



Egy falat kenyér és egy csipetnyi szó

B. Tóth László
műsora

november 20.:

Józsa Imre –
színművész, szinkronsínész



SportÁrs

Hegyi Iván
műsora



november 18.:

Jókay Zoltán –
röplabda vezetőedző, Vasas

Gyógyító intézkedés

Január elsejétől az eddigi öt helyett négyre csökken az Ipoly utca 3. szám alatti házi-gyermekorvosi rendelőhöz tartozó körzetek száma, ám mivel ezzel párhuzamosan a korábbi körzethatárok is módosulnak, így a rendelő illetékességi területe lényegében változatlan marad. Ezzel egyébként az eddigi 19 helyett 18 gyermek-háziorvosi körzet fog működni kerületszerte.

Mindemellett az önkormányzat új feladat-ellátási szerződést köt minden, a területén működő, praxisjoggal rendelkező orvossal. Az egészségügyi alapellátás körébe tartozó házi-orvosi és házi-gyermekorvosi feladatokat a kerületben 78 gyógyító látja el, a fogorvosi alapellátást 14, területi ellátási kötelezettséggel bíró felnőtt- és nyolc gyermekkörszet biztosítja.

Részletek a 4. oldalon



Mozgáskultúra

Kiemelkedő és teljes körű a kerületi támogatás

Új sportkoncepció



Elkészült az önkormányzat új sportkonceptiója, mely tágra értelmezi a sport fogalmát, magában foglalja a testnevelés és a sportkultúra valamennyi területét: a gyermekek és felnőttek rekreációs és szabadidős tevékenységétől az utánpótlás-nevelésig. A dokumentum célul tűzi ki a helyi sportélet értékeinek

a megőrzését, bővítését. Fontos, hogy minden korosztály számára fejlesszék az életkori sajátosságaihoz igazodó feltételeket. Ehhez a kerület a jövőben is biztosítja saját fenntartású sportlétesítményei üzemeltetési költségét, támogatja a testnevelési és sportfeladatok végrehajtásában részt vevő egyesületeket,

civil szervezeteket és intézményeket. Eközben november 13-án átadták az önkormányzat idei Jó tanuló, jó sportoló díjait, év végéig pedig újból elismeréseket adnak át a kitűnőre teljesítő kerületi élsportolóknak. *Képünkön a Radnóti Miklós utcai tanuszoda.*

Cikk a 3. oldalon

Népszerű előkertek 3. oldal



Tizenharmadik alkalommal adták át a Lakossági Zöldterület-védnökségi Pályázat díjait. Az önkormányzat és a XIII. Kerületi Községi Szolgáltató Zrt. közös programja egyre népszerűbb az itt élő lakóközösség körében.

Elesettek segítői 4. oldal

A Szociális Munka Napja alkalmából a Radnóti Miklós Művelődési Központban köszöntötték a kerületi szociális intézmények dolgozóit, akik közül többen kitüntető címben részesültek színvonalas munkájuk elismeréseként.



Kerületi vallomások 6. oldal



A XIII. kerület, az én kerületem címmel hirdetett rajz-, esszé- és filmpályázatot a kerületi önkormányzat a Helyi Önkormányzatok Napja alkalmából. A legjobb pályaműveket november 13-án ismertették.

Teszári Nóra 7. oldal

Magabiztosan és mindig kedvesen beszélget reggelente a televízió képernyőjén Teszári Nóra. Évtizedek óta a kerületünkben él, és a helyi közösségben szívesen vállal szerepet, mindemellett a jótékonykodás is fontos számára.





RÖVIDHÍREK

Régi-új szociális vezetők

Szakmai munkájuk és terveik alapján az eddigi vezetők kaptak újabb öt évre, 2020. december 31-éig szóló megbízást a kerület három szociális intézményének, így a Gondozóház (kézpunkon), a Szociális Szolgáltató Központ és a Prevenció Központ irányítására. Mivel december 31-én mindhárom mandátum lejár, ezeket az önkormányzat meghirdette, az előbbi kettőre 3-3-an, míg az utóbbira ketten pályáztak. A képviselő-testület a Gondozóház régi-új vezetőjének Tóthné Urbán Ilonát választotta meg, a Szociális Szolgáltató Központ élére Bányász Józsefnét nevezte ki, míg a Prevenció Központ vezetésére továbbra is dr. Kádár Sándornénak szavazott bizalmat.



Láng üzemeltetési szerződés



Az önkormányzat 2016-ra is megkötöti a közművelődési megállapodást és az üzemeltetési szerződést az Angyalföldi Láng Művelődési Központot működtető egyesülettel. A szervezet meghatározó szerepet tölt be a kerületi közművelődési és civil feladatok ellátásában, az önkormányzati tulajdonban lévő művelődési központot 1994 óta működteti „jó gazda” módjára, a kerületi támogatást a szerződésnek

megfelelően használja fel. Az egyesület rendezvényekkel segíti az egészséges életmód kialakítását, klubkönyvtárat működtet, szabadidős tevékenységeket, kiállításokat, fesztiválokat, bemutatókat szervez. Az intézmény kedvelt a kerületi lakosság, valamint a civil szervezetek körében egyaránt. Az egyesület a Láng felújítási munkálatai alatt ideiglenesen a Fiastyúk utca 35–37. szám alatt folytatja tevékenységét.

Jelentkezés rendőrszakképzésre



A rendészeti szakközépiskolákban 2016. szeptember 1-jén induló, érettségire épülő, iskolarendszerű, nappali tagozatos szakképzésre hívja fel az itt élő érdeklődők figyelmét a XIII. Kerületi Rendőrkapitányság is. Az Adyligeti, a Körmen-di, a Miskolci és a Szegedi Rendészeti Szakközépiskolákban induló, az országos képzési jegyzékben szereplő rendőrtiszthelyettesi szakképesítés megszerzését biztosító képzésre 2016. február 15-éig lehet jelentkezni. A végzettség a rendőrségnél tiszthelyettesi besorolás beosztás betöltésére jogosít.

A feltételek között szerepel többek között a jelentkezés évében betöltött 18. életév, a magyar állampolgárság, az állandó belföldi lakhely, a büntetlen előélet és a hivatásos szolgálat vállalása. A felvételtől az iskolai szakmai műveltség-teszt és a pályaképesítési vizsgák eredménye alapján döntenek. A részletes tájékoztatót és a jelentkezési lapot (egységcsomagot) az Országos Rendőr-főkapitányság (www.police.hu honlapról), a

www.police.hu/a-rendorsegrol/kepzes/felveteli-tajekoztato-a-2016-evben-indulo-rendor-szakkepzesrol

tájékoztató linkről és a rendészeti szakközépiskolák honlapjáról lehet letölteni. A felvételi eljárásról és a követelményekről a képző intézmények tanulmányi osztályai adnak felvilágosítást.

Építészeti támogatás

A világörökségi területen található, ezért kiemelt építészeti értékek támogatása is lehetővé vált azzal, hogy a képviselő-testület módosította a helyi értékvédelmi támogatásról szóló, nyolc éve született rendeletét. A jövőben a pályázat elbírálását segíti a hiánypótlás lehetősége. Az utóbbi évek tapasztalatából kiindulva ugyanis olyan, a védendőek közül is kiemelkedő építészeti értéket képviselő házak is pályáznak,

melyek felújítása nagyobb volumenű; ezért az elnyerhető összeg felső határa az elbírálás során – a támogatási kereten belül és indokolt esetben – megemelhetővé vált az önerő mértékének megtartásával. Az egyre népszerűbb pályázat révén eddig 40 épület újult meg; a kerület 8 év alatt 62,5 millió forint odaítélésével 325 millió forintnyi – akár lépcsőzetes, több évnyi pályázattal megvalósított – felújítást ösztönzött.



Doktor az angyalok földjén



Megjelent Szcenci Tóth Károly: Doktor az angyalok földjén című könyve, ami édesapja történetét dolgozza fel. Talán nincs is e legendás, szeretett emlékü kerületben olyan utca, ahol az egykori körzeti orvos, aki itt sokak gyógyítója volt, meg ne fordult volna. Fiatalon, a múlt század harmincas éveinek derekán friss diplomával végleg odahagyta zalai szülővárosát, erre a környékre vetette a sors, az akkor igencsak sűrűn lakott proletár vidékre, ahol mindenki jó ismerőse lett. „Családragény, amely jelentősen gazdagítja a magyar irodalmat. Megjelenésével egy szeretni való eltűnt világ, a régi Lehel piac körüli Angyalföld kap maradandó irodalmi formát” — írja méltatásában Vörös T. Károly, a kötet szerkesztője.

Épülhet a Kartács-bérház

A képviselő-testület elfogadta a Kartács utca 14. szám (kézpunkon) alatti 23 lakásos, hétszintes önkormányzati bérház beruházási célokmanyt, az előzetes tervek szerint nagyjából bruttó 940 millióba kerülő épület átadása 2017-re várható. Ennek terve illeszkedik az önkormányzat 2015–2019. közötti ama vállalatához, hogy jelenlegi bérlakásállományát újabb 50-nel növeli. A kerület 2002-ben indult programjával

már 576 bérotthont épített, mintegy 900 család lakhatását lehetővé téve. A lakások jellemzően 1 és 2 szobásak, minimális alapterületük minden esetben meghaladja a 35 négyzetmétert, de átlagosan 40–50 négyzetméteresek lesznek, köztük 2 darab, mozgáskorlátozottak részére kialakítandó bérlemény is található. Az épület korszerű és környezetbarát energetikai megoldásaival megfelel a passzív ház kritériumainak.





Mozgáskultúra

Kiemelkedően korszerűek a kerületi létesítmények

Elkészült az új sportkoncepció

Elkészült az önkormányzat új sportkoncepciója, mely tágran értelmezi a sport fogalmát, magában foglalja a testnevelés és sportkultúra valamennyi területét: a gyermekek és felnőttek rekreációs és szabadidős tevékenységétől az utánpótlás-nevelésig.

Az új koncepció célul tűzi ki a helyi sportélet értékeinek a megőrzését, és igény szerinti bővítését, az egészséges, mozgásban gazdag életmód lehetővé tételét. Fontos, hogy minden korosztály számára

fejlesszék az életkori sajátosságaihoz igazodó sport-testnevelési felteteleket, megőrizendő és erősítendő a fizikai és szellemi egészséget. Ehhez az önkormányzat a jövőben is biztosítja a saját fenntartású sportlétesítményei üzemeltetési költségét, kiszámítható működtetését és támogatja a testnevelési és sportfeladatok végrehajtásában részt vevő sportegyesületeket, civil szervezeteket és intézményeket.

A konkrét célok között szerepel a kerületi fenntartású sportlétesít-

ményekben a testnevelés és a diáksport ingyenes biztosítása, az utánpótlás-nevelés esetében pedig a kedvezményes bérleti lehetőség felkínálása. Emellett szeretnék megteremteni a fogyatékos sportolók esélyegyenlőségét, az egyes korosztályok korának és állapotának megfelelő sportolási lehetőségeket, és megvalósítani a szabadidő aktív eltöltését szolgáló prevenciós programokat.

Önként vállalt feladatként az önkormányzat megszervezi az óvodá-

Az eddigi eredmények

A korábbi sportkoncepció is realisan ítélte meg az önkormányzat anyagi lehetőségeit, sportlétesítmény-hálózata pedig a fővárosban kiemelkedően korszerű. Folyamatosan javulnak a tanintézmények testnevelési és sportolási feltételei, megfelelő az óvodák eszközellátottsága is. A helyi szabadidősport is sokrétű támogatást kap. A gyermekek és a diákok aktívan használják az Angyalföldi Sportközpontot, az Újpalotai úti Sporttelepet, a tanuszodákat és a táborokat, a Honvéd SE Tűzér utcai uszodáját és népszerűek a Vasas SC Birkózó szakosztályának küzdősport-foglalkozásai. Az önkormányzat évi 7 millió forinttal támogatja a diákolimpiai versenyeket.

Az Angyalföldi Természetbarát és Testedző Egyesület a kerület segítségével szervezi a szabadidősport-eseményeket. Az önkormányzat lehetőséget biztosít a családok, baráti társaságok részére három kondicionáló terem, az iskolai tornatermek és sportudvarok, valamint az Újpalotai úti Sporttelep használatára. A mintegy ezer nyitva tartás alkalmával a résztvevők létszáma csaknem 34 ezer volt. A városrész gondot fordít a nyugdíjas korosztály rekreációs sporttevékenységére is. Az önkormányzat támogatja az utánpótlás-nevelő műhelyek munkáját, évente odaítéli a kerület kiváló ifjúsági sportolói díját, jutalmazza a kerületi illetőségű sportolókat és felkészítő szakembereiket.

sok úszás- és játékos testtartásjavító, valamint küzdősport-, labdás előkészítő foglalkozásait. Biztosítja a bölcsődei játszószerkeket, az óvodai testnevelési eszközök pótlását, folytatja a sportudvarok felújítási prog-

ramját, az óvodai kihelyezett testnevelés órákat. Segíti a diáksportmozgalom folyamatos működtetését, a szabadidősport feltételeinek biztosítását, támogatja a tömegsportot és az utánpótlás-nevelést.

Zöldvédnökségi pályázat

Jutalmazott társasházak

Népszerű előkertek

Tizenharmadik alkalommal adták át a Lakossági Zöldterület-védnökségi Pályázat díjait múlt pénteken az Angyalföldi József Attila Művelődési Központban. Az önkormányzat és a XIII. Kerületi Közszolgáltató Zrt. közös programja egyre népszerűbb az itt élő lakóközösség körében. Jelzi ezt a 117 pályázó nagy száma és a társasházak előtti kertek folyamatos megszépülése. Dr. Palatka Livia, a közszolgáltató vezérigazgatója elmondta, a 25 díjazott közül ötven kaptak aranyfokozatú különdíjat (*képzőnkön*), a verseny történetében második alkalommal. Az eseményen részt vett Borséki Gyula alpolgármester és Takács Ferenc önkormányzati képviselő is.

A jutalmazottakat méltató és a díjakat átadó dr. Tóth József polgármester köszöntőjében utalt rá, hogy a Lendületben a XIII. kerület nevű ciklusprogram egyik központi eleme a környezettudatosság népszerűsítése és támogatása, hiszen az önkormányzat célja, hogy „minél jobb legyen itt lakni”. A városrészben található mintegy egymillió négyzetméternyi zöldterület gondozására és fejlesztésére évi egymilliárd forintot költ a kerület.



let, ebbe beleértendő a harmincezer fa és a hatvan park ápolása, évi ötszáz új fa és tizenhatezer tő muskátli ültetése, valamint az, hogy nyaranta hatvanezer tő virág díszíti a város közterületeit. E szépítő munkában az önkormányzatnak kiváló partnerei a lakóközösségek és a gazdasági társaságok.

A lakók komoly részt vállaltak, hiszen százötvenezer négyzetméternyi területet kezelnek, a városrész pedig ezt az áldozatos munkát sze-

retné évről évre elismerni és jutalmazni zöldterület-védnökségi programjával. Az öt aranyfokozatú különdíjjal kétszázezer forintos támogatás is jár. A szakmai zsűri által odaítélt okleveleket és jutalmakat a polgármester adta át, a résztvevők két szakmai előadást is meghallgathattak dr. Véték Gábortól, a Corvinus Egyetem oktatójától és Fehérvári Esztertől, a közszolgáltató munkatársától.

■ K. A. I.

A legszebb öt kert

XIII. Kerületi Lakásfenntartó Szövetkezet (Mosoly utca 11–26.)

Gidófalvy utca 17–23. számú társasház

Karikás Frigyes utca 2/A számú társasház

Hajdú utca 15–19. számú társasház

XIII. Kerületi Völgyény Utcai Lakásfenntartó Szövetkezet (Völgyény utca 1/A)

Díjátadó

Jó tanuló, jó sportoló

Elismert eredmények

Az Angyalföldi József Attila Művelődési Központban 23. alkalommal köszöntötték november 13-án a kerület kitűnően tanuló sportolóit, valamint a diákolimpián kiemelkedő eredményeket elért tanulókat, a felkészítő testnevelő tanárokat és az egyesületi edzőket. Idén 16 tanuló részesült Jó tanuló, jó sportoló díjban. Az iskolákban zajló színvonalas pedagógiai munka eredményeként további 127 gyermeket díjaztak a kerületben, valamint 32 testnevelő tanárnak és 14 felkészítő edzőnek adott át tárgyjutalmakat Holopné Schramek Kornélia alpolgármester és Kastl Egon a sportdivízió képviselője. A XIII. kerület sportbarát önkormányzat, felada-

tainak sokrétűsége lehetővé teszi, hogy a lakosság, különösen az ifjúság egészséges életmódra való nevelésére és a tehetséggondozásra fokozott figyelmet fordítson. Költségvetésében jelentős módon támogatja az óvodai-iskolai testnevelést, a diáksportot, az élsport utánpótlás-nevelést, a gyermekek szervezett keretekben történő szabadidősportját, a sportlétesítmény-hálózat fejlesztését és kiemelt figyelmet fordít a jó tanuló, jó sportoló teljesítményekre. A díjátadó ünnepséget a Fischer Annie Zeneiskola fiatal művészeinek előadása zárta.

■ L. A.



Szociális Munka Napja Tervszerűen működő szolgáltatás

Az elesettek segítői

Embert próbáló feladatot látnak el nap mint nap azok, akik szociális munkát végeznek. Felsorolni is nehéz, mi mindent tesznek. Kisgyerekekkel és idős emberekkel foglalkoznak, segítenek a nehéz helyzetbe jutott családoknak, a fogyatékkal élőknek. Ők azok, akik mindig másokra figyelnek. De van az évnek egy napja, amikor éppen rájuk, a szociális munkásokra irányul a figyelem. A kerületünkben immár hagyomány, hogy ilyenkor ősztáján megünneplik a Szociális Munka Napját. Az idén november 6-án a Radnóti Miklós Művelődési Házban gyűltek össze az érintettek.

Karácsonyi Magdolna, a Szociális és Köznevelési Osztály vezetője



2015. Év Szociális Munkása Hajmási Zoltánné Ildikó, a Gondozóház munkatársa

munkát végző dolgozói részére címetek adományoz az önkormányzat. Az idei kitüntetéseket az alpolgármester adta át az érintett kollégáknak, akiknek tevékenységét a szociális osztály vezetője méltatta. Munkatársi címet öt, főmunkatársi címet három szociális munkás kapott. Tanácsosi címben öten részesültek, főtanácsosi elismerést pedig egy szociális dolgozónak adományoztak.

Vastappsal köszöntötték kollégái a 2015. Év Szociális Munkása kitüntetéssel jutalmazott Hajmási Zoltánné Ildikót, a Gondozóház munkatársát.

Ezután a jelenlévők a kerületünk elmúlt huszonöt évéről készült kisfilmet tekinthették meg, majd Pál Dénes énekes lépett színpadra, végül fergeteges táncshow zárta az ünnepséget.

■ Csop V.

Az önkormányzat felhívást intéz a téli szünet idejére a nem XIII. kerületi telephelyű bölcsődébe, óvodába vagy általános iskolába járó gyermekek nevelők részére. A városrész a közelgő karácsonyra tekintettel — hagyományosan és az éves gondoskodáson túl — idén is figyelmet fordít azokra a gyermekekre, akiknek nem megoldott a szülői felügyelete, rendszeres étkeztetése. Ezért számukra kijelölte a Prevenációs Központot (Tüzér utca 56—58.), ahol igény szerint étkeztetést, napközbeni foglalkozást biztosít nekik december 28-án, 29-én, 30-án és 31-én. Jelentkezni lehet a 329-0804-es telefonon vagy elektronikusan: kerijudit@szoc.bp13.hu és a jandiildiko@szoc.bp13.hu címen. A szükséges adatok a következők: szülő/törvényes képviselő neve, születési helye, ideje, lakcíme és taj száma, valamint a gyermek(ek) ugyanezen adatai, továbbá a gyermekjóléti vagy köznevelési intézmény neve és címe, ahová jár.

Az ágazat hosszú ideje kiemelkedő munkát végző dolgozói részére címetek adományoz az önkormányzat

köszöntötte a megjelenteket, majd Holopné Schramek Kornélia alpolgármester beszélt. Mint mondta, a Szociális Munka Napja a Szociális Munkások Nemzetközi Szövetsége nevéhez kötődik. Ez a szövetség 1997-ben jelölte ki november 12-ét a szociális munka napjának. Ez minden évben jó alkalom arra, hogy a szakterület felhívja a közvélemény figyelmét azokra, akik az elesettekért dolgoznak. Kerületünk önkormányzata a családokat

középpontba helyezve tudatosan és tervszerűen működteti szociális rendszerét. A szociális szolgáltatás a XIII. kerületben színvonalasan működik. A programok azonban lehetnek bármilyen jók, a végrehajtáshoz olyan partnerek kellenek, mint amilyenek a szociális munkások. Az utóbbiak a köszönet jeléül a Szociális Munka Napja alkalmából egyhavi jutalmat kaptak.

2003 óta minden esztendőben az ágazat hosszú ideje kiemelkedő

Ipoly utcai gyermekrendelő Gyógyító intézkedés

Öt helyett négy praxis marad

Január elsejétől az eddigi öt helyett négyre csökken az Ipoly utca 3. szám alatti házi gyermekorvosi rendelőhöz tartozó körzetek száma, ám mivel ezzel párhuzamosan a korábbi körzethatárok is módosulnak, így a rendelő illetékességi területe lényegében változatlan marad. Ezzel egyébként az eddigi 19 helyett 18 gyermek háziorvosi körzet fog működni kerületszerte. Az Országos

Tisztai Főorvosi Hivatal ezzel kapcsolatban nem tett észrevételt.

A háziorvosi, fogorvosi és védőnői körzetek kialakításáról szóló 2007-es önkormányzati rendelet módosítása az Ipoly utcában praktizáló orvosok kérésére történik, akik jelezték, hogy egyikük előrehaladott kora miatt a praxisát 2015. március 31-ei hatállyal felmondta, azt a XIII. Kerületi Egészségügyi



Szolgálat Közhasznú Nonprofit Kft. vette át. Akkor ehhez a körzethez 143 gyermek tartozott, ám többségüket a szüleik már átjelentették a rendelő más orvosaihoz. A betöltetlen praxis működtetésével az egészségügyi szolgálat idén december 31-éig, tartós helyettesként, két orvost bízott meg. A szakemberek egyetértenek abban, hogy a — hivatalosan XIII/1/1 jelzésű — körzet betöltése indokolatlan, a körzethatárok módosításával négy há-

zi gyermekorvos is megfelelően biztosítja a rendelőhöz tartozó 18 éven aluliak, valamint a Gárdonyi Géza Általános Iskola Herman Ottó Tagiskolájának alap-, illetve iskolaorvosi ellátását.

Az újonnan kialakított körzetek meghatározásánál az is szempont volt, hogy azok az Ipoly utcai rendelőtől gyalogosan vagy tömegközlekedéssel negyedórán belül megközelíthetők.

■ K. A. I.

Új praxis-szerződések

Az önkormányzat új feladatellátási szerződést köt minden, a területén működő, praxisjoggal rendelkező orvossal. Az egészségügyi alapellátás körébe tartozó háziorvosi és házi gyermekorvosi feladatokat a XIII. kerületben 78 gyógyító látja el, a fogorvosi alapellátást 14, területi ellátási kötelezettséggel bíró felnőtt- és nyolc gyermekorvos biztosítja. Az új megállapodások megkötését az új törvényi előírások indokolják. Ezek egyebek mellett előírják, hogy az önkormányzat köteles ingyenesen rendelőt biztosítani a háziorvos részére; a szerződés legrövidebb időtartama pedig 5 év. A képviselőtestület döntése értelmében a kerület a korábban megkötött, különböző időpontban lejáratú kontraktusokat nemcsak újraköti, de gondoskodik az orvosi rendelők térítésmentes használatba adásáról is.

Új házi gyermekorvosi körzetek	
Körzetszám	Körzethatárok
XIII/1/1	Megszűnik
XIII/1/2	Szent István körút—Újpesti rakpart—Radnóti Miklós utca—Hollán Ernő utca—Balzac utca—Hegedűs Gyula utca—Katona József utca—Pannónia utca—Dévai utca—Kassák Lajos utca—Lőportár utca—Szabolcs utca—Dózsa György út—Vágány utca—Szabolcs köz—Szabolcs utca
XIII/1/3	Váci út—Balzac utca—Hollán Ernő utca—Radnóti Miklós utca—Újpesti rakpart—Garam utca—Pozsonyi út—Victor Hugo utca—Kassák Lajos utca—Dózsa György út—Lehel utca—Lőportár utca
XIII/1/4	Szent István körút—Pannónia utca—Katona József utca—Hegedűs Gyula utca—Balzac utca—Váci út—Tüzér utca—Dévai utca—Szabolcs utca—Szabolcs köz—Vágány utca—Bulcsú utca
XIII/1/5	Pozsonyi út—Garam utca—Dévai utca—Tüzér utca—Bulcsú utca—Lehel utca—Lehel tér—Victor Hugo utca—Lehel utca—Dózsa György út—Szabolcs utca—Lőportár utca


Parkolás Bővül a fizetős övezet

Elkezdődött a matricaigénylés

Újabb helyszíneken kell fizetni a parkolásért január 4-étől a XIII. kerületben. A jelenlegi várakozási övezet kibővül a Petneházy utca–Röppentyű utca–Rozsnyay utca–Hajdú utca–Fáy utca–Béke utca által határolt területtel. Az üzemeltetést végző XIII. Kerületi Közszolgáltató Zrt. ezzel kapcsolatban kiemeli, a fizetőparkolás bevezetésével – ahogyan azt a korábbi, 2013-as fejlesztéssel kapcsolatos lakossági visszajelzések is igazolják – a szabályosan használható parkolóhelyek száma számottevően nem változik, ám telítettségük csökkenni fog, ezáltal a kerületi lakosok könnyebben találhatnak várakozóhelyet lakásuk közelében. Rendezettebbé válik a kerületrészt, várhatóan kevesebb lesz a területre érkező ingázó autók száma, ezáltal csökkenhet a városrész környezeti terhelése.

Az érintett területen élő, állandó lakcímmel rendelkező kerületi lakosok ingyenes várakozási hozzájárulást – parkolási matricát – igényelhetnek a jelenlegi fizetőövezetekben élőkhöz hasonlóan. Az érintett, új terület lakosainak a várakozási övezet kiterjesztéséről, a parkolási engedélyek igénylésének feltételeiről november 26-án, csütörtök este hat órától szakmai tájékoztatót tartanak a Pitypang Óvodában (Üteg utca 30.).

Az éves lakossági várakozási hozzájárulás az állandó lakóhely szerinti zónában 2017. január 31-ig biztosít majd ingyenes parkolási lehetőséget. A XIII. kerületben két parkolási zóna van, melyeket az Árpád híd–Róbert Károly körút vonala választ ketté. Az 1-es övezet a Róbert Károly körúttól délre a Szent István körútig, a 2-es pedig a Róbert Károly körúttól északra a már kialakított és a most kialakítandó díjköteles övezetek határáig terjed. Az új övezetben a lakosok autójának a matrica a 2-es zónában biztosít ingyenes várakozási lehetőséget.

■ K. A. I.



Indul a 2016-os matricakiadás

November 16-ától már igényelhetők a jövő évi parkolási matricák. Ezt legkényelmesebben elektronikus úton, regisztráció után lehet megtenni a XIII. Kerületi Közszolgáltató Zrt. honlapján (www.kozszolgáltato.bp13.hu/regisztracio), vagy e-mailben a parkolas@kozszolgáltato.bp13.hu címre kell elküldeni a beszkennelt igénylőlapot és a szükséges okmányok másolatát. A jelenleg is érvényes engedéllyel rendelkezők a postai utat is választhatják, a részükre kiküldött tájékoztató levélben mellékelt dokumentumokat január 8-áig díjmentesen küldhetik vissza, a matricát legkésőbb január 22-éig ajánlott küldeményként postázzák a címükre. A személyes ügyintézésre a két központi ügyfélszolgálati irodában (Hegedűs Gyula utca 15.; Béke utca 65.) van lehetőség.

Családbarát program Széles körű szociális juttatások

Támogatott szolgáltatások



Továbbra is biztosított az ingyenes óvodai, általános és középiskolai étkeztetés

Az önkormányzat Családbarát programja igazodik a Lendületben a XIII. kerület nevű dokumentumhoz, és eszerint bővíti a családok eltérő életszakaszaihoz illeszkedő sokszínű és igényes szolgáltatásai körét. A városrész megvizsgálja a hátrányos helyzetű fiatalok, kisgyerekes családok kedvezményes uszodahasználatának lehetőségét. A halmozottan hátrányos helyzetűek megsegítése érdekében pozitív diszkriminációt alkalmaz; megkezdte az iskolai és óvodai szociális munka bevezetését.

Az idei év legfontosabb lépéseként a kerület költségvetésében 40 százalékkal megemelte szociális jellegű kiadásait, mivel az állam-

polgárok ez irányú támogatása állami szinten megszűnt. Folyamatosan és jelentősen bővült az e-ügyintézés lehetősége és a vezeték nélküli internet elérhetősége a javasolt akadálymentesített közintézményekben és a közterületeken. Továbbra is példaértékű a bölcsődei és óvodai ellátás, az általános iskolák és gimnáziumok szűrőprogramjai pedig sport- és pályaválasztásra, egészséges életmódra ösztönöznek. A rászorulóknak továbbra is biztosítják az ingyenes bölcsődei és családinapközi-ellátást, s az ugyancsak ingyenes óvodai, általános és középiskolai étkeztetést. A kerület hozzájárul a gyesen lévő szülők BKV-bérletéhez. A közmű-

velődési intézmények rendezvényei a családok egészéhez szólnak. A védőnők 5651 családot gondoznak, az önkormányzat hozzájárul a 13. életévét betöltött fiúk HPV-elleni oltásához.

Kerületi Kártyát mintegy kilencezer gyermekes család kapott, mellyel sok ingyenes szolgáltatás vehető igénybe. Az önkormányzat támogatást nyújt a kerületben lakást vásárlóknak, építőknek vagy korszerűsítőknak és fecskelakással segíti a 35 év alattiak életkezdését. A fiatal házasoknak a gyermekek számától függően vissza nem térítendő támogatás adható. A kerület tovább folytatja bérletépítési programját is.

Felmérés Lakossági javaslatok

Népszigeti jövőkép

Eredményesen zárult a polgármesteri hivatal megbízásából a Magyar Urbanisztikai Tudásközpont által nyáron végzett, a Népsziget jelenlegi helyzetét és jövőjét áttekintő kérdőíves felmérés. A közvélemény-kutatás célja az volt, hogy az önkormányzat megismerje a lakossági javaslatokat a sziget jövőbeli használatára vonatkozóan. A kérdőíveket 1400-an töltötték ki, alapvetően XIII. és IV. kerületiek – tájékoztatta lapunkat a polgármesteri hivatal főépítési irodája.

A közvélemény-kutatás és a szakmai párbeszéd alapján a

Népsziget jövőképe egy sport- és rekreációs funkciójú, természetközeli, de karbantartott terület. E cél érdekében az önkormányzat felveszi a kapcsolatot a terület tulajdonosaival, valamint egyeztetést kezdeményez Újpest önkormányzatával, és – noha nincs közterület a Népszigeten – közüzemeltetési feladatokat vállal a területen.

Az érdeklődők esetleges kérdéseit, észrevételeit a foepitesz@bp13.hu e-mail címen várják.



Társasházi ügyek Elszámolás körültekintően

Kié a mérőóra?

Hogyan számoljuk el a társasházakban a mérhető és a nem mérhető fogyasztást? Kié a mérőóra? Meddig hiteles? Ki fizeti a cserét? Tudta-e, hogy a társasházi törvény szerint a költségek elosztása az egyes tulajdonosok tulajdoni hányada alapján történik?

Ilyen módon érdemes elszámolni a konkrét fogyasztáshoz nem köthető költségeket. Például a szemétszállítás, az épületbiztosítás, a közös képviselet díját, a közös területek vi-lágításá-nak díját, a takarítás költségét. Ez az el-számolási rendszer azonban nem ösztönzi spórolásra a tulajdonosokat, mert nincs összefüggés a valós fogyasztás és a fizetendő összeg között.

Tudta-e, hogy a mérhető fogyasztás elszámolását mindenképpen rögzíteni kell a szervezeti-működési szabályzatban? Ösztönző és egyértelmű előnnyel jár a tulajdonosoknak a mérésalapú elszá-

A mérésre használt eszköz mindig a lakás tulajdonosáé

molás, ha mind a mérés, mind a mért fogyasztás elszámolása körültekintően összeállított rendszerben történik. Mérés alapján elszámolható szolgálta-

tások: víz- és csatornadíj, társasházi központi kazán esetén a fűtéssel és melegvíz-ellátással kapcsolatos költségek. Tudta-e, hogy a mérésre használt eszköz mindig a lakás tulajdonosáé? Ez azt jelenti, hogy a tulajdonos felel a mérőeszköz hitelességének biztosításáért. Mérlegeljen, mielőtt dönt, hogy régi óráját ismételten hitelesíti, vagy új órát vásárol. Az esetek többségében az új mérőeszköz ára arányai-ban nem drágább, mint a meglévő eszköz hitelesítése. De az ár-érték arány meghatározásánál ne feledkezzen meg arról, hogy egy új

óra adott időtartamú garanciával rendelkezik. A jelenleg érvényben levő jogszabályok értelmében a lakás-mellékvíz-mérő(k) hitelességi ideje 8 év. Ha többet szeretne megtudni a fogyasztás méréséről, mérőórákról és cseréjükről, díjelszámolásról, látogasson el a www.tarsashazi-halozat.hu oldalra.

■ KG

Pályázat Kerületi vallomások

Díjátadás



25 évvel ezelőtt, 1990. szeptember 30-án tartották Magyarországon az első szabad önkormányzati választásokat. Erre a napra emlékezve szeptember 30-át az Országgyűlés 2000-ben a Helyi Önkormányzatok Napjává nyilvánította. A XIII. kerületi önkormányzat programokkal és pályázatok kiírásával emlékezett a jubileumi évfordulóra. Rajzpályázatot hirdetett az általános iskolák alsó és felső tanulói részére, valamint esszé és rövidfilmpályázatot – A XIII. kerület, az én kerületem címmel – a városrészben állandó lakóhellyel rendelkező felnőtt lakosok részére. A pályázók rajzban, esszében vagy rövidfilmben mutathatták be a XIII. kerület számukra legkedvesebb részeit.

Összesen 86 pályázat érkezett, melyet szakbizottság értékelt. A díjátadót november 13-án rendezték, ahol a helyi képviselő-testület nevében Holopné Schramek Kornélia alpolgármester gratulált a nyerteseknek. Az első három helyezett vásárlási utalvány, valamint könyvjutalomban részesült, majd a díjazottak tiszteletére állófogadással zárult az ünnepség.

■ LENDVAI



Jövők-megyek 131.

Van maguknál véletlenül egy darázsészek? Mert most, ha nem bánják, belenyúlnék.

Az történt, hogy az elmúlt napokban két olyan utcában jártam, melyeknek névadója némi töprengésre késztetett – főleg így, egymás után. Ennek a töprengésnek eredményét tárnám most önök elé.

Történt, hogy meghívást kaptam a Dagály utcai könyvtár dolgozóitól, vennék részt ott egy író-olvasó találkozóon. (Segíték: mint író.) Szerénységem tiltja elmesélnem önöknek e remek délután minden eseményét, most legyen elég annyi, hogy még én is jól éreztem magam, pedig ennél a műfajnál ez nem természetes dolog. Hanem amit szívesen elmesélek, az, hogy – mivel túl korán érkeztem – egy kicsit elbókláztam a környéken. Az is megérne egy misét, a Dagály meg a Turbina utca környéke, ahol a tizenkilencedik század ad randevút a huszonegyediknek – kihűlt gyárkémé-

nyek, múlt századi munkáslakások, modern társasházak és felújított üzemcsarnokok állnak ott egymás hegyén-hátán, de most csak annyit jegyezzünk meg indulásnak, hogy a Váci úttal párhuzamos első utca ma is Kariás Frigyesről van elnevezve.

Pár nappal később egykori egyetemi csoporttársamhoz voltam hivatalos. Nemrég összefutottunk egy rendezvényen, megörültünk egymásnak, beszélünk egy kicsit, melynek vége ez a meghívás lett. Annak idején a Visegrádi utcában lakott a szüleinél, sok szigorlatra készültünk fel anno együtt a szűk konyhában, ám mostanra, mint megtudtam, a Thurzó utcában vett egy szép lakást. Bizonytalanságomat látva hozzátette:

– Tudod, az volt a Muck Lajos utca annak idején.

Eddig tartott az életből ellesett bevezetés. És most, kérem, tegyék meg a kedvemért, hogy felidézék mindazt, amit Kariás Frigyesről és Muck La-

josról tudnak. Segíték: magyar kommunisták voltak a két világháború között. Mindkettő erőszakos halált halt. Az egyik Hitler haláltáborában, negyvennégyben, a másik Sztálinban, negyvenkétben.

És most töprengünk el egy kicsit az utóbbi két évtized utcanévváltozásain. Érdekes történet ez, többet elárul a valóságos történelmi változásokról, mint hinnék. A főirányzat, ha jól értem, az volt, hogy mi, demokratikus magyarok, ne nevezzünk el közteret olyan emberről (helyről, eseményről), mely valamely diktatúra működésében játszott szerepet. Mindazok tehát, akiknek munkássága a fasiszta vagy kommunista diktatúra eseménysorába illik, távozzanak a közteterekről. Ezzel az elvvel egyet lehet érteni, ne legyen novhét tér meg Vörös Hadsereg útja – a Moszkva meg a Szabadság határeset azért, és a Békéről most jegyezzük meg, hogy a mi területet, itt Angyal földön, már a

háború előtt is így hívták. És, mondjuk, ne legyen Rajk László meg Münnich Ferenc meg Dobi István se, rendben. És még azt is el tudom fogadni, hogy ne legyen Fürst meg Sallai, mert (a Matuska-ügyben) ártatlanul ugyan, de olyan eszméért adták az életüket, mely eszmét, haláluk után, egyszer s mindenkorra kompromittáltak az utódok. De itt azért már síkos talajra érkezünk: ha a kommunizmus, mint utópisztikus eszme is üldözendő, akkor nemcsak azt kell eltörölnünk, aki a hatalomra jutott gondolat nevében követte el tetteit, hanem mindazokat, akik hajdan egy egalitárius társadalmon gondolkodtak. Akkor mennie kell Morusnak, Lassalle-nak, Marxnak és Frankel Leónak meg Kariás Frigyesnek is: amennyire látom, most éppen ez a rigorózus irányzat uralkodik, és bizony az a gyanúm, hogy a Harmadik nemzet dandár tragikus sorsú szerzője csak azért úszta meg eddig a bukást, mert már azt is elfelejtették, ki volt. (Ez egyébként olyan, mintha az egyház évszázados bűneit a korai idők mártírjainak nyakába – is – varránánk.)

Hanem a Muck Lajos esete más. Ő azért halt meg, mert tevőlegesen részt vett a német fasiszta elleni harcban. Szegény sváb foltozósusster volt, aki fejébe vette, hogy felnyitja a szemét a Harmadik Birodalomhoz dörgölődő néptársainak. Az életével fizetett érte. Amikor két évtized múltán a lakóhelyén utcát neveztek el róla, még a nevét se tudták rendesen leírni. (Muck Sándornak írták.)

Egy nemzetet nemcsak a közös nyelv tart össze, hanem az is, hogy tagjai bizonyos dolgokban képesek egy nyelven beszélni. Azt remélem, mi magyarok, bármit gondolunk is a jelenről, abban egyetértünk, hogy a fasiszta német megszállás az ország történelmének egyik legsötétebb korszaka volt. S hogy azok a kevesek, akik tettek valamit e rettenet elhárítására, ma is megérdemlik tiszteletünket. Akár horthysták voltak egyébként, legitimisták, ateisták vagy kommunisták.

Úgyhogy ha egyszer közadakozásból elkészülne egy emléktábla a Muck Lajosról, énram is számíthat-nak.

■ JOLSVAI ANDRÁS



Teszári Nóra Megtaláltuk a helyünket!

Szerepvállalás jótékonykodással

Magabiztosan és mindig kedvesen beszélget reggelente a televízió képernyőjén Teszári Nóra. Évtizedek óta a kerületünkben él, és a helyi közösségben is szívesen vállal szerepet, ahogyan a társadalom egésze szempontjából is fontos számára a szerepvállalás és a jótékonykodás.

– Minden reggel láthatjuk az egyik kereskedelmi televízió műsorán. Jól bírja a pörgést?

– Az újságírói szakma nagyon változatos, így hosszú távon is jól lehet bírni, és lehet szeretni. A Kikötő című műsort például hat évig készítettük, mégis elszállt az idő, mert mindig új korszakok jöttek. A 8:08 Minden reggel műsorában is az a jó, hogy a vendégek állandóan cserélődnek, a témák rendkívül változatosak, így életben tartja a lelkesedésünket. Persze az nehezítő tényező, hogy lassan 3 éve 5:30-kor kelek... Ez megváltoztatja a hétköznapi estéket is, a programokat, a baráti találkozókat mindig hétfőre teszem.

– Sokszor áll társadalmi ügyek, jótékonykodási kezdeményezések mellé. Miért tartja ezt fontosnak?

– A nyilvánosság előtt zajló szakmák hozadéka, hogy sokan ismernek bennünket és – reményeink szerint – figyelnek is ránk. Véleményem szerint kötelességünk ezt felhasználni jó ügyek érdeké-

ben. Mindig olyan ügyek mellé állok, amelyeket teljesen át tudok érezni. Az elfogadással, gyerekek, nők, anyák helyzetével, esélyegyenlőséggel kapcsolatos témák állnak közel hozzám. A húgom kerekesszébe került, és az, hogy kiállt ezzel a nyilvánosság elé, számomra is jelentős esemény. Így az esélyegyenlőség hangsúlyozása a családomból kiindulva is nagyon fontos számomra. A Mozdulj! Közhasznú Alapítványnak idén novemberben ismét lesz divatbemutatója, melyen a húgommal már harmadik alkalommal veszünk részt.

– Az Igazgyöngy Alapítvány munkáját magánszemélyként is támogatja, ha jól tudom.

– Szekeres Csaba kollégám készítet pár éve Örvény címmel egy dokumentumfilmet Toldi közsegről és a mélyszegénység azon fokáról, ahonnan lehetetlenség kitörni. A filmbemutatónak én lehettem a háziasszonya, és a film olyan hatással volt rám, hogy sírva mond-

tam el a zárszót. Akkor ismertem meg L. Ritók Nórát, a kis „igazgyöngyök” védangyalát. Már ott éreztem, hogy nekem ehhez az alapítványhoz közöm lesz. Azóta magánszemélyként is rendszeresen támogatom az alapítványt adományokkal, gyerek- és felnőtttruhákkal, édesapám halála után a háztartás teljes felszerelését nekik adtam a kiskanalaktól a bútorokig...

– Mennyire kötődik a XIII. kerülethez?

– A kilencvenes évek végén ismertem meg a gyermekeim apját, egy kis újlipótvárosi garzonban költöztünk össze. Azóta többször költözött a család, de mindig a környéken maradtunk. Az ablakból ma is rálátok arra a kisgarzonra, ahol először laktunk. Eredetileg budai kislány voltam, de hamar megszerettem ezt a környéket. Szerencsére fontos a kerületvezetésnek, hogy sok zöldterület legyen. Itt minden sétátávolságra van, és minden megvan ebben a „kis faluban”. Minden ismerős: a kávézó, a zöldséges, van bejáratott cipőboltom, és mindig ugyanott vásárolok a szülinapi tortákat...

– A gyerekei is itt járnak iskolába?

– A lányom, Zorka, a Thurzó utcai oviban kezdett, ahol a zseniális óvó nénik nagyon hamar felfe-



dezték a művészi irányultságát, és azt tanácsolták, ne hagyományos iskolába adjuk. Így a művészettárgozatos Hunyadi Mátyás Általános Iskolába mentünk. A kisfiamnál már nem volt kérdés, hogy ő is

oda megy majd. Az iskola összművészeti felfogásának köszönhetően úgy érzem, megtaláltuk a helyünket.

■ BÁRD NOÉMI POLLI

Lázár Balázs Sokat rogom a környék utcáit

Szerepek verseskötetben

Lázár Balázs, a Vígszínház színésze még a gimnáziumban kezdett verseket írni. „Van egy mondás, hogy a szerencsések abbahagyják, a többiek pedig folytatják...” – mondja viccelődve. Ő folytatta, és a Színművészeti Főiskolán együtt fejlődött benne a színészet és a versírás. Ma az ötödik kötetnél tart, miközben 20 éve játszik A dzsungel könyvében.

– Hogyan folytatódott a versírás a főiskolán?

– A költészettan tanárunk kiváló költő és ember volt, Lator László. Nagy hatással voltak rám Balassa Péter és Ungvári Tamás művelődéstörténet órái is. Talán szimbolikus, hogy a színészdiplopám kézhezvételének hónapjában jelent meg az első versem komoly irodalmi lapban. Az első kötetem 25 éves koromra állt össze, ebben nagy hatással volt rám a Kossuth-díjas Bertók László költő, aki mesterem és atyai jó barátom lett.

– A legújabb köteted, a „Bomlik a volt” régi és új verseket egyaránt tartalmaz. Hogyan állt össze?

– Idén lettem negyvenéves, és a kiadómmal közösen úgy gondoltuk, talán érdemes összefoglalni a múltat. Ugyanakkor sok új versem is született időközben, ezért a mos-

tani kötetben szigorúan válogatott régi és új versek keverednek, háromféle téma köré rendezve, ezek az apa-fiú viszony, az utazás és az istenkeresés.

– Mindeközben 5 előadásban játszol párhuzamosan a Vígszínházban.

– Idén jubilálok, ugyanis húsz éve játszom itt, az első szerepem Csehov Ivanovjában kaptam Horvai Istvántól. Kisebb megszákításokkal, de majd húsz éve játszom folyamatosan Csillag A dzsungel könyvében. A Vig egy szenvedélyes szerelem számomra, ugyan többször voltak kisebb „szakításaink”, jelenleg is dolgozom a Karinthy Színpadon és a Pincészházban is, de a Viggel mindig újra egymásra találunk. Mindig hevesebben ver a szívem, ha innen érkezik felkérés.

– Mit gondolsz a mai versolvasási, színházba járási szokásokról?



– Mindaddig lesz vers, amíg mélyebb, ősből szinten is akarunk kommunikálni egymással, amíg nem veszik ki belőlünk a teljesség, a tisztaság, a boldogság iránti vágy. Ma már a költészetben is nagy szerepet kap az internet, ami egyszerűen jelenti új kapuk megnyitását és a felhígulást is. Azt hiszem, még mindig könyvolvasó és színházba járó nép maradtunk. Egy amerikai barátom épp a Könyvhéten jött Pestre, és nem hitte el, hogy ez a sok ember mind a könyvek miatt jött ki a Vörösmarty térre.

– Melyik szerep áll közelebb hozzád: a költő vagy a színész?

– Mindkettő fontos számomra, bár sokáig még az ismerősök is azt hitték, hogy a költő az egy másik Lázár Balázs. Fontos a családapaszerep is, két fiam van, és a feleségem is színésznő. Tallián Marian-nal rendszeresen hozunk létre versszínházi előadásokat, idén a „Bicskám és szívem kinyitva” címűben a legendás költőházaspárt, Nagy Lászlót és Szécsi Margitot idézzük meg. A közös munka egyben házasságépítő program is: ilyenkor sokat vagyunk kettesben, és a verseken keresztül azt is elmondhatjuk egymásnak, ami egyébként talán nem találna utat magának.

– Mennyire vált életed részévé ez a kerület?

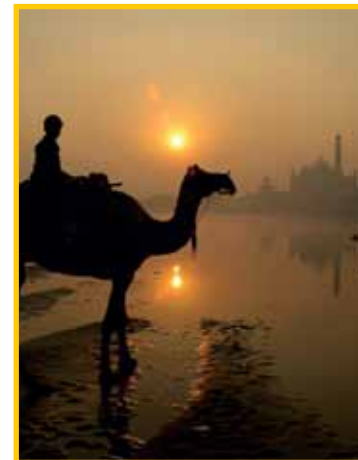
– A vígszínházi munkák kapcsán természetes, hogy sokat rogom a környék utcáit. A két fiam nagyon szerette kisebb korában a Szent István parki játszóteret, a feleségemmel pedig kedves éttermeink vannak a Pozsonyi úton.

■ BNP

India napok

Indiai napot rendeznek november 21-én, szombaton az Angyalföldi József Attila Művelődési Házban. Lesz a többi között tánctanítás, jógaóra és mandalafestés. Akik elmennek, megismerkedhetnek a tablával – két eltérő méretű és hangszínű dobból álló indiai ütőhangszerrel – kísért hagyományos indiai zenével.

Lesz Indiáról szóló film, kvíztétel, indiai–magyar cserebörze, és lehetőség nyílik a szanszkrit írásjelek gyakorlására. Az indiai ízekekről a Mr. Masala Étterem gondoskodik. Az estét a Duo Darbar zenéje, illetve indiai tánczárja. A délután ötkor kezdődő programra a belépés díjtalan.



Minya Mária Munkácsy Mihály-díjas keramikus Életműtárlat

Izgalmas időutazás

Minya Mária újlipótvárosi lakásában művészi hangulat és izgalmas alkotások fogadnak. A Munkácsy Mihály- és Gádor István-díjas keramikumművész éppen a november végén, a Radnóti Miklós Művelődési Központban (RaM) nyíló kiállításához válogatja anyagát. A művek társaságában beszélgetünk tárlatokról, alkotásokról és a kerületről.

– Egy időutazás lesz ez a kiállítás – mondja Minya Mária, miközben alkotótérként is szolgáló lakásában egyik helyről a másikba kalauzol, és mutatja sorban az alkotásokat, melyek nagy része megjelenik majd a RaM tárlatán. Az 1970-es évektől napjainkig minden korszakból lesznek művek, a művésznő saját, szubjektív válogatása alapján.

– Érdekes, hogy a pályám elején éppen a 13. kerületben nyertem egy meghívásos pályázaton, az egyik óvodát díszítették a mesefiguráim. Innen kezdve nagyon érdekes építészeti feladatokat kaptam – meséli Minya Mária. – A Gyulai Várfürdő előcsarnokát egykor díszítő kerámia falburkolat makettje, a kecskeméti Színes Kórház belső díszítőelemének makettje, az egykori Sugár Áruház medencéhez kapcsolódó, 3 méter magas kerámia-plasztikájának makettje, a Versegi kastély díszítőelemei, párkányidomai és plasztikái – mindez csak néhány a gyönyörű műalkotások közül, melyek a nagyközönség elé kerülnek november végén.

– A kecskeméti Színes Kórház épületét Marosi Miklós tervezte, aki akkoriban itthon és külföldön egyaránt több kórházat tervezett. Nagyon szerettem ezt a munkát.



Minya Mária keramikumművész a Radnóti Miklós Művelődési Központban (RaM) nyíló kiállításához válogatja anyagát

Az ilyen megbízásoknál igyekeztem mindig figyelembe venni nemcsak az épület funkcióját, de azt is, hogy mi az építés és a működtető elvárása – fűzi hozzá a keramikumművész.

Minya Mária azon kerámiái, melyek a hőmezővásárhelyi művésztelepen születtek, egészen kivételesek, mivel ott lehetőség nyílt a Burton-Apta égetésségédesz-

köz-gyárban a kordierit szemcsék préselésére. Az ezzel a speciális technikával készült alkotások önálló kiállításokon mutatkoztak be, a művésznő a 2002-es, XVII. Országos Kerámia Biennálé első díját és az NKÖM különdíját is elnyerte vele.

Minya Mária az élet legkülönbébb területeiről gyűjti az inspirációt munkáihoz. Külföldi utazásai –

India, Egyiptom, Amerika – egyaránt nagy hatással voltak rá.

– A zenét is nagyon szeretem. Vivaldi, Bach, Mozart muzsikájára kiválóan lehet dolgozni. A zene sokat segít, sokszor megnyugtat – vallja az alkotó.

Színhasználatában a szülőföldje is befolyásolja. – Alföldi vagyok, Békésen születtem. Rengeteg szín van az Alföldön, például a zöld végtelen variációi.

– A mostani kiállításon a Petőfi-variációk is megjelennek, illetve Egyiptom által befolyásolt kerámiák, az egyiken Radnóti Nem tudhatom című verse, egyedi, berakásos technikával.

A keramikumművész a 1980-as évek eleje óta él Újlipótvárosban. Az eltelt évtizedek jól mutatják, hogy erősen kötődik ide.

– Ha valahol él az ember, szeretné befolyásolni is a környezetét – mondja, s tesz is kerületünk szépségéért, hangulatáért. A Gyöngyösi úti sétálóutcat díszítő Madaras díszkút, a Fastyúk utcai Idolk díszkút, a Kassák Lajos téri Madarak szoborcsoport is a keze munkáját dicsérik.

– Vidéki lányként nagyon nehéz volt megszoknom Budapestet. A barátaitól kaptam egy vizslát, neki köszönhetően egy teljesen más fővárosra letem. Kedves, barátságos, segítőkész embereket ismertem meg, ez sokban segített, hogy hozzászokjak a városhoz – fűzi hozzá a művész.

Minya Mária kiállítása november 26. és január 10. között lesz látható a RaM-ban. A tárlat ingyenesen látogatható a helyi önkormányzat jóvoltából.

■ BÁRD NOÉMI POLLI

Zöldségek a Mesés-kertben

Ismét megrendezte az immár hagyományos őszi családi egészségnapot a Mesés-kert Tagóvoda. Az idén november 7-én, szombaton a XIII. kerületi önkormányzat népszigeti üdültáborában gyönyörű, őszi időben szervezték, amelyen az óvodások és szüleik vettek részt. Fél 10-kor kezdődött a program, amikor is meleg teával fogadták az érkezőket. Tízkor vidám zenés tornával melegítettek be a sportpályán, majd az óvoda vezetője köszöntötte a gyerekeket, családokat és a meghívott vendégeket.

Ezután különféle zöldségekről elnevezett állomásokon más-más feladatokat kellett megoldaniuk a résztvevőknek. A Paprika állomáson az egészséges táplálkozás állt a középpontban. A Káposzta állomás a közlekedésről szólt. Budapest Főváros Közlekedésszervezeti Főosztályának munkatársai olyan KRESZ-pályát építettek, amelyen a gyerekek a kerékpárral való közlekedés szabályait gyakorolhatták.

A Burgonya állomás akadálypálya volt. A feladatok teljesítése után jólestek az egészséges ételek és a meleg tea a Hagyma állomáson. A Paradicsom állomáson az immunrendszer erősítéséről és a betegségek megelőzéséről beszélgettek. A helyes táplálkozás mellett kiemelt szerepet kapott a mozgás és a szabad levegőn való játék.

Még a Sárgarépa állomáson az óvoda védőnője vércukorszintet és vérnyomást mért. Befejezésképpen pedig őszi hangulatú néptáncot jártak.

■ (CSOP)

MADÁCH SZÍNHÁZ **RaM COLOSSEUM** A FŐVÁROSI ELSŐ ÉLETMŰTÁRLAT

CÍM: 1133 BUDAPEST, KÁRPÁT UTCA 23.

A MADÁCH SZÍNHÁZ SIKEREI A RaM COLOSSEUM-BAN IS!

Csoportterápia Október 16., 17., 18., DECEMBER 26., 27.

AGYELDÖBÁS Október 23., 24., 25., FEBRUÁR 12., 13., 14.

NE MOST, DRÁGAM! November 13., 14., 15., JANUÁR 22., 23., 24.

1X3 NÉHA 4 November 20., 21., 22.

WWW.MADACHSZINHAIZ.HU
WWW.MADACHJEGY.HU

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

**Kézfogás Együttes** Új tagokat várnak

Húsz év tükrében

Jubileumi gálára készül a Kézfogás. November 21-én a Láng Művelődési Központ színháztermében 20 éves a Kézfogás Együttes címmel adnak ünnepi műsort. Ez alkalomból *Váradi Edit*, az együttes vezetője emlékezik a kezdetekre, majd az azt követő küzdelmes, de szép évekre.

Mint mondta, annak idején a Híd Családsegítő Központ nyugdíjas munkatársaként egy idősklub vezetője volt. Egy pszichológus kollégájával jutottak arra a gondolatra, hogy nyugdíjasokból kórust alakítsanak.

Ő maga hatéves korától tanult hegedülni, zongorázni, harmonikázni. Kilencéves volt, mikor az öccsével már színpadon adtak elő harmonikaduetteket. A háború után korengedménnyel kapott működési engedélyt. Kísért énekeseket és néptáncosokat, zongorázott balett- és társastánciskolában. Énekelni Fábry Edit operaénekestől, táncdalokat előadni Majláth Júliától tanult. Zenélt színházakban hol a zenekarban, hol a színpadon. Nem egyszer ő adott hangot a főszereplő harmonikájának.

Amikor a kórus szervezéséhez fogtak, olyan tagokat kerestek, akik

nem feltétlenül énekelnek kiválóan, viszont szeretik a zenét. Az alakuló ülésre Lukin Lászlót, az ismert zenepedagógus-karnagyot hívták, aki el is jött. A harminc lelkes jelentkezőből utóbb huszonegy maradt: a többiek nem tudták vállalni a rendszeres próbákat. Ami a Kézfogás nevet illeti, az a nyugdíjasok választása volt.

Edit eleinte nem vezetője, csupán egyik tagja volt a Kézfogásnak. Sőt, Bánkúti Gábor karnagy személyében sikerült olyan hivatásos szakembert is találnia, aki térítés nélkül foglalkozott az együttessel. Az ő korai halála után vette át Váradi Edit a vezetést. Az első időkben a Jakab József utcában folytak a próbák, aztán a Családsegítő a Visegrádi utcába költözött, és ott nem volt gyakorlásra alkalmas méretű helyiség. Végül az együttesnek ma is otthont adó Láng befogadta őket. Pályázat útján egy piánínóhoz is sikerült hozzájutniuk.

Amikor ők kezdtek, még nem volt divatban, hogy kórusok táncdalokat adjanak elő: akkoriban inkább a népdalokat részesítették előnyben. Az együttes viszont a népszerű melódiákkal, régi sláge-

rekkel lopta be magát a közönség szívébe. Már a kezdet kezdetétől sikereket arattak a nyugdíjasok *Ki Mit Tud?* vetélkedőjén. Gondtalan órák címmel rendszeresen adtak műsort a honvédség Nyugállományúak Klubjának.

Pályázat útján rendszeresen kapnak támogatást az önkormányzattól. Fellépnek a kerületi rendezvényeken, a többi között a Vidám Udvari Előadásokon. Műsort ad-

nak festőművészek kiállítás megnyitóján, könyvbemutatókon, nyugdíjastalálkozókon, fesztiválokon, Budapesten és vidéken egyaránt. Az elmúlt években meghívták őket jó néhány fővárosi idősklub összejöveteleire. Az együttes most tizenöt-tizenhét tagot számlál. A legidősebb kilencvenéves, a „fiatalok” hatvanas éveikben járnak. A tagok a magánéletben is összekovácsolódtak, az évek folyamán számos pár talált egymásra.

Most új tagokat szeretnének felvenni. Szívesen látnak minden nyugdíjas nőt és férfit, aki szereti a zenét és az éneket, és vállalni tudja a hétfőnkénti két-két és fél órás próbákat. Ami a jubileumi műsort ille-

ti, arra már gőzerővel készülnek. Egyébként egy évtizede hagyomány, hogy minden ősszel kétórás műsort adnak a Lángban. Mint mindig, most november 21-én is témák köré csoportosítják a műsort. Szólnak majd dalok a többi között a szerelemről, Budapestről és az állatokról. Elhangzik a Fogj egy szeptapácát, a Szép város Kolozsvár és a kerületünkhöz kapcsolódó Járom az utam. A zongorakíséretet Hege-dűs Valér zongoraművész adja. A délután háromkor kezdődő műsor után egészen este kilencig a Láng zenekar zenéjére rophatják a táncot a vendégek. A belépés díjtan.

CSOP VERONIKA

Együtt zöldebbek vagyunk!

Az összehangoltan működő nagy rendszerek a természetben és a mindennapi életben is hatékonyabbak, mint a sok, különálló, ellenőrizetlen kis rendszer. Így van ez a fűtés területén is. A távfűtés nagyobb hatékonysággal és kevesebb tüzelőanyag felhasználásával állítja elő a hőenergiát, mint az egyedi rendszerek, miközben a környezetszennyező anyagok ellenőrzött kibocsátásával csökkenti a környezet terhelését. Együtt nem csak többek vagyunk – többet is teszünk a környezetért!

Egészségtudatosság A korai felfedezés a kulcs

Férfiak ötven felett

November 5–7. között tartotta XX. kongresszusát a Magyar Urológus Társaság. Ez alkalomból sajtótájékoztatót számoltak be a MÚOSZ Vörösmarty utcai székházában a prosztatarákos, veserákos és hólyagdaganatos betegek hazai helyzetéről és kilátásairól.

Mint *prof. dr. Tenke Péter*, a Magyar Urológus Társaság elnöke elmondta, nálunk évente mintegy négyezer prosztata- és veserákot fedeznek fel, és ezerhárom-ezer-négyezer daganattávolító műtétet végeznek. Ausztriában ez a szám mintegy háromszoros: ott a férfiak egészségtudatossága miatt nagyobb arányban fedezik fel még műthető állapotban a daganatot.

Hazánkban háromszor annyi prosztatarákműtétet kellene vé-

gezni, mint jelenleg, de sajnos a szűrővizsgálatok elhanyagolása miatt sokan operálhatatlan állapotban kerülnek orvoshoz, vagy ki sem derül a betegségük. Műteni viszont csak nagy gyakorlattal – legalább évi ötven prosztataoperáció tapasztalatával – szabadna. Ugyanakkor ma már a véglegesen meg nem gyógyítható betegek számára is jó életminőségben megélhető életéveket tudnak nyújtani. Ez leginkább a prosztatarákra igaz, de a veserákot, hólyagrákot is egyre hosszabb ideig kordában lehet tartani.

Prof. dr. Bodoky György, a Magyar Klinikai Onkológiai Társaság tiszteletbeli elnöke szerint szélesebb az idehaza is rendelkezésre álló gyógyszerek palettája a nem gyógyítható urológiai daganatok meg-

szelídítésére. A fővárosi Szent István és Szent László Kórház onkológiai centrumát vezető főorvos szerint a prosztatarák jó példája annak, miként lehet akár évtizedes távlatban is együtt élni egy daganatos betegséggel.

A kezdeti stádiumban eltávolított vesedaganatokkal az onkológusnak nincs dolga. Az előrehaladott, kiújult vagy áttétet adó betegség visszaszorítására több célzott terápiás gyógyszer áll rendelkezésre. Ezeket a hazai betegek számára is biztosítja az egészségbiztosítási pénztár – mondta dr. Bodoky György, de hozzátette: nem lehetünk elégedettek, mert minden évben több mint háromezer beteget veszítünk el prosztatarák, veserák vagy hólyagdaganat miatt.

Arra kell törekedni, hogy az újabb és újabb sebészi és gyógyszeres terápiás lehetőségek mihamarabb elérhetőek legyenek a magyar betegek számára is, másrészt pedig változzon az a sokakra jellemző önsorsrontó hozzáállás, hogy csak akkor mennek orvoshoz, amikor már nagy a baj.

Ötven felett minden férfinak el kellene menni urológushoz egy alig félperces tapintásos vizsgálatra és egy prosztataspecifikus antigén (PSA) tumormarker laboratóriumi kontrollra.

Folyadékpotlás Ne szomjazzunk!

Igyunk télen is



Azt gondolnánk, hogy sok vizet, illetve folyadékot inni főleg nyáron ajánlatos. A WEBBeteg nemcsak cáfolja ezt a hiedelmet, hanem meggyőző érveket sorakoztat fel annak bizonyítására, hogy a hidegebb évszakokban legalább olyan fontos a folyadékháztartásunk egyensúlyának fenntartása. Mivel a hidegebb évszakokban nem tapasztalunk olyan erős szomjúságérzetet, mint nyári forróságban, hajlamosak vagyunk nem törődni a figyelmeztető jelekkel.

Pedig az elveszített folyadékot télen is pótolni kell. Bár kevesebb verejték termelődik, mint melegebb időben, a szervezetünk ilyenkor is sok kihívásnak van kitéve. A külső környezet hőmérséklete lehet akár fagypont körüli, miközben a lakásban, fűtött helyiségekben 20–24 C-fok van, ami lényegében az enyhébb nyári napok hőmérsék-

letét idézi. Ugyanakkor a fűtött helyiségek levegője sokkal szárazabb, ezért a nyálkahártyák gyorsabban kiszáradnak, és ilyen állapotban kevésbé ellenállók a kórokozókkal szemben, vagyis a szervezet fogékonyabbá válik a fertőzésekre.

A meleg és száraz, fűtött levegő a bőrt is kiszáritja, ami kellemetlen viszketéssel és kivörösödéssel jár. Az agynak és a többi szervnek is szüksége van folyadékra ahhoz, hogy hatékonyan működjön, különben fejfájás és fáradtság jelentkezik. Tehát hiába izzadunk kevesebbet, ez nem azt jelenti, hogy folyadékigényünk kisebb lenne, mint nyáron. A hideg évszakban is ajánlott legalább napi másfél-két liter nyit meginni. Annak, aki sportol, a fizikai igénybevételtől függően ennél is több folyadékra van szüksége.

■ CsV



illusztráció

■ Csop V.

FOGSORRÖGZÍTÉS 2015

Rögzíttesse fogsorát

MINI IMPLANTÁTUMOKKAL!

A Mini Dental Implant (MDI) több évtizedes tapasztalattal rendelkező amerikai rendszer a fogprotézisek rögzítésére:

- minimális és egyszeri beavatkozás
- kedvező ár
- azonnali terhelhetőség
- stabilan ülő fogsor
- akár a régi protézis felhasználásával is
- nem kell többé ragasztó
- bizonyítja több mint 20 év tapasztalat és >1 millió beültetett implantátum



VÉGRE NYUGODTAN BESZÉLHET, MOSOLYOGHAT ÉS EHETI KEDVENC ÉTELEIT!

Az Ön megoldása:

Dr. Faluhelyi Péter fogorvosi rendelője a Margit híd pesti hídfőjénél, a Pozsonyi út elején.

Bővebb információért:

Tel: 239 20 83 • mobil: 20/929 0701

www.fogsorrogzites.hu
www.dr.faluhelyi.com

TELJESKÖRŰ FOGÁSZATI ELLÁTÁS



3M ESPE

www.mini-implantatum.hu

3M ESPE/DENT-EAST REFERENCIA RENDELŐ

AURIS

Hallásközpont

Auris – a barátságos hallásközpont

Az Ön hallásszakértője Újlipótvárosban

SZERETNÉ TISZTÁN ÉRTENI A BESZÉDET ÉS HALLANI A CSEND HANGJAIT?

Jelentkezzen be díjmentes hallásvizsgálatra
és tanácsadásra az Ön újlipótvárosi szakértőjéhez!

Auris Hallásközpont Kft.
1136 Budapest, Hegedűs Gy. u. 15.

www.aurishallaskozpont.hu
 Tel.: 06 1 798 9999
 Mobil: +(36) 30 9259689
info@aurishallaskozpont.hu



Delejes gerelyes

Százhuszadik adásnál jár Hegyi Iván Sportárs című beszélgetéssorozata a Tv 13-ban. Rovatunkban ezeket az interjúkat elevenítjük fel szerkesztett formában. A mostani vendég Németh Miklós, az 1976-os olimpia gerelyhajító bajnoka, aki Montrealban 94,58 méteres világsúccsal hódította el az ötkarikás aranyérmet.

– Szeretettel köszöntöm Németh Miklós olimpiai bajnokot, egyúttal többszörös családtagot. Elmondom, hogyan értem. A papa, Németh Imre is ötkarikás aranyérmes, többszörös világrekorder, a Népstadion alapító igazgatója volt. Ő és a fia is a Vasas-családhoz tartozott. Aztán Németh Miklós mindannyiunk családtagja – az én generációmát illetően mindenképpen –, mert egyikünk sem felejtí az azt a pillanatot, amikor 1976-ban, a montreali olimpián 94,58 méteres világsúccsal tett mámorossá bennünket, és átmította el az egész világot.

– Nem csak az édesapám, az anyukám is sportolt – magyar bajnok volt diszkoszvetésben –, de nyilván a papának volt meghatározó szerepe abban, hogy magam is kiemelkedő sportoló akartam lenni. Apám egyébként szerencsétlen korban élt, hiszen a második világháború a legjobb versenyzői éveit vette el, de amint felszabadult Budapest, lement a Marczibányi téri sporttelepre, és pörgette a bogyót... – A bogyót?

– Nem a labdát: a kalapácsot. E sportszer kezeléséhez, nyugodtan mondhatom, különleges érzéke volt: mindenekelőtt a technikájának köszönhetette, hogy 1948-ban, Londonban megnyerte a kalapácsvetést. Harmincegy éves korában lett aranyérmes, ezért mondom, hogy akár többszörös olimpiai bajnok is lehetett volna.

– Ötvenkétben olimpiai bronzérmet is kiérdemelt, majd ötvenháromtól úgy hozzá tartozott a Népstadionhoz, akár a pilonok...

– Így aztán voltak olyan események, amelyeket magam sem szalaszthattam el. Minden futballmeccsre kimehettem vele, nagyszerű mérkőzések seregét láttam. A legnagyobb élményt az Aranycsapat jelentette, már a bemelegítésnél odavoltam, a játékosok minden mozdulatát lestem.

– Ha így imádtad a labdarúgást, akkor miért atletizálni kezdte?

– Futballista azért nem akartam lenni, mert éreztem: nem válhatok briliáns labdarúgóvá.

– És miért nem a kalapácsvetést választottad?

– A kalapács maga roppant nehéz. Hármát fordulni vele, és arra dobni amerre kell, az sem egyszerű.

– A gerelyt irányban tartani sem lehet olyan könnyű...

– Valóban nem. Ám én a kalapáccsal még szédültem is a forgástól. Viszont gyakran elmehettem apukámmal a tatai edzőtáborba, ahol mindig adtak nekem egy labdát meg egy gerelyt.

– Gerelyt?

– Nem tudom, miért, de azt. Dobáltam a fára, hátha beleáll. Ezért nekem nem kellett megtanítani, hogyan tartsam a gerelyt, miként fussak vele...

– Ezzel együtt sem volt magától értetődő, hogy ötkarikás bajnok leszel. Már csak azért sem, mert az első olimpiádról csalódottan jöttél haza.

– Sajnos tucat-szám sérültem meg pályafutásom során. S egy ki-

hagyás, mondjuk, hat hét. Ráadásul az atlétikában végképp nem lehet alibizni: ha jót akarsz csinálni, százszázalékos állapotban kell lenned.

– Sérülten semmit nem lehet...

– Én megpróbáltam. Huszonegy esztendőskoromban, egy évvel az 1968-as olimpia előtt több mint hét métert javítottam egyéni rekordomon, és 87,20 méteres dobásommal túlszárnyaltam Kulcsár Gergely addigi magyar csúcsát. Csak hogy a combhajlító izmom állandóan fájt, ám ez az eredményeim egy ideig nem látszott meg. Csak hogy aztán a könyököm is megsérült. Kivittek ugyan az olimpiára, de nekem Mexikóban nem akadt sok örööm. Láttam a többieket, amint duzzadnak az erőtlől. Én meg a sérüléseim miatt tele voltam gátlásokkal.

– Hetvenhatban aztán már te vezette a világranglistát?

– Az olimpiáig nem. A finn Seppo Hovinen 93,54-gyel állt az élen, a világsúcsot pedig a német Klaus Wolfermann tartotta 94,08-

cal. Szerencsére Kulcsár Gergely lett az edzőm.

– A magyar olimpiai csapat háromszoros zászlóvivője.

– S ugyancsak három olimpián nyert érmet: egy ezüstöt, két bronzot. Mexikóban az utolsó sorozatban dobták túl ketten is. Ő ébresztett rá arra, hogy nem szükséges a kellenénél többet edzeni, s ezzel növelni a sérülés kockázatát.

– Azt olvastam a montreali világsúcsodról, hogy abban a kegyelmi pillanatban akár száz métert is dobhattál volna. Nem viccből kérdezem tehát: mi van, ha kihajítod a gerelyt a pályáról a Z szektorba?

– A megnyitó ünnepségen nagyjából ott álltam, ahol a gerely leesett a 94,58-as dobásnál. Ami pedig a száz métert illeti: egy amerikai tanulmány szerint, ha a dobás íve olyan lett volna, akkor az ereje alapján elérhettem volna akár a százegy métert is.

– Mit éreztél a becsapódás pillanatában?

– Tudtam, hogy világsúcsot dobtam, és azt is, hogy aznap már

nagy valószínűséggel senki nem kerül elé.

– Aztán többszörös olimpiai bajnok lettél. Úgy értem: a növendékeid és a Németh-gerelyekkel versenyzők, a brit Tessa Sanderson vagy a cseh Jan Zelezny tekintetében. Az ő sikereiket is a magadénak éreztet?

– Amikor Jan Zelezny az én gerelyemmel világsúcsot ért el, az megint csak végtelen boldogság volt.

– Hogyan lettél versenyzőből sportszervező és -gyártó?

– A pályafutásom befejezése után buherálni kezdtek a gerelyt. Az a szer, ahogyan mi mondjuk, vitorlázott. A német Uwe Hohn 104,80-nal ért el világrekordot 1984 nyarán, és akkor eljött az a pillanat, hogy mindenki elgondolkozzék: most már tényleg veszélyben van a nézők testi épsége. Azaz módosítani kellett a szeren. Én meg versenyzőként azt tapasztaltam, hogy minél tisztább a gerely, annál kevésbé megy jó irányba. Törtem a fejem, miként lehet fejleszteni, és a speciális érdes felülete miatt kelendővé vált a Németh-gerely.

– Peterdi Pál azt írta Bob Beamon 1968-as világsúcsáról: „890 centi. Az annyi, mint ez a szoba itt, meg az a szoba és hozzá a gang tekintélyes része.” A 94 méter 58 centit szobákban nem lehet számolni, de én emlékszem a helyiségre, ahol azt a dobást végignéstem. Amilyen büszke voltam hetvenhatban rád, olyan megtiszteltetésnek érzem, hogy kétezer-tizenötben itt voltál; köszönöm a beszélgetést.

Vasas Kubala Akadémia Utánpótlás bajnoki meccse

Focikupa Marokkóban

A Vasas Kubala Akadémia 12 éve-sekből álló focicsapata hazaérkezett a marokkói Danone Junior Világkupáról. 5 kontinens, 32 ország és mintegy 400 gyermek vett részt a 15. Danone Focikupa nemzetközi döntőjén Marokkóban. Az október 23–28. között megrendezett bajnokság meccseit a Grand Marrakesh Stadionban rendezték. A dobogós helyekért zajló mérkőzéseket a program nemzetközi nagykövete, Zinedine Zidane a pálya széléről követte figyelemmel. Az ötnapos világbajnokság során, a Magyarországot képviselő Vasas Kubala Akadémia 12 éves utánpótláscsapata 7 mérkőzésből 3 alkalommal győzött, de ez nem volt elég a dobogóhoz. A döntő mérkőzést Mexikó Marokkó ellen játszotta. A torna marokkói győzelemmel zárult. Zinedine

Zidane gratulált Marokkónak a hazai terepen elnyert Danone Focikupa tróféához. A többszörös világbajnok futball-legenda kifejezte büszkeségét, hogy részese lehetett egy programnak, amelynek célja segíteni a gyerekeknek a futball iránti

szenvetélyük kiteljesedésében és növelni a különböző kultúrák iránti tiszteletet. Sikereket kívánt a pályafutásukhoz, buzdítva őket, hogy továbbra is higgyenek az álmaikban!

■ L.A.



Diáksport Bemutató edzések

Vívó csatások

A sportágak utánpótlásbázisának biztosítása annak az új kezdeményezésnek a célja, amelyet áprilisban indított útjára a Magyar Diáksport Szövetség az EMMI Sportért Felelős Államtitkárságának támogatásával.

A Sport Legyen a Tied! címet viselő program keretein belül tíz sportági szakszövetség összesen több mint ezeregyszáz intézménybe helyez ki az adott sportágra jellemző speciális eszközöket. Az ötszázmillió forintos támogatási keretből megvalósuló projekt a sportági szakszövetségek szállítási ütemezése szerint az év végéig valósul meg. Az esz-

közcsomagban részesülő iskolákban – országszerte kétszáz-harminc helyen – sportágakat és sportegyesületeket bemutató eseményt szerveznek, hogy a diákok megismerhessék a lakóhelyük közelében található aktív sportszervezeteket.

November 9-én a Csata Utcai Általános Iskola volt a bemutató eseménysorozat helyszíne. Itt az iskola tanulói kis létszámú csoportokban a többi között a vívással és a kosárlabdával ismerkedhettek. Ez minden bizonnyal hozzájárul ahhoz, hogy a jövőben a csatások közül többen válasszák ezeket a sportágakat.

Cser Gábor

DÖRMI listája

A nagy erdő kis lakója,
Dörmiék pöttöm mackója
a kis Dorkának sorolta,
mit szeretne karácsonyra.

– Én csak három dolgot kérek:
labdát, autót, kockát, mézet!
Dorka a szemét mereszti:
– De hiszen ez már négy, Dörmi!

– Tényleg? Pedig még nincs vége!
Egy pár korcsolya is kéne,
villanyvonat, méz, hintaló,
és persze méz, vagy tiz akó!

– Én sokkal szerényebb vagyok,
elég, ha a fenyő ragyog! –
vágott közbe a kis Dorka. –
Nincs szükség ajándékokra!

– Na jó, talán pár csupor méz,
egy szép nyaklánc – nem sárgarézt! –,
babával, babaszobával
babaház, babakonyhával.

– Mert hát kedvesebb az ünnep,
ha nem bántja a szemünket,
hogy sívár a fa környéke,
– úgyhogy ez csak dísznek kéne!

Levelet hoz, de nem postás,
ásója nincs, és mégis ás.
Lába lent a földbe tűr,
koronája van – nagy úr.
Karjaival integet,
mondj gyorsan, mi lehet!



Találd ki!

Kedves gyerekek! A megfejtéseket november 26-áig várjuk. Elérhetőségeinket az impresszumban találjátok, a helyes megfejtők között értékes ajándékokat sorsolunk ki. 20. számunk megfejtése: 9 különbség volt a két kép között. Nyertesünk: Gombás Bernárd. Gratulálunk!

Gyertyafény Nagykorú táncosok

Születésnap gála



Nagykorú lett a Gyertyafény Keringő Klub, november 22-én immáron 18. jubileumi gálájukat tartják az Angyalföldi József Attila Művelődési Központban. Az egyesület vezetője, Orbán Ferencné elmondta, hogy változatos programokkal készülnek a születésnap rendezvényükre. Örömeikre szolgál, hogy több alapító tagot is köszönhetnek majd ez alkalommal. S bár egykori vezetőjük, Csukáné Jónás Ilona már nem lehet köztük, viszont lányának, Csuka Mónikának tanítványai minden biztonnal emlékezetes percek fog szerezni a társaságnak. Ezen a vasárnapon a klub tagjainak unokái is készülnek egy kis meglepetéssel, valamint táncversenyre is benevezhetnek a bátrabbak, míg Bakacsi Béla zenész és Dömsödi Farkas Bálint énekes a jó hangulatért lesz felelős. A rendezvény fővédnöke dr. Tóth József polgármester.

A mulatságra a törzstagok mellett a fiatal lelkületű, táncos kedvű érdeklődőket is várják! Bővebb információ a +36 (20) 547-9752-es mobilszámmon kapható.

AJAMK Koncert

Népzenei élmények

A magyar népzenei, világzenei élet megkerülhetetlen személyiségei, Herczku Ágnes és Nikola Parov november 20-án 19.00 órától az Angyalföldi József Attila Művelődési Központban lép színpadra. A koncerten a népszerű művészeket három kiváló népzenei, valamint Föld Sándor Fodor zongorán, harmonikán és ütőhangszereken kíséri. Jegyek a helyszínen vagy a kult13.jegy.hu internetes oldalon válthatók.

Karácsony Felajánlott holmik

Karitás vásár



Karácsonyi karitás vásárt tartanak decemberben a Szent Ágoston Kápolnaigazgatóság szervezésében. Felajánlhatja feleslegessé vált ruhaneműit, cipőit, játékeit, műszaki cikkeket, kisebb háztartási gépeit, illetve könyveit. Az összegyűlt adományokból rászorulóknak segítenek szebbé varázsolni karácsonyukat. A megmaradt holmikat tovább szállítják karitatív szervezeteknek. Kérnek minden jó szándékú embert, hogy hirdesse szomszédjainak, ismerőseinek ezt a jótékonyági akciót! Adományait november 30-ától december 2-áig este 17–18 óra között, valamint a vásár ideje alatt adhatják le. Helye: Községi helyiség, Radnóti Miklós utca 38. (bejárat a garázsudvar felől). A vásár ideje: december 3–4. 15–18 óra között. Érdeklődni Tóth Zoltán szervezőnél lehet a 06 (30) 682-8941-es telefonszámon.

VENDUNA ÉTTEREM

Vállaljuk céges, zártkörű rendezvények teljes körű lebonyolítását, szilveszterre is! Kérésére igényeinek megfelelő árajánlatot készítünk.



1137 Budapest,
Pozsonyi út 14.

Tel.: 06-20-775-3076

www.vendunaetterem.hu

Lájkolj minket facebookon is!



Programajánló

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

Rendezvények

november 20.	19.00	Péntek	Herczku Ágnes és a Banda koncertje Helyszín: AJAMK
november 21.	17.00		Indiai nap Helyszín: AJAMK
november 25.	17.00		Séták helyben – Kicsi hazánk: a főváros XIII. kerülete – Volt egyszer egy Szabócsalád Helyszín: AJAMK
november 26.	14.00		25 éves az Angyalföldért Egyesület – Jubileumi bemutatkozó rendezvény Helyszín: AJAMK
november 27.	19.00	Péntek	Strouse-Charnin: Annie Helyszín: AJAMK
december 1.	14.00		Nyugdíjas filmklub – Első a szerelem Helyszín: AJAMK
december 2.	18.00		Civil Kerekasztal – civil szervezetek képviselőinek összejövetele 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 Gyermek- és Ifjúsági Ház (AGYIH)
1138 Budapest, Dagály u. 15/A
Telefon: +36 1 330 5357



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



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



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



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



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



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

Kiállítások

egész évben	Városrészek összefonódnak Helyszín: AHGY
november 16. – december 11.	Gergely Nóra képzőművész kiállítása Helyszín: ÜKG
november 17. – december 4.	Bächer Iván emlékkiállítás Helyszín: Városház Galéria
november 26. – 2016. január 10.	Minya Mária kiállítása Helyszín: RAM
december 8. – január 18.	Blaskó János szobrászművész kiállítása Helyszín: Városház Galéria



Családi és gyerekprogramok

november 20.	10.00		Hófehér és Rózsapiros Helyszín: AJAMK
november 22.	11.00		Jambóza Bábcirkusz a BábaKalács Bábszínház előadása Helyszín: AGYIH
november 22.	10.30		Babakonzert a Babapáholy Társulat koncertje Helyszín: AGYIH
november 27.	10.30		Pocakkoncertek Helyszín: AGYIH
november 28.	17.00		Télapó gyere már! Helyszín: AJAMK
december 2.	10.00		Mikulás délután Helyszín: AGYIH
december 5.	16.00-19.00		



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

www.kult13.hu

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

Teret adunk a kultúrának!

LÁNG MŰVELŐDÉSI KÖZPONT
1139 Budapest, Rozsnyai utca 3.
Telefon: 349-6308, fax: 349-6307
e-mail: lang.muvelodesi@gmail.com
www.facebook.com/LangMuvelodesiKozpont

ELŐADÁS (ERE) 20., péntek 17.30
„Mit üzen a mának József Attila” címmel. Előadó: Nagy János.
ERZSEBET-BÁL 20., péntek 18.00–23.00
A TE + ÉN táncest keretében. Játsszik a Láng zenekar.
Belépődíj: 1000 Ft.
A 20 ÉVES KÉZFOGÁS EGYÜTTES JUBILEUMI MŰSORA 21., szombat 15.00–21.00
15 órától közismert operetttrészekkel, örökzöld melódiákkal, táncdalokkal és meglepetés vendégekkel várja Önöket a Kézfogás Együttes és szölistái. A műsort szerkesztette és az Kézfogás Együttest vezeti: Váradi Edit.
A műsor után tánc 21 óráig. Játsszik a Láng zenekar. A belépés díjmentes.
KIRÁNDULÁS VERESEGYHÁZÁN, MEDVEÓTHON ÉS TERMÁLFÜRDŐ LÁTOGATÁS
22., vasárnap 8.20. Találkozó: a Nyugati pályaudvar pénztártermében. Vonatindulás 8.48-kor. Előre jelentkezést kérünk! Túrávezető: Romcsék Kálmán, 70/277-1037, kromcsék@gmail.com
KATALIN-BÁL 27., péntek 18.00–23.00
A TE + ÉN táncest keretében. Játsszik a Láng zenekar.
Belépődíj: 1000 Ft.

FSZEK XIII/2. sz.
Radnóti Miklós Könyvtára
Pannónia u. 88–90. (RaM)
Tel.: 398-6280
h., sze., p.: 14–19, k.: 10–15, cs.: 12–16 óráig
FSZEK XIII/4. sz. Könyvtára
Lehel u. 31. Telefon/fax: 320-8829
h., sze., cs.: 14–19, k.: 10–15, p.: 11–15 óráig
FSZEK XIII/6. sz.
Angyalföldi Kertvárosi Könyvtára
Mosoly u. 40/A. Telefon/fax: 349-1532
h., sze., p.: 14–19, k.: 11–16, cs.: 12–16 óráig
FSZEK XIII/8. sz. könyvtára
Dagály u. 9. Telefon/fax: 340-3309, www.fsze.hu/dagaly, fszek1308@fszek.hu
h.–sze., p.: 9–19, cs.: 9–14, szo.: 13–18 óráig
Programajánló – Pöttömök játékdélutánja Társasjátéklub gyerekeknek – november 25. (szerda) 17.00
Tekerjünk egyet a diavetítőn! Diafilmklub gyerekeknek – november 27. (péntek) 17.30
Apropó: könyv! Beszélgetőklub – november 30. (hét-fő) 17.00, vezeti: Balla Ferenc
irodalmi szerkesztő, dramaturg
KÖNYVAJÁNLÓ:
Kissinger, Henry: Világrend (Antall József Tudásközpont, 2015)
Runkel, Hal Edward: Ordításmesmes gyerekeknevelés (Jaffa, 2015)
Vörösmarty Mihály: Irtoztos hazugság mindenütt (Lazi, 2015)
Aigner, Martin: Bizonyítások a könyvből (Typotex, 2013)



ANGYALFÖLDI Termelői Piac

1135 Budapest, Szent László út 21–23.



BUDAPESTI VIRÁGPIAC

www.viragpiac.hu

Telefon: 320-2635

magyar élelmiszerek és termelői áruk vására

minden vasárnap 8.30–13 óráig



A műsorváltoztatás jogát fenntartjuk!



APRÓHIRDETÉSEK ✧ APRÓHIRDETÉSEK ✧ APRÓHIRDETÉSEK

ONLINE APRÓHIRDETÉS-FELVÉTEL A NAP 24 ÓRÁJÁBAN: www.hirnokapro.hu

SZOLGÁLTATÁS

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

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

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

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



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

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

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

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

PARKETTACSISZOLÁST, lakkozást, javítást, lerakást vállalok. Barabás, kispáros. XIII., Visegrádi u. Tel.: 06-70-280-0479, <http://parkettazokispapos.5mp.eu>

FÜRDŐSZOBÁK, konyhák felújítása, átalakítása! Csempeburkolás, kőművesmunkák, vízszelvény! Anyagbeszerzéssel, garanciával! Teljes lakásfelújítás! Ajtó-, ablakcsere! Tel.: 06-20-961-6153, www.burkologuru.hu

LAKATOSMESTER! Rácsok, kapuk, kerítések. Zárnnyítás, zárcsere, lakatosmunkák. Tel.: 06-30-299-1211, www.racskeszites.hu

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

TELJESKÖRŰ KÖNYVELÉS, társaságok, egyéni vállalkozók, östermelők részére nagy tapasztalattal, diszkrécióval. Belsőirányítás, tanácsadás, képviselet. Web: www.nysoft.hu. E-mail: lajos.nyiri@nysoft.hu. Hívjon bizalommal! Tel.: 06-30-355-9300

SZÁMÍTÓGÉPES PROGRAMOK vállalkozása részére. Kedvelt, megbízható számlázó, készletnyilvántartó, könyvelő, bérelszámoló stb. programok sok elégedett referenciával. **AKCIÓK!** Ne hagyja ki! Programozás igény szerint. Web: www.nysoft.hu. E-mail: lajos.nyiri@nysoft.hu. Hívjon bizalommal! Tel.: 06-30-355-9300

VÍZ-, GÁZ-, FÜTÉSSZERELÉS

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

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

FESTÉS, MÁZOLÁS

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

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

KÖZÖS KÉPVISELET

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

TÁRSASHÁZAK közös képviseletét vállaljuk családi vállalkozásban, szakértelemmel, gyakorlattal, reális, egyedi árakon. Tel.: 06-30-966-6052

RÉGISÉG

ZSAZSA GALÉRIA AZONNALI KÉSZPÉNZÉRT VÁSÁROL! Tört-fazonarany 6500–12 000 Ft/g
Tört-fazonezüst 150–800 Ft/g
Antik bútorokat, pénzürmeket, festményeket, porcelánokat, órákat, korall ékszereket, mindent, ami régi, akár teljes hagyatékot! FIGYELEM!
A mézsárga borostyánt 1000–2000 Ft/g áron vásároljuk!
Várjuk szeretettel: XIII., Hollán Ernő u. 4. Tel.: 350-4308, 06-70-884-4084 E-mail: antikicko@gmail.com

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

MINDENNEMŰ régiséget vásárolok díjtalan kiszállással. Bútort, festményt, porcelánt, kerámiát, borostyánt, órákat, szőnyeget, numizmatikát, bronz tárgyakat, hirdástechnikát. Pintér Nikolett. Tel.: 466-8321, 06-30-973-4949

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

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

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

RÉGISÉGEK TÉLEN-NYÁRON, GOGOL U. 23. Azonnali készpénzért vásárolunk: régi képeslapokat, fotókat, mindenféle papírrégiséget, jelvényt, kitüntetéseket, antik könyveket és műtárgyakat. Nyitva: h-cs: 10–18, p: 10–14 óráig. Tel.: 06-70-609-9985

INGATLAN

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

PÉCSI házaspár nagyon sürgősen lakást keres a kerületben. Hitelét, tartozását kifizetjük! Hívjon most! Tel.: 06-70-943-0444

ELADÓ, min. kétszobás lakásokat keresek befektetésnek, aktuális piaci áron vagy egy kicsit afölött, tulajdonostól. Tel.: 06-30-300-7533

ELADÓ XIII. ker., Kárász u.-ban 2 szobás, I. em-i, 50 nm-es, összkomfortos lakás. Ir.ár: 10 M Ft. Tel.: 06-70-394-4341

VILÁGOS, újlipótvárosi lakást vásárolnék saját részre, azonnali fizetéssel, bármilyen állapotú (nem közvetítő!). Tel.: 06-70-255-0966

A XIII. Kerületi Egészségügyi Szolgálat Közhazsnú Nonprofit Kft. bérbevétele kínálja az alábbi helyiséget: **A XIII., Szegedi úti Szakorvosi Rendelő** III. és IV. emeletén, a betegváróval egy légtérben lévő, 7 nm-es üzlethelyiséget. Az üzlethelyiség frontja nyitott, amely motoros működtetésű ráccsal zárható. Érdeklődni a 452-4204 telefonon lehet

EGÉSZSÉG

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

MASSZÖRKÉNT várom frissítő-, relaxáló-, olajos-, thai-, talp-, svéd- és babamasszázsszakra a kellemes, otthonos, XIII., Vág u.-i magánstúdiómba kedvező áron. Hívjon bizalommal! Böhm Erika. Tel.: 06-30-680-6720

PSZICHOTERÁPIÁS MAGÁNRENDELÉSRE várom azokat, akiknek lelki egyensúlyzavarok háttérben álló problémák (önbizalomhiány, szorongás, kapcsolati zavarok) feldolgozására van szükségük. Dr. Lányi Péter. Tel.: 06-30-215-5307, e-mail: dozsa60@gmail.com

FÁJDALOMCSILLAPÍTÁS (izmok, inak, inhuvely, szalagok, ízületek), korlátozott mozgásterjedelem oldása SIPS akupresszúrás kezeléssel. E-mail: info@harmonizalas.hu, www.harmonizalas.hu. Tel.: 06-70-514-0885

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

FOGORVOS

VISEGRÁDI utcai rendelő fogászatának tapasztalt, megbecsült fogorvosai **dr. Sigmund Péter** (06-30-388-6650), **dr. Szóts Edit** (06-20-310-8964), **dr. Balogh István**, valamint **dr. Tóth Éva**, **dr. Tóth Attila** (implantológus) egyetemi oktatók (801-2848) a XIII., Hegedűs Gyula u. 91. alatt modern, jól felszerelt rendelőben folytatják fogászati tevékenységüket, és várják régi és új betegeiket! **DR. HONT ZSUZSA** fogorvos elérhetősége: 06-30-416-3640

GONDOZÁS

BENTLAKÁSOS intézetünkben az ország egész területéről idős, ápolásra szoruló (fekvő is) embereknek azonnali elhelyezést biztosítunk. Ápolással, teljes ellátással, egyszerű nagy összegű befizetés nélkül, napidíj ellenében. Akár egy hónapra, átmeneti időszakra is. Címünk: Ezüstfény Gondozóház Egyesület (1139 Budapest, Hajdú utca 46.) Tel.: 782-9013 vagy 782-9001. E-mail: ezustfeny13@gmail.com

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

OKTATÁS

NYELVTANÁRKERESŐ WEBOLDAL! Regisztrálj, ha tanítási szeretnél, vagy keresd meg a számodra legjobb nyelvtanárt! www.nyelvtanarkereso.hu

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

ANGOLOKTATÁS minden szinten az Árpád hídnál, tapasztalt tanárnőnél. Tel.: 06-30-382-4175, e-mail: angoltanar@upcmail.hu

MATEK-ÉRETTSÉGI? KEZDJÜK IDŐBEN A FELKÉSZÜLÉST! Gyakorlott, fiatal, türelmes magántanár vállal korrepetálást – elsősorban 9., 10. és 11. osztályos tanulók részére. Újlipótvárosban házhoz is megy! Tel.: 06-30-258-2290

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

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

SEMELYISÉGEFEJLESZTÉS, komplex képzés. 2016. január: stresszoldó, képességfejlesztő technikák. Március: arcelemzés, viselkedésgenetika, kommunikáció... E-mail: info@harmonizalas.hu, www.harmonizalas.hu. Tel.: 06-70-514-0885

TÁRSASTÁNC tanfolyam indul kezdőknek január 19-én a Roxy Stúdióban (XIII., Tátra u. 4.) keddenként 20.00–21.30 óra között. Tel.: 06-30-982-7672, www.tarsastanctanfolyam.hu

SZÁMÍTÁSTECHNIKA

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

ÁLLÁS

A XIII. Kerületi Egészségügyi Szolgálat Kh. Nonprofit Kft. pályázatot hirdet radiológus, reumatológus és bőrgyógyász szakorvosi állás betöltésére. A munkaviszony teljes vagy részmunkaidős foglalkoztatásra, határozatlan időtartamra szól. Nyugdíjas orvosok jelentkezését is várjuk. Pályázati feltételek: orvostudományi egyetem, adekvát (radiológia/reumatológia/bőrgyógyász) szakorvosi szakvizsga, érvényes státusz az ENKK működési nyilvántartásában és érvényes kamarai tagság, 3 hónapnál nem régebbi erkölcsi bizonyítvány. Az állás folyamatosan betölthető. A pályázati kiírással kapcsolatos további információt nyújt dr. Hertzka Péter ügyvezető igazgató a 06-30-940-4212 telefonszámon

EGYÉB

VIDÉKI, 7 ÉVES KISFIÚ TÁMOGATÓT KERES. Anyja elhagyta, gyámja lebénult, új gyámja munkanélküli. Pedagógusa telefonszáma: 06-20-596-3394

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

ONLINE APRÓHIRDETÉS-FELVÉTEL A NAP 24 ÓRÁJÁBAN: www.hirnokapro.hu

AZ APRÓHIRDETÉS ÁRA 15 SZÓIG BRUTTÓ 2700 Ft, EZEN FELÜL SZAVANKÉNT 127 Ft.

LAPUNK KÖVETKEZŐ SZÁMA DECEMBER 3-ÁN JELENIK MEG. LAPZÁRTA: NOVEMBER 23.

A lapban megjelenő hirdetések tartalmáért a szerkesztőség nem vállal felelősséget.

JÓZSEF ATTILA
SZÍNHÁZ

DECEMBER HAVI MŰSOR

Előadások a nagyszínpadon

Balfácánt vacsorára!	dec. 1. kedd	19:00
Komámasszony, hol a stukk?	dec. 2. szerda	19:00
Othello	Szendri bérlet dec. 3. csütörtök	19:00
Helyet az ifjúságnak	dec. 4. péntek	19:00
Csizmás kandúr	dec. 5. szombat	10:00
Kaviár és lencse	dec. 5. szombat	19:00
Csehov: Sirály	Szatmárméreti Északi Színház Harag György Társulat dec. 6. vasárnap	19:00
Mikulás délelőtt	Nézőtéri előcsarnok dec. 6. vasárnap	10:30
Csalóka szivárvány	dec. 8. kedd	19:00
Angyal földi ballada	NYILVÁNOS FŐPRÓBA dec. 11. péntek	11:00
Angyal földi ballada	Bánffy György bérlet dec. 11. péntek	19:00
Angyal földi ballada	Bemutató bérlet dec. 12. szombat	19:00
Angyal földi ballada	Egri István bérlet dec. 13. vasárnap	15:00
Angyal földi ballada	Belkény István bérlet dec. 13. vasárnap	19:00
Angyal földi ballada	Gobbi Hilda bérlet dec. 14. hétfő	15:00
Othello	20% KEDVEZMÉNY Marti Lajos bérlet dec. 15. kedd	19:00
Hattyúdai a Republic Együttessel	20% KEDVEZMÉNY dec. 17. csütörtök	19:00
Kaviár és lencse (zártkörű)	20% KEDVEZMÉNY dec. 18. péntek	14:30
Hattyúdai a Republic Együttessel	20% KEDVEZMÉNY dec. 19. szombat	15:00
A három sárkány	20% KEDVEZMÉNY Schütz Ádám bérlet dec. 20. vasárnap	15:00
Mici néni két élete	20% KEDVEZMÉNY dec. 21. hétfő	19:00
Indul a bakterház	20% KEDVEZMÉNY dec. 22. kedd	19:00
Helyet az ifjúságnak	dec. 26. szombat	15:00
Nyakigláb, Csupaháj, Málészáj	dec. 27. vasárnap	10:00
Cigánykerék	dec. 27. vasárnap	19:00
A három sárkány	Fodor Imre bérlet dec. 28. hétfő	19:00
Balfácánt vacsorára!	dec. 29. kedd	19:00
Angyal földi ballada	dec. 30. szerda	19:00
Szilveszterezzen velünk!	dec. 31. csütörtök	16:00
Szilveszterezzen velünk!	dec. 31. csütörtök	21:00

A színház a művészeti tevékenység jogát fenntartja.

13. KERÜLETI ÖNKORMÁNYZATI KÁRTYABIRTOKOSOKNAK
10% KEDVEZMÉNY BIZTOSÍTUNK MINDEN JEGYÜNKRE!

József Attila Színház 1134 Budapest, Váci út 63.

JEGYPÉNZTÁR: H-V: 13.00-20.00, Tel.: 06 1 270 75 14

SZERVEZESI OSZTÁLY: H-CS: 10.00-18.00, P: 10.00-17.00, Tel.: 06 1 320 58 77

ALLEE BEVÁSÁRLÓKÖZPONT, Jegyiroda: H-P: 14.00-20.00, SZO: 12.00-20.00, Tel.: 06 70 455 51 51

PAVILON Jegyiroda, Jászai Mari tér: H-SZO: 10.00-18.00, Tel.: 06 70 490 74 10

www.jozsefattilaszhaz.hu

Újpesten várja Önt
a **Benkő Református Iskola**
6 éves kortól érettségig!Bővebb információ:
www.benkorefi.hu**VÁROSFAL Antikvárium**
vásárol készpénzért könyveket,
könyvtárakat, hanglemezeket,
DVD-t, vitrintárgyakat,
képeslapokat, hagyatékot.
Díjtalan kiszállítás.
Tel.: 332-0243, 06 (20) 922-0001**A Fiaстыúk Alapítvány (1139 Bp., Fiaстыúk u. 47-49.)** adószám: 18081187-1-41 köszönetet mond mindazoknak, akik személyi jövedelemadójuk 1%-át a 2014. évben a Hegedüs Géza Általános Iskola számára ajánlották fel. A befolyt 924 604 Ft-ot fénymásoló lízingelésére, számítógép felújítására, a kis játszótér karbantartására, versenyek, nevezési díjak nyelvvizsgák támogatására, könyvjutalmakra, tehetséggondozásra, könyvtárfejlesztésre, az iskola működési költségeire fordítottuk.LÉLEGZETELÁLLÍTÓ
LÉGIFELVÉTELEK

www.flyvideo.hu

BELVÁROSI

OPTIKA
SZEMÉSZETSzemvizsgálat 3 éves kortól, szemfenékvizsgálat,
magas vérnyomás, cukorbetegség okozta szemészeti problémák,
szürkehályog és zöldhályog diagnosztikája és gondozása.
Szemüveg készítése csecsemőkortól, minden korosztálynak.**A SZEMVIZSGÁLAT NEM CSAK LÁTÁSKORREKCIÓ**
Állandó 20%-os nyugdíjas- és diákkedvezményNyitva tartás: H: 10-19h, K-P: 10-18h, **Szo: 10-14h** • 1137 Budapest, Tátra u. 12/b
Bejelentkezés telefon: 780-2635 • info@belvarosioptika.eu • www.belvarosioptika.eu

Önnek is zúg a füle?

Mi hozzásegítjük a gyógyuláshoz!
Szakszerű információkért, segítségért hívja
a Magyar Tinnitus Egyesület
információs vonalát:
06 (1) 410-8811
info@tinnitus.hu,
www.tinnitus.huITT A VÁSÁRNAP IS VÁSÁRNAP!
Pajtás ABC
nyitva tartás: 6-20 óráig.(Pajtás utca 24., Göncöl utcai futballpályával szemben)
Forró kávé – családi hangulat
NAPONTA FRISS pékáru, tejtermékek,
felvágottak, zöldség-gyümölcs.
OLCSÓ szeszes ital, sör, bor, vegyiáru,
papíráru, állateledel.XIII. KERÜLET
HÍRNÖK

AZ ÖNKORMÁNYZAT LAPJA

Megjelenik kéthetente, 67 000 példányban.

Alapító főszerkesztő:

Sas György (1922–2004).

Felelős szerkesztő: Machos Ferenc.

Szerkesztők: Czeglédi Ildikó,

Jusztusz Gábor, Kálmán Attila.

Fotó, tördelés: Holczer

Kiadja a **Sprint Kft.**www.sprintkiado.hue-mail: hirnok@sprintkiado.hu

Hirdetésvétel: Sprint Kft.,

1137 Bp., Újpesti rkp. 7.,

hétfőtől péntekig 9–15 óráig,

tel.: 237-5060, 237-0242, fax: 237-5069,

e-mail: hirdetes@sprintkiado.hu

Év végi rendezvények, céges partik tökéletes helyszíne!



a Lehel térenél! **06-1 270 0366**

XIII. kerület
Visegrádi utca
50/a

Korlátlan étel-, ital- és koktélfogyasztás fix áron! www.trofeagrill.net

ÉTEL HÁZHOZSZÁLLÍTÁS TRÓFEA GRILL ÉTTEREM



Telefonon és a weboldalon érkező rendelések esetén

10 % kedvezményt biztosítunk az árból!

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



Tel.: 06 30 878 0505 | 06 1 878 0505 | www.trofea.hu

	MÁR ABBA- HAGYTA AZ AKTÍV SPOR- TOLÁST	NAGY- ÜZEMI (TERME- LÉS)	NAGYOBB MÉHCSAPAT	ÜTSZÉLI VÍZ- ELVEZETŐ	HANGOS- KODIK A LIBA	KÖZÉPEN FOGÓ!	A KÉN VEGYJELE	MUSZLIM PAP (mollah)	SZÁM- SZERÜ TÉNY	GÁZ, NÉMETÜL	NYÉL KÖZEPE!	
MEG- FEJTÉS, 1. RÉSZ												A
GAZDASÁGI TERMELÉSI SEKTOR							NEM KÉSİK EL ONNAN FA ÁGAI METSZI					
NYILALLIK, TOMPÁN FÁJ A SEB						USCHI ...; SZÍNÉSZNŐ AJTÓT NYIT NEKI					KÖZÉPFOK! POHÁRBÓL KIFOGYOTT ITALT PÓTOL	
ASTRON- CIUM VEGYJELE			ÖTVÖZŐFÉM							UNGVÁR HATÁRAI!		
ZSAROLNI KEZD!			ABBA AZ IRÁNYBA		SZICÍLIAI KIKÖTŐ (gela)	ARZÉN VI.		SVÁKI HÍRRODA AZ INDIUM VEGYJELE		GÁRDONYI SZÍN-MŰVE		
SZÉP ERNŐ MÉSE- DRÁMÁJA						CÉLT TÉVESZT FÖLD- RÉSZNÖK						
MEG- FEJTÉS, 2. RÉSZ								DE MENY- NYIRE! ELAKAD, MEGSZORUL				
...ET LABO- RA! A BEN- CÉSEK JEL- MONDATA				BEVETET- LEN FÖLD HUNOR MA- GOR ANYJA				SZÓTOL- DALEK DENIS ...; ÜRTURISTA				
PÁRATLAN NYÜGI			MÁRVÁNY- MINTÁZAT ATLÉTI- KA(I), RÖV.							TÉTEL BE- VEZETÉSE! FOGADÁS ÖSSZEGE		
AZ URÁN VEGYJELE		POZITÍV ELEKTROD TEJÜT HANGZÓI					MŰKÖDNI KEZD A TŰZHÁNYÓ E NAPON					
VIRÁGOT SZAKÍT						LASKA (TÉSZTA) LITER, RÖVIDEN						
IDEJÉT- MŰLT (ÁLLÁS- PONT)												

Előző rejtélyünk helyes megfejtése: Egy falat kenyér és egy csipetnyi szó. Nyerteseink: *Kasza Anita, Köves Béláné*. Aktuális feladványunkban egy rangos díj nevét rejtettük el. Beküldési határidő: november 23. A helyes megfejtést beküldők között a Csalóka szivárvány című előadásra sorsolunk ki tiszteletjegyeket a József Attila Színház jóvoltából. Postacímünk: 1137 Bp., Újpesti rkp. 7. E-mail: hirnok@sprintkiado.hu.

Ha képbe akar kerülni a XIII. kerületről,

NÉZZE A TV13 ADÁSAIT!

Szerkesztőség és stúdió: József Attila tér 4.
Telefon: 788-7098, e-mail: tv13@sprintkiado.hu



SPORTÁRS Hegyi Iván műsora
november 18.:

Jókay Zoltán –
röplabda vezetőedző, Vasas



EGY FALAT KENYÉR ÉS EGY CSIPETNYI SZÓ
B. Tóth László műsora

november 20.: Józsa Imre –
színművész, szinkronszínész
(Nicolas Cage, Chevy Chase magyar hangja)



Online hirdetésfelvétel a nap 24 órájában: www.hirnokapro.hu
Ha megjelenne a TV13 képsíkjában, esetleg készítené egy rövid
reklámfilmet vállalkozásáról, írjon a hirdetes@sprintkiado.hu
e-mail címre vagy hívjon minket a 237-5060-as telefonszámon!

POP TÁRISZNYA

AZ IGÉNYES ZENÉK TÁRHÁZA,
NAPI 24 ÓRÁBAN
www.poptarisznya.hu