

HÍRŰK

XIII. KERÜLETI

XVI. ÉVFOLYAM 19. SZÁM

2010. OKTÓBER 5.



Lakossági hulladék-gyűjtés **2** | Alkotó lakosaink emléke **4** | A 125 éves szakközép-iskola **6** | Kertészeti felújítás a szigeten **7** | Az orvos válaszol **8** | Tetoválás mint boldogságpótlék? **9** | Első helyi sportág-kereső **11**

Önkormányzati választások – 2010

A kerület polgármestere újra dr. Tóth József

Mind a 14 egyéni választókerületben a szocialisták jelöltjei az élen

Az október 3-án tartott önkormányzati választás eredményeként a főváros főpolgármestere *Tarlós István*, a Fidesz–KDNP jelöltje lett, aki a Fővárosi Közgyűlésben többséget tudhat maga mögött. Budapest XIII. kerületében az MSZP győzelme született. A szocialisták polgármesterjelöltje 63,88 százalékos eredménnyel nyert, és lett újra a kerület polgármestere: *dr. Tóth József*. A helyi szocialisták egyéni képviselő-jelöltjei mind a 14 választókerületben megszerezték az első helyet. Az 1. számú övk-ban: *Csiga Gergely*; a 2. számú övk-ban: *Magos Péter*; a 3. számú övk-ban: *Alpern Julianna*; a 4. számú övk-ban: *Takács Ferenc*; az 5. számú övk-ban: *Szabó Esz-*

ter; a 6. számú övk-ban: *Karácsonyi Zoltán*; a 7. számú övk-ban: *Sági Judit*; a 8. számú övk-ban: *Szűcs Péter*; a 9. számú övk-ban: *Bodorné Farkas Zsuzsanna*; a 10. számú övk-ban: *Hiszékeny Dezső*; a 11. számú övk-ban: *dr. Puchner Gábor*; a 12. számú övk-ban: *Holopné Schramek Kornélia*; a 13. számú övk-ban: *Borszéki Gyula*; a 14. számú övk-ban: *Rajacsics László*. A választáson kapott szavazatok alapján a kompenzációs listából a Fidesz–KDNP jelöltjei 4, az LMP és a Jobbik 1-1 mandátumot szereztek az új képviselő-testületbe. (A Kerületi Választási Bizottság hivatalos közleményét a részletes eredményekről lapunk következő számában közöljük.)

Új utakon



A Jász utca–Országbíró utca kereszteződésében adta át jelképesen a felújított kerületi utakat *dr. Tóth József* polgármester *Borszéki Gyula* alpolgármester és *Dallos Gyula*, a „SIMA Út” Kft. ügyvezető igazgatója társaságában. Az idei évben megújult 7,2 kilométernyi úthálózat 430 millió forintba került, melyből 124 milliót pályázaton nyert az önkormányzat. [Cikk a 2. oldalon](#)



Brumi és társai várják kis barátaikat

Kétszáz férőhelyes óvoda kezdte meg működését a Szegedi út–Országbíró úti lakótelepen, az Üteg u. 30. szám alatt. A Pitypang Tagóvoda átadási ünnepségét szeptember 30-án tartották. Az intézmény része annak az önkormányzati programnak, melynek célja az öröndetesen növekvő gyermeklétszámhoz igazodó óvodai, bölcsődei igények kielégítése. A beruházás költsége 315 millió forint, a további fejlesztés és bővítés teljes költsége eléri a 700 millió forintot.

[Folytatás az 5. oldalon](#)

Idősek köszöntése



Az Idősek Világnapját október 1-jén ünneplik. Ez a nap a szépkorúak tiszteletéről szól. A kerületi önkormányzat arra törekszik, hogy az idősekre ne csak egy napig figyeljünk, hanem az év minden napján érezzék a családot, a társadalom megbecsülését. Az Angyalföldi József Attila Művelődési Központban ez alkalomból október 5-én ünnepi műsorral köszöntötték a kerületi nyugdíjasokat.

Folytatás az 1. oldalról

A Béke téri kerületközpont egyik legfontosabb gyűjtő útvo-nala, az ingatlanfejlesztők ked-velt területe, a Jász utca új, korszerű aszfaltburkolatot kapott. A nem éppen autóbarát nagy koc-kaköves – melynek egy részét parkolóhelyek kialakítására használták fel – út „új ruhájáról” a kerületi útfelújítások ünnepé-lyes átadására érkezők is meg-győződhetnek.

A Jász utca–Országbíró utca kereszteződésében tartott ese-ményen dr. Tóth József polgár-mester elmondta, hogy az előző évekhez hasonlóan idén is foly-tatódott a kerület útjainak felújí-tása.

– A XIII. kerületi önkormány-zat sikeresen pályázott a saját tu-lajdonú szilárd burkolatú belte-rületi közutak burkolatfelújításá-nak – aszfaltszőnyegezés – támo-gatására: a pályázaton 124 millió forintot nyertünk. A pénzből és még 136 millió forintnyi önerőből a Kartács, a Jász, a Petneházy, a Mohács, a Csata, a Rokolya, a Dol-



Több mint hét kilométernyi út újult meg

Új utakon

mány, a Kresz Géza, a Dévai és a Tüzér utcák és az Újpesti felső rakpart – egy vagy több szakasza újulhatott meg, összesen mintegy 4,2 kilométer hosszan.

Az önkormányzat emellett tel-jes egészében saját erőből – több mint 170 millió forintból – újí-totta fel a Nővér utca, a Gyerme-k tér 4–9., a Pajtás, a Menyas-zzony, a Kresz Géza, a Jász, a Ró-zsa utca és a Róbert Károly kör-úti szervízút egy vagy több sza-kaszát, összesen mintegy 3 kilo-méteren.

A megújult utak mellett – me-lyet az ünnepélyes átadáson meg-jelentek egy nagyobb méretű tér-képen is megtekinthettek – szept-ember hónapban adta át legújabb sétálóutcáját, a 72 millió forintból elkészült Vígsház melletti Ditrői Mór utcát.

Az elmúlt négy esztendőben a kerületi önkormányzat 22 kilomé-ternyi úthálózatot mintegy 1,5 milliárd forintból újított meg, mely a kerület összhálózatának ötödét, 21%-ot tesz ki.

SZABÓ VIKTÓRIA

Lakossági veszélyes-hulladék-gyűjtés

Felhívjuk a tisztelt lakosság figyel-mét, hogy az önkormányzat a már hagyományossá vált lakossági ve-szélyeshulladék-gyűjtési akcióját október 9-én szervezi meg.

Az akcióban a következő hulla-dékokat lehet díjmentesen leadni:

- savas akkumulátorok, szá-razelemek, gombelemek,
- folyékony és szilárd növény-védő és rovarölő szerek,
- lejárt szavatosságú gyógy-szerek,
- festék- és lakkmaradékok, szerves oldószerek, festékes textí-liák, ecsetek,

– fáradt olaj, olajsűrűk, leve-gősűrűk, olajos textíliák, olajos flakonok, használt sütőzsírok és olajok,

– elektromos és elektronikus berendezések (háztartási gépek, televízió, számítógép, mobiltele-fon stb.).

A gyűjtési akcióban csak a ház-tartásokban keletkezett, felsorolt fajtájú hulladékokat veszik át.

Az október 9-ei hulladékgyűjtés helyszínei és időpontjai:

- Lehel Csarnok mögött (Bul-csú utcai park) 8.00–11.30,

– Herman Ottó Tagiskola (Radnóti u. 35.) 10.30–12.00,

– József Attila tér 12.00–13.00,

– Váci út 132. sz. előtti parkoló 12.30–13.30,

– Béke tér (a polgármesteri hi-vatal parkolójában) 13.30–15.00,

– József Attila Színház (Déryné köz–Angyalföldi u. sarok) 14.00–15.00.

Számítunk a lakosság aktív köz-reműködésére!

XIII. KERÜLETI
ÖNKORMÁNYZAT

Névpályázat eredményhirdetése

Tisztelt pályázó!

Az előző számunkban beszá-moltunk arról, hogy az önök javas-lata alapján az épülő Újlipótvárosi Községi Ház 2010. augusztus 18-tól a Radnóti Miklós Művelődési Központ (RaM) nevet kapta.

Az önkormányzat Oktatási, Kulturális és Sport Bizottsága az értékelt javaslatot benyújtó pályá-zók között 750 000 Ft pályázati dí-jat osztott fel a 129/2010. (IX. 21.) sz. határozat alapján. Az első for-dulóban beérkezett névjavaslatok közül harmincban szerepelt Rad-

nóti Miklós neve, így mind a 30 pá-lyázatot – különböző összegű – dí-jazásban részesítette a bizottság aszerint, hogy a beküldött javaslat milyen mértékben tartalmazta az elfogadott teljes nevet.

Nyertesek:

Balla Zsófia, Altschach László, Balassáné Járai Éva, Bánky Csaba, Benni Kadosa Sándor, Cziger La-jos, Dani Józsefné, dr. Fábián György, dr. Demeter Jolán, dr. Kar-dos Jánosné, Éger Szabolcs, Fedorné Kovács Katalin, Gábor

Péter, Hollós László, Jankó Piros-ka, Kaposvári Antal és felesége, Hidvégi Kornélia, Kveil Sándorné, Lajos Gyula, Lukács Sándor, Menyhárt Éva, Minya Mária, Molnár-Szabó Orsolya, Nyíriné Adamik Eszter, Pálos Emilné, Pfeifer Ágnes, Reich Ágnes, Szabó Gábor, Szabóné Kövesdi Csilla, Térey János, Tornósy Tivadar és Eörs Attila.

A kiíró köszönetet mond min-den javaslattevőnek és gratulál a nyerteseknek, akiket postai úton értesítenek.

Parkolókétyák

Felhívjuk tisztelt ügyfeleink figyel-mét, hogy 2010. október 4-től a Bu-dapesti Önkormányzati Parkolási Kft. által a 2010. esztendőben fize-tős parkolási övezetbe vont terüle-tekre kihelyezett új típusú auto-matáknál használható általános és gazdálkodói parkolókétyák az ügyfélszolgálati irodában megvá-sárolhatók.

A XIII. kerületi ügyfélszolgálati iroda címe és elérhetősége: 1136 Budapest, Hegedűs Gy. u. 15. Tele-fon: 320-2319.

2010-ben fizetési övezetbe vont területek:

Váci út–Rákospatak–Göncöl utca–Szekszárdi utca; Béke utca–Petneházy utca–Reitter Fe-renc utca–Szegedi út, Dráva ut-ca–Váci út–Róbert Károly körút–Népfürdő utca; Róbert Károly körút–Pap Károly utca–Röppen-tyű utca–Rákospatak és Népfür-dő utca által határolt területek.

BUDAPESTI ÖNKORMÁNYZATI
PARKOLÁSI KFT.

Díszpolgárt köszöntünk!



Dr. Ormos Mária díszpolgárunkat 80. születésnapja alkalmából az ön-kormányzat nevében a polgármes-ter köszöntötte szeptember 30-án. Dr. Ormos Mária életműve alapján az egyik legjelentősebb, a kerület-ben élő történész. Számos könyv, dokumentumkötet, tanulmány, cikk szerzője. Több tudományos társaság tagja. Az MTA 1987-től le-velező, 1993-tól rendes tagjává vá-lasztotta. 2005 őszétől a Pécsi Tu-dományegyetem emeritája.

Pályázat művészeknek

A XIII. Kerületi Közművelő-dési Nonprofit Kft. pályáza-tot hirdet a kerületben lakó és/vagy alkotó képző- és iparművészek számára az Újlipótvárosi Klub-Galéria és az Angyalföldi József Atti-la Művelődési Központ Mácsai termeinek 2011-es kiállításaira.

A pályázathoz szakmai önéletrajz és portfólió szük-séges, amelyet személyesen a galériába vagy elektronikus formában a

klubgaleria@kult13.hu

címre várunk 2010. október 30-ig.

Az elfogadott pályázatokról november végéig levél-ben küldünk értesítést.

Interjú dr. Tóth Józseffel, kerületünk régi-új polgármesterével

Hitelesek vagyunk és van hitünk is

Politikatörténeti ritkaság-számba megy az, amit a XIII. kerületi szocialisták produkáltak a 2010-es önkormányzati választásokon. Magabiztosan elnyerték nemcsak a polgármesteri posztot, de az összes egyéni választókerületben a jelöltjeik végeztek az élen, és ezzel abszolút többséghez jutottak az új képviselő-testületben. Győzelmük értékét növeli, hogy mindezt óriási ellenszélben érték el, miközben az országszinte teljes egésze narancsszínű lett. A választások másnapján kerestük fel dr. Tóth Józsefet, a kerület volt és új polgármesterét.

Köszönet a szavazóknak!

– Tavasszal, az országgyűlési választásokon nem kis meglepetésre mindkét képviselői mandátumot elnyerték Szanyi Tiborral. Az őszi önkormányzati választások előtt az elemzők és a közvélemény is esélyesnek tartotta dr. Tóth Józsefet és csapatát, de ilyen méretű, abszolút győzelemre nem hiszük, hogy valaki is gondolt. Kivétel nélkül minden jelöltjük nyert választási körzetében, csapatának minden tagja bejutott a képviselő-testületbe. Gratulálunk a nagyszerű eredményhez!

– Köszönöm a gratulációt! Ezúton is köszönetet szeretnék mondani mindazon választópolgárainknak, akik éltek demokratikus jogaikkal, és részt vettek az önkormányzati választáson. Külön köszönetet mondok annak a 26 ezer szavazónak, aki ránk adta a voksát, és elnyertük a XIII. kerületi választópolgárok többségének bizalmát. Köszönöm, hogy ezúttal is szövetséget tudtunk kötni a kerület lakóival, immáron ötödik alkalommal. Az esélyességről szólva, megmondom őszintén, jó ízű teher volt. Nem zavart minket, mert munkánkkal, eredményeinkkel érdemeltük ki.

– Mindenki arra kíváncsi, mit tettek, hogyan csinálták?

– Nyertünk a helyhatósági választáson, mert hitelesek voltunk, és volt hitünk is, hogy ezt az eredményt elérjük. A kerület lakói tudják, hogy van hosszú távú víziónk a kerületről, és látják, tapasztalják, mi valósul meg belőlük. Húszéves távlatban gondolkodunk, és szeretünk az itt élők mindennapjaival foglalkozni, az emberek életét, életminőségét folyamatosan javítani. Ezt érzik és tudják választóink.



Csapatmunka volt

– Kampányukból hiányzott a harsogás, inkább visszafogott volt.

– A kampányban igyekeztünk bemutatni az elmúlt években végzett munkánkat. Programunkban az ígéreteinkkel a realitások talajáról indultunk ki. Azt ígértük, amit meg tudunk valósítani. És amit szeretnénk kihangsúlyozni: nem volt a polgármesternek és a képviselőjelölteknek külön programjuk. Csapatmunka volt, közös programmal, amit együtt mutattunk be a lakosság felé. A csapatmunka része, hogy a képviselőjelöltek mellett ott dolgoztak az aktivisták, akik segítették őket kampányukban. És volt még egy lényeges momentum: nem vettük fel a felénk dobott kesztyűt, nem kívántuk ellenfeleinket lejáratni, kerültük a személyeskedő mocskolódást, mint azt velünk szemben alkalmazták. Ezt a stílust jól fogadták a választók.

Történelmi győzelem

– Volt-e már hasonló méretű győzelemre példa pártjában?

– Történelmi eredmény született a XIII. kerületben. A Magyar Szocialista Párt fennállása óta még nem nyert ilyen arányban önkormányzati választáson. 1994-ben is, 2006-ban is veszítettünk el választási körzetet. Igaz, olyan volt már, hogy minden egyéni helyet megszereztünk, de akkor koalícióban indultak jelöltjeink. Most tisztán szocialista jelöltként nyertek mind a 14-en az egyéni választási körzetükben, s jutottak be a képviselő-testületbe. Érdekességként megemlítem, hogy az MSZP a XIII. kerületben több egyéni választókerületben nyert, mint Budapest egészében együttvéve. Nálunk a párt főpolgármester-jelöltje közel ezer szavazattal az élen végzett, és a Fővárosi Közgyűlés tekintetében is első helyre kerülve, majd háromezernél több szavazatot kaptak a választóktól a szocialisták, mint a Fidesz.

„Jól csináljátok!”

– Miközben körben a választópolgárok többsége gyökeresen másképp szavaz, itt történelmi győzelmet aratnak a szocialisták. Hogy van ez?

– Ennek magyarázatáról sokat lehet és kell majd beszélni, és fogunk is. Erre kevés egy interjú terjedelme. Nem élnek itt másabb emberek. Túlságosan leegyszerűsítettnek tartom azt az indokot, hogy az itt élők a hagyományra szavaznak. Én úgy látom, hogy a választók visszaigazolták azt a teljesítményt, amit tettünk az elmúlt négy évben, nyolc évben, tizenöt évben a kerületért, a kerületben élőkért. Észlelték azokat az eredményeket, amelyeket elértünk itt, a kerületben, és most azt mondták: „Jól csináljátok! Folytassátok a munkátokat, mi mögöttetek állunk!” Újra hangsúlyoznám: mi köztük élünk és hitelesek vagyunk a szemükben, szavainknak hitele van. Sokan voltak most is, akik a listán más pártra adták a voksukat, miközben – teljesítményünket értékelve – a mi egyéni jelöltünk vagy az én nevem mellé ikszeltek. Nyilván e mögött az is ott van: nem tûrjük, nem engedjük meg, hogy az önkormányzati munkában pártpolitikai szempontok is érvényre jussanak. Most, hogy vége van a választásnak, senkitől nem kérdezzük, kire szavazott. Én – pártállástól, vallási felekezethez tartozástól függetlenül – minden kerületi lakos érdekeit képviselem polgármesteri munkámban.

Otthonunk a kerület

– Sok ismerős van az új képviselők között. Milyen a csapat összetétele?

– Idén a parlament döntése értelmében az egyéni képviselők száma 19-ről 14-re csökkent. Közülük 12 már korábban is képviselő volt. Két új fiatal tagunk van, 28 év az átlagéletkoruk. Kiemelném, hogy a frakció negyven százaléka, öt hölgy erősíti és színesíti csapatunkat. Ezt jó arálynak tartom. Képviselőink összesen 26 diplomával rendelkeznek, közülük hatan többel is. Mi mind a tizenöten az aszfalton járunk és éljük az itt élők mindennapjait, mert otthonunk a kerület.

– Megnyerték a választást, mi következik ezután?

– A munka. Nem tagadom, én munkamániás vagyok, és ezt a minősítést vállalom is. Úgy érzem, összehangolódtunk képviselőtársaimmal, akik szintén sokat dolgoznak, aktívan részt vesznek a kerület közéletében. Még lesz néhány nap pihenő – gondolom, mindannyian megérdemeltük. Aztán elkezdjük, folytatjuk, amit a választások előtt abbahagytunk: a városrész fejlesztését, meghirdetett programjaink megvalósítását. A képviselők feladata, hogy a lakosság véleményét megismerve, velük szoros kapcsolatot tartva végezzék munkájukat. Remélem, a választáson szerzett bizalmat vissza tudjuk majd igazolni munkánk eredményével négy év múlva is.

Hajdú Júlia, az egykori zongoraművész



„Csak a szépre emlékezem, az első boldog nyárra. Két csillag a két szemeden fénylett az éjszakába” – visszhangzott az Ének-zenei és Testnevelési Általános Iskola földszintjén. A felcsendülő nótá apropóját a dal zeneszerzőjének állított emléktábla felavatása jelentette, mely szeptember 24-től az idén százszázévesztendő intézmény földszinti folyosóján hirdeti a fiatalabb nemzedéknek: itt volt kisdíák és később itt is tanított Hajdú Júlia zongoraművész, zeneszerző, zenepedagógus.

Kerületünk büszke arra, hogy a múltban számos országos és nemzetközi hírű művész, író és sportoló élt itt, akiről emléktáblával emlékezik meg. A művészet, tudomány, irodalom és sport nagyjai mellett ugyanakkor egykori gyárairól sem feledkezik meg: a világhí-

rű vállalatokra való megemlékezést is fontosnak tartja a XIII. kerület vezetése.

A lakóházak, épületek, intézmények és gyárak falai mellett előfordult már, hogy iskola falain belül avattak emléktáblát. Ez történt szeptember 24-én is, amikor az idén százszázévesztendő Ének-zenei és Testnevelési Általános Iskola folyosóján leplezték le márványtáblát. A megjelent gyermekek, felnőttek és szépkorúak Hajdú Juliára emlékeztek, aki egykor itt kopattatta az iskolapadot, majd később mint tanár oktatta a nebulókat a zene szeretetére. A zeneszerzőre az intézmény igazgatója, Sági Judit mellett Bradányi Iván dalszövegíró emlékezett.

Sz.V.



Alkotó lakosainkra emlékezünk

Kapás Dezső színházrendező-íróra (1940. október 24.–1993. június 15.) és Kapásné Káplár Éva festőművész tanárra (1936. február 10.–2010. július 31.) emlékeztek családtagjai, barátai, kollégái és tanítványai szeptember 16-án a Városligeti fasori református templomban.

A Jászai Mari-díjas Kapás Dezső a Vígszínház és a Veszprémi Petőfi Színház rendezőjeként olyan előadásokat tárt a közönség elé, mint például Dosztojevszkij: Bűn és bűnhődés, Krúdy Gyula: A vörös postakocsi. Főiskolai tanárként keze alatt nevelkedett Alföldi Róbert, Eszenyi Enikő, Gálffi László, Hegedűs D. Géza, Kamarás Iván, Murányi Tünde, Rudolf Péter (a teljesség igénye nélkül).

Kapásné Káplár Éva a Magyar Képzőművészeti Főiskolán Bernáth Aurél növendéke volt. Festményei a Műcsarnokban, hódmezővásárhelyi tárlatokon, a Derkovits Terem falain is megjelentek. Az egykoron Nagymaroson működő művésztelep képzőművészeivel közösen elkészítették a háború pusztította Kálvária-domb stációjának képeit. Az ő munkája: Mária és Krisztus a kereszttel közben. Barátság fűzte többek között Kádár János Miklóshoz, dr. Feledy Balázshoz. A színház világából is örök kapocs teremtődött a két művész



és Eszenyi Enikő igazgató-színművész, Gálffi László Kossuth-díjas színművész-rendező, valamint Böhm György rendező között.

A művésznő testvére, a szintén festőművész Káplár Ferenc az Újlipótvárosi Klub-Galériában rendezett kiállításon idézte fel nő-

vérét, szavakkal, és kettejük munkáival.

A XIII. kerületi önkormányzat a Vígszínház közreműködésével egykori otthonuk házfalára emléktáblát helyez ki a rendező születésének 70. évfordulója alkalmából 2010. október 21-én.

Emléktáblát avattak Móna István tiszteletére



Emléktáblát avattak Móna István születésének 70. évfordulója alkalmából lakóházánál, Újlipótvárosban. A közelmúltban elhunyt olimpiai bajnok öttusázó több mint négy évtizeden át élt a Pannónia utcában, 2003-ban a kerületi önkormányzat képviselő-testülete Budapest Főváros XIII. Kerületért díjban részesítette. Édesapja ismert középtávúfutó volt Nyíregyházán, ő azonban nem nagyon kedvelte a futást, a páston érezte igazán elemében magát, vívásban a válogatottságig vitte. Öttusában igazi csapatemberként szerepelt Balczó András és Török Ferenc társaságában, világbajnoki címet szerzett 1963-ban, 1965-ben, 1966-ban és 1967-ben, egyéniben egyszer negyedik, kétszer ötödik volt. A tokiói olimpián fegyelmi ügye miatt nem indulhatott, de azután Mexikóban, 1968-ban tagja volt az aranyérmes csapatnak, egyéniben pedig hetedik lett.



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

Folytatás az 1. oldalról

A Brumi, Katica, Csigabiga, Pil-langó, Cinke, Süni, Cica és a Mé-hecske csoportok szobái most még csendesek, mindegyik közepén körben kis karosszékek. A fürdőben a mosdók térdmagasságban, a föléljük helyezett falitükörben egy apuka csak mélyen lehajolva látja magát – nem neki helyezték oda. Középen mellmagasságban csempezett elválasztófal, mögötte apró, nyitott fülkék, bennük icipici porcelán ülőkék. „Istenem, milyen aranyosak, mikor sorban itt ülnek!” – érzékenyül el az elképzelt látványtól egy gyakorló anyuka.



A Pitypang Tagóvoda átadási ünnepségén, szeptember 30-án, mi felnőttek körbe-körbe járunk a korszerűsített intézményben, be-bekukkantva a szobákba, a különböző funkciójú helyiségekbe, ismerkedünk kétszáz óvodás kisemberke birodalmával.

Két évtized és az óvoda változásai

Az átadás dátuma és az október 3-ai, vasárnapi esemény között szoros az összefüggés. De nem a kampány miatt, ahhoz ez az időpont egyrészt már késői, másrészt az elmúlt négy évben óvodák, bölcsődék átadása a polgármester gyakran előforduló programjai közé tartozott. A rövid ünnepségen dr. Tóth József polgármester arra emlékeztetett, hogy napra pontosan húsz évvel ezelőtt, szeptember 30-án került sor a rendszerváltozás utáni helyhatósági választások első fordulójára. (Akkor még kétfordulós volt a választás.) Ezt követően jöttek létre az országban – köztük a XIII. kerületben is – az önkormányzatok.

A polgármester beszédében utalt arra, hogy az elmúlt két évtized a kerület 1890-es évektől való fennállásának jelentős, kiemelke-

tember 30-án került sor a rendszerváltozás utáni helyhatósági választások első fordulójára. (Akkor még kétfordulós volt a választás.) Ezt követően jöttek létre az országban – köztük a XIII. kerületben is – az önkormányzatok.

A polgármester beszédében utalt arra, hogy az elmúlt két évtized a kerület 1890-es évektől való fennállásának jelentős, kiemelke-

dő, változásokkal teli időszaka volt, ami természetesen az intézményrendszert sem hagyta érintetlenül. Jó példája ennek a most – újra – átadott gyermekintézmény története. 1985-ben a kerületben 4600 óvodáskorú gyermek élt, a 2000-es évek elejére a számuk 2300-ra csökkent. Ekkor került sor az 1974-ben épült óvoda bezárására. De nem eladására, privatizálására, mint történt nem egy helyen. A kerület vezetése bízott a kedvezőtlen folyamat megváltozásában, bérbe adta az intézményt. Az épületet bővítették, ahol előbb dolgozók gimnáziuma, majd főiskola működött.

Növekszik a gyermeklétszám

A korábbi döntés helyességét az idő igazolta. Az önkormányzat

megbízásából szakemberek folyamatosan vizsgálják a kerület demográfiai változásait. Évente felülvizsgálják a kerületi gyermeklétszámot és a működtetett intézményhálózatot. Statisztikák jelezték, hogy a lakosságszám a beköltözések és a születések számának emelkedéséből adódóan az elmúlt három évben fokozatosan nőtt. A szakemberek elemzése szerint kerületünkben a gyermeklétszám hosszú távú emelkedést mutat. Ezzel együtt a bölcsődés- és óvodáskorúaknál növekedett az intézményi ellátást igénybe vevő szülői igény is. „Most arra készül a kerület vezetése – mondta a polgármester –, hogy jövőre 3100-ra növekedik az óvodáskorúak száma, néhány év múlva már három és félezerrel számolhatunk”. Dr. Tóth József hangsúlyozta: „A változásokat az intézményhálózatnak is követnie kell. Az önkormányzat felelőssége és feladata, hogy ez időben és magas színvonalon történjen.”

A döntésre ez év áprilisában került sor. A képviselő-testület – megtárgyalva a helyzetet – gyors és előrelátó intézkedéseket hozott a helyzet hosszú távú, megnyugtató rendezésére. Ennek része, de nem az egyetlen, az Üteg utca 30. szám alatti intézmény „visszaóvodásítása”. Csak emlékeztetnénk rá, hogy a Váci út 88–90. szám alatt a napokban kezd meg a működését a 715 millió forintból épült új, 75 férőhelyes óvoda és 40 férőhelyes bölcsőde. A Petneházy utca 83. szám alatt 45 bölcsődéskorú gyermek elhelyezésére, családi napközi otthon kialakítására került sor. A Hajdú utca 21. szám alatt – az Üteg utcáihoz hasonló sorsot bejárt intézményben – rövidesen újra működik a 100 férőhelyes bölcsőde.

Magas színvonalon, igényesen

Visszatérve a Szegedi út–Országbíró úti lakótelep új-régi 200 személyes óvodájához. Az épület-együttes a szerződés felmondásával ez év április 15-től vált üressé. Az átalakításra az épület eredeti tervezői, Lukács István és Vikár András kaptak megbízást. A kivitelezés színvonala az önkormányzat cégének, az Angyalföld-Újlipótváros-Vizafogó Vagyongazdálkodási Zrt. szakembereinek munkáját dicséri.

De milyen is a korszerűsített óvoda? Szép, tetszetős, világos. Minden a gyermekeket szolgálja – magas színvonalon, igényesen. A központi térből a 4-4 foglalkoztató egy köztes gyermeköltöző-zónán keresztül közelíthető meg, ahol a gyermekmosdók, két foglalkoztatóként külön tároló is helyet kaptak. A földszinti foglalkoztatók az új teraszajtók által közvetlen kapcsolatban vannak a kerttel. A földszinten kapott helyet az új, 400 adagos melegítőkonyha, mely a későbbi bővítéskor is elegendő kiszolgálást biztosít. A konyhához tartozik az emeleten lévő tálaló, amit új étellift segítségével lehet kiszolgálni. Az emeletre került az

orvosi szoba és az elkülönítő. A mozgásukban korlátozottak számára az épületbe való bejutás és a földszinten az akadálymentes közlekedés biztosított. A hátsó kertben egy térkövel burkolt kerti út épült, melyen a gyerekek körbe tudnak biciklizni, kismotorozni. Erre az utacszkára fűzték fel az egyes játszóhelyeket és a mintegy 100 m² alapterületű gumiburkolatú sportpályát. A többi játszóhelyet sövényrel választották el. A sportpálya mellé, a kert hátsó részébe gumiburkolatra elhelyezett fészekhinta került.

Ismerkedés – kakaópartival

A kerti út által körülölelt nagyobb méretű homokburkolaton kombinált, csúszdás mászóvár található, két beépített szítás homokozó az Üteg utcai oldalon lévő kertrészbe került. Gazdag játékarzenál várja az ovisokat: tűzoltóautó, játszóház, egyensúlyozó gerendák, egy- és többszemélyes rugós játékok, mozdony vagonnal. Még egy adat: 2400 m² a gyepszőnyeg nagysága, a teljes kertfelület a most kiépített automata öntözőrendszerrel locsolható.

Akiknek készült, azok október 4-én reggel vették birtokukba az óvodát, szüleik délután egy nagyszabású kakaóparti keretében ismerhették meg gyermekeik második otthonát.

(JUSZTUSZ)



Hálózatépítő konferencia

Új utak, hálózatok kialakítása az oktatásban címmel tartott hálózatépítő konferenciát kerületünkben szeptember 29-én az EDU – COOP Pedagógiai Intézet Coop System Projektirodája, mint a Közép-magyarországi Régió Hálózatkoordinációs Központja.

Az Országbíró utca 44–46. szám alatti apartmanházban tartott rendezvény célja az volt, hogy a régió 3.1.4-es intézményei és jövőbeli pályázói lehetőséget kapjanak a találkozásra és tapasztalatcserére. Emellett a szervezők arra keresték a választ, hogy a hálózati tanulás milyen formában szolgálhatja hatékonyan a közoktatásfejlesztést, illetve a kapcsolatépít-

tésnek milyen előnyei lehetnek az egyes intézmények szempontjából.

A konferencián olyan előadók tartottak előadást, mint dr. habil Vass Vilmos, az ELTE Pedagógiai és Pszichológiai Tanszékének egyetemi docense vagy Káldy Mária, a Szabadtéri Néprajzi Múzeum, Múzeumi Oktatási és Képzési Központ igazgatója.

A résztvevők délután pódiumbeszélgetést kísérhettek figyelemmel, melynek központi kérdése az volt, milyen hálózatépítő lehetőségek rejtlettek a TÁMOP 3.1.4-es pályázatában?

Sz. V.

Kerületi gimnáziumok a Világsuliban

A Világsuli – Connecting Classrooms program szeptember 22-én kezdődött, melyet azért hoztak létre, hogy hosszú távú kapcsolatot építsen az iskolák között Nagy-Britanniában és a világ hatvan különböző országában – többek között Magyarországon is. A Világsulihoz csatlakozott tíz magyarországi iskolából három intézmény – a Berzsenyi Dániel Gimnázium, a Németh László Gimnázium és az Ady Endre Gimnázium – kerületi fenntartású.

Projektindító rendezvénnyel – melyen Greg Dorey, Nagy-Britannia nagykövete és Ááry-Tamás La-

jos, az oktatási jogok biztosa is tiszteletét tette – kezdődött meg a British Council és a Mérei Ferenc Pedagógiai Intézet által koordinált Világsuli elnevezésű program.

A Világsuli célja, hogy a partnerségeken keresztül erősítse a bizalmat és mélyebb megértést a különböző kultúrák diákjai között.

A Világsuliba az első esztendőben meghívott 10 budapesti általános és a középiskola vezetői, tanárai és diákcsoportjai brit, román és francia iskolákkal közösen fejlesztenek ki olyan programokat, amelyekkel saját közegükben hatékonyan dolgozhatnak a kirekesztés, megkülönböztetés ellen. Emellett

fejleszti a diákok azon készségeit, melyek segítik őket, hogy később a nagyvilágra nyitott polgárként élhessenek és dolgozhassanak.

A partnerségek kialakításával az iskolák olyan együttműködésre kapnak lehetőséget, melyek nemzetközi elemekkel gazdagítják a helyi tantervet, valamint beépülnek a hosszú távú stratégiai tervezésbe. Az iskola vezetői és tanárai gazdagíthatják a fiataloknak nyújtott oktatási szolgáltatásokat, támogatást kapnak saját szakmai fejlődésükhöz és az intézmény oktatási céljainak megvalósulásához.

SZABÓ

Fennállásának 125-ik évfordulóját ünnepli az idén kerületünk egyik meghatározó oktatási intézménye, a Bolyai János Szakközépiskola. Még országos szinten is kevés iskola van, amely ilyen hosszú ideje egy helyen maradt: a Bolyai az 1885-ös indulás óta a Váci út 21. szám alatti épületben szolgálta és szolgálja a magyar oktatásügyet. A kerek évforduló jó alkalom nem csak a visszatekintésre, hanem az iskola mai és jövőbeni helyének meghatározására is.

Dr. Szenes György mérnök-tanárnak, a Bolyai igazgatójának kétszeresen is ünnepi ez a tanév, hiszen éppen huszonöt éve vezeti az iskolát.

– *Milyen fontosabb állomások voltak az elmúlt egy és negyed századnak az iskola életében?* – kérdeztük tőle.

– Az első években elemi népis-kolaként működő oktatási intézmény a XIX. század végi gyors iparosodásnak köszönhetően hamarosan iparos tanonciskolává lépett elő. Elsősorban a kerületben űzött szakmáknak, a gépiparnak és a hajógyártásnak adott iparos tanoncokat egészen 1927-ig, amikor is főleg varrónőket képző községi leányiskolává alakult.

A műszaki jártasság nincs megbecsülve

A második világháború után aztán Magyarországon is beindult a technikusképzés, az iskola pedig épületgépészeti technikum lett. 1955-től gimnázium, egy évvel később pedig felveszi a nagy magyar matematikus, Bolyai János nevét. Az 1960–61-es tanév óta szakközépiskola, és bár az elnevezésben azóta is voltak kisebb változások, az intézmény profilja – a híradástechnika, elektronika és a hardveres informatika – lényegében ugyanaz maradt.

– *Ma milyen helyet foglal el az iskolák között a Bolyai?*

125 éves a Bolyai János Szakközépiskola

Az oktatást és a nevelést is feladatuknak érzik



– Jó nevű, megbecsült oktatási intézmény vagyunk, amely arról is híres, hogy az oktatás mellett nagy súlyt helyez a nevelésre. Nem véletlen, hogy sok, hajdan volt diákunk ide hozza a gyerekeit is. A nagyobb testvér aztán kedvet csinál a kisebbnek, aki szintén hozzáunk iratkozik be. A negyventagú tanári karnak is több mint a negyede annak idején nálunk végzett.

Piacképes, a XXI. századi követelményeknek megfelelő elektronikai és informatikai szakképzést adunk, amellyel még a mostani néhez időnkben is jól el tudnak helyezkedni a diákjaink. Sokan közülük továbbtanulnak: körülbelül hatvan százalékuk megy valamilyen felsőoktatási intézménybe, általában műszaki egyetemre vagy főiskolára.

Sajnos manapság az általános iskolák nemigen foglalkoznak a kéz művelésével. Az intelligencia fokmérőjének főleg az elméletet, azon belül is a humán tudományokat tartják. A reálkultúra, a műszaki jártasság nincs megbecsülve. Most, a technika századában is jócskán akadnak, akik azal büszkélkednek, hogy egy csavarhúzóval sem tudnak a kezükbe venni. Pedig egy mai szülő akkor tesz jót a gyerekével, ha megkínálja a kéz használatának lehetőségével.

Jó lenne javítani a fiúk és lányok arányán

– *Kik jelentkeznek manapság egy ilyen, kézügyességet is kívánó középiskolába?*

– Fővárosi fenntartású intézmény vagyunk, így Budapest minden részéből és Pest megyéből is vannak tanulóink. Az utóbbiak közül soknak a kollégiumunk ad otthont, amely az iskolával egy telken, és külön épületben kapott helyet, és szintén 125 éves. Nemcsak bolyaisok, hanem Észak-Pesten tanuló más diákok is laknak benne.

A jövőben azt szeretnénk, ha az iskola tanulóinak között nagyobb arányban lennének XIII. kerületiek. Ezért minden alkalmat megragadunk, hogy a kerület végzős általános iskolásaival megismertessük magunkat. Jó lenne javítani a fiúk és lányok arányán. Semmi sem indokolja, hogy míg ugyanezekben a szakmákban a hetvenes évek elején a tanulóink 10-15 százaléka lány volt, addig ma mindössze kilencen vannak a 410 diákból.

Ünnepi programok és versenyek

– *A jeles évfordulót hogyan ünnepli az iskola?*

– Decemberben megrendezzük az immár hagyományos Bolyai-napokat. Az idén azonban ez többnapos eseménysorozat lesz. Ezen belül kiállításon tervezzük bemutatni a magyar iskolák történetét. Nemcsak fotókon, hanem tárgyakon keresztül is megismerhetik az érdeklődők, milyenek voltak régen például a padok, a tollak, a tankönyvek vagy éppen hogy nézett ki egy tintatartó.

Ezzel egyidejűleg technikatörténeti kiállítást rendezünk, amelyen bemutatjuk, hogyan változtak az elmúlt száz évben a rádiózás, az elektronika és a híradástechnika készülékei. December 13-ára tervezzük a számítástechnika-történeti kiállítás megnyitóját is, amikor a kerület általános iskoláinak diákjait meghívánk egy rendhagyó technika-óra.

Az ünnepi események sorában versenyek is lesznek. Iskolánk tanulói nemzetközi elektrotechnikai verseny keretében méri össze tudásukat a határainkon túl hasonló szakmákat tanuló komáromi, marosvásárhelyi és zentai diákokkal. Szervezünk egy technikatörténeti vetélkedőt is, amelyben a Bolyai Szövetségbe tömörült kilenc – Bolyai János nevét viselő – Kárpát-medencei középiskola tanulói versenyeznek majd.

A tanév folyamán kiadjuk iskolánk jubileumi évkönyvét, amelyben fotókkal illusztrálva feldolgozzuk az intézmény 125 éves történetét. Mindig is jó szellemű, hagyományokat tisztelő iskola volt a miénk, ahol a szakmai ismeretek mellett kiváló nevelést is kaptak a gyerekek.

CSOP VERONIKA

Jelentkezzen gépjárművezetőnek és beosztott tűzoltónak!

A Fővárosi Tűzoltó-parancsnokság felvételi tájékoztató előadást tart október 14-én 9 és 13 óra között leendő gépjárművezetőknek és beosztott tűzoltóknak.

Helyszíne: Fővárosi Tűzoltó-parancsnokság (1081 Budapest, Dologház u. 1.).

A hivatásos tűzoltói szolgálatra jelentkezés feltételei:

- 18–35 év közötti életkor,
- magyar állampolgárság,
- büntetlen előélet,
- érettségi bizonyítvány (ennek hiányában műszaki jellegű szakmunkás-iskolai végzettség),
- bejelentett belföldi lakóhely, amelynek Budapesten vagy Budapesttől maximum 80 km-en belül kell lennie.



Legalább C kategóriás hivatásos jogosítvány, valamint PÁV I-es alkalmassági vizsgálat (megkülönböztetett gépjármű vezetéséhez) megléte a jelentkezésnél előnyt jelent.

A felvételi eljárás során egészségügyi alkalmassági, előzetes munkakörüi alkalmassági, továbbá büntetlenelőélet-vizsgálaton, valamint fizikai állapotfelmérésen kell megfelelni.

A felvételi tájékoztatóval kapcsolatban felmerülő kérdések esetén a 06 (1) 459-2483-as telefonszámon érdeklődhetnek.

LEHEL
OPTIKA
INGYENES SZEMVIZSGÁLAT

Keret akció!

1-et FIZET 2-t KAP
vagy

LENCSE AKCIÓK

Részletek a boltban.

LEHEL Piac, Emelet

(a mozgólépcsőnél)

Hétfő–péntek 9.00–18.00 ■ szombat 9.00–13.00
Telefon: 288-6960

Hozza formába magát!

A reumatológus életmódváltásra int

Reumatológiai betegségeknek a mozgásszervek fájdalmával, későbbi mozgáskorlátozottságával és alakváltozásával járó betegségeket nevezzük. Gyakran más szervek, szervrendszerek bántalmái is mozgásszervi tüneteket okozhatnak. A mozgásszervi betegségek sokszor vezetnek a munkaképesség csökkenéséhez és az életminőség megváltozásához.

lon zsugorodnak, látható aszimmetria alakul ki a testen. Ilyenkor cél az eredeti állapot minél korábbi elérése. Legtöbbször azt gondolják, hogy az utcán behúzott hassal, merev háttal kell közlekedni, mintha karót nyeltek volna. Mások a földet nézik, hátuk összegörnyed. Ezek helytelen járásminták, célszerű az utcán szemkontaktust keresve járni.



Nem árt, ha van egy szakember, aki felméri egészségi állapotunkat, figyeli és értékeli mozgásunkat, reflexeinket, nagytit alá veszi életmódunkat.

Dr. Simon Erzsébet 1979-ben végzett Szegeden, a Szent-Györgyi Albert Orvostudományi Egyetemen. Reumatológus főorvos, fizioterápiás és rehabilitációs szakorvos. Szakvizsgáit kitűnő eredménnyel végezte az ORFI-ban és az OORI-ban. Szakmai ismereteit az USA-ban bővítette. Tagja az Osteoporosis, Rehabilitációs, Reumatológia és Balneológia Társaságnak. Huszonnégy évig Pesterzsébeten, Soroksáron dolgozott. Hat éve magánorvosként rendel, két éve nyitotta meg magánrendelőjét a Hollán Ernő utca 33.-ban.

Évtizedekkel ezelőtt a mozgásszervrendszeri megbetegedések nagy részét a nehéz fizikai munka okozta, ma a betegségek többségét az erős pszichikai megterhelés, a stressz, a megfeszített munkatempó. Az emberek 80-90 százalékát érintik a gerincartéri problémák.

Sokan azt gondolják, hogy csonttritkulás miatt van fájdalomuk. Ez is a tévhitek egyike! A csonttritkulás akkor fáj, amikor már eltörik vagy elporlad, vagyis a végső stádiumban. Ezért néma betegségeknek is nevezik.

A reumabetegség diagnosztikájában fontos a járásvizsgálat is! Ha valakinek a bal térd fáj, elkezd a jobbát túlterhelni, itt a szalagok, izmok túlfeszülnek, a másik olda-

A hozzám érkező betegeknél az alapos vizsgálat után felállítok egy diagnózist. Elmagyarázom és egy csontvázon megmutatom, hogy hogyan jött létre a fájdalom. Elmondom, hogy milyen kezelési formákat javaslok. Súlyosabb esetben injekciót, gyógyszeres adok, de van, amikor elég egy-egy hűsítő pakolás vagy gyógykrém, lézerez vagy akupunktúrás kezelés. Ismertetem, hogy milyen változtatás szükséges a munkahelyén és az otthonában, amelyek által a fájdalom megelőzhető. Emellett kitűnő gyógytornász és gyógymasszőr is segíti a munkámat.

Ha valaki megtanulja, hogy mely mozdulatokra figyeljen, ha kicseréli az otthoni túl alacsony fotelját, amiből felkelve túlságosan feszül a háta és a térdére helyeződik a testsúly, vagy nem feszülő derékkal porszívózik, a munkahelyén szembe helyezi a monitort és nem oldalra, akkor máris megelőzte a bajt. Emellett fontos a rendszeres mozgás, a személyre szabott torna, a helyes táplálkozás, ezen belül a sok folyadék, zöldség-gyümölcs és vitaminok fogyasztása.

Ha valakinél nincs probléma, nem észlel fájdalmat vagy elváltozást, annak is érdemes időt fordítani a megelőzésre, mert a műtétek 90%-a odafigyeléssel elkerülhető.

Ha kérdése volna, hívja dr. Simon Erzsébet reumatológus főorvost, fizioterápiás és rehabilitációs szakorvost! Telefonszáma: 06 (20) 241-7674, e-mail címe: dr.liz.simon@gmail.com. (x)

Jövők-megyek 29.

Öszintén szólva, nem gondoltam, hogy ennyi embert érdekelhetnek a fertőtlenítés kulisszatitkai. Azt hittem, leszünk négyen-öten: ezzel szemben vagy fél-százán álldogáltunk minap az egykori Fertőtlenítő Intézet egyik udvarán, pedig – intézményi nyitott nap lévén – több tucat hely közül választhatott Pesten az érdeklődő. (Jelzem, voltak néhányan, akikről látszott, hogy nem tudtak dönteni – elmentek hát minden-hova. Mint a bélyegyűjtők, lázasan gyűjtöttek minden aznapi élményt: voltak bankban és templomban, pincében és padláson, kórházban és börtönben, ahová csak beengedték őket.) Volt, akit tényleg az érdekelt, hogyan szervezték meg egykor hazánkban a fertőtlenítés nagyvárosi válfaját, volt, akit a százestendős épület titkai vonzottak, és voltak, akik Angyalföld elkötelezett híveiként (remélem, nem veszik dicsekvésnek, ha magamat is közéjük sorolom) jelentek meg délidőben a Váci úti épület udvarán. Voltak ott öregek és fiatalok, voltak magányosak és párosak, voltak férfiak és nők vegyesen – bár az utóbbiakból mintha többen érdeklődtek volna: ez, azt hiszem, nem a fertőtlenítésnek, hanem magának az érdeklődésnek szólt. Mintha a nők nyitottabbak, érdeklődőbbek, tudásvágyóbbak lennének a férfiaknál: de erre nézve még nem mondanám ki a végső szót. Gyűjtöm az adatokat.

Ezt, a tiszteletet parancsoló épületet egyébként jól ismer-tem fél Budapest egykor – ügyeletes Kőjálként előbb-utóbb mindenki-nek akadt dolga vele. Ha fertőzésgyanú lépett fel, az itteni laboratóriumokban döntöttek az ember sorsáról. Szigorú portaszolgálatra, fehér ablakokra és csőforma, műanyag hordozódobozokra emlé-

szem, meg a meztelen körtére, mely éjszaka bevilágította a várószobáscskát. Meg, persze, a megkönynyebbülésre az érdeklődő telefon után, hogy nincs semmi baj, mehet a gyerek a bölcsődébe, ha akar.

Az épület már megjelenésével ezt a szigort, rendet és biztonságot sugallja. Akik tervezték (Honig Dezső és Zboray János tette ezt a múlt század elején), tudták, hova és kiknek terveznek: a Fertőtlenítő Intézet külalakja valahol középen áll a korabeli gyár-épületek és kórházak között. Szimmetria, rend, funkcionalitás és megbízhatóság sugárzik a mára koromlepte téglalákból.

Az udvaron Benedek Nóra muzeológus és Tóth László közegészségügyi-járványügyi felügyelő (legalábbis remélem, hogy ők, mert míg a Meder utcához közeli bejáratot kerestem, sikerült lekésnem a találkozást – épp csak a bemutatkozás erejéig) fogad bennünket, és egymás szavába vágva elevenítik fel a hazai fertőtlenítés intézményi születését: hogy előbb néhány barakk volt csak a Gyáli úton, onnan fejlődött a dolog – doktor Gerhard Lajos áldásos tevékenysége eredményeként – odáig, hogy felépülhetett kilencszáz-ötvenkötötőre ez az impozáns épület, mely akkoriban megfelelt a legszigorúbb európai normáknak. (Nem tudom, megfigyelték-e, hogy ezekben a „boldog békeidőkben”, melyek persze csak az első világháború után lettek azzá – nem évtizedekre, hanem évszázadokra terveztek az őseink: ők tényleg a következő nemzedékekre is gondoltak.) Tóth inspektor elmagyarázza, hogy egykor szimmetrikus volt az egész épület, az egész intézmény. Az egyik részbe kerültek a fertőzöttek (ruhák, tárgyak, emberek), a másik részbe az egészségesek (vagy már fertőtlenítettek), és

a két épületrész között csak bonyolult zsiliprendszer segítségével lehetett közlekedni. Az itt dolgozók nem is igen tehették ezt: vagy az egyik részben dolgoztak, vagy a másikban. Annak idején az ember mellett főszerep jutott a lónak is – hisz az általa vontatott kocsikon hozták-vitték a betegeket. Nem csoda, hogy az épületek egy része kocsiszíneként, istállóként szolgált. A század elején vagy negyven dolgozóval kezdődött a munka, s hogy nem volt veszélytelen, azt a bejárat melletti díszes márványtábla is bizonyítja: a húszas évek közepéig munka közben hősi halált halt fertőtlenítőmunkások nevei sorakoznak ott. Azoké, kik maguk is megkaptak valamely fertőző betegséget (kolerát, spanyolnáthát, himlőt), és nem tudtak védekezni ellene. (Megtudjuk egyébként, hogy nehéz, veszélyes, de megbecsült munka volt ez, eredetileg az éppen megszűnő dologház felügyelőit képezték át erre a célra, később kvietált rendőrök jelentkeztek a tanfolyamokra.)

Miközben a történetek végére érünk, körbejárjuk a hatalmas épületegyüttest: megcsodáljuk a fertőtlenítő kemencéket, ahol százhusz Celsius-fokon pusztulnak a beste kártevők, megismerkedünk a ruha- és az iratfertőtlenítőkkel, és különös anekdotákat tudunk meg mindarról, kik és miért keresik föl ma az intézményt. Aztán hallunk még átszervezésekről és illetékességi körök változásáról, névváltozásról is, végül megcsodáljuk az égbe törő hatalmas kéményt, ahol egykor a fertőzött szalmát égették – gondolva évtizedekkel későbbi környezetvédelmi előírásokra – és irigykedve, csodálkozva távozunk a múltból a mába.

JOLSVAI ANDRÁS

Kertészeti felújítás a szigeten

A Főkert Tervezési Stúdió Kft. által megálmodott és a Főkert Nonprofit Zrt. kivitelezésében elkészült a nyugati udvar és környezetének felújítása a Margitszigeten. A nagyközönség által jelenleg ismert domonkos kolostor teljes területe megújulva várhatja a látogatókat. A terület burkolatának, magassági viszonyainak kialakításakor figyelembe vették az akadálymentesítés előírásait, vagyis ke-rekes székesek is megcsodálhatják.



Az orvos válaszol

Tizenéves fiam régi vágya teljesült, amikor a születésnapjára családi összefogással egy MP4 lejátszót kapott. Azóta állandóan azt hallgatja, nemegyszer teljes hangerőre kapcsolva. Hétvégeken pedig diszkóba jár, ahol szintén nem spórolnak a decibellekkel. Félttem a hallását, de ő csak mosolyog ezen. Jogos-e az aggodalmam? – kérdezi Papné Nagy Éva Visegrádi utcai olvasónk.

A kérdésre dr. Barkóczy Judit fül-orr-gégész és audiológus szakorvos, a Szegedi úti rendelő főorvosa válaszolt.

A füldugóval használt eszközökön keresztül a fülbe közvetlenül bejutó nagy erejű hangok zajártalmat okozhatnak. A tompa, monoton zajok, gépzúgások általában kevésbé károsítják a fület, mint a váratlanul jövő éles, erős hangok, például egy lövés vagy petárdarobbanás. A fülnek van ugyan természetes védekező mechanizmusa, de ez csak kis idő elteltével lép életbe, addig az erős hang csillapítatlanul éri a belső fület, ahol az érzékelő sejtek károsodását okozhatja.

A fül jól alkalmazkodik a környezeti hatásokhoz: a nagyobb zajterhelést átmeneti fülcsengés, fülzúgás követi, de néhány óra múltán a belső fül „magához tér”, és regenerálódik. A visszatérő vagy folyamatos zajterhelés azonban végleges halláscsökkenéshez vezethet. Ez a fajta halláskárosodás régebben főleg a munkahelyi zajártalomnak kitett lakatosok, szövőnők, légkalapáccsal dolgozók, katonák betegsége volt. Az MP4 és a diszkó okozta fiatalkori zajártalom az elmúlt évtizedek újdonsága.

A zajártalom első tüneteként jelentkező fülzúgást a fiatalok nem hozzák összefüggésbe a hangos zenével, és nem is fogják fel túl tragikusnak, így többnyire nem is fordulnak orvoshoz. Aztán nemegyszer a pályaalkalmassági vizsgálaton derül ki, hogy baj van. A tizenévesek körében felmérést is végeztek, amelynek „tárgya” a füldugóval használt lejátszók okozta halláscsökkenés volt. Kiderült, hogy a középiskolások között komoly számban fordult elő halláskárosodás.

Mi lehet a megoldás? Nyilvánvalóan nem a fiatalok eltiltása az MP4-től vagy a diszkótól. De talán el lehet érni, hogy rövidebb ideig és kisebb hangerővel hallgassák a zenét, vagy a diszkóban távolabb álljanak a hangfáltól. Igaz, néha nehéz védekezni a ránk erőltetett, a kelleténél nagyobb hangerő ellen, például egy moziteremben vagy koncerten. De mindenképpen érdemes erre figyelni, mert a zajártalmak összegződnek. Egy idő után az erőteljes zajterhelés olyan, életre szóló, javíthatatlan halláskárosodást okozhat, amire sajnos nincs gyógyszer és műtétet sem lehet segíteni rajta.

Ép testben ép agyműködés

Idős – vagy idősödő – korban gyakran hallani a biztatást, hogy fejtsünk keresztretjtvényt a feledékenység ellen. Ebben pozitív az a felismerés, hogy a memória romlását (ami még nem betegség csak kellemetlen) és a súlyos, életveszélyes és rettenetes agyi betegségek (Alzheimer-kór, vaszkuláris demencia, Parkinson-kór) kialakulását lehet lassítani. A probléma azonban sokkal összetettebb, a sikerért jóval többet kell tenni.

Három óriási változás zajlik a Földön: első a népességrobbanás, másodsor növekszik az átlagéletkor, tehát egyre több idős ember él és ezzel egyre nagyobb lesz az agyukkal küszködők aránya is. A harmadik a kommunikációs forradalom, ez is szerepet játszik a bajban és az enyhítés lehetőségében is.

Becslések szerint a lakosság negyven százalékánál jelentkezik emlékezetkiesés, tíz százalék már a betegség enyhébb fázisában van, egy százalék állapota pedig már súlyos. Magyarországon 150-200 ezer ember szenvedhet Alzheimer-korban, ám csak töredékükön ismerik fel időben a betegséget, mert öregkori feledékenységnek tekintik és legyintenek rá. A rokonok és a háziorvosok közös felelőssége, hogy észleljék a bajt és a lehető legkorábban megkezdjék a gyógyszeres kezelést, amely fékezi a jelenleg még gyógyíthatatlan betegség kibontakozását.

Fontosabb, hogy az időseket egyenrangúan kell kezelni. (Ne fájdalomcsillapítót adjanak, mert már öreg, hanem gyógyítsák meg!) Ne gügyögjenek az öregekkel. A kórházakban, orvosi rendelőben a felnőtteket azt mondják, hogy „foglaljon helyet”, a kisgyerekeknek és az öregnek pedig: „csücs le”. A társadalom megbecsülése, a jó közérzet pozitívan hat az agyra.



Mindezek azonban nem mentik fel az egyént, saját egészségéért mindenki elsősorban maga felelős. Agyunk állapotáért is sokat tehetünk, még akkor is, ha öröklött génjeink esetleg nem kifogástalanok. Juvenalis római költő fogalmazta meg először a test és a lélek kölcsönhatásának gondolatát (a lélek alatt érthetjük az agyat), és a legújabb tudományos kutatások is bizonyítják, hogy az agysejtek helyes működéséhez *testmozgásra* is szükség van. A séta, a torna, az úszás, a kirándulások egyrészt felturbózzák az agy vérellátását, másrészt a közben szerzett benyomások és történések működtetik az agysejteket. Olyan ez, mint az izomzat: amelyet ha nem mozgatunk, elsorvad.

Az ép test ismérve nem egyeztethető össze az elhízással sem. A kövérség súlyos népbetegség, nemcsak a szív- és érrendszeri bajok előidézője, hanem az agy vérellátását is csökkenti. (Ha pedig már felkúsztak ránk a kilók, akkor nem csodaszerekkel, hanem a testmozgás és az értelmes táplálkozás együttesével lehet fogyni.)

Az agy foglalkoztatásának fontos eszköze a családi, a rokoni, a baráti kapcsolatok fenntartása – *beszélgetni kell!* –, nyugdíjasklubok, kulturális és tudományos rendezvények rendszeres látogatása. (A XIII. kerületben sok ilyen – ingyenes – lehetőség van.) Ha kell, tegyük félre a hiúságunkat, és ugyanolyan bátran viseljük a hallókészüléket, mint a szemüveget!

Ha még valakinek nincs, szerezzen egy *számítógépet*. Olcsó használt gépet is lehet venni, ajándék is lehet, amelyet a rokonságban éppen újabbra cserélnek. Egy ügyes unoka a nyolcvanéves nagyapát is megtaníthatja rövid idő alatt a kezelésre és az internet használatára. Ezel pedig óriási lehetőségek nyílnak

az agytornára. Sok logikai játék, a rövid távú memória fejlesztésére pedig több tucat kvíz áll rendelkezésre. A világhálón sokkal alaposabban tájékozódhatunk a világ dolgairól, és csak azt a hírt olvassuk el, ami érdekel, és ne azt, amit más fontosnak tart. Mellesleg naponta levelezhetünk, sőt cseveghetünk közeli és távoli rokonainkkal.

Kitűnő agyvédelem a nyelvtanulás. Kerületünkben már tizenharmadszor indul ingyenes angol nyelvű oktatás a polgármesteri hivatal szervezésében. Természetesen az egyéni tanulás is hasznunkra válik.

Ha még ezek után marad időnk és energiánk, akkor tévézhetünk egy kicsit, olvashatunk szépirodalmat, és végül persze fejthetünk keresztretjtvényt is – ha nem csak kikapcsolódni akarunk, hanem az agyunkat minél tovább frissen tartani...

MADARI

Segítsen embertársain!

A Magyar Vöröskereszt mindenki számára nyilvános véradást szervez:

– október 8. (péntek), 12–18 óráig, DUNA PLAZA,
– október 10–11 (hétfő–kedd), 14–18 óráig, WestEnd bejáratánál a véradóbuszban.

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

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

Segítségét előre is köszönjük beteg embertársaink nevében.

Akcióban az egészség őrei...

Hazánkban legtöbbször az idő- és pénzügyi fogják egészségük elhanyagolását. Ezekre a kihívásokra kínál megoldást a BELVÁROSI EGÉSZSÉG CENTRUM. Jól felkészült profi csapatával már több mint 4 éve várja ügyfeleit szolgáltatásaival, kellemes, diszkrét környezetben, családi légkörben, elérhető áron.

NÁLUNK ELSŐ AZ EMBER!

Személyre szabott alap és speciális vizsgálatok. Őszi akciónk keretén belül a hallás és éleslátás- szűrést díjmentesen veheti igénybe. A cél a megelőzés, a megbetegedések minél előbbi kiszűrése, hosszú várakozási idők nélkül.

Törődjön többet egészségével, vegye igénybe őszi akcióinkat!

Ingyenes hallásszűrés és éleslátás vizsgálat!

AMIBEN SEGÍTHETÜNK:

- Fül-orr-gégészeti, hallásvizsgálat
- Hallókészülék ellátás
- Pszichológia, fülzúgás terápia
- Belgyógyászat, gasztroenterológia
- Nőgyógyászat, terhesgondozás
- Vércukor és vérnyomásmérés
- Gyógyászati segédeszközök
- Ultrahang vizsgálat
- Visszér gondozás



Időpont egyeztetés:
BELVÁROSI EGÉSZSÉG CENTRUM
1132 Budapest, Visegrádi u. 15.
Tel: +36 1 236 0755

Tetoválás mint boldogságpótlék?

Néhány éve Ausztriában kiolvadt az egyik gleccserből egy 5300 évvel ezelőtt jégbe fagyott ember. A kezén két karcolás látszik, amely akár tetoválás is lehetett. A primitív társadalomban a varázslók és a jó-sok mellett a tetoválás is létezett, sőt a történelem folyamán csak a varázslók tűntek el, amásikkét, anyagiilag gyümölcsöző tevékenység máig fennmaradt.

A testfestés szerepe többször változott. Hérodotosz szerint a trákoknál a nemesség jelképe volt, a rómaiak a rabszolgákat jelölték vele, Japánban a bűnözőket. Az amerikai indiánok mágikus ábrákat szurkáltak a testükre; úgy vélték, ez megvédi őket a betegségektől és a gonosz szellemektől.

Európában a keresztes hadjáratok résztvevőinél elterjedtek a vallási szimbólumokat ábrázoló testkarcok. A 17. században állítólag a közép- és kelet-európaiak is viseltek apróbb, diszkrétan a ruha mögé rejtett rajzokat. Néhány országban a kémek és a dezertőrök felismerése céljából a saját katonák megjelölésére, másutt a bűnözők megbélyegzésére szolgált. A 19. és 20. század fordulóján a tetoválóipart több nyugati országban betiltották, de illegálisan tovább működött.

Napjainban a testékszerekkel együtt újra terjed, sőt világszerte divattá vált. Budapesten 30, kerületünkben 6 tetoválóműhely hirdeti a neten. (Nyilván több van.) A technika fejlődött: nem egy tűvel döf az iparos, hanem géppel, amely percenként 3000 lyukat üt a bőrön. A páciensek indítékai nem minden esetben azonosak a középkori szellemi primitivitással: a feltűnési viselkedés és az „egy bolond százat csinál” szindróma is működik.

Sok tetovált azzal magyarázódik, hogy nekik a szép „tetkó” boldogságot okoz. Ezért vállalják a szúrások által okozott kényszerű fizetést: tíz- vagy százazreket. Pedig az örömszerzésnek ezer értelmesebb módja is van. Aprósággal is veszélyes ezt a bőrfestést elkezdeni. Olyan, mint a kábítószer: egyre hatásosabb és nagyobb adagot kíván. Egy Julia Gnuse nevű hölgy azzal került be a Guinness-rekordok könyvébe, hogy teste 95 százaléka tetkókkal ékes. Egy legújabb szélsőség: a technika fejlődése és az emberi ostobaság egyik csúcsaként a szemgolyót is festik, a kötőhártya alá juttatják be a festéket.

Szinte hihetetlen, de – írott sajtóban is – a tetoválócégek azzal toborozzák a „vevőket”, hogy egyes szimbólumok jó közérzetet, önbizalmat gerjesztenek, szerencsét, szerelmi sikereket, egészséget stb. hoznak. (Akik ezt elhiszik, azok már nemcsak bőrgyógyászra szorulnak.)

A tetováltaknak és a tetoválni szándékozóknak nem ártana elgondolkozni néhány tényen:

– Nemcsak a tetoválás bomba-üzlet, hanem annak eltávolítása is. (Nagy szükség van erre, amikor kiderül, hogy egyes állásokat nem kaphatnak meg, vagy szégyellik a gyerek előtt, vagy egyszerűen csak benőtt a fejük lágya).

– Az orvosok már évtizedek óta állítják, hogy a tetoválás összefügg a hepatitis C terjedésével. Néhány hete azonban megjelent egy orvoscsoport beszámolója, amely 30 országban dolgozó, fertőző betegségekkel foglalkozó, 124 szakorvos kutatómunkáját összegezve megállapította, hogy a fertőző májgyulladás előfordulása egyenesen arányos a tetováltak számával. Ez döntő bizonyíték – akár mennyire bizonygatják a tetoválók, hogy ők kellőképpen fertőtlenítenek.

– Gyerekkorban kevésbé, később inkább szükséges CT-, MR- és hasonló vizsgálatokat elvégezni. Német és osztrák orvosok egyre gyakrabban megtagadják ezek alkalmazását tetovált betegeknél,

mert a készülék elektromágneses energiája a festékben lévő fémrészecskéket annyira felmelegíti, hogy a bőrön súlyos égési sebek keletkezhetnek.

– A tetoválásakor használt tűk és festékek nemcsak a hepatitis C vírust terjeszthetik, hanem a tetanuszt, a vérbajokat és az AIDS-t is. Európában mintegy 5 millió hepatitis C fertőzött él. Magyarországon a lakosság 1,3 százaléka hordja a vírust. A hepatitis C okozta kór felelős 2000–4000 magyar beteg májsugorának kialakulásáért és 600 hazai májrákos esetért.

– Ausztriában például a tetoválás gyakorlásához vizsga szükséges, amelynek során a bőrgyógyászat, a szövettan, az anatómia, a bakterológia és a virológia területén kell bizonyítani az ismereteket. Nálunk nincs ilyen vizsga, és az ÁNTSZ-ellenőrzés is csak „szűrőpróbaszerű”, tehát még inkább meggondolandó megengedni, sőt megrendelni egy testünkbe történő, súlyosnak minősülő beavatkozást.

MD

A fájdalomak orvosa

A fájdalom a leggyakoribb tünet, mellyel orvoshoz fordulunk

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

– Főorvos úr! Mit jelent az aktív reumatológia fogalma?

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

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

– Milyen fájdalomknál eredményes az aktív reumatológia?

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

– Milyen eredmény várható?

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

– Az aktív reumatológia egyedi, különleges eljárásnak számít?

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

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

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

Ki a fontos: Én vagy Én?



A fogyasztói kultúrában felerősödtek a nárcisztikus személyiségvonások. A ma sikeresnek mondható emberek pozitív érzelmeiket takargatják, a kötődés, a bizalom és a szeretet fogalma számukra valódi tartalom nélküli, üres definícióvá szűkül. A nárcisztikus karakterben a társadalmi elvárások, az egzisztenciális szint megtartása és a munka megőrzése mindent felülír, párkapcsolataik pedig az esetek jó részében érzelmileg alacsony hőfokúak, s a kölcsönös elfogadás, tisztelet helyett kizárólag a saját jó érzések megszerzéséről szólnak...

A kölcsönös szeretetre, bizalomra, a másik tiszteletben tartására épülő érzelmi viszony kialakításához mindkét félnek rendelkeznie kell ezekkel a képességekkel. Ezek az érzelmek a korai anya-gyerek kapcsolatban alakulnak ki, ahol – jó esetben – az anya kiegyensúlyozott és egyenletes szeretetet képes nyújtani csecsemőjé-

nek, ahol olyan, a gyermek számára nyugalmas és biztonságot jelentő légkör alakul ki, amelyben átélheti azt, hogy „szeretve van”. Ám sok olyan család létezik, ahol a szülők érzelmileg kiegyensúlyozatlanok, így szülői feladataikat egyáltalán nem, esetleg hiányosan, sőt károsan tudják csak működtetni. Akár isznak a szülők, akár képtelenek szeretni, akár agressziójukat nem tudják féken tartani, vagy folyton ostromozzák és teljesítményekre sarkallják – mindenképpen kárt okoznak gyermekük személyiségfejlődésében, ami leginkább felnőttkorban – s különösen a partnerkapcsolatok terén – érezhető majd.

[Részletek Tari Annamária pszichológus cikkéből, amely a Mindennapi Pszichológia legújabb számában olvasható. A folyóirat megrendelhető a www.mipszi.hu weboldalon vagy az alábbi telefonszámon: 06 (1) 789-8040, megvásárolható a hírlapárusoknál.] (x)

FÁJDALOMORVOS REUMASPECIALISTA

Dr. Tószegi Attila

reumatológus szakorvos

Fájdalma csökkenését már az első kezelésnél érezni fogja!

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

**Egyedi, speciális eljárással
BIZTOSRA MEGYEK!**

Jelentkezzen be most!

Hogy fájdalma már holnap a múlté legyen...

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

06 (30) 267-0404

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

Szeptemberben újabb sportidény kezdődött a csapatsportágaknál, így időszerű volt felkeresni Markovits Lászlót, a Vasas SC ügyvezető elnökét, aki ezúttal a szokásos értékelésen és előretekintésen túl, már az egyesület százéves fennállásának ünnepi előkészületeiről is beszámolt.

– Az idei különleges idény lesz, hiszen tavasszal ünnepeljük az egyesület fennállásának 100 éves évfordulóját. Ennek tükrében van-e különösebb elvárás a piros-kék csapatoktól, sportolóktól?

– A centenáriumi év rendkívüli lesz mindannyiunk számára és bízunk benne, hogy minél több sikernek örülhetünk majd. Célkitűzéseink a századik születésnaptól függetlenül változatlanok, hasonlóan az előző évekhez, célunk a minél jobb szereplés úgy csapat, mint egyéni sportágakban. Úgy gondolom, sportolóink, csapataink mind-mind átérzik azt, milyen egy 100 éves egyesület színeiben versenyezni, tehát a motivációval biztosan nem lesz gond.

– Hogyan készül az egyesület a centenáriumi ünnepségre? Mi lesz a legkiemelkedőbb esemény?

– Közel fél éve elkezdtük az ünnepi előkészületeket, amelyből néhány ötletet már a szurkolók is láthatnak. Egy évvel ezelőtt a weboldalunkon is elindítottuk a visszaszámlálást, a hazai labdarúgó-mérkőzéseken pedig mindig más-más Vasas-legendák viszik be a centenáriumi zászlót, ezzel is hirdelve a századik születésnapot. Március 16-án, a Vasas Sport Club születésnapján egykori és mai edzőinknek, sportolóinknak, szponzorainknak, sportvezetők-

Ünnepi készülődés

Jövőre 100 éves Angyalföld büszkesége, a Vasas SC



nek centenáriumi gálát szervezünk. Tervezünk ezen felül egy kiállítás, amelyben bemutatjuk az egyesület száz évének történetét. Továbbá a XIII. kerületi önkormányzat kiemelt támogatásának köszönhetően készül két könyv, valamint egy film a Vasas sikereiről, eredményeiről. Lesz centenáriumi bélyeg, amit a Magyar Posta ad majd ki. Szurkolóink részére pedig egy különleges Vasas Nyílt Napot szeretnénk szervezni, illetve tervezünk egy nagyszabású labdarúgó-mérkőzést is. Ezen felül még több ötlet formálódik, de megvalósításukban valószínűleg nem a kreativitásunk, hanem az anyagi lehetőségeink fognak határt szabni.

– Mi a helyzet a Fáy utcai fejlesztéssel? A merész tervek nemrég még új stadion létesítését is felvetették, de a valóság aztán átrajzolta ezeket az elképzeléseket. Mik valósulhatnak meg idén és a közeljövőben, és mi az, ami ma még csak álom, de befektetők bevonásával akár realizálódhat is?

– Nyáron lehetőségeinkhez mérten felújítottuk a stadiont. A tetőszerkezet teljes felújításon esett át, még több széket szereltünk fel, letisztítottuk és lefestettük a lelátót. Kialakítottunk egy családi szektort, ugrálóvárval várjuk a mérkőzésre érkező gyermekeket, hiszen szeretnénk, ha minél több kisgyermekes család válasz-

taná a Vasas mérkőzéseit hétvégi programként. Az önkormányzat támogatásából megépült egy füves pálya is, amelyet utánpótlás együtteseink fognak használni, ezzel is segítve felkészülésüket a bajnoki mérkőzésekre. Az UNIQA-Vasas Labdarúgó Edzőközpontban a hat műfüves edzőpálya mellett már két füves pálya is a labdarúgók rendelkezésére áll. A gazdasági válság miatt sajnos nagyon előre nem tervezhetünk, így a többi, korábbi elképzelésünk befektetőkől, szponzoroktól, pályázati pénzek-től függ.

– Nemrég adták át a kerület legújabb sportközpontját a Lángon, és ismeretes, hogy az önkormányzat

számára kiemelkedő jelentőségű a kerületi sportélet. Angyalföld és a Vasas a történelem során szinte egyggyé vált. A centenáriumi ünnepség közeledtével hogyan látja, mivel járulhat hozzá még a Vasas a kerületi sportélet gazdagításához?

– Angyalföld egyik legmeghatározóbb sportegyesületeként mindenképpen arra törekszünk az önkormányzattal közösen, hogy a lakosságot minél jobban bevonjuk a kerületi sportéletbe. Ezért is vannak olyan kezdeményezések, mint hogy a labdarúgó-mérkőzéseket a kerületi lakosok féláron, míg a kerületben élő vagy itt tanuló általános és középiskolások, valamint a nyugdíjasok ingyen tekinthetik meg. A Vasas minél szorosabb kapcsolat kialakítására törekszik a kerület általános és középiskoláival is, amelynek első lépése volt a tavasszal minden iskolával megkötött együttműködési megállapodás. Ennek értelmében az ingyenes labdarúgó-mérkőzés látogatása mellett az iskolák a Vasas pályáján rendezhetik meg éves sportnapjukat. A jövőben is a Kerületi Sportnapok részeként az önkormányzattal közösen szervezzük meg a Vasas Családi Napot, amelyen egyre több kerületi lakos vesz részt a Vasas-szurkolók mellett. Bízunk benne, hogy a fentiek eredményeként minél több gyermek ismerkedik majd meg az egyesületben található sportágakkal, és mind több gyermeket köszönthetünk majd a Vasas, valamint a kerületi sportlétesítményeken akár sportolóként, akár kilátogató szurkolóként.

SZABADOS

Csatások győzték le az Európa-bajnokot

Legalább száz új kis dzsúdóbajnok született október 1-jén a Csata Utcai Általános Iskola tornatermében. A 6–10 éves fiúknak és lányoknak ugyanis aznap lehetőségük nyílt megmérkőzni egy hatalmas tatamin Hadfi Dániel dzsúdó Európa-bajnokkal. A huszonnyolc esztendőss sportolót és társait az összes kisdíák földre kényszerítette.

A sportolók először magáról a dzsúdósportról meséltek a tanulóknak, majd videofelvételeket vetítettek és fotókat mutattak, többek között a pekingi olimpiáról. A gyerekek érdeklődve hallgatták az Európa-bajnokot.

Ám a délután legérdekesebb része csak ezután következett, hiszen a merészebbek meg is küzdhettek a dzsúdósokkal. Miután a legbátrabbak szinte azonnal „leterítették” a profi versenyzőket – köztük Danit is –, a többiek is felbátorodtak, és két kézzel jelentkeztek: hirtelen az összes lurkó le akarta győzni a sportolókat. Min-

denki legalább kétszer „győzedelmeskedhetett” a hozzájuk képest óriások felett.

Ezután következtek a kérdések. Az első, amire mindenki kíváncsi volt, hol tartják a fiúk a dzsúdóedzést. A lelkes diákokat látva valószínűleg megkészsereződik a dzsúdózni vágyó fiatalok száma a Tüzér utca 56. szám alatt.

A rengeteg kérdés után a gyerekek még sokáig nem engedték el az Európa-bajnokot. Mindenki autogramot szeretett volna hazavinni tőle. Dani örömmel osztotta kézjegyét a fiataloknak. A találkozó után egyenesen a reptérre sietett, hiszen Rómába utazott, hogy megszerezze a kvalifikációt a 2012-es londoni olimpiára. Ha az Európa-bajnoknak sikerül legyőznie ellenfeleit, és kijut az ötkarikás játékokra, minden bizonnyal legalább százal több „kis szurkoló” fog szorítani érte két év múlva a televízió képernyője előtt.

SVIKI

JÓTÉKONYSÁGI KONCERT „AZ ÉLET MENETE ALAPÍTVÁNY” JAVÁRA
DOHÁNY UTCAI ZSINAGÓGA 2010. NOVEMBER 14. 18.00

Sztevanovity
Zorán Heili
Hernádi Kern
Gábor
Judit
András

Az est fővédnökei: Presser Gábor, Falusi Mariann, Hegedűs D. Géza és Szabó Tamás a 2009. évi jótekonysági koncert közreműködő művészei

A jegyek 5200 Ft (karzat) és 7200 Ft (földszint) áron megvásárolhatók az Alexandra Könyvesházakban (Károly körút, Párizsi Nagyrúházi), valamint az Interticket jegyhálózatokban. Kérjük kedves férfi vendégeinket, hogy fejfedőt legyenek kedvesek magukkal hozni!

www.eletmenete.hu www.jegy.hu

MAZSIHISZ EGON Klubrádió BZSH ALKARNAKA av nka

Fotó: Ritter Doron, Grafika: Benkő Marci

Bajnokkereső



A Rozsnyai utca 4. szám alatti Angyalföldi Sportközpont ad otthont az első kerületi sportágkeresőnek október 7-én. A rendezvényt szervező Sport és Szabadidő Közhasznú Nkft. munkatársa Kastl Egon elmondta: közel harminc sportágot mutatnak be a kerületi utánpótlás-nevelő egyesületek szakosztályai. A Bajnokkereső elnevezésű programra a kerületi iskolák gyermekeit szervezeten viszik ki, így minden kisiskolásnak lehető-

sége lesz megismerkedni a legnépszerűbb és a legkülönlegesebb sportágakkal, hogy aztán remélhetőleg megtalálja a számára legmegfelelőbbet, valamelyik kerületi egyesületben kezdjen sportolni. A rendezvény célja kettős; a kerületi, igen jelentős, utánpótlásbázis további gyarapítása, valamint a szépszájú helyi egyesületeknek bemutatkozási lehetőség.

Sz.T.

Angyalföldi pálmafák

Vasas–Újpest 9-9

A múltkor egy Vasas–Újpest mérkőzést idéztem fel 1972-ből; most következze kettő 1976-ból.

Az egyiket 5-4 volt „ide”, a másikat 5-4 oda.

A tavaszi derbin 49 714 fizető nézőt jegyeztek a Népstadionban, és utólag minden szurkoló boldog volt, hogy leszurkolta a jegy árát. (Még a vesztes lilák hívei sem kérték vissza a pénzt...) A lapok a nem sokkal korábban játszott, legendás Újpest–FTC találkozóhoz (8-3) hasonlították a mérkőzést, miután „a szakadó esőben sem lankadt a játékosok vállalkozó kedve, s olyan különleges gólpárbaj alakult ki, amely elragadtatással töltötte el a közönséget”.

Az angyalföldiek vezettek 2-0-ra, majd 3-1-re, de a második féldőben kilenc perc alatt fordítottak a Megyeri útiak. „Úgy látszott, összeomlik a Vasas” – olvashatták a drukkerok a másnapi tudósításban, ám Zombori Sándor beadását Várady Béla befejezte (4-

2), ám a szünet utáni egyenlítést két villámgyors piros-kék gól követte: előbb Kovács István pöckölt a hálóba, egy perccel később pedig Várady bosszút állt Rothermel Ádámon a tizenegyes háritásáért: miután a kapus messzire kifutott, az oldalvonal mellett, negyven méterről (!) alakította az állást 4-2-re. Úgy is mesterhármast ért el, hogy kihagyta a büntetőt...

Senki nem gondolta, hogy az a negyedik Várady-gól még nagyon fog hiányozni. Ám az Újpest a hajrában nyolc perc alatt három gólt szerzett: előbb Tóth András szabadrúgása jutott mesés ívben a hálóba, majd jött Sarlós András és Fazekas... A Vasas (az új-



Olykor előfordult, hogy háritottak a kapusok... A két meccsen négy gólt szerző Várady tizenegyesét például Rothermel kivédte

4), majd szerepet cserélt a két labdarúgó: Várady szokásos, szédítő szabadrúgásainak egyike után Zombori küldte a hálóba a Szigethy Károly kapusról kipattanó labdát. A döntő „dugó” szerzője megkoronázta addigi teljesítményét, mert előzőleg valamennyi Vasas-gólban közreműködött mint avatott előkészítő.

Eltelt néhány hónap, de a felek az ősszel ott folytatták, ahol a tavasszal abbahagyták: Fazekas László már a harmincadik másodpercben „felavatta” Tamás Gyula kapust. Várady hárommal válaszolhatott volna, de az első féldőben „csak” kettőt szerzett, mert félóra múltán – immár 2-1-es Vasas-előnyénél – tizenegyet rontott. Bezzeg Fazekas belötte a büntetőt (2-

ság szerint „többségben lévő”) hívei pedig nem hittek a szemüknek, noha a valóság virított a táblán: Ú. Dózsa–Vasas 5-4.

A szaksajtó viszont lelkesedett, akár a lila-fehér tábor: „A Népstadionban, illetve a tévékészülékek előtt ülő szerencsés közönség azt láthatta, hogy a bajnoki idény legizgalmasabb mérkőzését vívja a két csapat. A Vasas az utolsó tíz percig nagyszerűen játszott, a találkozó azonban kilencven percig tart.”

A két meccs legendája meg örökké...

HEGYI IVÁN

A NÉPSZABADSÁG FŐMUNKATÁRSA

UTAZÁS FELSŐFOKON
Foglalja le utazását online!
www.bestreisen.hu

15% Előfoglalási kedvezmény

5% Best Bonus kedvezmény

és ÁRGARANCIA
2010. október 15-ig!

THAIFÖLD 2010/11 Tél-tavasz
Közvetlen charter járatral Budapestről Bangkokba és Phuketre!

Üdülések	Ár
Pattaya/Jomtien Palm Beach 10 éj 4* r	268 900
Phuket/Graceland Resort 10 éj 4* r	349 900
Koh Samui/Baan Samui Resort 10 éj 3* r	445 900
Phi Phi/Phi Phi Cabana 10 éj 3* r	444 900
Bangkokkal kombinált üdülések	
2 éj Bangkok + Pattaya üdülés	248 900
2 éj Bangkok + Phuket üdülés	374 900
Thai körutazások üdüléssel	
Thai körút + Pattaya üdülés	339 900
Nagy thai körút + Phuket üdülés	579 900

INGYENES reptéri parkolás minden foglaláshoz! Ft/főtől

Árunk a 20% kedvezményt és a járatok ártalaját (átlag Thai 79 900 Ft/10 fő, foglalás díj 1000 Ft/10 fő, biztosítás 480 Ft/10 fő, szomszédos utazás 1,2%).
Thai vízum igénybevétele 10 900 Ft/10 fő nem tartalmazva.

Legközelebbi irodánk:
1062 Budapest, Westend City Center Készletlátnyi p.krt. 4. Tel: 236-0293 E-mail: westend@bestreisen.hu
www.bestreisen.hu
R-1214/95/1999

Vasas–Újpest 5-4 (2-1)

Vasas: Tamás – Török, Kanász, Komjáti, Kántor – Gass, Müller, Zombori – Kovács, Izsó, Várady.

Újpest: Rothermel (Szigethy, 46.) – Kolár, Dunai III, Sarlós, Tóth József – Kellner, Tóth András (Zámbó, 65.) – Fazekas, Töröcsik, Fekete, Nagy.

Gól: Kovács (11. és 19.), Tóth A. (43.), Gass (49.), Kellner (56.), Töröcsik (62.), Fazekas (64.), Várady (69.), Zombori (82.).

Újpest–Vasas 5-4 (1-2)

Újpest: Rothermel – Viczkó, Dunai III, Sarlós, Tóth J. – Kolár, Kellner (Zámbó, 46.), Tóth A. – Fazekas, Töröcsik, Nagy.

Vasas: Tamás – Török, Kanász, Komjáti, Kántor – Gass, Müller (Hegedűs, 85.), Zombori – Kovács, Izsó, Várady.

Gól: Fazekas (1., 56. és 86., a második 11-esből), Várady (22., 26. és 64.), Kovács (63.), Tóth A. (79.), Sarlós (82.).



XIII. kerületi Közművelődési Nonprofit Kft. programajánlója

Telefon: +36 (1) 320-3842 ● www.kult13.hu ● e-mail: info@kult13.hu



1131 Budapest, József Attila tér 4.
Telefon: +36 (1) 320-3842

PROGRAMAJÁNLÓ



Magyar Festészet Napja

Ridovics László és Szurcsik János festőművész közös kiállításának ünnepélyes megnyitója
Október 13., szerda 18.00
Megtekinthető október 29-ig

Nyugdíjas Filmklub

Október 19., kedd 14.00
A máltai sólyom – amerikai film, fsz:
Humphrey Bogart, 1941
A belépés ingyenes!



Gyertyafény Keringő Klub

Vasárnap 15.00–19.00
Kellemes, családi hangulatú vasárnap délutáni program nyugdíjasoknak.
Vezeti: Csukáné dr. Jónás Ilona
Belépőjegy: 600 Ft/alkalom, 2000 Ft/hó
13. Születésnap Gála
Október 17., vasárnap 15.00–20.00
Fellép: Mezőtúri Asszonykórus, Soós Mercedes és Szerencsés Janó, Dömsödi Farkas Bálint, Sárközi Anita, Janicsák István.

Nyuszi

(Nyugdíjas pályakezdő színészek)
Csütörtök 16.30–18.30
Információ és jelentkezés: +36 (1) 340-2204
A részvétel ingyenes!

Csuka Mónika Énekiskola

Kedd 16.00–21.00, csütörtök 15.30–21.00
Az énekiskola várja 6 éves kortól felső korhatár nélkül az énekelni, táncolni vágyókat.
Információ: www.csukamonika.hu,
+36 (20) 982-6209

Kattints rá, Nagyi!

Várjuk a számítástechnika iránt érdeklődő nyugdíjasokat. A tanfolyamot novemberben indítjuk, kellő létszámú jelentkező esetén.
Információ és jelentkezés +36 (30) 451-9423,
+36 (1) 320-3842, csepregiroska@kult13.hu
Szépkorúak táncklubja
Szerda 9.00–11.00
Információ és jelentkezés: +36 (30) 453-1951
A belépés ingyenes!

További klubok, tanfolyamok:
Mollini Búvészklub, „3 az 1-ben” torna, callanetics, jóga a mindennapi életben, komplex jazztánc, pilates, Shirayan Vajramutthi harcművészeti iskola, társastánc, terápiás tréning, Ékszer-Ballettiskola, gyermekpilates, Iciri-Piciri táncház, NRG Tánciskola, Tücsökműzene
Információ: az AJAMK elérhetőségein



1132 Budapest, Váci út 50.
Telefon: +36 (1) 349-1501
Nyitva tartás: hétfő–csütörtök 10.00–18.00
Péntek 10.00–17.00



Konyak, rum, kevert
– Kiállítás az Angyalföldi Hazai Likör-, Rum- és Szészárugyárról
Megtekinthető december 31-ig
A belépés ingyenes!

Bauhaus séta Újlipótvárosban

Október 16., szombat, 10.00
A séta az Angyalföldi Helytörténeti Gyűjteménytől indul.
Vezeti: Maczó Balázs muzeológus
Részvételi díj: 500 Ft/fő
Előzetes jelentkezés szükséges!
Múzeumpedagógiai foglalkozások
Az előre bejelentett óvodás, általános vagy középiskolás csoportokat tárlatvezetéssel, játékkal, feladatlapok kitöltésével és kézműves-foglalkozással várjuk.



1138 Budapest, Dagály u. 15/A
Telefon: +36 (1) 330-5357

PROGRAMAJÁNLÓ

Sahaja jóga

Pénteken 17.00–19.00
Információ és jelentkezés: +36 (1) 330-5357,
www.sahajajoga.hu
A jóga foglalkozások ingyenesek!

További klubok, tanfolyamok:
hastánc, néptánc felnőtteknek, női klub torna, Sahaja jóga, salsatanfolyam, akrobatikus torna tanfolyam, gyermeknéptánc, idegrendszer fejlesztő mozgásterápia, Baba-mama klub, XIII. kerületi Babahordozó klub, Kerekítő báboz torna, Kerekítő mondókás móka, zenébölcsi, Lélek-öröm-játék, személyiségfejlesztő drámajáték fiataloknak
Információ: a Gyermekház elérhetőségein



Tücsöktanya

Családi játszóház és kisdédóv a XIII. kerületi önkormányzat támogatásával, ötéves kor alatti gyermekek részére. XIII. Kerületi Kártyával rendelkező felnőttnek és két gyermeknek 2 óra időtartamra ingyenes!

Nyitva: hétköznap 8.00–17.00, szombaton 15.00–18.00, vasárnap 10.00–13.00
Információ: +36 (1) 330-5357
és +36 (30) 691-6391

Alkalmi programok a Tücsöktanyán

Tücsök kézművesműhely

Október 9., szombat, 15.00–18.00

Terménykép készítése

Október 10., vasárnap, 10.00–13.00

Rongybaba készítése

Október 16., szombat, 15.00–18.00

Filcfigurák készítése

Október 17., vasárnap, 10.00–13.00

ÖKO játszóház és babaruhabörze

Belépődíj gyermekeknek és felnőtteknek egyaránt 500 Ft/fő, ami az ötéves kor alatti gyermekeknek egy játszóház-látogatást is magában foglal 1 fő 16 év feletti kísérővel.
XIII. Kerületi Kártyával rendelkezőknek ingyenes!

A játszóház programjai hétköznap:

Baba-mama torna, Baba-mama klub, Kreatív Tücsök Műhely, Mese kuckó, Tücsök torna

Információ: a Tücsöktanya elérhetőségein



1136 Budapest, Tatra u. 20/B
Telefon: +36 (1) 320-5380
Nyitva tartás: hétköznap 14.00–20.00



Sargis Hovhannisyan örmény grafikusművész kiállítása

Megtekinthető október 22-ig
A belépés ingyenes!
Almásy Ottília kiállítása
Megnyitók: október 13., szerda 18.00
Megtekinthető október 29-ig
A belépés ingyenes!

Klubok, tanfolyamok, körök:
Hatha jóga, francia nyelvű foglalkozás kisgyerekeknek, Gemini tanulókör



1132 Budapest, Váci út 50.
Telefon: +36 (70) 555-7625
vagy +36 (70) 260-2294
www.kurfli.hu, vilagcsucsock@gmail.com
Nyitva tartás: hétköznap 14–22 óráig,
hétfőn a rendezvények függvényében

A VilágCsücsök fiataloknak kínál szabadidő-eltöltési lehetőségeket, be lehet térni hozzánk olvasni, társasjátékozni, csacsogni, ücsörögni, dildogálni, körbe-körbe járni vagy lehet választani különféle programjaink közül. Kinek mihez van kedve.

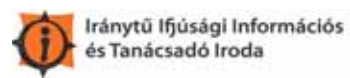
Lok Yiu Wing Chun kungfu

Hétfőn és csütörtökön 18.30–20.00
Információ és jelentkezés: +36 (30) 681-6754
Idegen nyelvű társalgási klubok
Hétfőn 18.00–19.00 francia
Kedden 17.00–19.00 angol
Szerdán 16.00–17.30 német, 17.30–19.00 olasz. A részvétel ingyenes!

Kineziológiai tanácsadás

Kedden 15.00–20.00
Előzetes jelentkezés szükséges!
Információ és jelentkezés:
bernhard@freemail.hu, +36 (30) 588-8311,
www.bernadetti.fw.hu
Társasjátékest
Október 16., szombat 19.00
Minden hónapban egy szombatot arra számunk, hogy megjutalmazzuk magunkat a játék örömeivel.
Információ: +36 (70) 555-7625
A belépés ingyenes!

Tanfolyamok: Képzőművészklub, egészségvédő torna, Miguel y Timi – latin táncok, salsa, Oroszlán színjátszó, színészképzés, Piac játszó
Információ: a VilágCsücsök elérhetőségein



Telefon: +36 (1) 339-3700
e-mail: iranytut@kult13.hu
Nyitva tartás hétfőtől péntekig 10.00–18.00

Díjitalan információszolgáltatás, jogi, pályaválasztási, munkavállalási, pszichológiai, szenvedélybeteg-tanácsadások, AIDS-zsűrész. Ingyenes internet szolgáltatás.



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

Vidám szüreti nótaműsor cigányzenekarral

(„Csizmadia Imre” Zenebarát Kör)
Október 9., szombat 15.00

Ringató

– Vedd ölbe, ringasd, énekelj!
(kisgyermekkorai zenei nevelés)
Október 11., 18., 25., hétfő 11.00

Műsoros-táncos rendezvény nyugdíjasoknak

(Élelet az éveknek...)
Október 13., szerda 14.00

Titokzatos erők tudománya??? – Egely György könyve alapján

(Baksza Pál előadása – ERE Klub)
Október 15., péntek 19.00
Szüreti bál
Október 15., péntek 18.00

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.

2011. január közepéig felújítás miatt zárva

FSZEK XIII/6. sz.
Angyalföldi Kertvárosi Könyvtára
Mosoly u. 40/A. Telefon/fax: 349-1532
hétfő, szerda, péntek: 14–19,
kedd: 11–16, csütörtök: 12–16 óráig
Márai-idézetek gyermekszemmel
– az illusztrációs kiállításon látható képek készítői a látogatók szavazatai alapján jutalomban részesülnek.
Szavazás: október 8.–november 19.
Megtekinthető: október 8.–december 31.

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
Ami a Naplóból kimaradt
– Bálint András Márai-estje
Október 14., csütörtök 18.00



FSZEK XIII/8. sz. Könyvtára

Dagály u. 9.
Telefon/fax: 340-3309
www.fsze.hu/dagaly, fszek1308@fszek.hu
hétfő, kedd, szerda, péntek: 9–19,
csütörtök: 9–14, szombat: 13–18 óráig

Gyerekörünk játéka
– Nosztalgikus utazás a '60-as, '70-es és '80-as évekbe

RETROLACI és Kovács Endrének játékgyűjteményének kiállítása
Megtekinthető november 30-ig
Játékos utazás az indiánok földjén
– játszóházi foglalkozás kisdíjaknak

Október 9., szombat 15.00
Könyves Vasárnap
Rendkívüli nyitva tartás:
október 10. (vasárnap) 9.00–13.00
10.30 órakor: **Mert nem tudom, megkeresem**
– Magyarország-kvíz –
családi társasjáték-vetélkedő

Könyvajánló:

Lawrence Block: A betörő, aki portyára indult (*Agave*, 2010)
William Styron: A nagy menetelés (*Európa*, 2010)
Carole Martinez: Összevart szívem (*Ulpus-ház*, 2010)
Minette Walters: A kaméleon árnyéka (*Athenaeum*, 2010)

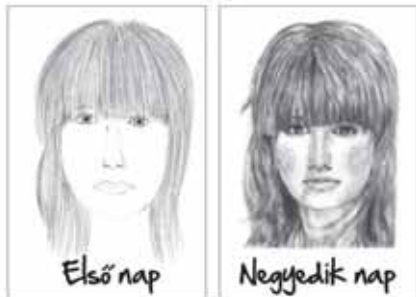
A műsorváltoztatás jogát fenntartjuk!



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

Jobb agyféltekés rajztanfolyam

11-105 éves korig



Tanuljon meg Betty Edwards módszerével 4 nap alatt rajzolni!

AKCIÓ! Diákoknak: 23 000 FtA tanfolyam helye: Gold Irodaház, XIII. Forgách u. 19.
További információ és jelentkezés: 30-383-3606
vagy a www.elmetagitto.hu honlapon

Urológia és Andrológia magánrendelés

Vese- és prosztatabajok, gyulladások, daganatok,

vizeletcsepegés, merevedési és

nemzőképességi zavarok

KIVIZSGÁLÁSA, KEZELÉSE**Dr. Rózsahegyi József**

az orvostudomány kandidátusa

KEDD, CSÜTÖRTÖK:

16.00 – 19.00

06-20-972-5592

350-0631, 350-1898

1131 Budapest, Babér út 32. I. em.

Göncöl és Babér utca sarok

Parkolás a VITALORG udvarán

www.Vitalorg.hu

Dr. HATHÁZI ÉVA ÜGYVÉDI IRODA

(Alapítva: 1994)

Vállal:

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

Iroda:

1139 Budapest, Pap Károly u. 18/B I. 3.

Elérhetőségek:

340-2044, +36-20-923-3770,

hathazi.eva2@chello.hu,www.drhathazi.eva.hu

A Palatinus-házak egyikében, minden szobájával Dunára panorámás, igényesen és teljesen felújított, első emeleti, 112 nm-es luxuslakás tulajdonostól eladó.



3 szoba, hall, konyha, személyzeti, 2 fürdőszoba. Egyedi fűtés, klímás, új nyílászárókkal. Ár: 67,2 Mft. Telefon: 06 (30) 396-5660

**HARTMANN**
segít gyógyítani.Gyógyászati Segédeszköz Szaküzlet
és Egészséges Életmód Centrum

- Gyógyászati segédeszközök
- Ápolási eszközök
- Fertőtlenítőszer
- Ozmózis elvű víztisztító berendezések
- Tempur nyomáscsökkentő matracok
- Wellness termékek

Budapest XIII. kerület, Hegedűs Gyula u. 45-47., Tel.: +36 1 236 0808.
Nyitva: hétköznap 8-18hMegbízható partner a könyvelésben!
LIFO Könyvelőiroda a Mammút közelében

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

Szakértő szolgáltatás korrekt áron.
LIFO Ügyviteli Szolgáltató Kft.
Telefon: 316-7182, 06-20-410-0534
E-mail: lifo@axelero.hu**OPTIKA**Multifokális lencse
kipróbálási akció:
31 370 Ft/db helyett
9700 Ft/dbRészletekről érdeklődjön
az üzletekben.VI., Lehel u. 5. (Bulcsú u. sarok); Telefon: 349-6550
XIII., Béke u. 106. (Fastyúk utcai sarok); Telefon: 329-9573
XIII., Váci út 44. (Lehel téri templomnál); Telefon: 330-1978Rendel: dr. Majetics Zsuzsanna főorvos
és dr. Gyurákovics Margit főorvos

GÉPELÉS

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

Tel.: 06-20-260-3878

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.)Széles körű szolgáltatással
várjuk kedves vendégeinket!

– szolid árak, magas színvonal –

fodrászat • kozmetika

műkörömpítés

pedikűr • manikűr • szoláriumok

1139 Budapest, Fiastyúk u. 38.

Nyitva tartás: H-P: 7-18 • Sz: 8-13

Telefon: 06-1/239-5417,

+36-20/327-02-94

www.monikafodraszat.atw.hue-mail: buffyla@freemail.hu**ZÁRKIRÁLY® Bt.****ZÁR, KILINCS,
LAKAT, VASALAT**

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

XI., Fehérvári út 24. T: 466-5654

H-P: 9-18 Sz: 9-14

www.zarkiraly.hu**+ SZOLGÁLTATÁSAINK:**

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

**-10%
Szombat**

Az RS ismét egy mérőföldkőhöz érkezett

A harmadik budapesti RS Bútoráruház nyitotta meg kapuit október 1-jén a XVIII. kerületben, a Gyömrői út 79-83. szám alatt.

Mára már az RS országosan ismertté vált, és vele együtt egyre nagyobb becsülete lett a magyar bútorgyártásnak is.

Több tízezer négyzetméteren több tízezres bútorkínálat megjelenítésével, versenyképes árakon teszik le voksukat a hazai értékek mellett, melyeket együttes erővel hoznak létre és fejlesztenek nap mint nap.

Az RS célja, hogy termékeit a piaci kínálatához képest a legkedvezőbb áron kínálja, az ár-minőség arány tekintetében az első helyen álljon. Emellett magas szintű online értékesítési rendszert valósítson meg a www.rs.hu weboldalán. Online tervező- és lakberendező programok és internetes

vásárlás, amely gyors határidővel, pontos és kedvező áron történő kiszolgálást biztosít.

(x)

FELHÍVÁS

A XIII. kerületi önkormányzat megbízásáról az Angyalföldi Vagyonkezelő Zrt. nyilvános pályázatot hirdet nem lakás céljára szolgáló helyiségek 5 évre szóló bérleti jogának elnyerésére, további 5 éves előbérleti jog biztosítása mellett.

A pályázatokat az Angyalföldi Vagyonkezelő Zrt. Helyiséggazdálkodási Csoportjához, Bp. XIII., Béke u. 65. szám alatti (fszt. 8. vagy 9. számú ablak) címére kell írásban személyesen benyújtani legkésőbb 2010. október 20. (szerda) 16 óráig.

Megpályázható helyiségek:

Bp. XIII., Hegedűs Gyula u. 40. szám alatti, 470 m² alapterületű, utcai bejáratú pincei garázshelyiség, legalacsonyabb megajánlható bérleti díj 560 Ft/m²/hó + áfa. A helyiség kizárólag garázs céljára pályázható.Bp. XIII., Szent István krt. 20. szám alatti, 118 m² alapterületű, utcai és udvari bejáratú, földszinti üzlethelyiség, legalacsonyabb megajánlható bérleti díj 1500 Ft/m²/hó + áfa.Bp. XIII., Szent István krt. 12. sz. alatti, 80 m² földszinti + 60 m² galériás utcai bejáratú üzlethelyiség és 46 m² pincésinti utcai bejáratú raktárhelyiség, legalacsonyabb megajánlható bérleti díj a 186 m²-re 1500 Ft/m²/hó + áfa.A helyiségek megtekintés ideje: 2010. október 12. (kedd) 9.00–10.00-ig,
14.00–15.00 óráig.

A licit időpontja: 2010. október 26. (kedd) 9.00 óra.

A pályázattal kapcsolatban a 450-3124 és 450-3115-ös telefonszámokon érdeklődhethet. Továbbá a részletes pályázati feltételekről szóló hirdetmény a www.avkzrt.hu honlapunkon megtekinthető.



Őszi BÚTOR vásár!



RS BÚTORÁRUHÁZ
Bp. XIII., Reitter F. u. 78.
(Fáy u. - Reitter F. u. sarok)
Nyitva: H-SZ: 10-20h V: 10-18h

RS BÚTORPIAC
Bp. XXIII., Nagykörösi út 349.
Nyitva: H-SZ: 10-20h V: 10-18h

RS BÚTORÁRUHÁZ
Bp. XVIII., Gyömrői út 79-83.
(Parkoló a Sárkány Centerben)
Nyitva: H-V: 9-18h

Úi! Megnyílt!



Domi 160 cm-es blokk-konyha
2 medencés mosogatóval,
munkalappal

Garnitúrában: 47 500,-
44 990,-

2 db
3 980

3-as védelemmel:
- házi poratkák,
- gombák,
- baktériumok
elleni hatóanyaggal.

Allergia Stop párna
1=2
ÁRÉRT
Érvényes:
2010. október 10-ig.

11 500,-
6 990,-

Breda szék barna
műbőr kivitelben



50 990,-
39 990,-

Lilo asztal tömör, masszív
fa kivitelben (90 x 75 x 160)

MÉG TÖBB AKCIÓ! MÉG TÖBB MAGYAR BÚTOR! MÉG TÖBB RS BÚTORÁRUHÁZ!



79 990,-
59 990,-

Róma farugós, 5 zónás,
ágyneműtartós franciaágy,
ágytakaróval és kispárnákkal
(202 x 205, fekvőf.: 160 x 200)



49 990,-
39 990,-

Margo futonágy
rugós matracral
(fekvőfelület: 140 x 200)



96 990,-
69 990,-

Anikó ágyneműtartós
tenyőágykeret bordával,
matrac nélkül
(170 x 210, f.f.: 160 x 200)



32 990,-
29 990,-

Heni 3 a.
szekrény
körte színben
(120 x 180 x 50)



65 990,-
59 990,-

Szandra szekrény m. szilva színben
(320 x 197 x 53)



65 990,-
49 990,-

Claudia tenyő 5 fiókos
heverőváz + borda,
matrac nélkül
(98 x 208, f.f.: 90 x 200)

MINISÉGI MAGYAR
FENYŐBÚTOROK
1+4 ÉV
GARANCIÁVAL!



37 990,-

Gina
gardrób
(120 x 202 x 52)



2 db
13 990

Vegyes színekben:



52 990,-
39 990,-

Joker ágy-
neműtartós, nyitható
kanapéágy terra színben
(192 x 85, fekvőf.: 140 x 192)



Marcus tenyő
4 f. íróasztal
(92 x 74 x 61)

AJÁNDÉK
tolltartó

Billerbeck Disco paplan és párna
1=2
ÁRÉRT
Érvényes:
2010. október 8-10.

2 db
3 990

HA BÚTORT KERES - RS!

Az árakat 2010. szeptember 27-október 31. között, a készlet erejéig garantáljuk, valamint kizárólag a bútorra vonatkoznak, a dekoráció árát nem tartalmazzák! A méretek tájékoztató jellegűek! A feltüntetett árak HUF-ban értendők, a kárpított szék esetében alapkategóriás szövetre vonatkoznak. A nyomdai hibákért felelősséget nem vállalunk! Minden jog fenntartva: RS®

MISIKTRANSZ KFT.
06-20-5999100

Az RS Áruházakban megvásárolt bútorokat
5000 Ft-tól
szállítjuk házhoz szakértő flottával, garanciával
Budapest egész területén. Kérje árajánlatunkat!



UTOLSÓ LAKÁSOK BOMBA ÁRON!

**2+1 fél szobás
erkélyes lakás**

Ár: ~~25 990 000 Ft~~
helyett **22 990 000 Ft**

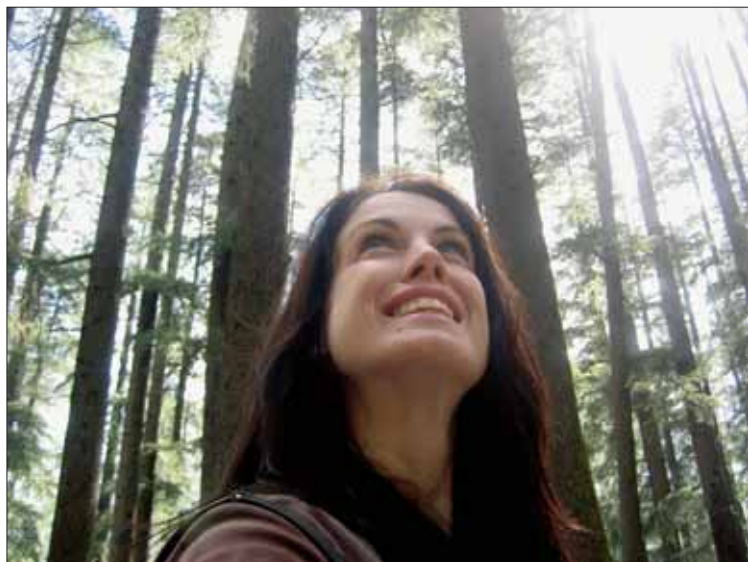
Tel.: 06/20 515 5608 • www.bpholmi.hu

Jogilag rendezett, minőségi kivitelezésben készült lakások akadálymentesített házban.
Az akciós ár kizárólag a 2010. 10. 31-ig kifizetett lakásokra érvényesíthető, tartalmazza a gépesített-beépített konyhabútort,
az ügyvédi díjat, a közműfejlesztési hozzájárulást és az ÁFA-t.



**AZONNAL
KÖLTÖZHETŐ!**

Heti bölcsesség



„Ma sem volt könnyű élni, nem lesz könnyű sosem. De érdemes volt! – s mindig érdemes lesz – hiszem!”

Váci Mihály

Babahordozók



Te is szeretted magadhoz közel tudni a gyermekedet? Neked is könnyebb a közlekedés egy elől vagy háton vitt babával, mint babakocsi-val? Van egy hely, ahol mindezekről beszélgethetünk! Egy közösség neked és persze a babádnak is!

Gyere el az Angyalföldi Gyermekek- és Ifjúsági Házba (Dagály utca 15/A), ahol minden pénteken 10.30–12.30 óráig babahordozó klubot tartunk. Érdeklődni Szalai Zsanettnél a zsani@ubaing.hu e-mail címen lehet.

Ha ősz, akkor szüreti bál!



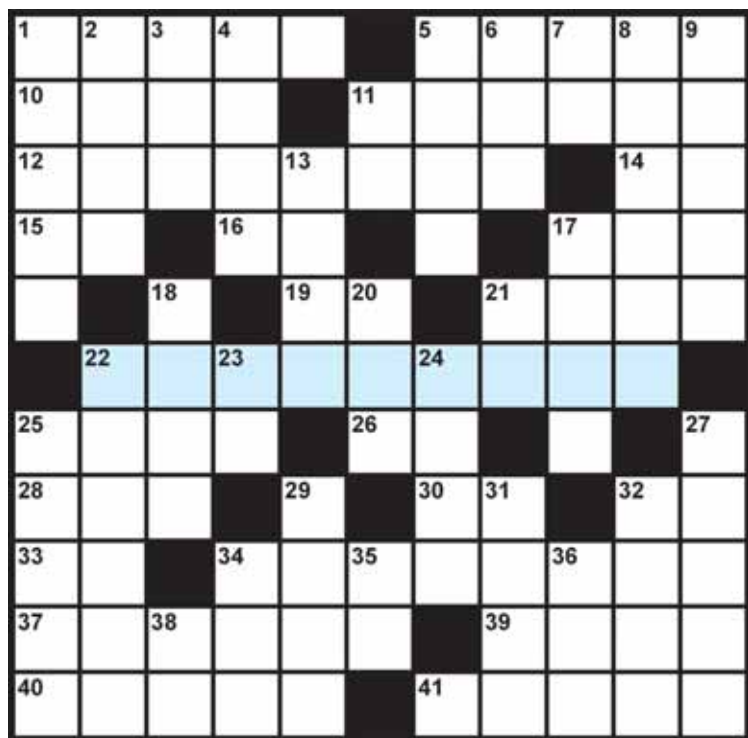
A szüreti szokásokhoz hozzá tartozik az evés-ivás, ének, tánc. A Láng Művelődési Központban (Rozsnyai u. 3.) ez alkalomból október 15-én bálra várják az érdeklődőket. Bővebb információ a 349-6308-as telefonszámon.

Étolajteszt: veszélytelen finomságok

Napjaink legnépszerűbb konyhai zsiradéka az étolaj. Mára már szinte teljesen kiszorította a magyar konyhából a sertészsírt. A Tudatos Vásárló magazin Magyarország tíz legnépszerűbb finomított napraforgóolaját vizsgálta. A laboratóriumi vizsgálatokon két veszélyes anyagot kerestek az élelmiszerben, ám a teszt eredménye szerint a nálunk forgalmazott napraforgóolajok nem tartalmaznak egészségre káros mértékben vegyszermaradványokat. Bővebb információ a www.tve.hu oldalon olvasható.



Keresztrejtvény



Előző rejtvényünkben egy magyar közmondást rejtettünk el. A helyes megfejtés: Ki mászt rágalmaz, magát jól megnézte. Nyerteseink: Debnár Péterné, Szarvák Kálmánné.

Mostani rejtvényünkben egy kortárs magyar költő, író, műfordító nevét rejtettük el. Beküldendő a vízszintes 22. számú sor megfejtése. Beküldési határidő: október 13. A helyes megfejtést beküldők között a Premier magazin aktuális számát sorsoljuk ki.

Vízszintes: 1. Ma Kína része. 5. Kőműves igéje. 10. Speciális igefajta. 11. Albánia fővárosa. 12. Anyagi részecske. 14. Iljuszin repülőgépeinek jelzése. 15. Szürkének tart. 16. Személyed. 17. Főle ellentéte. 19. Az udvarra. 21. Germán főisten. 22. Kossuth- és kétszeres József Attila-díjas költőnk (1938–). 25. Rossz kívánság. 26. Csacsivélemény! 28. Német (hímnemű) névelő. 30. Rendkívüli, rövid. 32. A kiütés jele az ökölvívásban.

33. Ifjúsági Magazin, rövid. 34. Fékezés. 37. Fővárosi pályaudvarunk. 39. Világhírű sportszermárka. 40. Kártyajáték. 41. Zólyom folyója.

Függőleges: 1. ... és csapata; Gajdar ifjúsági regénye. 2. Görögkeleti táblakép. 3. Kórházi osztály. 4. Káosz. 5. Szálkátlanított halhús. 6. Menyasszony. 7. A lantán vegyjele. 8. Festékgyári alapanyag. 9. ... futása; Vörösmarty Mihály eposza. 11. Tupoljev repülőgépeinek jelzése. 13. Katonaszín! 17. Műsorszórás. 18. Sík ...; ismert hazai filmoperatőr. 20. Suli. 21. Osztályvezető, rövid. 22. Labdát a kapus feje fölött a kapuba ível. 23. Halásztelek határai! 24. Partner. 25. Évike párja! 27. Semmikor se. 29. Az egykori világszű svéd teniszező, Wilander személyneve. 31. Peking a fővárosa. 32. Vízínövény. 34. Gyakori oroszlanév. 35. Mértékegységrendszer. 36. Kamionfelirat. 38. Némán leső!

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