni, mint azt a betörőt, aki egy tehetős kárvalottat milliókkal rövidít meg.

Azt hiszem, ez a magyarázata annak, hogy nem a parancsnokain, hanem csakis rajta múlt, miért nem vált belőle tiszt. Csókás Feri bácsi ugyanis közrendőrként sem érezte magát akár a tábornoktól is alábbvaló embernek.

Az első világháború kitörésének évében, szegény sorsú parasztcsalád gyermekeként született a Fejér megyei Kisláng községben. Édesapja a háborúban tanúsított hősiességével kiérdemelte a vitézi címet, mégsem lett belőle méltóságos úr. Ferkó fiára nem csak ő és szerető családja, hanem a kislángiak is büszkék lehetnek, mivel a Magyar Királyi Folyamőrség katonájaként az ő hajójuk biztosította az utat, amikor vitéz Nagybyai Horthy Miklós kormányzó úr

református legényhez menjen nőül. Ráadásul a választottja Csókásékhoz képest is szegényebb volt, amit kiváltképpen Csókás Ferenc testvérei – voltak vagy kilencen – vetették a szemére.

Két gyermekük született. 1947-ben Feri, akiből rendőr alezredes lett, egy évre rá pedig Tibor, akit 1986-ban elvesztettek. Feri egy lány- és fiú-, Tibor pedig két leányunokával örvendeztette meg őket.

Imádott felesége 1997. április 15-én hagyta magára élete párját, aki már nem tudta őt megörvendeztetni a „Köszöntöm az életet” című, és szerelmükről szóló, 2000. május 8-án kiadott verseskötetével. Azóta viszont az égbeli otthonukban már sokszor végigolvasták az 1986-ban odaköltözött Tibor fiukkal együtt. Sokakkal együtt én is jelen lehettem 2009. október 8-án délelőtt a Megyeri úti temetőben tartott gyászszertartáson, ahol Csókás Feri bácsi urnája Mária néni sírjába került.

MARTINKÓ KÁROLY

Síkosságmentesítsünk



A téli időszakban hulló csapadék miatt gyakori a csúszásveszély. Az eső és a hó hamar ráfagy az utakra és a járdákra, balesetveszélyt jelentve az arra közlekedőkre. Az ingatlan előtti járdák tisztán tartása és síkosságmentesítése a tulajdonosok feladata.

A jeges felületek kezelésére sok helyen még mindig só-t vagy só-homok keveréket használnak. Azonban ez a megoldás jelentős károkat okoz a környezetben. A felolvadást követően a só bejut a talajba, és a gyökérzónában felhalmozódva pusztulást okoz a növényzetben,

fájdalmat okozhat négy lábú háziállatainknak. A kerület parki út- és járdafelületeit megbízásunkból környezetbarát síkosságmentesítő és ásványi anyagokkal (jégölő, zeolit, pítisó, homok) csúszásmentesítik. Ezek az anyagok mellett, hogy nem marják fel a köveket, a talajba jutva még javítják is a növényzet tápanyag-ellátottságát. Ezek a termékek a lakosság számára is ajánlottak és beszerezhetők, többek között a Tatai út 96. szám alatti lakossági hulladékgyűjtő udvarban, az FKF Zrt. kijelölt telephelyein és a mezőgazdasági boltokban.

2010. szeptember 1-jén hatályba lép egy új szabályozás [346/2008. (XI. 30.) Korm. rendelet], melynek értelmében „Belterületi közterületen – a közúti forgalom számára igénybe vett terület (úttest) kivételével – a síkosságmentesítésre olyan anyag használható, amely a közterületen vagy annak közvetlen környezetében lévő fás szárú növény egészségét nem veszélyezteti”.

Védjük együtt környezetünket!

XIII. KERÜLETI KÖRNYEZETGAZDÁLKODÁSI NONPROFIT KFT.

Az asszisztens, vagy ahogy a betegek becézve emlegetik, a nővérke az orvos jobbkeze. Ha ő hiányzik, nemcsak a doktorra hárul sokkal több munka, de a páciensek is mintha kicsit árvának éreznék magukat. *Katona Lászlóné Évi*, a Szegedi úti nőgyógyászat csoportvezető asszisztense, aki valamikor sebészi hivatásról álmodozott, egyértelművé teszi: nem bánja, hogy „csak” nővér lett. – Ha orvos volnék, talán tisztelnének, így viszont szeretnek a betegek. Nem tudok úgy bemenni egy boltba vagy végigmenni a kerület utcáin, hogy meg ne szólítanának, beszédbe ne elegyednének velem – mondja.

A legutóbbi Semmelweis-napon *Az év egészségügyi dolgozója* kitüntetéssel ismerték el odaadó munkáját. Idestova húsz éve dolgozik – és lakik – a kerületben. Az első néhány évet a Visegrádi utcai rendelőben töltötte, majd a kilencvenes évek közepén került a Szegedi útra.

Egy erzsébeti családi házban nőtt fel egy szem gyerekként. Szülei korán elváltak, így a kicsiny család szerény anyagi körülmények között élt. Általános iskolásként orvosi vagy művészi pályára készült. Nem alaptalanul, hiszen nemcsak kitűnő tanuló volt, de már kiskorától verseket írt, szavalt, szépen énekelt és táncolt. Nagy álmáról, a balettintézetéről azonban le kellett mondania, mert erre már nem tellett az édesanya szerény keresetéből. Így aztán a Kossuth Lajos Gimnázium latin tagozatos osztályába jelentkezett, gondolván: az egészségügyi pályán jól jöhet majd a latin-tudás.

Érettségi után viszont nem az egyetem következett: mielőbb ke-

Az év egészségügyi dolgozója

„Szeretnek a betegek”



Katona Lászlóné Éva: – Sebészi hivatásról álmodtam, de nővér lettem

nyérkereső foglalkozást kellett keresnie. Orvos keresztapja révén került első munkahelyére, a Bőr-klinikára. Nemsokára férjhez ment, és megszületett a kisfia. Addig sem tétlenkedett, míg a picivel otthon volt: a gyás idején végezte el az egészségügyi iskola kétéves szociálistthoni ápoló szakát, mégpedig kitüntetéssel.

Akkoriban már a hatodik kerületben lakott. A körzeti orvosa hívta fel a figyelmét egy nővéri állásra a Bajza utcai leánynevelő intézetben. Alig pár év múlva bezárt az intézet, ő pedig a Róbert Károly körúti nevelőintézet Heim Pál Kórház fennhatósága alatt működő egészségügyi részlegének vezetője lett. Itt nyakába szakadt a gyerekek

minden problémája: a gondozottak bizalmukba fogadták.

A lényegében huszonnégy órás, fizikailag és lelkileg is embert próbáló munka után nyugalmas, sőt kellemes néhány év következett. A Csengery utcai rendelőintézet urológiáján lett asszisztens. Szeretettel beszél akkori főnökéről, *dr. Vermer Tamásról*, aki nemcsak nagy tudású orvos, hanem kiváló ember is volt, és nagyszerű példát adott szakma- és betegszeretetből. Az ő nyugdíjba vonulásával egy időben Katonáné Évi életében is változás történt: válása után ismét férjhez ment, és a Hegedűs Gyula utcába költözött.

De hogy kerületünkben talált munkát is, azt egy szerencsés ta-

lálkozásnak köszönheti. Fülfájásával a Visegrádi utcai rendelőbe ment. Ha már ott volt, bekopogott az igazgatóhoz. *Dr. Kemenes Tamás*, aki történetesen a nőgyógyászati osztályt is vezette, intelligens, kedves ember volt. Ő pedig kisvártatva a nőgyógyászat asszisztense lett, és – noha pár év múlva akkori főnökével együtt a Szegedi útra került – azóta is kitart ezen a posztjon.

Kérdezem tőle, mi kellett ahhoz, hogy az év dolgozójának válasszák. Azt mondja, mindennek előtt sok-sok munka. De szívesen csinálja, mert nagyon szereti. Az adminisztráció mellett ő gondoskodik a szükséges orvosi eszközök beszerzéséről, javításáról és kar-

bantartásáról.

Mint vezető nővér, rá tartozik a két rendelőben dolgozó öt asszisztens munkájának és időbeosztásának összehangolása. És akkor még nem is beszéltünk a betegellátásról. Nem csak a páciensekkel, hanem a többi kollégával is kitűnő a kapcsolata. Azt mondja, nem kívánczik el, mert olyan jó a rendelői kollektíva, hogy ez kárpótolja az időnként adódó esetleges nehézségeikért.

Amikor visszaterelem a szót gyerekkori álmára, az orvosi pályára, elgondolkodik. Talán férj és gyerek mellett is mehetett volna egyetemre, de akkor számára az volt a természetes, hogy a család az első. Juthatott volna előrébb a sportban is, hiszen kiválóan kézilabdázott. Majdnem bekerült a Fradi csapatába, de az első edzésen alig akartak labdát adni neki. Ez úgy elkeserítette, hogy többet a pálya tájékára sem ment.

Most felnőtt fiával, valamint mindkettőjük nagy kedvencével, egy hatéves perzsa macskával az Árpád híd közelében lakik. Azt mondja, remek ember a gyermeke, és épp olyan jó kedélyű és optimista, mint ő maga.

Évi sosem kesereg azon, amit nem sikerült megvalósítania. Sok barátja van: hol színházba vagy moziba mennek, hol „csak” egy jó baráti beszélgetéssel töltik az idejüket. A színházi élmények közül Az ünnep című előadást említi, mint amelyik mostanában a legnagyobb hatással volt rá. A táncművészet ma is érdekli: *Frenák Pál* és *Bozsyk Yvette* éppúgy le tudja nyűgözni, mint egy klasszikus balett vagy egy jó musical.

CSOP VERONIKA

Egyensúlyban önmagunkkal

Az Életmódklub segít, hogy újra magadra találj

Véget ért 2010 első hónapja. Az elmúlt hetekben felvettük az új év ritmusát, és habár elkezdődtek a dolgozós hétköznapiak, azért szakítsunk időt magunkra, és őrizzük meg belső harmóniánkat. A Vízöntő Pinceklub ehhez kínál idén is tartalmas programokat a rendszeresen visszatérő hűséges vendégeknek és az újonnan érkezőknek egyaránt.

A korábbi évek hagyományaihoz híven idén is az egészségtudatosabb életmód kialakítására, fenntartására ösztönzi látogatóit a Vízöntő Életmódklubja.

Az év első foglalkozásán, február 3-án a kiváló szakembertől, *Sándor Szilvia* természetgyógyásztól ahhoz kaphatunk tanácsot és út-

mutatást, hogyan segíthetjük szervezetünk harmonikus működését. A programon megismerkedhetünk testünk energiapályáival, elleshetjük az akupunktúrás fájdalomcsillapítás, immunerősítés és stresszkezelés saját magunk által is alkalmazható módszereit, és tanul-

A test, a szellem és a lélek harmonikus együttműködése az egészség alapja, ha ez az egyensúly megbomlik, testünk jelez. Tanuljunk meg figyelni rá. Ehhez persze elsősorban szemléletváltás szükséges, tudatosítanunk kell magunkban, hogy felelősök vagyunk önmagunkért, ahogy a program címe is utal rá, egészséged megőrzése rajtad (is) múlik! Első lépésként látogass el az Életmódklubba február 3-án!

VÁRKONYI R.

Életmódklub

Minden hónap páratlan hét szerdáján 17.00–19.00.

Részvételi díj: 200 Ft.

Helyszín: Vízöntő Pinceklub (Váci út 50., tel.: 350-6125).

A program- és időpontváltozás jogát a szervezők fenntartják.

Olcsó téli ruhavásár

A Magyar Vöröskereszt kerületi szervezete olcsó, jó minőségű női, férfi-, gyerek-, új és használt ruhával, cipővel, gyerekjátékkal várja kedves vásárlóit. Akciónk helye: Váci út 67. Ideje: február 15-16-án, 9–16 óráig.

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

Györgyi Leventére már komoly ellenfélként néznek

Ki akarok tûnni a többiek közül

Újabb kerületi sportcsillag van születőben? Talán még korai lenne kijelenteni, de annyi bizonyos, Györgyi Levente Tamás, a BVSC még csak 18 esztendő párbajtörvívója jó úton halad afelé, hogy olyan hírességek nyomdokaiba lépjen, mint Kolczonay Ernő vagy Kulcsár Győző.

Az Angyalföldön lakó ifjú tehetség tavaly indult először felnőtt világkupán, és a németországi Laupheimből rögtön aranyéremmel tért haza. Ehhez jött még a junior Európa-bajnokságon szerzett csapatelsőség. Mindezek után nem is meglepő, hogy idén már Levente is többet vár magától.

– Kemény éven vagyok túl, hiszen rengeteget kellett edzenem, de megérte. A sikeres szereplés fedlerteti az edzőtermekben eltöltött keserves órákat. Szerencsére édesanyám és edzőm, Andrásfi Tibor tartották bennem a lelket a nehéz pillanatokban is. A győzelem arra sarkall, hogy még többet teljesítsek idén.

– Nagyon fiatal vagy, de máris említésre méltó eredményeket értél el. A kezdetektől elkaptad a fonalt?

– Az biztos, hogy emlékezetes volt az első találkozásom a vívással, még hozzá olyannyira, hogy már a bemutatódzásen tovább maradtam mindenkinél. Utána már nem is volt kérdés, hogy ezt a sportágat válasszam. Már az első versenyem egyikén ötödik lettem, ami csak még jobban ösztönzött. Ezt követően egyéniben és csapatban is rendszeresen vívtam a különböző hazai és nemzetközi versenyeken. Hacsak nem voltam éppen beteg. Egyszer történt ilyen, de emlékszem, az maga volt a halál. Mármost hogy nem léphettem pástra, és csak kívülről tudtam szurkolni a társaimnak.

– Mi a fontosabb számodra, az egyéni szereplés vagy inkább a csapatverseny?

– Alapvetően, hogy mindent a csapatért. Ezt mindig próbálom tartani, és ha kell, megszakadok azért, hogy jól menjen a csapatnak. Egyéniben sokkal bonyolultabb a helyzet. Nagyon sok függ attól, hogy éppen milyen lábbal kelek. Erre remek példa a világkupa-győzelmem. Magam sem gondoltam volna a nap elején, hogy megnyerhetem. Aztán jöttek egymás után a győzelmek, és egyszer

csak már a döntőben találtam magam.

– Ott is minden simán ment?

– Bizony, ott már az én kezem is megremegett. De némi leállás után sikerült összeszednem magam lelkiileg, ez segített át a holtpontra, és hozta meg a győzelmet. A mai vívás főként agyban dől el. Amennyiben jól megy a koncentráció, össze tudom szedni magam, akkor jól megy a vívás is.

– Érzed, hogy a világkupa-győzelem óta másként néznek rád az ellenfelek?

– Mindenképpen tekintélyparancsoló volt ez az első hely, de a páston, vívás közben erre már senki sem gondol.

– Az ifjú reménységeknek meghirdetett Héraklész-program tagja is vagy, ami meghatározott kötelezettségekkel jár. Mik az elvárások, és hogyan tudod összeegyeztetni a sportolást a tanulással?

– Elsősorban az az elvárás felém, hogy megfelelő teljesítményt nyújtsak mind az edzéseken, mind a versenyeken. Rendszeresen részt vegyek a foglalkozásokon és igyekezzek a legjobbat nyújtani. Elég nehéz a sulit mellett a sportolás, de szerencsére a tanáraink el-



Az ifjú párbajtörvívó és edzője

nézőek a hiányzások terén, és ők is ösztönöznék a sportolásra. Persze, vizsgázni nekem is ugyanúgy kell, mint bármely más tanulóknak.

– Milyen versenyek várnak rád idén, és gondolsz-e már a 2012-es londoni olimpiára?

– A fő célom idén, hogy kijussak a világbajnokságra. Jelen pillanatban a ranglista alapján erre jók az esélyeim. Ott aztán ismét szeretnék majd bizonyítani. Emellett az országos bajnokságra és a világkupaversenyekre készülök. Az olim-

pia még ráér. Úgy gondolom, hogy nekünk, fiataloknak most még a jelenlegi felnőtt korosztályt kell támogatnunk, mert nap mint nap látom, hogy ők is milyen keményen küzdenek azért, hogy ott legyenek Londonban.

Mindenképp ki akarok tûnni a többiek közül, már egészen kis koromban is erre vágytam, de jól tudom, hogy fiatal vagyok még, a jövő előtt áll. Eljön majd az én időm is.

Sz.T.

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.



Civil Szervezetek Napja

Tizenharmadik alkalommal rendezték meg a XIII. Kerületi Civil Szervezetek Napját január 30-án az Angyalföldi József Attila Művelődési Központban.

– A hatalmas hóesés miatt kevesebb érdeklődőt vonzott idén a rendezvény, ennek ellenére sikeres volt – tájékoztatt Szalkai Lajos szervező. – Ezúttal ugyanis a tavalyinál több egyesület – mintegy harminc – keresett meg minket kiállítási és bemutatkozási szándékkal.

Akik pedig a hó ellenére ellátogattak az Angyalföldi József Attila Művelődési Központba, a bemutató civil szervezetek megismerése mellett civil szakmai fórumokon gyarapíthatták ismereteiket, és különböző szolgáltatásokat vehettek igénybe. Tájékozódhattak pályázati lehetőségekről, az szi 1%-a és a Nemzeti Civil Alapprogram rendszerében történt változásokról, melyről Bécsy Etelka, a Szociális és Munkaügyi Minisztérium Társadalmi és Civil Kapcsolatok Főosztályának főosztályvezetője, valamint Nagy Péter, a Nemzeti Civil Alapprogram Szolgáltató Kollégiumának elnöke tartott előadást. Emellett pályázati írással és pályázati lehetőségekkel kapcsolatban is hasznos informá-

ciókat kaphatott minden résztvevő. A társadalmi egyeztetés jó gyakorlatáról Oprics Judit, a NIOK programvezetője beszélt.

– A tavalyi kedvező tapasztalatok alapján emellett lehetőséget nyújtottunk nemzetközi civil együttműködések kialakítására horvát, szlovák és lengyel közösségek részvételével – mondta Szalkai Lajos. – Délután Kerületi Civil Várostervező Fórum szervezése kezdődött. A világméretű éghajlatváltozás hatása az egészségre címmel az Egyesület a Környezet-egészségügyért szervezet tartott előadást.

A napot Civil Gála zárta, melyen előadó-művészeti tevékenységet folytató civil szervezetek léptek fel. A műsor előtt díjazták a Civil totó nyerteseit, valamint átadták a Civil Vándorserleget a Mozgássérültek Budapesti Egyesületének Angyalföldi Szervezete részére a 2009. évben végzett tartalmas és színvonalas programok szervezéséért, valamint a rászoruló társaik megsegítéséért. Önkormányzatunk a díjjal elismeri a szervezet tevékenységét, a lakossággal és az önkormányzattal történő együttműködést.

(SZABÓ VIKI)

Doha után Szingapúr

A Magyar Diáksport Szövetség tizenkilenc fős válogatottal képviseltette magát a középiskolás világbajnokságon. A Katar fővárosában, Dohában decemberben négy sportágban – atlétika, úszás, torna, RG – lebonyolított vetélkedő legeredményesebb magyar résztvevője *Nguyen Anasztázia* volt. A Budapesti Honvéd sportolója már

talában az övé az utolsó szó, de ez így is van rendjén.

– Sokan azt mondják, még jobb lehetne, ha legalább tíz centivel magasabb lenne...

– Jelenleg 160 centiméter és 51 kiló vagyok, és teljesen jól érzem magam. Úgy gondolom, majd később derül ki, mennyi is bennem még a tartalék. Nem gondolkodom



az ifjúsági atlétikai világbajnokságon megmutatta oroszlánckörmeit; az olaszországi Bressanóban (Brixenben) negyedmagával második helyen végzett a svédváltóban.

A januárban tizenhetedik születésnapját ünnepelt ifjú reménységgel – a középiskolás világbajnokságok, a „Gymnasiade” 100 méteres versenyszámának győztesével, a svédváltó ezüstérmesével – pályafutásáról beszélgettem.

– Jelenlegi edzőm, Szabó Dezső lányával egy osztályba jártam az általánosban. Testnevelőm, Lakosa Gyula vitt el a kecskeméti diák-olimpiára, ahol beszélgettem az egykori Eb-ezüstérmes tízpróbázóval. Ő tehetségesnek tartott, hívott, jöjjenek a Központi Sportiskolába, én pedig mentem.

– Ennek már hét éve, lassan érettségizni fog, és még mindig Szabó Dezsővel készül.

– A mesterem nagyon kellemes partner. Nem tekintélyuralmi alapon dönt, hanem mindent megbeszélünk. Más kérdés, hogy a végén ál-

túlzottan előre, inkább csak a közeljövő lehetőségei érdekelnék.

– A 2010-es esztendő is elég sok izgalmat ígér.

– Nagy vágyam, hogy ott lehessenek az I. Ifjúsági Olimpián Szingapúrban. Oda a májusi, moszkvai kvalifikáción keresztül vezet az út.

– Távolabbi céljai is vannak?

– Ebben a korban még nagyon sok minden előfordulhat, változhat. Egyet azonban biztosra megígérhetek: 400 métert soha nem fogok futni!

KÉP ÉS SZÖVEG: JOCHA KÁROLY



Angyalföldi pálmafák

Cikksorozatunkban a piros-kék klub múltjából idézzük fel epizódokat

Ezer öröm: nem lehet a Mátra másé

Az efféle történetekről szokták azt mondani: olyan szép, hogy nem is lehet igaz. S az a legszebb bennük, hogy bármilyen mesések is, magát a valóságot hordozzák.

Az országos sífutóbajnokság 10 km-es női csapatversenyét 1982. január 23-án a Vasas együttese nyerte. Na és? – mondhatják, hiszen mifelénk a sísport hazai eseményei legfőljebb tíz-húsz sort kapnak még a sportújságokban is. Am az az aranyérem az angyalföldi klub síszakosztályának a 150. elsősege volt, ráadásul a sikeres részleg megalakulásának harmincadik évfordulóján.

Még ez is smafu – tehetik hozzá, de most jön a java: a győztes trió a Vasas ezredik felnőtt bajnoki címét szerezte.

Az ilyen diadal pedig nem olvad el, akár a hó...

az újabb pezsgősüveg; tartalmát a mínusz négy fokban sükségtelen volt lehűteni...

Beták különleges figurája a Vasas históriájának, hiszen (1956-tól) évtizedeken át trenírozta a klub sielőit, ennélfogva kiváltképp érdekes, hogy a mesteredzői címet csak a szakosztály 150. aranyérmének elnyerése után egy esztendővel, 1983-ban kapta meg. Első győztes Vasas-tanítványa (1960-ban) Markó Sándor volt, a legbüszkébben azonban Balázs Évára tekintett, aki a hatvanas-hetvenes években nem kevesebb, mint harminchat felnőtt bajnoki címet szerzett. Ez is csúcs, és úgyszintén rekord az 1978-as teljesítmény, merthogy



Az 1000. bajnokságot nyert női sífutó csapat: Beták Imre edző, Kiss Judit, Özse Ágnes, Tóthné Kapros Ibolya

Már csak azért sem, mert ezer bajnoki győzelemhez érkezni, az korántsem csupán a síről szól. Ezer ünnep fényesen bizonyítja, micsoda nagy klub az, amelyik ennyi elsőseget számlálhat. „Ezredessé” válni: egy egyesület életében maga a történelem.

Az első aranyérmet még 1918 márciusában akasztották a birkózó Szelky Ottó nyakába. A Vasas-hívek abban az időben könnyű szívvel gondoltak a nehézsúlyra... A kétszázötvenediket 1954 áprilisában hódította el az Ács Éva, Fürst Helén, Röder Katalin hármas a mezeifutó-bajnokság 1500 méteres csapatversenyében. Az ötszázadikat 1963 júniusában nyerte a Delneky Gábor, Kemenes Ernő, Kovács Attila, Kovács Tamás, Meszéna Miklós összetételű kardcsapat. (Ilyen nagy nevekkal nem is csoda...) A hétszázötvenediket pedig 1971 júniusában tette a vitrinbe Balogh Györgyi, aki úgy futott be elsőként az országos atlétikai bajnokság 200 méteres számában, hogy mögötte Nemesháziné Markó Margit és Papp Attiláné érkezett a célba. A dobogón kizárólag Vasas-sportoló állt...

Miként 1982 telén Mátraházán. És nem csupán a csapatverseny eredményhirdetésekor, hiszen az egyéni viadalt Özse Ágnes nyerte Tóthné Kapros Ibolya és Kiss Judit előtt. Még szép, hogy a taroló trió így számolt: kilencszázkilencvenkilenc, ezer...

Beták Imre edző pedig ezer örömmel nyilatkozta: „Én már az ezeregyedikre készülök”. Nem kellett sokáig várnia, mivel a férfiak 30 kilométeres versenye Bognár Károly győzelmével zárult, és előkerülhetett

abban az esztendőben az összes sífutószám aranyérmét Vasas-versenyző vehette át. Ez tíz bajnoki címet jelentett, és Betákék többet emlegették a tízest, mint örökzöld kabaréjelenetében a halhatatlan Salamon Béla...

Természetesen az ezres is hangsúlyos maradt, de nem „csupán” abban a tekintetben, hogy miféle jubileumhoz érkezett a piros-kék klub. Az aktív sífutóként 17-szeres bajnok, 1948-ban olimpiai résztvevő Beták a nevezetes 1982-es esztendőben így emlékezett arra a több mint negyedszázadra, amit addig a Vasasban töltött: „Ha újra kezdhethném, ugyanezt csinálnám. Melyik edző panaszkodna, ha elmondhatná magáról, hogy legalább ezer tanítványa volt?”

Köztük Özse, Tóthné, Kiss. E három sportolót bizony ritkán idézik fel manapság, mert – azon túl, hogy a sízés minálunk elvétve sem kerül a fókuszba – a Vasas legendás alakjai elviszik előlük a show-t. Hiába, ott, ahol a dicsőségek könyvében olyan sporttörténeti egyéniségek sorakoznak, mint Németh Imre és Németh Miklós, Markovits Kálmán és Faragó Tamás, Bujdosó Ágota és Sterbinszky Amália, Kozma István és Hegedűs Csaba (meg mennyi még!), nem egyszerű kitűnni.

Am az „ezredesi” kinevezés pillanatát a sífutóktól soha nem lehet elvenni és elválasztani...

HEGYI IVÁN,
A NÉPSZABADSÁG FŐMUNKATÁRSA

**ANNA
OPTIKA**

XIII. Pannónia u. 48.
329-4058

XIII. Pozsonyi út 1.
270-3804

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

Komplet t szemüveg

divatos
keret
+ 1 pár
lencse

9900 Ft

XIII. KERÜLETI KÖZMŰVELŐDÉSI NONPROFIT KFT. PROGRAMAJÁNLÓJA



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

PROGRAMAJÁNLÓ

Az éleslátás teljessége

Egyéni szellemi-lelki egyensúly megteremtése napjainkban.
Az előadás-sorozat a természettudományos ismeretekre épít.
Előadó: Fekete Árpád
Az élet kialakulása és szerencséje
Február 2., kedd 18.00
Az evolúció
Február 16., kedd 18.00
Információ: Nagy Adrienn, 452-4290, nagyadrienn@kult13.hu, www.kiutabajbol.hu
Belépőjegy: 700 Ft/alkalom



Óperencia Gyermekszínház

Február 3., szerda 14.00
Bubu Kalandjai
Izgalmas afrikai állatmese egy eltévedt kis vízilórlól
Bérlet: 1900 Ft/három előadásra
Belépőjegy: 800 Ft/előadás
CLUB'68 I.M. Radics Béla
Február 12., péntek 18.00
A klub feleleveníti a '60-as és '70-es évek színes zenei és kulturális világát
Belépőjegy: 1000 Ft



Bon Bon matinékonzert – CSINNADRATTA ÜTŐEGYÜTTES

Február 21., vasárnap 16.00
A komolyzenei ismeretterjesztő sorozatban ez alkalommal a mesélő ütőhangszerek mutatkoznak be a gyerekeknek az „Aranyszörű bárány” című előadással
Belépőjegy: 1000 Ft

Mozgásprogramok felnőtteknek

Komplex jazztánc • Pilates
• Kubai salsa • Színpadli tánc
• Szinkrontánc
• Női kondicionáló torna
• Hatha jóga
• Jóga a mindennapi életben
• Társastánc • Callanetics

Mozgásprogramok gyermekeknek

FIT-KID • Manó torna • Ékszer Balettiskola • Csiri-biri torna • Tücsökgépző • Icíri-Picíri Táncszínház • NRG Tánciskola • Pilates

Gyertyafény Keringő Klub

Vasárnap 15.00–19.00
Kellemes, családi hangulatú vasárnap délután. Vezet: Csukáné dr. Jónás Ilona
Részvételi díj: 600 Ft/alkalom, 2000 Ft/hó
Csuka Mónika Énekiskola
Kedden: 16.00–21.00, csütörtökön: 16.00–19.00



Időszaki kiállítás

Szellem – Forma, Bau-haus

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



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



Ringató

– Vedd ölbé, ringasd, énekelj!

(kisgyermekkorai zenei nevelés)
Február 8., hétfő 11.00
Műsoros-táncos rendezvény nyugdíjasoknak
Február 2. kedd, 10. szerda 14.00
(Sárgarózsa)



Láng MKKE I.–Pestszentlőrinc II. Bp. I. és Láng MKKE II.–Barcza III. Jun Budapest II. sakkmerközések
Február 7., vasárnap 9.00

Minden héten:

Rákgyógyító légzés (gyógytorna)

Kedden 9.00 haladóknak, 10.00 kezdőknek
Természetgyógyász Klub
Csütörtökön 17.30 (előadások, fény- és energiaadás, életmód-tanácsadás)

TE+ÉN táncest

Pénteken 18.00–21.30
Vasárnap 17.00–21.00

MODELLBÖRZE (cserebere, vétel-eladás)

Szombaton 8.00–12.00

Univerzális Élet (Öskeresztény Egyesület)

Vasárnap 10.00–13.00
(Kozmikus Életiskola – az Isten szellemétől kapott belső út oktatása)



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

Nyitva tartás: hétfőtől péntekig 10–18 óráig

Díjtalan információs szolgáltatás, jogi, pályaválasztási, munkavállalási, pszichológiai, szenvedélybeteg-tanácsadások, AIDS-szűrés.
Ingyenes internetszolgáltatás.



1132 Budapest, Váci út 50.
Telefon/fax: 350-6125
www.kult13.hu
vizonto@kult13.hu
Nyitva tartás: hétfőtől péntekig 12–20 óráig

ÚJ PROGRAMUNK

Középiskolás klub

Társasjáték, teázás, beszélgetés
Hétköznap 15.00–17.00
Hétfőn: Matematika korrepetálás
Kedden: Hennázó-teázó
Szerdán: Angol korrepetálás
Kéz-Mű-Hely: február 3-án maszkot öntünk és festünk, február 17-én álcacsoport készítés
Csütörtökön: Február 11-én és 25-én „Mindez én vagyok” – beszélgetés, önismeret, önkifejezés, kapcsolatok
A részvétel ingyenes!
ÉLETMÓDKLUB
Február 3., szerda 17.00–19.00
RAJTAD (is) múlik!
Öngyógyítás természetgyógyász segítségével
Részvételi díj: 200 Ft
Asztrológia – a horoszkóp elemeinek ismertetése
Bach-terápia
Február 17., szerda 17.00–19.00
Részvételi díj: 200 Ft

KÉZMŰVES PROGRAMOK

„Tükrös szívet Valentin-napra”

Mézeskalács-készítő foglalkozás
Február 6., szombat 10.00–16.00
Információ és előzetes jelentkezés: (30) 643-1385, www.mezesmirakulum.hu
Hennafestő tanfolyam
A kezdő intenzív program időtartama 1x6 óra
Február 27., szombat 10.00–16.00
Információ és előzetes jelentkezés: (30) 643-1385, www.hennamirakulum.hu

CSALÁDI PROGRAMOK

Zsibongó

Zenés foglalkozás óvodásoknak
Hétfőn 16.15–17.00
Részvételi díj: 800 Ft/45 perc, 4 alkalmas bérlet: 2800 Ft. Az első alkalom ingyenes!
Információ és jelentkezés: (30) 655-3852



Zenebölcsi

Kedden 11.00–11.30
30 perces foglalkozás babáknak és mamáknak.
Az első alkalom ingyenes!
Információ és jelentkezés: (30) 655-3852

Kreatív játszóház

Február 10. és 24., szerda 16.00–18.00
Fejlesztő foglalkozás babáknak és mamáknak
Részvételi díj: 300 Ft

Személyiségfejlesztő programok

Feszültségoldás kineziológiával
Hétfőn 15.00–19.30
Félénkség, túlterheltség, magány, problémák az evéssel, alvással? Oldás után jobban érezheti magát! Előzetes jelentkezés: 350-6125
Részvételi díj: 4000 Ft/alkalom
Személyiségfejlesztő drámacsoport gyerekeknek és fiataloknak
Várunk minden kis- és nagysiskolást, fiatalot, aki szeret játszani
Részvételi díj: 14 000 Ft (januártól júniusig)
Csütörtökön 16.30–19.30

MOZGÁSOS PROGRAMOK

Egészségvédő torna

Kedden 15.00–16.00
Kímélő mozgásprogram gyógytornász vezetésével idősebbeknek
Részvételi díj: 3000 Ft/5 alkalmas bérlet
Az első alkalom ingyenes!
Masszázs
Mozgásszervi gondok enyhítése gyögmasszáz segítségével
Információ és jelentkezés: (30) 251-7750



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

Programok gyermekeknek és fiataloknak

Skót táncház

Február 6., szombat 19.30–22.30

Belépődíj: 600 Ft/fő

Bolgár táncház

Február 12., péntek 18.30–23.00

Belépődíj: 800 Ft/fő



Salsa-farsang

Február 13., szombat 21.00–02.00
Táncbemutató, salsashow, jelmezverseny, filmvetítés, salsakirálynő- és királyválasztás, Sopresa.
Ajtónyitás: 20.30
Házigazda: Lili Garcés / Cuba DJ. Információ: (20) 9441-776 (B. Bíró Zoltán, főszervező) Belépődíj: 2000 Ft/fő
GYIÖK-farsang
Február 19., péntek 17.00–22.00
A XIII. Kerületi Gyermek- és Ifjúsági Önkormányzat sok szeretettel vár mindenkit farsangi mulatságára. Jelmez viselete kötelező, mert lesz jelmezverseny is!
A belépés ingyenes!



Új! Senior társastáncanfolyam

Pénteken 18.30–20.00, február 19-től „Nem csak a húszéveseké a világ!”
Információ és jelentkezés Véghe Zoltán táncoktatónál a zolilea@hotmail.com e-mail címen vagy a (30) 279-3393-as telefonszámon és a www.fortunatsk.info honlapon
Részvételi díj: 5000 Ft/hó vagy 13 000 Ft/12 alkalom
Hangeló gitárklub
Hétfőn 17.00

Megújult formában folytatódik a Hangeló! A gitárjátékon kívül megismerkedhetsz a hangszer felépítésével, karbantartásával, hangtechnikájával is.

Jelentkezés és információ a klubvezető Balogh „Jenci” Jenőnél a (70) 434-8889-es telefonszámon vagy a baloghjeno@kult13.hu e-mail címen. A részvétel ingyenes!

A Gyermek- és Ifjúsági Ház termei bérelhetők!



1136 Budapest, Tátra utca 20/B
Bejárat a Radnóti utcai oldalán
Telefon/fax: 320-5380
Nyitva tartás: hétköznap 14–20 óráig
ujlipotvaros@chello.hu, klubgaleria@kult13.hu
www.kult13.hu

Kiállítás:

Varga Patricia Minerva festőművész kiállítása

Megtekinthető február 12-ig
Fábián Ágnes festőművész kiállítása
Megnyitó: február 11., csütörtök 18.00
Megtekinthető február 26-ig
Nádas Alexandra festőművész kiállítása
Megnyitó: február 17., szerda 18.00
Megtekinthető március 5-ig

Tanfolyamok

Gemini tanulókör

Angol társalgási klub kedden, csütörtökön és pénteken 17.00–20.00
Megnyitó: február 11., csütörtök 18.00
Megtekinthető február 26-ig
Francia nyelvű foglalkozás kisgyerekeknek
Pénteken 16.00–18.00
Jóga Hétfőn 18.00–20.00



Klikkelj az olvasásra! MINDENÜNK AZ OLVASÁS!

2010. január 22-től ország-világ előtt bevallható, hogy életünk, munkánk, szerelmünk, azaz mindenünk az OLVASÁS!
És hogy hol...?
A Fővárosi Szabó Ervin Könyvtár honlapján.



Mert ott mindent megtudhatsz a január 22-én induló, olvasást népszerűsítő kampányról. REGISZTRÁLJ! www.fszek.hu

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

Kreatív Műhely:

Farsangi álarc és maskarák készítése
Február 10., szerda 17.00–19.00

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

FSZEK XIII/8. sz. Könyvtára
Dagály u. 9. Telefon/fax: 340-3309
www.fszek.hu/dagaly, fszek1308@fszek.hu
hétfő, kedd, szerda, péntek: 9–19,
csütörtök: 9–14, szombat: 13–18 óráig
A Turista voltam az Európai Unióban című pályázatra érkezett beszámoló a
www.fszek.hu/konyvtaraink/eszakpesti_regio/dagaly_u_9/turista_voltam_az_europai_unioban honlapon olvashatók.

Könyvajánló:

Kate Furnivall: A vörös sál (IPC-Mirror, 2009)
Colleen McCullough: Antonius és Kleopátra (Európa, 2009)
Laurence Rees: A legsötétebb óra: döbbenetes vallomások a második világháború poklából (Alexandra, 2009)
Penny Vincenzi: Lázás évek (Alexandra, 2009)



Szerkesztőség és stúdió:
1131 Budapest, József Attila tér 4.
Telefon: 788-7098. E-mail: tv13@chello.hu

Ha képbe akar kerülni a XIII. kerületről, NÉZZE A TV13 ADÁSAIT!

Keresse a kerület televíziójának, a TV13-nak műsorait a UPC-n és a világhálón!

Riportok, beszámolók, hírek, tudósítások a XIII. kerület életéről és lakóiról!

Ha tudni akarja, hogy mi zajlik az önkormányzat ülésein, FIGYELJE A TV13 ADÁSAIT!

Hétfőn – Önkormányzati hírek Szerdán – Angyalföldi magazin Pénteken – Sport és kultúra

A TV13 műsorait hétfőn, szerdán és pénteken 17.30-tól láthatja!

Ismétlések: mindennap 17.30, 22.00, 01.00, 5.00 órakor és 10.00 órától.

24 órás, folyamatos Képújságunkban naponta frissítjük a legfontosabb kerületi közleményeket!
www.bp13.hu; www.itv.hu

A műsorváltoztatás jogát fenntartjuk!

Valentín-napi latin buli!

február 13. (szombat) 21h

Itt nem a tánctudás a lényeg, csak éld át az érzést!

Forró, siatgerő hangulat vár a

MOCCO -ban!

élő gitárzene és táncbemutató

Dj: Valentino disco & buli

Belépő: 990 Ft
XIII. ker. Pozsonyi - Budai Nagy Ártól utca sarkok (Jászai Mari tér)

AKCIÓS ÁRON!
Tavaszi átadással

XIII. kerületi
37-71 m²-ig
új építésű
cirkós lakások,
egyéni
igényének
megfelelő
kialakítással
eladók.

Tel.: 06 (20) 959-1302, 06 (20) 959-1262, 06 (20) 958-9539.

80.000 gyermekre van gondunk

1%

Gyermekétkeztetési Alapítvány

Adószám: 18049842-2-43

Tel: (1) 283-2510
www.gyca.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,
vizeletcsepegtetés, 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 sarkok
Parkolás a VITALORG udvarán
www.Vitalorg.hu

ZÁRKIRÁLY® bt.
ZÁR, KILINCS, LAKAT, VASALAT
1027 Margit krt. 54. T: 201-3928 Ny: H-p: 9-18, szo: 9-14
1117 Fehérvári út 24. T: 466-5654 www.zarkiraly.hu

+ SZOLGÁLTATÁSAINK:

- KULCSMÁSOLÁS: lakás, autó, speciális és mágnes
- ZÁRBETÉTEK ÁTKÓDOLÁSA
- EGYFORMA ZÁRLATÚ és FŐKULCSOS rendszerek
- HEVEDERZÁRAK szerelése: egyedi méret is
- ZÁRAK, ZÁRBETÉTEK, HEVEDERZÁRBETÉTEK CSERÉJE

-10%!
Szomb.

Gyógyító érintés masszázs

Győződjön meg szakmai hozzáértésemről,
próbálja ki!
Ajándék 10 percen!

- ✓ svéd-, gyögmasszázs;
- ✓ akupressúra a kínai orvoslás módszereivel, arc, fejmasszázs, fejfájás, kézzsibbadás kezelése;
- ✓ shiatsu japán energetikai masszázs;
- ✓ cellulitisz, fogyaszto masszázs természetes anyagokkal, intenzív méregtelenítéssel;
- ✓ talpmasszázs reflexológiai ismeretekkel;
- ✓ kényeztető csoki-, mézes masszázs.

06-70-248-4012
Pataki Zita
Barbara Szépségház
1137 Budapest, Katona József u. 31.
(Jászai Mari tér, Katona-Hollán u. sarkok, a Reál bolt mellett)

**Szeretettel várom kedves vendégeimet
kellemes, nyugodt környezetben!**

A hirdetés felmutatója
10% kedvezményben részesülhet
egyszeri alkalomra!

BUDAPEST FŐVÁROS XIII. KERÜLET ÖNKORMÁNYZATÁNAK PÁLYÁZATI FELHÍVÁSA

A XIII. kerületi önkormányzat tulajdonát képező Budapest XIII., Ambrus u. 6. szám alatt 2010-ben átadásra kerülő lakóépületben lévő 36 db 30 m² és 76 m² közötti alapterületű egyszobás, egy + félszobás, kétszobás, kettő + félszobás és háromszobás összkomfortos lakások bérleti jogának, valamint a Budapest XIII., Reitter Ferenc u. 13. szám alatti lakóépületben lévő 5 db 34 m² és 62 m² közötti alapterületű egyszobás, egy + félszobás összkomfortos lakások bérleti jogának elnyerésére.

A pályázat feltételeit, valamint a pályázati nyomtatványt az Angyalföld-Újlipótváros-Vizafogó Vagyonkezelő Zrt. (XIII., Béke u. 65.), továbbá az önkormányzat ügyfélszolgálati irodáján (XIII., Béke tér 1.) lehet beszerezni, illetve letölthető a www.avkzrt.hu és a www.bp13.hu honlapokról. Részletes információt az Angyalföld-Újlipótváros-Vizafogó Vagyonkezelő Zrt. Lakásgazdálkodási csoportján (XIII., Béke u. 65. Tel.: 350-3728, 350-3729) kérhetnek.

A pályázat benyújtható:
2010. január 25., hétfő 14 órától 2010. február 26., péntek 11 óráig.

Budapest Főváros XIII. Kerületi Önkormányzat
Tulajdonosi és Lakásgazdálkodási Bizottság

Turista voltam az Európai Unióban

Turista voltam az Európai Unióban címmel hirdetett pályázatot a Fővárosi Szabó Ervin Könyvtár észak-pesti régiója. Az intézmény olyan be-számolókat várt a vállalkozó szellemű olvasóktól, amelyekben az unió országaiban tett kirándulásaikon tapasztalt élményeiket mesélik el.

A beérkezett pályázatok közül a két legjobb: felnőtt kategóriában Szemes Judit Áfonya Körbevonatottuk Európát című írása, valamint diák kategóriában Sipos Alexandrának az olaszországi iskolarendszerről szóló munkája. Mindkettőjük jutalma egy-egy digitális fényképezőgép, mellyel legközelebbi külföldi útjukon dokumentálhatják majd élményeiket. Aki szívesen elolvasná a nyertes munkákat, az megtalálja a következő honlapon: www.fsze.hu/konyvtaraink/ezsak-pesti_regio/dagaly_u_9/_turista_voltam_az_europai_unioban



Hozzávalók: 3 dl tej, 3 dkg élesztő, 1 evőkanál porcukor, 5 dkg vaj, 2 tojássárgája, 50 dkg liszt.

Elkészítés: 3 dl tejet meglangyosítunk, belemorzsolunk 3 dkg élesztőt és beleteszünk 1 evőkanál porcukrot. Amikor az élesztő megkelet, 5 dkg vajjal, 2 tojássárgájával, késhegy-nyi sóval és 50 dkg liszttel közepes keménységű kelt tésztát készítünk. Jól kidolgozzuk, hogy lágy tésztát kapjunk. Langyos helyen másfél órára kelesztjük. A kelés után

nyújtódeszkára borítjuk és ujjnyi vastagra nyújtjuk. Egy nagyobb pohárral kiszaggatjuk, a közepét tetszés szerint egy kisebb pohárral kivághatjuk. Ruhával letakarva 30 percig kelesztjük. A fánkot középforró olajban egyenletes tűzön sütjük. A sütés elején az edényt fedjük be. Megfordítás után vegyük le róla a fedőt. A pirosra sült fánkot szűrőkanállal szedjük ki. Márthatjuk csokiba, cukormázba, de ízletes, ha csak hagyományosan megszórjuk porcukorral és lekvárt csepegtetünk rá.

Játszóház
...ahol gyerekjáték a tanulás!

TÉL BÚCSÚZTATÓ mulatság!
február 27-én 10-12 óra között
a Pöttöm Panka Játszóházban!

- ✂ festés
- ✂ mázolás,
- ✂ maszkkészítés
- ✂ arcfestés
- ✂ tombola

10 órától
Luca néni
bábszínháza

Belépő
mindenkinek 500 Ft

1135 Budapest, Reitter Ferenc u. 22.
Telefon: 78 44 261 • www.pottom-panka.hu

*A lapban megjelenő hirdetések
tartalmáért a szerkesztőség
nem vállal felelősséget.*



ÁRKARNEVÁL

Az RS-ben!



RS BÚTORÁRUHÁZ
Bp. XIII., Reitter F. u. 78.

Nyitva tartás: H.-P.: 10-19h Szo.-Vas.: 10-18h

RS BÚTORPIAC
Bp. XXIII., Nagykörösi út 349.

Nyitva tartás: H.-Szo.: 10-20h Vas.: 10-18h

RS INTERNET ÁRUHÁZ
www.rs.hu

Nyitva tartás: hétfőtől-vasárnapig 0-24h

Központi információ: 329-0050

~~94 990~~
69 990



Alto rugós,
ágyneműtartós kanapéágy
(200 x 96, fekvőf.: 145 x 200)

Lopping futonágy rugós matraccal
(158 x 220, fekvőf.: 140 x 200)



~~104 990~~
79 990

Vera 5 elemes szekrényoszor
(320 x 196 x 35/52)

~~75 990~~
69 990



Jamie Oliver
textiltáskák



~~54 990~~
45 990

Savanna
rugós, ágyneműtartós
heverő (212 x 92, fekvőf.: 90 x 192)



Magnat szekrényoszor calvados színben (360 x 208 x 51)

~~99 990,-~~
79 990,-

STABIL,
ÖSSZESZERELT
KIVITELI

Ne vakítsa el szemét a sok % % %!
Nézzon az álarc mögé!

LE FOG ÜLNI ÁRAINKTÓL!



Garnitúraban: ~~44 990,-~~
31 990,-

Heni 197-es blokk konyha
mosogatótálca és munkalap nélkül
(munkalap ára: 6 990,-)



Tulipános,
18 részes
tányérszéklet



~~7 300~~
3 990

Új-München 6 személyes étkezőgarnitúra antikolt calvados színben,
3 méterre nyitható asztallal (95 x 75 x 155/195/235)



Garnitúraban: ~~134 990,-~~
119 990,-

FIZETI ÉS VIHETI!

ÁFÁS ÁRAK!



~~18 300~~
12 990

Kathy forgószék
+2 db AJÁNDÉK
cserélhető támlakárpit



~~5 200~~
3 990

Piano
nyitható ülőke
többféle színben



Flóra bükkfa szék
Ádám nyitható étkezőasztallal
(85 x 78 x 130/170)

~~19 990~~
13 990

~~24 500~~
24 500



~~34 980~~
29 990

~~8 850~~
6 990

Grete
műbőr szék
Sven asztallal
(90 x 75 x 150)



~~114 990~~
89 990

Butterfly rugós, ágyneműtartós, nyitható kanapéágy,
állítható magasságú karfával (203 x 102, f.f.: 147 x 203)



~~87 990~~
79 990

Kis-Eszter
ágyneműtartós, nyitható garnitúra,
változó kárpitozással (205 x 160, f.f.: 155 x 200)

Színes csésze
alátéttel

~~800~~
390

Scooby Doo tolltartó,
2 féle színben

~~390~~
290



Február 14-én, vasárnap
farsangi készülődés
az RS gyermekjátsszóban!
**MINDEN JELMEZES GYERMEK
AJÁNDÉKOT KAP!**

A feltüntetett árakat 2010. február 1-28. között, a készlet erejéig garantáljuk, valamint kizárólag a bűtorra vonatkoznak, a dekoráció árát nem tartalmazzák! A méretek tájékoztató jellegűek! A nyomdai hibákért felelősséget nem vállalunk!
A feltüntetett árak HUF-ban értendők, a kárpitozott bűtorok esetében alapkategóriás szövetre vonatkoznak. A termékcsoporthoz az interneten mozgóképes bemutatató láthat (www.rs.hu). Minden jog fenntartva: RS®



HA BÚTORT KERES - RS!



Minőségi, jogilag rendezett lakások akadálymentesített, nívós társasházban eladók!
AJÁNDÉK: gépesített konyhabűtor!

Bp. XIII. ker., Petneházy u. 82.

Bp. XIII. ker., Jász u. 73.

**KECSEGTETŐ ÍGÉRGETÉSEK
HELYETT VÁLASSZA A KÉZZEL-
FOGHATÓ MINŐSÉGET!**

**FIZESSEN 10%-OT,
ÉS KÖLTÖZZÖN
AZONNAL!**

Értékesítés: +3620 / 515-5608 • www.bpholmi.hu

Heti bölcsesség

„Igazából sosem nővünk fel, csak megtanuljuk, hogyan kell viselkedni nyilvános helyen.”

Bryan White



Szerelmesek napja



Bálint napján, február 14-én apró figyelmességekkel lepik meg egymást a szerelmesek. Ezen a napon ajándékozzák szerte a világon a legtöbb virágot, édességet. Uraim, nem kell nagy meglepetésre gondolni! Egyszerűen csak szenteljenek több figyelmet kedvesükre, és garantáltan édes csók lesz a köszönet érte!

Bűvész- és készségfejlesztő klub



Bűvészkedni szeretne gyermeke? Az Angyalföldi József Attila Művelődési Központban (József Attila tér 4.) csütörtökönként elsajátíthatja minden fiatal a bűvészet alapjait, megtanulhat társasági és színpadi trükköket, zenés és szöveges bemutatókat, a mikromágia, valamint a kártyabűvészet abc-jét. Bővebb információ Nagy Gyula programszervezőnél a +36 (30) 691-6412-es telefonszámon, valamint a nagygyula@kult13.hu e-mail címen.

Az állatkert nem alszik téli álmot!



Sok városi gyermek álma, hogy otthonában háziállatot tartson. Ne keseredjenek el a szülők, ha nem tudják csemetéik kéréseit teljesíteni, ugyanis a legtöbb állatkert télen is remek szórakozást nyújt. Részletes programokról a www.allatkert.lap.hu weboldalon tájékozódhatnak.

Keresztrejtvény

1	2	3	Z	4	5	6	Z	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	47			48		49		50	51	
52										

Előző rejtvényünkben egy magyar költő nevét és egyik versének címét rejtettük el. A helyes megfejtés: Szabó Lőrinc; Hazám. Nyerteseink: dr. Gottesmann Péter, Beliczky Attila.

Mostani rejtvényünkben egy magyar költő nevét és az egyik általa alapított folyóirat címét rejtettük el. Beküldendő a vízszintes 1. és a vízszintes 29. számú sorok megfejtése. Beküldési határidő: február 8. A helyes megfejtést beküldők között a Premier magazin aktuális számát sorsoljuk ki.

Vízszintes: 1. Magyar költő, Pest első magyar nyelvű színházának egykori igazgatója (1804–1858). 10. Mária, becézve. 11. Erőszakkal etet. 12. Időmérő eszköz. 13. Tiltószó. 15. Halk zaj. 17. Üres kéz! 19. Ingaóra is teszi. 21. A nikkel vegyjele. 22. Az izmot a csonthoz rögzítő rostos képződmény. 23. Kézzele. 25. Feltéve. 27. Károly, becézve. 29. Folyóirat, 1837-ben alapította a vízszintes 1. számú sorban szereplő költő Vörösmarty Mihállyal és Toldy Ferencsel. 32. Kőbán ...; olimpiai és világbajnok kajakozónő. 33. Diplomáciai testület, rövid. 34. Idegen gáz! 36. Annyi mint, rövid. 37. Magunk. 39. Azonos római

számok, 100 az összegük. 41. Néma gúzi! 42. Szőlő kisajtol, még nem erjedő, édes leve. 44. Az egyik vércsoport. 46. Minden rendben, haver! 48. Athéni sportklub. 50. ... right!; minden rendben! 52. Dicsőségre szomjazó.

Függőleges: 1. A Muppet Show népszerű békája. 2. Félórai! 3. Az egyik téli hónap nevének rövidítése. 4. Az asztácium vegyjele. 5. Felénk közeledik. 6. Rosszelőjel. 7. Ételt ízesít. 8. Errefele! 9. Becézőből önállósult női név. 14. Egészségügyi, rövid. 16. Az 1988-as olimpián kötöttfogásban aranyérmet szerzett birkózó (András). 18. Znojmo névváltozata. 20. Angol határozott névelő (THE). 22. Valamiből az utolsó példány. 24. Tizen Túliak Társasága (egykori televízióműsor), rövid. 26. Rock ... roll; népszerű tánc. 28. Az egyik nyári hónap nevének rövidítése. 30. Égés után maradó, rendszerint szürke színű, porszerű anyag. 31. Atlétika(i), rövid. 32. Nemesgáz, vegyjele Rn. 35. Magánszám. 38. München folyója. 40. A lantán vegyjele. 42. Egyelőre. 43. Aromás ital. 45. Pest megyei település. 47. Kicsinyítő képző, a -ke párja. 49. Kávé! 51. Kétjegyű betű.

S.I.

HÍRNÖK

AZ ÖNKORMÁNYZAT LAPJA

Kiadja a Sprint Kft.



Alapító főszerkesztő:
Sas György (1922–2004)

Felelős kiadó: Machos Ferenc

Főszerkesztő: Czeglédi Ildikó

Szerkesztő: Jusstusz Gábor

Szerkesztőségi titkár: Aradi Judit

Fotó, tördelés: Holczer Gábor

A szerkesztőség címe:

1137 Bp., Újpesti rkp. 7.

Nyomdai munkák: Sprint Kft.

E-mail: hirnok@sprintkiado.hu

www.sprintkiado.hu

Hirdetésfelvétel: Sprint Kft.

1137 Bp., Újpesti rkp. 7.

Hétfőtől péntekig 9–15 óráig

Telefon: 237-5060, 237-0242

Fax: 237-5069

E-mail: hirdetes@sprintkiado.hu

társastánc,
salsa,
latintánc tanfolyamok,
artistic dance



M A J A
TÁNC- ÉS MOZGÁSTÚDIO
Új programokkal!

XIII., Vág u. 19., telefon: 06-30-600-2928, web: www.majatanc.hu



VIP-tanfolyamok,
hobbitánc,
hastánc,
latin aerobics