ÁRPÁDFÖLD · CINKOTA · MÁTYÁSFÖLD · RÁKOSSZENTMIHÁLY · SASHALOM

XVI. KERÜLETI ÚJSÁG

A XVI. KERÜLETI ÖNKORMÁNYZAT LAPJA • XXIII. évfolyam 20. szám • 2014. október 22.

www.budapest16.hu

3 Kovács Péter polgármester tovább folytatja

7 Nemzetközi barátság

11 XXIII. Sztárvarázs

Kerületi élménypark, nem csak gyerekeknek

Fából készült csigák és teknősök, hintát őrző sárkánybébi, színpompás labirintus, kényelmes lugasok, különleges kerékpáros akadálypálya, pingpongasztalok, kültéri erősítő eszközök és egy több kilométer hosszú bicikliút. A többi között ez a látvány fogadja azokat, akik ellátogatnak a Szilas-patakhoz a Kertváros élményparkjába. Az Önkormányzat legújabb fejlesztését – amelyhez a Fővárosi Önkormányzat TÉR-KÖZ pályázatán közel 80 millió forintot nyert a kerület – Kovács Péter polgármester adta át október 11-én.

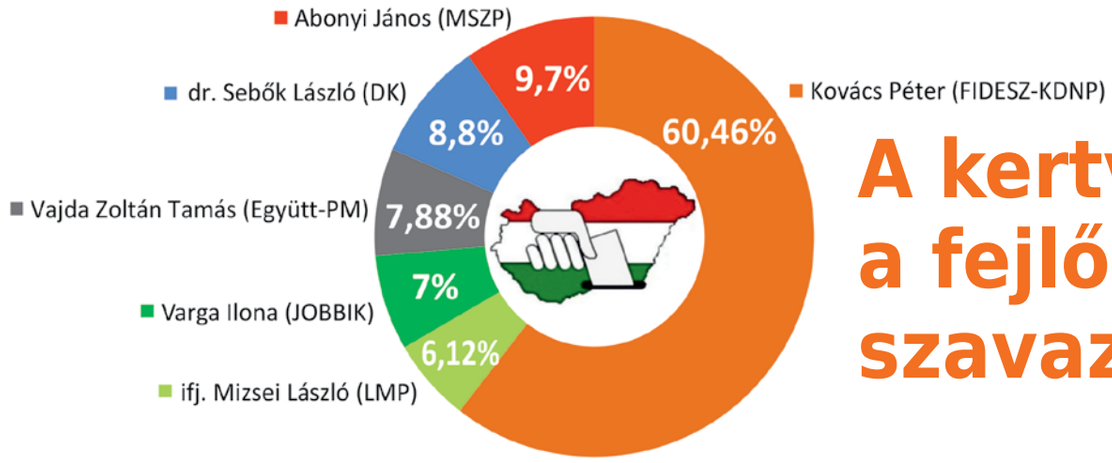
Folytatás az 5. oldalon

Tisztelt kerületi polgárok!

Budapest Főváros XVI. Kerületi Önkormányzata Képviselő-testületének alakuló ülése október 23-án, csütörtökön 19.00 órakor lesz az Erzsébetligeti Színházban. Minden kedves érdeklődőt szeretettel várnak.

A kertvárosiak a fejlődésre szavaztak

Kovács Péter polgármester és a FIDESZ-KDNP jelöltjeinek toronymagas győzelmével végződött az idei helyi önkormányzati képviselők és polgármesterek általános választása a Kertvárosban, amelynek keretében a polgárok október 12-én dönthettek Budapest vezetőjének és saját településük irányítójának személyéről, illetve a helyi képviselő-testületek tagjairól. Országosan a választóknak csak 44,29 százaléka járult az urnákhoz, míg a XVI. kerületben a szavazásra jogosultak 46,38 százaléka tartotta fontosnak, hogy befolyásolja lakóhelyünk jövőjét. Választási összefoglalónkat a 2. oldalon olvashatják.



A kertvárosiak a fejlődésre szavaztak

Szatmáry Kristóf országgyűlési képviselő és a győztesek: Vincze Ágnes (5. vk.), dr. Környeiné Rátz Katalin (6. vk.), Dobre Dániel (4. vk.), Szatmáry László (1. vk.), Kovács Péter (9. vk.), Horváth János (2. vk.), Ács Anikó (10. vk.) és Szász József (12. vk.) [első sor], valamint dr. Csomor Ervin (8. vk.), Kovács Raymund (11. vk.), Gáspár József (3. vk.) és Antalóczy Csaba (7. vk.) [hátsó sor]

SZIGETHY MARGIT

Folytatás a címlapról

A XVI. kerületiek három szavazólapot kaptak. Az elsőn a főpolgármester személyéről dönthettek, ahol öt jelölt közül választhattak. A főváros eddigi vezetője, Tarlós István (FIDESZ-KDNP) 49,06 százalékkal megnyerte a voksolást, míg a második helyen végzett dr. Bokros Lajos Andrásra (MOMA) a polgároknak csak 36,04 százaléka szavazott. A fennmaradó voksokon a másik három jelölt osztozott.

A második kertvárosi szavazólapon hat polgármester nevét olvashatta az az 58 050 választó, akik közül 26 922 élt szavazati jogával. Ennek eredményeként a kerület eddigi vezetőjét, Kovács Pétert (FIDESZ-KDNP) harmadszorra, hatalmas többséggel választották újra, hiszen a voksok 60,46 százalékát szerezte meg. A második helyen Abonyi János (MSZP) végzett 9,7 százalékkal, míg dr. Sebők László (DK) 8,8, Vajda Zoltán Tamás (Együtt-PM) 7,88, Varga Ilona (JOBBIK) 7, ifj. Mizsei László (LMP) pedig 6,12 százalékot kapott.

A harmadik szavazólapon mindenki legszűkebb lakóhelyének önkormányzati képviselőjéről dönthetett. Úgy tűnik, hogy a polgárok elégedettek voltak az eddig elvégzett munkával, hiszen, ahogy négy évvel ezelőtt, úgy most is a FIDESZ-KDNP jelöltjei nyertek mind a 12 választókörzetben. Kompenzációs listáról a töredék szavazatok szétosztását követően az összesen 17 fős testületbe bekerült még Abonyi János (MSZP-Együtt-PM-DK-MLP-SZOCIÁLDEMOKRATÁK), dr. Sebők László (MSZP-Együtt-PM-DK-MLP-SZOCIÁLDEMOKRATÁK), ifj. Mizsei László (LMP), Vajda Zoltán (MSZP-Együtt-PM-DK-MLP-SZOCIÁLDEMOKRATÁK) és Varga Ilona (JOBBIK).

A helyi önkormányzati képviselők választásával egy időben, a Polgármesteri Hivatal házasságkötő termében tartották a kerületi nemzetiségi kisebbségek önkormányzati választását. A részvétel itt nagyon magas volt, mivel a 768 szavazásra jogosult polgár közül 532 fő járult az urnákhoz, ennek alapján pedig a bolgár, a görög, a német, az örmény, a roma, a román, a ruszin és a szerb testület három-három, míg a szlovák nemzetiségi önkormányzat négyfős lesz.

Rendkívüli eseményről ugyan nem, egy érdekességről azonban mégis be tudunk számolni. Dr. Erdőközi György aljegyző ugyanis a román nyelvű szavazólapok ellenőrzése során talált egy félreértésre okot adó fordítási hibát, amit a helyi választási iroda vezetője, Ancsin László jegyző azonnal jelzett az országos testület felé. Talán ennek az alaposságnak is köszönhető, hogy a voksolás napján egy román delegáció kereste fel a hivatalt, amely először a helyi választási bizottság tagjaitól kért tájékoztatást a magyarországi szavazás részleteiről, majd személyesen is megbizonyosodtak arról, hogy a nemzetiségi választások alkalmával minden rendben és szabályszerűen zajlott-e a kerületben.

Kovács Péter polgármester tovább folytatja

Születése óta él a XVI. kerületben, és 24 éve vesz részt az Önkormányzat munkájában, amit 2006 óta polgármesterként irányít. Az elmúlt 8 évben munkatársaival új politikai kultúrát teremtett: amit ígér, azt be is tartja. Ennek köszönhetően lakóhelyünkön bölcsőde, utak, uszodák, strand, játszóterek és sportpályák épültek, megszépült a Sashalmi Piac, óvodák, iskolák és háziorvosi rendelők újultak meg. Kovács Péter most újabb öt évre kapott bizalmat, ezért kifaggattuk a terveiről.

Szigethy Margit

– Mit tett először a választások utáni munkanapján?

– Kiraktam a falra a Fejlődő Kertváros III. programot, amely – ahogy az előző kettő – ismét 32 pontból áll.

– Mik a főbb céljai?

– Mivel a mostani ciklus ötéves lesz, ezért a terveink megvalósítására is több időnk lesz. Ilyen az egészségügyi koncepciónk, amelynek keretében szeretnénk felújítni az összes háziorvosi rendelőt, és csökkenteni a várakozási időt a Szakrendelőben. Az ott dolgozók számára pedig – az ő javaslataik alapján – dr. Csomor Ervin egészségügyért is felelős alpolgármester vezetésével ez év végéig kidolgozunk egy életpályamodellt. Ugyanakkor a Kertváros Kártya ingyenessé tételéről szóló javaslatot is még idén tárgyalni fogja a Képviselő-testület. Emellett a Kaja Kommandóval folyamatosan azon dolgozunk, hogy az iskolai menzán megfelelő minőségű legyen az étel. A munka során természetesen kikérjük a szülők véleményét, és már az egyik ételszállítót is megnyertük az ügynek. Mindezeken felül elkezdődött az utolsó erzsébetligeti szovjet épület felújítása is, az új vívó-, birkózó- és szumócsarnokot pedig jövő nyáron fogjuk átadni.

– Folytatódnak-e az útépítések?

– Természetesen igen. Főleg ott, ahol most megépült a szennyvízcsatorna, és a lakók szeretnék, hogy elkészüljön az aszfaltút is. Emellett a főútvonalak megújításán is dolgozunk, és igyekszünk meggyőzni a Fővárosi Önkormányzatot ezek szükségességéről. Ehhez nagy segítséget nyújthat az, hogy polgármesterként a Fővárosi Közgyűlésnek is tagja leszek, és közvetlen beleszólásom lesz az ügyek alakulásába. Én pedig mindent megteszek majd azért, hogy minél többet harcoljak ki a XVI. kerületnek.

– Melyek a hosszú távú tervei?

– Elkészült a HÉV és a metró összekötésének tanulmányterve. A tárgyalások most arról folynak, hogy melyik Európai parlamenti ciklusban lehet mindezt megvalósítani. Mi természetesen azon dolgozunk, hogy a beruházás minél hamarabb elkészüljön. Hasonló a csapadékvíz elvezetésének problémája is Sashalmon a Veres Péter útnál, hiszen az a fővároson múlik, hogy a több kerületet érintő főút alá mikor építenek csapadékcsatornát. A Csömöri úttal kapcsolatban is van egy terve a fővárosnak, de hogy érvényes-e még, azt nem tudjuk. Mi viszont már jövőre szeretnénk elkezdeni a felújítását, ha szükséges, önerőből. Hasonlóan rossz állapotban vannak a Rákosi út egyes szakaszai, az Ostoros és a Szlovák út, valamint a Magtár utca, amelyek rekonstrukcióját szintén el kell végezni. Hosszú távú tervünk még a most megépült kerékpárút meghosszabbítása a Naplás-tóig a XVII. kerület felé, később pedig a XV. kerület felé is.

– Lesznek változások a Polgármesteri Hivatalon belül?

– Mivel számos fejlesztés valósul meg a kerületben, ezért a Műszaki Ügyosztályon bővítésre van szükség, hiszen nagyon sok a feladat.

Kovács Péter a többi között tervezi még az Erzsébetligeti Strand bővítését, a Hősök tere és a Mátyás király tér, valamint a Jókai utcai és az Egyenes utcai lakótelep közterületeinek felújítását. A Fejlődő Kertváros III. program szerint a várandós kismamák és a kisgyerekes anyukák számára ingyenes segítő és szállító szolgálatot hoznak létre, bővítik az óvodai férőhelyek számát, valamint megszépül a János utcai napközis tábor is. Folytatódnak a sportfejlesztések, a lombgyűjtési és a komposztálási program, illetve még több térfigyelő kamera vigyáz majd a biztonságunkra.

A kerület vezetője az elmúlt 8 év során már bizonyította, hogy amit ígér, azt betartja. Szerinte ugyanis az a fontos, hogy ne másokkal törődjünk, hanem a saját feladatainkra koncentráljunk lakóhelyünk fejlődésének érdekében. Ebben pedig mindenkire számít pártállástól függetlenül, aki tenni akar szeretett Kertvárosunkért. Munkájához ezúton is sok sikert és jó egészséget kívánunk!

Kedves Olvasó!

„Nem tartozom azok közé, akik azt kívánják, hogy a magyar nép újra fegyvert fogjon, bevesse magát egy eltiprásra ítélt felkelésbe, a nyugati világ szeme láttára, amely nem takarékoskodnék sem tapssal sem keresztényi könnyel, hanem hazamenne, felvenné házi papucsát, mint a futballszurkolók vasárnapi kupamérkőzés után. (...) A magyar vér oly nagy értéke Európának és a szabadságnak, hogy óvnunk kell minden cseppjét. (...) A legázolt, bilincsbe vert Magyarország többet tett a szabadságért és igazságért, mint bármelyik nép a világon... Nyomorúságuk, láncaik és száműzöttségük ellenére királyi örökséget hagytak ránk, melyet ki kell érdemelnünk: a szabadságot, amelyet ők nem nyertek el, de egyetlen nap alatt visszaadtak nekünk!" Mindezt Albert Camus írta egy évvel az 1956-os forradalom vérbe fojtása után. Ha egy külföldi már akkor tisztában volt népünk értékeivel, akkor nekünk is tudatosítanunk kell, hogy nagy dolgokra vagyunk képesek, de csak akkor, ha mindezt kivívjuk magunknak. A szabadságharcosok közül már csak néhányan élnek. Köszönjük meg nekik, amit értünk is tettek, ápoljuk az áldozatok emlékét, és legyünk büszkék a magyar szabadságra!

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: Kellner Gergely
Levélcím: 1163 Havashalom u. 43.
e-mail: foszerkeszto@bp16.hu
A szerkesztőségi fogadóóra szerdánként 14–16 óráig a Jókai utca 6. szám alatt található irodaházban.
Telefon: 407-1732
Nyomás: Mediaworks Kiadó és Nyomda Kft. – Nyomda Felelős vezető: Bertalan László nyomdaigazgató
www.ringier.hu
Terjeszti: Magyar Posta Zrt.
1138 Budapest, Dunavirág u. 2-6.
Hirdetésfelvétel:
06-20-982-5352 vagy hirdet16@gmail.com
A szerkesztőségünkbe beküldött kéziratokat szerkesztve jelentetjük 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.

A forradalom emlékének szolgálatában

Antalóczy Csaba, Kovács Péter és Petrovics Sándor a kitüntetéssel

Az 1956-os Pesti Srác Alapítvány kitüntetést adományozott Kovács Péter polgármesternek, valamint dr. Onyestyák Györgynek, Petrovics Sándornak és Antalóczy Csabának, akik a XVI. kerületben tevékenyen ápolják 1956 szellemiségét. Az ünnepséget október 17-én tartották a Corvin Budapest Filmpalotában.

Sz. R. Zs.

A Pongrácz Gergely emlékérmet olyan személyeknek adományozzák, akik a szabadság, a függetlenség és a magyar nemzet tudatos védelme, valamint az 1956-os forradalom és szabadságharc értékeinek megőrzésében áldozatos munkát végeznek. Kovács Péter azért vehette át az elismerést, mert az általa vezetett Önkormányzat kiállt Tóth Ilona szülőházának megmentéséért.

A Corvin közi hős polgári tagozatának kitüntetését azok kaphatják, akik a forradalom és a szabadságharc eszmeiségét ápolják szűkebb pátriájukban. A díjban Petrovics Sándor, a Tóth Ilonka Szülőházáért Alapítvány kuratóriumának elnöke, és annak két tagja, dr. Onyestyák György, illetve Antalóczy Csaba részesültek azért, mert fontosnak tartották, hogy a mártír medika Állás utcai szülőházát megmentsék, és ott egy történelmi emlékközpontot alakítsanak ki.

M. Kiss Sándor történész – akit szintén kitüntettek – ünnepi beszédében elmondta: a magyar szabadságharcosok a barbár, durva és kegyetlen elnyomás ellen küzdöttek 1956-ban, fegyvert fogva az alapvető szabadságjogokért. Éppen ezért a magyar forradalom és szabadságharc ütötte az első rést a szovjet bolsevizmus falán, amely a kommunizmus világméretű bukásához vezetett. Hazánkban csak 1945 és 1953 között több, mint 100 internálótábor működött, és szinte mindenkit megfigyeltek. A vezér nélküli felkelés azonban a pesti srácok forradalma volt, és még az egyház is büszke volt arra, hogy tiszta volt, és a nemzeti becsület védelme alatt állt. A történész hangsúlyozta: 1956 tanulsága az, hogy nincs puha, vagy kemény diktatúra, ez csupán egy hatalomgyakorlási technika, és a kommunizmus épp olyan gyilkos volt, mint a fasizmus. A magyarok cselekedeteiben pedig éppen az volt a csodálatos, hogy először demokratikus módon szerettek volna változást, békésen demonstráltak, erre viszont az elnyomó hatalom sortűzzel válaszolt, amely tudatos gyilkosság, emberiesség elleni bűntett volt.

M. Kiss Sándor

A Hittel a Nemzetért Alapítvány
KONFERENCIÁT RENDEZ
Mindszenty József bíboros, hercegprímás boldoggá avatásáért
OKTÓBER 25-ÉN, SZOMBATON 15 ÓRAKOR.

Az eseményen megnyitják Hummel Gizella liturgikus ötvösművész kiállítását is.

Helyszín: rákosszentmihályi plébánia (Templom tér 3.)

PROGRAM:

• *Dr. Krajsovszky Gábor,* a Semmelweis Egyetem docense: „Harcold halálig az igazság harcát!" - megemlékező előadás Mindszenty bíborosról
• *Kovács Gergely* okleveles posztulátor: „Hogyan látja a Mindszenty Alapítvány a boldoggá avatás ügyét?"
• Mons. *dr. Pem László,* a Szombathelyi Hittanárképző Főiskola igazgatója: „Mindszenty bíboros életszentsége és keresztény jövőnk tanítója"
Levezető elnök: *dr. Horváth Attila,* a Pázmány Péter Katolikus Egyetem docense, jogtörténész, a Hittel a Nemzetért Alapítvány elnöke

17.00 a Mindszenty plakett átadása
Ünnepi köszöntőt mond:
Mireisz Tibor, a Hittel a Nemzetért Alapítvány kuratóriumának tagja

18.00 szentmise
a boldoggá avatásért

19.00 koszorúzás és mécses gyújtás Mindszenty József szobránál

A Budapesti Békéltető Testület 15 éve bizonyítja, hogy gyors és ingyenes tevékenységével fogyasztói jogvitában hatékonyan tud eljárni és egyezséget létrehozni. A Békéltető Testület hatáskörébe tartozik a fogyasztó és a vállalkozás közötti, a termék minőségével, biztonságosságával, a termékfelelősségi szabályok alkalmazásával, a szolgáltatás minőségével, továbbá a felek közötti szerződés megkötésével és teljesítésével kapcsolatos vitás ügy (fogyasztói jogvita) bírósági eljáráson kívüli rendezése. E célból egyezség létrehozásának megkísérlése, ennek eredménytelensége esetén pedig az ügyben döntés hozatala a fogyasztói jogok egyszerű, gyors, hatékony és költségkímélő érvényesítésének biztosítása érdekében.

A Békéltető Testület a fogyasztó vagy a vállalkozás kérésére tanácsot ad a fogyasztót megillető jogokkal és a fogyasztót terhelő kötelezettségekkel, valamint a vállalkozásokat érintő fogyasztóvédelmi kérdésekkel kapcsolatban.

Ha bármilyen fogyasztói szerződésből adódó panasza van, lakjon bárhol az országban, akkor is fordulhat a vita peren kívüli rendezése érdekében a Budapesti Békéltető Testülethez. Rendelkezésére áll telefonos call centerünk, ingyenes fogyasztóvédelmi tanácsadást nyújtunk, de kérelmét online is beadhatja a weboldalunkon keresztül.
A Budapesti Békéltető Testület címe: 1016 Budapest Krisztina krt. 99. tel: 488-2131 Weboldal: www.bekeltet.hu
A XVI. Kerületi Önkormányzat Polgármesteri Hivatalának épületében (1163 Budapest Havashalom u. 43.) havonta egy alkalommal pedig, minden hónap 3. szerdáján 14.00 és 16.00 óra között ingyenes tanácsadással várja dr. Kolyvek Antónia. Következő időpont: november 19.

MINDENNAPI FÜGGŐSÉGEINK

Konzultáció sorozat
a Napraforgó Szolgálat és a XVI. kerületi Kábítószerügyi Egyeztető Fórum szervezésében
Időpont: 17:00-19:00 • Helyszín: 1163 Budapest, Cziráki u. 22.

2014. október 29. – Függőségi jegyek a személyiségben
Előadó: Faragó Anikó tanácsadó szakpszichológus
2014. november 26. – A család szerepe a szenvedélybetegségek kialakulásában
Előadó: dr. Szentesi Péter pszichiáter, addiktológus
2014. december 17. – Tud-e mértékkel inni az alkoholbeteg? Beszélgetés az Anonim Alkoholisták tagjaival
2015. január 14. – Hogyan lettem drogfüggő? A család védő szerepe.
Előadó: Erdős Eszter református lelkész, addiktológiai konzultáns, a Ráckeresztúri Drogterápiás Otthon vezetője
2015. február 11. – Játék vagy rabság?
Előadó: Horváth Szilveszter szenvedélybeteg segítő
2015. március 11. – Függőség és felépülés a családban
Előadó: Nagy Zsolt és Mészáros Piroska addiktológiai konzultánsok
2015. április 15. – Szenvedélybeteg játszmák
Előadó: Frankó András családterapeuta
2015. május 13. – Kemény szeretet. Alkotó kapcsolat
Leo Amici 2002 Alapítvány

A részvétel ingyenes. A technikai feladatok miatt előzetes jelentkezést kérnek, megjelölve, hogy mely alkalmakon szeretne részt venni. Elérhetőségek: napraforgo.info@bp16.hu, tel: 403-2122, 403-0001. Kérik, hogy az esetleges változások miatt a jelentkezésekor mindenki adja meg e-mail címét vagy telefonszámát!

Kerületi élménypark, nem csak gyerekeknek

Sz. R. Zs.

Folytatás a címlapról

A vénasszonyok nyara igazi kora őszi napsütéssel örvendeztette meg azokat, akik a szabadba vágytak ezen a hétvégén. A kiváló hangulathoz pedig a Hermina utcánál kialakított park is hozzájárult, hiszen az apróságok önfeledten vették birtokba a földes motoros és biciklipályát, boldogan csúszdáztak a mászóvárnál, és vidáman sikítozva csimpaszkodtak a kötélen. A kivitelezők természetesen a szülőkre és a nagyszülőkre is gondoltak, akik kényelmes padokon pihenhetnek, amíg a kicsik játszanak, vagy ábrándozhatnak arról, milyen jó lenne gyereknek lenni ebben a csodaországban.

Az eseményen a gyerekek nagy örömére dr. Csomor Ervin alpolgármester, valamint dr. Környeiné Rácz Katalin, Vincze Ágnes, Horváth János és Szász József önkormányzati képviselő is segített a lufifújásban, az időközben megválasztott Antalóczy Csabától és Dobre Dánieltől pedig sütit és üdítőt kaphattak a kicsik.

Kovács Péter boldogan köszöntötte a több száz résztvevőt Cinkota, Árpádföld, Rákosszentmihály és Sashalom találkozásánál. A polgármester a mintegy 500 millió forintos, közvilágítással ellátott beruházással kapcsolatban elmondta: a kivitelező Everling Kft. a cinkotai Zúgó patak mellett is kialakított egy fűzfaelemekből készült pihenőparkot. A bicikliutat pedig csak néhány, előre nem látható technikai akadály miatt nem lehet még teljes hosszában használni. A hatóság ugyanis előírta a Veres Péter útnál lévő híd megemelését, statikai hibák miatt azonban az egészet el kellett bontani és újraépíteni. A kerület vezetője azonban megígérte, hogy ezt is hamarosan birtokba vehetik a lakók, akiket arra kért, hogy vigyázzanak az élményparkra.

Pichler Róbert – aki a helyi civilekkel közösen tervezte meg azt a bringapályát, ahol a jövőben versenyeket is fognak rendezni – kiemelte: a Centin ugyan el kellett bontani a létesítményt, itt azonban sokkal nagyobb területen építhették újjá, így a profik mellett már a kezdő kerékpárosok is használhatják egész évben. Emellett pedig mindenkit szeretettel várnak az ügyességi bringás oktatásra, aki szereti az akadályokat és az izgalmakat.

Zsófi néni lányával és két unokájával érkezett. A kislány kedvence a csúszda és a mászóka, a kisfiú pedig minden bizonnyal a földes pályán fog sok időt tölteni, hiszen alig várja, hogy megtanuljon biciklizni. Addig pedig a fából készült állatokkal barátkozik.

Eszter és párja három gyermeket nevelnek. Mivel a legkisebb még csak egy hónapos, így ő a babakocsiban szunyókált, amíg óvodáskorú testvérei kalózként foglalták el a várat, és többször is sorban álltak a csúszdánál. A fiatal anyuka egyedül a mosdót hiányolta, hiszen szerinte egy olyan helyen, ahol a családok akár több órát is eltöltenek, szükség lenne rá. Nagyon tetszett viszont neki, hogy a kialakítás része a patak is, amelytől szerinte még hangulatosabb lett a hely, amit a fajátékok, a padok és a játszótér még egységesebbé tesz.

Szakmai találkozó

A Ferencvárosi Gyermek és Ifjúsági Önkormányzat szeptember 26-án Ifjúsági Fesztivált rendezett a Ferencvárosi Művelődési Központban, ahol sor került a Budapesti Gyermek és Ifjúsági Önkormányzatok szakmai találkozójára is. Az esemény célja az volt, hogy a nyolc budapesti kerületben működő szervezet megismerkedjen egymással. A fesztiválon természetesen részt vett a Kertvárosi Ifjúsági Önkormányzat (KIÖK) is, mindez pedig kiváló tapasztalatszerzési lehetőség volt a képviselők számára. De hogy ne csak dolgozzanak, hanem szórakozzanak is a fiatalok, a nap folyamán több iskola tánccsoportja és zenekara is fellépett.

KIÖK-hírek

Kvíz a hatékonyabb működésért

Ahogy az szinte már hagyománnyá vált, a KIÖK idén is jelen volt az Erzsébetligeti Színház által rendezett XI. Kertvárosi Vigasságokon. Most azonban nemcsak a XVI. Kerületi Önkormányzat munkatársai által készített gulyásleves előkészítésénél segédkeztek a diákok, hanem saját standjukon is várták az érdeklődőket. Azért, hogy hatékonyabban tudjanak a kertvárosi ifjúsággal együttműködni, kvíz lapokat készítettek, amelyek kitöltésével mindenki elmondhatta véleményét az őt érdeklő témákról és programokról. A KIÖK munkáját pedig mi sem bizonyítja jobban, mint az, hogy eddig már több javaslatukat megvalósították a döntéshozók.

Halloween

A KIÖK október 28-án 18.00 és 22.00 óra között Halloween Partyt szervez a kerületi fiataloknak. A rendezvény ingyenes, de előzetes regisztráció szükséges. Helyszín: Jókai utca 6., I. emeleti rendezvényterem. Programok: disco, karaoke, jelmezverseny (nem kötelező beöltözni, de a legjobb jelmez tulajdonosa egy 5000 forintos vásárlási utalványt nyer), tombola (értékes nyereményekkel az előzetes regisztráció alapján), büfé.

További információkat a Kertvarosi Ifjúsagi Önkormanyzat facebook oldalán, a www.ifjusag16.hu honlapon, illetve a ifjusag16@gmail.com e-mail címen kaphatnak az érdeklődők.

A batyisok csodálatos szemüvege

Mit csinálnak a cinkotai Batthyány Ilona Általános Iskola 4.b osztályos tanulói a szünetben? Olvasnak. Mit? Finy Petra A csodálatos szemüveg című mesekönyvét. Miért? Azért, hogy részt vegyenek a Klebelsberg Intézményfenntartó Központ által meghirdetett, Betűfaló elnevezésű pályázaton. Az eredményről Jelesné Vincze Ildikóval beszélgettünk.

Sz. R. Zs.

Míg mi gyerekkorunkban faltuk a könyveket, addig napjainkban sajnos egyre kevesebb diák vesz a kezébe akár mesét, akár szépirodalmat. Pedig az olvasás által nemcsak a kicsik fantáziája gazdagszik, de a szókincsük is fejlődik, könnyebben tudnak szövegeket értelmezni, és nem lesz problémájuk azzal sem, hogy helyesen fejezzék ki magukat.

A számítógép térhódításának a cinkotai oktatási intézmény pedagógusa azzal próbál gátat szabni, hogy a délutáni napköziben mesét olvas az apróságoknak, az órákon pedig igyekszik olyan kortárs művekkel dolgozni, amelyek nyelvezete könnyen érthető és olvasmányos.

Ilyen volt Finy Petra A csodálatos szemüveg című alkotása is, amelyben a főszereplő kisfiú különleges szemüvegén keresztül elkezdi másként szemlélni a világot, és így mindennek meglátja a jó oldalát. Az izgalmas, számtalan képpel színesített történet feldolgozása tehát hatalmas élményt jelentett a batthyányis kisdiákoknak, amit csak tetézett, amikor megtudták, hogy a rajzaikból készült plakáttal és a könyvet népszerűsítő videójukkal a 7. osztályos alatti kategóriában megnyerték a fődíjat. Jutalmul beszélgethettek az írónővel az iskola könyvtárában, és kérdéseket is feltehettek neki. Emellett pedig még egy 60 ezer forint értékű könyvcsomaggal is gazdagodtak, amelynek köteteit azóta is szorgalmasan olvassák.

Mindenki szakács akart lenni

Az egészséges életmód jegyében évindító kerti partit rendeztek az árpádföldi Arany János Általános Iskolában október 3-án. A remek hangulatú családi nappal egybekötött pikniken – ahol Bede Róbert főszakács volt a sztárvendég – idén a sütés-főzés és az étkezés volt a központi téma, de természetesen sportprogramok és különböző vetélkedők is színesítették a délutánt.

Kellner Gergely

Az árpádföldi Arany János Általános Iskolában már évek óta rendeznek különböző tematikus családi napokat, és hosszú ideje fontos szerepet kap az egészségtudatos életmód népszerűsítése mellett a közösségfejlesztés is.

– *A piknik célja idén is az volt, hogy a szülők, a gyerekek és a pedagógusok között is jó kapcsolat alakuljon ki, amelynek hatására a nevelői munka is eredményesebb lehet. Másrészt mivel a mostani az egészség éve az iskolában, ezért a téma az egészséges étkezés és az egészséges ételek elkészítése volt. Az őszi szünet előtt például töknapot tartunk* – mondta Jávor Annamária igazgató.

Az események a délelőtti testnevelés órákon sportos váltóversenyekkel, az osztályok közötti kézilabda és kosárlabda bajnoksággal kezdődtek, majd délután a diákok az intézmény körül 2014 métert futottak. Ezt követően Bede Róbert bemutató főzést tartott, amelynek során egy spanyol ételkülönlegességet, a tenger gyümölcseivel is gazdagított paellát készített el, amit mindenki megkóstolhatott.

– *Lokálpatrióta kerületiként többször is voltam már az egykori általános iskolám rendezvényein, és ha hívnak, mindig szívesen jövök. Csodálatos volt látni, hogy a szülők mennyire együtt élnek a rendezvénnyel, és milyen lelkesen dolgoznak a sikerért. Azért tartom fontosnak az ilyen eseményeket, mert amellett, hogy összehozza a közösségeket, fel lehet hívni a szülők figyelmét arra, hogy mennyire rosszul étkeznek gyermekeink. A cél pedig az, hogy a felnőtteken keresztül jussunk el a kicsikhez, vagyis mi mutassunk jó példát számukra a tudatos étkezéssel, amelyhez természetesen a sok zöldségféle és gyümölcs is elengedhetetlen* – hangsúlyozta a főszakács.

A finom és egészséges grillételek készítése közben a tanulók, az anyukák és az apukák vidám hangulatban ismerkedhettek meg az egészséges ételek előállításának módszereivel. Emellett az intézmény öko munkaközössége a programokhoz kapcsolódóan szelektív hulladékgyűjtési akciót is szervezett, de nem hiányozhatott a zsákbamacska sem, amelynek megvásárlásával a résztvevők az iskola alapítványát támogathatták.

A 19 osztályból egyébként 17 nevezett is a grillversenyre, ahol az ítészek kóstolhattak fügés körtét, grillhalat, de még grillezett barackot is. Az eredményhirdetés során Bede Róbert a fakanalat mikrofonra cserélte, és elmondta, milyen nehéz feladata volt a bíráknak, akik összesített véleménye szerint a harmadik helyezett a 2.c, a másodikok a 3.b osztályosok lettek, az Aranyfakanál vándordíjat pedig idén a 2.a osztály érdemelte ki. A tartalmas programot követően mindenki elégedetten indult haza, és minden bizonnyal sokan szeretnének szakácsok lenni, ha felnőnek.

Nemzetközi barátság

Huszonöt évvel ezelőtt találkozott először a mátyásföldi Corvin Mátyás Gimnázium és Műszaki Szakközépiskola, valamint a németországi Ludwigsburgban található Carl-Schaefer-Schule küldöttsége. Azóta a diákok minden évben ellátogatnak egymáshoz kísérőtanáraikkal, hogy egy felejthetetlen hetet töltsenek együtt, és a német nyelvet is gyakorolják. A jubileum alkalmából dr. Sándor László igazgató, Lendvainé Kovács Erika és Farkas Irina tanárnő egy gálaműsorral kedveskedtek a testvériskolából érkezett népes számú vendégseregnek. A rendezvényen pedig Kovács Péter polgármester mellett számtalan egykori corvinos diák is megjelent nemcsak a közönség soraiban, hanem a színpadon is.

Sz. R. Zs.

Corvinosnak lenni nemcsak azért jó, mert a fiatalok kiváló pedagógusoktól tanulhatnak, hanem azért is, mert olyan élményekben lehet részük, mint a ludwigsburgi kirándulás, amelynek szerves része például a fémrózsa készítés és a stuttgarti autómúzeum megtekintése is.

1989 óta a munka és partnerkapcsolat mellett barátság is kialakult a vezetők, a tanárok és a diákok között, éppen ezért ősszel a kertvárosiak fogadják a németeket, tavasszal viszont a magyar gyerekek és kísérőik utaznak Ludwigsburgba. A közvetlenségről és a határtalan vendégszeretetről pedig valószínűleg mindegyik csapat beszámolt már otthon szüleinek.

Frauke Peters, a ludwigsburgi iskola igazgatója köszöntőjében kiemelte: egyik XVI. kerületi látogatása alkalmából olyan képeslapot kapott ajándékba, amelyen Budapest hídjai láthatók. Ezeket a két intézmény közötti kapcsolat hídjainak tekinti, ugyanis szerinte a háborúk megmutatták, hogy

a nemzetek közötti baráti kapcsolatok, és a békés együttélés nem magától értetődő. 2014 Németország és Európa egységének éve, 25 évvel ezelőtt volt ugyanis az úgynevezett Páneurópai Piknik, amikor 600 német menekültnek szabad utat engedtek a magyar és az osztrák határőrök, nem sokkal később pedig megnyitották számukra a határátkelőket is. A direktor hangsúlyozta: a Corvin és a Carl-Schaefer-Schule közötti kapcsolatfelvételt elsősorban Ördög András, az egykor náluk tanító pedagógus szorgalmazta, ez a mára már barátsággá érett együttműködés ugyanakkor azért fontos, mert a diákok a különböző nyelvi kultúrák által is fejlődnek.

Frauke Peters végül egy fát nyújtott át dr. Sándor Lászlónak, amely a két iskola közötti élő és virágzó kapcsolatot szimbolizálja.

A Corvin igazgatója két anekdotát osztott meg a hallgatósággal. Az egyik arról szólt, amikor egy utazás során az egyik kollégája elvesztette a bőröndjét, amely azóta sincs meg. A másik pedig arról, a 2000-es évek elején történt esetről, amelynek során a közösen felújított hajó egyik vitorlája Budapestről Sarudra menet leesett az autóról. Dr. Sándor László azt kívánta, hogy addig tartson a Corvin és a Carl-Schaefer-Schule kapcsolata, ameddig ezek a tárgyak elő nem kerülnek.

Azt pedig, hogy egy általános tantervű gimnáziumban és egy informatikai szakközépiskolában is vannak tehetségek, mi sem bizonyítja jobban, mint az a sokszínű műsor, amit a szervezők összeállítottak. Az este folyamán ugyanis nemcsak kiváló hangszeres és táncos bemutatókat láthattak a vendégek, de fellépett a Corvin Mátyás Gimnázium énekkara és a Mátyásföldi Rozmaringkórus is, a fiatalok előadtak egy, a 25 éves partnerkapcsolatról szóló jelenetet, sőt még a német diákok élménybeszámolóját is meghallgathatta a közönség.

Mi pedig mi mást is kívánhatnánk a résztvevőknek, mint azt, hogy 25 év múlva veletek ugyanitt!

Opera az óvodában

Ismét az opera egyik nagykövete járt a kerületünkben. A Napsugár Óvoda Vadvirág tagintézményében ezúttal Ardó Mária operaénekes mesélt az apróságoknak erről a zenei kísérettel előadott mesevilágról.

Mészáros Tibor

Amint arról korábban már beszámoltunk, az Operaház főigazgatója, Ókovács Szilveszter útjára indította azt a sorozatot, amely az opera műfajának megismertetését és megszerettetését tűzte ki célul az ifjúság körében. A kulturális nagykövet feladatokat élvonalbeli művészek vállalták, a cinkotai Batthyány iskola könyvtárában például tavaly Pitti Katalinnal találkozhattak a diákok. A kedvező visszajelzések arra ösztönözték a program felelőseit, hogy a bemutatókat kiterjesszék a legkisebbek számára is.

Ardó Mária Európa-szerte ismert szopránénekesünk hozzáértő előadásmóddal, a mesevilággal határos témaválasztással kötötte le a gyerekek figyelmét, akik nagy érdeklődéssel, és helyenként nagy ovációval fogadták az élőben előadott operarészleteket, illetve a kivetítőn látható bejátszásokat.

Az ovisok számára elsősorban Mozart műveiben találunk olyan dallamokat, amelyek könnyen befogadhatók, a sokszor kissé komikus, de szerethető szereplők cselekedetei – mint például a Varázsfuvola Papagenojának és Papagénájnak évődése – pedig már az ő számukra is érthetők. De hasonló sikere volt a Humperdinck Jancsi és Juliskájából, vagy Mendelsshon Szentiványéji álom című művéből kiválasztott részleteknek is.

A 40 perces előadás alatt az apróságok végig feszült figyelemmel követték a művésznőt, végül pedig nagy örömmel vettek részt az előadást lezáró „állatsimogatásban”, amikor a felvillantott operarészletekben szereplő állatok plüssmásolatait lehetett megcirógatni.

Ardó Máriát elkísérte munkatársa, Bátori Éva operaénekes, az Opera Nagykövetei Program művészeti vezetője is, aki elmondta: szeretnének az összes fővárosi kerületbe eljutni, és terveik között szerepel egy olyan bemutató is, amit óvodapedagógusok részére állítanak össze. A nagykövetek meghívása az intézményeknek semmilyen költségbe nem kerül, a misszióhoz ugyanis az Operaház biztosítja az anyagi hátteret. Jelentkezni a nagykovet@opera.hu e-mail címen lehet.

Középkori játékok kicsiknek

A Sarkad Udvarban működő Kézművelők és Hagyományőrzők Egyesülete tartott bemutatót középkori játékokból az apróságoknak a Napsugár Óvodában október 2-án. A részletekről Horváth Zsoltné intézményvezetővel beszélgettünk.

MÉSZÁROS TIBOR

– Óvodánk a „zöld óvodák" családjába tartozik, ami azt jelenti, hogy pedagógiai programunkban kiemelt szerepet biztosítunk a környezetvédelemnek és a hagyományőrzésnek. A XVI. Kerületi Önkormányzat Kulturális és Sport Bizottsága pedig pályázatok útján jelentős segítséget biztosít pedagógiai terveink megvalósításához. Idén a négy tagintézményünkre összesen 540 ezer forint támogatást kaptunk.

A gyerekeknek most Trombitás Enikő a kerámiakészítésről tartott előadást, majd a kicsik természetesen agyagot is kaptak, és némi segítséggel megpróbáltak sünit, teknőst, kacsát és nyuszit formálni, Gábor József grafikus, festőművész pedig többféle középkori ügyességi játékra tanította a gyerkőcöket. Emellett a fából készült háromágú szénavilla ágaira lehetett karikát hajítani, vastag kötelekre függesztett gerendán egyensúlyozni, vagy labdával fonott kosárba célba dobni. Az erős karokra is szükség volt, hiszen nagy versengés alakult ki abban, ki tudja tovább vízszintesen tartani a fakardot, miközben egyre több lópatkót akasztanak rá. A játékok közös jellemzője volt, hogy mindegyik természetes anyagból, fából, kötélből, növényi fonatból, vagy zsákvászonból készült. Végül pedig lóhátra pattanhattak mindazok az ovisok, akik már az összes játékot kipróbálták.

A Sarkad Udvar bemutatója arra hívta fel a figyelmet, hogy nem csak elektronikus játékok léteznek a világon, és talán a szülőknek is érdemes elgondolkodniuk azon, hogy a szabadban űzhető, sok mozgást igénylő tevékenységek mennyivel egészségesebbek, mint a számítógép.

XVI. kerületi Vöröskereszt

Veres Péter út 27.
Tel.: 403-5562, délelőtt

EGÉSZSÉGNAP
Október 31. (péntek) 9-12 óráig
INGYENES VÉRCUKOR-, KOLESZTERIN ÉS VÉRNYOMÁS MÉRÉS.
Az egészségnap a Budapest Főváros XVI. kerületi Önkormányzat támogatásával jön létre.

TÁPLÁLKOZÁSI SZAKTANÁCSADÁS
November 5. (szerda)
10-12 óráig
Dietetikus válaszol a kérdésekre a helyes táplálkozással kapcsolatban.
(Egyénre szabott diéták: cukor-, epe-, vese-, candida-, fekély-, bélbetegségek, liszt-, tej-, stb. érzékenység, immunhiány, változókor.)

JOGI TANÁCSADÁS
November 12. és 26. (szerda)
10-12 óráig

A tanácsadások ingyenesek. Előzetesen időpont egyeztetés szükséges.
Az időpontot hétköznapokon délelőttönként személyesen, vagy a 403-5562 telefonszámon lehet kérni.

Az ovisok is lehetnek jó gazdik

Az Illésné Schrott Ildikó vezette Mátyásföldi Fecskefészek Óvodában már hagyomány, hogy az Állatok világnapján élő négylábúakkal találkozhatnak a kicsik az udvaron. Idén a Tükör Kutyaiskola tagjai látogattak el az intézménybe.

MÉSZÁROS TIBOR

Kiss Edit óvodapedagógus meghívására most egy bemutatócsoport jött el négy kutyával, hogy egy kis elméleti beszélgetés után szórakoztató „kutyashow-t" tartsanak a gyerekeknek. Regős Krisztinát az általuk képviselt állatbarát szemlélet alapelveiről kérdeztük.

– Mi az úgynevezett Tükör-módszert alkalmazzuk, amely abból a felismerésből indul ki, hogy a gazda viselkedése markánsan tükröződik kutyája viselkedésében. Ezért iskoláinkban nemcsak a kutyákat tanítjuk, hanem a gazdák figyelmét is felhívjuk azokra a követendő viselkedési formákra, amelyek a legteljesebb harmóniát eredményezhetik az eb és gazdája között. Bemutatóinkon azonban a legfontosabb, amit közvetíteni szeretnénk, az a felelős kutyatartás, és az ismeretlen kutyákkal szembeni helyes viselkedés megismertetése.

– Melyek ezek?

– Tudnunk kell, hogy a kutya nem mozgó játékszer, hanem érző lény. Ezért csak akkor vigyünk haza egy négylábút, ha hosszú távon gondolkodunk, ugyanis az ebeket ugyanúgy megviseli a gyakori gazdacsere, mint amikor mi elveszítjük egy családtagunkat. A kutya kiválasztásánál figyelembe kell vennünk azokat a körülményeket, ahol tartani fogjuk, ezért nagytestű kedvencet csak akkor válasszunk, ha kertes házban lakunk. Tekintettel kell lennünk az állat fajtájából adódó igényekre is, és a nagy mozgásigényűek számára gondoskodnunk kell arról, hogy kiélhessék mindezt. Semmiképpen ne tartsunk kutyát megkötve, és figyeljünk a helyes táplálására is. Mivel elég sok a tudnivaló, ezért jó, ha legalább egyszer egy állatorvostól kérünk tanácsot, vagy tanulmányozzuk a szakirodalmat.

– Hogyan viselkedjen egy gyerek, ha gazdátlan kutyával találkozik az utcán?

– Ma már törvény van arra, hogy ebet csak pórázon lehet vezetni az utcán. Ennek ellenére mindig vannak szökevények, akik kiszámíthatatlanul viselkedhetnek. Ismeretlen kutyát semmiképpen ne próbáljunk megsimogatni. Ne tegyünk hirtelen mozdulatokat, amelyeket az állat támadó gesztusnak vélhet, és ne nézzünk a szemébe.

– Milyen kutyákkal érkeztek a bemutatóra?

– Mind a négyen hobbikutyák, nem fajtatiszta ebek, viszont rendelkeznek olyan vizsgával, amely gazdáikat feljogosítja arra, hogy hasonló intézménybe mehessünk velük. Jó természetük van, tanulékonyak, szívesen játszanak, és nem hajlamosak az agresszióra.

Mindezt az is bizonyítja, amikor a kiképzők egymás mögött terpeszben állva, lábaikból alagutat képeztek, az engedelmes kutyusok pedig szélsebesen végigszaladtak ezen. A négylábúakat egyébként a műsor végén meg is lehetett simogatni, ami láthatóan nagyon tetszett az apró nézőseregnek.

IV. Babahordozó Hét

Negyedik alkalommal rendezték meg a Kertvárosi Babahordozó Hetet az Erzsébetligeti Színházban október 8-a és 10-e között. Szabó Patrícia főszervező és munkatársai – gyakorló édesanyaként – pedig ezúttal is színvonalas programot állítottak össze, amely egyaránt szolgált érdekességekkel a babát váró és a kisgyerekes szülőknek. Emellett természetesen az apróságok sem unatkoztak, hiszen a Kovács Péter polgármester vezetésével megtartott záró tombolasorsoláson ők is kitombolhatták magukat az ugrálóvárban.

Sz. R. Zs.

„Kisbabával is lehet krumplit pucolni, nagytesónak mesélni, pici sarki boltban vásárolni, tömött busszal utazni, hétvégén a hegyekben kirándulni, mosott ruhát teregetni, apával kézen fogva sétálni. Hogy hogyan? Ha magadra kötöd!” Az erre szolgáló speciális kendőről, és a babahordozás technikájáról Eszes Kinga tartott előadást az érdeklődőknek. A 1,5-2 éves gyerkőcök szüleinek ugyanakkor már szembesülniük kell gyermekük akaratával, amely sokszor hisztik és dührohamok közepette mutatkozik meg. Szerémi Andrea pszichológus, gyermekterapeuta ezek kezelésében igyekezett segítséget nyújtani a jelenlévőknek.

Szentpéteri Julianna, az erőszakmentes kommunikáció trénerével a kismamák beszélgethettek arról, hogyan alakult párjukkal a kapcsolatuk a szülés előtt és azután, Mádai Andrea természetgyógyász megismertette őket a természetes fájdalomcsillapítás praktikáival, emellett hallhattak a babaúszás és a mosható pelenka előnyeiről, „ringatózhattak” Hazay Annamáriával, sportolhattak Bisztray György nordic walking edzővel, vagy akár jógázhattak és zumbázhattak is. Felfrissülésként a babák és a mamák is kipróbálhatták a masszázst. Mindezeken felül pedig, hogy az elméjüket is fejlesszék, részt vehettek egy bemutató angolórán, sőt még a legújabb gyerekkönyvekkel is megismerkedhettek.

Miután a Hölgy-kuckóban tapasztalatot cserélhettek és kellőképpen kikapcsolódtak, gyerekek és felnőttek együtt hallgathatták meg Rutkai Bori Bandájának zenés előadását. Végül pedig a kiváló hangulatú és feletté zajos tombolasorsolás bevételét a szervezők a SOTE I. számú Gyerekklinika koraszülött intenzív osztályának ajánlották fel, ahol az összegből speciális eszközöket tudnak vásárolni.

PROGRAMAJÁNLÓ

Corvin Művelődési Ház
Erzsébetligeti Színház

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

Színház

November 6. csütörtök 18:00
A HAL NEM HAL BELE
A Nézőművészeti Kft. rendhagyó színházi műsora, Scherer Péter és Katona László előadásában.
Jegyárak: diák: 1000 Ft, felnőtt: 1500 Ft

November 8. szombat 18:00
FIGARO HÁZASSÁGA – *avagy egy őrült nap története két részben*
A francia forradalom egyik előszeleként is felfogható mű remek kor- és jellemrajz, bravúros cselvígjáték.
Főszerepben: Bánfalvy Ágnes, Hujber Ferenc
Jegyár: 2500 Ft, 2900 Ft

November 9. vasárnap 18:00
GODSPELL – ISTENI MUSICAL
Főszerepben: Török Tamás és Torres Dani
Játsszunk azzal, mi lenne, ha jó lenne az élet itt a földön és mi jók lennénk.
Jegyár: 2000 Ft

Családi

November 8. szombat 10:30
BÓDOG ÉS SZOMORILLA
Egy kietlen út és egy váratlan találkozás, egy vándor király, egy kósza tündér, egy öreg bőrönd és egy szeszélyes piknikkosár, megannyi meglepetés.
Bábjáték, 3-8 éves korig ajánlják.
Jegyár: 900 Ft

November 9. vasárnap 11:00
RÓKAMESÉK
La Fontaine, Aesopus meséi, népmesék és újabb kori derűs történetek alapján készült a vidám mesejáték kicsiknek és nagyoknak a Liget Táncakadémia, a Duna Művészegyüttes és az Erzsébetligeti Színház együttműködésében.
4 éves kortól ajánlják. Jegyár: 800 Ft

Zene

November 7., péntek 20:00
HÁZIBULI A GEMINI EGYÜTTESSEL
Jegyek 1500 forintos áron a helyszínen válthatók. Előzetes asztalfoglalás a 401-3060-as telefonszámon, és a recepcio@kulturliget.hu e-mail címen lehetséges.

Klub

Október 29. szerda 10:00
LIGETI BABA KLUB
A klub célja teret adni a kerületi, környékbeli anyukáknak, családoknak a találkozásra, ismerkedésre, együttlétre szervezett keretek között.

Kiállítás

November 2-ig
HISTÓRIÁS SZÉP HÁZAK MAGYARORSZÁGBAN – Gedeon Péter kiállítása
Megtekinthető a Kamara teremben

November 5-ig
ART16 MŰVÉSZ CSOPORT ’56-OS KIÁLLÍTÁSA
Megtekinthető a Napfény Galériában

November 3. hétfő 18:00
LENDVAY LÁSZLÓ (Corvin Művész Klub) KIÁLLÍTÁSA
Megtekinthető november 14-ig a Kovács Attila Galériában

November 4. kedd 18:00
10 ÉVES AZ ART 16
Megtekinthető december 2-ig a Kamara teremben

November 7. péntek 18:00
VÉGZŐSÖK, FotoArt iskola kiállítása
Megtekinthető december 2-ig a Napfény Galériában

Fesztivál

október 25-27.
XIII. BUDAPEST CSILLAGAI
Nemzetközi Gyermek és Ifjúsági Fesztivál
október 25. szombat 18:00 Nyitógála
október 26. vasárnap
10:00-14:00 Táncprodukciók versenye (Hangszeres, zenei verseny a Rácz Aladár Zeneiskolában)
14:00-20:00 Énekverseny
október 27. hétfő 18:00 Díjátadó gálaműsor
A belépés előzetes regisztrációt követően ingyenes, regisztrálni az info@kulturliget.hu címen lehet!

Festmények az iskolában

A Lemhényi Dezső Általános Iskola pedagógiai programjának fontos része a művészeti nevelés. Ennek jegyében nyitották meg szeptember utolsó napján H. Molnár Magda XVI. kerületi festőművésznek, a Corvin Művészklub tagjának kiállítását az intézmény folyosóján.

MÉSZÁROS TIBOR

Hat éve működik a Lemhényiben az a galéria, amelynek célja, hogy a művészi alkotásokat ne csak fotókról, hanem kézzel fogható valóságban is megismerhessék a diákok. A tavalyi hangszerkiállítás után most H. Molnár Magda műveit csodálhatják meg az érdeklődők.

Az iskola zenét tanuló diákjaiból összeállított, és Vikol Kálmán vezette együttes koncertje után Bíró József saját, gyerekeknek írt verseiből mondott el néhányat, amelyek közül több is megnevettette a hallgatóságot, majd egy újabb – furulyatrióval és szólóénekkel gazdagított – zenei blokkot követően a kiállító mesélt saját életútjáról.

H. Molnár Magda Újpesten született, közel a Duna-parthoz, amely életre szóló élményt és gyakori témát adott művészetéhez. Már kisgyerekként az átlagosnál sokkal ügyesebben kezelt bármilyen eszközt, amellyel rajzolni lehet, és válogatás nélkül telerajzolt minden olyan felületet, amely erre alkalmas volt. Így a házuk kapualjában lévő fal is sokáig hordozta az általa mesefigurákból és más kalandhősökből oda rajzolt „freskót”, amelyre ma már nem igazán büszke. Így viszont elmondhatja magáról, hogy évtizedekkel megelőzte graffitis utódait.

A művésznő két héttel az érettségi után férjhez ment, majd két lánya született, akik közül az egyik örökölte az anyuka kézügyességét, és keramikus lett. Közben H. Molnár Magda egy újpesti szabadiskolában készült felsőfokú tanulmányaira, valamint megnyert egy jeligés pályázatot, amely szinte biztossá tette, hogy főiskolás lesz. Csakhogy akkor érkezett vissza édesapja a 9 évig tartó vizsgálati fogságból, amit úgynevezett államellenes magatartásával érdemelt ki. Ezzel a ténnyel pedig sajnos a festőművészi pálya is lekerült a napirendről mintegy 30 évre.

A művésznő azonban a debreceni, az egri és a békéscsabai színháznál is tudta kamatoztatni rajztehetségét, ahol kezdetben díszlet- és plakátfestőként, majd díszlettervezőként nagyon jól jött jártassága a képi ábrázolásban. Ez a munka viszont csak ideje egy részét töltötte ki, ezért az esti előadásokon a súgólyukból segítette a színészek munkáját.

Időközben a gyermekei felnőttek, és túlélt egy súlyos betegséget is. A műtőasztalon folyamatosan azt mormolta: festeni akarok. Így felépülése után ismét ecsetet ragadott, és azóta ezernél is több festményt alkotott. Kiállításait sohasem ő szervezte, mindig felkérte valaki a látott művei alapján, amelyek eljutottak több európai fővárosba, köztük Londonba, Helsinkibe és Bécsbe is.

H. Molnár Magda célja nem több, mint megörökíteni a szépet és az érdekeset, viszont soha nem ad galériáknak eladásra képet. Egyetlen egyszer tett kivételt, ami életre szóló élményt hozott. Budapesten koncertezett Yehudi Menuhin, a világhírű hegedűművész, aki szabadidejében a Várban betévedt abba a galériába, ahol a művésznő képe függött a falon. Menuhin azonnal beleszeretett az alkotásba, és visszaküldte feleségét, hogy vásárolja meg azt. A festő azonban nem fogadott el pénzt, és nekik ajándékozta a képet.

H. Molnár Magda végül arra bíztatott minden fiatalt, hogy foglalkozzanak sokat a művészetekkel, mert az nemesíti, gazdagabbá teszi az embert, majd minden diáknak ajándékozott egy dedikált miniatűrt.

Huszárik Kata főszereplésével mutatta be a kertvárosi közönségnek a Márai Sándor regénye alapján készült színpadi művet, az Eszter hagyatékát a Spirit Színház október 5-én. Az író egy középkorú, csalódott nő lelkének útvesztőibe kalauzolja a nézőt, aki már nem sokat remél az élettől. Beletörődött abba, hogy 20 évvel ezelőtt nagy szerelme, Lajos mégsem őt, hanem nővérét, Vilmát vette feleségül. Eszter azóta sorsával megbékélve él elszegényedett, kisnemesi környezetben egy rokona, és a ház néhány barátja társaságában, amikor a szürke hétköznapokat felkavarja egy távirat: Lajos érkezik látogatóba. A főszereplő hatalmas érzelmi viharokat átélve tapasztalja, hogy élete szerelme semmit nem változott, aki maga sem tagadja, hogy erkölcstelen szélhámos, és megint azért jött, hogy kérjen. A már anyagilag és lelkileg is kirabolt Eszter viszont továbbra sem tud ellenállni a férfi erejének és lehengerlő akaratának. Hagyja, hogy Lajos eladja a feje fölül a házat, ő pedig szegényházba költözik.

Huszárik Kata zseniális színésznői kvalitásait megmutatva jelenítette meg azt az érthetetlen női ragaszkodást, amelyre a mindennapokban is találhatunk példákat. Lajos szerepében Király Attilát láthatták a nézők, a többi karaktert pedig Zsurzs Kati, Sipos Vera, Vásári Mónika Dózsa Zoltán és Perjés János formálták meg.

Őszi tárlat

A Corvin Művészklub október 9-én rendezte meg a kerületi művészek számára meghirdetett hagyományos képzőművészeti seregszemlét, az Őszi tárlatot. Kovács Péter polgármester beszédében üdvözölte az alkotókat, és megköszönte a Corvin Művészklubnak, hogy nem csak saját tagjainak nyújt kiállítási lehetőséget. A szakmai megnyitó keretében Ádámffy Pál művésztanár a művészet szerepéről, a műtárgyak megítéléséről és a művészet általános feladatáról elmélkedett, majd a kiállított alkotások egy részét egyenként is elemezte. Ezután a Corvin Művészklub újraválasztott vezetője, Koltayné Zolder Klára felkérte dr. Babay Mariettát, kerületünk díszpolgárát, hogy a kiemelkedő művek alkotóinak ő adja át az elismerő okleveleket. A díjazottak H. Gőcze Judit, Árvai Gabriella, Csáti Balázs, Gordon Éva, dr. Szendreiné Sulyok Katalin, Rádóczy Gyarmathy Gábor, H. Molnár Magda, Terdik Szilvia, Nagy József és Csibi László voltak. A rendezvényt a Vikol Kálmán által vezetett Toborzó citeraegyüttes népdalcsokrai színesítették.

XXIII. Sztárvarázs

Kázmér József október 10-én huszonharmadik alkalommal köszöntötte az Erzsébetligeti Színházba látogatókat, akik a Sztárvarázs elnevezésű, ingyenes gálaműsor alkalmából ismét megtöltötték a nagytermet. A 89. életévében járó kerületi díszpolgárunk hívására első szóra mondanak igent a művészek, és részben Öcsi bácsi iránti tiszteletből, részben a hálás mátyásföldi közönség kedvéért mindig szívesen lépnek fel nálunk.

A rendezvényen most is részt vett Kovács Péter polgármester, aki a vendégek üdvözlése után elismerését fejezte ki Öcsi bácsinak, hogy fáradságot nem kímélve minden évben élvonalbeli előadókat kér fel a kerületiek szórakoztatására. A főszervező pedig azt emelte ki, hogy a 23 év alatt sok fellépő neve már egybeforrt a Sztárvarázzsal, de sajnos örökre nélkülöznünk kell Mari Zsuzsit, Német Józsefet, vagy Kovács Erzsit, azt a mátyásföldi művésznőt, aki nélkül a gála nem emelkedhetett volna ilyen magas színvonalra.

Eljöttek viszont azok, akik továbbviszik a stafétabotot. A műsort az Életvidám Szenior Táncklub produkciója nyitotta meg, majd Egri József operettekkel, Endrődi Éva – Kovács Erzsi tanítványa és barátnője – külföldi és magyar táncdalokkal, Poór Péter tanítványa, Sárkány Krisztián, a kivételes hangi adottságokkal rendelkező bonviván pedig operett és musical részletekkel szórakoztatta a közönséget. A zeneszámok között Lukács Gábor humorista emlékeztette a publikumot néhány vaskos poénnal a választásokkal kapcsolatos állampolgári kötelességeikre. Eljött ugyanakkor Poór Péter is, és a tőle megszokott lendületes előadással vívta ki a közönség elismerését. Gyurkovics Zsuzsa a sanzonok világába vezette el a hallgatóságot, Csák József pedig operarészletekkel és ismert hazafias dalokkal járult hozzá az est sikeréhez. Újdonságot jelentett Herczeg Gergő férfias basszushangja, illetve az apró termetű Apró Gábor artista produkciója. Hegedűs Valér zongoraművész több énekszám kíséretén túl még Liszt és Chopin művek érzékeny megszólaltatásával is vastapsot érdemelt. Munkácsi Sándor latin dallamokkal érkezett, hazafias dalokkal pedig Várkonyi Szilvia csalogatott elő néhány könnycseppet az érzékenyebb hallgatók szeméből. Természetesen fellépett Paor Lilla is, aki Marlene Dietrich és Edit Piaf alakját varázsolta a színpadra.

A Sztárvarázs a sokéves hagyományoknak megfelelően tombolasorsolással ért véget.

Budapest Főváros XVI. kerületi Önkormányzata

Nyugdíjasok Szállító Szolgálata

Rendszeres úti célok:
• SASHALMI PIAC minden hónap 1. és 3. szombatja
• BEVÁSÁRLÓKÖZPONT igény szerint

Előzetes időpontegyeztetés:
a Területi Szociális Szolgálatnál Gaálné Szilágyi Erzsébet koordinátorral telefonon hétfőtől péntekig, 9 és 13 óra között a 407-2812-es számon (üzenet is hagyható), vagy a szallitoszolg@gmail.com e-mail címen.

A szolgáltatás minden kertvárosi idős polgár számára ingyenes.

Kovács Péter polgármester napra pontosan 100. születésnapján köszöntötte *Károlyi Ferencnét*, aki 1914. október 14-én született Székelyudvarhelyen. Eszter néninek nehéz gyerekkora volt, hiszen még egy éves sem volt, amikor édesapja elhunyt az I. világháborúban, majd hamarosan édesanyja a kor rettegett betegségének, a tüdővésznek esett áldozatul. A kislányt a nagyszülei vették magukhoz, de serdülőkorában őket is elvesztette. Ezután a fővárosi rokonai gondozták, akik azt szerették volna, hogy cukrász legyen, Eszter néni azonban fodrásztanulónak állt. Döntését igazolta, hogy Rákosszentmihályon sok hölgy köszönheti neki csinos frizuráját és lelki békéjét is, hiszen sokszor a lelküket is „megigazította".

Az ünnepeltet 1939-ben vette feleségül Károlyi Ferenc, Rákosszentmihály későbbi közismert fotográfusa. A felhőtlen boldogság helyett azonban a második világháború szenvedései vártak rájuk, ugyanis férje teljes családja eltűnt Auschwitz poklában. Károlyi Ferenc is csak azért menekült meg, mert öt évig munkaszolgálatos volt a Szovjetunióban. Habár itthon azt sem tudták, hogy él-e még, szerencsére egészségesen vészelte át azokat az időket. Két gyermekük, négy unokájuk és öt dédunokájuk született, akik közül a legtöbben jelen voltak az ünnepségen. A kisiparos szülők Rákosszentmihály megbecsült polgáraiként nevelték csemetéiket, egy idő után pedig már megengedhették maguknak, hogy az édesanya csak ezzel foglalkozzon. Ez az időszak volt szűkebb családjuk fénykora, amely egészen a családfő haláláig tartott.

Eszter néni ma már nehezen mozog, ennek ellenére arra a kérdésre, hogy mivel telnek napjai, viccesen azt válaszolta a polgármesternek, hogy egész nap dolgozik. A hosszú életnek bizonyára az egyik titka az állandó, értelmes tevékenység, de Eszter néninek nemcsak ez adatott meg, hanem a szeretet, és a biztonságot nyújtó családi környezet is. Isten éltesse még nagyon sokáig!

Kovács Péter polgármester köszöntötte 90. születésnapja alkalmából *Kissné Gönczy Adriennet*, aki Pestszentlőrincen született 12 fiú után a család egyetlen lánygyermekeként. Nagypapája, Gönczy Ferenc Göcsej közismert néprajzkutatója volt, aki komoly tudományos munkák szerzőjeként értékes örökséget hagyott az utódokra.

Adrienne néni Budapesten járt iskolába, és itt is kötött házasságot, de mivel férje Olaszliszkán volt malomtulajdonos, ezért ott rendezkedtek be. A II. világháború után azonban tőlük is elvettek mindent, így a munkalehetőség reményében visszaköltöztek Budapestre, ahol egy ideig egy rokonuknál laktak, majd Rákosszentmihályon vettek házat, amelyben az ünnepelt azóta is él. Adrienne néni férje először a mai EGIS gyógyszergyárban talált kazánfűtői állást, majd házuk mellé építettek egy műhelyt, és műanyagtermékek gyártásával kezdtek foglalkozni. Az üzlet jól is ment, de férje 1973-ban meghalt. Az asszony viszont tovább működtette a vállalkozást, állatokat is tartott, de bedolgozóként, műanyag esőköpenyek összeállításával is foglalkozott. Még kétszer ment férjhez, de sajnos már őket is elvesztette.

Az ünnepelt két lánya közül elsősorban Adriennere számíthat, mert másik gyermeke Németországban él. Három unokája közül az egyik szintén a közelben lakik, és feleségével mindig segít a nagymamának. Három dédunokája viszont ugyancsak Németországban él, így őket ritkábban láthatja.

Adrienne néninek példásan rendben tartott lakása van, gondoskodik magáról, az orvosi vélemények alapján pedig leletei egy 20 évvel fiatalabbnak is becsületére válnának. Talán éppen ezért tudta megőrizni szellemi frissességét, mosolygós jókedvét és humorát. Utóbbit bizonyítja, hogy a polgármesternek a hosszú élet titkára vonatkozó kérdésére huncut mosoly kíséretében csak annyit válaszolt: ezt majd később négyszemközt megsúgja. Isten éltesse még nagyon sokáig!

Kovács Péter polgármester köszöntötte 90. születésnapján *Szabó Bélát*, aki a Csallóközben, Nagyszarva községben született. Az ünnepeltnek kezdetben sok baja volt a tanulással, mert szlovák nyelvű iskolába íratták, de nem beszélte a nyelvet. 1937-ben családi okok miatt át kellett költöznie Somogy megyébe, ahol nagybátyja és annak felesége fogadták örökbe. Ott még két évet járt polgáriba, majd egy nagykanizsai kereskedelmi iskola következett, ahol 1944-ben érettségizett. Béla bácsi könyvvizsgálóként és árszakértőként dolgozott, de volt anyagbeszerző is. Hetven évesen vonult nyugdíjba egy kispesti egészségügyi intézményből, de utána még hosszú ideig tevékenykedett egy könyvkiadónál. 1961-ben költöztek a kerületbe, feleségével pedig a mai napig boldog házasságban élnek. Lányuk a XVI. kerületben sokak által ismert Szabó Zsófia röntgenorvos, míg fiuk, Béla Németországban professzor, és összesen négy unokával ajándékozták meg őket.

Béla bácsi – aki mindig naprakész a nagyvilág eseményeiből – már túl van két súlyos műtéten, de sokszor még a szédülés sem akadályozhatja meg a kerti munkában, egyszer pedig térden állva kapálta be a szőlőt. A hosszú élet titkát a rendben és a fegyelmezett életvitelben látja. Fontosnak tartja, hogy csak annyit vállaljunk, amennyi még nem veszélyezteti az egészségünket. Isten éltesse Béla bácsit

A Magyar Vöröskereszt XVI. kerületi szervezete a Családi Lap című újság által meghirdetett pályázaton nyert támogatást ahhoz, hogy részt vegyen a XI. Kertvárosi Vigasságokon, ahol a vércukor- és koleszterinszint-mérés után szakképzett dietetikus adott életmód és táplálkozási tanácsokat az érdeklődőknek, akik elsősegélynyújtás oktatáson is részt vehettek. A kerületi mentőállomás munkatársai ugyanakkor újraélesztési bemutatót tartottak, és megismertették a jelenlévőket a félautomata defibrillátor használatával is. A Vöröskereszt mindennapi tevékenységeiről pedig képes tablókról tájékozódhattak az Erzsébetligetbe látogatók. Természetesen a gyerekeket sem hagyták ki a programból, a kisebbek a játszóházban szórakozhattak, vagy arcfestésen vehettek részt, a nagyobbak pedig játékos feladatlapot tölthettek ki, és minden résztvevő „zsákbamacska" ajándékot kapott.

A Nyugdíjasok Segítő Szolgálata

ingyenesen szállítja a kerületi betegeket a kertvárosi szakorvosi rendelőkbe és a kistarcsai kórházba. Bejelentkezni a **06-40/200-801** üzenetrögzítős telefonon lehet.

Férfiegészség

Dr. Kondér Gyula 1983-ban Summa cum laude minősítéssel szerzett általános orvosi diplomát Budapesten, de már ezt megelőzően is mentőzött. Első, és eddigi egyetlen munkahelye, a Péterfy Sándor utcai Kórház mellett már húsz éve dolgozik a Kertvárosban, az urológiai rendelést tíz éve vezeti, míg nyolc éve az intézmény igazgatóhelyetteseként segíti a Szakrendelőben folyó munkát.

Kellner Gergely

– Miért lett orvos?

– A gimnázium végén még nem volt egyértelmű a pályaválasztásom. Mivel szerettem az autókat, ezért közlekedésmérnöki szakra is felvételiztem. Oda fel is vettek volna, de mivel édesapám orvos volt, így én is inkább a családi hagyományt folytattam, és a döntésemet nem bántam meg. Elsősorban szülész szerettem volna lenni, de mivel a protekción abban az időben sok múlott, így nem sikerült a kiválasztott helyet megkapnom, ezért az urológiát választottam. Eleinte azt terveztem, hogy majd később váltok, de aztán megszerettem ezt a nagyon változatos és fejlődőképes szakmát.

– Elég korán belekóstolt a mentőzés világába is.

– Igen, ennek az volt az oka, hogy akkoriban – egy orvos fiaként – még nem lehetett rögtön elkezdeni az egyetemet, hanem a felvételit követően egy évig műtősfiúként, betegszállítóként vagy mentősként kellett dolgozni. Ezek közül engem az utóbbi érdekelt, ezért egy évig Szentendrén mentőztem. Majd a hatodik évben az államvizsgák mellett esetkocsin is dolgoztam, de nagyon hamar átvettek rohamkocsira, azt követően pedig fél éven belül – még mindig orvostanhallgatóként – bekerültem a mentőhelikopteresek csapatába is, ahol kiszuperált, átalakított katonai gépekkel repültünk. Ez az év izgalmas, eseménydús és meghatározó időszak volt az életemben. Egyik legemlékezetesebb esetünk Délegyházához kötődik, ahol egy fuldoklót kellett ellátnunk. Szerencsére sikerült az életmentő beavatkozás, és miután intubáltuk, feltettük a beteget a gépre. Ott már elég stabil volt az állapota, többször magához tért. Az akkori „leszállópályánkon", a lóversenypályán átadtuk egy mentőkocsinak, amely annak rendje és módja szerint tovább is vitte őt az Erzsébet Kórházba, ahová – mivel akkor éjjel mentőkocsin is dolgoztam – este egy újabb beteggel én is eljutottam. Így megkérdeztem az ápolókat, hogy van a beteg. Mire ők azt válaszolták, hogy már jól érzi magát, de valószínűleg még nem tiszta a tudata, mert félrebeszél, hiszen azt mondta mindenkinek, hogy helikopterrel hozták be. Harminchárom éve tehát ez még nagyon furcsa dolog volt. Aztán volt olyan esetünk is, hogy egy öngyilkosjelöltet levágtak otthon a kötélről, sikerült újraélesztenünk, de amíg ott tartózkodtunk, a postás nem akarta kifizetni a nyugdíjat a feleségének, mondván, a bácsi úgy is meg fog halni. Szerencsére nem lett igaza.

– Miért döntött végül az urológia mellett?

– Elsősorban azért, mert a medicina ezen területén nagyon széles a műtéti lehetőség. Az orvostudomány fejlődésével viszont az urológia is óriási fejlődésen ment keresztül, ennek hatására pedig az eljárások sokkal jobbak – bár sokszor nehezebbek, eszköz igényesebbek – és kíméletesebbek lettek a páciensek számára. Míg régen egy pici uréter, vagy nagyobb vesekő miatt is hatalmas metszéseket ejtettek a betegen, addig ma már a külső lökéshullám kezeléssel, kőzúzással, vagy az ureteroszkóp, nephroszkóp, lézeres és ultrahangos kőzúzók használatával akár vágás nélkül is megoldhatók ezek a panaszok, sőt a laparoszkópiával a veserákok egy része is biztonsággal gyógyítható. Egy szó, mint száz, ez egy innovatív és változatos, érdekes hivatás.

– Andrológiai szakvizsgát is tett. Az orvoslás ezen ága mivel foglalkozik?

– A férfi szerepét kutatja a megtermékenyítés folyamatában. Ha probléma adódik, annak az okát kutatja, hogy ez miért nem megy spontán. Ezt nem gyakorlom, de az urológián belüli tanácsadás szintjén természetesen előkerül, sőt ha máshol készült leleteket hoznak, azokat is kiértékelem. Egy ilyen tanácsadás során felhívom a figyelmet a káros hatásokra. Ilyenek lehetnek a dohányzás, a túlzott alkoholfogyasztás, bizonyos gyógyszerek, de egy túlzásba vitt szaunázás ugyanúgy ronthat a helyzeten, mint a stressz, a különböző hormonproblémák, vagy herefejlődési rendellenességek, esetleg gyulladások.

– Mit érdemes tudni az urológiai szakrendelésről?

– Hozzánk beutaló általában nem, vagy csak bizonyos esetekben kötelező. Az egyik ilyen például a sokat vitatott vizeletgyűjtő segédeszközök (pelenka vagy betét) felírása. Ehhez kell a háziorvosi beutaló, a beteg adatai és maga a beteg is. Ez az eljárás azért indokolt, mivel ezek a segédeszközök több százezer forintos értéket jelentenek évente. Tehát az urológia nem beutaló köteles, de jobb, ha a háziorvos a pácienst már megvizsgálja, mielőtt eljön hozzánk, hiszen ezzel számtalan félreértés és a felesleges várakozás is elkerülhető. Egyébként minden kollégám a Péterfy Sándor utcai Kórházban is dolgozik, onnan járnak ki a Szakrendelőbe, ezáltal, ha valakinek további kezelésre van szüksége, akkor a kivizsgálástól az esetleges műtéten és a folyamatos kontrollon át a teljes gyógyulásáig végig tudjuk kísérni a beteget.

– A prosztatarák az egyik leggyakoribb daganat a férfiaknál. Mi az a prosztata, és mi a feladata a férfi szervezetben?

– A prosztata a húgyhólyag alján, a húgycső prosztatikus szakaszát körbevéve helyezkedik el. Maga a szerv váladékaival a férfi hímivarsejtek mozgását segíti, a spermiumok életfunkcióit javítja, így a megtermékenyítést segíti elő. Megnövekedve, begyulladva, vagy daganatos állapotában viszont a vizelet ürülését gátolja. Egyébként az ezzel kapcsolatos legnagyobb gond az, hogy a rák és annak tünetei is nagyon szegényesek. Éppen ezért nagyon nehéz a betegséget prognosztizálni, sokáig lappang. Ez még most is a kutatások állandó kérdése, mert ahány eset, annyiféleképpen viselkedik a daganat: van olyan, amely agresszív lesz, és van olyan, amely békésebb, és elég rendszeresen megfigyelni, később beavatkozni. A szövettan orvosai, és az urológus szakorvosok minden egyes daganatot megpróbálnak beosztani egy 1-10-ig kódolt agresszivitási skálának megfelelően, de még így is sok a befolyásoló tényező. A fiatalkori, 50 év körüli tumorok például sajnos egyértelműen agresszívabbak. A kezelés legbiztosabb módja a műtéti eltávolítás, ami lehet nyílt, vagy laparoszkópos. Ha pedig bizonyos szempontok alapján nem szabad operálni, akkor jöhet szóba a besugárzás, a hormonkezelés, vagy a brachytherápia, ami most kezd elterjedni Magyarországon. Ennek a speciális sugárkezelésnek az a lényege, hogy apró sugárzó tűket célzottan juttatnak a prosztatába.

– A szűrés viszont nem kötelező.

– Nem, de ajánlott. Kifejezetten fontos a szerepe, hiszen az időben felfedezett prosztatarák gyógyítható. Sőt, még annak ellenére is javaslom minden 50 év feletti férfitársamnak a szűrések igénybevételét, hogy ezek a vizsgálatok sem adnak százszázalékos eredményt.

– Milyen tünetei lehetnek a kezdődő prosztataráknak?

– Arra kell odafigyelni, ha a vizelet sugara elvékonyodik, vagy ha feszülő érzés van a prosztatában anélkül, hogy csípne a vizelet, vagy ha gyakoribbá válik a vizelés, esetleg ha tompa fájdalom jelentkezik a végbélnél, illetve a herékben. Ha valaki ezeket tapasztalja, akkor időpontot kell kérni egy vizsgálatra. Ötven év felett javasolt, és kétévente illik szűrésre járni. A tapintásos vizsgálat a végbélen keresztül történik, és ha felmerül a daganat gyanúja, akkor vérvétellel folytatódik.

– Lehet-e a prosztatarák ellen védekezni?

– Védekezni jelenleg még nem lehet. Az egészséges táplálkozás, a több mozgás, a gyulladások időbeni kezelése és a szűrés az, amivel ha nem is védekezhetünk a prosztatarák ellen, de talán időben felismerjük, és később támad. Továbbá azt is meg kell említeni, hogy a különböző gyógynövények, gyógyászati készítmények használata előtt mindenképpen rákszűrésre kell menni, mivel ezek sok tünetet akár nagyon hosszú ideig is elnyomhatnak, ami miatt nem derül fény időben a bajra.

– Mi a véleménye a kerületi betegekről, és milyen panaszokkal fordulnak Önhöz?

– Sok az idős, de nagy az életkedvük, kedvesek, esetleg csak a várakozási idő miatt zsörtölődnek néha. A leggyakoribb urológiai panaszok az idősebbeknél az éjszakai vizelés gyakorisága, a nőknél pedig a hólyaghurut. Itt azonban fontos megemlíteni azt is, hogy ezek a gondok háziorvosi szinten is megfelelően és maximálisan kezelhetők. Nem szükséges tehát minden apróság miatt urológushoz fordulni, hiszen nagyon sok esetben nincs is ránk szükség. Még a csípő, fájdalmas, kissé vérző vizelettel is nyugodtan lehet a háziorvosokhoz menni, hiszen ezek 99 százaléka nem tumor.

– Hogyan vélekedik a XVI. kerületről?

– Öt éve itt élek, de ez a viszonylag rövid idő is elég volt ahhoz, hogy igazán az otthonomnak érezzem a Kertvárost. Amikor költözésre adtam a fejem, egyértelmű volt számomra, hogy itt szeretnék lakni, ezért két évig kerestem a megfelelő lakást. A kerület tele van kedves emberekkel, akiknél a belvárosi idegeskedés és ingerültség nyomát még csak fel sem lehet fedezni. Ennek az lehet az oka, hogy itt több a zöld, kevesebb az autó és ezért jobb a levegő is. Ráadásul jó ránézni egy-egy portára: ápoltak a növények, tiszták az udvarok és jó a közbiztonság. Néha este, mielőtt hazaérnék, még megyek egy-két plusz kört az autómmal, és gyönyörködöm az esti kivilágított környékben. Sétálni a Havashalom parkban szoktam, de természetesen az uszodákat is kedvelem. Jó itt élni.

Barangolás az iratok dzsungelében 2.

Egy újabb, látványosnak szánt képeskönyv készül, amelyhez, hogy hiteles háttere legyen a képeknek, több ezer iratot néztünk át. Barangolásunk előző fejezetében körbejártuk az okot, miért kell ennyi poros iratot kézbe vennünk egy könyv születéséhez, megtudtuk, mit is rejtenek a nevek: telekkönyvi betét, birtoklap, tulajdonlap, teherlap, most menjünk tovább, merüljünk el az irattengerben, mit tudunk kihalászni, lesz-e támpontunk a pontos meghatározásokhoz. Nem könnyű munka. Ezeket az iratokat ritkán forgatják s bár klimatizált helyiségben tárolják, a por a hosszú évtizedek szunyókálása alatt rájuk tapadt, most, hogy fölvertük a lapokat álmukból, lapozás közben az orrunk birizgálják minden mozdulatra. Némelyek sérültek, van, amelyiknél pont az a rész porladt el az időben, amelyre szükségünk lett volna. A szerencsének is mellénk kell állnia, hogy ne pont azok hiányozzanak – mert bizony sok hiányzik, tűnt el az intézmények közötti utaztatás során – amelyek adataira okvetlen szükségünk lenne. Az előző cikk végén a mátyásföldi betétek dobozait kértem ki a levéltárból, itt álltam meg az írással.

LANTOS ANTAL

Három nap múlva megkaptam az első három dobozt, de ezek nem voltak azonosak az általam régebben átnézett anyaggal. A sorrendben viszont szerencsém volt, mert mind a három ómátyásföldi betéteket tartalmazott. Mit tehettem? Sorrendben kezdtem el olvasni. Olvasás közben két meglepetés is ért. Először is a betéteket nem a mátyásföldi helyrajzi számok sorrendjében számozták, hanem első nézésre össze-vissza. A másik teljesen kétségbe ejtett. 1935-ben az összes mátyásföldi betétet átírták. Igaz, hogy a tulajdoni lap elején feljegyezték, hogy milyen cinkotai helyrajzi és betétszámból hozták át a mátyásföldibe és mikor adták át a Mátyásföldi Nyaralótulajdonosok Egyesületének, de a cinkotai betéteknek azon időszakát, amit az 1935-ben feljegyzett tulajdonosok ingatlan szerzéséig eltelt, egyszerűen kihagyták. Mindezek ellenére folytattam az olvasást.

Az első betét a mai Erzsébetligetet írta le. A második a mai (és egykori) Diósy Lajos utcai első mátyásföldi iskola. A harmadik a Mátyás király tér. A betétszámok szerint össze-vissza ugráltam Ómátyásföld területén. Az elején az utcanevekkel is nehezen boldogultam, mert az Imre és a Huszár utca kivételével minden nevet többször is megváltoztattak. A mai Hunyadvár utca például a mai Jókai utcától a mai Diósy utcáig Hunyadi, onnan a mai Bökényföldi útig Erzsébet ligetsor, onnan pedig Cinkotáig Batthyány Ilona utca volt.

Az első három doboz átolvasása után csak három olyan betétet találtam, ahol a tulajdonos a kezdetektől azonos volt. Eddig az olvasás négy napot vett igénybe, és gyakorlatilag nem sokkal jutottunk előbbre. Egy betét átlagosan 6-7 oldalból állt, ezt kijegyzetelni majdnem lehetetlen lett volna. Tapasztalataimat megbeszéltem a kerülettel foglalkozó levéltárossal, aki azt mondta, minden segítséget megad. Hazatérve elmondtam Széman Ricsinek, hogy én a betétek lefényképezését találom a legjobb megoldásnak. (Mivel a fotózás gyorsabb, mint ahogy én olvasni és jegyzetelni tudok.) Ő is egyetértett velem. Legközelebb már együtt mentünk be és mivel mindketten rendelkezünk tudományos kutatási jogosultsággal, elkezdte a betétek fényképezését. A levéltáros betartotta ígéretét (csendben mondom, kissé felrúgva a szabályokat) kihozott még három dobozt és az elsőket is nálunk hagyta. Megkerestem, meddig tartanak az ómátyásföldi betétek. Szerencsénkre ezek 500 körül a végükhöz értek. A következő feladatom az lett, hogy kiírtam azokat a betétszámokat, amelyek a telekosztások következtében 500-on felüliek voltak. A későbbiekben ezekkel lett a legtöbb nehézségünk, mert a telekosztásoknál csak az új területeket jegyezték fel, de azt, hogy az épület melyikre került, azt nem.

Széman barátom már a harmadik dobozt fényképezte, amikor megjelent a levéltáros, hogy megtalálta azokat a kartotékokat, amelyeken feltüntették a mai helyrajzi számok sorrendjében a mátyásföldi helyrajzi és betétszámokat. Azonnal lehozott még három dobozt a kartotékokkal, valamint egy körülbelül nyolcvan oldalas füzettel, amelyben a mátyásföldi helyrajzi számok sorrendjében a betétszámokat is feltüntették. Ez is rögzítésre került.

Hazasiettem és nekiláttam egy táblázat összeállításának, amelyben a mai helyrajzi számok szerint bejegyeztem a mai utcát és a mátyásföldi helyrajzi és betétszámokat. Utána ugyanígy a cinkotaiakat is, hiszen Mátyásföld 1933-ig Cinkota volt. Hagytam helyet az esetleg később megtalált tulajdonosok adatainak feljegyzésére is. Több kockás papírra egymás alá felírtam a mai helyrajzi számokat. Ezek sorrendjében másnap a levéltárban nekiláttam a könyv megírásához keresett 120 mátyásföldi helyrajzi és betétszám kikeresésének és kiírásának. Ez két napig tartott, főleg az 500-on felüli mátyásföldi betétszámok miatt. Közben kiderült az is, hogy a kartonok kb. 20%-a hiányzik.

Végh Aladár építész barátunkkal két teljes félnapot szántunk arra, hogy megbeszéljük, hogy olyan térképet kellene összeállítani, amin a mátyásföldi és mai helyrajzi számok összeegyeztethetők. Végh Aladár, a régi mátyásföldi patrióta felajánlotta a segítségét.

Ekkor váratlan másik segítséget is kaptunk. A levéltár térképtárának vezetője, Fabó Beáta, akivel még 2003-ban együtt készítettük el kerületünk történelmileg hiteles térképét, kérdésünkre megemlítette, hogy két éve a földhivataltól kaptak több kataszteri térképet és utánanéz, hogy nincs-e közöttük mátyásföldi. Meglepetésünkre egy hét múlva megkaptuk tőle Mátyásföld 1930-as adatokból készített, 1937-es, majd a szükséges kiegészítésekkel ellátott 1950-es, több lapból álló kataszteri térképeit. Ezek alapján Végh Aladár elkészítette a helyrajzi számok egyeztetését.

Folytatjuk

Vívóink a nemzetközi páston

Újabb szép eredményeket értek el a Kertvárosi Vívó Sport Egyesület tagjai, ugyanis teljesítményükkel a lengyelországi Koninban rendezett nemzetközi kadet vívóversenyen a legjobb magyar sportolók közé kerültek. Az ötfős kertvárosi különítmény eredményeiről Decsi István mesteredző, az Egyesület vezetője számolt

Kellner Gergely

A szeptember 19-e és 21-e között megtartott megmérettetésen nemenként több, mint 100 versenyző lépett a pástra, a kerületiek közül pedig Kern Bianka, Korneth Emese, Berta-Donnert Attila, Hegedűs Márton és Pártényi Ádám került be az utazó csapatba. A küzdelmek során ugyanakkor mindegyik fiatal bebizonyította, hogy a nemzetközi mezőnyben is megállják a helyüket.

– Kern Bianka remekül vívott, és a nyolcaddöntőbe jutásért csupán egy kifejezetten erős orosz ellenféltől – a későbbi győztestől – kapott ki. Korneth Emese is kitett magáért, hiszen a főtáblán egy ranglistás oroszt is megvert, így bejutott a legjobb 32-be, ahonnan csak egy hajszálon múlott, hogy nem menetelt tovább, hiszen egy kiélezett csatát követően 14-15-ös mérkőzésállás után búcsúzott. Hegedűs Márton sem okozott csalódást, hiszen ő is magabiztosan került fel a 64-es főtáblára, majd az ott következő ellenfelét is megverte. Végül azonban egy ukrán útját állta, így ő is a 32 között végzett, amivel a legjobb magyarok egyike lett – mondta Decsi István.

Bár ez még csak az első nemzetközi verseny volt, így a sportolók még nagyon az elején járnak a válogató sorozatnak, ez a szereplés azonban több volt, mint bíztató. A biztos válogatottságot jelentő helyekért folyó küzdelmek pedig október 4-én és 5-én Gödöllőn folytatódtak, ahol Korneth Emese felkerült a főtáblára, Kern Bianka a 32 között végzett, míg Hegedűs Márton amellett, hogy a legjobb 16-ig jutott, a magyar kadet kardválogatott tagjaként 4. helyezést ért el a 46 csapatot felvonultató óriási mezőnyben.

Ebben az évben még három hazai válogató verseny lesz, amelyeket december közepén az utolsó nemzetközi megmérettetés követ majd Németországban. Ezután már csak a január végi kadet országos bajnokság számít majd bele a pontversenybe, amelynek célja a február végi maribori Európa-bajnokságra történő kijutás bebiztosítása lesz.

A KVSE tehát nem csupán létszámában, de az elért eredmények tekintetében is folyamatosan fejlődik, az Önkormányzat által építendő új vívócsarnok pedig minden bizonnyal további lökést ad majd a sportolóknak.

Kerületi asztalitenisz siker

A kertvárosi CS-IGA SC asztalitenisz egyesület már 10 éve a Táncsics Mihály Általános Iskola és Gimnázium tornatermében tartja edzéseit. A klub Mátyásföldi Sasok elnevezésű csapata az október 9-i Budapest II-es bajnoki mérkőzésén hatalmas küzdelem árán legyőzte a korábbi kétszeres világbajnok klasszissal, Klampár Tiborral is felálló Top-shop csapatát.

Kellner Gergely

A 20 éves Egyesület tagjai között vannak mozgás-, látás- és hallássérültek is. A vezetőedző, Csintalan László már több, mint fél évszázada űzi ezt a sportot, mindamellett évtizedes edzői múltja során többször is irányította a hazai asztalitenisz sport élcsapatai mellett a felnőtt hallássérült válogatottat is. Az általa vezetett klub közel 60 fővel hetente háromszor edz a kerületi gimnáziumban, és lelkes versenyzőik minden héten négy különböző csapattal bajnoki mérkőzéseket is játszanak. A CS-IGA első számú együttese a Mátyásföldi Sasok, de van Tornádó, Párduc, és a kizárólag 14 év alatti gyerekeket magában foglaló Csibék elnevezésű gárdájuk is. A felnőtteknél folyamatosan rotálják a versenyzőket, és rendszerint bekerülnek az 50 fős területi bajnokságok legjobb tíz csapatába is. A legfiatalabb tanítványok pedig évente nyerik a kerületi iskolák pingpong versenyét, illetve korábban a budapesti, de az országos bajnokságokról is hoztak már érmeket.

A közelmúltban lejátszott bajnoki mérkőzésen azonban nem a kertvárosi együttes volt a favorit, mivel az ellenfélnél játszott Klampár Tibor is, aki 26 éven keresztül volt magyar válogatott, így 1968 és 1994 között a sportág szinte minden jelentős világversenyén részt vett, kétszeres világbajnoki címe és számtalan egyéb érme mellett pedig huszonnégyszeres magyar bajnok is.

A kerületiek első játékosa dr. Rohovszky László, a második a süketnéma magyar bajnok Bencsik Gergely, a harmadik Borbás Tibor, a negyedik Szajkó Lajos, míg a tartalék Dániel János volt. A mérkőzést a XVI. kerületiek kezdték jobban. A hazaiak első két sportolója remek teljesítménnyel, három-három győzelemmel zárt. Klampár Tibort természetesen senkinek sem sikerült megvernie, de mivel a csapattársai ellen nyertek, végül a kékben játszó kertvárosiak örülhettek.

– Többször is már-már vesztes helyzetből sikerült versenyzőinknek visszahozniuk egy-egy játszmát. Elhittük, hogy nyerhetünk, és azáltal, hogy a két hátsó játékosunk is hozta azt, amit elvártunk tőle, behúztuk a meccset. Sok gyönyörű élményben volt már részem, de ez igazán kivételes volt: sokkal erősebb csapat ellen játszottunk, és a papírforma szerint sem nekünk állt a zászló, de küzdeni akarásból mégis jelesre vizsgáztunk, és ennek meg is lett az eredménye. Ez a győzelem egy óriási lelki pluszt adhat a csapatunknak, amely

eddig kissé mélyrepülésben volt a bajnokságban – értékelt Csintalan László.

A Mátyásföldi Sasok következő hazai mérkőzése október 30-án, csütörtökön 18:30-kor lesz a Táncsics Mihály Általános Iskola és Gimnázium tornatermében, ahová szeretettel várják a lelkes szurkolókat.

Rákosszentmihály és Árpádföld Polgári Köre

1161 Bp., Rákosi út 71.

Szeretettel várnak minden érdeklődőt **november 7-én 17.30 órára,** amikor dr. Lánszki Imre professzor Ősbuda várának újabb kutatásairól, és azok eredményeiről tart előadást. Egyes feltételezések szerint Ősbuda azonos azzal a várrommal, amit a Pilisben találtak. A sok rejtéllyel övezett kutatás részletei számos érdekességet ígérnek.

POFOSZ XVI. kerületi szervezete

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

Értesítenek mindenkit, hogy következő összejövetelüket **november 3-án, hétfőn 15.00 órakor** tartják a szokásos helyen. **Napirenden:** a november 4-i gyásznappal, és az év végén esedékes rendezvényekkel kapcsolatos feladatok megbeszélése.

Piros-kékek a dobogó tetején

Az Ikarus Atlétikai Centrumban rendezték meg a Magyar Olimpiai Bizottság nagysikerű utánpótlás-nevelési programjának régiós versenyét szeptember 27-én. A Sport XXI. elnevezésű megmérettetésen két korosztály több, mint háromszáz reménysége lépett pályára, és mind a két korcsoportban a kertvárosi atléták állhattak fel a dobogó legtetejére.

Kellner Gergely

A program újszerű módszerekkel és a legszélesebb körből igyekszik kiválasztani a XXI. század tehetségeit. Az egységes utánpótlás-nevelési rendszer lényege, hogy a korosztály atlétikai eseményei országosan, hasonló elvek alapján, központi irányítás mellett zajlanak, és szervesen épül az iskolákban már ismerősen csengő „kölyökatlétika” programra, némileg nehezítve a versenyfeladatokat. A kezdeményezés célja tehát egyrészt az alapok szélesítése, és minél több gyerek bevonása a rendszeres testedzésbe, másrészt a minőségi képzés alapjait adó szervezetek támogatása.

A Kertváros legnagyobb sportegyesületénél, az Ikarusnál mindig is nagy hangsúlyt fektettek a minőségi utánpótlás-képzésre, hiszen az atlétika szakosztály kapuja már 7 éves kortól nyitva áll a fiatalok előtt. Ifjabb Tomhauser István vezetőedző elmondta: az éves szinten hétrészes versenysorozaton – amelynek két mezei futóverseny, három szabadpályás és két fedett pályás megmérettetés is a része – nyolcfős csapatok vehetnek részt. A kisebbek pedig olyan ügyességfejlesztő számokban mérhetik össze tudásukat, mint a szlalom futás, a célba dobás, vagy a hármasugrás, az idősebbek ugyanakkor magasugrásban, rúdugrásban, súlylökésben és persze a különböző futószámokban is rajthoz állhatnak. A tréner azonban azt is kiemelte, hogy mindezek a versenyszámok még nem hasonlítanak a felnőtt atléták klasszikus küzdelmeihez, ugyanis itt a cél a tehetségek felismerése mellett a kicsik versenyekhez való hozzászoktatása. Éppen ezért az értékelési rendszer is eltérő.

Az őszi szezont lezáró versenysorozatra egyébként húsz U11-es és huszonegy U13-as gárda nevezett Budapestről és Pest megyéből. Azzal pedig, hogy mind a két korosztályban 3-3 csapatot is elindítottak, a kertvárosi atléták voltak a legtöbben. Az egyik legizgalmasabb versenyt az U13-asok váltófutóversenye hozta, hiszen a lelátó megtelt a lelkes szülőkkel, ugyanakkor óriási hangzavar és ovváció kísérte már az időfutamokat is, ahol mind a három hazai csapat megnyerte saját futamát.

Az U11-es csapatok versengésében a győzelmet az Ikarus BSE „A” csapata, vagyis Szalay Botond, Pálvölgyi Levente, Molnár Csaba, Dobai Ádám, Csúr Balázs, Jaránek Bálint, Kőszegvári Balázs és Nagy

Katica szerezte meg. A második helyen a Csepeli DAC „B” végzett, míg a dobogó harmadik fokára a hazaiak „B” együttesének tagjai – Szabó Sámuel, Lengyel Petra, Nagy Gerda, Beniczky Márton, Kovács Rita, Magasföldi Réka, Beniczky Tamás, és Szlanka Ágoston – állhattak fel.

Az U13-asoknál kettős Ikarus győzelem született, ugyanis a Pap Márk, Sólyom Bálint, Kovács Botond, Baranyai Kristóf, Urbán Zita, Gálpál Zsófia, Molnár Boglárka, Polányi Jázmin összeállítású gárda az első, míg az Őcsi Dániel, Tormay Márton, Szabados Dénes, Dudás Dániel, Zánkai Zsófia, Gajdos Dominika, Vajda Virág, Szitt Zsófia nyolcas a második helyen végzett. A kertvárosi tehetségeket Vékony Judit, Soltész Renáta, Melkvi Lili, Schőnvyszki Ágnes és Nagy József készítette fel a versenyre.

Kalot „Jövőnkért” Népfőiskola Közhasznú Egyesület

Nemesszeghy György elnök, 06-30/897-7764

A következő összejövetelt **november 4-én, kedden 18 órakor** tartják a Veres Péter út 27. számú épület emeleti nagytermében.

Az ingyenes foglalkozás témái: Gyógynövények, amelyek egyaránt gyógyítják az embereket és a növényeket, növényi permetlevek készítése gomba és rovar kártevők ellen, milyen gyógynövényekből érdemes tinktúrát készíteni.

Annak, aki megadja az e-mail címét, elküldik a foglalkozások anyagát. Aki pedig 100 forinttal hozzájárul a terembérlethez, nyomtatásban is megkaphatja azt.

A rendezvényen megalakítják a „Növényi Permetlevet Használók Baráti Körét” valamint a „Gyógynövény Tinktúrákat Használók Baráti Körét”.

Helyén volt a szívük

A szívbetegek sportrendezvényekkel egybekötött országos találkozóját idén szeptember 26-a és 28-a között Nagyatádon rendezték meg, ahonnan a kerületben működő Jó Szívért Közhasznú Egyesület tagjai „aranyos” hírekkel érkeztek haza. A részletekről Kövecs Gyula mesélt lapunknak a Néri Szent Fülöp Általános Iskola tornatermében tartott edzésükön.

Mészáros Tibor

– Mindig nagy izgalommal készülünk az ilyen hosszú hétvégékre, és nemcsak a röplabdabajnokság miatt. Ráadásul szívbetegként nagyon hasznos információkhoz is jutunk, hiszen a rendezvényen nemcsak betegek, hanem orvosok is részt vesznek, sőt játszani is beállnak közénk. Az első napon orvosi előadásokon vehetünk részt, amelyeken a szakemberek életvezetési tanácsokat adnak, beszámolnak a szívgyógyászat legújabb kutatási eredményeiről, és kérdésekre is válaszolnak. Ezután következik csak a sport.

– *Mit mondhatunk az ellenfelekről?*

– Az ország 15 városából közel 400 sorstársunk vett részt a találkozón. Mi viszont két csapatot is neveztünk. Az egyiket hat férfi, a másikat három hölgy és három férfi alkotta. Úgy látszik, jó úton haladunk, mert mindkettő aranyérmes lett. A röplabdabajnokság körmérkőzéses, a férfiaknak egy ötös, a vegyes csapatnak pedig egy négyes csoportban kellett megküzdeniük a győzelemért.

– *Mivel töltötték a szabadidejüket?*

– A mérkőzések után a nagyatádi gyógyfürdőben pihentük ki a mérkőzések fáradalmait, a várossal ismerkedtünk, és röplabdáztunk a bajnokságon kívül is, csak a játék örömeért. Vendéglátóink kiváló körülményeket biztosítottak számunkra, így Nagyatádról nagyon jó emlékeket őrzünk.

A NYUGDÍJASOK KEDVENC EBÉDJE!

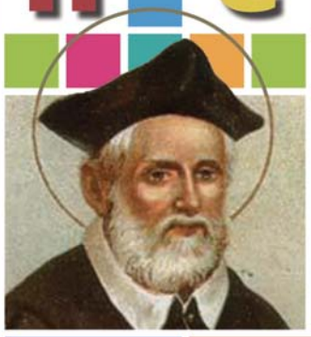
INGYENES CSOMAGOLÁSSAL ÉS KISZÁLLÍTÁSSAL 06-20-433-8464

NYUGDÍJAS MENÜ: 850 Ft/nap * RENDELJEN EBÉDET MAGÁNAK

Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek

Sümegi MENÜ

néri



NYÍLT NAP leendő elsős családoknak

néri a hagyományos iskola

2014. november 13. csütörtök 9 óra

Iskolakóstoló Családi Nap

2015. február 7. szombat 9 óra

Játékos foglalkozások: hétfőnként 17 órától
Első alkalom: február 9.

Néri Szent Fülöp Katolikus Általános Iskola – Budapest – Béla utca 23.
– telefon, fax: 405-2479 – info@neriiskola.hu – www.neriiskola.hu –

KIPUFOGÓ KLINIKA

Kipufogó dobok, sportdobok készítése szerelése, javítása
KIPUFOGÓK
Katalizátorok garanciával.
MŰSZAKIVIZSGA ÁLLOMÁS
1141 Bp. Fogarasi út 189.
Telefon: 383-8055
1039 Bp. Árpád utca 23.
Telefon: 240-5603
http://www.kipufogo.hu
Nyitva: H-P: 8–17 óráig

Triatlon az Erzsébetligetben

Meghívó egy sportos, jó hangulatú csapatba gyerekeknek 8 éves kortól, és felnőtteknek is
Edzéshelyszín: Erzsébetliget
Időpontok (3 edzés ajánlott):
Kedd-Csütörtök-Péntek 17:30-19:00, szombat: 10:00
Úszás: tudásszintnek megfelelő edzések
Tagdíj:
Triatlon, öttusa: 12 000 Ft, vagy 18 000 Ft/hó, kerékpár-futás: 8000Ft/hó, futás: 5000 Ft/hó
Jelentkezés:
Fűri Ilona: 06-70/635-2357
f-ilona@hotmail.com
Várjuk jelentkezésedet!

Kiemelt áron felvásároljuk használt SUZUKIJÁT
T.: 0630/541-93-22
Suzuki Gusztáv
Használt telep
1161 Bp. Gusztáv utca 37.
SUZUKI

VILLANYSZERELÉS és HAJDÚ bojlerjavítások, vízkőtelenítés garanciával. Tóth Balázs, 30-294-8045, 406-5775

Cserépkályha, kandalló tervezés, átépítés, tisztítás.10% kedvezménnyel, garanciával 06-30/868-0021

FAKIVÁGÁS elszállítással is, anyagi felelősséggel. KERTRENDEZÉS, KERTÉPÍTÉS, PARLAGFŰ ÍRTÁS, BOZÓT ÍRTÁS, SÖVÉNYNYÍRÁS, FÜVESÍTÉS, TÉRKÖVEZÉS. Profi gépekkel, szakszerűen, lélekkel. Ingyenes felmérés! 30-287-4348

Igazi házi teperő, füstölt kolbász, szalámi, sonka, szalonna, hurka, disznósajt kapható! 20-440-9742

Fájó szívvel tudatjuk, hogy BERECZKY LAJOS nyugalmazott gimnáziumi tanár életének 84. évében, hosszú szenvedés után visszaadta lelkét Teremtőjének.
A gyászoló család

Ingatlan

Sashalmon családi ház 31,5 M forintért eladó

Csömörön 2172 nm-es szántó 1,6 M Ft-ért eladó. T.:409-2240

Eladó egy 38 nm-es, földszinti lakás, étkező, fürdő káddal. Olcsó, rezsivel, jó állapotban. Irányár: 8 M Ft. 403-3316, 70-417-2670

Önkormányzati lakást vásárolnék emeletit, 35 nm-ig vagy öröklakásomat cserélném önkormányzatira. 20-327-7398

Cinkotán 2836 nm-es, zárt-kert eladó. 400-0440, 70-299-3400

Egy szoba, összkomfortos, különálló kis ház bútorozottan 2 nem dohányzó személy részére kiadó. 20-981-4482

Rákosszentmihályon 619 nm-es saroktelken, tetőtér beépített, 181 nm, dupla komfortos ház tulajdonostól 50 M Ft-os irányáron eladó. 30-992-5848

Különálló épület, szoba- konyha kiadó. 400-2845

Eladó az Erzsébet ligetben egy földszinti, kertre néző, 10 éve felújított, 65 nm-es, 2 + 2 félszobás, gardróbos, társasházi lakás. 18,9 M Ft-ért. Ingatlanosok ne hívjanak. 20-961-5262, 20-288-8361

Vegyes

Mosógépmotor, kasza nyéllel, fém nagy mosóteknő, szagelszívó motor, 5 literes fonott üvegballon, zsírosbödön és Vodafon 252-es 4000 Ft. T.:409-2240 i

Phone 4, 16 Gb-os, fekete, T-mobile függő, gyári állapotban, minden tartozékával 45 E Ft-ért eladó. 30-651-1095

Kétszemélyes ággyá alakítható ágyneműtartós koloniál kanapé eladó 40 E Ft. 403-0524

Vaskályha, teatűzhely, gazpalack, rezsó, tanuló dob eladó. 20-465-4282

AEG 160 l-es hűtő fagyasztóval eladó 25 E Ft-ért. 30-210-9858

380 V-os villanymotorok eladók. 20-541-5656

Fából készült kisállat ketrec 5 E Ft, fém kisállat kalitka 5 E Ft, 39 es női cipő, új 1 E Ft-tól eladó. 20-926-6132

Eladó 1 éves vegyes tüzelésű Camino nosztalgia kályha 49 E Ft-ért. 30-463-7916

8 hetes vizslák gondozási áron elvihetők. 30-490-7484

Három kisfiamnak vásárolnék diavetítőt + filmeket, LEGO-t vagy más, megúnt játékot. 30-799-0265, 405-2852

Kézzel horgolt különböző csipketerítők eladók. 20-941-3308, 406-7111

Eladó alig használt különböző Jose Ramirez C36 típusú gitár tokkal együtt 56 E Ft-ért. Alkuképes! 70-527-5957

Bontásból szalagcserép, kúpcserép és aprított tűzifa olcsón eladó. 30-592-3885

Svéd kerti grillsütő faszén és elemműködtetésű, olcsón eladó. 30-588-2720

Eladó jó állapotban lévő, 50-es méretű világos barna férfi bőrdzseki, sötétkék, vékony világos csíkos öltöny és világos drapp zakó. 403-3316, 70-417-2670

Új, női 37-38 as bőrcipők 3 E Ft-ért, új, gyapjú 3x4 m-es szőnyeg 25 E Ft-ért, 0-2 éves korig 40 db gyerekjáték egyben 12 E Ft-ért eladó. 20-918-7317, 405-6484

Magyar zászlók, több méretben 8 E Ft, női bőrkabát prémmel 10 E Ft-ért eladó. 20-918-7317, 405-6484

Eladó 4db gázpalack 5 E Ft/db. 70-402-2233

BAROSS Egészségközpont
TESTRESZABOTT EGÉSZSÉG!

ALAKFORM-REFORM

Október 20.-tól indítjuk útjára Alakformáló Reform programunkat!

- Nem fejlődik úgy, ahogyan szeretné?
- Unalmassá, megszokottá vált edzésprogramja?
- Mozgásszervi eredetű fájdalmai vannak, amik hátráltatják az edzésben?
- Még nem tudja milyen program való Önnek, de szeretné javítani állapotát?

TAPASZTALJA MEG A HATÁROK ELMOSÓDÁSÁT ORVOS- ÉS SPORTTUDOMÁNY KÖZÖTT!

- 8 alkalom aerobik / csoportos foglalkozás
- 8 alkalom a fitnesz terem kardió részlegében
- állapotfelmérés: testösszetétel analízis, szívfrekvencia vizsgálat, stresszint mérés

REFORMÁLJA MEG EDZÉSPROGRAMJÁT!

14 990 Ft!

GERINCTORNA
REDCORD® ACTIVE FÜGGESZTÉSES
FUNKCIONÁLIS TRÉNING • PILATES • JÓGA
KARDIÓ KICK-BOKSZ • OSTEOPOROSIS TORNA
ALAKFORMÁLÓ • ZSÍRÉGETŐ • INTERVALL
TERHES TORNA • SZENIOR TORNA

Program időtartama: 2014. október 20. – december 31.
A programban való részvétel feltételeiről tájékozódjon honlapunkon, vagy érdeklődjön telefonon.

1165 Bp., Baross Gábor u. 40. • Tel.: +36 (1) 283-1354, +36 (20) 267-6183
www.barosskozpont.hu • Email: info@barosskozpont.hu • Nyitva: H-P:7-21, Szo: 8-16 óráig

PÁLYÁZAT KERETÉN BELÜL TÁMOGATHATÓ KONDENZÁCIÓS GÁZKAZÁNOK

244.300.-
FERROLI BLUEHELIX TECH 25A, FŰTŐ

385.530.-
BAXI LUNA PLATINUM 1.18 1.8-16.9KW

KIVITELEZÉSHEZ SZÜKSÉGES EGYÉB ANYAGOK, VASÁRU, ÉPÜLETGÉPÉSZETI ÉS SZERSZÁM TERMÉKEK SZÉLES VÁLASZTÉKA

25 éves

Cím: 1163 BP., VERES PÉTER ÚT 73-75.
T: 06-1- 403-1442, M: 06-30-530-0692
E-mail cím: tusanker@tusanker.hu

TUSÁN KERESKEDŐHÁZ KFT.

AGYKONTROLL TANFOLYAM BUDAPESTEN

Stresszkezelő és elmefejlesztő módszer

40 órás, 4 napos agykontroll tanfolyam keretében. Akkreditált tanfolyam, elvégzése pedagógusoknak 40, egészségügyi dolgozóknak 19 kreditpontot ér.

Időpont: 2014. november 8-9., 15-16.

Helyszín: CEU KONFERENCIAKÖZPONT 1106 Budapest, Kerepesi út 87.

Jegyértékesítés:
Mammut I. földszint, Agykontroll könyvesbolt, fénymásoló mellett (1024 Bp., Lövőház utca 2-6.) nyitva: hétfőtől szombatig 10-20 óráig;
Szebb Élet Központ, (1081 Bp., Fiumei út 4. – Keleti pu.-nál) nyitva: hétköznap 9-18 óráig, szombaton 9-15 óráig

Agykontroll

Gázkészülék javítás! Konvektor, cirkó, vízmelegítő karbantartása, javítása korrekt áron. Hegedűs István, 70-500-7326

Víz-, gáz-, fűtés-, vízóraszerelés ügyintézéssel, fürdőszobák felújítása, javítások garanciával. 30-251-4931

DUGULÁSELHÁRÍTÁS. FALBONTÁS NÉLKÜLI, SZAKSZERŰ, GÉPI TISZTÍTÁS. FÁBIÁN ISTVÁN 20-317-0843

ANGOL nyelvoktatás. Kezdőtől a nemzetközi és hazai nyelvvizsgáig. Érettségire felkészítés profi nyelvtudssal, nagy gyakorlattal. 20-596-4600, 405-2950

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

AJTÓ-ABLAK JAVÍTÁS! Fa-műanyag nyílászárók szerelését, szigetelését, zárcseréjét, átalakítását vállalja asztalos. Ingyen kiszállás! Kiss Ernő, 30-447-4853

KŐMŰVESMUNKÁK, BURKOLÁS, festés, szigetelés, kémény, kerítésépítés, kicsitől a teljes felújításig. Díjtalan kiszállás. 10% kedvezmény! 406-4095, 30-734-0411

Konténer rendelés
409-0933
30-944-1106

Ha fáradt, vagy elfoglalt, hívjon bizalommal! Magánházaknál takarítást, ablaktisztítást vállal cégünk. Rend a lelke mindennek! 20-595-3057

Fakivágás nagy tapasztalattal, reális áron, elszállítással is, precíz, megbízható, munka, hívjon bizalommal. 70-220-6206

Nyak,- hát,- és derékfájdalmak, rándulások kezelésére, hatékony módszer a Csontkovácsolás. Gerincterápia, gyógymasszázs, nyírokmasszázs, talpreflexológia. 70-347-5077 akár otthonában is.

LAKÁSFELÚJÍTÁS ÉPÍTKEZÉS, MINDEN MUNKA EGY KÉZBEN. ÁCS, KŐMŰVES, FESTŐ, BURKOLÓ, VÍZSZERELŐ, STB. 30-479-2776

Redőnyök, szúnyogháló-rendszerekkel, napellenzők szerelése, javítása. Bemutatótermünk: Csömöri u. – Szlovák u. sarok, XVI. ker Rózsa utca 37. 409-2229, 30-209-5987

DUGULÁSELHÁRÍTÁS FALBONTÁS NÉLKÜL. VÍZ-GÁZ-FŰTÉSSZERELÉS. 402-4330, 20-491-5089

KÖNYVEKET, (régit és újabbat) KÖNYVTÁRAKAT, 1945 előtti képeslapokat, fényképeket ANTIKVÁRIUMUNKNAK vásárolok. Díjtalanul házhoz megyek Tel.: 20/425-6437

ÜVEGEZÉS, ajtó,- ablak,- thermo,- tükör,- képkeret biztonsági üvegezés, biztosításra, közületeknek átutalással! Nyitva: 8-20-ig, Sz. 9-14 ig. 407-0410, XVI. Ijász u. 3/A

Teljeskörű KUTYAKIKÉPZÉS az ön otthonában. 70-567-5986 www.okoskutya.com

A GENERALI BIZTOSÍTÓ ZRT értékestési területre munkatársakat keres. Jelentkezés: Papp Károly, 20-556-5537, karoly.papp1@gmail.com

Tetőfedő-bádogos-ács-tetőszigetelési munkákat vállalok garanciával, közületeknek is. 405-5184, 30-931-3927

Nemeskéri árnyékolástechnika. Redőny, szúnyogháló, napellenző, szalagfüggöny, roletta készítés/javítás. 20-971-9201, 257-1875

Izomletapadások, fej,- nyak,- hátfájdalmak kezelése, teljes testmasszázs. Szakrendelőkben (Csengery utca 25., Vörösvári utca 88-96.), vagy az ön otthonában. Csipak Zoltán gyógymasszőrtől. 20-595-3057

GYÓGYSZEREK KEDVENCEINKNEK!
A Sas Gyógyszertárban állatgyógyászati készítmények is kaphatók!
Sas Gyógyszertár – 1913 óta az Önök szolgálatában
1163 Budapest, Margit utca 1. • A sashalmi piacnál
Nyitva: hétfő - péntek 8:00 –19:00, szombat 8:00 –12:00 • Tel.: 403 7303

VITALITÁS FOGÁSZATI KÖZPONT
Professzionális Implant és Kozmetikai Fogászat
100% mosolygarancia
INGYENES fogászati szűréssel és konzultációval várjuk Önt!
www.vitalitasfogaszat.hu
• Fájdalommentes, kellemes hangulatú kezelések
• Fizetési módok: készpénz, bankkártya, egészségkártya
• Szakorvosok nemzetközi diplomával
• Fogpótlás akció 99.990 Ft
• HITELRE! Hitelügyintézés helyben
1162 Bp., Attila utca 68. Tel: 402-1195

tintcolor FESTÉKÜZLET
ŐSZI AKCIÓ
1164 Budapest, Szabadföld út 51.
Tel.: 06-1/400-05-08
Nyitvatartás: hétfőtől-péntekig: 6-17 óráig, szombaton: 6-12 óráig.
890 Ft
2 960 Ft
1 090 Ft
390 Ft
1 290 Ft
Hydrocrom
Lazúr választékunk a Milesi termékcsaláddal bővült!
2 690 Ft
3 990 Ft
Soudal Festhető Akril 300ml: 390 Ft
Soudal Purhab 750ml: 1 090 Ft
Baumit Fino Bello beltéri fehér glett 20kg: 2 690 Ft
Styrobond fagyálló csemperagasztó 25 kg: 890 Ft
Mapei ultraplan renovation önterülő aljzatkiegyenlítő 3-30mm-ig 25 kg: 2960 Ft
Fresco mészfesték 14l: 3990 Ft
gipszkarton 2,4m2/tábla: 1290 Ft
Áraink tartalmazzák az Áfát! A képek illusztrációk, az árak a mindenkori készlet erejéig érvényesek!

Megnyitottunk!
A XVI. kerület határában a Veres Péter út elejénél (Pesti Gábor utcában) nyílt Budapest legújabb és legmodernebb fül-orr-gégészeti magánrendelője. A rendelő 2014-es fejlesztésű speciális eszközökkel lett felszerelve. A legújabb technológia és a jelentős szakmai tapasztalattal rendelkező orvosi csapat garancia arra, hogy nem csak egy hangulatában kellemes környezettel, hanem kimagasló egészségügyi szolgáltatással fogadjuk a hozzánk bejelentkezőket. Klinikánk előtt tágas saját parkoló található. Bankkártyás és egészségkártyás fizetésre egyaránt van lehetőség. Bővebb információért látogassa meg weboldalunkat:
www.ezustfenyklinika.hu
A hétköznapi rendelések mellett szombaton és vasárnap is fogadjuk pácienseinket.

Ezüstfény magánklinika
Fül-Orr-Gégészet
a legmodernebb eszközökkel
német terápiákkal
fájdalom nélkül!
+3630/8841904

Ha Szombat, akkor Patika!

PatikaSzombat!

Szombatonként **15%** kedvezmény

PALLASZ ATHÉNÉ PATIKA
(a postánál)
XVI. Rákosi út 90.
T: (1) 405 6097

ÉS

NAGYICCE PATIKA
XVI. Veres Péter út 11.
A XVI. kerület állandó ügyeletes patikája
Szombaton este 8-ig nyitott ajtóval
várjuk kedves vevőinket!
T: (1) 401-0078

KÖZÖS AKCIÓJA

Az akció érvényes minden recept nélkül kapható termékre. A részletekről érdeklődjön a gyógyszertárakban. Az akció 2014. december 31-ig tart.

Suzuki Gusztáv

3 850 000 Ft

Kedvező, forint alapú finanszírozással!

Most ajándék komplett télikerék garnitúrával!

S-Cross 1,6 GL COMFORT Euro6 120 LE

A kép illusztráció.

Üzemanyag-fogyasztás (kombinált): **5,5 l/100 km**
Co_2 kibocsátás (kombinált): **127.0 gr/km**

Ajánlatunk a Központi Finanszírozási Akció keretein belül érvényes. A részletekről, kérjük, érdeklődjön kereskedésünkben.

Látogassa meg hivatalos Facebook oldalunkat
www.facebook.com/suzukigusztav
és lájkoljon minket!

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