

XVI.

KERÜLETI ÚJSÁG

A XVI. KERÜLETI ÖNKORMÁNYZAT LAPJA · XXI. évfolyam 6. szám · 2012. április 14.

2 Új sportpályák épülnek



3 Egy nap az egészségért



7 Öcsi bácsi díszpolgár lett



8 Egy világsztár Mátyásföldön



Felhívás Szeretet és Hűség Napja

**Május 18.
péntek 17.00
Erzsébetligeti
Színház**



A Szeretet és Hűség napján a Corvin Művelődési Ház és a XVI. kerületi Önkormányzat hagyományosan azokat a házaspárokat köszönti, akik ez évben ünneplik 25., 30., 35., 40., 45., 50. és 50. év feletti házassági évfordulójukat. A házaspárok, családjukkal, meghívott vendégeikkel, barátaikkal ünnepelhetik évfordulójukat. A házassági hűségeskü ünnepélyes megújítását emléklappal igazoljuk. Kérjük a házassági évfordulójukat ünneplőket, illetve azokat a családtagokat, barátokat, akik meglepetésként szeretnék szüleiket, barátaikat meghívni erre az ünnepségre, hogy jelentkezzenek!

JELENTKEZÉSI HATÁRIDŐ: MÁJUS 10.

A részvételi díj 2500 Ft/fő, amely magában foglalja az ünnepi műsort és a vacsorát. Regisztrálni a jelentkezési lap kitöltésével és a házassági anyakönyvi kivonattal lehet az Erzsébetligeti Színház információs pultjánál.

Műsor:

I. Kertvárosi Tehetségkutató verseny döntősei: Jánoki Mária, Fábrián Rigó Botond. Operett csokor a Rácz Aladár Zeneiskola növendékei előadásában. Sztárvendég: Poór Péter.



RÉSZLETES
INFORMÁCIÓ:



Szabó Patrícia, Tel.: 06-1/401-30-60
E-mail: szabo.patricia@kulturliget.hu



Új sportpályák épülnek

Megkezdődött a műfüves pálya építése az Ikarus sporttelep területén. Kovács Péter polgármester április 11-én ez alkalomból tartott sajtótájékoztatót a helyszínen, ahol hangsúlyozta: a Fejlődő Kertváros Programon belül zajlik egy „fejlődő sportváros program” is, amelynek keretében a kerületben minden évben megújul egy, már meglévő sportlétesítmény, vagy épül egy új. A polgármester kiemelte: az új műfüves pálya XXI. századi körülményeket biztosít majd elsősorban a focista gyerekeknek. A beruházás során új parkolókat alakítanak ki, és nagy hangsúlyt fektetnek az akadálymentesítésre is. A közel 25 millió forintos beruházás részét képezi még egy játszó-

tér, ahol nemcsak a gyerekek számára lesznek játékok, de a felnőttek részére is elhelyeznek úgynevezett „seniorfitness” eszközöket, ugyanakkor a sportolási lehetőségek bővítése érdekében az Önkormányzat épít egy petanque pályát is. Kovács Péter elmondta: a Képviselő-testület döntött arról, hogy a Keringő utcai sportpálya eladásából származó bevételből létrehozhatnak egy műfüves pályát az MLTC-n, illetve építenek még egyet az Ikarus területén is. Az első, Önkormányzat által épített műfüves pályát várhatóan május közepén adják át - zárta tájékoztatóját a kerület vezetője. Az eseményen részt vettek a kivitelező cég képviselői is (képünkön).



www.budapest16.hu



Régi ember új szerepben

Szolgálunk és védünk! - így szól a rendőrség mottója. Április 1-jétől a XVI. kerületi rendőrséget új kapitány irányítja. Dr. Tóth Sándorral az előtte álló kihívásokról beszélgettünk. (Folytatás az 5. oldalon)

A testületi ülésről jelentjük



Tovább bővül a térfelügyelő kamera rendszer

Elindul a próbaüzem a Centin

2011-ben a Kertváros lett a legbiztonságosabb kerület Budapesten. Ez annak is köszönhető, hogy tavaly a Jókai lakótelepen 12, a Sashalmi Piac környékén 3, a Havashalom parkban pedig egy térfelügyelő kamerát helyeztek el, amelynek következtében jelentősen csökkent a bűncselekmények száma. Ezért a Képviselő-testület elfogadta Kovács Raymund alpolgármester, bővítéssel kapcsolatos javaslatát. A rendőrség munkatársai hamarosan befejezik a 16 kamera telepítését, így a Centenáriumi lakótelepen is elkezdődik a próbaüzem. Az Önkormányzat 2012. december 31-ig kötött meg-

állapodást a BRFK-val a térfelügyelő rendszer üzemeltetésére. A szolgálat ellátásához továbbra is egy-egy adminisztratív és informatikai munkatársra, illetve 2 operatív rendőrré van szükség.

Elfogadták a 2011-es beszámolót

Ancsin László jegyző beszámolójában összefoglalta a Polgármesteri Hivatal előző évi munkáját, emellett köszönetet mondott a dolgozóknak.

Kiss Dánielt továbbra is támogatják

Ahogy arról lapunkban már beszámoltunk, Kiss Dániel Európa-bajnoki bronzérmes gátfutó teljesítette az olimpiai kvóta megszerzéséhez szükséges A szintet, ezzel

megszerezte a jogot arra, hogy ott legyen a 2012-es londoni ötkarikás játékokon. A kiemelt sportolók felkészülését az Önkormányzat is segíti, ezért a Testület újabb anyagi támogatást szavazott meg a kerületi sportolónak. **A fiatalok lakást, a sportolók új pályát kapnak**

A Testület elfogadta azt a javaslatot, amelynek értelmében az Önkormányzat felparcellázza és értékesíti a Keringő utcai, elavult és fejlesztésre már nem alkalmas sportpályát. A képviselők döntöttek arról is, hogy a területre a Kertváros legszigorúbb építési szabályzata lesz érvényes. Ennek értelmében egy telken csak egy lakás épülhet, hogy ne vállalkozók vásárolják fel a területet lakópark építése céljából, hanem a kerületi fiatalok juszanak így telekhez. Az eladással egyrészt az itt élőknek kívánunk segíteni az otthonteremtésben, másrészt a befolyó összeget egy új sportpálya építésébe fektetik.

Új sportpályák épülnek

Az Ikarus sporttelep területén most elindult műfüves pálya építése mellett további két pálya kialakítását készíti elő az Önkormányzat. Az idei év új sportberuházásaival kapcsolatban Kovács Raymund alpolgármesterrel beszélgettünk.

MUNKATÁRSUNKTÓL

– *Idén milyen sportcélú fejlesztéseket tervez az Önkormányzat?*

– A Magyar Labdarúgó Szövetség (MLSZ) országos pályaépítési programba kezdett, és ezzel kapcsolatban pályázatot hirdetett, amely műfüves pályák építésére nyújt lehetőséget. Ez egy olyan speciális pályázat, amit a látvány-csapatsport program (köznapin néven TAO) keretében valósítanak meg. Ez azt jelenti, hogy a cégek a társasági adóból leírhatják ezt a támogatást. Ez a pályázat elsősorban az utánpótlás-nevelés infrastrukturális feltételeinek javítását, a sportoló gyerekek létszámának növelését, valamint a szabadidős futball körülményeinek jobbá tételét tűzte ki célul. Mindez összhangban van a XVI. kerületi Önkormányzat elképzeléseivel. Ennek keretében a most beadott pályázattal egy nagyméretű műfüves pálya építésére szeretnénk támogatást nyerni az Ikarus pályán, és egy 20x40 méteres pálya létrehozására az MLTC-n. A 60 millió forintos önerőhöz az MLSZ 150 millió forinttal járul hozzá.

– *Miért jó a kerületi sportegyesületeknek, ha nyerünk a pályázaton?*

– Azért, mert ez nem csak anyagi támogatást nyújt, hanem egy hosszú távú együttműködést is lehetővé tesz az MLSZ-el, hiszen a pályákat legalább 15 évig fenn kell tartani, illetve részt kell venni az MLSZ utánpótlás-nevelő programjában, az úgynevezett Bozsik-programban. Ebben már egyébként is részt vesz 3 kertvárosi egyesület, az Ikarus, az MLTC és a RAFC is. A szintén a kerületben működő, FC Budapesti Sólymok pedig szakmai együttműködő

partnere a Puskás Akadémiának. Vagyis utánpótlásból nincs hiány. Az Önkormányzat az elmúlt években jelentős összegeket fordított a sport támogatására és az ilyen típusú beruházásokra, amellyel a Kertváros kiemelkedik a budapesti kerületek közül. Hogy csak a legfontosabbakat említsük: 2 uszoda, egy-egy öltözőépület az MLTC-n és az Ikarus sporttelepen, az Atlétikai Centrum lelátója és a rekortán pálya, a Sashalmi Piacon lévő sportcsarnok, illetve a Havashalom parkban lévő sportpályák. Ebbe a sorba illeszkednek a pályázati pénzből építendő műfüves pályák, amelyekre óriási igény van, mivel összesen több, mint 750 igazolt labdarúgó sportol a kerületben, több, mint 40 csapatban. Mindemellett ezek a sportpályák alkalmasak lesznek iskolai versenyek megrendezésére, valamint a felnőttek is igénybe vehetik szabadidejükben.

– *Mi a különbség a műfüves és a természetes pálya között?*

– Aki valaha is focizott, az tudja, hogy igazából a jó füves pálya semmihez sem hasonlítható. A folyamatos igénybevétel viszont nem bírja, esős időben és télen szinte teljesen használhatatlan, nyáron pedig renoválni kell. A kerületi egyesületek legnagyobb gondja, hogy emiatt egy évben 5-6 hónapra pálya nélkül maradnak. A műfüves pályák nagy előnye, hogy időjárástól függetlenül egész évben alkalmasak sportolásra. Természetesen ezek is igényelnek karbantartást, de fenntartásuk jóval olcsóbb, mint egy normál pályáé.

– *Felröppentek olyan hírek, amelyek szerint a Keringő utcai pályát kizárólag ha-*



szonszerzés céljából kívánja értékesíteni az Önkormányzat.

– Fájó szívvel ugyan, de arra a döntésre jutott a Képviselő-testület, hogy ez a terület már nem alkalmas a fejlesztésre, ezért inkább eladja az Önkormányzat. A pálya ugyanis kicsi, a kiszolgáló helyiségek elavultak, nincsenek parko-

lók, vagyis a színvonalas és kulturált sportolási lehetőség nem teremthető meg ezen a területen. A telek eladásából befolyó összegből az Önkormányzat az itt sportoló gyerekek számára is szeretne XXI. századi körülményeket teremteni az Ikarus sporttelepen építendő pályákkal.

Az FC Budapest Sólymok közleménye

A közelmúltban egy kisebb demonstrációra került sor a Keringő utcai sporttelep előtt. Ezt követően az egyesületünket többen politikai céljaira próbálták (ki)használni.

Klubunk, 2008 novemberi megalakulása óta a XVI. kerületben működik. Saját sportpálya hiányában sokszor méltatlan körülmények között foglalkoztunk a gyerekekkel, mégis sikereket értünk el. Munkánkat elismerve, az Önkormányzat vezetése felkarolta egyesületünket, és biztosította számunkra a Keringő utcai sporttelep használatát. 2010 szeptemberétől vehetjük igénybe a sportpályát és az öltözőket, napjainkban legtöbbször, az itt focizó csapatok közül. Ezért köszönettel tartozunk az Önkormányzatnak.

Most olyan emberek szervezkednek az Önkormányzat ellen – magukat a sport barátainak feltüntetve – akiket korábban sohasem láttunk sem a sport, sem a pálya környékén. Ránk hivatkoznak, és bennünket akarnak megmenteni. Köszönjük, de nem kérünk belőle!

Mi, ahogy eddig, továbbra is maximálisan bízunk az Önkormányzat vezetésében. Sajnáljuk, hogy hamarosan eladják a jelenlegi pályánkat, de reméljük, hogy a közeljövőben az Ikaruson megépül az a minden szempontból színvonalasabb sportlétesítmény, ahol nemcsak mi, hanem a többi kerületi csapat is ideális körülmények között edzhet, sportolhat.

Czuk Henrik
az egyesület elnöke

Több százan vettek részt a Kertvárosi Egészségnapon Egy nap az egészségért

Március 31-én érdekes programon vehettek részt azok a kerületi polgárok, akik fontosnak tartják, hogy foglalkozzanak az egészségükkel. Ezúttal is nagy sikerrel zajlott a Kertvárosi Egészségnap, amit már hetedik alkalommal rendeztek meg. A Jókai utcában, a kerületi Szakrendelő előtt már délelőtt 10 órakor sokan vártak arra, hogy bejussanak az intézménybe. A többség az egészségi állapotát szeretne volna felmérni, mások véradásra jelentkeztek.

TAKÁCS T. LÁSZLÓ

A rendezvényt dr. Csomor Ervin alpolgármester nyitotta meg, aki elmondta: azért különleges ez az alkalom, mert ezúttal több idő van arra, hogy mindenki beszélgesse az orvosával, a nővérekkel, jobban megismerje az intézményt, tanácsot kérjen.



– Van egy újdonság is: április 1-jétől nem csak telefonon, hanem interneten is be lehet jelentkezni a szakrendelésekre, ezáltal könnyebb az ügyintézés. Mindenkit biztatók arra, hogy jelentkezzen a „Kattints, Nagyi!” elnevezésű programra, amit az Önkormányzat indított, és ezáltal az idősebbek is megismerhetik az internetet, és könnyebben tudnak jelentkezni a vizsgálatokra – mondta az alpolgármester, aki egyúttal megköszönte a Szakrendelő munkatársainak, hogy a szombati napjukat rááldozták arra, hogy a kerület lakóinak bemutassák az intézmény működését és szolgáltatásait.



Dr. Csomor Ervin alpolgármester és Dr. Kiss Marianna (jobbra) nyitotta meg a rendezvényt

A Kertvárosi Egészségügyi Szolgálat (KESZ) igazgatója, Dr. Kiss Marianna arra biztatta a résztvevőket, hogy

adjanak vért, hiszen a rendezvényen véradó napot is tartottak. A jelenlévők emellett részt vehettek addiktológiai, pulmonológiai, bőrgyógyászati, fogászati, kardiológiai, reumatológiai és csontritkulás-vizsgálaton, illetve még számos egyéb szűrésen, például csecsemő ultrahangot is kérhettek.

A rendezvényen az Országos Mentőszolgálat egyik esetkocsiját is megtekinthették az érdeklődők, ami főleg a gyerekek számára nyújtott élményt, bár ahogy a mentők munkatársa találoán megjegyezte, a kicsik addig szeretik a mentőautót, amíg kívülről látják, ám ha beülnek a sok felszerelés és orvosi eszköz közé, már kicsit megilletődnek. Ez látszott Kovács Krisztina lányain, Mirán és Eszteren is. Krisztina barátnőjével, Horváth Adriennel az



Anyóca-babóca csoport képviselőiben látogatott a rendezvényre, elsősorban a gyerekprogramok miatt.

A mentők a nap folyamán többször tartottak újraélesztési bemutatót is egy speciális bábuval, amelyen gyakorolhatták a résztvevők, hogyan segíthetnek szakszerűen bajba jutott ember társaikon. Az életben tartás érdekében ugyanis rendkívül fontos, hogy azon-



nal megkezdjük a keringés és a légzés fenntartása érdekében a szívmasszázszt és lélegeztetést, mert enélkül percről-percre csökken annak az esélye, hogy valaki károsodás nélkül felépüljön egy szívleállás után.



A szakemberekkel nem csak a drogokról, hanem például a telefonfüggőségről is lehetett beszélgetni

A nagyobb gyerekek és szüleik kaphattak a helyszínen addiktológiai tanácsadást is, beszélhettek a drog-, alkohol-, nikotin- és egyéb függőségekről. Galambosné Tomolya Irén, az addiktológia vezető asszisztense elmondta: mindenképpen beszélgetni kell a gyerekekkel a drogokról. És egyben elosztotta azon szülők aggodalmát, aki attól tartottak, hogy éppen a felvilágosítással hívják fel a figyelmet a káros szenvedélyekre. Sajnos már a 12-14 éves gyerekek is kipróbálják a függőséget okozó szereket, és az a legveszélyesebb, ha egymástól és az internetről tájékozódnak. Ha már az internet szövege került, bizony népbetegség a telefon- és a netfüggőség is, amellyel kapcsolatban szintén kaphattak felvilágosítást az érdeklődők.

Az egész napos programon megjelentek az alternatív gyógymódok képviselői, illetve táplálék-kiegészítők forgalmazói is. Az Ifjúsági Vöröskereszt asztalánál pedig kérdőíveken tesztelhették a látogatók mit tudnak a baleseti ellátás szabályairól, a függőségekről, vagy az AIDS-ről.

Összességként elmondható, hogy a program elérte célját: míg általában feszültség, aggodalom érződik a folyosókon ülő pácienseken, ez alkalommal valódi klubhangulat alakult ki. Az itt levett vérről pedig talán valaki életét már meg is mentették a szép számmal érkező, bátor önkéntes véradók.

Kedves
Olvasó!



„Jó volna jegyet szerezni és elutazni Önmagunkhoz” - írja József Attila, akinek születésnapjára emlékezve, immár 48 éve ünnepeljük hazánkban a magyar költészet napját. Húsvét hajnalban a tavaszi napsugarak az üres sírt töltötték meg fényvel, Krisztus már nem volt ott, feltámadt. Az éltető eső is megérkezett a földekre, a természet kész az újjászületésre. Talán hosszú és fáradtságos munka eredménye, de mindenki képes arra, hogy rátaláljon önmagára, és ezáltal megbékéljen a körülötte lévő világgal, amely számos szépséget tartogat. A polcra találokra levett verseskötet biztosan olyan gondolatnál fog kinyílni, amely életünk adott szakaszában segítséget nyújthat, hiszen költőink is ugyanúgy voltak vidámak vagy szomorúak, mámorosak a szerelemtől, vagy bánatosak a csalódottságtól, mint mi. „A gyémántból jó, meleg dalok nőnek, ha elültetjük a szívünk alá/ Akadnak olyanok, akik lovon, autón és repülőgépen is gyalog vannak, én a pacsirták hajnali énekében heverészek, mégis túljutottam a szakadékon.”

XVI. KERÜLETI ÚJSÁG

A BUDAPEST FŐVÁROS XVI. KERÜLETI
ÖNKORMÁNYZAT KÉTHETI LAPJA

Megjelenik 32 500 példányban
Felelős kiadó, főszerkesztő:
Szabó Réka Zsuzsanna
Tördelőszerkesztő: Szűcs Angéla
Korrektor: Tari Judit Titanilla
Levélcím: 1163 Havashalom u. 43.
e-mail: foszerkeszto@bp16.hu

A szerkesztőségi fogadóóra szerdánként
14-16 óráig a polgármesteri hivatalban:
1163 Havashalom u. 43., Tel./fax: 4011-586
Nyomás: Pannon Lapok Társasága Nyomdai
Központ Bt., 8200 Veszprém, Házgyári u. 12.
Ügyvezető igazgató: Nagy Attila
Terjeszti: MAXI-BOX 2007 KFT.
Bozsányi Kálmánné
1042 Bp., Rózsa utca 39., 06-30-828-0463
Hirdetésfelvétel: 06-20-982-5352 vagy
hirdet16@gmail.com

A szerkesztőségünkbe beküldött kéziratokat szerkesztve jelentjük meg, illetve fenntartjuk a jogot kihagyásukra. Kéziratokat, fotókat nem tartunk meg, és nem küldünk vissza. Ingyenes apróhirdetéseket csak a hely függvényében jelentetünk meg. Fenntartjuk a jogot az apróhirdetések szerkesztésére vagy – hely hiányában – kihagyására.

Disputa

Sz. R. Zs. ■

Manapság nagyon fontos a jó megjelenés, a határozott és magabiztos fellépés, az adekvát közlésmód. A felvételin vagy az állásinterjúban a lexikális tudás többnyire már másodlagos. A disputa szakkör 3 és fél éve indult az intézményben. Az igazgatónő, *Dienes Anna* egyik műsorvezetője volt az Erzsébetligeti Színházban megrendezett Kultúrkaszinónak, ahol egyik vendége disputát tartott a magyar kultúráról. Innen származott az ötlet, hogy a „vitakozás” és az „érvelés” műfaját meg lehetne honosítani a Lemhényiben is.

és hívja meg őket, vagyis nagy presztízse van annak, aki részt vehet a disputákon.

– *Az érvelésnek és a cáfolatnak különböző formáit tanulják meg a gyerekek, valamint a gondolkodást. Ez hosszabb távon azért lényeges, mert fontos az, hogy meg tudják védeni a saját érdekeiket agresszivitás nélkül, emellett pedig a konfliktuskezelésben és a tantárgyak oktatásánál is használjuk. A disputa szakkörön nem csak vitakozni tanulnak meg a diákok, hanem mindig egy önismereti játékkal kezdődik. Az elméleti rész után van egy vita, a vé-*

– *Bár a felkészülés szempontjából a tételeket előre tudják a csapatok, az azonban csak a helyszínen dől el, hogy érvelni kell vagy cáfolni. Nagyon fontos a csapaton belüli szereposztás, hiszen más célja van a kérdezőnek és a kifejtőnek, az ellenfelet pedig meg lehet zavarni, ha jól érvelünk. A második ember azért kulcsfontosságú, hiszen neki reagálnia kell a cáfolatra. A harmadik szereplő már csak összefoglal vagy megerősít néhány példával. A cáfoló oldalon ennek az ellenkezője történik. A bírók egyenként és teljesítményenként is pontoznak. Egy vita több mint egy órán keresztül tart és nagyon jól formálhatja a közönség véleményét - jelentette ki Kerékgyártóné Gulyás Éva.*

A versenyen kapott tételmondat például arról szólt, hogy mennyire fontos az egész napos iskola. Anyagot természetesen nem adtak hozzá.

– *Találtunk egy jelentést az interneten, amit meg sem mutattam a diákoknak, de azt kellett kitalálnunk, hogy mi miben vagyunk mások, mint az ellenfeleink. A támogató oldalon megírtunk egy cselekvési tervet, ami inkább az amerikaiak sajátossága, és a bíró meg is mondta, hogy ő még ilyenről nem hallott. Ellenérvként nem a gazdasági oldalról támadunk, mint mindenki más, hanem történelmi párhuzamokat hozunk arra, hogy az állam túlzottan beavatkozik az oktatásba, de ide vetjük még a szerzetesrendeket is, amivel átvezettük a témát arra, hogy ezáltal csorbulnak a szülők és a gyerekek jogai is. Itt már nagyon zavarba jöttem az ellenfelek, azt sem értették, hogy a mi diákjaink miről beszélnek.*

A győztes csapat tagjai lelkesen meséltek arról, miben segítette őket a disputa szakkör.

– *Megtanultam rendesen, összefüggően beszélni. Azelőtt ez nem nagyon ment. Most felvettem a Szent Lászlóba média szakra - jelentette ki Acsády-Pongyó Áron.*

– *Én nagy önbizalmat nyertem a disputával, mert 5-6. osztályig egy visszahúzódo és félszeg gyerek voltam. Úgy gondolom,*

MI AZ A DISPUTA?

Az értelmező kéziszótár szerint vita, beszélgetés, nézetrendszerek, vélemények tartalmas ismertetése, de jelent hitvitát is. Középkori dramatikus költői műfaj; két vagy több személy, ill. megszemélyesített fogalom közötti vita valamely filozófikus-didaktikus témáról.

A disputa tartalom és módszer is egyben, hiszen a gyerekek már korán megismerkedhetnek olyan témákkal és gondolatokkal, amelyekről még sosem hallottak. Ugyanakkor a disputa során megváltozik értékrendjük, világlátásuk, hozzáállásuk és személyes megítélésük, képessé válnak arra, hogy a világ történéseit ne csak egy aspektusból szemléljék, vagyis gondolkodjanak. A disputa emellett megtanít korrekten módon vitakozni, meghallgatni a másikat, nem a szavába vágni, figyelni a mondanivalójára, az érzelmek helyett a tényekre összpontosítani.

hogy itt valóban meg lehet tanulni úgy vitakozni, hogy nincs szükség a „menjünk ki a kocsmára” stílusra, hanem valóban meg lehet győzni a másikat az igazunkról, és alátámasztani érvekkel – hangsúlyozta Lukács Levente.

– *Nekem a bátyám – aki országos 2. helyezett volt – is járt disputára. Én is beültem, és úgy gondoltam, hogy elindulok ezen az úton. Most már logikai összefüggéseket is tanultunk, amelyek segítettek azoknak a tárgyaknak a megértésében, amelyeket korábban nem értettem – mondta a még csak 6. osztályos Baczay Zsombor.*

A Lemhényi pedagógusai hosszú távon gondolkodik: a jövőben azt tervezik, hogy a kéttannyelvű osztályba járókat felkészítik arra, hogy a jövőben a nemzetközi disputaversenyeken is részt vehessenek.



Dienes Anna és Kerékgyártóné Kerekes Éva a 3. győztesrel

– *Mindezt számtalan középiskola beépíti a tanrendjébe, de az általános iskolákra ez nem jellemző. A disputára járók többsége kiváló képességekkel rendelkezik, tehát a szakkör egyfajta tehetséggondozás is. Ugyanakkor pedagógia része is van, hiszen szülői kérésre néhány olyan tanuló is jár hozzánk, akik görcsösek, zárkóztak, de ebben a szeretetteljes légkörben megtanulják kifejezni magukat és kinyílnak – mondta az iskola vezetője.*

Kerékgyártóné Gulyás Éva, magyar, történelem és etika szakos tanár vezeti a disputa szakkört. A foglalkozásokra 6. évfolyamos kortól járhatnak a gyerekek úgy, hogy a pedagógus választja ki

gén pedig filmrészleteket nézünk, vagyis közösségformáló ereje is van a szakkörnek annál is inkább, mert a középiskolások is visszajárnak – hangsúlyozta a pedagógus.

Politikai, üzleti vagy tudományos élet. Családi „kerekasztal” vagy baráti beszélgetés. Néhány olyan területe az életnek, ahol érvelnünk, vitakoznunk kell, vagyis disputát veszünk részt. A mindennapokban azonban nincsen bíró vagy szabályok, és időkeretek sem nehezítik a feladatunkat. A disputa versenyek Karl Popper módszere alapján zajlanak, a klasszikus formában: 3-3 fős csapatok küzdenek a győzelemért. Érvek ütköznek egymással és nem ember küzd az emberrel.

Budapest Főváros XVI. kerületi Önkormányzat Polgármesteri Hivatalának jegyzője

PÁLYÁZATOT ÍR KI

HUMÁNPOLITIKAI REFERENS

munkakör betöltésére.

A pályázat benyújtásának határideje: 2012. április 20.

A pályázat elbírálásának határideje: 2012. április 30.

Az állás betölthető: 2012. május 1.

Részletes pályázati kiírás megtalálható a www.budapest16.hu honlapon.

Budapest Főváros XVI. kerületi Önkormányzat Polgármesteri Hivatalának jegyzője PÁLYÁZATOT ÍR KI

VAGYONHASZNOSÍTÁSI ÜGYINTÉZŐ

munkakör betöltésére.

A pályázat benyújtásának határideje: 2012. április 24.

A pályázat elbírálásának határideje: 2012. május 10.

Az állás betölthető: 2012. május 11. Részletes pályázati kiírás megtalálható a www.budapest16.hu honlapon. További felvilágosítás kérhető dr. Lukács Titanilla irodavezetőtől a 4011-480 telefonszámon.

PÁLYÁZAT

Budapest Főváros XVI. kerületi Önkormányzat Képviselő-testületének Gazdasági és Pénzügyi Bizottsága, mint kiíró nyilvános, egyfordulós pályázatot hirdet az alábbi nem lakás célú helyiségek bérbevételére vonatkozóan:

- Budapest XVI. kerület, Jókai Mór u. 6. számalatti irodaházban lévő irodahelyiségek
- Budapest XVI. kerület, Köztársaság útja 4. (122 m²) 115.900,-Ft/hó+Áfa
- Budapest XVI. kerület, Köztársaság útja 33. (36 m²) 45.000,-Ft/hó+Áfa
- Budapest XVI. kerület, Akácfa u. 133. telek+felépítmények 141.000,-Ft/hó+Áfa
- Budapest XVI. kerület, Veres Péter út 37. (319 m²) 350.000,-Ft/hó+Áfa
- Budapest XVI. kerület, Csömöri út 78-80. (21 m²) 21.000,-Ft/hó+Áfa
- Budapest XVI. kerület, Demeter u. 3. (289 m²) 200.000,-Ft/hó+Áfa

A pályázatokkal kapcsolatban további információ: www.budapest16.hu ill. a 4011-485 telefonszámon kapható.



Régi ember új szerepben

Szolgálunk és védünk! – így szól a rendőrség mottója. Április 1-jétől a XVI. kerületi rendőrséget új kapitány irányítja. **Dr. Tóth Sándorral** az előtte álló kihívásokról beszélgettünk.

RÁDAY ZSOMBOR

– *Dr. Terdik Tamást váltja a kapitányságvezetői poszton. Új pozíció, a helyszín azonban koránt sem ismeretlen az Ön számára.*

– 1993-ban lettem rendőr és még ebben az évben járőrnek és fogdaőrnek neveztek ki a XVI. kerületbe. Majd egy ideig – amíg a Rendőrszti Főiskolára jártam – eltávolodtam a kerülettől. 1997-ben tértem vissza, mint váltásparancsnok. Egy évvel később őrsparancsnoki tisztséget kaptam Rákosszentmihályon, akkor még ott önálló rendőrség működött. 2001-ben kerültem ismét vissza, körzeti megbízotti alosztályvezetőként dolgoztam egészen 2006-ig. Ekkor egy újabb, ezúttal több mint négy éves időszak következett egy másik városrészben, a X. kerületben teljesítettem szolgálatot. Miután ismét visszahelyeztek, Dr. Terdik Tamás mellett kapitányságvezető-helyettes voltam ez év februárjáig, amikor őt a IV. kerületbe helyezték át. Április 1-jétől pedig már hivatalosan is én vagyok a XVI. kerület kinevezett rendőrkapitánya.

– *Mekkora előny az, hogy rutinosan mozog a kerületben?*

– Mindenképpen előny az, hogy sokat voltam közterületi szolgálatban, hiszen ismerem a kerületet. Tudom, milyen a lakosság összetétele, mindez az ismeretet egy újonnan érkező kapitányságvezető is előbb-utóbb megszerezte volna, csak nekem ezzel már nem kell foglalkoznom, otthonosan mozgok a körzetben. Ami további előny, hogy ismerem az Önkormányzatot, a polgármestert és az alpolgármestereket, a képviselőket,

ami jelentős mértékben megkönnyíti a mindennapi munkát.

– *Helyettesként már belelátott a kapitányság vezetésébe. Mennyiben változik most meg a munkaköre?*

– Ez egy jóval komplexebb feladat. Az előző kapitányságvezető fejlesztésekbe kezdett, voltak elképzelései rendészeti és bűnmegelőzési területen is. Amikor ő távol volt, én irányítottam a munkát. Ezek azonban akkor is az ő elképzelései voltak. Most nekem kell kidolgoznom egy közép- és hosszú távú stratégiát, amelynek mentén végezzük a munkánkat, a kapitányságot a saját arculatomra kell formálnom, ami remélhetőleg meg fog felelni a kerület polgárainak is. Ez egy nehezebb, de sokkal szebb feladat.

– *Számtalan program kezdődött el az előző időszakban. Mi lesz ezeknek a sorsa?*

– Úgy gondolom, hogy a korábban megkezdett fejlesztések mindegyikét folytatni fogjuk. Ami az egyik legfontosabb ilyen beruházás, az a térfigyelő rendszer beindítása. Most áprilisban a Centenárium lakótelep is bekapcsolódik a programba. A rendszer kiépítésében természetesen óriási szerepe van az Önkormányzatnak, hiszen a szükséges pénzt tőlük kapjuk, ezért köszönettel tarozunk mi is és a lakosság is. Ezt a munkát mindenféleképpen folytatni kell, akár megduplázott energiával is, mert hasznára van a kerületben lakóknak. A másik program a közterületi jelenlét erősítése. Annak idején ebben az elképzelésben tevékenyen részt vettem, és ezt biztosan erősíteni fogom. A lakosoknak fontos az, hogyha kilépnek az utcára, akkor rövid időn belül találkozzanak egy rendőrrel, érezzék azt, hogy itt van, és vigyáz rájuk. Az egy jármű-egy rendőr program tesztüzeme – ami itt zajlott a kerületben – is ebbe az irányba mutat. Jelenleg is 18 rendőrünk vesz részt benne, a járművek pedig komoly technikával vannak felszerelve. A programnak köszönhetően meg tudjuk duplázni a bejárt és ellenőrzött területet, ezt szintén tovább akarjuk fejleszteni.

– *Iskolákat és nyugdíjas klubokat is meglátogattak a rendőrség munkatársai. Ez is folytatódni fog?*

– Természetesen az időseket és a gyerekeket megcélzó programok sem szűnnek meg. Most tavasszal elsősorban az iskolákat helyezzük előtérbe. Fontosnak tartom, hogy a fiatalabb generáció megismerje a rendőrséget, és persze ha bűn- és balesetvédelmi tanácsokat adunk nekik, remélhetőleg kevésbé vállnak áldozatokká. Célunk az, hogy ismerjék meg a rendőrök munkáját, ne féljenek tőlünk, és tudják, hogy bármikor számíthatnak rájuk. Természetesen a nyugdíjas otthonokat sem hanyagoljuk el. A terveim között szerepel, hogy gyógyszerárakat, orvosi rendelőket keressünk fel, és felhívásokat helyezünk el. Markó Attila korábbi kapitányságvezetőt tudnám most idézni, aki azt mondta: nem kell mindent nekünk kitalálni, ha valaki létrehozott egy jó dolgot, akkor azt át kell venni, és alkalmazni kell a kerületben. Például a XVII. kerületben templomokat látogattam meg a rendőrkapitány, és ott tartottak baleset-megelőzési előadásokat. Ezt akár mi is átvehetjük.

– *Milyen egyéb programokat tervez?*

– A városrész közlekedésszabotázását is javítani szeretnénk. Ennek érdekében meg kell tennünk több olyan dolgot, ami a lakosság szempontjából kevésbé lesz népszerű. Rendszeresek lesznek az ellenőrzések, a szabálytalankodóknak, akiket megbüntettünk, valószínűleg mindez nem lesz szimpatikus, de így javulni fog a közlekedésszabotázás. Mindezek mellett úgy gondolom, hogy szükség van a kapitányság fejlesztésére is. Olyan környezetet szeretnénk teremteni a rendőröknek, ahol jól érzik magukat, ezzel csökkenteni szeretnénk a fluktuációt. Elértünk valamit a Kertvárosban, de mindezt csak úgy tudjuk megtartani, ha a munkatársak nem cserélődnek évről évre. Ha új rendőrök érkeznek, nekik nem lenne hely- és személyismerete, így nem is tudnának hatékonyan dolgozni. A kapitányság test-szerkezete beázik, azt ki kell cserélni. Rendbe fogjuk hozni az irodákat, így ha ügyfelek érkeznek hozzánk, akkor kulturált európai környezet fogadja majd őket. Nyilván lesznek még további tervek is, de én annak a híve vagyok, hogy túl sok dologba egyszerre belevágni nincs értelme. Először be kell fejezni azokat, amelyeket elkezdünk. A programok és fejlesztések mellett persze figyelemmel kísérjük a lakosság problémáit is. Nekem a legfontosabb az, hogy a kertvárosi polgárok bizalommal tekintsenek azokra a rendőrökre, akikkel találkoznak. Ehhez persze a rendőröknek is olyan magatartást kell tanúsítaniuk, ami érdemes a bizalomra. Ha ez megvan, az már magával hozza az eredményeket is.

Dr. Tóth Sándor személyében tehát olyan rendőrkapitányunk van, aki ismeri a kerületet és az itt lakókat, részt vett a korábbi időszak fejlesztéseiben, és új tervei is vannak. Nagy szerepe volt abban, hogy 2011-ben a Kertváros lett a legbiztonságosabb kerület. Munkájához jó egészséget és sok sikert kívánunk!

A Móra és a Corvin a döntőben

Március 30-án a János utcai napközis táborban rendezték meg a kerületi katasztrófavédelmi versenyt. Az eseményen az általános és középiskolás kategóriában összesen 19 négyfős csapat vett részt. A diákok a Fővárosi Katasztrófavédelmi Igazgatóság XVI. kerületi kirendeltségétől kapott anyagokból, illetve a számukra három alkalommal megszervezett, központi előadásokból készültek fel a versenyre. A díjakat Szabó Tamás, a polgármesteri kabinet vezetője adta át a helyezetteknek.



RIERSCH TAMÁS

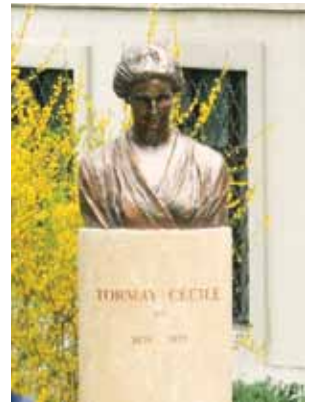
A katasztrófavédelem nagyon népszerű a diákok körében. Ezt bizonyítja az is, hogy minden évben számtalan diák vesz részt a versenyen. Idén a csapatoknak hét állomáson kellett bizonyítaniuk a felkészültségüket. A gyerekek rádióval navigálták egymást, homokszákokból gátat építettek, autóból sebesülteket mentettek ki, újraélesztettek, tűzoltótömlőt gurítottak, és szirénahangokat ismertek fel. Emellett számtalan tesztet töltött ki, ügyességi pályán kerékpároztak és vegyvédelmi ruhába is beöltöztek. Az általános iskolásoknál a Móra csapata lett az első, az Arany két gárdája előtt, míg a középiskolák versenyében a Corvin volt a legjobb, megelőzve az intézmény másik csapatát és a táncscsics tanulókat. A győztesek az április 26-i, Orczy-kertben megrendezendő, fővárosi döntőben is képviselhetik a kerületet. Aki ezt megyeri, részt vehet a májusi országos döntőben.

Egyelőre még bizonytalan, hogy jövőre is megtartják-e a

versenyt. Ahogy arról korábban már beszámoltunk, január 1-jétől a tűzoltóságot, a polgári védelmet és a katasztrófavédelmet összevonták, ez pedig jelentős átszervezést vont maga után. Ennek eredménye, hogy a kerületi katasztrófavédelmi kirendeltséget beolvasztották a zuglói tűzoltó-parancsnokságba. A XVI. kerületi referens egészen addig az Egressy úti laktanyában teljesít majd szolgálatot, amíg meg nem nyílik a Veres Péter úti tűzoltóőrs. A korábbi kertvárosi katasztrófavédelmi kirendeltség-vezető, Somogyi Szabina tűzoltó hadnagy pedig április 1-jétől a szomszédos XV. kerületben megnyílt katasztrófavédelmi irodában folytatja a pályafutását. A szakember elmondta: bízik abban, hogy az átszervezés után is folytatódna az évről-évre megrendezett versenyek. A XVI. kerületi Önkormányzat minden támogatást meg fog adni ehhez a jövőben is, így nincs másra szükség a tűzoltó-parancsnokság részéről, mint arra a szorgalomra, amit a helyi kirendeltségtől már megszokhattunk.

Tormay Cécile hazatalált

R. Törley Mária mátyásföldi szobrászművész Tormay Cécile-ről mintázott bronz mellszobrát március 31-én *dr. Kocsis Máté*, VIII. kerületi polgármester és *Lezsák Sándor*, az Országgyűlés alelnöke avatta fel. A méltatlanul mellőzött, és a nálunk a közelmúltig szinte ismeretlen, nemzetközi híró író emlékműve Józsefvárosban, a Rókus kápolna és a Rókus kórház előtti téren kapott helyet. A rendezvényen mintegy kétszázan vettek részt, köztük *Mádl Dalma*, *Jókai Anna* Kossuth-díjas író, *Szónyi Zsuzsa*, *Szónyi István* festőművész lánya, *Kerényi Imre* Kossuth-díjas rendező, a Tormay rokonságból pedig két akadémikus, *Ritók Zsigmond* és *Szegedi-Maszák Mihály*, valamint a most 90 éves *Eperjessy Dóra*.



MÉSZÁROS TIBOR

A magyar kultúrtörténet bővelkedik olyan alkotókban, akik azért nem kapták meg a kivételes tehetségüknek járó erkölcsi elismerést, mert munkásságukkal leplezték az aktuális politikai elit hazugságait. Műveiket betiltották, bezúrták, de legtöbbször már megjelenni sem engedték. Tormay Cécile-t kétszer is jelölték irodalmi Nobel-díjra. Európa számos országában jelentek meg művei, vezető sajtóorgánumok versengtek



írásai közléséért. A nemzetközi érdeklődés következtében minden kötetét lefordították angolra, németre, franciára, olaszra és svédre is, de az 1914-ben kiadott, „A régi ház” című regénye dán, finn, holland és észak-amerikai fordításban is megjelent. Művészetét elismerte Anatole France, az akkori francia irodalom egyik világ nagysága, a hazaiak közül pedig *Szerb Antal* szólt róla többször a legnagyobb elismeréssel. Tormay Cécile tehát kora ünnepelt szerzője volt egész Európában, csak éppen hazájában mellőzték. Nem kell csodálkoznunk

ezen, hiszen kiállt a trianoni békediktátum ellen, Károlyi Mihályt és Kun Bélát leleplező megnyilvánulásai pedig nemkívánatosá tették őt a kommunista hatalom számára, amely mindent el is követett annak érdekében, hogy művei itt-hon az ismeretlenség homályában maradjanak.

A szoboravató ünnepség a Himnusz hangjaival kezdődött, majd *Sárossy Kinga* színművész, Eger város alpolgármestere szólította a mikrofonhoz az ünnepély szónokait.

Zorányi Gábor, a Nemzeti Értékörző Egyesület elnöke a szobor felállításának körülményeiről beszélt.

Lezsák Sándor, az Országgyűlés alelnöke, az avatóünnepség fővédnöke kiemelte: az író munkái, de különösen „A régi ház” és a „Bujdosókönyv” történelmi lecke mindnyájunknak. Hű tükre egy halálra szánt, porig alázott nemzet szenvedéseinek, amely kínok elszenvedőikkel együtt sírba szállnak ugyan, de az írás megőrzi a történeteket örök tanulságul.

Az ünnepi beszéd elhangzása után *dr. Kocsis Máté*, a VIII. kerület polgármestere és *Lezsák Sándor* közösen leplezték le a szobrot, amit *dr. Aczél László Zsombor* pálos atya szentelt meg.

Józsefváros első embere ezután az író és a városrész kapcsolatáról beszélt, hiszen Tormay Cécile nem messze lakott a szoboravatás helyszínétől.

Takaró Mihály irodalomtörténész az író korának



viszonyaira emlékeztetett, amikor felidézte a kommunizmus mozgalmi dalba foglalt kedvenc jelszavát: „A múltat végképp eltörölni!” Szomorúan állapította meg, hogy az ünnepelt ahhoz a népes csapathoz tartozik, amelyhez *Herczeg Ferenc*, *Wass Albert*, *Gyóni Géza*, *Reményik Sándor*, *Tompa László*, *Kós Károly*, *Nyírő József* vagy *Szabó Dezső*, akik vitathatatlan tehetségük ellenére is mostohagyermekei hazájuk irodalmának, és egyikük sem állt messze attól, hogy életművük áldozatul essen a múlt eltörlésére irányuló primitív törekvéseknek. Egyúttal azonban kifejezte reményét is, hogy most talán egy olyan kor következik, amikor végre az értékek méltó helyükre kerülnek, és ennek a folyamatnak egyik ünnepi pillanata e szobor felavatása.

Végül *Jobbágy Éva*, a Tormay Cécile Kör elnöke a névadójuk közéleti szerepvállalásáról szólt néhány szót. Megemlítette, hogy a Népszövetség Szellemi Együttműködés Nemzetközi Bizottsága 1935-ben Marie Curie halála után, egyhangúlag választotta elnökévé az akkor már nemzetközi híró magyar írót.

A beszédek elhangzása után *Kubik Anna* Kossuth-díjas színművész és *Geiger György* Kossuth-díjas trombitaművész adott ünnepi műsort.

A mű tehát kész, az alkotó pihen. Az utókorra vár azonban a feladat, hogy az író és az őt megillető helyre kerüljön a magyar irodalom történetében, a köztudatban és végre végre „hazataláljon”.



Erdéli Jánosné 90. születésnapja alkalmából *Kovács Péter* polgármester köszöntötte. *Piroska néni* közel 60 éve él a kerületben, a II. világháború után költöztek abba a házba, ahol most is lakik a menyével. Férje a *Zrinyi Nyomdában* volt művészeti igazgató, két gyermekük született. *Piroska néni* mindennapjait a gyereknevelés és a nyugodt családi légkör megteremtése töltötte ki. Négy unokájuk közül az egyik lány, a család büszkeségére, és a hagyományokat folytatva, egy grafikai nyomdát üzemeltet. A hosszú élet titka *Piroska néni* szerint az, hogy sokat kártyázik a családdal, keresztrejtvényt fejt, rendszeresen összegár a szomszédokkal, nem iszik, és nem dohányzik. Fizikailag is jól tartja magát, alig várta, hogy megérkezzen a tavasz, és a kertben tevékenykedhessen. Isten éltesse még nagyon sokáig!

Március 24-én tartotta szokásos évi közgyűlését, illetve díjkiosztóját a Magyar Postagalamb Sportszövetség B26-os tagszövetsége. A XVI. kerület legrégebbi postagalamb szövetségének gyűlésén *Kovács Péter* polgármester volt a diszvendég, aki elmondta: látja a galambászokon, hogy boldog emberek, hiszen azzal a sporttal foglalkozhatnak, amit szeretnek. *Takaró Jenő*, a Tagszövetség elnöke hangsúlyozta: az általuk nevelt galambok a közegészségre semmilyen veszélyt nem jelentenek. Ezek az állatok ugyanis a sportversenyek miatt rendszeres orvosi felügyelet és gyógyszeres kezelés alatt állnak. Mivel ez jelentős összegekbe kerül, és a sportársak döntő része nyugdíjas, ezért az elnök kérte az Önkormányzat további támogatását, amelynek folytatásáról a kerület vezetője biztosította az egyesületet.



Köszönet a segítőknek!

A Sashalmi Manoda Óvodában dadusként dolgozó *Csikány Gabriella* háza leégett. 7 éves kislányával éppen csak ki tudtak menekülni, kisebb égési sérüléseket szenvedtek. Mindenki, aki értesült a szörnyű tragédiáról, igyekezett segíteni: az intézmény mindkét épületében dolgozók, az oda járó gyerekek szülei, a kislány iskolájába, a Gölleszbe járók, a Sashalmi Tanoda szülői munkaközössége és a kertvárosi nordic walking egyesület is. Mindennek köszönhetően egy hét alatt összegyűlt az újrakezdéshez szükséges ruha, tanszer, játékok és némi készpénz is.

A szerencsétlenül járt családnanya nevében is hálával, tisztelettel és szeretettel köszönjük mindenkinek az önzetlen segítséget!

Benisné Hepp Zsuzsa
óvodavezető



MÉSZÁROS TIBOR

Kerületünk lakóinak többsége valószínűleg ismeri a Kázmér József nevet, de ha azt nem is, az Öcsi bácsit bizonyára. Hiszen az ő élete összeforrt a kerület történetével, elsősorban szülőhelyével, Mátyásfölddel. Öcsi bácsinak csak papíron van kora. Így elvárja, hogy tegeződjünk.

– *Kedves Öcsi bácsi! Hogyan került a Kázmér család Mátyásföldre?*

– Édesapám a Focker úti (ma Jókai út) repülőgépgyár kiemelt, I. osztályú szerelője volt. De már ő is családi hagyományt folytatott, az ő apja is a mátyásföldi repülőgépgyár mezőgazdasági részlegében dolgozott. A nagyszülők Óbudán laktak. Az akkori közlekedési viszonyok mellett azonban célszerűnek látszott a gyárhoz közelebb, Mátyásföldre költözni. Megvették a Szamosi-villát, és a fiam már a 4. generáció, aki ebben a Bökényföldi úti házban él. A kezdetek tehát 110 évnél régebbre nyúlnak vissza.

– *Mikor kapcsolódott be te a történetbe?*

– Én 1925. május 17-én születtem, azóta élek Mátyásföldön. A Diósy Lajos utcai elemibe, majd a Corvin Mátyás Gimnáziumba jártam, de érettségim az Eötvös gimnáziumban szereztem 1945-ben.

– *Merre indultál érettségi után?*

– Fuvarozási vállalkozást alapítottam, az Ikarusnak fuvaroztam majdnem öt évig. De jött az államosítás, amely nem csak a teherautóimra terjedt ki, még a személykocsimat is elvették. Így más foglalkozást kellett keresnem. Közben már lehetett iparendelélyt váltani, és én egy hiányszakmával próbálkoztam. Írószerjavításra kértem iparendelélyt, és ezt a tevékenységet folytattam a szülői házban.

– *Jó ötletnek bizonyult az írószerjavítás?*

– Igen, mert szinte senki nem foglalkozott vele. Negyvenkét budapesti írószer kereskedőnek javítottam golyóstollat, töltőtollat, töltőceruzát. Akkor még nem dobtak el mindent az emberek, ami meghibásodott, és egy jó tollnak, vagy egy tölthető Versatil ceruzának értéke, becsülete volt.

– *Később gyártottál is írószerszámokat.*

– Igen, később, 1969-ben a javításon kívül belevágtam a golyóstoll gyártásába is.

– *Ez még mindig itt, a szülői házban történt?*

– Igen, de már a kezdetek óta szerettem volna

Március 15-én a XVI. kerületi Önkormányzat képviselő-testülete *Kázmér Józsefnek*, közismert nevén Öcsi bácsinak több évtizedes közéleti tevékenységéért díszpolgári címet adományozott. Őt szeretnénk egy kicsit részletesebben megismertetni kedves Olvasóinkkal.

Öcsi bácsi díszpolgár lett

beljebb kerülni a városba, a nagyobb forgalom reményében. Erre 1986-ig kellett várnom, amikor is sikerült egy üzlethelyiséghez jutnom a belvárosban, a Garibaldi utcában. Ez az üzlet egy kissé átalakult profillal azóta is megvan.

– *Részt vettél a kisiparosokat tömörítő szervezet, a KIOSZ munkájában is.*

– Igen, elnökségi tag voltam a XVI. kerületi KIOSZ-ban, és húsz évig voltam elnöke a Szakmai Bizottságnak, amely a panaszos ügyek kivizsgálását végezte.

– *Ez volt a szakma. De Mátyásföldön híresen nagy élet folyt a te fiatalságod idején.*

– Igen, itt minden volt, amiről egy fiatal álmodhat. A mai Erzsébet-liget területén volt strand, a mai focipálya helyén egy mesés zöld grund, és volt nyolc teniszpálya is. Közülük egy hat méter mélyre süllyesztve, ahol még erős szél esetén is lehetett játszani. Este a klubházban hetente táncos rendezvények, és persze adott volt a kitűnő társaság is. Nyáron szinte csak enni és aludni jártunk haza. Az Erzsébet-ligetben csak egyet nem lehetett: unatkozni. Nekünk akkor Mátyásföld volt a világ közepe.

– *Így már érthető közismert szerelmed Mátyásföld iránt. Am a boldog békeidők egyszercsak véget értek.*

– Sajnos a XX. század történelme nem kerülte ki Mátyásföldet sem. Az első csapás akkor érte, amikor kiadták a jelszót, a környék úri jellegét fel kell számolni. Ennek jegyében telepítették a mai külkereskedelmi főiskola helyére a Rákóczi katonai középiskolát. Majd az ismert forradalmi eseményeket követően 1956-ban a megszálló szovjet csapatok remek érzékkel választották ki ezt a kis földi paradicsomot a Déli Hadseregcsoport főhadiszállásának és parancsnokságának. Ez érintette a környező házak lakóit is. Minket például lezavartak a szuterénba, és helyünkre beköltöztették Vorosilov marsall elsőszámú pilótáját, Korsunov őrnagyot, meg az egyik reptérparancsnokot. Innentől kezdve kezdtek halmozódni a bajok. Az épületeket ugyanis csak használták, nem gondozták. Nekik nem fájt, ha pusztulásnak indultak a házak, hiszen nem a sajátjuk károsodott. És ne feledjük, ők voltak a győztesek.

– *Gondolom, akkor ez ellen semmit nem lehetett tenni.*

– Akkor még nem, de azért az értékmentő gondolatok csírái valahol itt keresendők. Képzeld el, hogy az én korosztályom szeme láttára épült fel az a sok gyönyörű ház, és végig kellett néznünk, ahogy a folyamat visszajára fordul, és pusztulásnak indul minden.

– *Ez egészen addig tartott, amíg a szovjetek itt ültek a nyakunkon, és öriztek minket a gonosz imperialistáktól.*

– Igen, de távozásuk után azért, ha nehézkesen is, már lehetett tenni valamit. Én attól kezdve állandóan törtem a fejem. Leginkább saját ötleteimet igyekeztem megvalósítani, néha azonban, ügyintézésben kevésbé járatos, kevésbé kitartó, vagy kapcsolatokkal

nem rendelkező ismerőseim ötleteit „hajtottam át” a hivatalok labirintusain.

– *Kérlek, sorold fel néhány ügyet, amelynek megvalósításában szerepet játszottál!*

– Lehet, hogy nem időrendben fog eszembe jutni, de sorolok néhányat: Először is 1991 szeptember 25-én 58 alapító taggal megalapítottuk a Corvini Domini Ház- és Lakástulajdonosok Egyesületét, amelynek akkori célját úgy lehetne megfogalmazni: mentsük ami menthető. A Corvini Domini bíróságon bejegyzett, hivatalos jogutódja lett a korábbi, nagymúltú Mátyásföldi Nyaralótulajdonosok Egyesületének, amely társelnökévé választott. Kovács Erzsébet művésznő segítségével még ebben az évben megrendeztük első ingyenes gálaműsorunkat, amely napjainkra már a Sztárvarázs büszke névre hallgat, élvonalbeli művészeket hoz Mátyásföldre ingyen, és talán a legjobban összeforrt a nevemmel. Elnöktársam, Szuper Gézné Aranka édesanyjának ötlete alapján kijártam, hogy a hét éve nem üzemelő mátyásföldi kispostát újra nyitották. Az első szabad választáskor önkormányzati képviselő lettem, abban a reményben, hogy többet tehetek a kerületért és Mátyásföldért, mint civilként. Alapítóként bábáskodtam a Mátyásföldi Sztárzenekar megalakulásánál. Körbekerítettem a Pilóta utcai hősi emlékművet, amelyhez a súlyos láncokat polgármesteri engedéllyel menttettem ki erre a célra a távozó oroszok hátra hagyott lomjai közül, a kisebb vagyont érő oszlopokat pedig Bakos István mátyásföldi vállalkozó bocsátotta rendelkezésünkre ingyen. Meghívtuk Habsburg Ottót, aki személyesen meg is jelent egyesületünk székházában, és akit örökös, tiszteletbeli elnökévé választottunk. Elintéztem, hogy a lakoságnak nagyon hiányzó, Imre utcai ABC helyén új üzlet nyílhat. Bábáskodtam a cinkotai, a sashalmi és a rákoszentmihályi ingatlantulajdonos egyesületek megalakulásánál, amelyekhez a Corvini Domini volt a minta. Úgy érzem fontos szerepem volt abban, hogy ma nem tornyosul láthatatlan elektroszmogot okádó átváltó állomás az Erzsébetligeti sporttelep fölé, és abban is, hogy nem sikerült a fővárosi illetékeseknek az az ötlete, hogy összegyűjtsenek, és a XVI. kerületbe telepítsenek 2500, részben hajléktalant, részben a rendőrség által ismert gyanús alakot.

Ezek az egyszeri, de sok utánajárást igénylő eseményeken kívül folyamatos munkát végzünk a Corvini Domini egyesületben. Régebben még újságot is kiadtunk minden évben. Erre sajnos már nincs pénz. Az önkormányzat segítségével azonban most is minden évben van ingyenes Mikulás ünnepség, mindenki karácsonyfája, és az a bizonyos Szupergála, amelyik minden évbe zsúfolásig megtölti a színházat. No meg most is segíték bármit elintézni, ha hozzám fordul valaki, és persze nem lehetetlen kér.

– *Kedves Öcsi Bácsi! Engedd meg, hogy mind a munkához, mind a díszpolgári címhez mind pedig a közelgő születésnapodhoz szívvel gratuláljunk!*

Egy világsztár Mátyásföldön

MÉSZÁROS TIBOR

Aki szereti a klasszikus zenét, bizonyára izgatottan várta ezt a napot. Természetesen az összes pótszékre szükség volt a színházteremben, mert ha Kobayashi mester kezébe veszi a karmesteri pálcát, akkor ott bizonyára történik valami emlékezetes.

Már az is élményszámba ment, ahogy a zenekari próbán egy kinyúlt pólóban és farmerben állva a ze-

nekar előtt meghallgatta az esti produkciót. Minden hamis hangot meghallott, és udvarias, barátságos mosoly kíséretében mindenkitől maximális teljesítményt követelt. Néha szenvedélyesen kiabált, néha előénekelte a szólamot, olykor meg a karmesteri pulpitusról magasra ugorva intette be a fortissimót.



A XVI. kerületben már sok neves művész megfordult, ám ők elsősorban a hazai művészeti élet képviselői voltak. Április 3-án azonban egy igazi világnagyság, Kobayashi Ken-Ichiro, a világhírű karmester lépett az Erzsébetligeti Színház színpadára, aki az 1974-es nemzetközi karmesterversenyen tűnt fel először.

nekar előtt formálgatta az esti produkciót. Minden hamis hangot meghallott, és udvarias, barátságos mosoly kíséretében mindenkitől maximális teljesítményt követelt. Néha szenvedélyesen kiabált, néha előénekelte a szólamot, olykor meg a karmesteri pulpitusról magasra ugorva intette be a fortissimót.

E jeles napot megelőzően Kobayashi Ken-Ichiro a Liszt Ferenc Zeneművészeti Egyetem Alma Mater szimfonikus zenekarának tartott mesterkurzust, a kertvárosi fellépés ennek záróhangversenye volt.

Mielőtt Beethoven V. szimfóniája felhangzott volna, Kovács Péter polgármester köszöntötte a világhírű vendéget, és elmondta, milyen nagy öröm, hogy a XVI. kerület ilyen kivételes művészeti eseménynek

adhat otthont. Ezután felcsendült a Sors-szimfónia. Kobayashi mint mindig, ezúttal is partitúra nélkül, magával ragadó biztonsággal vezényelte Beethoven remekművét. Nem volt ez másként Sztravinszkij Tűzmadár-szvitjével sem, és jó volt látni a mester arcán az elégedettséget, amikor a próbán csiszolgotott részleteket instrukciója szerint hallotta megvalósul-

ni. Tekintetében ott bujkált az elismerés. Kobayashi azért vezényel kotta nélkül, mert szerinte a partitúra éppen ezt az elengedhetetlenül fontos szemkontaktust akadályozza meg muzsikusként és dirigensként. Ő nem a zenekar előtt állva vezényel, hanem velük együtt éli a zenét.

A koncert végén, a szünni nem akaró vastapsot követően dr. Batta András, a Liszt Ferenc Zeneművészeti Egyetem rektora néhány méltató szó kíséretében Kobayashi Ken-Ichiro-t az általa vezetett intézmény örökös, tiszteletbeli tanárává avatta, és átnyújtotta neki az erről szóló díszoklevelet.

A koncertet állófogadás követte, ahol a mester azzal keltett nagy derűtséget, hogy amikor az egészségre



Kovács Péter, Kobayashi Ken-Ichiro és Tárnok Mária

koccintottak volna, és a kezébe nyomtak egy pezsgővel telt poharat, ő magyarul megkérdezte: Sör nincs? Természetesen volt.

Lapunknak abban a megtiszteltetésben volt része, hogy a mester hajlandó volt egy rövid interjú adni.

– Tudjuk, hogy magyarországi tartózkodása kezdetén világhírű karmesterünk, Ferencsik János mellett dolgozott. Hogyan emlékszik rá?

– Ferencsik a legnagyobbak közé tartozott. Büszke vagyok rá, hogy tőle tanulhattam. Ki is használtam a lehetőséget, és nagyon sokat fejlődtem mellette – mondta mindkét kezét a szívére szorítva.

– Japán egy teljesen más kultúra. Az ön fülének milyen volt megismerni Európa zenéjét?

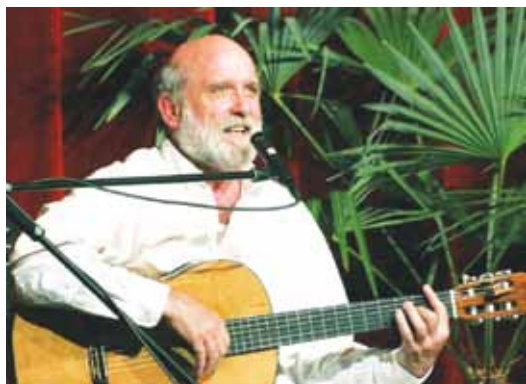
– Zenészként nem vagyok japán. Zenei világpolgár vagyok. Olyan korán ismerkedtem meg az európai zenével, hogy nekem ez nem okozott problémát.

– Tudjuk Önről, hogy a világ minden táján oktatja a fiatalokat. Ez a nagy művész kötelessége, vagy csak egyszerűen szeret tanítani?

– Én hagyományos értelemben nem tanítok. Inkább csak együtt vagyunk, és megbeszélünk egyes zene-műveket. Eközben együtt tanulunk. Ilyenkor én is új dolgokra jövök rá.

Ezután Kobayashi megköszönte az érdeklődést, és türelmesen alávetette magát egy végtelen fotózkodásnak, hiszen mindenki szeretett volna egy képet a mesterrel ezen a rendkívüli, erzsébetligeti estén.

Március 31-én a gyerekek – és a Gryllus dalokon felnőtt szüleik – legnagyobb örömeire ismét **Gryllus Vilmos** koncert volt az Erzsébetligeti Színházban. A rutinos énekmondó egy szál gitárral a kezében is ki tudja nyitni azt a képzeletbeli mesekönyvet, amelynek „lapjait” 150 dal alkotja. Ezek egy vidám, színes világot láttatnak a gyerekekkel, és a nosztalgizáló felnőttekkel is. Ez a műfaj nagyon széles körben népszerű országunk határain túl is, amit mi sem bizonyít jobban, mint az, hogy több más állomás után Gryllus Vilmos – igaz nem egyedül, hanem a Kalákával – május 6-án Londonban lép fel. Aki arra jár, ugorjon be a koncertre!



Április 1-jén a Szegedi Kortárs Balett hozta el sikerdarabját a XVI. kerületbe. A **Homo Ludens** ötperces jelenetekben meséli el mindennapjaink állandóan ismétlődő élethelyzeteit, a humort egyesítve az akrobatikus tánctudással. A 15 fős társulat férfi és nő közeledését, vágyait, harcát, komikus helyzeteket görbe tükrökben megjelenítve, poént poénra halmozva igazán szórakoztató estével ajándékozta meg a közönséget. Az előadás után azonban nemcsak a humoros jelenetek okozta derű maradt meg a nézőkben. A vastaps a magas színvonalú tánctudáson kívül, a sokakban még fenntartásokkal kezelt kortárs balett műfajának is szólt.



**Rákosszentmihály,
Ságvári u. 3., 405-8759**

Április 15. Vasárnap 16.00
HÓFEHÉRKE ÉS A HÉT TÖRPE
Április 20. péntek 10.00, 22. Vasárnap 16.00, 24. Kedd 10.00 és 14.00
AZ ÖRDÖGKIRÁLY KÚTJA
Április 27. Péntek 14.00
ÓZ! VARÁZSLÓ!
Április 29. Vasárnap 16.00
Jancsi és Juliska története bábokkal
Április 30. Hétfő 19.00
KÉPZELT BETEG AVAGY
A HIPOCHONDER

Kezdő Kubai Salsa tánctanfolyam indul **április 16-án, hétfőn**, a Sashalmi Közösségi Teremben, 19 órakor! Válaszd a mozgás legszórakoztatóbb formáját, a TÁNCOT! Gyere és próbálj ki egy táncórát, garántáltan jól fogod magad érezni!



RÁDAY ZSOMBOR

A komolyságnak és művészi fennköltségnek egy este erejéig fityiszt mutat az Erzsébetligeti Színház. Április 19-én ugyanis Badár Sándor és A három kismalac intéz támadást a rekeszizmok ellen. Először Borovitz Tamással, az egyik „kismalaccal” beszélgettünk.

– A három kismalac formációja már önmagában tömegeket vonz, most Badár Sándorral erősítetek.

– Nagyon sokféle verzióban felléptünk már. A 2006-os Humorfesztivál után Kovács András Péterrel volt egy közös estünk. De Kóhalmi Zoltánnal, a Kiss Ádám - Hadházi László duóval és Fábry Sándorral is szerepeltünk már együtt.

– *Ti egy igen érdekes válfaját képviseltek a*

Badár és A három kismalac

stand-up comedy műfajnak. Hogyan szokta ezt fogadni a közönség?

– A közönség tudja, hogy mit várhat Kóhalmitól vagy Badártól, de mi egy egészen más típusú humor és más típusú előadást produkálunk, ez mindig izgalmas. Alapvetően mindenki nyitott ránk, de általában kell 2-3 perc, mire rájönnek, hogy ez nem pont olyan, mint amikor egy stand-upos kiáll, és folyamatosan szövegel. Nálunk is van dumás rész, ami a számokat összeköti, de igazából a dalokon van a hangsúly, ezek kis szösszenetek, amelyek egy-egy poénra vagy szójátékra épülnek. A mi humorunk nem az az egyszerű, „alpári” humor, hanem kicsit elgondolkodtató. Vannak olyan dalaink, amelyek után hagyni kell egy kis hatásszünetet, hogy a nézők megértsék, mi is volt a poén. Vannak pikánsabb szövegű dalaink, azokat inkább a fiatalabb generáció kedveli, de nagyon jó tapasztalataink vannak az idősebb közönséggel is, korosztályoktól függetlenül mindenki jól szokott szórakozni.

– *Most mit adtok elő?*

– Viszonylag kerek dologgal készülünk, hogy az egész fellépésnek legyen váza. Nem egy hagyományos értelemben vett koncertet kell elképzelni, ahol az egyik dal követi a másikat. Itt a kisebb blokkokban lesz celebekről szóló és „gyerekresz”, ami persze egyáltalán nem a gyerekeknek szól. A Boldog születésnapot! című dalunkat biztosan eljátsszuk, és várhatóan hallható lesz majd a Damu Rolandról

vagy a Pataki Attiláról szóló szösszenet is.

– *Mire fogadtatásra számítotok itt a XVI. kerületben?*

– A Kertvároshoz szoros szálak fűznek, mert én is itt lakom, illetve Vera is sokáig a kerületben élt. Nekünk ez egy plusz a dologban. Nehéz előre megjósolni, hogy milyen estének nézünk elébe, de azért remélem, mindenki jól fog szórakozni.

A Három kismalac után Badár Sándor veszi birtokába a színpadot. A stand-up nagyágyúját arról faggattuk, mivel készül a kertvárosi közönségnek.

– *Majd én leszek a farkas. A Három kismalacot régóta ismerem. A mi műsorunk nincs összefüggésben egymással, de ha inspirálnak, akkor rászövik egy-két poént az ő előadásukra.*

– *Van már valami előzetes terv, kulisszatitok, amibe bepillanthatunk?*

– Igazából egyetlenegy fellépésemre sem szoktam külön készülni. Általában az adott közönség hangulata határozza meg, hogy miként fog befejeződni az este. Kicsit nehéz helyzetben vagyunk, mert felkészült közönséggel szoktunk találkozni, amely már a poének halmazából előre ki szokta mazsolázni a tévében, rádióban hallott sztorikat, emiatt pedig mindig újabbakkal kell előállni, ami elég nehéz, de mindig kap a közönség valami újat, valami pluszt. Gondolom, hogy a közeli aktualitások azért meg fogják határozni



a műsor nyitányát. Az is nyilvánvaló, hogy vannak már-már klasszikus sztorik, amiket a publikum el is vár.

– *Számtalan előadáson vagy már túl. A kertvárosi közönség mire számíthat?*

– Az biztos, hogy nem lesz rövid az előadásom, mert én lassan szoktam kibontakozni, és még arra is ráteszek egy kicsit. Bízom benne, hogy egy nagyon jó estének nézünk elébe, én annak tudnék a legjobban örülni, ha egy nagyon szép telt házassá válna. Remélem, hogy a kerületiek jó magyar szokás szerint nem otthon panaszkodnak majd egymásnak, hogy milyen rossz műsor megy a tévében, hanem eljönnek, és jól szórakozunk, nevetünk együtt!

Intermezzo Pélyvel és Jásszal

MÉSZÁROS TIBOR

Pély Barna 2006-ban a Megasztár szókimondó zsűritagjaként vált országosan ismertté. A művész a bulvársajtónak ritkán ad interjút.

– *Mi az oka ennek az ellenérzésnek?*



– Az, hogy a globalizáció és a multik arra ösztönzik ezeket a lapokat, hogy mindenképpen szenzációt produkáljanak. Ez nem baj, csak akkor, ha nem én döntöm el, akarok-e szerepelni benne, vagy nem. Ez nekem sem sikerült jól, így aztán igyekszem távol tartani magam tőlük.

– *Rólad a United és a Pély Barna Trio jut eszünkbe. Hogyan kerültél most mégis egy színpadra az Intermezzóval?*

– Jász András – aki különben itt a szomszédban, a Rác Adalár Zeneiskola tanára, és sok más együttes mellett soká-

ig a Ghymesben is játszott – régi cimborám, remek zenész. Gyakran játszottunk egymás koncertjein. Már sokszor fellépett a Uniteddel is. Az ő keze van abban, hogy most vendégként mindketten ott állunk az Intermezzo színpadán. A zenészeket mindig inspirálja, ha új társakkal próbálhatják ki magukat.

– *Az előző Megasztárban már nem zsűritag voltál, hanem „háttér munkás”. A fellépők szakmai felkészítése volt a feladatod, ami talán nem olyan látványos, de szakmailag valószínűleg több, mint néhány mondatos ítéletet mondani egy produkcióról. Így valószínűleg közelebb kerültél az előadókhoz, belelátál későbbi életükbe is. Nem kicsi ez az ország ahhoz, hogy ennyi tehetséget hívjon elő az ismeretlenségből?*

– Ez összetett probléma. Egyrészt valóban nem bír el a hazai piac ennyi tehetséget. Másrészt a gyerekek nem járják végig a számlátrát, így nem is tudják értékelni azt, milyen lehetőség kapujába jutottak. A képlet ez: Magyarországon van közel tízmillió ember, ebből ötmillió tud ételen és rezsiszámlákon kívül másra is költeni, de zenére közülük is csak pár százezer ad pénzt. Minden hazai zenész az ő vásárlóerejükön osztozik. Minél többen vagyunk művészek, annál kevesebb jut mindegyikünknek. Márpedig egyre többen vagyunk, egyre több a jó zeneiskola is, egyre magasabb a színvonal, de a piac nem bővíthető, sőt a válság miatt szűkül. Erre a szűk életre özőnlük a sok tehetség, ahol ma ezért sokkal nehezebb megélni.

– *A Kodolányi János Főiskolán tanítasz jazzéneket. Ez „csak” kenyérkereset?*

– Zenélni jobban szeretek, mint tanítani, de azért nem szenvedés a tanítás sem. Persze anyagi szempontok is vezérelnek,

kell egy biztos munkahely, mert fellépés vagy van, vagy nincs. Szerencsére a főiskolára már csak tehetséges fiatalok érkeznek. Alapfokon, kezdőkkel bizonyára szenvedés lenne. Azt nem is tudnám csinálni.

– *Van, aki azért jelentkezik a Kodolányira, hogy Pély-tanítvány legyen?*

– Abszolút. A többség ilyen.

– *Milyen tanár Pély Barna?*

– Afféle „jó zsarú” típusú tanár vagyok. Szeretnek. Persze azért, ha muszáj, beszólok nekik.

– *Van jó válasz arra a kérdésre, hogy miért éppen a jazz?*

– Én nem tekintem magam jazz-zenésznek. Alapvetően rhythm and blues, blues-rock vagy funk-rock előadó vagyok. Ugyanakkor sok mindent megtanultam a jazzből, amit jól tudok hasznosítani az említett stílusokkal ötvözve. Ezért tudok sokféle formációba betársulni.

– *Művészként életed mostani korszakában mit érzel a legfontosabbnak?*

– A United mellett a Pély Barna Triót. Ez utóbbi most az, ami igazán érdekel. Ez jön a lelkemből, ez azonos igazán velem. Ha az ember a zenei alázat jegyében egy együttesben állandóan alkalmazkodik, akkor sohasem derül ki, milyen is valójában.

– *Milyen műsorral jöttetek most az Erzsébetligetbe?*

– Világágerek egyedi feldolgozásával, és kicsit áthangszerelt United-dalokkal – válaszolta Pély Barna.

Az Intermezzo és a két vendégművész ezután bemutatva, milyen is az, amikor profi zenészek a hétköznapok szürke monotonitájából a jazz szabad világába repítik a közönséget.

Egy legális drog – Az alkohol

DR. VARGA JÁNOS

Az alkoholfogyasztás egyidős az emberiséggel. Alkoholos italokat már az ókori görögök is fogyasztottak. Azonban a kontroll nélküli ivásra is igaz az a mondás, ami a szerelemre: öl, butít és nyomorba dönt. Felmerül ugyanakkor a kérdés: mekkora az a mennyiség, amely még nem ártalmas? A statisztikai adatok szerint naponta 60 gramm alkoholt (1 dl pálinka vagy 2 korsó sör vagy 3 dl bor) még gond nélkül feldolgoz a májunk. Aki ennek a mennyiségnek többszörösét fogyasztja naponta, annak számítani kell a szervi megbetegedésekre.

Magyarország az alkoholfogyasztás tekintetében vezető helyen áll. Az egy főre jutó éves mennyiség 12 liter, azaz statisztikailag minden magyarországi lakos évente 12 liter tiszta szeszt iszik meg. A riasztó statisztikához hozzátartozik, hogy hazánkban minden 10. ember alkoholista.

Az alkohol nagyobb része a vékonybélből szívódik fel, de kisebb mennyiség a szájból, a nyelőcsőből, a gyomor nyálkahártyájából és a vastagbélből is juthat a véráramba. Az alkohol lebontásáért a máj a felelős, amely óránként mintegy 7 gramm alkoholt képes lebontani. A nagy mennyiségű alkoholfogyasztás azért is veszélyes, mert a máj már nem képes megbirkózni



a nagy mennyiségű mérgeanyaggal, amely így károsítja a szerveket és a szöveteket.

Az alkohol jelentős hatással van a központi idegrendszerre, és az általános fájdalomcsillapítókhoz, az érzéstelenítőkhoz, a nyugtatókhoz hasonló mechanizmussal szívódik fel és bomlik le. Nem tiltott szer, akár legális drognak is lehetne nevezni, a többi kábítószerhez hasonlóan rendszeres, nagy mennyiségű fogyasztása függőséget okoz, és egy idő után az alkoholistáknak egyre nagyobb adagra van szükségük. De kit nevezünk alkoholistának? Azt, aki sóvárog a napi alkohol adagja után, vagy azt, aki ha alkoholt lát, elveszti a kontrollját, és nem tudja abbahagyni az ivást? Az tény, hogy ha egy alkoholfüggőtől megvonják a napi adagját, annál heveny testi tünetek alakulnak ki, mint például a magas pulzus, kézremegés, izzadás, hányinger, majd súlyos pszichés zavar. Az alkoholisták gyakran válnak agresszívvá családtagjaikkal szemben, akik szintén nem tudják, mikor kell orvoshoz fordulni. Minden harmadik 20 és 30 közötti férfi az alkohol miatt veszti életét, de az alkoholisták általában 10-15 évvel korábban halnak meg. Az alkoholizmust nehéz kezelni, mivel összetett problémáról van szó, amelynek komoly pszichés háttere is van.

Női vonalak

A uraknak ezúttal csalódnuk kell. Most nem azokról a női vonalakról van szó. A Corvin Művelődési Ház Női vonalak című rendezvénye azért jött létre, hogy legyen egy hely, ahol ki és meg lehet beszélni, meg lehet kérdezni, és meg lehet tudni mindazt, amire egy lány, asszony, anya, nagymama, feleség, dolgozó nő, vagy éppen egy nyugdíjas hölgy kíváncsi. Egyszerűen szóba jöhet minden, ami csakis a nőket érdekli.

MÉSZÁROS TIBOR

A női vonalon az első „kapcsolás” március 8-án, nőnapon történt, amikor V. Kulcsár Ildikó Mondod-e még a szót, szeretlek? című zenés játéka a párkapcsolat kérdéseire kívánt válaszokat adni. Április 4-én este pedig a tavaszi fizikai és lelki nagytakarítás volt terítéken.

A beszélgetéshez szakemberek segítségét is igénybe vették. Fülöp Beának, a Danubius Rádió egykori műsorvezetőjének kérdéseire Dénes Éva, a cinkotai Alory Szépség-, Egészség- és Életmód Központ vezetője, és Skultéty Andrea okleveles feng shui tanácsadó mondta el gondolatait a tavaszi lelki lomtalanítással és – a szakember mondta így – tértisztítással kapcsolatban.

Megkérdéztem Fülöp Beát, az est háziasszonyát, mi vezette őket akkor, amikor Szabó Csilla igazgatóasszonnyal úgy döntöttek, rendeznek egy előadássorozatot kizárólag hölgyek számára?

– A Művelődési Ház vezetése a TÁMOP – 5.2.5/B-10/1-2010-0075 pályázat támogatásával megvalósuló Gyere inkább mihozzánk! programon belül szeretne volna a női vonalat erősíteni,

a hajdanvolt hölgyklubot újraéleszteni. Olyan közérdekű témát kerestünk, ami sokakat érinthet, érdekelhet, és a jövőben is ilyenekkel szeretnénk elcsábítani a hölgyeket a Női vonal rendezvényeire. Napjainkban a nőknek teljesen új szerepkör jut. A csak családanya szerep nem elégti ki a XXI. századi hölgyeket. Karriert építünk, de az még nincs kitalálva, hogy ezt hogyan lehet összeegyeztetni a jó anya és a jó feleség szerepkörrel. Valószínűleg ehhez a férjek részéről is új értékítélet kell. Többek között ilyen problémákról szeretnénk konzultálni minden hónap első szerdáján a Női vonal rendezvényein. Mindenki hozhat jó ötleteket.

– Amikor műsorvezetőt kerestek a Női vonalhoz, ön hogyan került a képhez?

– A Danubius Rádióban gyakran foglalkoztam női témákkal. Nemrég jelent meg Anyák című könyvem, amelyben gyakorló anyukák beszélnek a női élet e csodálatos élményéről. Magam is gyakorló édesanya vagyok, és sokszor szembesülök a munka és az otthon között feszülő ellentmondással. Mindemellett már sokszor konferáltam különböző rendezvényeken az Erzsébetligeti Színházban.

Májusban a Nők Lapja közismert újságírója, V. Kulcsár Ildikó lesz a vendége a rendezvénynek, amelyre minden korosztályt szeretettel várunk.



SZÜLETÉS HETE • MÁJUS 6-13. • „CSALÁD SZÜLETIK”

Országos kulturális és tájékoztató rendezvénysorozat



Hagyományainkhoz híven az Erzsébetligeti Színházban a Születés Hete országos és határon túli rendezvénysorozatához kapcsolódva szeretnénk kerületünk lakói számára könnyen elérhetővé tenni a babavárástól a kisgyermekes családi élet korszakáig minden hasznos, korszerű információt, amely egy felelősségteljes döntésekkel teli korszak előtt álló család számára segítséget nyújthat.

A szülés és születés megváltoztatja azt a világot, amelynek középpontjában éppen a megszületett kisgyermek áll. Akik a kisbabával kapcsolatban vannak, maguk is megváltoznak, mások lesznek, mint azelőtt. Életük, mindennapjaik visszavonhatatlanul átalakulnak és ennek a minőségét az a tudás, ismeret, adja, amely alapján döntéseiket meghozzák. Ebben szeretnénk segítséget adni.

Az ismeretterjesztő és kulturális programok célja a várandós és leendő kismamák és családjuk minél

szélesebb körű tájékoztatása a szüléssel kapcsolatos választási és döntési lehetőségekről, a hazai ellátás hagyományos és újszerű alternatíváiról, a kutatási eredményekről és a nemzetközi egészségügyi szervezetek ajánlásairól.

A Születés Hete XVI. kerületi rendezvényén részt vesznek orvosok, védőnők, pszichológusok, életvezetési tanácsadók, természetgyógyászok és alternatív szüléssel foglalkozó szakemberek is.

Az ismeretterjesztés, felvilágosítás mellett hangsúlyt fektetünk az egészségmegőrzés, egészséges életmód fontosságára és természetesen kulturális események, előadások is színesítik a programsorozatot, ahol a család apraja-nagyja együtt szórakozhat, hiszen gyerekbarát színházként számunkra ez máshogy elképzelhetetlen. Találkozunk a Születés Hetén is az Erzsébetligeti Színházban!

Részletes programajánlónkat a következő számban olvashatják!

A rendezvénysorozatról bővebben a www.szuleteshete.hu internetes oldalon tájékozódhatnak.



Ligeti Baba Klub

Erzsébetligeti Színház

ÁPRILIS 20. PÉNTEK 10.00

• „Már 100x megmondtam!” – kapcsolatjavítás és konfliktuskezelés, gyerekjátsmák és a közös problémamegoldás. Előadó tréner: Murinkó Mária Maja, Novák Ágnes, Walter Edina
• Babahordozási tanácsadás
ligetibabaklub@gmail.com • www.facebook.com/ligetibabaklub

Ikarus-legenda 12. rész



Tomhauser István, a futó fotós



Tomhauser István edzőként a versenyen, az ifi VB-n 2007-ben. A fényképezőgép sem maradhatott el

TAKÁCS T. LÁSZLÓ

– Mikor került kapcsolatba a gyárral?

– 1957. február 11-én vettem fel az Alkatrészgyártó üzembe. Nem sokkal később az Autóvillamosági üzembe toboroztak munkatársakat, egy hónapra odakerültem kölcsönbe, majd hosszabb időre is átvettek, átképeztek. Akkoriban mesés, 1 forintos órabéremelést ígértek. A Művelődési Házban működött egy fotósakkör, amelynek életét szerette volna felpezsdíteni a cégvezetés. A brigádmozgalom a mi esetünkben nagyon jól működött, jó kis csapat jött össze, számtalan rendezvényen, eseményen



1965-ben, az autóvillamosági szerelő műhelyben

vetünk részt. A mozgalom keretében megismerkedhettünk a fotós munkával. Rövid időn belül belejöttem, annyira, hogy a szakör öregjei megválasztottak laborvezetőnek. Később elvégeztem egy fotósakkör-vezetői tanfolyamot is. Még ott kaptam egy állásajánlatot, mehettem volna rendőrségi helyszínelő fotósnak, de az nem az én világom.

– Az Ikarusban is kamatoztatta fotósi képességeit, vagy csak hobbiól fényképezett?

– Jóval több volt, mint hobbi, bár az első fényképezőgépem egy Pajtás masina volt, amit az egyik ipari vásáron szereztem be. Azzal kezdtem, később persze sorra vásároltam a modernebb, nagyobb tudású gépeket, eszközöket, ahogy tapasztaltabb lettem. Számtalan pályázatra is elküldtem a képeimet, eléinte hazai, majd nemzetközi szinten is megmértem magam. Összesen 220-230 díjat nyertem ezeken a kiállításokon, verse-

nyeken. 1968 januárjától a Gyártmánydokumentáción dolgoztam. Akkor merült fel, hogy a rengeteg irat, rajz, dokumentáció sok helyet igényel, nehezen áttekinthető, így elkezdtük mikrofilmbre vinni az anyagot. Ennek a technológiának a segítségével az is lehetővé vált, hogy ha egy vezető valahol prezentációt tartott, akkor diákat készítettünk és nem kellett egy táskányi anyaggal utaznia. Vagy ha például szükséges volt, hogy egy rajz méretarányán változtassunk, az kézi módszerekkel egy tervező három hetes munkáját vette igénybe korábban. Én a fotótechnika segítségével fél óra alatt megoldottam ugyanezt. Nagyon elől jártunk az új technika alkalmazásában még külföldről is a csodájára jártak. Később hozzánk kerültek a Xerox másológépek, sikerült elérnem, hogy nyugati technológiát szerezzen be a gyár.

– Hogyan lett atlétikaedző, a szakosztály vezetője?

– Ez is a fotózással függ össze valamelyest. Fiatalabb korban versenyszerűen futottam, és később találkoztam a korábbi sportvezetőimmel, miután gyakran jártam a Stadionba fotózni. Ők már az Atlétikai Szövetségnél töltöttek be különböző vezetői tisztségeket. Arról beszéltek, hogy nagy a baj mostanában, milyen nehéz és költséges akkoriban – az 1976-os Montreali olimpia után – atlétikai szakosztályt működtetni. Én persze fiatalos hévvel replikáztam, hogy meg lehet azt oldani, csak akarni kell... Egyszer csak kaptam egy megkeresést a Sportfelügyelőségtől, behívtak beszélgetni. Kérdezték, hogy komolyan gondoltam-e, amit az atlétikáról mondtam. Mondtam, hogy persze, és úgy döntöttem, hogy vágiunk bele.

Akkor még nem volt semmiféle támogatás, egy régi, salakos pálya volt a sporttelepen. Mi magunk raktuk rendbe, készítettük elő az edzésekre, nekiálltunk a családdal kapálgatni a gáz. Plakátokat készítettünk, elvittük az iskolákba, hogy tehetségkutató versenyt rendezek a pályán. 1976. szeptember 21-én, egy szombati napon volt a verseny, összegyűjtöttem 48 gyereket, velük indult be az atlétikai szakosztály. Később

Kevés ismertebb szereplője volt sorozatunknak, mint Tomhauser István. Ő a mai napig az Ikarus BSE atlétikai szakosztályának vezetőedzője. Ahogy fogalmaz, egy iskolányi gyerek járt hozzá az évtizedek során. Kevesebben tudják róla, hogy nem csak atlétika-edzőként, de fotósként is nemzetközi sikereket ért el. 1957-től dolgozott az Ikarusban egészen 1998-ig, amikor egyik pillanatról a másikra, drámai körülmények között szüntették meg a csoportját.

mentünk gyerekversenyekre, meglepődtek, hogy taroltak fiatalok. Olyan szülők is segítettek, akiket érdekelt ez a munka, egy idő után már olyan sokan jártak hozzánk, hogy megosztottam a feladatokat, edzésterveket írtam. Később persze nőttek a gyerekek, sokan egyetemre, főiskolára mentek, jó néhány pedagógusok lettek közülük, volt, aki külföldön érvényesült. Akik világversenye-



Fotótéma keresése közben

ken vettek részt, azok közül néhányat elcsábítottak, hogy menjen külföldi egyetemre, és sportoljon náluk. Mára eljutottunk odáig, hogy egy nyolcsávos, rekortán futópályával, felújított kiszolgáló létesítménnyel az ország legmodernebb atlétikai létesítményével büszkélkedhetünk. Világversenyekekre jutnak ki a versenyzőink, ahol sikereket érnek el, országos csúcsokat javítanak. Az évtizedek során versenyzőink több mint 400 magyar bajnoki címet szereztek. Akik gyerekként hozzánk jártak, közben már felnőttek, hozzák az ő gyerekeiket is. Néhányan elvégezték a Testnevelési Egyetemet, és edzőként tértek vissza, többek között a fiam is, aki a Magyar Atlétikai Szövetség sprint szakágának



A mikrofilmes labor csodájára jártak külföldről is

a vezetője lett. Már régen megválasztottak a Budapesti Atlétikai Szövetség elnökségébe, szakbizottság-vezető lettem, részt veszek a Budapest-válogatott összeállításában.

– Hogyan tudta összeegyeztetni a fotós munkát az edzői tevékenységével, mire emlékszik szívesen?

– Büszke vagyok arra, hogy ahol tevékenykedtem, mindig sikerült jó közösséget kialakítani, és országosan elismert munkát végezni, úgy a fotózás, mint a sport területén. Munkámat számtalan kitüntetéssel ismerték el minden területen. Egy idő múlva már kevés volt a nap 24 órája, hogy mindennek megfeleljek. A fotókör vezetésével járó feladatokat átadtam, sajnos később azt kellett tapasztalnom, hogy lelépült ez a tevékenység.

– Mikor és hogyan ért véget a munkája az Ikarusban?

– 1998-ban, amikor már napirenden voltak a leépítések, az elbocsátások, egy pénteki napon, délután fél 2-kor kaptam egy telefont. Közölték, hogy mondjam meg a csoportom tagjainak: hétfőn már be sem kell jönniük. Azt hitték, hogy ez valami vicc,

és én is úgy éreztem, mintha ez nem velem történe. Az utolsó pillanatig bíztam benne, hogy lesz valami megoldás...

Tomhauser István – 74 évesen, amiből legalább tízet letagadhatna – a mai napig az Ikarus BSE vezetőedzője, minden nap részt vesz a Szakosztály irányításában. Bár maga a gyár már régen nem működik, az atlétikai szakosztály a nevében is őrzi az emléket. Mint ahogy azok is őrzik a szellemiségét, akik sorozatunkban korábban megszólaltak. Különböző emberek, a kétkezi munkástól az igazgatóig. Sorozatunk most véget ér, de az Ikarus szelleme mindaddig él, amíg ennyien jó szívvel emlékeznek rá.

(Vége)

Az ország széke

A történelem legrégebbi ma ismert (nádfonatos!) székeit az ókori egyiptomi kultúra hagyta ránk, azokon évezredek óta nem ült ember. (Legfeljebb suttyomban, amikor nem látta senki, a szék titkait kutató régészprofesszor csintalan unokája.) Mi nem megyünk el ilyen régi időkre, ma egy olyan szék történetét mutatjuk be olvasóinknak, amelyen száz éve még rendszeresen ültek a rákosszentmihályi katolikus hívők, de nem biztos, hogy tudták, a szék jó néhány társával, és a hasonló stílusban összerakott padokkal, még száz évvel előbb az ország budai házában szolgálta a honatyákat.



A XVIII. században, negyed évszázados szünet után, 1790. június 6-ra hívták össze újra a magyar országgyűlést Budára, a Franz Anton Hillebrandt udvari főépítész által, a kúria részére átalakított épületbe. Az országgyűlést később még kétszer hívták itt össze, 1792-ben és 1807-ben. Az ebből az időszakból származó berendezés 1902-ig az épületben maradt, tovább szolgálva néhány minisztériumot, no meg a nagyterem bálzóit. 1902-ben az új, dunaparti országház épületében kezdte meg ülését



Rákosszentmihályi, katolikus templom belseje

a képviselőház. Regele János királyi tanácsos közbenjárására, az újonnan épült rákosszentmihályi katolikus templomba, a budai országházból ide került berendezési tárgyakról így ír a Rákos Vidéke 1902. november 16-án: „A szentmihályi templom számára felajánlott újabb adományról adhatunk hírt. A templom megáldása előtt a templomba kivitték a régi országházból a székeket és padokat, a

melyek tetszetős és kényelmes voltaknál fogva kitünően megfelelnek céljuknak. a szentmihályiaknak már akkor kilátásuk volt rá, hogy elnöküknek, Regele János kir. tanácsosnak közbenjárása folytán igen olcsón jutnak ezekhez a padokhoz. Mint most értesültünk a padlók ügye úgy dőlt el, hogy azok minden ellenszolgáltatás nélkül lesznek a szentmihályiaké.” Egy hét múlva, november 23-án ezt írta az újság: „Regele János úrtól a templomépítőbizottság elnökétől a következő levelet kaptuk: Tisztelt Szerkesztő úr! Becsés lapjának f. é. 45. számában volt szíves a szentmihályi híveknek tudomására hozni, hogy a képviselőház az én közbenjárásomra padokat és székeket (és pedig 20 padot és 30 széket) ajándékozott a templom céljaira; legyen szabad ezen adomány kiegészítésül még tudomására hozni, hogy a fenti adományon kívül a képviselőház még a következő tárgyakat adományozott ismét közbenjárásom folytán a templomnak és pedig: egy mosdóasztal lavoárral, egy két ajtójú könyvszekrény, egy kis asztalka, 15 köpölkő, egy kis fautelszék, egy fűskosár, egy vas kályhaellenző, egy álló író pulpitus asztal, 10 karosszék és mintegy 40 méter kokusszőnyeget. Kiváló tisztelettel maradtam Budapest, 1902. november hó 18-án Regele János, kir. tan. a templombiz. elnöke.”

Bodonyi Regele János királyi főtanácsosról tudni kell, hogy a magyar országgyűlés képviselőházának irodafőigazgatója volt. Élete utolsó szakaszában került kapcsolatba Rákosszentmihályal, ahol Marsalkó királyi kúriai bírótól parkot és kastélyt vásárolt pihenőhelyül. Hamar bekapcsolódott a helyi közéletbe, a legtöbbet a templomépítő mozgalomban tevékenykedett. Már a kezdetekkor a templomépítő

bizottság elnökévé választották, amely tisztségében haláláig hatékonyan működött. (A Rákos Vidéke 1904-es nekrológjának adatai.)

Az adomány folytán tehát 1902-től a szentmihályi hívők a volt országgyűlés székein, padjain tehetek hitvallást



új templomukban. Közel harminc év múlva, a templom belső berendezését felújították. „Ezeket (a székeket és padokat) az 1930-as évek elején a belső berendezés felújításakor a Szent Imre kápolnának adták át, akik nem is tudva a padok történelmi eredetéről, az 1970-es években történt felújításkor eltűzték.” - írta Lantos Antal 2007-ben, „A rákosszentmihályi katolikus egyház története” című művében. Szomorú hír volt ez a régi korok tanúit

keresőknek, de idén örömhírral kereste meg Lantos Antalt (aki közel tíz éve kutatta az adomány utóéletét) Urbán Gábor atya, rákosszentmihályi esperes. A Szent Imre kápolnában találtak egy széket, amelyről feltételezhető, hogy az 1902-es adományból származik.

A hírtől lelkesülve néztük meg a széket, és valóban: a korabeli templomfotóról már ismert formát fedeztük fel az egészen szép állapotban fennmaradt karosszéken. Ráadásul a szék fonákján megtaláltuk a beégetett feliratot: „RÁKOSSZENTMIHÁLYI KATOLIKUS EGYZHÁZ”. A széket Kovács Mihály rákosszentmihályi restaurátor is azonosította, aki megállapította, hogy a szék formajegyei alapján a XVIII. század végén készült. Gondos munkával rendbe hozta, és most a Rákosszentmihályi Katolikus Egyházközség adományaként, a Kertvárosi Helytörténeti Gyűjteményben tekinthetik meg a látogatók.

A nádfonatos karosszék így ugyan nem eredeti funkciójában él tovább, de történelmünk utolsó kétszáz esztendejének tanújaként, remélhetőleg a jövő generációinak is felkelti az érdeklődését a múlt történetei iránt.

Lantos Antal kutatásai alapján lejegyezte: Széman Richárd

Ismerje meg kerületünk múltját!

Már 26 kötete jelent meg

a Kertvárosi Helytörténeti Füzetek sorozatnak.

Olvasható: Cinkota, Sashalom, Rákosszentmihály története a képviselőtestületi jegyzőkönyvek alapján. Megírtuk (írjuk) az egyházak történetét. Két kötetbe összegyűjtöttük korabeli szerzők írásait elődtelepüléseinkről. Lajstromba vettük a kerület művészeit. Két kötet szól a helyi sportról. Több kötetben közlünk visszaemlékezéseket Árpádföld, Cinkota, Mátyásföld, Rákosszentmihály, Sashalom hétköznapijairól, ünnepeiről. Már két kötet jelent meg az elődtelepülések rajzos történetéből.

Gyűjtse Ön is a sorozat köteteit!

Érdeklődjön reprezentatív albumunkról, amiben számtalan képpel mutatjuk be kerületünk építészetét!

A kötetek a mai könyvtárakhoz képest jutányos áron megvásárolhatók a két helyi könyvtárban, az Erzsébetligeti Színházban, és a Kertvárosi Helytörténeti Gyűjteményben.

Érdeklődni lehet a sorozatról a 4010-866-os telefonszámon és a helytortenet16@gmail.com email címen.

**Osztály-
találkozó**

Kérjük azokat az iskolatársainkat, akik 1972-ben a Georgina utcai általános iskola „A” osztályában végeztek, és részt vennének egy „B” osztállyal közös osztálytalálkózón, jelentkezzenek a helytortenet16@gmail.com email címen!

V. Art Feszt

Ötödik alkalommal hirdette meg az Erzsébetligeti Színház az Art Feszt országos képzőművészeti pályázatát, az amatőr alkotók seregszemléjét. Mivel az ő bemutatkozásukra országosan nagyon szűkösek a lehetőségek, idén is sok jelentkezőre lehetett számítani.

MÉSZÁROS TIBOR

Öt éve, az első Art Fesztre mindössze 38 művész nevezett, összesen 114 alkotással. Idén már 116-an pályáztak, 342 művel.

Szabó Csilla igazgató elmondta, a beérkezett pályaművek között általában a festmények vannak túlsúlyban, most azonban sok az iparművészeti munka. A műtárgyak elbírálását ezúttal is független zsűrire bízták. Szepesi Hédi művészettörténész, Nagy Judit iparművész és Gyárfás Gábor grafikusművész feladata volt, hogy a pályaművek közül kiválassza azt a 83-at, amelyeket kiállítanak.

Szakmai szempontból a tárlatot Nagy Judit értékelte. Beszédében arra hívta fel a figyelmet, hogy aki



műalkotást hoz létre, maga is nemesebbé válik. Egy színvonalas mű által keltett érzésekből, benyomásokból pedig a befogadó is építkezhet.

Az alkotók közül többen kaptak különdíjat, a nyertesek pedig az Erzsébetligeti Színház előadásaira nyertek belépőjegyeket. A zsűri emellett egy második és két első helyezést ítelt oda, amely egyben önálló kiállítási lehetőséget is jelent. A második Arnold Petra hagyományos eszközökkel – akril, szén, pasztell – alkotott három, nagyon is újszerű női arcképe lett, az egyik első díjat Czabán György fotósorozata, a másikat Fuchs G. Tamás (képünkön) két giclée (zsiklé) technikával létrehozott képe kapta. Czabán György más elfoglaltsága miatt nem volt jelen a megnyitón, a Sas-

halmon élő Fuchs G. Tamás azonban válaszolt néhány kérdésünkre.

– A Fuchs Tamás nevet „G” nélkül egy ország ismeri a Főviform közlekedési helyzetjelentéseiből. Ön azonos azzal a Fuchs Tamással?

– Igen, 1982-ben, mint a BKV fejlesztőmérnöke, részese voltam a Főviform megalapításának.

– Azóta sok minden változott az életében.

– Valóban több mindennel foglalkozom. Társulajdonosa vagyok egy kiállításokat szervező, rendező és lebonyolító cégnek, és alapító tulajdonosa, vezetője vagyok egy reklámgrafikai cégnek is.

– Kenyérkereső tevékenységeiben főszerep jut a számítógépeknek. Így van ez a művészetében is?

– Igen, az általam használt, Amerikából indult, és egyre terjedő giclée (zsiklé) technika számítógépes eljárás. Egy különlegesen időtálló, speciális festővászonra nagyfelbontású, tintasugaras nyomtatóval készítem a képeimet. Minden mű mellé tartozik egy eredetiségi tanúsítvány. Így előzhető meg a hamisítás.

– Mit jelent Önnek ez a díj?

– Elsőnek lenni mindig jó. Igazolja, hogy mások szerint is jó úton járok. Hazai pályán elsőnek lenni pedig még egy kis plusz élmény az embernek – mondta Fuchs G. Tamás.

Az Art Feszt sorsa tehát egyelőre felfelé ível. A résztvevők száma egyre szaporodik, és a rendezők folytatni akarják a hagyományt.



PROGRAMAJÁNLÓ

1165 BUDAPEST, HUNYADVÁR UTCA 43/B. TELEFON: 401-3060.



SZÍNHÁZ

április 15., vasárnap 18.00 – Minden lében 3 kanál – a Körüti Színház előadása – Tom, a kisse ügyefogyott férj és a családban a nadrágot hordó felesége, Linda várják az örökbefogadási ügynökség képviselőjét, akinek a döntésén múlik, lehet-e gyerekük. Tom két vagány öccse úgy dönt, hogy segítenek helyre tenni Tom életét, de ez nem sikerül túl törvénytelen. Megjelenik a rend éber őre, néhány illegális bevándorló, és ezzel meg is indul a világ legismertebb vígjátékszerzőitől elvárható vidám bonyodalmak sokasága. Író: Ray Cooney, Michael Cooney. Rendező: Galambos Zoltán. Jegyek: 2100, 2500 Ft-os áron elővételben kaphatók.

április 18., szerda 18.00 – A fiú a tükörből, avagy rekvim a gyerekkorért – Paulinyi Tamás: Bólébál c. Irodalmi díjas regényének színpadi változata. A Turay Ida Színház Spirit Kamaraszínházának vendégjátéka.

Játék az elvesztett gyermekkorért, a családi összetartozásért a függőségek világában, az erőszak ellen. Az előadás után interaktív beszélgetés az alkotókkal, szereplőkkel és a szerzővel. Zene: Kiss Tibor (Quimby). A belépés előzetes regisztrációt követően díjtalan!

április 19., csütörtök 19.00 – Stand up – A Három Kismalac (Szalai-Burszán Vera, Borovitz Tamás, Galambos Zoltán) és Badár Sándor. Jegyek: 1700, 2200 Ft-os áron elővételben kaphatók.



GYERMEKPROGRAM

április 15., vasárnap 11.00 – Hamupipóke – A Duna Művészegyüttes táncos mesejátéka. A Grimm-fivérek egyik legismertebb, örökérvényű meséje jámborságról és gonoszságról, hatalomvágyról és becsületről, ármányról és hűségről. Rendező-koreográfus: Mucsi János, Juhász Zsolt. Jegyek: 900 Ft-os áron elővételben kaphatók.

április 22., vasárnap – Gyermekmulatság – Kolompós táncház 10.30-tól 11.30-ig: Táncház a Kolompós együttesel 11.30 - 13.00 óráig: Varázsműhely kézműves játszóház:

Fonal nyuszi és pipi készítés. Jegyek: 800 Ft-os áron elővételben, 900 Ft-os áron a helyszínen, 3000 Ft-os áron családi jegyek (2 gyerek+2 felnőtt) csak elővételben kaphatók.



ZENE

április 20., péntek 20.00 – Gemini Házibuli

A népszerű zenekar buliján a rock 'n rolltól a mai slágerrekig megszólal minden, amire táncolni jó.

Jegyek: 1500 Ft-os áron a helyszínen kaphatók.

április 28., szombat 19.00 – Házibuli az Old Boys együttesel – Aki szereti a rock'n rollt - nem csak hallgatni, hanem táncolni is -, annak fülében egészen biztos, hogy ismerősen cseng az 50-es, 60-as évek zenei világát megjelenítő együttes, a házibulik királya az Old Boys. Jegyek: 2200 Ft-os áron elővételben, 2500 Ft-os áron a koncert napján kaphatók.



EZ+AZ

április 15., vasárnap 9.00-14.00 – Tavaszköszöntő Kincses Liget – Örökzöld és virágvasárral készülünk. Ébrednek a természet a hosszú tél után, ezért itt az idő a tavaszi nagytakarításra, a padlás, pince kipakolására! Szedjük össze az őszel eltett virághagyományokat, és hozzuk el a Kincses Ligetre, ahol most örökzöld és virágvasár fogadja az érdeklődőket, hogy mindenki kedvére díszíthesse a kertjét. A csereberélők KINCSES LIGET BON-t kapnak, s amennyiben hármat összegyűjtenek, kedvezményesen válhatnak jegyet az Erzsébetligeti Színház megjelölt programjaira.



PÓDIUM

április 18., szerda 17.00 – Mátyásföldi Irodalmi Kávészó – Az előadást vezeti:

Sorki Dala Andor vívódíjas költő: Klasszikus és népi, „A néppel tűzön - vízen át.” A belépés díjtalan!

április 19., csütörtök 18.00 – Szent Korona Baráti Kör – Németh Zsolt: A Szent Korona sérülései és átalakításai. Víg Sándor nemzeti dokumentumfilmjének bemutatása. A belépés díjtalan!



NAGYRENDEZVÉNY

május 1., kedd – MAJÁLIS

Kerületi csoportok, és a Kertvárosi Tehetségkutató Gálaműsor résztvevői is fellépnek. Mátyásföldi sztárzenekar, Jász András Kulturfunk, Zsebrakéta, Ladánybene 27.

Egész nap kirakodó vásárral, színes színpadi programokkal várjuk a kikapcsolódni, szórakozni vágyókat.



KIÁLLÍTÁSOK

május 6-ig - Alkotó pedagógusok kiállítása. Megtekinthető Napfény Galériában.

április 22-ig - „A SPORT ÖRÖME” kiállítás Az Erzsébetligeti Színház és a Batthyány Ilona Általános Iskola nemzetközi rajzpályázatát hirdetett az olimpia tiszteletére. Megtekinthető a Corvin Galériában.

április 19., csütörtök 18.00 - Art 16 Művész Csoport „Mesterem, Rudnay” - Rudnay Gyula tanítványainak kiállítása. Megtekinthető május 13-ig a Kamara Galériában.

április 26., csütörtök 18.00 - Vizuális kommunikáció - Válogatás a fiatal tervezőgrafikusok munkáiból. Megtekinthető május 27-ig a Corvin Galériában.

április 27., péntek 18.00 - Bródy András festőművész - Az első ruszin miniszterelnök fiának a kiállítása. Megtekinthető május 11-ig a Kovács Attila Galériában.

NE MENJEN A KÖZPONTBA, NÉZZE MEG A KERTVÁROSBAN!

május 9., szerda 18.00 - Női Vonalak - Önnek, a Nőnek!

május 13., vasárnap 11.00 - Palya Bea: Álom-álom, kitalálom - gyekek-koncert

május 13., vasárnap - Ikertalálkozó

Az Erzsébetligeti Színház ikertalálkozót szervez. Várjuk minden kedves kerületünkben élő ikerpár jelentkezését május 6-ig a kertvarosikrek@gmail.com e-mail címen.

Kard ki kard!

Végleg eldőlt: a magyar férfi kardcsapat az újkori olimpiák történetében először nem lesz ott a nyári ötkarikás játékokon. Az okokról még valószínűleg sokáig fognak vitatkozni. Hogy fel tud-e emelkedni ez a sikersportág ebből a gödörből? Ha igen, akkor mikor? Ezt még nem lehet megjósolni. Decsi Tamással, a Kertvárosi Vívó SE világbajnok kardvívójával erről, a válogatottból történt mellőzéséről és a jövőről is beszélgettünk.

RIERSCH TAMÁS

– Nagyon nagy csalódás, hogy nem jutott ki az olimpiára a csapat, mert meggyőződésem, hogy ennek a kvartettnek ott lenne a helye Londonban. Én kétszeresen is csalódott vagyok, hiszen a szövetségi kapitány döntése alapján az utolsó, mindent eldöntő kvalifikációs versenyen már nem kaptam lehetőséget, így nem tudtam segíteni a fiúknak. Ez azért is fájó pont, mert 2005 óta nem volt olyan válogatott verseny, amelyen én ne lettem volna tagja a csapatnak. Zsinórban közel ötven megmérettetésen léptem pástra. Úgy gondolom, hogy egy olyan feszült, kiélezett helyzetben, mint amilyen a moszkvai világbajnokság volt, a rutin nagyobb segítséget jelentett volna, mint az indok-



lásban elhangzott „fiatalítás”. A tények is ezt bizonyítják, a válogatottba bekerült fiatalok keze ugyanis alaposan megremegett, ami a csapat vesztét jelentette.

A szövetségi kapitány döntése alapján Decsi Tamás a gyengébb egyéni eredmények alapján került ki a válogatottból. Egy sorozat utolsó állomása előtt már ritkán szoktak ilyen jelentős döntést hozni. Főleg úgy, hogy a magyar kardcsapat az utolsó kvalifikációs ver-

seny előtt még olimpiát érő helyen állt.

– Valóban gyengébbek voltak az egyéni eredményeim, de nem csak nekem, hanem a csapat valamennyi tagjának, Szilágyi Áron kivételével, aki ki is jutott az olimpiára. Ennek hátterében az állt, hogy mindenki a csapatversenyekre fókuszált. Ezt egyébként a szakvezetés külön is kérte tőlünk. Ezek után gyenge egyéni eredményre hivatkozni meglehetősen furcsa dolog. A csapatban mindig jól vívtam, amikor én is pástra léptem, 5-6. helynél nem voltunk rosszabbak.

Decsi Tamás sporttemberségből jelesre vizsgázott, hiszen miután kikerült a csapatból, továbbra is együtt edzett a társaival, hogy segítsen nekik a sorsdöntő versenyre való felkészülésben. A kudarcot követően azonban ő is elgondolkodott a folytatásról.

– A moszkvai 11. hellyel nem csak az én életemben, hanem a magyar vívás történetében is lezárult egy korszak. Néhány napot pihenéssel és gondolkodással töltöttem. A pihenés persze munkát jelentett, hiszen minden időmet a Kertvárosi SE-ben, a gyerekek között töltöttem. Tőlük és a szülőktől is sok biztatást és szeretetet kapok, ráadásul a gyerekek egyre jobb eredményeket produkálnak. Visszatérve a saját pályafutásomra, úgy érzem, hogy fiatal vagyok még a visszavonuláshoz. Folytatom a munkát, és bebizonyítom, hogy ott a helyem a legjobbak között. Áprilisban kezdődnek a világbajnokság-versenyek, amelyeken azért kell jól vívni, hogy a soron következő világversenyeken ne kerüljünk a mostaninál is rosszabb pozícióba.

A júniusi Európa-bajnokság – az olimpiai részvétel hiányában – a magyar vívók számára az év versenye lesz. 2013-ban pedig Budapest lesz a házigazdája a vívó-világbajnokságnak, amelyen Decsi Tamás mindenképpen szeretne majd pástra lépni.

Újoncból országos bajnok



RIERSCH TAMÁS

Március végén a mogyoródi sportcsarnokban rendezték az országos karatebajnokságot. A hazai szövetség idén ünnepli fennállásának 40. évfordulóját, ezért az ünnepi eseményre meghívták a hazai karate alapítóit, illetve azokat, akik az elmúlt négy évtizedben sokat tettek ezért a sportért. A versenyen több kertvárosi sportoló is indult, köztük a tavaly a legjobb magyar férfi karatézónak választott Szegedi Döme is, akinek jó esélye volt arra, hogy saját korosztályában, U21-ben megnyerje a magyar bajnokságot. Döme azonban a döntőben vereséget szenvedett a klubtársától, ezért be kellett érnie az ezüstéremmel, de végül egy felnőtt csapatarannal vigasztalódhatott. Egy másik kerületi sportoló, a rákosszentmihályi Bartha Nikola azonban ezúttal felülmúlta a tavalyi világbajnokot. A 19 éves sportoló ugyanis szintén második lett az U21-es korosztályban, ezt

követően azonban a felnőttek mezőnyében nemes bosszút állt a legyőzőjén.

– Először indultam felnőtt magyar bajnokságban, és aranyérmes lettem. Ez azért is volt fontos győzelem, mert a szövetségi kapitány még nem jelölte ki a májusi tengerifei Európa-bajnokságra utazó csapatot, és ha az elkövetkezendő hetekben sikerül jól szerepelnem néhány nemzetközi versenyen, akkor én is tagja lehetek a csapatnak – mondta Nikola a verseny után.

Bartha Nikola még a Herman Ottó Általános Iskola diákjaként, 13 évvel ezelőtt kezdett el karatézni. Azért választotta ezt a sportot, hogy önvédelmet tanuljon. Nevelőedzőjével, Sajó Zoltánnal ma is együtt dolgoznak.

– Először diákolimpiát nyertem, majd a korosztályos országos bajnokságokon állhattam a dobogó legfelső fokára. 2009-ben a párizsi kadet Európa-bajnokságon a harmadik, majd ugyanabban az évben a marokkói világbajnokságon a hetedik helyen végeztem. A gyengébbre sikerült 2010-es esztendő követően tavaly ismét világversenyen szerepelhettem: az újvidéki junior Európa-bajnokságon ismét hetedik voltam. Ez az év elsősorban arról szól majd, hogy megszokjam a felnőtt korosztályt. Itthon szűk a mezőny, ezért a nemzetközi versenyek lesznek majd igazán értékmérők a számomra.

Sashalmi Kulturális Polgári Kör

Mihala Tibor 402-21-98

Április 18., Szerda

Találkozás: 6:40 Órs vezér tere metróbejárat. Úticél: Győr. Vonat indulása: 07:21 – Érkezés: 09:23. A program: karmelita templom, püspöki vár, székesegyház, Xantus János múzeum, barátok temploma és séta a Liszt Ferenc utcán. Ezek mellett: szobrok, emlékművek és olasz-lépcső.

Vezeti: Mihala Tibor

Április 27., Péntek

Találkozás 6:25 Puskás Ferenc Stadion, buszmegálló. Úti cél: Kirándulás a Mátrába. Busz indulása: 06:45 – Érkezés: 09:23 Kékestető – Galyatető – Mátraháza – Gyöngyös. Templomok – Múzeumok – Szobrok. Vezeti: Mihala Tibor

Sarkad Udvar - Kézművelők Egyesülete

Rákosi út 224., Sarkad utca sarok
06-70/242-6798 www.sarkadudvar.hu

INGYENES NYÍLT NAP a Sarkad Udvarban
Nyári táborismertető: május 12. 15.00-18.00
Ízelítőt adunk június 18-tól kezdődő nyári napközis hagyományörző táborainkról. Találkozhatsz azokkal a mesterekkel, akik a táborainkban tartják foglalkozásaikat. Program: kézműves foglalkozás, lovaglás, íjászat.

Állandó programjainkról érdeklődni lehet:
Trombitás Enikő 06(70)242-6798.

Adója 1%-val támogathatja működésünket, udvari tevékenységeinket. Kézművelők Egyesülete
Adószám: 18198575-1-42



Olimpikon a nyugdíjas klubban

RIERSCH TAMÁS

Március 29-én rendhagyó eseménynek adott otthont a Veres Péter úti nyugdíjas klub. Az intézményben ugyanis a sport és az olimpia volt a vendég. Ezúttal azonban az ebédet követően a közelgő nyári ötkarikás játékok kerültek terítékre.

– A Varjú Vilmos Olimpiai Baráti Kör vezetése úgy határozott, hogy idén – a közelgő londoni olimpia jegyében – kibővíti kapcsolatrendszerét, ezért két korosztályt, az időseket és a fiatalokat céloztuk meg – mondta Borovitz Tamás elnök.

Az iskolákkal könnyebb volt a kapcsolatfelvétel, mert a fiatalok fogékonyabbak a sportra. Az idős korosztályt azonban sokkal nehezebbnek tűnt megszólítani. A baráti kör vezetése az egyik klubtagot, Nagy Csabát bízta meg azzal, hogy vegye fel a kapcsolatot a kerületben működő nyugdíjas klubokkal.

– Először megkérdezzük az adott klub tagjait, milyen sportág bajnokával szeretnének találkozni. A Veres Péter úton a vízilabda volt a sláger, ezért Dr. Konrád Ferenc olimpiai, világ- és Európa-bajnok vízilabdázónkat – aki egyébként a kerületben lakik, és a Varjú Vilmos Olimpiai Baráti Körnek is a tagja – hívtuk vendégül.

A rendezvény díszvendége magával hozta az érmeit is, amit a közönség tagjai is a kezükbe vehettek.

– Meglepő volt az érdeklődés, mert a hallgatóság többsége hölgy volt. Férjük, családtagjuk révén azonban néhányan kötődtek a sporthoz. Az egyik hölgy még az olimpiai aranyérmét is a nyakába vette, mint mondta, sosem gondolta volna, hogy egyszer majd ilyen élményben is része lesz. De volt, akit nem a sport, hanem a civil hivatásom érdekelt, és megpróbált a saját egészségügyi problémájára tanácsot kérni – mondta Dr. Konrád Ferenc.



A nyugdíjasok emellett megtekinthették a Borovitz-házaspár londoni olimpiákkal kapcsolatos vándorkiállítását is. Többen jelezték, hogy szívesen részt vennének a baráti kör rendezvényein is. Nagy Csaba pedig elmondta: a következő nyugdíjas-sportoló találkozási április második felében, a János utcai nyugdíjas klubban kerül sor, ahol várhatóan egy labdarúgó fog válaszolni az érdeklődők kérdéseire.

Olimpiai és XVI. kerületi TOTÓ

Játékra hívjuk Önöket a 2012-es londoni olimpia jegyében! Minden számunkban találnak majd 13+1 kérdést, amelyek helyes megválaszolásával értékes ajándékokat nyerhetnek.



Nyuszi-kupa

Több mint százan versenyeztek a díjakért

RIERSCH TAMÁS

A kerületi uszodákban működő Aligátor Úszóiskola március 31-én negyedik alkalommal rendezte meg a Nyuszi-kupát az Erzsébetligeti Uszodában. A versenyen 112 gyerek vett részt, akik közül a legfiatalabb 2007-ben, a legidősebb pedig 1995-ben született. A rendezvényen az amatőrök mellett már profi versenyzők is szerepeltek. A kerületi úszóiskola ugyanis két évvel ezelőtt a tehetséges gyerekek számára

létrehozott egy egyesületet, amelynek versenyzői egyre jobb eredményeket érnek el. Az egyesület 27 versenyzője a rendezvényen 100 méteres vegyes úszásból tartott bemutatót a nézőknek. Ezt követően az úszóiskola növendékei vették birtokukba a medencét, ők a korosztályuknak megfelelően az ebihal, a béka, a delfin, a krokodil és az aligátor korcsoportokban versenyeztek.

– Az úszás népszerűségét bizonyítja, hogy a két uszodában több mint 60.000 alkalommal úsztak már a medencékben a gyerekek – mondta a rendezvényt megnyitó Kovács Raymund alpolgármester. A Nyuszi-kupán a szülőknek köszönhetően igazi versenyhangulat uralkodott, az anyukák és apukák ugyanis hangosan buzdították a gyerekeiket, a győzteseket pedig vastappsal jutalmazták.

– Ezeknek a versenyeknek elsősorban az úszás népszerűsítése a lényege, de fontosnak tartjuk, hogy a szülők is lássák, hogy rövid idő alatt hova juthatnak el a gyerekeik. Sportolóink számára pedig kiváló lehetőséget biztosít a háziversenyünk a komolyabb megmérettetésre való felkészüléshez – mondta Hajós Gyula, az úszóiskola vezetője.



	1	2	X
1. Hányadik olimpia a 2012-es Londoni? 1 - XXI. 2 - XXX. X - XXXII.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Mikor alakult a Cinkotai Testedzők Köre? 1 - 1920. 2 - 1924. X - 1928.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Hányadik helyen végzett az országok hivatalos pontversenyében Magyarország az 1948-as olimpián? 1 - 6 2 - 5 X - 4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Melyik évben nyitották meg a Cinkotai Strand Fürdőt? 1 - 1926. 2 - 1930. X - 1932.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Mikor nyert ezüstérmét Mogyorósi-Klencs János tornász? 1 - 1928. 2 - 1936. X - 1948.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Ki volt az első elnöke a Corvin Sashalmi Torna Clubnak? 1 - Szalay Béla 2 - Balló Béla X - Joó István	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Ki volt az az Angliában élő úszónő, aki 1948-ban Londonban csatlakozott az olimpiai csapatunkhoz? 1 - Zságot Irén 2 - Nádor Zsuzsa X - Temes Judit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Ki volt az a kosárlabdázó, majd edző, aki az Ikarus versenyzője volt, és 1964-ben részt vett az olimpián? 1 - Koczka Pál 2 - Zsíros Tibor X - Hódy László	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 1908-ban Londonban hány méteres volt az uszoda? 1 - 25 2 - 100 X - 50	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Melyik nyomda készíti a kerület történetével foglalkozó könyveket? 1 - Kossuth 2 - Gyomai Kner X - Lombos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Kovács Iván vívó olimpikon kiket készít fel a londoni olimpiára? 1 - párbaj-törözőket 2 - törvívókat X - paralimpikonokat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 1929-ben ki volt Cinkota és egyben Magyarország első női díszpolgára? 1 - Petrás Sári 2 - Tabódy Ida X - Czukrász Rózsa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. A Stand Up Comedi „Három kismalac” tagjai közül hányan kerületi kötődésűek? 1 - 1 2 - 2 X - 3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
+1. Április 28-án fergeteges házibulit rendez az Erzsébetligeti Színházban: 1 - az Old Boys együttes 2 - a 100 Folk Celsius zenekar X - Ladánybene 27 együttes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

A megfejtéseket április 20-ig várjuk a XVI. Kerületi Újság címére!

A helyes megfejtők között továbbra is értékes nyereményeket sorsolunk ki!

A március 17-i szám megfejtése: 2, 2, X, X, 1, X, 1, 2, 2, X, 1, X, 1 + X

Ingtalan

Mátyásföldön, családi házban garzon kiadó kedvező áron. Érd.: lehet: 0630-412-0751

Kiadó a Centnáriumi ltp-en, a Budapesti úthoz közel 68 nm-es, 1+2 fészobás, parkettás, erkélyes, negyedik emeleti, jó fekvésű lakás hosszú távra. Ár 70 ezer Ft+rezi, két havi kaucióval. Tel: 06-20-412-6353, 405-5919

Különálló épületben, albérlet kiadó. 400-3011, 20-206-7802

Családi házban önálló, összkomfortos, 1 szobás lakrész kiadó kb 40 nm. 403-6358

Corvinus lakóparkban I. emeleti, 2 szobás, cirkós, erkélyes, világos lakás kiadó. 60 E Ft + rezi + 2 havi kaució. 70-234-7677

Mátyásföldön I. emeleti, 2 szobás, erkélyes, cirkós lakás hosszútávra kiadó 60 E Ft + rezi + 2 havi kaució. 20-417-9600

Főtőreghyegen ideális hétféle teak gyönyörű panorámával eladó. 409-4377

Kiadó 1 szobás, felújított lakás a Lándzsa utcában. 45 E Ft+ rezi. 20-462-2627

Sashalmon tulajdonostól, ikerház fél 98 nm-es, különálló ház egy telken eladó. 20-914-7636

Budai oldalon Bp-től 50 km-re új ház kerületi lakásra cserélhető. 30-541-4452

XVI. kerület Mátyásföldön 1,5 szobás, kis rezsijű lakás kiadó. 20-964-9955

Zuglói 2 szobás lakást Mátyásföldi házra cserélek. Magánszemélyek hívjanak. 20-526-5011, 407-2521

Petőfi kertben 80 nm-es ház 150 n-öles telken jó állapotú, bővíthető, felújítandó 32 M Ft-ért eladó. 70-201-0482

Rákos hegyen 63 nm-es sorházi lakás eladó. Irányár: 24,9 M Ft. 20-566-1657

Rákosszabán 55 nm-es ház sürgősen 16 M Ft-ért eladó. 83-361-881

Garázsos 120 nm-es sorház beköltözhető beszámítással is ikerépítéshez társat keresek a XVI. kerületben. 20-913-4783

Mátyásföldön 53 nm-es, társasházi lakás erkéllyel, garázzsal, jó közlekedéssel eladó. Irányár: 17,5 M Ft. 30-630-7057

Sashalmon 84 nm-es családi ház 640 nm-es telken garázzsal 35 M Ft, Csömörön 2174 nm-es 11 m széles két útra nyíló osztatlan szántó 2 M Ft-ért eladó, vagy nagyobb ingatlanba beszámítok. 20-371-2400

Kiadó Rákosszentmihályon egy 35 nm-es kéthelyiséges házrész kocsival beállási lehetőséggel raktárnak. 20-465-9834

Rákosszentmihályon eladó 57 nm-es felújítandó házrész 5 M Ft-ért. 20-465-9834

Eladó Árpádföldön 300 n-öles panorámás telken egy 85 nm-es, 3 szobás és 30 nm-es, 1,5 szobás ház. 20-465-9834, 400-1012

Elcserezném! XVI. kerületi Corvinus lakóparki 2002-ben épült, 1 és fél szobás, bútorozott lakásom Sashalmi piac környéki építési telekre. 30-463-7916

Vegyés

Szólóprés, szőlődaráló, ET 25-s kazán, Szieszta stb. kedvező áron eladó. Érd.: lehet: 0630-412-0751

Fűnyírás, elektromos, fűgyújtás 3 E Ft-ért eladó. 20-526-6488

Kerületi cég keres friss nyugdíjas férfit árukszállító, külső ügyintézői munkára. 402-0866

Háború előtti szakácskönyveket, kézzel írt, egyedi receptgyűjteményeket vásárolnék. 20-935-1113

Márc. 27-én Mátyásföldön elveszett 13 éves, zsemle színű keverék kan kutyanak. DUDU névre hallgat. 407-3364, 70-977-1969

Aranyhalak kerti tóból túlszaporulat miatt eladók. 300 Ft/db. 20-542-2011

Eladó egy újszerű DIGI parabola antenna kiegészítőivel + Hyundai beltéri egység, 5 E Ft-ért. 20-938-2409

Fiatal, megbízható pár két kislánnyal, idős, egyedülálló személlyel ingatlanért, ott lakással eltartási szerződést kötne. Teljes körű gondozást, figyelmet garantálunk. 20-439-5299

Vásárolnék használt játékokat: LEGO-t, diavetítőket, filmeket, mesekönyveket 3 kisfiam számára. Elmegek érte. 407-2852, 70-938-8806

35 nm-nyi TATA natúr, ívelt, hornyolt, tetőcserép eladó. Használt, 6 évig garázon volt. 405-2111

Különlegesen elegáns esküvői ruha eladó, 36- os méret. 20-237-5566

Ágyneműtartós kanapé, 2 db fotel 1,2 évet használt, kitűnő állapotban eladó. Irányár: 35 E Ft. 20-937-5422

Új gypajú ágyneműgarnitúra és 2 sötét férfiföltöny 172-100 cm eladó. 20-360-3378

1 kétszemélyes, 2 egyszemélyes rattanfotelek eladó 55 E Ft-ért, ajándék tornagép női hasizomhoz. 30-363-7963

Kitűnő állapotban lévő PACSIRTA rádió eladó. 20-460-2515

Nagyméretű leanderek eladók. 30-210-8116

Kawasaki 125-ös kétütemű enduro 1994-es eladó. 30-362-8566

Kombinált gyalogép 200-as kés, 1250 W-os eladó. 30-223-5981

Micheline nyári gumi (195/55 R 15) felnivel együtt eladó. 20-548-1851, 20-332-9338

Új könyvesbolti babakönyvek (szoptatás, csecsemőtáplálás, gondozás, nevelés, mesekönyvek) eladók. 20-332-9338

2 db jó állapotú karfás székert vennék. 405-2613

Olcson eladó 3 éves Orion TV. 70-207-4040

Kutyaház eladó, nagytestű kutyának, 145x87x92-es, 5 E Ft-ért. 20-328-2852

Micro Hausmeister típusú, 700 W- os, 17 l-es, forgótányéros, nem használt) 6 E Ft-ért eladó. 403-1090

POFOSZ XVI. kerületi szervezete

Veres Péter út 27.
Tel.: 06-70/239-5264
Lovag, vitéz Palla László elnök

**Kedves Bajtársnők és Bajtársak!
2012. május 7-én hétfőn 16 órakor**

nyilvános taggyűlést tartunk, melyre szeretettel hívunk minden tagtársunkat, és minden nem POFOSZ tagot is, akit a kommunizmus alatt politikai meggyőződése miatt üldöztek, bebörtönöztek, kitelepítettek, megaláztak, vagy hátrányos helyzetbe kényszerítettek.

Helyszín: Sashalom, Veres Péter u 27. I. em. tanácsterem.

PROGRAMUNK:

Kulturális és sport (esetünkben kirándulás) tevékenységünk megbeszélése, megtervezése, és a további 2012-es programjaink kialakítása. Aktuális ügyek megbeszélése, tagdíjbefizetés. Tagkönyvét mindenki hozza magával!

Déli Harangszó Baráti Kör

Dr. Onyestyák György
Tel.: 06-20/395-3537

Aki a verset szereti...**Április 17-én, kedden 18 órakor**

dr. Bernáth Attila költő, az év műfordítója tart előadást a Költészet Napja alkalmából „Ki a verset szereti, rossz ember nem lehet!” címmel. Az elhangzó illusztrációkat Bobok Eszter és Czine Eszter adja elő.

Helyszín: Erzsébetligeti Színház, Harmónia terem, Bp., XVI. ker. Mátyásföld, Hunyadvár u. 43/b. A belépés ingyenes.

**Árpád nyomán a Déli Harangszó Baráti Körrel
Május 17-21. 6 óra**

Öt nap barangolás Kárpátalján: Ungvár, Szinevéri tó, Tatár hágó, Körösmező, dzsipekkel a Tisza forrása, Rahó, Aknaszlatina, Técső, Munkács, Vereckei hágó /ebéd fent a hegyek között/, Beregszász, stb.

Útiköltség: kb. 15 000.- Ft / fő és 100 euró szállás és félpanzió.

Befizetések a Veres Péter út 27. alatt hétfőként 17 - 19 között.

Jelentkezés telefonon Szuhaj Péternénél: 403-26-22 vagy 06-30/582-76-00.

Festés-mázolás-burkolás-dryvitolás és ehhez kapcsolódó kőműves munkák. Minőségi munkát csinálunk. 70-620-3607

DOBOKTATÁS! Másodéves, Konzeratóriumot végző diák dobot oktatna kezdőknek. 30-510-0524

Szépségszalomba keresek gyakorlattal rendelkező, megbízható FODRÁSZT, KOZMETIKUST, PEDIKÜRÖST. 30-458-8246

DUGULÁS ELHÁRÍTÁS FALBONTÁS NÉLKÜL. VÍZ, GÁZ, FŰTÉS-SZERELÉS. 402-4330, 20-491-5089

KÖNYVEKET, (régit, újabbat) KÖNYVTÁRAKAT, 1945 előtti képeslapokat, fényképeket ANTIKVARIUMUNKNAK vásárolok! Díjitalanul házhöz megyek. T: 06-20-4256-437

Magányosoknak lelki segítségnyújtást, felolvasást, beszélgetést vállalok. Igény szerint házhöz is megyek. Leinformálható, bölcsész diplomás életmód tanácsadó. Mottóm: „Vidáman, empatikusán”. 30-301-2616

XVI. Rákosszentmihályon, Szent Korona utcában 60 nm-es kétszobás, étkezőkonyhás, családi ház pincével, 30 m² komfortos melléképülettel, önálló garázzsal, tárolóval, 400 m² telekkel eladó. Irányár 18,9 M Tel.: 30-950-4551

Redőnyök, szúnyogháló-rendszerekkel, napellenzők szerelése, javítása. Bemutatótermünk: Csömöri u. – Szlovák u. sarok. 409-2229, 20-523-3801, 30-209-5987

XVI. kerületi ASZTALOS ajtók, ablakok javítását, szigetelését, zárcserét, egyedi bútorok készítését vállalja. Ingyen kiszállítás! HÉTVÉGÉN IS! Kiss Ernő 30-447-4853

CSERÉPKÁLYHA, KANDALLÓ JAVÍTÁS, FELÚJÍTÁS, TISZTÍTÁS. ÚJ KÁJHA ÉPÍTÉSE. 407-3155, 30-301-2616

Bádogos-tetőfedő-tetőszigetelő, új munkát és felújítást is vállal. 409-2069, 20-510-0013

Lakossági ingyenes apróhirdetési szelvény

az önkormányzat lapjába, a XVI. Kerületi Újságba

A magyar nyelv helyesírása szerint kitöltött tízszavas szelvény (a névelők /a/az/ nem számítanak szóznak) föladható postán: XVI. KERÜLETI ÚJSÁG HIRDETÉS, 1163 Budapest, Havashalom u. 43. címre, vagy bedobható az ugyanitt elhelyezett HIRDETÉSEK A XVI. KERÜLETI ÚJSÁGBA felirattú postaládába. Várjuk hirdetéseiket a hirdet16@gmail.com e-mailen is, üzleti hirdetés: Afonyi Zsuzsa 06-20/982-5352.



Sashalmon
1093 m²-es telken, 270 m²-es
egyszintes családi ház medencével,
plusz 126 m² pincével, garázzsal eladó
06/20 9345-940 <http://www.verifas.hu>

WWW.ANIKOSZEPSEGSZALON.COM
☎ 407-2696 H-P 8-19, Szó 8-13

AKCIÓ! **Csak most!**
Szoli bérlet
10+2 alkalom
4.500 Ft

1165 Bp., Nyílhegy u. 8.



Életünk első felében egészségünket áldozzuk a pénzünkért, míg második felében pénzünket áldozzuk egészségünkért. A téli időszak után szervezetünk lemerülten indul neki az új évszaknak, így sokkal könnyebben betegszünk meg. Ebben a frontokkal teli időben a krónikus betegségek is felerősödhetnek. Szervezetünk legkisebb, önálló működési egységei a sejteink. A sejtekhez a tápanyag és az oxigén a mikrokeringés útján jut el. Ha jól működnek a sejteink, jól működnek a sejtekből álló szervek, egészséges lesz a szervezetünk. Közismert tény, hogy számos betegség hátterében a mikrokeringés zavara áll. A mikrokeringés a keringési rendszerünk 74%-át alkotja.

BEMER, több mint pulzáló mágnessterápia

A BEMER-kutatás által 2009-ben kifejlesztett többdimenziós jelszerkezettel kifejtett célzott fizikai ingerléssel nemcsak a mikrokeringést lehet mellékhatásoktól mentesen stimulálni, hanem a magasabb szintű szabályozási mechanizmusokat is. BEMER alkalmazást követően a 29%-al javul a mikrokeringés! Az elérhető előnyök: hatékony egészségügyi megelőzés, a gyógyítás és helyreállítás támogatása, a krónikus és degeneratív betegségek kiegészítő kezelése, valamint kezelési sikerek az úgynevezett kezelhetetlen eseteknél. Ezen túlmenően a BEMER felhasználásra kerül a versenysportban is a szellemi és fizikai teljesítménynövelés terén.

Új termékgeneráció

2010-ben a BEMER mindkét készülékrendszerével, a BEMER Classic-kal és a BEMER Pro-val is egy új termékgeneráció jelent meg a piacon, amelyet nemcsak az elegáns formatervezés, az átgondolt ergonómia és az intelligens funkciók jellemeznek, hanem mindenekelőtt azok belső technológiai értékei is a kutatás legújabb szintjén. Az orvostechnikailag igazolt készülékek kezelése egyszerű, és a klinikákon, praxisokon kívül a személyes, otthoni használatra egyaránt alkalmasak.

Országos szakorvosi háttér, klinikailag igazolt hatásmechanizmus, 3 év garancia!
Kipróbálható, bérelhető, megvásárolható. Kérje ingyenes tájékoztatónkat!
Bemutatóterem látogatás előzetes időpont egyeztetést követően lehetséges.

Dr. jur. Pap Rita – BEMER orvostechnikai eszköz tanácsadó
Tel.: 06 (30) 384-23-61
Evomen Kft. www.evomen.hu




**Televízió javítás,
antenna szerelés!**
Ellenbacher Attila
06-30/941-8902

Egyetemi ANGOL nyelvzakos tanár-
nő oktatást vállal az Erzsébet ligetben.
Érettségire, nyelvvizsgára felkészítés.
407-2137, 20-387-5450

**Cserépkályha, kandalló tervezés,
építés, átépítés, tisztítás**
10 % kedvezmény.
GARANCIÁVAL. 30-868-0021

ANGOL nyelvoktatás, vizsgafelkészítés,
SKYPE óraadás okleveles nyelvtanártól
Sashalmon. Kedvezményes havidíj. Bra-
un Klára, 70-941-4960

Esküvők, hivatalos és magáneseemények,
referencia és dokumentum filmek
készítése. 20-356-5954, 409-3715

Újszász utcában két szobás,
újonnan kialakított
földszinti lakások eladók 
szocpol. igénybevételi lehetőséggel.
20-924-7347, 20-933-4530

SZAKSZERŰ PEDIKŪR AZ ÖN
OTTHONÁBAN! BENÓTT KÖ-
RÖM, TYÚKSZEM KEZELÉSE,
ESZTÉTIKAI LÁBÁPOLÁS, NYUG-
DÍJASOKNAK GYÓGYPEDIKŪR! A
KERÜLETBEN 2500 Ft-ért. Andrea,
70-773-3576

LAKATOSIPARI BT. vállalja: ZÁRAK
cseréjét, KERÍTÉSEK, KORLÁTOK,
RÁCSOK gyártását, szerelését, javítá-
sát. Kádár, 30-646-1935, 400-2396

**KERTRENDEZÉS, metszés, FAKI-
VÁGÁS,** elszállítással is anyagi fele-
lősséggel. **TÉRKÖVEZÉS,** kertépítés,
füvesítés, sövénynyírás. Olcsón, szak-
szerűen, lélekekkel! **30-287-4348**

Fonott bútorok és fonott árak rende-
lésre készítése. 20-252-8993, 403-9827

Egy évet használt 120 l-es villanybojler
és egy kondi gép eladó. 409-0430

Tetőjavítások, beázás elhárítás, tetőszí-
getelés, kéménymunkák, gyors garázsok
készítése. Kerek Dániel, 30-610-2382

Víz-gáz.fűtészerelés-vízóraszerelés
ügyintézésel, fürdőszobák felújítása,
javítások garanciával. 30-251-4931

Angol oktatás ovisoknak, érettségizők-
nek, nyelvvizsgázóknak, külföldi ta-
paszतालatt. NYELVVIZSGÁZTATÓ
tanár, szakfordító. 20-823-4209

Eladó
cser, tölgy tűzifa, ömlesztett,
hasított, 15 000 Ft/m³ áron.
Minden m³ után 10 kg fabrikett ajándék.
Fabrikett is kapható 40Ft/kg áron.
Kiszállítás Bp. 16. kerület körzetében
ingyenes. Tel: 0628/447-708

FESTÉS-MÁZOLÁS-TAPÉTAZÁS
garanciával, kedvezményekkel, ingyenes
felméréssel. **TISZTASÁG, PONTOS-
SÁG!** 20-994-7726, 256-4425

DUGULÁS ELHÁRÍTÁS.
FALBONTÁS NÉLKÜLI
SZAKSZERŰ GÉPI TISZTÍTÁS.
FÁBIÁN ISTVÁN 20-317-0843

Tetőfedő-bádogos-ács-tetőszigetelő
munkákat vállalom garanciával, közüle-
teknek is. 405-5184, 30-931-3927

Kéménybélelés, szerelt és turbós ké-
mények készítése, kémények átépítése,
teljeskörű ügyintézésel. Szabó Balázs.
20-264-3553

Nyílászáró csere a kerület legjobb
árain! 150 x 150 b.ny. 49.990 Ft. Ára-
ink bontva, beépítve, bontott anyag
elszállítással értendőek. MOST aján-
dék külső párkánnyal. 30-206-9709



**EVERLING
FAISKOLA**

Egynyári virágvásár!

Termékeink:

- kerti szerszámok,
- növényvédőszer, öntöző alkatrészek,
- vetőmagok széles választéka,
- megújult növényállomány,
- kerti grill kiegészítők
- virágföld, trágyák, tápoldatok
- gyümölcsfák, rózsák, cserjék
- díszfák, örökzöldek
- mediterrán növények
- egy és kétnyári növények, évelők
- fűmag
- gombatermő blokkok
- kerti tó felszerelések, növények, halak

Szolgáltatásaink:

- házhoz szállítás,
- kertépítés,
- fenntartás
- öntözőrendszer telepítés,
- díszburkolat építés.

1765 Budapest, Veres Péter utca 1811

Nyitva tartás:
Hétfőtől péntekig: 7.30 – 18.00
Szombat: 7.30 – 16.00
Vasárnap: 7.30 – 14.00

AKCIÓ!
10% kedvezmény

10% A hirdetés felmutatásakor az Everling faiskolában vásárolt termékek árából 10 % kedvezményt adunk.
Érvényes: 2012. május 31.-ig




Különleges lehetőség!

Szállás a Csíksomlyói Búcsú idejére a történelmi Magyarország legszebb vidékén Tunsádfürdőn, Erdélyben!

Kedvezményes üdülés a 16. kerületieknek, az Önkormányzat, felújított, minden igényt kielégítő panziójában.

A Búcsú Időpontja 2012. május 25-28-ig.
Az igénybe vehető időpontok 2012. május 22-31 között, kizárólag minimum 4 éjszakára!

A 4 éjszaka ára szobában:
27.990 Ft/szoba/4 éjszaka. További éjszakák 6250 Ft/éj.

Apartment:
35.990 Ft/apartment/4 éjszaka, további éjszakák 8000 Ft/éj.

A szobákban 3 fő, az apartmanokban maximum 5 fő üdülhet.
A szállás ára az igénybevevők számától független.
Várjuk a csoportokat, családokat, egyéni utazókat kirándulni, kikapcsolódni.

A további részletekről érdeklődni, és felvilágosítást kapni kizárólag a vagyoni@bp16.hu e-mail címen lehet.





<http://www.csíksomlyo.ro/punkosdi-bucsu>



Összközműves építési telkek a XVI. kerületben, Árpádföldön

**HONFOGLALÁS
• P A R K •**

Családi ház, iker- és sorház építésére!



Építse fel otthonát Budapest egyik legkedveltebb kertvárosi lakókörnyezetében!

30/311-7613
www.honfoglalaspark.hu



PÓLUS CENTER

Nyitva tartás:
H-P: 10:00-19:00
Szo-V: megbeszélés szerint

I	Közvetítés	I
N	Értékbecslés	N
G	Energiatanusítvány	G
A	Hitelügyintézés	A
T	Keresünk-kínálunk	T
L	Eladás-bérbeadás	L
A		A
N		N

www.atiringatlan.hu

Mobil: 70/945-5225 Tel.: 410-9487

Energetikust, kazánkezelőt keresünk!

A Mary-Ker Pasta Kft.
Dunakeszi, Bem utca 9. sz. telephelyére
energetikai berendezések
(gőzkazánok, hőközpontok, kompresszorok)
üzemeltetésében és energetikusi munkakörben jártas,
megbízható energetikai vezetőt keres.
Középfokú műszaki, energetikusi és kazánkezelői
képzettség szükséges.

Önéletrajzot fizetési igény megjelöléssel a benedek@mary-ker.hu címre kérjük küldeni.

Tavaszi SWIFT csere AKCIÓ!

Most akár **1 000 000 Ft** beszámítási felárral cserélheti **ÚJ SWIFTRE!**



Az éves Suzuki csereprogram keretében már **2012. 03. 12-től a Swift tulajdonosokon a sor.**
Autójuk most többet ér!
Az 1 000 000 Ft beszámítási felárnak köszönhetően igazán jutányosan válhatnak **ÚJ SUZUKIRA.**

Modell	listaár (Ft)	beszámítási felár (Ft)	vételár Swift beszámítása esetén (Ft)
Swift 1,2 CLX AC, ESP CD/MP3+USB, 7AB	3 390 000	1 000 000	2 390 000
Swift 1,2 CLX AC, ESP CD/MP3+USB, 7AB (gyöngyház vagy metálfényezéssel)	3 485 000		2 485 000

Ne szalassza el a lehetőséget! Most minimális árkülönbözettel cserélheti régi **Swiftjét** egy **újra.**
Próbálja ki, számoljunk együtt!

1161 Budapest, Gusztáv u. 37. 405-0674, 406-0674
E-mail: auto@suzukigusztav.hu * www.suzukigusztav.hu
Nyitva: H-P: 8-17, Sz: 9-13 V: zárva

VITALITÁS FOGÁSZATI KÖZPONT Profesionális Implant és Kozmetikai Fogászat

INGYENES fogászati szűréssel és konzultációval várjuk Önt!

100% mosolygarancia
Vitalitás FOGÁSZATI KÖZPONT

- Fájdalom mentes kellemes hangulatú kezelések
- 24 órás folyamatos telefonos segítségnyújtás
- Fizetési módok: készpénz, bankkártya, egészségpénztár
- Master of Oral Medicine Implantológusok
- Panoráma röntgen készítése
- Fémmentes esztétikus tömések
- A legkorszerűbb cirkónium koronák

Méltányos árak, átlagon felüli színvonal! Több ezer elégedett ügyfél!

1162 Bp., Attila utca 68. www.vitalitasfogaszat.hu
Telefonos bejelentkezés: +36 30 987 0807, +36 1 402 1195

A hirdetés felmutatása 10% kedvezményre jogosít!

Torony Patika
Tel.: 401-0303
1161 Budapest, Csömöri út 117.
Nyitva: H-P: 8.30 - 20.30 - ig,
Szo.: 9 - 14 - ig

- Bankkártya és egészségkártya elfogadó hely
- A Torony Patika a Gyöngy Patika hálózat tagja, és minden hónapban az aktuális Gyöngy akciós termékekkel várjuk kedves vevőinket
- Minden hónap első szerdáján életmód és táplálkozási tanácsadás

www.bagolylak.hu T: 401-0157, 06 (20) 3319-130

JÁTSZÓHÁZ **BAGOLYLAK** **ÉS FEJLESZTŐKÖZPONT**

English Kids Gym & Fun **SZÜLINAPOK ÉS EGYÉB GYEREKPARTIK**

nyári napközis táborok

Adventure Kids Club angol nyelvoktatás gyerekeknek

angol nyelvű játékos torna

- zenebölcsi
- iskolaelőkészítő
- játékos mozgásfejlesztés

1162 Bp. Rákosi út 185.

AIGUMI
GUMI ÉS FUTÓMŰ SZAKSZERVIZ
1162 Budapest Csömöri út 230. ☎ 061-405-5000
www.Aigumi.hu

otp Lakástakarék
Állami támogatás, Magas hozam, Kedvező hitel, Rugalmas, Jól tervezhető, Biztonságos
TEL: 403-0256 Mobil: +36-30-554-1403
Ingyenes teljeskörű ügyintézés otthonában is

GURDIO FESTÉK SZAKÜZLET
1161 Bp., Csömöri út 72.
TEL/FAX: 405-24-40
Web: www.gurdiofestek.hu
Nyitvatartás: H-P 6-16:30 Szo: 6-12

HÉRA	16 l	4690,-
RIGIPS 6-30	25 kg	3250,-
RIGIPS 3-6	25 kg	2950,-
RIGIPS PLUS A	25 kg	3050,-
POLI-FARBE	14 l	2990,-
10 cm -es ALAP HŐSZIGETELŐ RENDSZER		1890,-/M2
EUGRANA fűrészpores tapéta	33,5 m	1590,-
FESTŐ LÉTRA 4-es	8790,- 5-ös	9990,-

Kérjük, tekintse meg **WEBSHOP**-unkat!
Nyugdíjasoknak a tisztítószerékből továbbra is 10% kedvezményt adunk.

Nálunk fizetést bankkártyával is!

Árvai-Barta MED
Egészségcentrum
1165 Budapest XVI. kerület, Nyílhegy u. 4.
E-mail: orvos@arvai-barta.hu • www.arvai-barta.hu
Hétfői rendelés

Fül-orr-gégészet – Dr. Árvai Éva főorvos
• Dohányzásról leszoktatás • Csecsemő és felnőtt hallásvizsgálat • Allergia kezelés • Gégerák szűrés
• Fülzúgás és hirtelen halláskiesés kezelése
• Oxigénterápia • Homeopátiás kezelés

Kardiológia – Dr. Sperr Erzsébet főorvos
• Szívultrahang • Terheléses EKG • Holter vizsgálat

Bőrgyógyászat – Dr. Dóka Andrea főorvos

Szülészet-nőgyógyászat – Dr. Gombos Sándor főorvos

Ultrahang-diagnosztika – Dr. Szabó Zsófia főorvos
• Csecsemő és felnőtt szűrés

Telefonos bejelentkezés:
06-1/407-2539 (csak rendelési időben)
06-30/913-6473 (mindig)

É P Í T K E Z Z Ü N K E G Y Ü T T !



Várjuk **CONSTRUMÁS** ajánlatainkkal



1165 Bp., Arany János utca 53.
(az **Ikarus** ipari parkban)
402 0073, fax: 402-0074 mobil: 06-30/373-6198
e-mail: polacsektuzep@gmail.com
www.polacsektuzep.hu



A siker sztori.... és még folytatom!

A 1stCLUB health&balance szórólapjára a szoláriumban lettem figyelmes. Egyszerű, letisztult, elegáns megjelenés – olyan trendi-fancy –, jóóó, de konkrétan mit is kínálnak itt? Ja, hogy mozognom kellene (amire persze már hónapok óta készülök, de a kifogásaim túl jók voltak ahhoz, hogy tényleg belekezdjek), jobban figyelni az egészségemre, a testemre-lelkemre – mert hát a kettő összefügg –, és ők segítenek nekem abban, hogy saját „emberi” mérlegem egyensúlyba kerüljön. Kösz! Nos, miután még egyszer átolvastam a 1stCLUB által kínált programokat, én megtaláltam a nekem megfelelőt és valami hajtott előre, s minél hamarabb meg akartam ismerni a klubot. Röviden a kínálatukból:

- Basic-(alap) csomag: olyan emberek számára javasolt, akik már hosszú ideje nem, vagy csak hébe-hóba sportoltak és fokozatosan lépésről-lépésre szeretnének ismét mozogni, s elérni az általuk kitűzött célokat – *gondolom, érzed: ez vagyok én, az örök lusta, a visszaeső*
 - Advance (haladó) csomag: a korosztályukban jó kondicionális és koordinációs képességgel rendelkezők számára javasolt program, személyre szabott speciális tesztelési eljárással kialakított edzésterv
 - Special csomag: azok számára, akiknek bármilyen egészségügyi-, vagy korral járó problémáik vannak
 - Senior csomag: azoknak az embereknek, akik minél hosszabb ideig szeretnék megőrizni egészségüket, vitalitásukat, jó kedvüket
- Nagyon szimpatikus volt, hogy a klub igazán széleskörű célcsoportot célozott meg és nem csak a fiatalokhoz szólt. Tetszett! Másnap már klubtag voltam! Oké, a kínált programok felkeltették persze az érdeklődésemet, de gyors döntésemhez hozzájárult a helyszín pozitív kisugárzása, a személyes találkozás a 1stCLUB-os fiúkkal, lányokkal, akik nagyon közvetlenül, mindenféle „rábeszélős” technika nélkül mutatták be jövőbeni „izzasztó” edzéseim és az ezután jól megérdemelt pihenésem helyszíneit:
- a high-tech gépekkel felszerelt fitness helyiséget
 - a csoportos órák termét (óriási panoráma ablak nyílik a kertre, a feng-shui tanácsadó erős bólogatással díjazta testem-lelkem megújítására vagy újraélesztésére kiválasztott helyszínemet)
 - a hang-, és fényterápiás szaunát, a gőzkabint, amelyben minden nap más-más gyógynövények illatával relaxálhatok
 - a wellness részleghez tartozó - jacuzzival felszerelt - masszázshelyiséget, ahol kedvem szerint válogathatok a különféle lazító-, vitalizáló-, és bőrszépítő masszázsok között
 - az öltözőt, a tusolót, a mosdót, ahol a termék mellett a tisztaság itt is 2-tel van írva, és az is nagyon pozitívan érintett, hogy nem kell törülközőket, tusfürdőt, arclemosót, hajszárítót, hajgumit, stb. magammal hurcolnom.
- Immár fél éve járok ide heti háromszor! Nem szeretnék untatni a testszír-százalékom és az izomtömegem változásával, a lényeg: borzasztóan büszke vagyok magamra, és arra, amit e rövid idő alatt elértem. Persze a sikerem elérésében erősen benne volt a keze a 1stCLUB szakképzett és elhivatott trénerének is. Kösz, hogy nem adtatok fel, és ha nagyon kedvesen is, ámde határozottan „végigrugdostatok” a számomra összeállított edzésterven! Hogy miért a 1stCLUB? - Szeretem a közvetlen hangulatot, hogy a nevemen szólítanak, jó fej emberek között vagyok, és...és...és még sorolhatnám, de a lényeg: jó idetartozni, a 1stCLUB-osokhoz!



Kóder Ildi

...és Te, Téged mikor látunk? 1stCLUB health&balance

www.1stclub.hu

info@1stclub.hu

facebook.com/1stCLUB

1162 Budapest, Csömöri út 227.