

HÍRNÖK

XIII. KERÜLETI

XVII. ÉVFOLYAM 18. SZÁM

2011. SZEPTEMBER 20.

Nép-
számlálás
2011

2

Út
az
esélyhez

3

Vigadó
Szekszárdi
utcaiak

4

Játékos
nyelv-
tanulás

6

Veszélyes-
hulladék-
gyűjtés

7

Találós
kérdés
gyerekeknek

9

Férfiak
szülés
után

10

Kiegyensúlyozott gazdálkodás

A képviselő-testület első őszi ülésén számolt be az önkormányzat első féléves gazdálkodásáról dr. Tóth József, kerületünk polgármestere. A stabil, kiegyensúlyozott pénzfelhasználásról szóló beszámolót a képviselők ellenszavazat nélkül elfogadták.

Az első félévben az önkormányzat feladatait a megszokott jó színvonalon elvégezte, folyamatos fizetőképességét – eddigi pénzügyi gyakorlatához híven – hitelfelvétel nélkül fenntartotta.

A költségvetés széles körű feladathalmazából a tanév elején érdemes kiragadni néhány adatot. Az oktatási intézmények gazdálkodásának első félévi mutatói azt tükrözik, hogy a jóváhagyott költségvetési előirányzatok 2011. I. félévében biztosították a színvonalas oktatás feltételeit.

Részletek az 5. oldalon



Kulisszatitkok sütivel Vurstlihangulat



Fotó: Sárközy Mariann

Ne hagyja ki a Vígsház nyílt napját, hiszen ilyen egy évben csak egyszer van! Ünnepelje az évadkezdést együtt a színészekkel szeptember 24-én 12 órától. Ezen a különleges napon csoportos kulisszajárás mellett megkóstolhatja a művészek saját készítésű édességeit is. Bővebb információ a www.vigshaz.hu weboldalon.



Nem hiányozhat október 2-án a Szent Mihály-napi búcsúról az igazi vurstlihangulat. A Barbér utcai templom előtti téren kirakodóvásár, vidámpark és a vásári étkek sokasága gondoskodik majd a felhőtlen hangulatról. Mindemellett zenebölcsivel, játszószarkkal, interaktív játékokkal várják az aprónépet. Részletek a www.kult13.hu weboldalon.

A képviselő-testület szeptember 8-ai ülésén

– megbízta a Prudent-Audit Kft.-t a 2012–2013. évekre a könyvvizsgálói teendők ellátásával;

– módosította a 2011. évi költségvetési rendeletét;

– elfogadta az önkormányzat 2011. I. félévi gazdálkodásáról szóló beszámolót. A 2011. évi eredeti költségvetésben tervezett 22 474 084 ezer Ft bevételi előirányzat az első félév végére 27 036 539 ezer Ft-ra módosult;

– módosította az önkormányzat közművelődési feladatairól szóló önkormányzati rendeletét;

– elfogadta a Dózsa György út–Tüzér utca–Taksony utca–Kassák Lajos utca által határolt terület szabályozása érdekében a Városrendezési és Építési Szabályzatáról szóló önkormányzati rendelet módosítását;

– megalkotta rendeletét az általános és középiskolai tanulók, főiskolai, egyetemi hallgatók pénzbeli tanulmányi támogatásáról;

– elfogadta a Budapest Főváros Kormányhivatala ismételt törvényességi észrevételével kapcsolatos képviselő-testületi álláspontra és az érintett rendeletek módosítására tett javaslatot;

– egyetértett a gyermekjóléti szolgáltatás, a családsegítés és a gyermekek napközbeni ellátása közös szakmai irányításának kialakításával. Elfogadta az Egyesített Bölcsőde megszüntető okiratát, ezzel egy időben általános jogutódjává a Prevenció Központot jelölte. Szivekné Horváth Erzsébetnek közalkalmazotti jogviszonyát – nyugdíjba vonulása miatt – közös megegyezéssel megszüntette, és egyben köszönetét fejezte ki a kiemelkedő szakmai tevékenységéért és eredményes vezetői munkájáért;

– úgy döntött, hogy alapító tagként részt kíván venni a Bu-

dapesti Önkormányzatok Szövetségében. A Budapesti Önkormányzatok Szövetségének tagdíjként 200 000 Ft vagyoni hozzájárulást biztosít az önkormányzati érdekszövetség működésének megkezdéséhez;

– az önkormányzat tulajdonában álló gazdasági társaságok átalakítása során az Angyalföld-Újlipótváros-Vizafogó Vagyonkezelő Zrt., a Lehel Csarnok Élelmiszerkereskedelmi Központ Üzemeltető Kft. és a SIMA ÚT- és Közműépítő Kft. vagyonmérleg-tervezeteinek fordulónapjának 2011. július 31.

napiját határozta meg; – úgy döntött, hogy az eszéki NÉPKÖR Magyar Kultúregyesület részére ingyenesen egy digitális videokamerát ajándékozik;

– úgy döntött, hogy támogatást nyújt a Marina Part Közhasznú Alapítvány részére 2 millió Ft összegben a közhasználat céljára megnyitott parkterület-fenntartási költségeihez történő hozzájárulás céljából;

– elfogadta az önkormányzat közművelődési koncepciójának időarányos végrehajtásáról szóló beszámolót és a 2011–2014. közötti időszakra tervezett feladatokat;

– tudomásul vette a 2011. évi intézményi beruházási program időarányos végrehajtásának helyzetéről szóló tájékoztatót és a 2012. évi intézményi beruházási programokra szóló javaslatot;

– tudomásul vette a Váci út 171. szám alatti ingatlan adásvételi szerződésének megszüntetéséről szóló tájékoztatót;

– elfogadta a Gárdonyi Géza Általános Iskola és a Hunyadi Mátyás Általános Iskola tevékenységéről szóló beszámolót és az iskolákban végzett pénzügyi-szabályszerűségi és megbízhatósági ellenőrzés tapasztalatairól szóló jelentést.



Miről szól?

• A 2011. október 1-je és 31-e között sorra kerülő népszámlálás alkalmával össze kell írni a lakásokat és a személyeket, valamint az intézeteket.

• A népszámlálás mindenkit érintő országos ügy. Az adatok megbízhatósága érdekében a részvételt és a hiteles adatközlést a törvény kötelezővé teszi.

• Nem kötelező a válaszadás a nemzetiségre, az anyanyelvre, a vallásra, a tartós betegségre és a fogyatékosra vonatkozó kérdésekre.

• A népszámlálásról szóló törvény biztosítja, hogy a népszámlálás során felvett adatok a későbbiekben ne legyenek összekapcsolhatóak az adatszolgáltatókkal. A népszámlálási kérdőíven nem szerepel a válaszadó neve. A népszámlálásban részt vevőket szigorú titoktartás köti.

Címellenőrzés és az adatszolgáltatói csomag eljuttatása a lakossághoz

• A számlálóbiztos szeptember 27-től 30-ig ellenőrzi a számára kiadott címet, eljuttatja az ön postaládájába az adatszolgáltatáshoz szükséges csomagot.

• Kérjük, a házsámok, ajtószámok, a postaládán lévő címek

ellenőrzését, a hiányzó adatok pótlását.

• Kérjük, hogy figyeljen az adatszolgáltatói csomagra! Az nem reklám vagy szóróanyag, hanem a népszámlálás nélkülözhetetlen nyomtatványait tartalmazza!

A válaszadás korszerűbb, költségtakarékosabb módja az internetes kitöltés

• A magyarországi népszámlálások során első alkalommal nyílik lehetőség arra, hogy a megkerdezettek a kérdőíveket elektronikus úton töltsék ki. Előnye, hogy kényelmes, nem igényel „külső közreműködőt”, és ha a kitöltés során segítségre lenne szüksége, arról a számítógépes program gondoskodik.

• Internetes kitöltésre az elektronikus kérdőívek a www.enep-szamlalas.hu oldalon október 1-jétől október 16-ig érhetők el.

• Az elektronikus kitöltéshez elengedhetetlen lakásonként egy kód, amelyet a számlálóbiztosok 2011. szeptember 27–30. között juttatnak el önhöz. A kód technikai segédeszköz, az egyedi azonosítást nem teszi lehetővé, az esetleges átfedések elkerülését szolgálja.

• Ha az ön otthonában nincs internetkapcsolat, felkeresheti a Szabó Ervin Könyvtár valamelyik kerületi fiókkönyvtárát.

Internetes elérhetőség:

Angyalföldi Kertvárosi Könyvtár 1131 Budapest, Mosoly utca 40/A

Radnóti Miklós Könyvtár 1133 Budapest, Pannónia utca 88–90.

Dagály utcai Könyvtár 1138 Budapest, Dagály utca 9.

A válaszadás hagyományos módja a papíralapú kitöltés

• Természetesen arra is van lehetőség, hogy a kérdéseket a papíralapú nyomtatványon válaszolja meg önállóan vagy a számlálóbiztos segítségével.

• A számlálóbiztosok magukat a részükre kiadott igazolvánnyal (lásd a képen) igazolják.

• Fontos, hogy az egy lakásban élők a kérdőíveken a válaszokat azonos módon, egységesen vagy papíron, vagy elektronikusan adják meg.

Részletesebb tájékoztatás

• A számlálóbiztosok személyét a Központi Statisztikai Hivatal 06 (80) 200-224 vagy a 06 (80) 200-014-es ingyenesen hívható telefonszámán ellenőrizheti! A telefonos ügyfélszolgálat 2011. szeptember 15. és november 8. között naponta (hétfőn is) 8 és 20 óra között működik.

• A KSH www.nepszamlalas.hu internetes oldalán részletesebb információ olvasható, és tájékoztató filmek tekinthetők meg.

A népszámlálás sikere mindannyiunk közös érdeke. Együttműködését köszönjük.



Díszdiplomás pedagógusaink

Családias hangulatban köszöntötték szeptember 13-án az ötven, hatvan és hatvanöt esztendeje végzett pedagógusokat az Angyalföldi József Attila Művelődési Központban.

A hét arany-, tizenhárom gyémánt- és szintén hét vasdiploma tulajdonosának a kerület vezetői – dr. Tóth József polgármester és Holopné Schramek Kornélia alpolgármester – a Smaragd teremben gratulált. A díszdiplomás pedagógusokat múltidézésre invitálta a polgármester, a barátságos hangvételű beszélgetést a régi idők emlékei tették meghitté.

A díszdiplomával a tanári pályán eltöltött több évtizedes eredményes munkát ismerték el. A polgármester elmondta: az oktatási és nevelési szférában a legszelebb palettát nyújtja a XIII. kerület ön-

kormányzata. A városrész iskoláit a szakosodás jellemzi, így mindenki megtalálhatja a számára legmegfelelőbb képzést, függetlenül

attól, hogy a reáltárgyakban erős, vagy a művészetekben szeretne elmélyedni vagy éppen a sport az élete középpontja.





Budapest Főváros
XIII. Kerületi Önkormányzat



Út az esélyhez – közösen az akadályok legyőzéséért...

Testünk épségét, személyiségünk jellemzőit génjeinkben rejlő örökölt információk tartalmazzák, amelynek kialakulása, fejlődése már az anyaméhben elkezdődik. Születésünk pillanatában környezetünk szembesül fizikai, szellemi adottságainkkal, amely meghatározó érvényű egy életen át.

Vannak olyan embertársaink, akik a gének sérülése folytán vagy baleset következtében veszítették el egészségüket, olyan életúton kell menniük tovább, amely akadályoztatja az élethez tartozó kapcsolatteremtési, ügyintézési szándékukat. Azonban egy út sem lehet hosszú, ha közös erővel, akaratlaltal segítünk, figyelünk egymásra.

Budapest Főváros XIII. Kerület Önkormányzata elkötelezett, és igyekszik mindent megtenni a közszolgáltatások komplex, a fogyatékossgal élő embertársaink számára megfelelő akadálymentesítés kialakításáért (infokommunikációs akadálymentesítés).

E cél megvalósítása érdekében a XIII. kerületi önkormányzat pályázatot nyújtott be a Nemzeti Fejlesztési Ügynökség Új Széchenyi Terv támogatási rendszeréhez a fogyatékossgal élő embertársaink esélyegyenlőségének javításáért. A pályázatot a bírálóbizottság támogatásra alkalmasnak ítélte, közel 15 millió Ft-ot biztosított a KMOP-4.5.3-10-11-

2011-0050 „Egyenlő esélyű hozzáférés a közszolgáltatásokhoz (akadálymentesítés) című projekt lebonyolítására.

A projekt az Európai Unió támogatásával, a VÁTI Magyar Regionális Fejlesztési és Urbanisztikai Nonprofit Kft. közreműködésével valósul meg.

A projekt a polgármesteri hivatal ügyfélfogadási helyiségeinek teljes körű akadálymentesítését szolgálja, lehetővé téve bármely típusú fogyatékossgal élő személy (mozgássérült, hallássérült, látás- vagy értelmi sérült) biztonságos közlekedését, tájékozódását, az információhoz való egyenlő hozzáférést.

Az esélyegyenlőség biztosítása érdekében a vakok és gyengén látók hivatali ügyeinek intézéséhez síkírásos, dombornyomású és Braille-írásos információs táblák elhelyezését, színekódolt táblák, illetve ikonok, könnyen értelmezhető szimbólumokkal kiegészített táblák, speciális fényjelzők, feliratok nyújtanak segítséget.

A siketek és a nagyothalló személyek számára hangos tájékoztató berendezések elhelyezése segíti a hivatalos ügyek intézését.

A polgármesteri hivatal gondot fordít a mozgásukban korlátozott embertársainkra is rámpa, akadálymentes parkoló kialakításával, amely a sérüléseikből adódó akadályoztatásokat enyhíti.

Önkormányzatunk mindezzel nemcsak a hivatalos ügyek lebonyolításának megkönnyítéséhez kíván hozzájárulni, hanem sérült embertársaink életminőségét, közérzetét is javítani szeretné.

Összességében a program célja egy olyan emberközpontú, szolgáltató helyi közigazgatás további korszerűsítése, fejlesztése, amely hozzájárul a társadalmi szemléletformálás javításához, egy olyan társadalmi környezet kialakításához, működtetéséhez, amely tiszteletben tartja a sokszínűséget, mentes a hátrányos megkülönböztetéstől.

KARÁCSONYI MAGDOLNA
PROJEKTMENEDZSER



Levelesládánkból

Szeptember 2-án reggel nagyon magas volt a vérnyomásom, rosszul lettem. Felhívtam az ügyeletet, és a vonal végén egy nyugodt hangú hölgy fogadott. Orosz Csilla ellátott jó tanácsokkal, hála neki, állapotom

stabilizálódott. Köszönetemet szeretném kifejezni az Esküvő köz utcai ügyeletet irányító csapatnak, felkészülten és szakszerűen látják el feladatukat. Ezenkívül köszönet az önkormányzatnak is, hogy a kerü-

letben élő embereknek lehetőségük van egész napos ügyelet igénybevételére. További jó munkát és sikereket kívánok!

KOVÁCS ZSUZSA



Változik a lakásfenntartási támogatás

A kormány legutóbbi döntésével 2011. augusztus 31-ével megszüntette a gázártámogatást, beépítve azt a lakásfenntartási támogatás rendszerébe. Azok a családok, akik eddig nem részesültek lakásfenntartási támogatásban, kérelmet nyújthatnak be.

Az új támogatási rendszer jogosultsági jövedelemhatárát a törvény 71 250 Ft-ban, az öregségi nyugdíjminimum 250 százalékában határozta meg, a korábbi 150 százalék helyett. A jövedelemszámítás alapja az egy főre jutó jövedelem helyett a háztartás fogyasztási szerkezetét kifejező fogyasztási egység lesz.

A lakásfenntartási támogatást elsősorban természetben kell nyújtani, a támogatás feltétele lett a vagyonvizsgálat. A vagyon mértékének megállapításakor az ingatlant, a járművet és a forgalomképes vagyoni értékű jogot kell figyelembe venni. E szabályozás miatt az eddigi jogosultak száma csökkenhet. Nem kell beszámítani a kérelmező által lakott ingatlant, az általa lakott ingatlanon fennálló vagyoni értékű jogot, a mozgáskorlátozottságára tekintettel fenntartott gépjármű értékét.

Mit is jelent ez kerületünkben?

A képviselő-testület méltányossági lakásfenntartási támogatás esetében eddig is a most megállapított értékhatárral számolt, így a kerületi állampolgárok több mint öt éve részesülnek e kedvezményben. Annak érdekében, hogy a gázártámogatás megszüntetésének kedvezőtlen hatását enyhítsük, a képviselő-testület a méltányossági lakásfenntartási támogatás jövedelmi határát megemelve, az öregségi nyugdíjminimum 270 százalékában határozta meg (76 950 Ft).

Az új feltételként megjelenő vagyoni helyzet vizsgálatakor lehetőség van méltányosságot gyakorolni.

Az önkormányzatnak továbbra is az a szándéka, hogy a családok lakásfenntartási költségeit indokolt esetben mérsékelje. Nehéz helyzetükben forduljanak hozzánk bizalommal.

BUDAPEST FŐVÁROS XIII. KERÜLETI ÖNKORMÁNYZAT

Modern fűtés-szabályozók

Mivel a lakóközösségeknek gondot okozhat az őszi és tavaszi időszakban a fűtés beindítása vagy kikapcsolása, ezért a FŐTÁV a legkorszerűbb megoldást ajánlja a közösségeknek. Azt a megoldást, amikor szeptember 15. és május 15. közötti időszakban a hőközpontok szabályozó elektronikája a külső hőmérséklet változása szerint automatikusan kapcsolja ki és be a fűtést. Ez az automatizmus azt jelenti, hogy a szabályozás a pillanatnyi külső hőmérséklet függvényében történik. Minél magasabb a külső hőmérséklet, a hőközpont annál kevesebb energiát szolgáltat az épületnek. Ha a külső hőmérséklet jelentősen megemelkedik, az automatika akár teljesen le is állíthatja a fűtésszolgáltatást, vagyis nincs fűtésienergia-felhasználás. Ez a korszerű szabályozási funkció jellemzően a tavaszi és őszi változókéony időszakban hasznos, mert ekkor nappalra automatikusan lekapcsol a fűtésszolgáltatás, éjszakánként, hajnalban pedig pár órára temperáló fűtést biztosít az igényelt belső hőfok megtartásának érdekében.

Az automatikus üzemviteli megállapodás választásával tehát nemcsak az épületek energiafelhasználását lehet mérsékelni, de az átmeneti időszakban nincs szükség fűtés indítás/leállításra vonatkozó rendelkezések megtételére, ezáltal időt, fáradságot és költséget takaríthatnak meg a közösségek. Az üzemviteli megállapodás módosítását a felhasználók képviselője vagy hőszolgáltatási megbízottja kezdeményezheti a területileg illetékes ügyfélszolgálati irodákban.

Újabb emléktábla Vigadó Szekszárdi utcaiak

Románné Goldzieher Klára neves grafológus emléktábláját szeptember 19-én egykori lakhelyén, a Hegedűs Gyula utcában avatták fel tisztelői. A magyar grafológia első kiemelkedő alakjának, a Magyar Írástanulmányi Társaság alapító tagjának érdeme, hogy a világon először hazánkban lett államilag elismert szakma a grafológia.

1928-ban szerzett diplomát a Magyar Állami Pszichológiai Intézetben. Publikációi már 1926-ban a Nyugat című folyóiratban megjelentek. Friss diplomásként elismert tagja volt a Magyar Pszichológiai Társaságnak. Nevéhez fűződik a Graphodyn nevű műszer, melyet Bálint Antal tanárral együtt, Herczeg Miklós és Szokol Hubert segítségével dolgoztak ki.

A Graphodyn egy olyan íróeszköz volt, ami pneumatikus átvitel útján, finom érzékenységgel regisztrálta az írásnyomás változásait, a nyomást megszakító szünetek tartamát és elosztódását is. Románné első könyve 1926-ban jelent meg Írás és egyéniség címmel. A háború elől előbb Nyugat-Európába, majd az Egyesült Államokba emigrált. Grafológiai kutatásait azonban lelkesen folytatta. 1943-ban jelent meg utolsó magyar nyelvű munkája, melynek címe: Ki vagy? Megmondja az írás. 1952-ben angol nyelven publikálta A kézírás: kulcs a személyiséghez című művét.



Átépített kutya-futtató

A Főkert Nonprofit Zrt. hamarosan befejezi a XIII. kerületben a Szent István parkban lévő kutya-futtató átalakításának munkálatait. A 70 folyó méter hosszú szakasz átépítésével mintegy 750 négyzetméternyi területtel növelték a meglévő kutya-futtatót. A futtatót körülvevő drótkerítést részben cserélték és kiegészítették, továbbá két kaput is beépítettek. Az átalakítással körülbelül 2 ezer 500 négyzetméteres helyet hoztak létre a négylábú kedvenceknek. A felújított kutya-futtatóban tornapályát, a kutyák számára ivókutat, valamint ebürülékgyűjtőket is elhelyeztek.

A munkálatokkal párhuzamosan a Pozsonyi út másik oldalán levő „Óraparcella” elnevezésű területen a külső kerítést elbontották.

Csonka Berta az Eb Ovo Egyesület képviselője elmondta: a kutya-futtató átépítése a civilek és az önkormányzat közötti tárgyalások eredménye. Fontos lépés afelé, hogy a kulturált kutyatartáshoz minden igényt kielégítő infrastruktúrát alakítsanak ki a városban.

METZ



Nemcsak a környék lakosságát, hanem kerületszerte egyre több érdeklődőt vonzott szeptember 10-én a Szekszárdi utcai vigasság.

Nietschné Mária 2009-ben szervezett először „nyílt napot” a konyhabútor stúdiójának megnyitójára alkalmából. Meghívta üzleti partnereit, és árubemutatóval kitelepülésre buzdította az utcában lévő többi bolt vezetőit is. Nem titkolt célja volt a rendezvénnyel: szeretett volna megismerkedni a környék lakóival, felhívni a figyelmet a városrészben működő kisboltokra. Közös beszélgetésszereplésre készíteni a vevőket és eladókat egy vidám, szabadidős programjának közben.

A megmozdulás olyan jól sikerült, hogy a következő évtől elnyerte az önkormányzat támogatását. Az utcában működő Angyalföldi Szociális Egyesület is csatlakozott a szervezéshez, mely bázispontja lett az egész napos rendezvénynek.

A sétálóutcává alakított területen kicsiknek, nagyoknak egyaránt



Munkában a főzőverseny zsűrije

akadt szórakozás. A színpadon egymást váltották a zenés-táncos produkciók. A felállított bográcsok alatt ropogott a tűz. A főzőverseny bíróját, Borszéki Gyula alpolgármester ízlette a finomabbnál finom-

mabb ételkülönlegességeket. Úgy tűnik, kerületünk e részén is a közös civil célok és érdekek találkozása kialakított egy új tradíciót.

(LÁ)

Az Angyalföldi út 36–38. számú társasház lakói közül ketten, Simon Gyula és Jakócs Margit színes festményeivel – expresszív megoldásokkal készített tájképekkel, városrészletekkel – kedveskedett a szomszédoknak. A ház belső udvara egy napra kiállítóterré változott, ahol ötven festményt tekinthetett meg a lakóközösség és az utcáról betérő érdeklődő. A képek nagy részét alkotó 76 éves Simon Gyula bácsi mesélt a tárlatról: „Boros Dezsőné közös képviselő és a házban élő festők kezdeményezésére tavaly rendeztünk először kiállítást a társasházban. Egy festőnek az a dolga, hogy a szépséget megossza a közönséggel. Reméljük, kezdeményezésünkkel több lakóhelyen is rendeznek hasonló tárlatokat.

Képek a lépcsőházban



Kiegyensúlyozott gazdálkodás

A képviselő-testület első őszi ülésén számolt be az önkormányzat első féléves gazdálkodásáról dr. Tóth József, kerületünk polgármestere. A stabil, kiegyensúlyozott pénzfelhasználásról szóló beszámolót a képviselők ellenszavazat nélkül elfogadták.

Hitelfelvétel nélkül

A kerület 2011. évi eredeti költségvetésében tervezett közel 22,5 milliárd forint bevételi előirányzata az első félév végére valamivel több mint 27 milliárd forintra emelkedett. Az első félévben az önkormányzat feladatait a megszokott jó színvonalon elvégezte, folyamatos fizetőképességét – eddigi pénzügyi gyakorlatához híven – hitelfelvétel nélkül fenntartotta, időarányosan a tervezett bevételek 50,2%-át, a kiadások 38,2%-át teljesítette. Az intézmények gazdálkodása stabil, kiegyensúlyozott volt. Egész évre tervezett működési bevételeik 68,4%-át szedték be, kiadási előirányzataik 50,1%-át használták fel, az önkormányzati támogatás teljesítése 48,7%-os. A II. félévben a zavartalan működést a költségvetésben jóváhagyott előirányzatok és a felmerülő indokolt többletigények kielégítésére szolgáló költségvetési tartalékok biztosítják. Az önkormányzat hivatalának bevételei időarányosan, a tervezettnél megfelelően 52,8%-ban teljesültek. Az igénybevett kiadási előirányzatok aránya 32,2%. Az első félévben megkezdett intézményi beruházások jelentős része az őszi iskolakezdéshez igazodva készült el.

Néhány példa

A költségvetés széles körű feladathalmazából a tanév elején érdemes kiragadni né-

hány adatot. Az oktatási intézmények gazdálkodásának első félévi mutatói azt tükrözik, hogy a jóváhagyott költségvetési előirányzatok 2011. I. félévében biztosították a színvonalas oktatás feltételeit. A 6,9 milliárdos módosított előirányzat felhasználása 49,5%-os volt. Az óvodákban, iskolákban havonta átlagosan 7228 gyermek étkezik. Étkezési kedvezményben az étkező gyermekek 45%-a részesül. Valamennyi szociálisan rászoruló és normatív támogatásra jogosult gyermek étkezési lehetősége biztosított volt. De jutott pénz például a Földrajztanárok Egyesülete által szervezett XIII. kerületet bemutató programra, az óvodavezetők tanulmányútjára, a margitszigeti napközis tábor eseményeire, a varsói cseretáborra, a városrészben működő sportegyesületek utánpótlás- és szabadidősporttevékenységének támo-

gatására. Közel 4000 utánpótláskorú sportoló felkészítését és versenyeztetését segíti a kerület.

Megvalósított ígérek

Mit mond az első féléves gazdálkodásról dr. Tóth József, kerületünk polgármestere?

– Amikor 2011. február 10-én képviselő-testületünk elfogadta a költségvetésünket, abban maradtunk, hogy az stabil működést, megfontolt fejlesztést fog biztosítani a kerület intézményeinek. Arra tettünk ígéretet, hogy a nehéz gazdasági helyzet ellenére kerületünkben az ellátás színvonala nem fog romlani. Betartottuk ígéretünket, sőt!

Még a múlt évben elhatároztuk, hogy bővíteni fogjuk szolgáltatásaink körét. Ezt is megvalósítottuk. Szociális kiadásainkat, a segélyezésre és a rászorulókat támogatására fordítható keretet erre az esztendőre megnöveltük, 28,5%-kal bővítettük. A jelentősen megnövelt összeg időarányos felhasználása összességében 51,7% volt. Februári ülésünkön azt is ígértük, hogy költségvetésünk stabil lesz, hatékonyan, hitelfelvétel nélkül, takarékosan hajtjuk végre feladatainkat. Ezeket az ígéreteinket is betartottuk. Az év első hat hónapjában sem vettünk fel hitelt működésünkhöz. Bevételeink időarányosan teljesültek. A fegyelmezett, takarékos gazdálkodás mellett nem mondtunk le intézményeink korszerűsítéséről, új beruházások megvalósításáról. Az első félév kiemelkedő eseménye volt a Radnóti Miklós Művelődési Központ átadása és a Gondozóház tetőfelújítása. Megvalósult a Futár Tagóvoda felújítása, a Zöld Ág Óvoda a rekonstrukciója, az Üteg Utcai Óvoda kialakítása. A közeljövőben adjuk át a Hajdú utcai bölcsődét és a Petneházy utcai családi napközit. Idén is folytatódott, folytatódik a kerületi úthálózat felújítása, amire – érthetően – a nyári kezdés volt a jellemző, remélhetőleg év végére teljesülnek a tervezett munkák.

Stabil háttér

– Jól tudjuk, nem könnyű hónapoknak nézünk elébe – hangsúlyozta a polgármester. Mégis úgy ítélem meg, hogy költségvetésünk stabil háttérrel ad a magunk elé tűzött idei feladatok megvalósításához. A biztonságos gazdálkodáshoz megfelelő pénzügyi háttérrel rendelkezünk, mind az intézményeknél, mind a polgármesteri hivatalnál. Az összes kiadás 7,6%-át meghaladó nagyságú tartalék a sok bizonytalanság közepette biztosítékot nyújt az önkormányzat nyugodt működéséhez, valamint az év második felében is a kötelezően előírt és önként vállalt feladatainak színvonalas ellátásához.

J.G.



Az első félév kiemelkedő eseménye volt a Radnóti Miklós Művelődési Központ, ezen belül az Őszikék Nyugdíjasklub átadása



Jutott pénz például XIII. kerületet bemutató programra, az óvodavezetők tanulmányútjára, a margitszigeti napközis tábor eseményeire is

Angol–magyar kétnyelvű óvodai csoportokat hoztak létre a Pitypang Tagóvodában. A gyermekcsoportokat az óvoda új épület-szárnyában helyezték el szeptembertől. A program célja, hogy a kicsik jó alapokat kapjanak az angol nyelv elsajátításához.

A szülői igények és a kerület oktatáspolitikai koncepciója is megegyezett abban, hogy az önkormányzat olyan óvodai csoportot szervezzon, ahol a kicsik az anyanyelvükön kívül más idegen nyelvvel is ismerkedhetnek. A korai idegennyelv-elsajátítás ugyanis alapja lehet a későbbi eredményes iskolai nyelvtanulásnak.

Nem hagyományos nyelvoktatás

A Manó-Világ Kétnyelvű Óvodai Programot átvéve, a Pitypang Tagóvodában hoztak létre két óvodai csoportot, ahol a délelőtti tevékenységek idején angol nyelvet is hallhatnak a kicsik. A módszer lényege, hogy a gyermekek nem hagyományos nyelvoktatáson vesznek részt, hanem a magyar óvodapedagógiai elvek szerint összeállított játék közben sajátítják el az idegen nyelvet. – Ez a tanulási forma igen hatékony, ugyanis a kisgyermekeknél az artikulációs bázis, a testbeszéd megértése, az utánzási képesség, az anyanyelv elsajátításához szükséges tanulási és kommunikációs mechanizmusok, továbbá a nyelvi szabályok rendszerének érzékenysége sokkal aktívabb, mint a későbbi gyermekévekben – magyarázta Erdélyi Nóra, a Pitypang óvoda új részlegének szakmai vezetője.



Pedagógusok Angliából és Amerikából

Tehát a módszer az angol nyelv elsajátítására épül oly módon, hogy a csoportokban a XIII. Kerületi Egyesített Óvoda nevelési programja érvényesül, amelyet kiegészít az angolul történő kommunikáció. A két csoportban huszonöt-huszonöt csemete párhuzamosan hallja az angol és a magyar nyelvet reggel fél 8-tól délután 1 óráig 11 hónapon keresztül.

Az óvodában a 2011/2012-es nevelési év megkezdése előtt közös felkészítő tréninget tartottak a magyar és az angol pedagógusoknak, továbbá az évkezdéstől hetente megbeszéléseken egyeztetik a délelőtti pedagógia tartalmát. A kicsikkel való foglalkozás jó részét még a gondozási teendők teszik ki, ezért inkább a csoportokban sza-

bad játék közben, étkezéseknél és az udvaron hallják két nyelven a kéréseket, kifejezéseket.

Az angol anyanyelvű férfi pedagógusok közül az egyik Angliából, a másik az Egyesült Államokból érkezett. Mindketten itt élnek a fővárosban, és hosszú távra rendezkedtek be Budapesten. A tervek szerint a kiscsoporttól a nagycsoportig egy angol pedagógus viszi végig a csoportokat a magyar óvodapedagógusok mellett. A jövőben bővítik az angol anyanyelvű pedagógusok létszámát, ugyanis az elképzelések szerint jövőre kettő, két év múlva újabb két csoportot indítanak.

Szakértői támogatás, módszertani segédanyagok

Azt gondolhatnánk, hogy többségében olyan szülők írták be

gyermeküket az óvodába, akiknél az egyikük angol vagy más anyanyelvű. Erdélyi Nóra rácafolta erre, a szülőpárok közül a többség magyar. – Nehéz megmondani pontosan, hogy a kicsik milyen szinten fogják elsajátítani az angol nyelvet az óvodáskor végére. Ez függ többek között a gyermek fejlődési ütemétől, képességeitől. A cél az, hogy az óvodából kikerülve a gyermekek egyszerű angol mondatokban kommunikáljanak, és meg is értsek azokat. Mondókákat, verseket, dalokat tudjanak, és az életkoruknak megfelelő szókinccsel rendelkezzenek angol nyelven is – mondta Erdélyi Nóra.

A programban külsős szakértőként a módszer képviselője, dr. Kovács Judit, az ELTE Tanító- és Óvóképző Karának docense is részt vesz. Egy évben négy alkalommal látogatja meg az óvodát, és értékeli a módszer eredményességét. A program „gondozója”, a Manó-Világ Kft. vezetője segíti az angol pedagógusokat, szakértői támogatást, módszertani segédanyagokat is biztosít számukra. Erdélyi Nóra szakmai vezetővel közösen figyelemmel kíséri, segíti a magyar és az angol pedagógusok közötti munka hatékonyságát.

Magánóvodák térítési díjának töredéke

Vida Péter színművész kisfia, Bálint a kétnyelvű óvoda Póni csoportjába jár. A kisiút mindenképpen olyan óvodába szeretnék volna íratni, ahol játékos formában nyelvi képzésben vehet részt a csemete. Keresték a megfelelő intézményt, és végül megtalálták

a Pitypang Tagóvodát, amelynek új épületszárnyában kapott helyet az „angolos” óvodai csoport. – Nem volt kérdés, hogy ide írattuk a kicsit. Tudtuk, hogy az angol nyelv elsajátításának lehetősége, az óvoda kialakítása, az udvar, a játszószerkezték mind-mind élményt jelentenek majd Bálintnak. A döntésünkben az is közrejátszott, hogy a Pitypang oviban a magánóvodák térítési díjának töredékéért vehet részt a gyerek kétnyelvű képzésben – tájékoztatott Vida Péter.

A szülők feltett szándéka, hogy az óvoda után is folytatódjék Bálint nyelvi képzése.

– Remélem, hogy mire Bálint kijárja az óvodát, létrehozzák a két tannyelvű általános iskolát a kerületben, és be tudjuk íratni a fiamat. A nővére mellett, aki már két tanítási nyelvű általános iskolába jár, szinte „ragad” a nyelv Bálintra, neki már most sem jelent gondot angolul tízig elszámolni. Mark, a csoport angol anyanyelvi nevelője remek játékos foglalkozásokat tart, a gyerekek észre sem veszik, hogy az anyanyelvükön kívül másik nyelvet is elsajátítanak. Reményeink szerint, mire Bálint kijárja az ovit, megérti az angolul feltett kérdéseket, úgy kommunikál, ahogy egy angol anyanyelvű hat éves is teszi – mondta végezetül a színművész.

A program és a kitartó szakmai munka garancia lehet arra, hogy szülői együttműködéssel a kicsik felnőtt korukra használható nyelvtudás birtokában legyenek. A szülőknek az óvoda végén érdemes tehát olyan iskolát választaniuk, ahol gyermekeik tovább „csiszolhatják” angolnyelv-tudásukat.



Jövők-megyék 47.

Költözöm. Vagyis hát ez így, ebben a formában pillanatnyilag még nem felel meg a valóságnak, inkább csak arról van szó (de arról minden körülmények között), hogy a költözés, mint lehetőség, szóba jött. Nem egyszerű egy ilyen döntés, és – ahogy nagyszüleim mondták, télikabát-vásárlástól fölfelé – egy életre szól. Ezer és egy dolgot kell az embernek figyelembe venni az új lakást illetően, hogy legyen napos, világos, nézzenek zöldre az ablakok, ne legyen zajos, de ne legyen távol az eseményektől, legyen elég a belmagasság meg a külmagasság, legyen rendezett házban, de azért ne legyen ott túl sok lakó. Ja, és legyen lift is, feltétlenül, hiszen előbb-utóbb eljön az idő, amikor az ember már nem lesz olyan fürge, mint amilyen már most sem. Egyszerűleg legyen minden tekintetben remek, de ne kerüljön sokba.

Adolog már önmagában sem egyszerű tehát, s ehhez még képzeljék hozzá az én nemesen emelkedett konzervatívizmusomat, hogy ragaszkodom mindahhoz, amit megszoktam, az ebédlőasztal ültetési rendjétől a sarki pékségen át a nap-sugarak beesési szögéig. És ha lehet, mindez szeretett tizenharmadik kerületemben történjék – el lehet képzelni, mily könnyű velem egyszerre mozdulni.

Azt kell tudni még, hogy legutóbb negyedszázada tettem ilyesmit. Akkori szokásokhoz voltam tehát kalibrálva. Hogy az ember megveszi pénteken az Express újságot, kiolvassa a megfelelő hirdetési rovatot (ötmillió alatt, ötmillió felett, csere stb.), aztán levelet ír a feladónak „Tavaszi remény” jelígre a hirdetőbe.

Aztán vár, majdcsak lesz valahogy.

Ehhez képest ma bizony másképpen van. Jószerivel még épphogy elhatároztam a dolgot és alighogy rákattintottam az egyik vonatkozó internetes honlapra, már csengett is a telefon. És azóta is cseng, cseng, cseng, megállíthatatlanul. Néha az a benyomásom, hogy Magyarország valamennyi lakásdílere nekem akarja eladni teljes készletét. (Mert – mondom azoknak, akik nemigen költöztek az elmúlt két évtizedben – manapság már nem a tulajdonos adja el az ingatlanát, hanem erre szakosodott cégek lelkesnek látszó alkalmazottjai, busás részesedés fejében. Hogy miért van ez így, ne tőlem kérdezzék, de hogy így van, ahhoz nem fér kétség.)

Azt persze hallottam, hogy kínálati piac van, de azt nem gondoltam, hogy ennyire. Mondom, mióta felrémlt bennem az új lakás ötlete, nincs más dolgom, mint időnként felvenni egyre csak csörgő telefonomat. Vagy megnézni e-mailes

üzeneteimet. Aztán dönteni, hogy melyik ajánlatot tartom érdekesnek a megtekintésre. Komolyan mondom önöknek, manapság nincs irigyeltebb státus a reménybeli lakásvásárló státusánál. [Kedvemet egyáltalán nem szegi, legfeljebb árnyalja, hogy a vételhez előbb nekem is el kell adnom korábbi (tkp. jelenlegi) lakásomat. Hogy arra egyáltalán nincs kereslet, igaz: de ez legyen a holnap gondja. Előbb sütkérezek még kicsit a reménybeli vevő szerepében, búslakodni ráérünk később is.]

Mert ez a helyzet egy ilyen jövő-menő embernek, aki ráadásul szívesen veszi az írnivaló állapotokat, egyszerűen aranybánya. Már az ügynökökről is regényt lehetne írni, komolyan. Van a profi, aki úgy csinál, mintha szívességet tenne, hogy megmutatja nekem az ingatlant, és úgy tud dicsérni egy félig beomlott kaminlyukat, hogy már attól kitör az emberből a vételi szándék. Aztán van a lelkes, aki mindent csodálatosnak tart, az északi fekvésű szuteréntől, mert szerencsére sosem süt be oda a nap, a déli fekvésű sufniig, mert oda meg mindig. „Uram, én megtaláltam álmai lakását!” – lihegi naponta többször is a telefonomba, olyan odaadással, hogy nincs szívem nemet mondani a láthatást illetően. Aztán van az örök lúzer, aki elkésik, elveszti a kulcsot, és már a lépcsőházban lebeszél az egészről.

És aztán ott vannak a lakások – az megint egy külön tanulmány, miféle fortélyokkal próbálják egyesek eladni ingatlanjukat. Gondolták volna például, hogy a Tatai út csendes, hogy a Béke tér Angyalföld szíve, és hogy az Esztergomi utca a Szent István park közelében lelhető fel. Láttam egy lakást, melyet szeparáltak hirdettek, s melyhez két hosszú padláslépcsőn keresztül lehetett eljutni, láttam olyat, mely Dunára néző ablakkal kecsegtetett, ami a gyakorlatban annyit jelentett, hogy ha a spejzablakon kipréselem a fejemet és oldalra fordítom, arrafelé sejtethetem a folyamot, láttam „két családnak alkalmas” lakást, melyben el volt falazva a szobák közötti ajtó, és „fiatalos, bohém” megoldást, mely voltaképp beépítetlen padlásteret jelentett.

És persze láttam csodaszép lakásokat Újlipótvárosban éppúgy, mint Vizafogón vagy Angyalföld kertvárosi részein. Többségük meg is felelt volna, talán csak az árukból kellett volna néhány nullát lefaragni. Vagy az én bankszámlámhoz ragasztani néhányat.

Most ezen dolgozom.

Aztán már költözöm is.

JOLSVAI ANDRÁS

Veszélyes-hulladék-gyűjtés

Felhívjuk a tisztelt lakosság figyelmét, hogy az önkormányzat a már hagyományossá vált lakossági veszélyeshulladék-gyűjtési akcióját október 1-jén szervezi meg.

Az akcióban a következő hulladékokat lehet díjmentesen leadni:

- savas akkumulátorok, szárazelemek, gomelemek,
- folyékony és szilárd növényvédő és rovarölő szerek,
- lejárt szavatosságú gyógyszerek,
- festék- és lakkmaredek, szerves oldószerek, festékes textíliák, ecsetek,
- fáradt olaj, olajsűrűk, levegősűrűk, olajos textíliák, olajos flakonok, használt sütőzsírok és olajok,
- elektromos és elektronikus berendezések (háztartási gépek, televízió, számítógép, mobiltelefon stb.).

A gyűjtési akcióban csak a háztartásokban keletkezett, felsorolt fajtájú hulladékokat veszik át.

Az április 16-i hulladékgyűjtés helyszínei és időpontjai:

- Lehel Csarnok mögött (Bulcsú utcai park) 8.00–11.30,
- Herman Ottó Általános Iskola (Radnóti u. 35.) 10.30–12.00,
- József Attila tér 12.00–13.00,
- Váci út 132. szám előtti parkoló 12.30–13.30,
- Béke tér (a polgármesteri hivatal parkolójában) 13.30–15.00,
- József Attila Színház (Déryné köz–Angyalföldi u. sarok) 14.00–15.00.

Számítunk a lakosság aktív közreműködésére!

XIII. KERÜLETI ÖNKORMÁNYZAT

Nem minden hulladék szemét



A szelektív hulladékgyűjtés mára hazánkban is szimpatikus mozgalommá vált. Követőkre talált szinte valamennyi korosztályban. Az akció résztvevőinek három csoportját és indíttatását szeretném kiemelni.

Sokan vannak, akik az otthonukban felgyülemlett hulladékot alkalmanként leviszik a kihelyezett szelektív gyűjtőkbe.

A szemétszállító teherautók speciális hidraulikával felszerelve a reggeli órákban érkeznek és kiürítik a nap folyamán megtelt műanyag gyűjtőtartályokat.

A problémát a kettejük között „tevékenykedők” okozzák, akik kiöntik-összetörlik és átválogatják a tartályok tartalmát. Remélik, akad bennük olyan, amit még hasznosítani tudnak.

Az eredményét mi is látjuk az ablakunkból, ... a játszótérről ... a Duna-parti sétányról...

Máshol, ahol karám öleli a szelektív gyűjtőket, ott általában jobb a helyzet.

Kicsit „bűzös” a téma, de a jóérzésünk megőrzése érdekében nem kell kerülgetni.

Megkérdeztem a Környezetgazdálkodási Közhasznú Nonprofit Kft. ügyvezető igazgatóját, *Helembai Mihályt*, aki készségesen tájékoztatott: ismerjük a problémát és folyamatosan próbáljuk a hatékony ellenszerét kitalálni. A jelenlegi gyűjtőhelyek felét már önkormányzati költségen lekerítettük. Budapesten a Fővárosi Köztisztasági Hivatal feladata a tárolók körül kitakarítani. Jó a kapcsolatunk velük, minden jelzésünknek igyekeznek eleget tenni, de tény, hogy gyakran lépéshátrányban maradunk. Enyhíteni próbáljuk a helyzetet a három kiemelt nemzeti ünnepünk előtt, amikor külön megrendeljük a takarítást, hogy alkalomhoz illően, még tisztább legyen a kerület.

L.Á.

MINŐSÉGI SZÉP

FENYŐBÚTOR

Egyedileg, méretre, színre, határidőre!

SZIGEDI BÚTORHÁZ
1134 Budapest, Lehel u. 4/b.
Telefon: +36 (1) 237-0510
www.szigedi.hu

KUPON
2011. 09. 30-ig
Keressen minket!

-9%

A beilleszkedési gondokon segítettek

Sikeres nyári mentálhigiénés táborok

Szép eredményekkel zárultak a Heim Pál Gyermekkórház Faludi utcai Mentálhigiéniai Központja által szervezett nyári mentálhigiénés táborok. Erről dr. Rigler Ilona osztályvezető főorvos, a központ vezetője számolt be lapunknak. Mint mondta, először az idén adódott alkalom arra, hogy ilyen táborokat hirdessenek meg, a siker nyomán azonban remélik, hogy jövőre lesz lehetőségük a folytatásra.

A négy különféle korosztályú csoport egy-egy hétig tartó napközis terápiás foglalkozásai a Faludi utcai épületben, illetve annak udvarán zajlottak. Az óvodás csoportban zömmel iskolakezdés előtt álló kicsik vettek részt. Volt ezenkívül alsós, felsős és középisikolás csoport.

Napjainkban sok a szorongó gyerek, akik számára nehézséget jelent a kapcsolatteremtés, a kortársak közé való beilleszkedés, emiatt az első osztályban komoly gondjaik lehetnek. De az alsós és felsős gyerekek között is sok a magatartászavaros, aki nehezen találja a helyét a közösségben. A kamaszok életében a családi problémák, esetleg a barátság és a szerelem okozhat különféle válságokat. Az utóbbiak számára meghirdetett élményterápiás foglalkozások célja az önismeret fejlesztése volt.

A mentálhigiénés tábor a gyerekeknek olyan intenzív együttlét volt, amely fölött egy-egy több hónapos terápiával. A részvétel ingyenes volt, a szülőknek kizárólag az ebédre kellett gondoskodniuk. A gyerekek viszont új élményekkel

és barátokkal gazdagodtak. Célzott gyakorlatokkal, játékokkal, megfelelő kezelésekkel komoly javulást lehetett elérni náluk.

A foglalkozásokat Galambosi Elvira, Nyitrai Mónika és Vetier Panni pszichológusok, valamint Üveges Tamás szociális munkás tartotta, akiknek a munkáját Moldoványi Eszter és Móricz Hajnalka gimnazista, illetve egyetemista önkéntes, valamint Reményi Marcsi asszisztens segítette. Egy-egy csoportban átlagosan tíz-tizenöt gyerek vett részt: a kicsik között többségben voltak a fiúk, míg tízéves kor fölött már kiegyenlített a nemek aránya.

Az óvodás csoport foglalkozása már január óta zajlott. A vezetők úgy látják, hogy a nyári terápiás tábor komoly előrelépést hozott, amire a következő hónapokban tudnak majd alapozni. Például volt olyan kislány, akit azelőtt alig lehetett szóra bírni. Ma már ott tart, hogy szívesen beszél és aktívan részt vesz a csoport munkájában. Más gyerekeknél nem a „megnyitás”, hanem éppen ellenkezőleg, a visszafogás a cél. A gyermekek terápiás munkája aligha lehet eredményes a szülők segítségével, ezért nagy hangsúlyt fektetnek a szülőkkel való rendszeres konzultációra is.

A középisikolás csoportot igazi sikertörténetnek nevezik a vezetők. A részt vevő fiatalok azelőtt nem ismerték egymást, napról napra alakult és mélyült a kapcsolatuk, míg végül péntekre olyan otthonos, befogadó közeg alakult ki, amelyben a fiatalok személyes

gondjaikat is képesek voltak megosztani egymással. Barátságok születtek, amelyek egy része valószínűleg meg is marad.

Balog Emese, a lassan hatéves T. Olivér édesanyja szerint az egyhetes tábor mindenképpen eredményes volt. Kisfia folyamatosan fejlődött a bő két év alatt, mióta kezelésre, illetve csoportba jár. Olivér korábban az óvodában nem tudott aludni, és nem játszott társaival, inkább félrehúzódott. Sőt, nemegyszer komolyan megijedt, ha egy gyerek közeledett hozzá. A Faludi utcai szakemberek derítették ki az okot: a kisfiú viselkedését az Asperger-szindróma okozza.

Az egyhetes tábor a januárban tíz kicsivel indult csoport szerves folytatása volt sok rajzolással, báb- és szituációs játékokkal. A terápiás alkalmakon túl a gyerekeket elvitték állatkertbe és játszótérre, továbbá lehetőségük volt terápiás kutyával is találkozni. Olivér, aki eddig messziről elkerülte az ebeket, már nem fél tőlük. Ma ott tart, hogy szeret óvodába járni, ott is alszik, sőt társai között már barátokra is lelt. Balog Emese abban reménykedik, hogy a nyári tábornak lesz folytatása. Kisfia számára ez azért is nagyon fontos lenne, mert egy év múlva megy iskolába.

A pszichológusnak készülő Moldoványi Eszter, aki most harmadikos gimnazista, önkéntes segítőként dolgozott a felsősök csoportjában. Előbb azonban a középiskolásoknál szerzett gyakorlatot. Mint mondja, sok érdekes tapasztalattal gazdagodott. Meglepte például, hogy azoknak a tíz-



tizennégy éves gyerekeknek, akik szóban nehezen fejezték ki érzelmeiket, egy egyszerű ütős hangszeren mindez olyan jól sikerült, hogy társaik is pontosan értették, mit is akartak „mondani” a hangokkal.

Külön élményt jelentettek Eszter számára a foglalkozási órák közötti szünetek, amelyek fontos kapcsolatteremtő szerepet is betöltöttek. Elgondolkodtató tapasztalatokkal szolgált a terápiás kutya

is, amely boldogan kapott a gyerekek által a szájába dobott virslifalatokon.

Moldoványi Eszter ismét jelentkezne önkéntesnek, ha jövőre is lennének hasonló, egy- vagy akár kéthetes mentálhigiénés foglalkozások. Addig is kíváncsi arra, vajon hogyan alakul az ideai csoportban részt vett felsős gyerekek további sorsa.

CSOP VERONIKA

Bejárta a világot – a dalaival. Varga Lőrinc szerzeményeiben benne lüktet a lelke, az érzékeny, romantikus, finom belső világa. Margitsziget rózsái, Mindig várlak, Hiányzol még!, Párizsi emlék, Megkésített virágok. Még ha néha szomorkásak is, e szerzeményekben ott rejlik a derű, amely Lőrinc úr sajátja. Nevét a szája a bajusza alatt, nevet a szeme, nevet az egész lény. „Tudja, mit szeretnek az emberek? – kérdezi. – Enni, szerelmesnek lenni és dalokat hallgatni.”

Lőrinc úr annak idején sokat járt ki kedves Margitszigetére, ahol séta közben egy szép napon beugrott neki később híressé vált dalának címe: Margitsziget rózsái. De nemcsak a cím, a melódia is jött hozzá magától. Pedig Lőrinc úr nem járt semmilyen zeneiskolába. A Tolna megyei Simontornyan született, első komoly sikereit az atlétika terén aratta. Először olimpikon akart lenni, majd csillogó színészi pályáról szövegetett terveket, aztán híres énekesként látta magát a rivaldafény-

ben. Végül esztergályosnak tanult, később pedig rendezvényeket, szórakoztató műsorokat szervezett a Művelődési Minisztériumban.

Tehát csak szerette a muzsikát, de nagyon. Kamasz fiúként a Beatlesért, az Illésért, az Omegáért, Kovács Katiért rajongott. Az ő példájuk lebegett a szeme előtt. És Varga Lőrinc nem az a fajta ember, aki lemond az álmáról.



Dalai utazzák be helyette a világot

1984-ben jött ki az első lemeze, egy bakelit

Pepita. A Hallod a ritmust az A oldalon, és a Mindig várlak a B-n. A zeneszerző külön büszkesége, hogy a korongon a neve Tahi-Tóth Lászlóval együtt szerepel, aki később a Margitsziget rózsáit is énekelte.

A Hiányzol még! című szám, amely az Endrődi Évával készített önálló lemezükön hallható, messze földre eljutott. Az énekesnő így írt erről egy képeslapon Melbourne-ből: „Szia Lőrinc, köszönöm a szép dalt, nem hiszed el, hogy itt, Ausztráliában milyen nagy sikere van!” Lőrinc úr dagadó mellel mutatja a Rák Kati klipjeit tartalmazó lemezt: az ő szerzeményei vannak azon is. A Pá-

rizsi emlék pedig bekerült a francia állami televízióba. De a dalok Amerikába is eljutottak. Clevelandben a 2006-os kíváncsi lista két vezetője a Margitsziget rózsái és a Kisfiú című szerzemény lett.

„Nincs rengeteg számom – mondja Lőrinc úr. – De ami van, az 54 tévéadásban szerepelt 2005-ben. Úgy örültem, mint focista a góljainak.”

Lőrinc úr nem utazik a szerzeményeivel külföldre. Pozsonyban és Prágában járt csupán, mint turista. „En csak azt akartam, hogy a dalaimat ismerjék meg. Elértem a célokat: amatőrként bekerültem a nagyok közé. Ez a legnagyobb büszkeségem.”

RADOS VIRÁG

Találd ki!

Lábam egy van, bordám több van, helyem itt van, helyem ott van. Napos időn otthon hálok, borús időn utcán járok. Mi az?



Kedves gyerekek! A találós kérdés megfejtését szeptember 26-ig várjuk az elérhetőségeinkre. A helyes megfejtők között a XIII. Kerületi Közművelődési Nonprofit Kft. jóvoltából gyermekprogramokra szóló jegyeket sorsolunk ki. Az előző számuk megfejtése: mókus, nyertesünk Juhász Bálint. Gratulálunk!



Indián Joe

Ember- és kutya barát kultúrkocsmá

Elege van a szokványos vendéglátó műintézmények füstös alkoholmámorából és a részeg gajdolásból? Akkor a *Limonádé Joe* az ön helye. Kultúrkocsmá a *Pannónia utca 13.-ban*, füst- és alkoholmentes kivitelben. A frissen csapolt, habzó nedű íze ugyanolyan, mint bódító társáé, akárcsak a borok zamata. A cabernet-ből és a chardonnay-ból úgy vonják ki az alkoholt, hogy az eredeti aroma megmarad. Pezsgők és kávéfélések, teák szintén várják a nagyerdeműt – mondja Hegedűs „Indián” László, a gazda. A Limonádé Joe keddtől vasárnapig, reggel 10-től este 10-ig zenei és irodalmi programokkal is szolgál. Indián, a kocsmáros minden zenészt ismer, és akit tud, meghív fellépni. A hely ember- és kutya barát, hiszen Csoki, a gazda és a gazdasszony sötétbarna cocker spánielje is farkcsóválva flangál a vendégek között.

Szeptember 25-én, vasárnap 18 órai kezdettel Irodalmi mozaikok címen Hámori András író egy- és többperces írásaiból tartanak felolvasást a szerző és Tatár Rózsa író-előadó. A novellák között Illés Norbert gitármuzsikájában gyönyörködhetnek a nézők.

R. V.

Segítsen embertársain!

A Magyar Vöröskereszt nyilvános véradást szervez szeptember 23-án 12–18 óráig a Duna Plazában. Ha ön egészséges, elmúlt 18 éves és még nem töltötte be 60. életévét, jöjjön el a véradásra. Nagyon fontos, hogy hozza magával személyi igazolványát, lakcímkártyáját és tájkártyáját. Segítségét előre is köszönjük beteg embertársaink nevében.

Olcsó ruhavásár

A Magyar Vöröskereszt XIII. Kerületi Szervezete olcsó, jó minőségű női, férfi-, gyerek-, új és használt ruhával, cipővel várja kedves vásárlóit szeptember 26-án 9–17 óráig, 27-én 9–14 óráig a Váci út 67.-ben.



A vén menyét és az egerek



Mikor a menyét megöregedett, ifjúságával együtt odalett régi fárge-sége és kivételes ügyessége is. Még az egerek is bátran kigúnyolták, hiszen már nem volt elég gyors ahhoz, hogy elkapja őket. Megelégedte ezt az öreg menyét, fogta magát, és belebújt egy liszt-eszsákba. Jó alaposan

befedte minden porcikáját liszttel, még az orra hegye sem kandikált ki. Amint az egerek felfedezték a zsákot, már tódultak is, hogy megdézsmálják a lisztet. Volt is nagy lakmározás, de nem az egerek tömték meg a hasukat, hanem az okos menyét, aki minden egeret megfogott, aki a liszt közelébe merészkedett.

Bizony, bizony. Ha gyengébb vagy, mint mások, éles eszeddel tadsz fölédük kerekedni.

Klasszikus állatmesék, Szalay Könyvek, 2006

A mesét átdolgozta:

Szabó Zsolt

Rajz:

Jenkovszky Iván

© Pannon-Literatúra Kft.

www.szalaykonyvek.hu

Organikus környezet



Gergely Nóra, Soós Andrea, Szász Károly és Tomas Opitz kiállítása Organikus környezet címmel az épített és újratermészelt környezet különböző aspektusait mutatják meg. Az assemblage-művész, az ékszertervező, az üvegiparművész és a fotós mind más és más aspektusát tárja elénk mindennapi életünknek. A tárlat október 5-ig látogatható az Újlipótvárosi Klub-Galériában (Tátra utca 20/B). Bővebb információ a www.kult13.hu weboldalon olvasható.



Tévhitek a cukorbeteg étrendről

Semmi kétség, a cukorbetegség kezelésének kitanulása majdnem felér egy új szakmával. A sok új információ hallatán nem is csoda, ha összezavarodunk egy kicsit. A következő tévhitekől azonban jobb minél hamarabb megszabadulni!

1. TÉVHIT: Gyógyszerekkel bármit meg(t)ehetünk

Hajlamosak vagyunk azt gondolni, hogy az előírt gyógyszerek beszedésén túl semmi egyebet nem kell tennünk az egészségünk érdekében. Pedig egészséges táplálkozás és aktív, mozgásban gazdag életmód nélkül nehezen lehet kordában tartani a vércukorértékeinket. A gyógyszerekkel túl étrendünkben, életvitelünkben meg kell találnunk az egyensúlyt, amihez vércukorszintünk folyamatos ellenőrzése is szükséges. Az értékek értelmezésében, a tendenciák átlátásában sokat segít, ha naplót vezetünk az eredményekről, melyet akár már az interneten is megtehetünk, például az ingyenesen elérhető EgységNapló segítségével (www.egeszsegnaplo.hu).

2. TÉVHIT: A cukorbetegnek speciális, diabetikus ételeket kell fogyasztaniuk

A cukorbeteg számára ajánlott egészséges étrend nem a diabetikus termékeken alapul, hanem sok szempontból hasonlít a mindenki számára ajánlott, egészséges táplálkozáshoz: mérsékelt zsírokban (különösen telített és transz zsírokban), sóban és cukorban, ugyanakkor gazdag teljes kiőrlésű élelmiszerekben, sovány fehérjékben, zöldségekben és gyümölcsökben. Némely diabetikus élelmiszertől akár a vércukorszintünk is megemelkedhet, ráadásul lényegesen drágábbak a normál termékeknél.



3. TÉVHIT: Csak a cukor emeli a vércukorszintet, avagy cukormentes termékeket bátran ehetünk

Gyakori tévhit, hogy csak a cukor és a cukros ételek, italok emelik a vércukorszintet. Ezzel szemben a valóság az, hogy emésztőrendszerünk a szénhidrátokat is cukorrá bontja le, így a szénhidrátok fogyasztása is vércukorszint-emelő hatással jár. A cukormentes torták és sütemények nagyon népszerűek, pedig kalória-, zsír- és szénhidrát-tartalmuk nem feltétlenül alacsony. Bevásárlásnál szenteljünk időt a címkék ellenőrzésének és választásunknál ne csak az étel-

miszerek cukortartalmát, hanem szénhidrát-tartalmukat is vegyük figyelembe.

4. TÉVHIT: A cukorbeteg nem ehet kenyert, krumplit és tésztaféléket

A keményítőtartalmú élelmiszerek, mint például a kenyér, tészták, rizs és gabonafélék a szervezet legfőbb energiaforrásai, tele vannak vitaminokkal, ásványi anyagokkal és zsírban is szegények. Annak ellenére, hogy emelik a vércukorszintet, mindenkinek szüksége van szénhidrátokra, még a cukorbetegnek is. A kulcs a mértékben rejlik, hogy tudjuk, adott ételcsoportból mennyit szabad fogyasztanunk, hogy vércukorszintünk az optimális tartományban maradjon, és súlyunkat se gyarapítsuk. Válasszunk például teljes kiőrlésű és rostban gazdag termékeket. Fontos tudni azt is, hogy szénhidrátokat nem csak a kenyér, a krumpli, a tészta és a gabonafélék tartalmaznak, hanem bizonyos zöldségfajták is, mint például a bab, a borsó, de a tejtermékekben és a gyümölcsökben is található szénhidrát.

5. TÉVHIT: A zsír nem számít

Mivel a zsír nem emeli a vércukorszintet, azt gondolnánk, hogy erre nem is kell figyelniünk, pedig éppúgy probléma, mint a cukor. A zsírban nagyon sok kalória van, és ha mértéktelenül fogyasztjuk, súlygyarapodást eredményezhet. A telített zsírok és transz zsírok a koleszterinszintet is emelik, és fokozzák a szívbetegségek kockázatát is.

(Forrás: www.egeszsegnaplo.hu)

Férfiak szülés után

Sérülékeny lelkiállapot: a kispapaság



Ideális esetben egy jó kapcsolatba, viszonylag tervezetten érkezik a gyermek. Az újdonsült kispapát már a terhesség ténye is büszkeséggel tölti el, lubickolhat a párja, a családja és a barátok elismerésében. Várja és büszkén aggódja végig a terhesség kilenc hónapját. A férfiszerep újabb dimenziói tárulnak fel előtte. Az első hónapokban már meg-

jelenik az aggodalom érzése, de nemcsak a kedvesért, hanem a pocaklakóért is. Az első időszak rosszulletei, féltelmei mélyítik a „két várandós” kapcsolatát, mindketten megérezhetik az egymásra utaltság új érzését. A férfi lassan szembesül azzal is, hogy a megszokott női-férfi szerepek megváltoznak. Mást és más módon várhat el és kap kedve-

sétől, akinél egyre inkább az anyai érzések és érzelmek helyeződnek előtérbe. A folyamat előrehaladtával a férfi egyre több felelősséget élhet meg, hiszen a gyermek érkezéséig neki kell megteremtenie az ideális körülményeket, az anyagi biztonságot. Ez egy szép folyamat, ám lelkileg komoly változásokkal jár. Nem ritka a féltelme, a hosszú távú, biztonságos élet miatti aggodás. A kismama egészsége, a bébi fejlődése, a babaszoba, a kelengyék – az aggodalmak egyre gyakoribbak. Sok férfi azon veszi észre magát, hogy a történetnek nemhogy nem ő az egyik főszereplője, hanem a mellékszerepben is kevés szó jut neki. A párkapcsolat intimitása hullámvá válik, ami a későbbiekben komoly problémák forrása lehet. Jó, ha a pár tudatosan felkészül ezekre az apró és nagyon is normális buktatókra, amelyek még ideális esetben is megjelenhetnek. A kispapák lelkiállapota nagymértékben függ a kismama viselkedésétől, érzelmi és testi állapotától. A pár mindkét tagjának érdemes arra törekednie, hogy a kapcsolatban a másik továbbra is fontosnak érezze magát, hogy meglegyen a maga „első” helye párja életében – még az utód mellett is. A férfi maradjon férfi, ne minősüljön át pénzkereső, kiszolgáló személyzetté. Ugyanakkor a nő is nőként éljen tovább a kapcsolatban...

A gyermekvárás idején megváltozik a párok szexuális élete, erre lelkileg mindkét félnek fel kell készülnie. A változás sokféle lehet: van olyan kismama, akinél a hormonok pozitív irányú változáshoz vezetnek, de az ellenkezője is előfordulhat, van, aki a magzat védelmében tartózkodóbbá válik az ágyban. A férfiak is többféleképpen reagálhatnak: míg egyesek erotikusnak tartják a másállapotot, mások megrettennek a „hármán vagyunk az ágyban” helyzettől. A legfonto-

sabb, hogy a pár már a terhesség elején beszéljen egymással arról, melyikük mit érez, mit gondol, s ha ellenérzése van, a másik fél is tudjon róla. A szexualitás megváltozása sok esetben lelki problémákat, csalódást okoz, amivel foglalkozni kell, nehogy ez a későbbiekben a kapcsolat megromlásához vezessen. ... Persze sok pozitív példa is akad, az intimitás érzése sokaknál megerősödik, s a pár mindkét tagja úgy érzi, ennyire közel még sosem volt a másikhoz...

Számos kutatás adatai szerint a szülés utáni szorongás és depresszió az apáknál csaknem olyan gyakori, mint az anyáknál. Leggyakrabban a várandósság első három hónapjában, illetve a szülés utáni pár hónapban jelentkezik, s a nőkkel ellentétben nem a biológiai okok az elsődlegesek, hanem mélyen gyökerező lelki folyamatok hatnak provokáló tényezőként... A szülés idejére már mindenki megváltozott lelkiállapotban érkezik. A férfiak nagy része ezt rugalmasan, elfogadóan kezeli, hiszen tudja, hogy ez az időszak ezzel jár. De vannak olyanok, akik kifejezetten negatív érzéseket éreznek, noha „ésszel” ők is tudják, mi miért történik. A legtöbb negatívum az intimitást illetően fogalmazódik meg, de nem ritka a babával kapcsolatos féltékenységek sem. Sok kispapa kifejezett bűntudatot élt át saját gondolatai, érzései miatt, s úgy érzi, alkalmatlan az apa szerepére... Van persze, aki büszke, vidám és felszabadult lesz újdonsült szerepében, hiszen a férfit és -szerep kiteljesedésének időszaka ez: az „apa” felelősséget akar és tud is vállalni a családjáért. Mondhatjuk azt is, hogy ez a folyamat a férfiidentitás megszilárdulását is jelenti...

(Részletek dr. Belső Nóra pszichiáter cikéből, amely a Mindennapi Pszichológia 2011. évi 4. számában olvasható.)

Éremeső és olimpiai kvóták

Éremeső hullott a Budapesti Honvéd SE sportolói az elmúlt hetekben. A sort az augusztusi szegedi kajak-kenu világ bajnokságon a klub hölgy sportolói kezdték. Csipes Tamara, Kovács Katalin, Kozák Danuta és Szabó Gabriella révén négy arany- és egy ezüstérmet nyertek. Ezzel több kvótát is szereztek a magyar csapat számára a jövő évi londoni olimpiára. Kovács Katalin ezen a vb-n begyűjtötte 30. világsőrségét, mely rekordnak számít, míg a még csak 22 éves Csipes élete legjobb formáját bemutatva, egymaga három aranyat nyert és lett a női mezőny legjobbj, egyben véglegesen bebizonyította, hogy méltó folytatója a családi hagyományoknak.

Szeptember elején, az öttusa-világ bajnokságon a hölgyek mellett már az urak is megmutatták, hogy rájuk is lehet számítani.



A moszkvai olimpiai kvalifikációs versenyen először a Kovács Sarolta, Gyenesei Leila, Tóth Adrienn (BHSE) összeállítású magyar csapat szerzett a hagyományos csapatversenyen ezüst-

érmet, míg váltóban aranyat, itt Kovács egyéniben is a második helyen végzett. Gyenesei Leila végül a 17., Tóth Adrienn pedig a 26. lett. A férfiak küzdelmeiben a csapat szintén második, váltóban első, míg Marosi Ádám egyéniben a harmadik

helyet szerezte meg. Eredményével Marosi is olimpiai kvótát szerzett.

Tudni kell, hogy a kvóta nem feltétlenül névre szóló, de megszerzőjének nagy esélye van arra, hogy az olimpián képviselje majd a magyar színeket.

SZABADOS

Ismét Angyal Labdarúgó Kupa

Az Angyalföldi Sportközpontban (Rozsnyai u. 4.) második alkalommal rendezik meg szeptember 25-én délelőtt az Angyal Labdarúgó Kupát. A szervezők célja, hogy a mérkőzéseken kötetlen formában találkozhatnak a kerületi oktatási intézmények, gazdasági társaságok, közbiztonsági szervezetek, a legnagyobb sportegyesületek és a polgármesteri hivatal sportszerető közössége. Előreláthatóan nyolc csapat mérkőzik meg egymással. Érdekesnek ígérkezik a kerületi rendőrség és tűzoltóság vagy éppen a Honvéd–Vasas öregfiúk csapatainak összecsapása. A meccsek megtekintésére szeretettel várják a kerületi lakosokat is.

Sz.T.

Angyalföldi pálmafák Nagy Várady tér

Müller Sándor góllal, a Vasas pedig 1-0-s győzelemmel köszöntötte 1974. május 19-én a ferencvárosi pálya újjáavatását. Az eredetileg ünnepelni készülő FTC-szurkolók már nem voltak annyira boldogok...

De hét és fél évvel később egyként mondták: itt a reváns ideje!

A köztes periódusban kizárólag a Népstadionban találkozott a két csapat, a zöld-fehérek talán kerülni igyekeztek az újabb Üllői úti blamázt. A legnagyobb magyar arénában hetvennégy ösze és nyolcvanegy tavasza között tizennégy mérkőzést vívtak a riválisok; volt 4-0 és 3-0 az FTC, kétszer 4-1 és egyszer 5-3 a Vasas javára, egyszer pedig 3-3-mal zárult a rangadó. A mérleg angyalföldi szempontból így festett: 6 győzelem, 3 döntetlen, 5 vereség, 27-26-os gólkülönbség.

Következett hát a második FTC–Vasas az átalakított IX. kerületi sporttelepen, ám hiába vágytak visszavágásra a hazaiak, a piros-kékek rekonstruálták az avatáson történeteket.

Sőt, a nyitó meccs felújítása során rá is tettek egy lapáttal...

Nem úgy nézett ki, hogy ez így lesz, mert Török Péter és Zombori Sándor hiányzott a XIII. kerületi tizenegyéből, ráadásul az FTC a tizenhetedik percben büntetőhöz jutott. A Bubunak becézett Mészáros Ferenc az év nyarán szerződött a liszszaboni Sportinghoz, így az angyalföldi hálót a hozzá nem mérhető Leboniczky Imre örizte, ám a kapus felnőtt a feladathoz, és hárította Pogány tizenegyesét.

Kakas ellenben nem tudott mit kezdeni Kiss László szabadrúgásával. Ez dél körül zúdult a kapujára, mivel a találkozót tizenegy órakor kezdték (a lelátók azonban a matinéidőpont ellenére is megteltek). A kapus nyilván azt hitte, a bombázó Várady Béla szúrja rá a labdát, de Halász Kisshez gurított, és bumm... Benn volt, mintha V. B. lőtte volna.

Azért Várady sem mulasztott el gólt szerezni. Előbb Izsó Ignác át-

adását küldte a tizenhatosról a hálóba, majd a szédítően szólózó Kiss buktatásáért megítélt tizenegyeset vágta be. Ezzel együtt a ferencvárosiak nem keresztelték el a Nagyvárad teret Nagy Várady térnek... Legföljebb az akkori idők sikerszámát, a Queen és David Bowie közös slágerét, az Under Pressure-t (Nyomás alatt) dúdolgatták szomorúan, s bánatukat az sem enyhítette, hogy Szántó egy perccel a befejezés előtt



A meccs utáni Képes Sport címlap a két gólt rúgó Váradyval

valamelyest kozmetikázott az eredményen (1-3).

A bajnoki cím, illetve a Magyar Kupa védőjének derbijét az utóbbi, azaz a Vasas nyerte. Komjáti Andrást és Váradyt ismerős érzés fogta el: ők ketten hetvennégyben

is ott voltak, tehát kettőből kétszer győztek az Üllői úton.

A klubtársak meg azt mondták: ez elsőre sem rossz...

HEGYI IVÁN,
A NÉPSZABADSÁG ROVATVEZETŐJE

FTC–Vasas 1-3 (0-0)

Üllői út, 28 000 néző.

FTC: Kakas – Szántó, Judik, Rab, Jancsika – Takács, Koch, Pölöskei – Szokolai (Kvaszta, 68.), Szabadi, Pogány.

Vasas: Leboniczky – Farkas Tibor, Híres, Komjáti, Szabó András – Halász, Szebegyinszky, Rixer – Kiss, Izsó, Várady.

Gól: Kiss (54.), Várady (71. és 74.), Szántó (89.).

LEHEL OPTIKA
INGYENES SZEMVIZSGÁLAT
Vegye kézbe engedményét!
akár **-60%**
Legyen egy jó dobása!
A kedvezmény a keret árából a kockákkal dobott értéknek megfelelő százalék!
LEHEL Piac, Emelet
(a mozgólépcsőnél)
Hétfő–péntek 9.00–18.00 ■ szombat 9.00–13.00
Telefon: 288-6960

Angyalföld, ahol otthon lehetsz

A XIII. kerület egyik **legelegánsabb negyedében**,
egyszerű **eleganciával** megálmodott lakásokat
kínálunk azoknak,
akik új otthont keresnek maguknak.

Keressen minket
a Fundamenta
Lakásvásáron!
szeptember 23-25.
SYMA csarnok
1/6 stand



Bővebb információért keresse fel irodánkat!
Cím: 1139 Bp., Petneházy u. 7.;
Nyitva: hétköznap 9-18.

Elérhetőségeink: www.sidiangel.com
+ 36 1 787 2344

Jó házból való otthonok

SidiAngel

Horoszkóp szeptember 20-30.



Kos – Nagy átalakulásuk, újjászülésük folyamatában most egy nagyon szép, energiával teli tetterő érkezik. Eredményeket tudnak felmutatni a sportban, vállalkozásukban, lendületek a szerelemben. Gyerekeikkel kapcsolatban megoldódhatnak a problémák.



Bika – Nehéznek érezhetik a mostani időszakot. Egy kicsit „meg kell halniuk”, hogy újjászülethessenek. Meg kell tanulniuk az elengedést, mely mindig is nehezen megy nekik. A tanulással, munkájukkal kapcsolatban nehézségekre számíthatnak, de hitük példaértékű!



Ikrek – Hangulataik befolyása alá kerülhetnek, így most még jobban, mint máskor – önmaguknak is kiszámíthatatlanok. Zseniális meglátásaik lehetnek, melyeket szavakban, írásban is ki tudnak fejezni, utat mutatva segíthetnek a körülöttük levőknek, a világnak.



Rák – Legszívesebben most elmennének messzire, hogy egyedül lehessenek, ám ha erre nincs lehetőség, akkor otthon meg tudják teremteni azt a csendet, amire vágnak. Persze, ehhez a többiekre is oda kell figyelni, hisz e nélkül a hadiállapotokat is megteremthetik.



Oroszlán – Az anyagiak területén levő ingadozások, munkahelyi feszültségek, gondok miatt a hangulatuk változó lehet, mely a környezetük számára nehézséget okozhat. Lendületükkel viszont bármit meg tudnak teremteni, akár váratlan, tengeren túli utat is varázsolhatnak.



Szűz – Annak ellenére, hogy most stabilan érkezik pénz, amely az oly fontos biztonságérzetet adja, mégis hangulatuk a munkájukkal kapcsolatosan kiszámíthatatlan. A szerelemben a kapcsolatuk erős próbának lehet kitéve, de ez igaz a gyerekeikre is.



Mérleg – Az alázatos, higgadt, nyugodt energiájukkal tudnak felülemelkedni azokon a nehézségeken, melyek most jöhetnek. Ez érintheti a pénzügyi vonalat, az otthonukat, társukkal való kapcsolatukat. Nagyon mélyen, legbelül viszont mindenre tudják a megoldást.



Skorpió – A munkájukban elért eredmények, sikereik segíthetnek nekik. Szükségük is van rá, hisz még mindig erősen ott van bennük a türelmetlenség, s most még a világnak való megfelelés érzése is felbukkanhat. Társuktól nagyon sok segítséget kaphatnak, értékeljék!



Nyilas – Munkájuk gyümölcse beérhet, pénzre számíthatnak. Igaz, ezen a vonalon még tartanak a nagy átalakulások, melyek inkább nehézségként érezhetők. Barátaikkal való kapcsolataikban előfordulhat, hogy elengedésre kerül sor, valaminek vége lehet.



Bak – Elsősorban a munkájukra koncentrálnak, aminek persze meg is van az eredménye. Ám emellett most tele lehetnek érzelmekkel is, melynek oka lehet egy szerelem, esetleg kisbaba születése. Sok olyan dologra jöhetnek rá, ami szívük legmélyét érintheti.



Vízöntő – Nagyon lendületesek, tele vannak energiával – s épp ezért az utakon nagyon vigyázzanak, ne rohanjanak! Otthonuk bővülése, átalakítása, a szülőkkel való harmónia jó érzéssel töltheti el őket. Társukkal kellemes, építő jellegű beszélgetés segítheti őket.



Halak – Amennyi nehézség, esetleg fájdalom árán levő elengedés várható a barátaikkal kapcsolatban, annyi öröm is, a szeretet áradása. Az elengedés és teremtés energiája hat a pénzügyi vonalra is. Munkájukban, kollégáikkal a lendület, előrehaladás lehet a jellemző.

KOVÁTS KRISZTINA, WWW.ASZTROCSILLAG.HU

Bácskai lecsó

Hozzávalók személyenként

1 csirke felsőcomb
1,5 paradicsom
1,5 vastag húsupaprika
fél fej közepes nagyságú hagyma
1 kanál rizs
zsiradék, piros paprika, piros arany, só vagy elmorzsolt leveskocka

1. A combokat kicsontozzuk, bőrüket lefejtjük és a húst pörkölt-höz kockára vágjuk. Zsiradékon apróra vágott hagymát fonnyasztunk, majd rátesszük a húst, paprikázzuk, sózzuk vagy rádobunk fél leveskockát, és felöntjük vízzel, hogy jól ellepje. A forrástól számított 20 percig főzzük.

2. Egy mély lábost kevés zsiradékkal kikenünk és a hozzávalókat a következő sorrendben belerakjuk: a felszeletelt paradicsomot, a szálásra vágott hagymát, az 1 cm-

es karikákra vágott paprikát, a rizst, a félig megfőzött paprikát, újból a felszeletelt paprikát és végül a paradicsomot. Sóval vagy leveskockával ízesítjük – piros arannyal is lehet. Ügyeljünk azonban a sótartalomra! Felöntjük annyi vízzel, hogy éppen ellepje, a rizs ezt majd felveszi. A forrástól számított 20 percig főzzük.

Ezt az ételt nem szabad kavargatni!

Jó étvágyat!

A lecsóreceptverseny győztese *Németh Mária* angyalföldi olvasónk. Nyemérménye MosolyTee vásárlási utalvány. Gratulálunk!



– angyalföldi módra





XIII. Kerületi Közművelődési Nonprofit Kft.

A XIII. Kerületi Közművelődési Nkft. programajánlója

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

Rendezvények

- október 2. 09.30 Szent Mihály Napi Búcsú**
Fellép: a Makám, a Tabán Néptáncgyűttes,
a Papa Jazz Seven, a Pedrofon
Helyszín: Babér utcai Szent Mihály-templom kertje
- október 7. 10.00 Dr. Kemény Pál emléktáblájának avatása**
Helyszín: Madarász utca 22–24.
- október 7. 14.00 Szüreti mulatság**
Helyszín: AJAMK



Telephelyek és elérhetőségek:



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



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



Angyalföldi Helytörténeti Gyűjtemény (AHGY)
1132 Budapest, Váci út 50.
Telefon: +36 1 349 1501



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



Iránytű Ifjúsági Információs és Tanácsadó Iroda
1136 Budapest, Pannónia u. 34.
Telefon: +36 1 339 3700



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



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



VilágCsücsök Közösségi Tér (VilágCsücsök)
1132 Budapest, Váci út 50.
Telefon: +36 70 555 7625



Kult13 Rendezvényterem – értékesítés
E-mail: csepregiroska@kult13.hu
Telefon: +36 30 451 9423

Kiállítások



szeptember 28. – október 14.

Nyáridéző – a Moholy-Nagy Kerámia Kör kiállítása

Helyszín: AJAMK

október 7–26.

Csillag István és Csillag Imola kiállítása

Helyszín: ÜKG

Családi és gyerekprogramok

- szeptember 21. 09.30 Kerekítő mondókás móka**
Helyszín: AGYIH
- szeptember 25. 10.00 Családi vasárnap a Tücsöktanyán**
Erdők könyve – az Aranyzámár Bábszínház előadásában
Sikbáb állatkák készítése a kézműves műhelyben
Tücsöktanya játszóház öt év alatti gyerekeknek
Ki nevet a végén? Társasjáték kör óvodásoknak és kisiskolásoknak
Helyszín: Tücsöktanya
- szeptember 28. 09.30 Kerekítő mondókás móka**
Helyszín: AGYIH
- szeptember 30. 10.30 Aprók Csodakút Bábszínháza**
Bevezető bábszínház 0–3 éves korúaknak
Előadó: Érsek-Csanádi Gyöngyi bábművész
Helyszín: Tücsöktanya
- október 5. 14.00 Óperencia gyermekszínházi sorozat – A nagy utazás**
Helyszín: AJAMK



Klubok



- szeptember 23. 18.00 Családi Társasjáték Klub**
Helyszín: AGYIH
- szeptember 23. 18.00 Korea Kultúra Klub – Az évad első témája: A koreai filmművészet horizontja**
Helyszín: Világcsücsök

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

www.kult13.hu

Teret adunk a kultúrának!



LÁNG MŰVELŐDÉSI KÖZPONT

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

Ringató – Vedd ölbe, ringasd, énekelj
(kisgyermekkor zenei nevelés)

Szeptember 26., hétfő 11.00

Pszichológia a hétköznapiakban – interaktív előadás
(ea.: Ásoth Péterné – ERE)

Szeptember 27., péntek 19.00

Minden héten:

Rákgógyító légzés

(gyógytorna)

Kedden 9.00 haladóknak, 10.00 kezdőknek

Természetgyógyász Klub

Csütörtökön 17.30

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

TE+ÉN táncest

Pénteken 18.00–21.30,

vasárnap 17.00–21.00

Univerzális Élet

(Öskeresztény Egyesület)

Vasárnap 10.00–13.00

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

XIII/2. Radnóti Miklós

Könyvtár

Pannónia u. 88–90. (RaM)

Telefon: 398-6280

hétfő, szerda, péntek: 14–19,

kedd: 10–15,

csütörtök: 12–16 óráig

FSZEK XIII/4. sz. Könyvtára

Lehel u. 31. Telefon/fax: 320-8829

hétfő, szerda, csütörtök: 14–19,

kedd: 10–15, péntek: 11–15 óráig

FSZEK XIII/6. sz.

Angyalföldi Kertvárosi

Könyvtára

Mosoly u. 40/A

Telefon/fax: 349-1532

hétfő, szerda, péntek: 14–19,

kedd: 11–16,

csütörtök: 12–16 óráig

FSZEK XIII/8. sz. Könyvtára

Dagály u. 9.

Telefon/fax: 340-3309, www.fsze.hu/dagaly,

fszek1308@fsze.hu

hétfő, kedd, szerda, péntek: 9–19,

csütörtök: 9–14,

szombat: 13–18 óráig



Regényes dalok
– Játék a könyvtár honlapján
www.fsze.hu/konyvtaraink/
dagaly_u_9_/regenyes_dalok

Kiállítás:

Ármy-Szabó Bernadett
(grafikus) – Újjászületés



Megtekinthető: szeptember 28-ig.

Könyvajánló:

Katherine Webb: Örökség
(General Press, 2011)
William Ryan: A szent tolvaj
(General Press, 2011)
Lakatos Levente: Loveclub
(Ulpius-ház, 2011)
Andrew Morton: Angelina:
rendhagyó életrajz (Gabo, 2011)



Szerkesztőség és stúdió:
1131 Budapest,
József Attila tér 4.
Telefon: 788-7098.
E-mail:
info@tv13budapest.hu

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

A TV13 műsorait hétfőn, szerdán és pénteken 17.30-tól nézhetik a UPC és a DigiTV hálózatain.

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

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

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

A TV13 műsorait
hétfőn, szerdán és pénteken 17.30-tól láthatja!
Ismétlések: mindennap 17.30, 22.00,
1.00, 5.00 órakor és 10.00 órától.

24 órás, folyamatos képességünkben naponta
frissítjük a legfontosabb kerületi közleményeket!
www.budapest13.hu; www.i-tv.hu

A műsorváltoztatás jogát fenntartjuk!

A RENO UDVARBAN

1138 Budapest, Váci út 168. (a bejárattal szemben)

Euro Prompt Kft.

PÉNZTÁRGÉPEK



**Új pénztárgép
már 39 900 Ft-tól**

- Pénztárgépek teljeskörű ügyintézés
- Papírszalagok, kellékek minden típushoz
- Vonalkódolvasó
- Hitelesített mérlegek

Kiváló minőség, elérhető áron!
Ingyenes kiszállítás a XIII. kerületben!

Tel.: 06 (1) 317-4773

PANAKEIA BIOBOLT

- Natúr élelmiszerek
- Karcúsító termékek
- Gyógyteák
- Étrend-kiegészítők
- Szépségápolási szerek
- Lúgosító termékek
- Glutánmentes élelmiszerek



BATZ cipő AKCIÓ!

Egyes modellek már 6990 Ft-tól kaphatók.

Ha Önnek fontos az egészsége nézzon be hozzánk!

Tel.: 06 (1) 239-0797

XIII. KERÜLETI HÍRNÖK

**Hirdessen
nálunk Ön is!
Kérje egyedi
ajánlatunkat!**

Elérhetőségeink:

E-mail:

hirdetes@sprintkiado.hu

Tel.: 237-5060

A BUDAPEST FŐVÁROS XIII. KERÜLETI ÖNKORMÁNYZAT PÁLYÁZATI FELHÍVÁSA

A XIII. ker. Önkormányzat pályázatot hirdet a tulajdonát képező új, illetve régi építésű lakások bérleti jogának elnyerésére.

A pályázat feltételeit, valamint a pályázati nyomtatványt és a megpályázható lakások címeit az Angyalföld-Újlipótváros-Vízafogó Vagyonkezelő Zrt.-nél (Bp. XIII., Béke u. 65.) továbbá az Önkormányzat ügyfélszolgálati irodájában (Bp. XIII., Béke tér 1.) lehet beszerezni, illetve letölthető a www.avkzrt.hu és a www.bp13.hu honlapokról. Részletes információt az Angyalföld-Újlipótváros-Vízafogó Vagyonkezelő Zrt. Lakásgazdálkodási Csoportnál (Bp. XIII., Béke u. 65. Tel.: 350-3728, 350-3729 és 450-3117) kérhetnek.

A pályázat kizárólag személyesen,
az arra rendszeresített nyomtatványokon nyújtható be
2011. szeptember 19-én 13.30 órától 2011. október 19-én 16.00 óráig.

Budapest Főváros XIII. Kerületi Önkormányzat
Tulajdonosi, Kerületfejlesztési
és Lakásgazdálkodási Bizottság

BRINGÓVÁR
MARGITSZIGET

sportolj, szórakozz!

- BRINGÓHINTÓK
- KERÉKPÁROK
- GYERMEKJÁTEKOK
- ELEKTROMOS ROLLEREK

panorámabüfé • fagyaltozó • ajándék bolt

Nyitva az év minden napján 8 órától sötétedésig.
Várunk a Margitszigeten a 26-os busz "Szállodák" megállójánál.
www.bringohinto.hu
Tel.: +36 1 329 2073

Hozd magad mozgásba!
Ezzel a kuponnal **30% kedvezményt** adunk minden kölcsönzés árából!
(Beváltható 2011. december 31-ig)

Üdülési Csekk Wi-Fi

**Multifokális lencse
kísérleti akció:
31 370 Ft/db helyett
9700 Ft/db**

**Részletekről érdeklődjön
az üzletekben.**

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

Önnek is zúg a füle?
Mi segítjük a gyógyuláshoz!
Szakszerű információért, segítségért hívja
a Magyar Tinnitus Egyesület
információs vonalát:
06 (1) 410-8811
info@tinnitus.hu,
www.tinnitus.hu

OKJ-s képzések
✓Kézápoló és műkörömpítő
✓Lábápoló ✓Fodrász
✓Masszőr

fodraszoktatasi.hu 06/70 533-6379

**Kamatmentes
részletfizetési
lehetőség!**

**PIKA FOGORVOSI
RENDELŐ**

1134 Angyalföldi út 30-32. Tel.: 705-9080
www.pikafogaszat.hu

**BELVÁROSI
OPTIKA**

XIII., Radnóti M. u. 4-6.
Időpont-egyeztetés: 780-2635
Nyitva tartás: H-P 10-18 óráig

Szemész szakorvosi magánrendelés
Gyermekszemvizsgálat,
kancsalság- és tompalátászsűrés
Gyermekek szűrés széles választékban
Időszakos zöldhályogszűrés,
szemüvegkeret-akcióval

CSALÁDIAS LÉGKÖR, SZAKTUDÁS, MINŐSÉG, GARANCIA
Állandó 20%-os nyugdíjas-, diák- és kismamakedvezmény

1139 Budapest, Fiastyúk u. 38. Nyitva tartás: H-P: 7-18, Sz: 8-13.
Telefon: 06-1/239-5417, +36 (20) 327-0294
www.monikafodraszat.atw.hu; e-mail: buffyla@freemail.hu

Széles körű szolgáltatással várjuk kedves vendégeinket!
fodrászat • kozmetika • műkörömpítés • manikűr-pedikűr • szoláriumok • szolid árak, magas színvonal

Megbízható partner a könyvelésben! LIFO Könyvelőiroda a Mammut közelében

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

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

Szüreti vigasságok



A kerület északi részét valamikor szőlőültetvények borították. Az egyik legnagyobb külföldi gazdát úgy hívták: Stephan Engl, a földjét pedig Engelsfeldnek. Engel annyit tesz: angyal, a feld pedig föld – így született meg Angyalföld neve. Október 7-én rendez meg szüreti mulatságát a Mozgássérültek Budapesti Egyesületének helyi szervezete zenével, táncsal, vidámsággal délután 2-kor az Angyalföldi József Attila Művelődési Központban. Ugyancsak a központ ad helyet az

októberi terményünnepnek. A Budapesti XIII. Kerületi Német Kisebbségi Önkormányzat kórossal, harmonikaszóval, tánczással készül október 8-án, szintén délután 2 órakor. Az október 14-ei angyalföldi szüreten a Hakme (Hálózat a Kultúráért, Művészetért Egyesület) cigányzenekara, valamint színdarab, nótá és operett is várja a nagyérdeműt.

R. V.

A magyar föld legjava

Hat év szünet után ismét megrendezi a Vidékfejlesztési Minisztérium az Országos Mezőgazdasági és Élelmiszer-ipari Kiállítást (OMÉK) szeptember 28. és október 2. között a Hungexpo területén. Az idei kiállítás mottója: „A magyar föld legjava”. Bemutatják a híres magyar kreativitással megalkotott mezőgazdasági gépeinket, kiváló minőségű magyar élelmiszereinket, ritka és értékes őshonos állatainkat és növényeinket, borainkat, biotermékeinket, pálinkáinkat!

Bővebb információ: www.omek2011.hu.



Napfényes ősz

A változó nyári időjárás után szerencsére az őszi napsütést még hosszan élvezhetjük. Érdemes a szép időben minél többet kinn tartózkodni a szabadban. Jó hír, hogy az első ökojátzóteret a napokban adják át a Margitszigeten, az Árpád híd lábánál. A játszóteret kisiskoláskorú gyerekeknek szánják, akik a kihelyezett öt információs tábláról megismerhetik a sziget jellegzetes növényeit, illetve hazánk állatvilágát is. A téren pedig szelektív hulladékgyűjtő edényeket is elhelyeznek, hogy a kicsik itt is ismerkedjenek a megfelelő hulladékgazdálkodás alapelveivel.



	5, RÓMAI SZÁMMAL	RÉSZBEN RÁFIZETI	... GIBSON; OSCAR-DÍJAS SZÍNHÉZ	PECUNIA NON ... (A PÉNZNEK MINCS SZAGA)	ÓKORI HON ... (A SZÉKITAK ROKHHA) TAGJA	PORTUGÁL SZIGET ES ERŐS CSE-MEGEBOZ NEVE IS	SZOMJ-OLTÁS	NAGYOBB KOSAR	LÁBSZÁR VEGEII	JELZŐKÉNT: RÉGI, ELAVULT	ARC-KIKESZÍTÉS, ARC-FESTÉS	
MEGFEJTÉS												A
AZONBAN	ALMABÓL RIASZT									MILITARY POLICE, RÖVIDEN		
ÁBÉCŐNK MÁSODIK BETŰJE	VASI FALU A RÉPCE MENTÉN									AZ Ő ÉRDEKÉBEN		
		A MÉLYBE NYÚJTÁS							MIATT, NÉPHESEN			
		A TETEJÉRE, NÉPHESEN							PREMIER ... KÖZELKÉP			
AZ ERBILUM VEGYJELE			HÁROM, LATINUL					... FLOYD; ZENÉKAR				
			GROSS ...; GRAFIKUS-MŰVÉSZ					SZÁLLÁS, RÉGISEN				
TEHGER, ANGOLUL				TE ÉS ÉN			FIZETETT TAPS A SZÍNHÁZBAN					
				AZ USA-DOLLÁR 1/100 RÉSZÉ			SOMFORDAL					
NOVELLÁK, KARCOLATOK HELYE A HÍRLAPBAN											A KÖR KÖZEPET	
											FEKVŐHELY	
SPANYOL AUTÓJEL		ESETLEG, NÉPHESEN										
TEMPLOMI HANGSZER		KÖZEL-KÉLETI FENNSÍK										
						DOKTOR (RÖVIDÍTÉS A NÉV ELŐTT)			A FEJBEN TALÁLHATÓ ZONGORA-MŰVÉSZ V. (GÉZA)			
						MERENGŐ, TŰNŐDŐ						
AZ ÖSGÉN VEGYJELE					... HARI; KÉMNŐ VOLT					KÖZÉPEN ENYVEZI		
ELYEN NYELV PL. A LATIN					LYUKAT KÉSZÍT					JUT NEKI BELŐLE		
HÁLÁVAL EMLEGET				GYÁVA, REMEGŐS							KÉRDŐ-SZÓCSKA	
				ÁLLÓVÍZ							KÖZÉPEN FELJUTTI	
HAJCSA VEGEII			A SZEMBEN, ÁTELLENBEN LEVŐ UTCARÉSZ GIGA-, RÖV.									KÜTBAN VANI
EGYFAJTA NYÚL VAGY KECSKE LÁGY, SELYMES SZÖRE												



Előző rejtvényünkben egy díszpolgárunk nevét és alkotásának címét rejtettük el. A helyes megfejtés: Kern András: Semmi baj. Könyvjutalmat nyertek: Császár Tiborné, Timárka Milla, Varga Béláné. Ezenkívül Bringóhíntőjegyeket nyertek: dr. Sima Noémi és Dorogi Barbara. Mostani rejtvényünkben szintén egy díszpolgárunk nevét és alkotásának címét rejtettük el. Beküldési határidő szeptember 26. A helyes megfejtést beküldők között a Hungarovox Kiadó könyveit és Bringóhíntőjegyeket sorsolunk ki.



A hirdetés felmutatója
10% kedvezményben részesül!
Folyamatos információ: www.pecapont.hu
1137 Budapest, Újpesti rkp. 7. Telefon: 237-0243 E-mail: bolt@pecapont.hu Nyitva tartás: H.-P.: 10-18, Sz.: 9-13