



## EMLÉKEZTÜNK AZ ARADI VÉRTANÚKRA

FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ



MI KERÜLJÖN A TÁNYÉRRÁ?

INGYENES LOMBZSÁK

OLIMPIKONOK A KERÜLETBEN

# Esős megemlékezés



# Igazgatók társulása

A Batthyány Emlékkertbe tervezték, ám a rossz időjárás a szomszédos Kossuth Lajos Általános Iskola aulájába kényszerítette az idei október 6-i önkormányzati megemlékezés résztvevőit. Szerencsére a főszereplők, a Kossuth iskola kisdíákjai a változás ellenére is szép ünnepséggel emlékeztek meg a vértanúkról.

FOTÓ: XV. MEDIA, VARGOSZ



Emlékeznek a hősökre | Megelevenedő történelem

– A gyerekek azok, akik tovább viszik a magyar történelem legfontosabb eseményeit – mondta Hajdu László polgármester az ünnepség végén. – Kossuth Lajos születésének 200. évfordulója alkalmából 2002-ben létesítettük a Batthyány Emlékkertet, melyben fákat ültettünk, díszköveket helyeztünk el. Nem véletlen, hogy itt épült meg a park, hisz nemcsak az iskolát, hanem a mellette futó utat is Kossuth Lajosról nevezték el.

A polgármester kiemelte, hogy Rákospalotának komoly szerepe volt az 1848–49-es eseményekben. Kossuth felhívására ötvenfős lovas bandériumot állítottak ki, mely részt vett a hadi eseményekben, a tábornokok kivégzésének napján pedig az emberek gyertyákat helyeztek az ablakokba. Nem mellesleg Kossuth Ferenc, a kormányzó fia a rákospalotai evangélikus közösség gondnoka volt. Részben ezért, illetve a település forradalom iránti lojalitása miatt Rákospalotán állították fel Kossuth Lajos első hazai kőszobrát.

Az idei október 6-i ünnepség végül a Batthyány Emlékkertben fejeződött be, ahol a résztvevők koszorúkat helyeztek el. De ezzel még nem érték véget a megemlékezések, a kivégzett

aradi tábornokok nevét viselő kerületi utcákban is megkoszorúzták az emléktáblákat. A kerületi Örmény Nemzetiségi Önkormányzat az örmény származású Kiss Ernő altábornagy emléktáblájánál tartott megemlékezést.

Riersch Tamás



Egyeztetésre hívta össze az önkormányzat a kerületi iskolák igazgatóit, hogy megbeszéljék, az oktatásban bekövetkező változásoknak milyen hatásai lehetnek, és megvitassák az új sportkonceptiót.

A kerületi önkormányzat javasolta, hogy a szorosabb együttműködéshez alakuljon igazgatói kollégium, és a résztvevők havi rendszerességgel üljenek össze. A megbeszéléseken téma lenne többek között az önkormányzat nyelvvizsgarendeletének és a jól tanuló, jól sportoló diákok támogatásának a felülvizsgálata. Az igazgatók első találkozásának hely-

színe várhatóan a Hubay Jenő zeneiskola lesz.

A kerület vezetése az október 10-i megbeszélésen újból megerősítette, hogy a jövőben is támogatják az iskolákat és a pedagógusokat. A megbeszélés másik sarkalatos pontja a készülő sportkonceptió megvitatása volt. Elbert Gábor szakértő, a dokumentum készítője szerint az iskolák fontos szerepet töltenek be a kerület sportéletében, a gyerekek képzése és a sportolási lehetőségek miatt. A koncepciót várhatóan novemberben tárgyalja a testület, és ezt követően 2017 januárjától léphet életbe.

R. T.

# Összevonják a kerületi óvodákat



Interpellációk, az óvodai intézményhálózat átszervezése, az Aldi közterület-használati kérelme, illetve a kerületi köztisztviselőkkel kapcsolatos javaslatok, ezek voltak a képviselő-testület október 4-i ülésének sarkalatos témái.

Interpellációkkal vette kezdetét az ülés. Bodó Miklós nehezményezte, hogy míg a hajléktalanok utcai italozását nem büntetik a közterület-felügyelők, addig a lakókkal nem bánnak ilyen kesztyűs kézzel. Szóval tette azt is, hogy milyen alapon büntetik a zöldterületen parkolást, ha a rendészeti osztály munkatársai is elkövetik ezt a szabálytalanságot. A képviselő és a testület nem találta kielégítőnek a polgármester választását, ezért vizsgálóbizottság alakul a kérdések kivizsgálására.

Legárd Krisztián az ételallergiás gyerekek közétkeztetési problémáira hívta fel a figyelmet. Hajdu László vá-

laszában elmondta, hogy a közétkeztetést végző új cég vállalta az év végéig a speciális diétás étkeztetést, januártól viszont e tárgyban szerződés módosítás szükséges.

Tóth Veronika arról kérdezte a polgármestert, hogy lehetséges-e az önkormányzati bérlakásokba migránsokat telepíteni, ugyanis a népszavazást megelőzően erről is lehetett hallani. A válaszban elhangzott, a bérlakások kiutalása a szociális bizottság hatásköre a vonatkozó helyi rendelet alapján. Eddig a rendeletbe foglaltakhoz képest nem történt eltérés. A kényszerbetelepítéssel kapcsolatos tárgyalások pedig a kormány hatásköré tartoznak.

A képviselő-testület úgy döntött, hogy szándékában áll az óvodai intézményhálózat átszervezése olyan módon, hogy a kerület 11 óvodáját 3, kerületrészenkénti összevont óvodába sorolja. Az Árendás

FOTÓK: XV. MEDIA, VARGOSZ



Minden forint számít | Növelnék a bevételeket

tagóvodát megszünteti, valamint a Régi Fóti Úti Tagóvodában a maximálisan felvehető gyereklétszámot hetvenöt-ről hetvenkettőre csökkenti. A vita során elhangzott, hogy az átalakításról tárgyalásokat folytattak az óvodavezetőkkel, a későbbiekben pedig egyeztetnek a szülőkkel és a pedagógusokkal is, az átszervezéssel kapcsolatban a végleges döntést decemberben hozhatja meg a testület.

Határozat született arról is, hogy a Páskom tagóvodát tel-

jes körünelújítja az önkormányzat, a Fióka Család- és Gyermekjóléti Központ a megszűnő Árendás óvoda épületébe költözik, továbbá a testület ebben a nevelési évben is biztosítja a sajátos nevelési igényű óvodás gyerekek ellátását.

Jelentős vita alakult ki arról, hogy az Erdőkerülő utca 47. szám előtti, parkolóként funkcionáló közterületet az áruháznitást tervező Aldi 15 évig kedvezményes közterület-használati díjért vehesse igénybe. Több képviselő felrót-

ta, hogy túl alacsony közterület-használati díjat határozott meg az előterjesztő, így az önkormányzat jelentős bevételről esik el. A válaszban elhangzott, hogy korábban egyáltalán nem fizettek ennek a területnek a használatáért. Az Aldi vállalta a parkoló felújítását és folyamatos nyitvatartását, továbbá 8,5 millió forintot biztosít a közeli játszótér rendbetételére. A grémium végül megszavazta az előterjesztést.

A testület arról is döntött, hogy közétkeztetési kerekasztalt hoz létre, melynek feladata a közétkeztetési szolgáltatás ellenőrzése.

Kerületünk idén is csatlakozik a Bursa Hungarica Felsőoktatási Ösztöndíjrendszerhez, a testület a támogatáshoz biztosítja a szükséges pénzügyi fedezetet. *JÁG (A testületi ülések élőben és felvételről is megtekinthetők az onkormanyzatitv.hu és a bpxv.hu honlapokon.)*

## 1956-OS FORRADALOM ÉS SZABADSÁGHARC 60. ÉVFORDULÓJA

Szeretettel várja Önt is  
a XV. kerület önkormányzata

### SZOBORPARK – AVATÓ

OKTÓBER 20. (CSÜTÖRTÖK) 13.00 ÓRA

(1151 Bp., Széchenyi tér)  
Zbigniew Herbert  
és Hannah Arendt szobrainak avatása.  
Közreműködik: Bezerédi Zoltán  
Kossuth-díjas színművész és a  
Rákospalotai Szilas Néptáncegyüttes

### XII. OKTÓBER 23. LABDARÚGÓ VÁNDORKUPA

OKTÓBER 21. (PÉNTEK) 13.30 ÓRA

Budai II. László Stadion műfüves pályája  
(1151 Bp., Széchenyi tér 8–10.)  
A Czabán DSE szervezésében mérik  
össze tudásukat a IV. korcsoportos  
fiú és lány focicsapatok.

### „AKI MAGYAR, VELÜNK TART...” – A NEMZETŐRSÉG 60. ÉVES JUBILEUMI MŰSORA

OKTÓBER 22. (SZOMBAT) 10.00 ÓRA

Hubay Jenő Zeneiskola és Alapfokú  
Művészeti Iskola (1153 Bp., Bocskai u. 70–78.)  
Fellépnek: Bokor János, Szeredy Krisztina,  
Tarnai Kiss László, Ötvös Csilla,  
Farkas Mónika, Madarász Katalin  
Közreműködik a Hálózat a  
Kultúráért és Művészetért  
Alapítvány (HAKME) zenekara

### EMLEKFUTÁS

OKTÓBER 22. (SZOMBAT) 14.00 ÓRA

Rajt/érkezés: Budai II. László Stadion  
atlétikai pálya (1151 Bp., Széchenyi tér 8–10.)  
Az emlékfutás első 2500 nevezője  
egyedi emblémázott pólót vehet át.  
A célba érkezéskor mindenkit frissítővel  
és zsíros kenyérral várunk.



A programot az 1956-os forradalom  
és szabadságharc 60. évfordulójára  
létrehozott Emlékbizottság támogatja.

### OKTÓBER 23. (VASÁRNAP)

A XV. kerület ünnepi megemlékezései  
az 1956-os forradalom és szabadságharc  
60. évfordulója alkalmából

### 10.00 ÜNNEPI MEGEMLÉKEZÉS ÉS KOSZORÚZÁS A JOBOGÁS EMLÉKMŰNÉL

(1151 Bp., Széchenyi tér)  
Közreműködnek a Dózsa Gimnázium  
és Táncművészeti Szakgimnázium tanulói  
és a XV. kerületi Fúvószenekari Egyesület.

### 15.30 '56-OS FEJFAAVATÁS ÉS ÜNNEPI MEGEMLÉKEZÉS, KOSZORÚZÁS

(1153 Bp., Karácsony Benő park)  
Közreműködnek a XV. kerületi Fúvószenekari  
Egyesület és a Dózsa Gimnázium és  
Táncművészeti Szakgimnázium tanulói.

### 17.00 ÜNNEPÉLYES DÍJTÁDÓ ÜNNEPSÉG

Hubay Jenő Zeneiskola hangversenyterme  
(1153 Bp., Bocskai u. 70–78.)  
A XV. kerület Díszpolgára Cím  
és a XV. kerületi  
1956. Október 23. Díj ünnepélyes átadása

### 18.00 MÁV SZIMFONIKUSOK ÜNNEPI HANGVERSENYE

Hubay Jenő Zeneiskola hangversenyterme  
(1153 Bp., Bocskai u. 70–78.)  
Ludwig van Beethoven:  
Egmont nyitány és V. szimfónia  
Vezényel: Csurgó Tamás

### KERÜLETI '56-OS KERÉKPÁRTÚRA

OKTÓBER 25., KEDD (ESŐ ESETÉN OKT. 26.) 9.00

Kerékpáros körút a XV. kerületi emlékhelyekhez és emléktáblákhoz, megemlékezés a kerületi hősookról. Gyülekezés a Karácsony Benő parkban található Kopjafánál.

### „VOLT EGYSZER EGY KIÁLLÍTÁS” – ÜNNEPI KÖNYVBEMUTATÓ

OKTÓBER 29. (SZOMBAT), 16.00 ÓRA

MÁV-telepi református templom közösségi  
terme (1155 Bp., Széchenyi út 18.)



## Halottak napi tudnivalók

**Idén a halottak napi ünnepkör több napra oszlik, így várhatóan a legforgalmasabb napok az október 29. (szombat), október 30. (vasárnap), október 31. (hétfő), november 1. (kedd) lesznek a temetőekben.**

Az ünnepekre való tekintettel a temetések október 29-től november 2-ig szünetelnek. A budapesti temetőekben október 29. és november 1. között ügyeletet tartanak, az ügyfélszolgálati irodák reggel 8 és délután 6 óra között tartanak nyitva – tájékoztatta lapunkat a Budapesti Temetkezési Intézet (BTI).

A temetőben október 29-től november 2-ig 7 órától este 8-ig várják a látogatókat. Az Új köztemető október 23-án is 7-től este 8 óráig tart nyitva. November 3-tól visszaáll a szokásos nyitvatartási rend: reggel fél 8-tól délután 5 óráig lehet kimenni a sírkertekbe.

A temetőbe október 29-től november 1-jéig tilos gépjárművel behajtani az Új köztemető kivételével.

Az EU-országokban érvényes mozgáskorlátozott-igazolással rendelkező temetőbe behajtás tilos.

tőlátogatót szállító autót időkorlátozás nélkül beengedik a temetőbe, abban az esetben, ha ezt a temetői gyalogosforgalom megengedi. Rendkívül indokolt esetben a temető vezetője vagy megbízottja a nagyon idős, illetve járóképtelen, de mozgáskorlátozott-igazolással nem rendelkező személyt szállító gépkocsit október 29-től november 1-jéig beengedheti a temetőbe, szintén a gyalogosforgalom függvényében.

A mozgáskorlátozott és nehezen mozgó látogatókat arra kéri, hogy ezeken a napokon lehetőség szerint 7 és 12 óra között keressék fel a temetőket!

Az Új köztemetőben október 23-án, valamint október 31-én nyitástól november 2-án temetőzárásig díjmentes a gépkocsibehajtás.

A forgalom zavartalanága miatt a sírkertekben megerősítik a rendészeti szolgáltatást, illetve a kerületi rendőrség, a közterület-felügyelők és a polgárőrség is járőrözik – tudatta a BTI.

(já)



Tegyük egészségünkért! | A mozgás és a helyes táplálkozás segíthet

## Csontritkulás, a néma kór

A csontritkulást gyakran nevezik néma kórnak, mivel alig vannak tünetei, de ha a betegséget nem kezelik, akkor a csontváz egyre gyengébbé és törékenyebbé válik, aminek következtében súlyos csonttöréseket szenvedhet a beteg.

Az ENSZ egészségügyi világszervezet kezdeményezésére 1999 óta október 20-án tartják a csontritkulás (osteoporosis) világnapját, Magyarország 1996-ban csatlakozott először a kezdeményezéshez. A csontritkulás kóros folyamat, amelynek következményeként a csontokban a szilárdságot és keménységet, valamint a testmagasság megtartását biztosító ásványi anyagok – főként a kalciumfoszfát és a sók – mennyisége csökken, emiatt a csontok elvékonyodnak, törékennyé válnak.

Hazánkban komoly népegészségügyi gond, minden harmadik klimax után levő nő szenved tőle, és a férfiakat sem kíméli – adta hírül pár éve az MTI. Ráadásul a csontképzés-csontbontás egyensúlyá-

nak felbomlása már a 35–40 éveseknél elkezdődik, folyamata a változó korú nők körében gyorsul fel a női nemi hormon, az ösztrogén termelésének leállása miatt.

A csontvesztés ütemét helyes táplálkozással, rendszeres testmozgással le lehet lassítani. A kalcium a csontok fő alkotója, felszívódását, beépülését a D-vitamin segíti, ami természetes módon elsősorban a napfény hatására képződik szervezetünkben. Genetikai tényezők is szerepet játszanak a betegség kialakulásában, azaz a csontritkulásra való hajlam örökölhető. Ma már korszerű gyógyszereket fejlesztettek ki, van olyan is, amiből elegendő havonta egy szemet bevenni, és ugyanolyan hatásosan gátolja a kalcium kiürülését a szervezetből, mint a naponta alkalmazott készítmények.

Sőt a Nemzeti Osteoporosis Program segítségével (osteoporosis.hu) az egész országot behálózó ellátó rendszer jött létre, így biztosítva a szűrés, a diagnosztika és terápiás kezelés hozzáférhetőségét. B. I.



## Drog nélkül, felszabadultan

A Kerületi Kábítószerügyi Egyeztető Fórum (KEF) idén februárban alakult újjá, és tűzte ki célul, hogy aktualizálja a 2006-ban megalkotott drogstratégiáját. A Nemzeti Drogellenes Stratégiával összhangban fogalmazta meg a helyi stratégiáját, és a célokat, melyek a kábítószer-problémák csökkentését szolgálják. A dokumentum nyomatko-sítja, hogy a kábítószer-jelen-ség szorosan összefügg más kémiai és viselkedési függő-ségi problémákkal, elsősorban pedig a nemzet és azon belül az egyén általános lelki egészség-i állapotával.

Kormos Adrienn, a helyi fórum titkára elmondta: „el-készült a drogellenes stratégia és a cselekvési terv, melynek vázlatát nyár elején állították össze tréning keretében. Szeptemberben pedig megalakult egy munkacsoport is a fórumon belül, a résztvevők elkészítették a



Véglegesített dokumentum | Cél a függőség nélküli élet

végleges anyagot, melyet október 3-án a plenáris ülésen fogadtak el.”

A teljes dokumentumot társadalmi vitára bocsátották az önkormányzat honlapján, és október 16-ig volt lehetőség hozzászólni, kiegészíteni a megfogalmazottakat. A képviselő-testület november 8-án tárgyalja az előterjesztést.

A titkár arra is kitért, hogy a kerület sajátossága-

it figyelembe véve határozták meg az átfogó stratégiai feladatokat és a cselekvési terv konkrét tennivalóit is. A cél, hogy csökkentsék a szerhasználat valószínűségét, továbbá az egészséges, drog nélküli életstílust vonzóvá, természetessé tegyék, amelyben kiemelt szerep jut az egyén közvetlen környezetének, a családnak, valamint a baráti közösségeknek.

(béres)

## Ismét téma a pajzsmirigy

Sikerült pótolnia a Rákos úti Szakrendelő vezetésének a fél évvel ezelőtt távozó Dr. Balogh Illés szakorvost, így ismét kezelni tudják a kerületben a pajzsmirigybetegeket.

Az új szakorvos, dr. Fenyvesi György, akit jól ismernek a betegek, mivel 1997 óta a Károlyi Sándor Kórház belgyógyászati ambulanciáján dolgozik, ahol fogadta a kerületi pácienseket is.

– Október eleje óta hétfőnként délután 2 és este 8 óra között már a Rákos úti Szakrendelőben, a második emeleti gastroenterológiai szakrendelésen fogadjuk a betegeket – mondta az új szakorvos. – A szűrések és a kezelések beutalókötelesek, illetve a betegeknek előzetesen időpontot kell kérniük.

A pajzsmirigybetegség gyanúja esetén az elsődleges szűréseket a háziorvosok is el tudják végezni, amely vérvételből, illetve ultrahangos vizsgálatból áll. A beteg-



Dr. Fenyvesi György | Egyszerű kiszűrni

ség az esetek 99 százalékában így is feltárható, de amennyiben szükséges, a háziorvos a szakrendelésre küldheti a betegeket.

– A pajzsmirigybetegségekre is igaz, hogy a legjobb, ha minél korábbi stádiumban felfedezi őket az ember. A szükséges ellenlépésekkel ugyanis a betegség nagy hatékonysággal kezelhető – mondja a szakorvos.

A pajzsmirigybetegségek, ha nem is számítanak népbetegségnek, de nagyon sok embert érintenek. Sokan nem is tudják, hogy valamilyen pajzsmirigy-rendellenesség a bajuk legfőbb okozója. A kerületi egészségügyi szolgáltatás legfőbb célja, hogy a latens betegeket minél hamarabb kiszűrjék, ezért indították újra a pajzsmirigy-szakrendelést.

Riersch Tamás

## Meleg étel a szünidőre



Napi egyszeri meleg ételt biztosít a kerületi önkormányzat az őszi szünetben 2016. november 2-á és november 4-e között a kerületi lakóhelyű és a városrészen is élő – iskolai ügyeletet nem igénylő – kiskorú gyermekeknek. Az ételt helyben is megehetik, de el is vihetik a Pajtás Étteremből (Zsókavár utca 24–26., InSpirálház)

Étkezés igénybevételéhez/megrendeléséhez szükséges dokumentumok:

- az igénybevétel napjait tartalmazó kitöltött, aláírt megrendelés,
- hátrányos/halmazottan hátrányos helyzetű gyermekek esetében a Nyilat-

kozat a *Gyvt. 21/C. §-a szerinti szüneti gyermekétkeztetés igénybevételéhez* nyomtatvány, gyermekenként kitöltve.

Az étkezést a kerületi iskolába járó gyermekek esetén 2016. október 17-e és október 21-e között kell megrendelni az iskolában meghirdetett befizetési napokon, a 2016. novemberi étkezés megrendelésével/befizetésével együtt. Nem kerületi iskolába járó gyermekeknek a Hartyán Általános Iskolában (Hartyán köz 2–4.) lehet igényelni az étkezést 2016. október 20-tól délután 2 és 5 óra között, 2016. október 24. délután 2 és 5 óráig. *Ék*

## Mi kerüljön a tányérra?



Elsimítják a gondokat | Többszereplős szolgáltatás

Városrészeinkben a közétkeztetést 2016. szeptember 1-jétől új szolgáltató látja el. Az indulás nem volt zökkenőmentes, azonban a szolgáltató folyamatosan egyeztetett az önkormányzattal, így kiküszöbölték a nehézségeket.

Milyen előnyökkel jár a közétkeztetésben a változás, milyen problémák adódtak – többek között erről tanácsoztak a kerületi vezetők, képviselők és szakemberek október 5-én.

A László Tamás országgyűlési képviselő javaslatára létrehozott közétkeztetési fórumon szó volt arról, hogy az új szolgáltató, a rendeletnek megfelelően, egységes étkezést biztosít a kerület minden óvodása, iskolása és szociális ellátásban részesülő részére. Ez jelentős előrelépés, hiszen korábban több szolgáltató különböző nyersanyagnorma alkalmazá-

sával eltérő étlapokkal végezte a feladatot. Az egységesítésnek köszönhetően remélhetőleg hatékonyabbá válik a kerület el látása.

Hajdu László polgármester elmondta: a tapasztalatokat már egy hónap után is levonták, igyekeznek a felmerülő problémákat megoldani, ezért kulcsfontosságúnak tartja a kerékasztal-beszélgetést. A polgármester arra is kitért, a visszajelzés az, hogy minőségben és mennyiségben elfogadhatóak az ételek. A legtöbb kérdés a speciális étkezést igénylőknél merült fel, mivel a szállító a különleges, diabetikus ételket csak külső beszerzőtől tudja hozni.

A találkozóval a hatékonyabb együttműködést kívánták erősíteni, hiszen a speciális étkezést az önkormányzati kiírásban, valamint a szer-

ződésben nem hangsúlyozták kellően. Mindemellett a közétkezésre vonatkozó törvény magában foglalja az erre irányuló intézkedéseket, így a fórumon ezt kellett a szakembereknek megtárgyalniuk.

László Tamás terjedelmes dokumentumot nyújtott be a közétkeztetéssel kapcsolatosan. Elmondta, a konzervatíván étkező gyereket rászoktatni az új ízekre nehéz feladat. Kiemelte, beadványának lényege az, hogy a tudatos, egészséges étrend kialakítása nemcsak egy hanem sokszereplős kihívás. Nem lehet csak a szolgáltatóra hárítani a felelősséget, ez együttgondolkodást és konkrétan megfogalmazott követelményeket, célokat kíván. Mindemellett másokhoz hasonlóan ő is nagyon pozitívan értékelte a tanácskozást.

(béres)

## Egészségtudatosság magyar módra

Egyre divatosabb Magyarországon is az egészségtudatosság. De mit értünk ezen? Megvalósul-e a mindennapi gyakorlatban ez a törekvés? Többek között erről is beszéltek szakemberek október elején a TÉT Platform sajtótájékoztatóján, ahol az élelmiszerekkel szembeni elvárásainkat, szokásainkat vették górcső alá.

Kiss-Tóth Bernadett dietetikus kiemelte, sok ellentmondást fedezhetünk fel Európa lakosságának viselkedésében. Miközben egyre fontosabbnak gondolják, hogy egészséges legyen az ételkészítés, mely főként a bio, természetes összetevőket tartalmazó, valamitől mentes termékeket jelenti, a lakosság túlnyomó többsé-

ge mégis mindössze 0,1 másodpercet fordít az enivalók csomagolásán ta-

lálható ismertetőik olvasására. Emellett nagy részük folyamatosan törek-



Elvárás a minőség | Nem mindig találkozik az elképzelés és a valóság

szik a táplálkozási szokások megváltoztatására, amire nem rezonál a valóság, hiszen a magyar felnőtt lakosság 65 százaléka túlsúlyos vagy elhízott.

Mindemellett jelentősen megváltoztak az igények, míg korábban a biztonság volt a legfontosabb elvárás az élelmiszerekkel szemben, mára már a termék összetétele, az egészségünk szempontjából fontos tápanyagok aránya ugyanolyan jelentőséggel bír. Amellett, hogy szeretnénk egy kedvezőbb összetételű élelmiszer-választékot a boltok polcain, elvárás marad a termék megszokott íze és állaga, ráadásul a magyar vásárló nem szívesen fizet többet. *B. I.*

# Együtt egymásért

Rendhagyó tanítási napot tartottak október 15-én a László Gyula Gimnázium és Általános Iskolában. Az intézmény diákjai, a tanárok egy része, illetve néhány szülő is futott egy kört a lila iskola körül.

– A Fuss az iskoláért! programunkat három éve kezdtük – mondta Bäckné Kremm Andrea, az iskola igazgatója. – Úgy gondoltuk, hogy az iskolánk közössége akkor fogja igazán magáénak érezni az intézményt, ha tesz érte valamit.

A „Fuss az iskoláért!” program 500 forintos nevezési díjából befolyt összeget az iskolára – idén sportszereket vásárolnak, illetve az elromlott projektorokat javíttatják vagy cserélik – fordítják.

– A tapasztalatunk az, hogy az iskoláért való futás megmozgatja a diákokat, mindig sokan jönnek erre. Idén ráadásul ezt egy szom-



László Gyula iskola | Összetartó közösség

bati munkanapon tartottuk, így nem kellett külön bejönniük ezért az iskolába – magyarázta az igazgató.

A László Gyulában a közösségi élet mindig is erős volt, ez megnyilvánul a bálokon és a Luca-napi vásárokon is. Emellett a diákönkormányzatnak is fontos szerepe van az iskola életében. A lila

iskola diáktaánácsának új elnöke az idei tanévtől a 10. évfolyamos Kovács Réka, akinek vezetésével komoly terveket szőnek, és az ehhez szükséges anyagi forrásokat pedig megpróbálja önerőből előteremteni. Mint például az októberi iskolafutáson, amelyen egy saját büfét üzemeltettek. *Riersch Tamás*

FOTÓ: XV MEDIA, NAGY BOTOND



# Maja az óvodában



Tematikus napok | Játssza tanítanak, ismerkednek

Gyerekszivajtól volt hangos október 8-án a Rákospalotai Kertvárosi Összevont Óvoda Szövőgyár utcai épülete. Idén harmadszor rendezték meg a családi napot, melynek témáját a „Méhecskék és a méz” köré szervezték idén.

Sokféle, változatos program várta az érdeklődőket, a kézműves foglalkozásokon méhviasz gyertyát lehetett készíteni, de csinos méhbábokat is csinálhattak a gyerekek. Aki türelmesen várakozott, szép arcfestést vagy csillámtetoválást kaphatott. Gregus Anikó koncertje pedig megtáncoltatta a kisebbeket, akik méhecskés mesevetítésen pihenhették magukat.

Balla Béláné óvodavezető a témaválasztásról elmondta, „fontos, hogy tartsuk a kapcsolatot a családokkal, keressük az alkalmakat, ahol a szü-

lők és a pedagógusok jobban megismerhetik egymást. Idén a XV. kerületi önkormányzat közművelődési pályázatán nyert összegből finanszírozzuk a rendezvényt. Azért választottuk ezt a témát, mert nagy hangsúlyt helyezünk a természetvédelemre és az egészséges táplálkozásra. A méhek munkájának megismertetésével alakítjuk, fejlesztjük a gyerekek erkölcsi, szociális képességeit is, a méz pedig kiváló immunerősítő.”

A meghívott méhészt pedig nemcsak a védőruháját és felszerelését mutatta meg a kicsiknek, hanem egy üvegfalú kaptárt is, ahol a „lakóhelyükön” láthatták a méhek életét a gyerekek. Szórakozás mellett tehát tanulhattunk is, köszönhetően az óvoda szorgos munkatársainak.

*Kovács Ildikó*

FOTÓK: XV MEDIA, NAGY BOTOND

# Szülői szeretet övezi az iskolát



Támogató anyukák, apukák | Kétkezi segítség a sulinak

A szülők tették rendbe szeptember utolsó hétvégéjén a Dózsa György Gimnázium és Táncművészeti Szakiskola 9. f – tánc- és drámaszakos – osztályának tantermét. A teremfelújítás gyorsasága és szakszerűsége még Benkovics Sándor osztályfőnököt is meglepte.

– Gyakorlatilag egy nap alatt mindent megcsináltak, parkettát és lambériát csiszoltak, pácolták, falat és ablakkeretet gletteltek, festettek, mázoltak, majd mindent kitaraktak. Azt az összhangot, melyben a

szülők és a diákok dolgoztak, szabadalmaztatni kellene – mondta az osztályfőnök.

A Dózsában az ilyen szülői segítség nem új keletű. Még 2005-ben történt, hogy az egyik agilis pedagógus, Vargáné Szakály Júlia a szülőkkel összefogva önerőből rendbe tette a tantermet. Az egyéni módon berendezett teremnek, illetve a kezdeményezésnek óriási sikere volt, onnantól kezdve egyre több pedagógus vette át a módszert, a szülők pedig örömmel segítettek. Idén már három



Benkovics Sándor

FOTÓ: XV MEDIA, NAGY BOTOND

tantermet újjítottak fel a szülőkkel közösen, és az év végéig még egy osztályterem is megszépül az apukák és anyukák keze nyomán.

A Dózsa nagyobbik épület-szárnyát 1969-ben adták át, azóta viszont átfogó korszerűsítést nem végeztek benne, kizárólag tisztasági festések voltak, amelyek a közösségi tereket érintették.

*Riersch Tamás*

FOTÓ: DÓZSA GIMNÁZIUM





**Nincs konkurenciája Gulácsi Istvánnak, aki nemcsak Pestújhelynek, hanem Újpalotának és Rákospalotának, valamint a XVI. kerületnek is a szikvizese. De a szikvíz híre még messzebbre is eljutott, egészen a Katona József Színházig, ahol a nézők is megkóstolhatják a jófajta buborékos vizet.**

– Pestújhelyen a szikvizet évtizedek óta ugyanazon a helyen, a Templom tér 3. szám alatt lehet kapni. Mindenki, aki vizet szeretne, megtalálja önt?

– Az elődöm, Vajda József évtizedeken át ezen a helyszínen gyártotta a szikvizet. Én csak átvettem tőle a stafétabotot. Így sem a helyszín, sem a minőség nem változott, amit már megismertek a kliensek.

– *Hogyan lesz valakiből szikvízgyártó?*

– Úgy, hogy a gyermekkorát egy szikvízkészítő üzem mellett töltötte. Én is itt nőtem fel a szomszédokban, ifjúkoromban sokat jártam át Józsi bácsiékhöz. Aztán 199–97-ben másfél évet még inaskodtam is mellette. Jó volt, de akkortájt ennyi elég is volt belőle.

– *Mi történt azután?*

– Akkoriban még csak 22 esztendő voltam, és egy közeli éjjel-nappal üzemelő gumisműhelyben kaptam munkát. Ahol ugyan hamar műszakvezető lettem, de a nonstop nyitvatartás tőlem is három műszakos munkaidőt követelt. Márpedig erre nehéz volt családot építeni. Egy 17 és egy 14 éves gyermekem van, a harmadik, a legkisebb pedig már csak akkor érkezett, miután ismét szikvizezni kezdtem.

– Időközben ugyanis Vajda József megelégedte a napi munkát, és úgy döntött, hogy nyugdíjba vonul. Az üzemet és a klienseket azonban nem akarta cserbenhagyni. Ekkor jutottam az eszébe. Amikor megkeresett az ötlettel, nem sokat gondolkodtam. Persze, a munka kezdése előtt még a szükséges papírokat is meg kellett szereznem. Szerencsére Józsi bácsinak köszönhetően a végzettséghez már kellő gyakorlattal rendelkezttem.

– *A jó szikvizeseznek nem nagyon kell magát hirdet-*

*nie, a híre szájról szájra terjed. A pestújhelyi szikvíz híre így jutott el többek között a Katona József Színházig is. Hogyan jutott a tudomásukra a kerület buborékos vize?*

– Ennek nagyon örülök, valóban megtisztelő, hogy a belvárosi színháznál is elégedettek a vizünkkel. Hogy honnan hallottak rólunk? Hát úgy vélem, a KOMA Társulattól, akik szintén pestújhelyiek.

FOTÓK: XV MÉDIA, VARGOSZ

– „Másodállásban” postagalambok tenyésztésével is foglalkozom. A B10-es civil társaság tagjaként nevelem és röptetem a madaraimat. Legutóbb például az olimpia alatt Londonból kellett a magyar postagalamboknak hazatalálniuk. Az egyik madaram a 260 egyedből álló kontingensből 34.-ként hazaérve nyolc nap alatt tette meg az 1488 kilométeres utat. A madarak itt laknak a szikvízműhely szomszédságában, egy szép galambdúcban. Körülbelül hetven-nyolcvan egyedből áll a raj.

– *Nemrég még a szikvízüzem is madárdaltól volt hangos. Mi történt a kanárikkal?*

– Szerettem volna a szikvízüzemet madárdallal feldobni. Két éneklő kanárim volt, melyeket nagyon szerettek a vevők. Télen, mikor bevittem őket a műhelybe, a szikvízkészítő gép morajlása mindig dalra fakasztotta őket. Sajnos, Pestújhely szarkái nehezen viselték a dalos vízkészítést, és a kalitkából kiszedték az egyik kanárit. Ezért jobbnak láttam a másikat is biztonságos helyre vinni.

– *A Templom téren minden karácsony előtt, az adventi vásáron megsimogathatók a postagalambjai. Melyik madara a legnépszerűbb?*

– A kívánságalamb a gyerekek kedvence. Ilyenkor a galamb lábgyűrűjére egy gumigyűrűt helyezünk, és ez alá a gyerekek papírra írt kívánságot helyezhetnek el. Utána a gyerekek maguk röptethetik a kívánságmadarukat, amely elviszi a kérésüket, a vágyaikat a képzeletbeli címzeteknek.

– *Milyen kívánságot küldene a „Nagy Megoldóhoz”?*

– Nos, erre csak annyit mondhatok, hogy az igazán jó kívánságokhoz újból gyerekek kéne lenni. Ezt pedig már nem engedhetem meg magamnak, mert a szikvízkészítés felnőttkorhoz kötött. Meg egyébként is, nekem már nagy családom van, kívánjanak helyettem a fiatalok.

Riersch Tamás

## Megtisztelő, hogy a belvárosi színháznál is elégedettek a vizünkkel.

– *Gulácsi István nevét egyébként is jól ismerik Pestújhelyen. Hogyan tett szert a hírnévre?*

– Részt veszek a legtöbb kerületi rendezvényen, ami nem áll távol tőlem, hisz magam is tagja vagyok a Pestújhelyi Fiataloknak. Így nemcsak a szikvíz árusításából, hanem a programok szervezéséből is kiviszem a részemet.

– *Pestújhelyen azonban a galambjait is nagyon szeretik. Miért népszerűek a madarai?*



## Óraátállítás



A téli időszámítás október 30-án kezdődik majd, ekkor hajnali három órakor egy órával vissza kell állítani az órákat. Magyarországon 1980 óta alkalmazzák a nyári időszámítást. Minden év októberének utolsó vasárnapján térünk át a normál időszámításra. Ekkor a helyi idő visszaáll az időzóna csillagászati idejére. ■

## Mozgásszervi betegségek

Az Együtt Újpalotáért Egyesület „Reuma, köszvény és a többiek” címmel lakossági fórumot tart október 27-én délután 5 órai kezdettel a Nyitott Ajtó Újpalotai Együttműködési Irodában (Páskomliget utca 6.). Az érdeklődők ösztönösen, kötetlen beszélgetésen vehetnek részt, melyen korunk egyik legelterjedtebb népbetegségeiről, a reumáról, a köszvényről és egyéb, a mozgásunkat fájdalmasan korlátozó betegségekről, valamint a témához kapcsolódó egyéb kérdésekről lesz szó. A meghívott vendég dr. Glöckner Berenike, kerületünk reumatológus főorvosa lesz. ■

## Lakossági fórum a SZÚK-ban



A hulladékhasznosításról is szó volt azon a lakossági fórumon, amelyet a Szemléletformáló és Újrahasználati Központban (SZÚK) tartottak október 6-án. Az érdeklődők három előadást hallgathattak végig a Károlyi Sándor utcai központban. Bemutatták a létesítményt, annak feladatait, továbbá a fenntartható fejlődésről is beszéltek az érdeklődőknek. ■

## A több jobb lenne

Második évét is megkezdte az ÖTHÉT Egyesület kupakgyűjtő akciója. A „Gyűjts az életért” program lényege, hogy a lakosság által gyűjtött kupakokat kéthavonta egy vállalkozó pénzre váltja, és abból az egyesület rászoruló családoknak próbál segíteni. A második év azonban nem úgy kezdődött, ahogy az első befejeződött. Ahogy az az október 10-i adományátadáson elhangzott, jelentős mértékben csökkent a lakosság kupakgyűjtő kedve. A korábbi, nagyjából 500 kilogrammnyi helyett most csak 200 kilo műanyag kupak jött össze. Szerencsére azonban a támogatók – az önkormányzat, a Tesco, a Nádastó Étterem, a Hörpentő söröző, a Palota Security, a Csapi-15 Kft., a Répszolg, a Pál Autóház és Tóth Vera önkor-



mányzati képviselő – továbbra is a program mellett állnak, így az egyesületnek októberben is sikerült egy három- és egy négygyerekes családot támogatnia. A következő átadási ünnepséget valószínűleg decemberben tartják, és remélhetőleg a kupakok árából ezúttal egy oxigénihiánnyal sújtott 14 éves kislányt tudnak támogatni. ■

## Így szavazott a kerület

Érvénytelen lett a kötelező betelepítési kvótáról tartott országos népszavazás, mivel az érvényes szavazatok száma nem érte el az alaptörvény szerint szükséges több mint 50 százalékot, a szavazáson a választásra jogosultak 43,91 százaléka vett részt. A 3 millió 418 ezer 387 érvényes szavazólappól (ez az összes választópolgár 41,32 százaléka) „igen” szavazat volt 56 ezer 163 (az érvényesen szavazók 1,64 százaléka), „nem” szavazat pedig 3 millió 362 ezer 224 (az érvényesen szavazók 98,36 százaléka). Kerületünkben a szavazásra jogosultak száma 64 ezer 695 fő volt, ebből 24 ezer 729-en vok-



soltak (38,22%). Nemmel 22 ezer 224 (98,36%), igennel 370 fő (1,64%) szavazott. Az érvénytelen szavazatok száma 2109 (8,54%) volt. ■

## Juttatás

Egykori német kényszermunkások, akiket német állampolgárságuk vagy német származásuk miatt civilként kényszermunkára köteleztek, egyszeri 2500 eurós elismerési juttatásban részesülhetnek. Az ADZ-Anerkennungsrichtlinien 2016. augusztus 1. óta hatályos. A kérelmet 2017. december 31-ig nyújthatja be az, akit 1939. 09. 01. és 1956. 04. 01. között valamely külföldi hatalom kényszermunkára kötelezett. Ha a jogosult 2015. 11. 27-e után elhunyt, akkor hátramaradtja (gyermek, házastársa) is beadhatja a kérelmet. A kérelem benyújtására rendelkezésre álló formanyomtatvány letölthető a [www.bva.bund.de](http://www.bva.bund.de), [www.bmi.bund.de](http://www.bmi.bund.de) internetes címről. A német nyelven kitöltött nyomtatványt az alábbi címre kell küldeni: Bundesverwaltungsamt, Außenstelle Hamm, Alter Uentropfer Weg 2, 59071 Hamm, Deutschland. Bővebb információt és segítséget a XV. kerületi Német Nemzetiségi Önkormányzat ad (1153 Bp., Bocskai utca 1-3., Telefon: 06 1 305 3222). ■

## Új Tempo 30-as övezet

Forgalomcsillapított övezet lesz a Szerencs – Bánkút – Wesseleányi – Gábor Áron utcák által határolt terület (Bercsényi Miklós, Pöltenberg Ernő, Aulich Lajos, Kis Rákos, Nádastó utcák). Az építési munkálatok várhatóan november 15-ig tartanak. A kivitelezéskor forgalomcsillapító küszöbököt építenek az útpályába, az övezethatárokon pedig jelzőtáblákat raknak ki az érintett utcáknál. A munkákat szakaszosan, 2-3 ütemben végzik, hogy a parkolás ne jelentsen gondot a lakóknak. A beruházással kapcsolatos észrevételeket a Répszolg a 06 80 205 062-es telefonszámán lehet megtenni – olvasható a [bpx.hu](http://bpx.hu) honlapon. ■

## Őszi érettségi

Kerületünkben az október-novemberi vizsgaidőszakban a vizsgaszervezésre kijelölt intézmény a László Gyula Gimnázium és Általános Iskola. Az intézményben harmachárom fő jelentkezett rendes, kiegészítő, szintemelő, ismétlő, javító érettségi vizsgára. A jelentkezők közül nyolcan tesznek valamely érettségi vizsgatárgyból javító érettségi vizsgát – tudatta az Oktatási Hivatal. ■

## Ingyenes lombzsák



A korábbi évekhez hasonlóan önkormányzatunk idén is ingyenesen biztosít FKF Zrt. logós zöldhulladékgyűjtő zsákot a kerületi, zöldövezetben lévő ingatlan tulajdonosok számára a tisztasági hónap alkalmából.

Ingatlanonként 6 zsákot lehet átvenni a készlet erejéig a kerületi infópontokon és a Palota-15 Nonprofit Kft. telephelyén:

- „Nyitott Ajtó” – Újpalotai Együttműködési Iroda (Páskomliget utca 6.),
  - Palota Pont Rákospalotai Tanácsadó és Együttműködési Iroda (Fő út 64.),
  - Pestújhelyi Együttműködési Iroda (Pestújhelyi út 68.),
- és a Palota-15 Nonprofit Kft. Bogács utca 10. szám alatti telephelyén.

Az átvételkor személyi igazolvány és lakcímkártya felmutatása szükséges.

A zsákok kiosztását a Palota-15 Kft. koordinálja, az elszállításukat pedig a Fővárosi Közterület-fenntartó Zrt. végzi. ■





# Maratont futottak a Holding társasházkezelői

Sikerrel teljesítette a Budapest Maratont október 9-én a Palota Holding Zrt. futócsapata. A társasházkezelésben kerületünkben piacvezető társaság nemcsak a munkában, hanem a sportban is a hosszú távú, jó eredményekért küzd.

A 42,195 kilométeres távot a „Társasházkezelés” nevet viselő négyfős csapat váltóban teljesítette. Most első alkalommal indultak a versenyen, és igen szép időeredményt értek el, 4 óra 15 perc alatt futották le a maratoni távot – tudtuk meg Földi Tamás vezérigazgatótól, aki csapatvezetőként volt jelen a sportversenyen.

Bár ő maga most nem futott, eddig több mint 100 érmet gyűjtött különböző hosszútávú futó versenyeken. Úgy



gondolta, a Palota Holding dolgozóival is érdemes lenne megismertetni, megszerettetni a hosszútávú futást, ezért ne-

veztek a maratona. A csapat két tagjának ez volt élete első versenye, olyan sikerélményt jelentett számunkra a fu-

tás, hogy lelkesen kérték, csináljanak egy váltót jövőre is.

A váltó minden tagja egy-egy szép befutóéremmel lett gazdagabb. Terv szerint, a Palota Holding a jövőben is részt vesz majd hasonló versenyeken, hogy bizonyítsák, a sportban is legalább annyira jók, mint választott hivatásukban, a társasházkezelésben.

A Budapest Maratont egyébként több mint 28 ezren teljesítették. A mezőny a Hősök teréről indult. Az útvonal az Andrassy úton át érte el a Lánchidat, aztán egészen Óbudáig fel-futottak a résztvevők, majd délnek fordultak, s a Kopaszi-gát magasságából a Szabadság hídon át tértek vissza Pestre, majd a Lehel tér érintésével a Városligetbe. (x)



## Palota Holding Ingatlan- és Vagyonkezelő Zrt.

1156 Budapest, Száraznád utca 4-6.

ÜZLETI INGATLAN BÉRBEADÁSA 30 59 50 005 • helyiseg@palotah.hu | TÁRSASHÁZKEZELÉS +36 1 414 7183 • thk@palotah.hu

### BÉRBEADÁS – KIEMELT INGATLANAJÁNLATAINK



#### Rákos út 51.

A Rákos út elején elhelyezkedő volt kocsmas a Rákos úti szakrendelőtől 150 m-re fekszik. 90 m<sup>2</sup>-es helyiség jelenlegi kialakítása a vendéglátásra teszi alkalmassá. Víz/csatorna bekötéssel, elektromos bekötéssel rendelkezik, a fűtés gáz- vagy elektromos fűtéssel oldható meg legegyszerűbben.

Tömegközlekedéssel jól megközelíthető. A 25, 96, 124, 224, 196, 296, 296 A jelzésű buszok megállói a közelben. A buszjáratokkal a belváros, az M2, M3, M4 metró is könnyen elérhető.



#### Bethlen Gábor utca 127.

Az ingatlan a Bethlen és a Dugonics utca sarkán található. Vendéglátóhely volt, alapterülete 109 m<sup>2</sup>-es. Gáz-, elektromos, víz/csatorna bekötéssel rendelkezik. Elhelyezkedése miatt például irodának vagy nyílászáró-forgalmazó cég bemutatóteremnek alkalmas, de kialakításának köszönhetően vendéglátásra is ideális helyiség.



#### Erdőkerülő út 1-7.

Az Erdőkerülő utcai szolgáltatóházban található 140 m<sup>2</sup> alapterületű helyiség a 69-es villamos végállomásától 150 m-re található. A helyiség összközműves. Elhelyezkedéséből és kialakításából eredően alkalmas szolgáltatásra, kereskedelemre és sporttevékenységek végzésére, így bátran ajánljuk a helyiséget bérlők számára.

További információk a [www.palotah.hu](http://www.palotah.hu) honlapon

## A RÉGI LÉGÓPINCÉK ÚJRAHASZNOSÍTÁSA, AVAGY RAKTÁRHELYISÉGEK, PINCÉK KIADÓK

A Palota Holding Zrt. meghirdeti a XV. kerületben található régi légópincéket raktározás céljára, mivel azok már nem voltak alkalmasak ellátni régi céljukat, így a katasztrófavédelem visszavonta egykori státuszukat.

Jelenleg a pincehelyiségek kihasználatlanul állnak, de raktározásra tökéletesen alkalmasak, világítás és áramvételi lehetőséggel rendelkeznek, a nagyobb területű (120 m<sup>2</sup> feletti) óvóhelyek még vízvételi lehetőséggel is el vannak látva.

A helyiségek a MÁV-telepen lévő társasházak alatt találhatóak. Közlekedés szempontjából az M3-as autópálya lehajtóitól 1000-1500 m-re találhatóak. A nagyobb alapterületű pincék akár több bejáraton keresztül is megközelíthetőek, valamint több helyiségből állnak, amelyek külön-külön zárhatóak is. A kisebb alapterületűek a társasház pincéjéből nyílnak és egy vagy két helyiségből állnak.

Jelenleg a következő pincehelyiségek állnak kiadatlanul, bérlőre várva:

Cím	Alapterület (m <sup>2</sup> )	Nettó bérleti díj minimum (Ft/m <sup>2</sup> /hó)	Nettó bérleti díj minimum (Ft/hó)
Törökszegfű tér 7-8.	21	750	15 750
Szent korona útja 27/C (Tátika 2.)	23	750	17 250
Gubó utca 6.	33	750	24 750
Órjárat utca 6/A	34	750	25 500
Órjárat utca 6/B	34	750	25 500
Órjárat utca 6/A	35	750	26 250
Órjárat utca 6/A	35	750	26 250
Szent korona útja 27. (Órjárat utca 6/A)	35	750	26 250
Tátika utca 8.	51	750	38 250
Árvavár utca 33.	53	750	39 750
Árvavár utca 35.	53	750	39 750
Kolozsvár utca 4/B pince	56	750	42 000

Cím	Alapterület (m <sup>2</sup> )	Nettó bérleti díj minimum (Ft/m <sup>2</sup> /hó)	Nettó bérleti díj minimum (Ft/hó)
Tátika utca 8.	62	750	46 500
Törökszegfű tér 7-8.	120	750	90 000
Törökszegfű tér 1-2.	124	750	93 000
Kolozsvár utca 6/B	148	750	111 000
Kolozsvár utca 6/A	149	750	111 750
Szent korona útja 25/C	165	750	123 750
Szent korona útja 27/B	167	750	125 250
Tátika utca 2.	190	750	142 500
Tátika utca 5.	293	750	219 750
Csillagfürt utca 7.	297	750	222 750
Kolozsvár utca 4/A	299	750	224 250
Csillagfürt utca 6.	300	750	225 000
Csillagfürt utca 2.	301	750	225 750

Amennyiben felhívásunk felkeltette érdeklődését, bérleti vagy vásárlási szándékával keresse meg munkatársainkat! ÜZLETI INGATLAN BÉRBEADÁSA +36 30 59 50 005, +36 30 1834643, helyiseg@palotah.hu



A kerületi televízió részletes műsorstruktúrája az XV TV képűságon és az [xvmedia.hu/tevemusor](http://xvmedia.hu/tevemusor) oldalon, hirdetési ajánlata és az Életképek médiaajánlata az [xvmedia.hu/hirdetes](http://xvmedia.hu/hirdetes) oldalon olvasható. A közösségi televízió online adást is sugároz, amely szintén a honlapon tekinthető meg.

**A hétfői adás ismétlései**

Hétfő	21:30
Kedd	6:00
Kedd	8:30
Kedd	11:00
Kedd	13:30
Kedd	16:00
Szombat	6:00
Vasárnap	16:00

**A keddi adás ismétlései**

Kedd	21:30
Szerda	6:00
Szerda	8:30
Szerda	11:00
Szerda	13:30
Szerda	16:00
Szombat	8:30
Vasárnap	13:30

**A szerdai adás ismétlései**

Szerda	21:30
Csütörtök	6:00
Csütörtök	8:30
Csütörtök	11:00
Csütörtök	13:30
Csütörtök	16:00
Szombat	11:00
Vasárnap	11:00

**A csütörtöki adás ismétlései**

Csütörtök	21:30
Péntek	6:00
Péntek	8:30
Péntek	11:00
Péntek	13:30
Péntek	16:00
Szombat	13:30
Vasárnap	8:30

**A pénteki adás ismétlései**

Péntek	21:30
Szombat	16:00
Vasárnap	6:00
Hétfő	6:00
Hétfő	8:30
Hétfő	11:00
Hétfő	13:30
Hétfő	16:00

**AZ XV TV MŰSORA**

október 19. szerda	október 26. szerda
19:00 Csengetés	19:00 Csengetés
19:20 Sportmagazin	19:20 Sportmagazin
19:40 Tükörben	19:40 Tükörben
20:00 Alkotó kéz	20:00 Alkotó kéz
október 20. csütörtök	október 27. csütörtök
19:00 Állatbarát magazin	19:00 Állatbarát magazin
19:10 Tükörben	19:10 Tükörben
19:20 Hollywood Palotán	19:20 Hollywood Palotán
19:30 Visszatekintő	19:30 Visszatekintő
október 21. péntek	október 28. péntek
19:00 Megkérdezzük a polgármestert	19:00 Megkérdezzük a polgármestert
19:10 Híradó	19:10 Híradó
20:10 Képviselői vblog	20:10 Képviselői vblog
október 22. szombat	október 29. szombat
19:00 Visszatekintő	19:00 Visszatekintő
október 23. vasárnap	október 30. vasárnap
19:00 Sportmérkőzés	19:00 Sportmérkőzés
október 24. hétfő	október 31. hétfő
19:00 60+	19:00 60+
19:20 Kultakt	19:20 Kultakt
19:40 Kertbarátok	19:40 Civil sáv
20:00 Sportmagazin	20:00 Sportmagazin
október 25. keddi	november 1. keddi
19:00 Kultakt	19:00 Kultakt
19:20 Élen állunk	19:20 Öttusa magazin
19:40 Visszatekintő	19:40 Visszatekintő

Ezúton tájékoztatjuk kedves nézőinket, hogy a Magyar Telekom szeptember 1-jétől megszüntette az XV.TV adásának sugárzását az analóg csomagban. Ezzel egy időben műsorunk elérhetővé vált a digitális platformon, ahol a 230-as és 231-es csatornán tudják megtekinteni adásainkat.



Részletes információk programjainkról:  
[www.csokonaiksk.hu](http://www.csokonaiksk.hu)

**CSOKONAI MŰVELŐDÉSI HÁZ**  
1153 Eötvös u. 64-66. T.: 307 7285**PÉNTEK ESTI FORDULÓ**

október 21. 18 óra  
Néptáncoktatás felnőtteknek  
Belépő: 500 Ft

**CSOKI-MOZGÓ nyugdíjas filmklub**

október 27. csütörtök 15 óra  
Kínai negyed. Belépő: 300 Ft

**KAMARAZENÉS TEADÉLUTÁN**

október 30. vasárnap 16 óra  
Belépő: 500 Ft

**ÚJPALOTAI KÖZÖSSÉGI HÁZ**  
1158 Zsókavár u. 15. T.: 410 0836**LÉLEKHANGOLÓ MŰHELY**

Oktober 21. péntek 10 óra  
Kistestvér érkezik. Belépő: 500 Ft

**ÁLOMSZÖVŐK**

**Babaszínházi előadás**  
október 22. szombat 10 óra  
Belépő: gyerek: 600 Ft, felnőtt: 800 Ft

**ÖLTÖGETŐS-VARROGATÓS**

október 22. szombat 13-15 óra

**ZSÓKAVÁR GALÉRIA**

október 25. keddi 18 óra  
Kaliczka Patrícia kiállítás megnyitója.

**CSALÁDI KÉZMŰVES DÉLELŐTT**

október 29. szombat 10-12.30 óra  
Belépő: 400 Ft

**NOSZTALGIAKLUB**

november 4. péntek 17-21 óra  
Sztárvendég: Bakacsi Béla  
Belépő: 1200 Ft

**CAPOEIRAEDZÉSEK**

szerda és péntek 18.30-19.30

**KOZÁK TÉRI KÖZÖSSÉGI HÁZ**  
1154 Gábor Á. u. 58/c T.: 410 5536**BATYUS HALLOWEEN PARTY**

október 29. szombat 16-21 óra  
Belépés halloweenjelmezben,  
szülőknél jellemző kiegészítővel.  
Belépő: 1000 Ft

**KULISSZA ALKOTÓKLUB**

szombat 9-13.30 óra  
9-14 éveseknek.  
Ára: 2500 Ft/bérlés

**ŐSZI KÉZMŰVES TÁBOR ISKOLÁSOKNAK**

november 2-4. 10-17 óra  
Előzetes jelentkezéssel! Ára: 2000 Ft/nap, vagy 1000 Ft/foglalkozás

**ŐSZI KÉZMŰVES ALKOTÓHÁZ**

október 22. szombat 10-14 óra  
Belépő nincs, csak költségtérítés

**PESTÚJHELYI KÖZÖSSÉGI HÁZ**

1158 Szűcs I. u. 45. T.: 419 2006

**VIADAL, avagy a Kakas,**

**a Császár és a gyémánt félkrajcár**  
október 21. péntek 10 óra  
A Ládafia Bábszínház előadása  
Belépőjegy ára: 900 Ft

**ULTIBAJNOKSÁG**

október 21. péntek 17 óra  
Nevezési díj: 700 Ft

**PÉNTEKI PEKH PIAC – őszi vásár**

október 21. péntek 16-19 óra  
Asztalfoglalás: 500 Ft

**GYERMEKPSZICHODRÁMA**

péntek 17-18.30 óra  
Ára: 3000 Ft/alkalom

**TÜNDÉREK, TÖRPÉK, TÁLTOSOK**

szerda 17-18.30 óra  
színházi játék 5-10 éveseknek  
Ára: 4000 Ft/hó

**MANÓCSKA TORNA**

hétfő 10-10.30 óra  
Ára: 1200 Ft, 4 alkalom: 3600 Ft

**DOKUMENTUMTÁR ÉS INFORMÁCIÓS KÖZPONT**

1153 Bocskai u. 70-78. T.: 271 0853

**JÓ SZÜLŐNEK LENNI!**

október 19. szerda 18 óra  
Rend a lelke mindennek

**BIOKERTÉSZ KÖR**

november 9. szerda 18 óra  
Mikroorganizmusokkal az egészségesebb és tisztább környezetért



**Ingyenes angol és számítógépes tanfolyamok** indulnak októberben a XV. kerületben élőknek.

Regisztrációs díj: 5000 Ft. Jelentkezés, információ honlapunkon, tel.: 307 7285, [www.csokonaiksk.hu](http://www.csokonaiksk.hu).

## Fejtsd meg a rejtvényt!

Vágd ki az újságból, és küldd el zárt borítékban levelezési címkünkre (XV Média Kft., 1615 Bp., Pf. 155), vagy add le a szerkesztőség részére a Bocskai utca 1–3. szám alatt. A borítékra írd rá „DÖRMI FEJTVÉNY”. Egy helyes megfejtőnk Dörmögő Dörmőtört nyer a Drize Kiadó jóvoltából.



Mi a dátum?

**OKTÓBER**  
H K Sz Cs P Sz V  
hétfő kedd szerda csütörtök péntek szombat vasárnap

					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Válassz az alábbi kérdésekre a naptár alapján!

Milyen napra esik október 4-é? \_\_\_\_\_

Hány teljes hét van októberben? \_\_\_\_\_

Minek van idén október 23-án a 60. évfordulója? \_\_\_\_\_

Hány hétfő van októberben? \_\_\_\_\_

A beküldési határidő: október 26.

## Az Árvai-had

Oravec Imre az *Ondrok gödre* című regénye 2007-ben jelent meg először, idén már a harmadik kiadása látott napvilágot. Önálló műként is megállja a helyét, de jó hír, hogy négy éve kiadták a folytatását *Kaliforniai fűrj* címmel, és a szerző most írja a családregény harmadik, befejező részét.



A XIX. század közepén a Mátrában, Szajla faluban él az Árvai család. Az író kissé távolságtartó, lassú és nagyon precíz elbeszéléséből mindent megtudunk róluk, és ezzel együtt a korszakról is. Hatalmas változások történnek – Árvai János pedig nem fél az újdonságoktól, hanem mer változtatni a szokásaikon. Ökrök helyett lovakkal szánt, majd mezőgazdasági gépeket vesz és folyamatosan gyarapítja földjeit. „Parasztnak születni kell, azt tartották a régiék... Ez olyan mesterség volt, amelyet nem tanítottak sehol, nem volt iskolája, de még ilyen tantárgy sem.”

Az regény hangvétele mentes a nagy, hullámzó érzelmektől, de mégis olyan erő sugároz, annyira szépen adja vissza a benne szereplő érzéseket, hogy magával ragadja az olvasót. A föld szeretete, a születéshez és halálhoz való viszony, a megszokottól való eltérés mind más volt 150 éve, mint manapság. Napjainkban nehéz elképzelni, hogy egy fiatal ne maga döntesse el, hogy kivel köt házasságot vagy milyen foglalkozást választ.

Árvai István az elsőszülött fiú a család második generációjából megküzd apjával, hogy a saját akarata érvényesüljön, de ennek nagy ára van – a döntésük kihat a család további sorsára. Az Aegon-díjat Oravec Imre a *Távozó fa* című verseskötetért kapta, de prózai művei is ugyanezt a magas színvonalat képviselik.

(Oravec Imre: *Ondrok gödre*; *Magvető*, 2016; 3990 Ft)

Kovács Ildikó

GRAFIKA: VARGA TÍMEA LAURA

### Az okos leány

Egyszer volt, hol nem volt, volt egy molnárnak egy takaros, okos lánya, aki olyan okos volt, hogy hetedhét országra elment a híre.

Meghallja ezt a király. Odaizent, hogy van neki a padlásán százesztendősz kenderere, fonja meg azt selyemcérnának.

A leány erre visszaizen, hogy van nekik egy százesztendősz sővénykerítésük, csináltasson a király abból aranyorsót, akkor szívesen megfonja az aranyfonalat, mert azt csak nem kívánhatja a király, hogy a drága aranyfonalat haszontalan faorsón fonja meg.

Tetszett a királynak a felelet. Megint izen a leánynak, hogy van neki a padlásán egy lyukas korsója, foldozza meg, ha tudja.

Megint visszaizen a leány, hogy fordítottassa ki a király a korsót, mert az öregapja se hallott olyat, hogy a színeről foldoztak volna meg valamit.

Ez a felelet még jobban megtetszett a királynak. Most meg már azt izente, hogy menjen el a leány őhozzá, de menjen is meg ne is; köszönjön is meg ne is, s vigyen is ajándékot meg ne is.

Erre a leány elkérte az apjától a szamarát, felült a hátára, s úgy ment a király elébe. Otthon egy galambot megfogott, két szita közé tette, és elvitte magával.

Mikor aztán a király elébe ért, egy szót sem szólt, hanem meghajtotta magát, aztán a galambot a szita közül elreptette. Így aztán ment is, nem is; köszönt is, nem is; vitt is ajándékot, nem is.

A király úgy megszerette az okos leányt, hogy mindjárt elvette feleségül.

# A nyolcvanéves templom



ARCHÍV FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

Csaba Rezső református építész a múlt század első felében három templomot is tervezett a XV. kerületbe. A templomok közül az Arany János utcai idén lett nyolcvanéves. A mai utódok október 15-én, a reformáció hónapjában emlékeztek meg a születésnapról.

Idén márciusban lett nyolcvanesztendő a Rákospalota – Újvárosi Református Egyházközség temploma, az ünnepelés azonban október 15-ére tolódott. A reformáció hónapjában tartott megemlékezésen Arlett Annamária, a MÁV-telep Baráti Körének vezetője mutatta be azt az 500 példányszámban, az önkormányzat támogatásával készült leporellt, mely a templomépítés körülményeit, illetve a templomépítő Csaba Rezső munkásságát mutatja be.

Ugyancsak az október 15-i ünnepségen



tartott előadást Milisits Máté művészet- és művelődéstörténész az imahely építéséről.

– Csaba Rezső összesen öt református templomot építettt Budapesten – mondta a szakember. – Ebből három a XV. kerületben található. A három közül leghamarabb, 1936-ban az újvárosi készült el, majd az óvárosi következett 1941-ben, legvégül pedig a MÁV-telepit avatták fel 1944-ben.

A három templom építéséről a Budapesti Városvédő Egyesület, a református egyház és az önkormányzat már 2014-ben előadás-sorozatot tartott. A mostani rendezvény ennek folytatásaként is értékelhető. A különbség csak annyi, hogy az elhangzottak akkor kimondottan Csaba Rezső munkásságára, míg a mostani rendezvényen inkább a templom-építő közösségre fókuszáltak.

R. T.

# Mobilt a gyerekeknek?



Ragadós példa | Mérlegelni kell, mit szolgál a telefon

Nagyszüleinknek nehéz volt elfogadni a televízió előtt tátott szájjal hosszú ideig üldögélő gyermekeket. A mi generációnk óvna-védené a kicsiket a számítógép és mobiltelefon bűvkörétől.

„Gyakran látjuk az intézményünkben is, amikor a kicsik a váróteremben boldogan nyomogatják a gombokat anyjuk okostelefonján, és nincs tovább gondja a szülőnek a várakozást nehezen viselő, türelmetlenkedő csemetével” – magyarázta Beckskeháziné Czenki Valéria klinikai szakpszichológus, a Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XV. kerületi Tagintézményének munkatársa.

A szakember azt is elmondta, hogy a foglalkozásain sokszor elhangzik az óhaj, mennyire szeretne telefont a kisiskolások. A leggyakoribb érv az, hogy már az osztálytársa is kapott, ezért ő is szeretne. Nincs könnyű helyzetben

FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

a szülő, ha le akarja beszélni erről a gyermekkel. A mérlegelés ebben az esetben is kulcs a helyzet megoldásához – tanácsolja a szakpszichológus. Véleménye szerint olyan kérdéseket fontos tisztázni, mint például, milyen célt szolgál az eszköz a gyermek kezében? Ha már megvettük, mennyi ideig és mire használja a gyermekünk? Miért és mikor is lenne rá szüksége?

A kicsi valószínűleg szívesen játszik a letöltött játékokkal, viszont a szülőnek nem árt felkészülniük, hogy nem lesz könnyű ebből a mozgásszegény helyzetből kizökkenteni, aktivitásra buzdítani csemetéjüket. A szakember azonban arra is kitért, hogy a mobiltelefon – mint bármelyik eszköz – jó lehetőség is arra, hogy többet tudjunk meg a gyermekünkről, hiszen vágyaik vagy épp önismeretük is megmutatkozik az eszköz használatakor. (b)

## TESTVÉRVÁROSAINK

# A Bécsi-erdő szomszédságában

Bécs 23. kerülete az osztrák főváros délnyugati határán fekszik, a Duna jobb partján. Történetében és fekvésében sok mindenben hasonlít magyar testvérvárosára, a XV. kerületre.

Eredetileg nyolc falu összeolvadásából jött létre a kerület, az addig különálló települések 1938 óta tartoznak Bécshez. A most már egységes kerület őrzi az egyes településrészek hagyományait, van, ahol a malmokra büszkék, vagy a szőlőskertekre, máshol a fejlett ipari negyedre, hol pe-

dig a zöldfelületekre. Liesing, ahogy a 23. kerületet hívják, méltán híres a természet-hez való viszonyáról, a terület harmada zöldfelület, az utcáin több mint 6500 fa áll.

A Bécsi-erdő egyik része is Liesinghez tartozik, sokan keresik fel a pihenni vágyók közül. Az erdő több mint fele természetes, vegyes fajú erdőből áll. A környék gazdag termál- és ásványvizekben, lehetséges, hogy a megfelelő időjárás és a talaj mellett ennek is köszönhető a különleges, jó minőségű bortermeles. Az itteni

rotgipfler és cirfandli szőlőkből készült borok állandóan megtalálhatók a helyi vendéglők kínálatában.

Adalbert Stifter író, költő, festő még a XIX. században írta a Bécsi-erdőről, hogy „olyan érzés, mintha egy vadonban lennél, s nem a világ egyik legnyüzsgőbb fővárosától pár mérföldnyire”. A kerület Bécs belvárosától valóban kissé messzebb helyezkedik el, de a közlekedési hálózat fejlett, hamar elérhető a központ az S-Bahnnal, azaz az elővárosi vasúttal, metróval



vagy a gázüzemű autóbuszokkal. A mai napig települnek oda cégek, körülbelül 4000 vállalkozás van a kerületben. Például Liesing Inzersdorf nevű részében működik a híres Heindl csokoládégyár és

múzeum, ahol a kiállítási tárgyak másolatát meg is lehet költeni. Bécs idén is elnyerte a legelőbbségi város címét, ehhez a 23. kerület sokszínűsége is hozzájárult.

Kovács Ildikó

## Szilfán-fütyülő



Az új tanévben egy rendhagyó népzenei, népművészeti tanórasorozatot indított útjára a Csokonai Művelődési Ház a Rákospalotai Szilas Néptáncgyűttessel. A Szilfán-fütyülő címet viselő sorozat célja, hogy az 1-4. osztályos kisiskolások rendhagyó népzenei, népművészeti tanórákon, kötetlen formában találkozzanak néphagyományainkkal. Hat néprajzi tájegységet/velünk élő kultúrát – Rákomentét, Bácskát, Moldvát, a pásztorok világát, a cigány hagyománykincset és Kárpátalját – barangolnak végig a népzene, a népi hangszerek, népdalok, népmesék, gyermekjátékok, valamint a néptánc segítségével. A foglalkozások házigazdája: Sikentáncz Szilveszter, a Rákospalotai Szilas Néptáncgyűttes művészeti vezetője.

A „Szilfán-fütyülő, népzenei barangolások Rákospalotán és azon is túl...” programsorozatot a Nemzeti Kulturális Alap Halmos Béla Program támogatásával valósul meg. ■

## Károly Róbert-szezon

Bár már szeptember 1-jén elkezdődött a 2016–17-es tanév, a hagyományos Károly Róbert Vigasságok „szezonnyitót” csak október elején tartották a Bogáncs utcai iskolában. Évközben folyamatos az apródképzés, az év pedig mindig a Károly Róbert héttel és a gálával fejeződik be.

Az idei vigasságok helyszíne ismét a Szántó föld utcai sporttelep volt, ahol a mintegy ezer vendég kényelmesen elfért. A programok egy része a hagyományörzésre, a többi pedig a jókedvre és a szórakozásra épült. Az előbbiről az Árpád Népe Hagományörző Egyesület, az utóbbiról pedig a rákospalotai iskola tantestülete, valamint a szülők főztje gondoskodott. ■

## Meditáció és belső béke

Különleges programra várja a Nyitott Ajtó Együttműködési Iroda (Páskomliget utca 6.) a spiritualitás iránt érdeklődőket október 28-án délután 6 órára. Gunagriha, korunk nagy spirituális mestereinek, Sri Chinmoynek a tanítványa tart előadást a meditációról, a belső csend és béke megvalósításáról. A belépés díjtalan. ■

## Kisvonatos séták

A Farkasréti temetőben – területéhez képest – egész Magyarországon a legtöbb nevezetes személy nyughelye található. A halottak napjához közeledve a Budapesti Temetkezési Intézet Zrt. kisvonatos temetősétákat indít Farkasréten, amelyek során szakszerű idegenvezetéssel mutatja be a főutak mentén elhelyezkedő, legkiemelkedőbb sírokat, művészi síremlékeket. A Művészarcellánál lehetőség lesz a kiszállásra, és a híres színészek, művészek, írók sírjainak alaposabb megtekintésére, a megemlékezésre.



Időpontok: 2016. október 21. és 22-én 10:00, 12:00 és 14:00 órákor. Bár a sétákra nem szükséges az előzetes bejelentkezés, ám nagyobb létszám esetén előfordulhat várakozás az indulások során. ■

## Közünk Van 1máshoz Nap

A Közünk van 1máshoz csapata bemutatkozó napot szervez, melynek során a generációk közötti párbeszéd lehetőségeiről lesz szó. Mindent október 22-én 10 és este 8 óra között, változatos programokon keresztül valósítják meg a Fogasházban (VII., Akácfa utca 51). Az ingyenes programban lesz komolyság, vigasság, kézművesség, zene, tánc, film, étel-ital. Az érdek-

lődőket többek között színház, slam poetry, vegán ételkóstoló, punkzene, Gulág-téma, hasztánc, divatbemutató, filmklub, retrosarok, énekelt versek, nyelvi vetélkedő várja. Olyan tabudöntөгő témákról is szó lesz, mint szex/drog/hajléktalanság/melegség kérdése régen és most. A részletes program a [www.kozunkvan1mashoz.hu](http://www.kozunkvan1mashoz.hu) honlapon megtalálható. ■

## Takarékoskodj okosan!



Október utolsó munkanapja a takarékosági világnap. A nappal az 1924-es milánói nemzetközi pénzügyi konferenciának állítanak emléket, ahol három földrész takarékpénztárainak küldöttei két fő témában folytattak szakmai eszmecsere: egyrészt számot adtak a pénzügyintézetek működésének jellemző tapasztalatairól, céljairól és terveiről, másrészt azokról a hatóságai és takarékpénztári feladatokról esett szó, amelyek a betétesek érdekeinek és jogainak fokozottabb védelmét szolgálják. Magyarország legnagyobb pénzügyintézete, az OTP Bank 1964-ben csatlakozott a nemzetközi tanács felhívásához – olvasható a Jeles Napok adatbázisában. Ez a nap a takarékoskodó emberek napja, melynek célja, hogy felhívja a figyelmet a megtakarítások és az öngondoskodás fontosságára. ■

## Szomszédünnap



A látássérültek látványos vendégül a látókat az október 8-i Erdőkerülő utcai szomszédünnapen, melyen volt bográcsgulyásos ebéd, zene és tombola is. ■

## Sörényes hangyász született



Először született sörényes hangyász a Fővárosi Állat- és Növénykertben. A Dél-Amerikában őshonos állatfaj egy példányát ugyan már 1895-ben láthatta az Állatkert közönsége, utána azonban több mint száz év szünet következett, hiszen az újabb időkben csak két éve, 2014 nyarán szereztek be ismét sörényes hangyászokat. A tavalyelőtt érkezett két állat, Isabela és William kifejezetten azzal a céllal került Budapestre, hogy később utódjuk is szülessen. Erre azonban várni kellett, mert érkezésükkor még egyikük sem számított felnőtt, ivarérett állatnak.

A kölyök október 5-én hajnalban látta meg a napvilágot. Mivel az anyaállat szép időben a kifutóban, kevésbé szép időben pedig a közönség által üvegfalon keresztül szemlélhető belső, fűtött térben szokott tartózkodni, a jövendő tulajdonképpen már a látogatók is megtekinthetik. Némi szerencse azonban kell hozzá, mert amikor Isabela épp pihen, és lompos farkával betakarítja magát, olyankor előfordulhat, hogy a kölyök is takarásba kerül. Délelőtt 10 órákor azonban az anyaállat szinte mindig ébren szokott lenni, ez ugyanis a hangyászok etetésének időpontja – írja honlapján az állatkert. ■

# Járőröznek kerületszerte



Összefognak a szemelők ellen | Kamerák segíthetik az elfogást

A Sződliget utcai szelektív hulladékgyűjtőt figyeli egy térfigyelő kamera, így az az elmúlt hónapokban huszonegy illegális szemelőt tudtak lefűlelni az önkormányzati rendészek.

Az illegális személtelakás egy csikk eldobásával kezdődik és több zsák sít telakásával végződik. Az elkövetőket pedig csak akkor tudnánk tetten érni, ha állandóan ott posztolnánk a hulladéklerakók körül vagy külterületeken. Erre azonban nincs lehetőségünk – mondja Horváth Attila, az önkormányzati rendészek vezetője.

A Sződliget utcai lerakó kirívó példa, pedig jó lenne, ha többi szelektív hulladékgyűjtőnél is kiraknának kamerát.

– Amit a tisztább kerületért tenni tudunk az az, hogy a veszélyeztetett területekre fokozottan odafigyelünk – mondja a vezető.

Nos, ilyen fokozott figyelem irányul a területekre októberben, amikor több – egyelőre tíz – alkalommal közös akciót szerveznek a rendészek a mezőőrökkel és a polgárőrökkel. A vegyes egyenruhás járőrpárosok nemcsak szolgálati autókkal, hanem ci-

vil járművekkel is járőröznek. A mezőőrök például a külső területeken cirkálnak, ahol egyébként a közelmúltban a megszokott sitten és háztartási hulladékon kívül állati eredetű csontokat, sőt egy pokrócba csavart disznótetetmet is találtak.

Horváth Attila elmondta, a tisztább XV. kerületért vívott harcban a lakosság segítségére is számítanak. Várják az illegális személtelakásokról szóló bejelentéseket, hogy minél eredményesebben tudják felvenni a harcot a notórius szemelőkkel.

Riersch Tamás

# Több sebből vérző rendszer

Nem olcsó multság manapság egy gépjárművezetői tanfolyam, ráadásul többen panaszkodnak, hogy pénzükért cserébe nem azt kapják, amit elvárnának. A tanulók a gyakorlati órákon keveset vezetnek, így felkészületlenül mennek a vizsgára. Próbáltunk utánajárni, mit lehet tenni, elkerülhető-e valamilyen módon ez a probléma.

– Valóban fennáll ez a jelenség, ráadásul azt is hozzá kell tenni: nem elég, hogy rutintalanul mennek a tanulóvezetők vizsgázni, de az időpontra is sokat kell várniuk – tudtuk meg egy, a neve elhallgatását kérő szakembertől. – A gépjárművezető-képzési rendszer hibái nem új keletűek. Több mint 10 éve az egyik budapesti autósiskola a piacnál lényegesen kedvezőbb áron kezdte kínálni a képzéseit. A többieknek pedig – érthetően – bele kellett menniük a lefelé menő árszférybe. Mindennek következményeképpen az oktatók bérére is kevesebb pénz jutott, és jut a mai napig. Ők pedig úgy próbálnak spórolni,



Kezdő vezetők | Megfizetik a tanulópenzt

hogy az autójuk fenntartási költségeit igyekeznek visszafogni, aminek a tanulók látják a kárát, hiszen ezért az előírtnál rövidebb időt vezetnek a gyakorlati órákon – folytatta a szakember.

Mindemellett évekig nem is létezett oktatóképzés, így oktatóból is kevés volt. Igaz, ezen a területen bekövetkezett változás, hiszen 1-2 éve ismét elindult a képzés, így hamarosan megjelennek a frissen képzett oktatók, azonban a jelenlegi helyzetben ők sem számolhatnak magasabb bérrel.

– Mit tehet egy jogosít-

ványra vágyó fiatal ebben a helyzetben? Próbáljon tájékozódni az ismerősöktől, hogy melyik autósiskolával, oktatóval voltak elégedettek, és igyekezzen oda bekerülni. Az is megoldás lehet, ha – amennyiben a családi büdzsé engedeli – felárat fizet a pluszórákért a vizsga előtt. Ha pedig sikerült megszereznie a jogosítványt, érdemes egy megbízható, jól vezető ismerőssel gyakorolni kisebb forgalmú helyeken, és csak azután beülni egyedül a volán mögé – tanácsolja a szakember.

-y -a

## RENDŐRSÉGI HÍREK

### Kétszer vett motorkerékpár

Az egyik hirdetési portálon látta viszont a segédmotorját az a nő, akitől a járművét ismeretlen tettes korábban ellopta.

A nő vevőként jelentkezett a hirdetésre, ám az adásvéte-

li tárgyalásra néhány civil ruhás rendőr is elkísérte, akik elfogták az eladót, a megkevert motorkerékpárt pedig visszaadták a jogos tulajdonosának.

RiTa

### Ütve rabolt



GRAFIKA: VARGA TÍMEA LAURA

A Nyírpalota utca egyik buszmegállójában ütöttek le hátulról egy nőt, aki megszédült, így védekezni sem tudott, amikor a támadója kitépte a fülbevalóját.

A rabló az egyik újjalotai

lépcsőházban talált ruhákba átöltözve próbált elmenekülni, de a járőrök a tanúktól kapott személyleírás alapján hamar elfogták. A férfit azóta előzetes letartóztatásba helyezték.

RiTa

### Így is lehet helyszínelni

A XV. kerületi kapitányság helyszínelői is szoktak járőrözni a kerületben.

Egyik alkalommal gyanúsan viselkedő férfira figyeltek fel, akit megpróbáltak igazoltatni, ám az illető megtagadta az ellenőrzést,

ezért kénytelenek voltak őt előállítani.

A férfi adatainak ellenőrzésekor kiderült, hogy kórházi kezelésre szorul, és emiatt körözést adtak ki ellene. A férfit ezt követően kórházba szállították.

-sch -s

A rendőrségi hírekben szereplő információkat a XV. kerületi rendőrkapitányság szolgáltatta.

Az önkormányzati közterület-felügyelet (rendészek) az 1 305 3230 (ügyfélfogadási időben), 1 305 3147 (ügyfélfogadási időn kívül) telefonszámokon várja a bejelentést.

**THÖKÖLY VENDÉGLŐ**  
SINCE 1923  
1146 Budapest, Thökölly út 80.  
Asztalfoglalás: (+36 1) 383 50 44

**November 27. 17.00**  
**SZÍJ MELINDA**



*Thökölly Vendéglő  
... elegáns, romantikus  
retró utazás a  
gasztronómia világában!*



*Szeretettel várjuk Önöket  
családi ünnepek  
(esküvő, születésnap,  
házassági évforduló),  
céges rendezvények  
(üzleti ebédek, árubemutató,  
továbbképzések) alkalmával!*



**VOYAGE DUO**

**Minden csütörtök, péntek és szombat este élőzene, tánc!**

**December 11. 17.00**  
**BAKACSI BÉLA**



**Figyelem!**  
*Megkezdjük a szilveszteri jegyek értékesítését! Foglaljon időben, ha feltétlen a Thököllyben szeretne szilveszterezni!*

[www.thokolyrestaurant.hu](http://www.thokolyrestaurant.hu)

# Gyümölcsöző kapcsolat



Az XV Média lehetőséget ad arra, hogy a szurkolók találkozzanak a riói olimpia hőseivel. A beszélgetéseket kéthetente hétfőnként este 7 órakor tartják a Csokónai Művelődési Házban.

Az első alkalommal az olimpián első aranyérmünket szerző Szász Emese párbajtőrívó és a Rákospalotán élő edzője, Kulcsár Győző volt a vendég. A következő beszélgetés október 24-én lesz, akkor az öttusázóktól lehet kérdezni.

– Eleinte nem volt könnyű a messterrel szót érteni – mondta Szász Emese edzőjéről, Kulcsár Győzőről. – Teljesen más karakter volt, mint a korábbi edzőm, leadta az iskolát, majd azt mondta, hogy eredjek vívni. Nekem kellett kezdeményeznem a közeledést, majd szép lassan megnyílt nekem.



Kulcsár Győző, Szász Emese | Győzni is meg kell tanulni

Szász Emese és Kulcsár Győző 2001-ben találkozott egymással. A sikeredző nem sokkal korábban jött vissza Olaszországból, ahol előtte 15 éven át dolgozott. Hazatérte után vette át többek között a Sydney-ben aranyérmes magyar párbajtőrívó, Nagy Tímea edzéseit is. Ez kihívást jelentett számára, hisz az

FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ

olimpiai bajnoktól Athénban címvédést vártak. Szász Emese akkoriban 19 esztendő fiatal tehetség volt, aki 2004-ben nem került be a csapatba, 2008-ban és 2012-ben azonban már ott volt az ötkarikás játékokon.

– Egy edzőnek nemcsak vívni, hanem győzni is meg kell tanítania a tanítványait – mondta Kulcsár Győző. – Úgy látszik, Emesének ehhez hosszabb időre volt szüksége.

A mester és a tanítvány kapcsolata remélhetőleg nem ér véget a riói győzelemmel. Szász Emese ugyan hosszabb pihenőre megy – családalapításra készül –, ám mindenképpen szeretne visszatérni a pástra, mert a tokiói olimpia a tervei között szerepel. R. T.

## Talpraesett cselgáncsos



Ipponkirálynő | Már biztos a ligaelsőség

A Dózsa György Gimnázium és Táncművészeti Szakközépiskola híres a sikeres sportolókról, Nyíri Nikolett az egyik tanulójuk, akire manapság büszkék lehetnek. A 9. évfolyamos diák ugyanis sorra nyeri a cselgáncsversenyeket.

– Hatévesen az Újpestben kezdtem judózni – mesélte Niki –, ahova a bátyámat, Petit követtem. Hamar megtetszett a sportág, így a szőnyeg mellett ragadtam. Komolyabban viszont csak három éve kezdett érdekelni, amióta a számos nagy bajnokot felnevelő Illés Sándor irányítja az edzéseimet.

Nyíri Nikolett tízévesen nyerte az első országos bajnoki címét, melyet azóta már háromszor sikerült megismételnie. Legutóbb a Varsó Openen az 57 kilogrammos súlycsoportban állhatott a dobogó tetejére. Az aranyéremért a huszonhat fős mezőnyben öt versenyzőt kellett legyőznie. Niki formájára jellem-

ző, hogy az öt találkozó közül négyet ipponnal nyert. Niki a négy ország ifjú judósait felvonultató Euro Liga sorozatban is az első helyen áll, az Aradon, Szabadkán és Szegeden rendezett versenyeket mind megnyerte, így a hátralevő eszéki fordulótól függetlenül már biztos, hogy elnyeri a rangos trófeát.

– Az U15-ös korosztályban még nincsenek rangos világversenyek, de jövőre, ha minden úgy alakul, már a korosztályos Európa-bajnokságon és világbajnokságon is részt vehetek majd – mondja Niki. – A nagy álmom, hogy egyszer szerepelhessek az olimpián, amire 2024-ben lenne reális esélyem.

Nyíri Nikolett néhány napja a Toto Sport Egyesületben folytatja a pályafutását, ahova követte az edzőjét. Mint mondta, a környezetváltástól azt várja, hogy még alaposabban tudjon felkészülni a rá váró nagy feladatokra. RiTa

### BAJNOKI MENETREND

#### Női röplabda NB I.

Október 23. 16.00 Nyíregyháza  
Fatum-Nyíregyháza – Palota RSC

Október 29. 17.00 Pasaréti Csarnok  
Vasas-Óbuda – Palota RSC

Október 31. 17.00 Megyeri út 6.  
UTE – Palota RSC

#### Férfikósárlabda NB II.

Október 20. 19.30 Bogánics utca 51–53.  
BLF KK – Szent Pál Akadémia

Október 27. 20.45 Vendel utca 10.  
Józsefvárosi KC – BLF KK

#### Női labdarúgás NB II.

Október 29. 15.00 Balatonfüred  
Balatonfüred FC – Vasas-Femina

#### Női kézilabda NB II.

Október 30. 11.00  
Szent István SE II – REAC SISE

#### Férfifutsal NB II.

Október 17.00 19.30  
Airnergy FC – REAC SISE

Október 24. 19.30 Csömör  
REAC SISE – Tolna VFC

Október 24. 19.00  
SZTE EHÖK SE – Rákospalotai Reactor SE

Október 28. 21.00 Romhány  
Romhány SE – REAC SISE

#### Férfilabdarúgás NB III.

Október 22. 14.30 Tállya  
Tállya KSE – REAC

Október 30. 13.30 Budai II. László  
Stadion | REAC – MTK Budapest II.



## Futás az esőben



Itt van az ősz, ilyenkor nemcsak a hőmérséklet csökken, de gyakran esik az eső is. Emiatt azonban korántsem kell lemondanunk a szabadtéri sportolásról, ha gondoskodunk a megfelelő öltözetről.

– Bár valóban hűvösre váltott az idő, azt esőben se felejtjük el, hogy mozgás közben az ember gyorsan kimelegszik, megizzad, így semmiképpen sem szabad túlöltözni – hívja fel a figyelmet Szakács Olivér fitnesszedző.

A pamutból készült ruhadarabokat ilyenkor mindenképpen felejtjük el. Ha esőben edzünk, az egyik legfontosabb a megfelelő alöltözet, azaz a jól szellőző anyagból készült legalsó réteg. Erre húzhatunk még egy-két, szintén légáteresztő felsőt. Legfelülre pedig ne víztaszító esőkabátot vegyünk, mert az benn tartja a hőt és a nedvességet,

hanem inkább egy jól szellőző anyagból készült szélzsekit. Esőben nagyon fontos viselőt a baseballsapka vagy az esőkabát, ami az arcra elvezeti a vizet.

Végül térjünk át a lábra. Ha nincs hideg, és térdnadrágban is lehet futni, érdemes a szabadon lévő testrészeket zsíros, vízlepergető hatású krémmel (például vazelin) bekenni. A zokninál is felejtjük el a pamutot, ami esőben elázik, felgyűrődik, feltöri a lábát, hanem válasszunk gyapjúból vagy nedvességelvezető anyagból készültet. Azzal számolnunk kell, hogy a cipőnk az esős edzés után elázik, futás után tömjük ki belülről újságpapírral, és úgy szárítsuk meg.

Edzés végeztével mihamarabb szabaduljunk meg a vizes ruháktól, zuhanyozzunk meleg forró vízben, és csak utána nyújtsunk.

–y–a

## Győzelemmel emlékeztek



Összeállt a csapat | Sikeres szezon elé nézhetnek

A Szalayné Sebők Éva Emléktorna emléket állít a XX. század legjobb női röplabdázójának, és az általa alapított Palota RSC pedig a bajnokság előtt felmeheti, hol tart a felkészülésben.

Az idei tornán az NB I-es Budaörs, a Közgáz és a Miskolc volt az élvonalba visszajutó kerületi csapat névszám ellenfele. Fekete Krisztina tanítványai előbb a Közgáz verték sima mérkőzésen 3–0-ra, majd az aranyéremért a Budaörsöt is legyőzték 3–1-re. A verseny végén a csapatok legjobb játékosai, köztük a palotai Papp Dóra is, különdíjat kaptak. A tornán szót ejtettünk a klub szakmai vezetőjével, Balogh Beatrixszel az előtti álló bajnokságról.

– Idén a válogatott Európa-bajnoki selejtezői miatt néhány héttel később kezdünk. Az első mérkőzésünket októ-

ber 23-án Nyíregyházán játszunk majd.

Balogh Beatrix elmondta, a csapat nagy átalakuláson ment keresztül, Baksa Anita, Hadnagy Brigitta, Nagy Bernadett újonnan kerültek a csapathoz, míg Papp Dóri hosszabb kihagyást követően tért vissza. Rajtuk kívül még várható egy-két új igazolás.

– Egyértelműen a 9–10. hely valamelyikére várjuk a csapatot, melynek átlagmagassága nő az új igazolásokkal a tavalyihoz képest – mondta a szakvezető.

A Palota RSC-vel kapcsolatos hír, hogy már nemcsak az önkormányzat, hanem egy helyi cég, a Medimpex Gyógyszer Zrt. is támogatja őket. Illetve a csapat több mérkőzése is látható lesz az M4 és a Digisport adókon.

R. T.

### SPORTMOZAIK

#### SAKK VILÁGFESTIVÁL



Polgár Judit ötszörös olimpiai bajnok sakkozónk másodszor rendezte meg a Várkert Bazárban a nagyszabású, sakkot népszerűsítő egész napos programját, melyen a Palota Sakk versenyzője, Farkas Ottó is részt vett. A tehetséges sakkozó a blitz (öt perc gondolkodási idő) kategóriában nevezett a versenyre, és magabiztosan öt játszmából négy és fél pontot gyűjtve megnyerte a versenyt.

#### ÉRMEK HORVÁTORSZÁGBÓL

Tizenkilenc ország ezerhat-száz versenyzőjének részvételével tartották meg október első hétvégéjén a Croatia Open nemzetközi karateversenyt Rijekében. A magyar fiatalok számára ez a második állomása volt a februári korosztályos Európa-bajnokság kvalifikációs sorozatának. Az eseményen az MTK–Dynamic Sport Karate Team is több versenyzővel képviseltette magát. A felnőttek küzdelmében Hárszpataki Gábor (75 kilogramm) első, Tamás Ferdinánd (67 kilogramm) harmadik, az U21-es korosztályban Tamás Ferdinánd második, a junior fiúk mezőnyében Vécsei Balázs (61 kilogramm) második, a kadet lányok között pedig Baranyi Zsófia (54 kilogramm) a harmadik lett.

#### PESTÚJHELY A BAJNOK

Befejeződött a rájátszással a 2016. évi első osztályú Soft Magyar Országos Csapatbajnokság a dartsban. Az érmeért október második hétvégéjén a Wekerle-telepen a Soul Darts Club, a Szombathelyi Darts Club SE, a Győri Darts Club és a Pestújhelyi Sport Club küzdöttek meg. A bajnoki címet végül az elődöntőben és a döntőben is veretlen kerületi darts csapat nyerte. A győztes csapat tagjai: Balogh Béla, Borbély Richárd, Melis Zsolt, Molnár László, Szabados Attila, Végső János.

## Kilenc világcsúccsal lett világbajnok

Kilenc világcsúcsot elérve lett világbajnok Takács Mária a súlyemelő németországi masters-világbajnokságán.

A heinsheimi világbajnokságon a REAC Spotiskola SE versenyzője, Takács Mária, aki annak idején édesapjával és húgával oroszlanrészt vállalt a hazai női súlyemelés beindításában, és sportolónaként számos vb- és Eb-érmet nyert, jelenleg pedig a Magyar Súlyemelő Szövetség igazgatója, az 50 év feletti korcsoportjában, a plusz 75 kilós kategóriában bizonyult



a legjobbnak. Szereplésével egyszersmind kiérdemelte a Grand Master címet is, amelyet az a versenyző kaphat

meg, aki legalább tíz masters világbajnokságon vett már részt. Takács Mária kiróbanó formáját jellemzi, hogy

a verseny során összesen kilenc világcsúcsot állított fel.

Húga, Takács Erika, aki 1995-ben a magyar női súlyemelés első összetett világbajnoki győzelmét szerezte, szintén első lett a németországi versenyen, így a Takács család százszázalékosan zárta a vebét. Rajtuk kívül még a magyar küldöttségből Bódis-Szabó Katinika, Németh Gyöngyi és Varga Irén, illetve a férfiaknál Csizmadia Károly és a 83 esztendő Huszka Mihály lett világbajnok.

Riersch Tamás

ARCHÍV FOTÓ: XV MEDIA, VARGOSZ

						RÁKAP VALAMIRE	BEC. ZELINDA	ARRÓL A HELYRŐL SZÁRMAZIK, NÉP.	BELGA AUTÓJEL	AZ OZMIUM VEGYJELE	SZESZES ITAL, CUKORNÁDBÓL	SERÉNY, TEVÉKENY	VILLANÓ-FÉNY	FALU SAJÓSZENT-PÉTER MELLETT	A TALLIUM VEGYJELE	ÁBÉCÉNK MÁSODIK BETŰJE	... ÉS PAN; KOMIKUS-PÁR VOLT A FILMEN	POKOL-BÉLI ÖRDÖG	
						MEGFEJTÉS, 1. RÉSZ													A
						AZ ANGOL "Z" BETŰ KIEJTVE			INSPIRÁL KÖMÜVES-MUNKÁT VÉGZŐ							KONYHAI EDÉNY ... HARTE; AM. ÍRÓ			
						EURÓPAI CSALÁS ELENÍ HÍVATAL (olaf)			... WALTARI; FINN ÍRÓ SPORTSZER MÁRKANÉV						SOMOGVI TELEPÜLÉS ELEKTRONIKUS LEVÉL				
						TELJESEN ELFÁRADT, ARGÓBAN			TAKARM. NÖV. TÁBLA PETUR BÁN IS ÉNEKLI!										
						OLASZ AUTÓJEL A TŰLÖLDALRA JUT	MÁSHOL-LÉT SZÁMSZE-RŰ TÉNYEK						SZLOVÁK NAPILAP FAGYÁS EL-LENTETE			SÍNFEJ KÖZEPÉI ... JIRÁSEK (CSEH ÍRÓ)			
						MEGFEJTÉS, 2. RÉSZ												UTCA, RÖVIDEN PUHA KECS-KEBŐR	
						KERESZ-TÜLER AZ AKA-DÁLYON	FÖLDTOLÓ MUNKAGÉP HÍM KUTYA				LANTÁN ÉS JÓD VEGYJ. OTT FENN, TÁJSZÓVAL				PRESSER-ZENEKAR KIFLI-DARAB!				
						RÓMAI KATOLI-KUS, RÖV.	KIS FEHÉR KERÉK KA-VICS, NÉP. LINZ LAKÓJA			KÖZÉPEN HADOVÁL! BEC. VALÉRIA			PIRANDEL-LO-SZÍN-DARAB GYÖNYÖR						
						DEÁK FE-RENC PÁRT-JA (1861-1865)			FR. FESTŐ-CSOPORT (FAUVES) HON						ÉGI TVŰK JELZŐJE! KÖTLŐ TESZI A TOJÁSSAL				
						... ÉS A CSONTVÁZ (MICHAEL ONDAATJE)	BIZTATÓ SZÓCSKA FRANCIA FOLYÓ	MORATÓ-RIUM KÉTIJGŰ BETŰNK							SORS! ... NADI; VÍVÓ, 6x OL. BAJNOK				
						... PÉTER; NEVES SZÍN-HÁZI RENDE-ZŐ (léner)	KILOKALÓ-RIA, RÖV. SZOKOTT PORCIÓ			FINOM (TÁJSZÓ) ÁTKELŐ-HAJÓ						HAZAFELE! SZATMÁRI FALU KÖL-CSENÉL			
						NÓGRÁDI FALU, PATAK MEGFEJ-TÉS, 4. R.	GYENGE SÓS TALAJ ILLAT ÉS ZAMAT	JUHKARÁM ... KAMOZE; JAMAICAI ÉNEKES						CIPŐT FÉNYESÍT MY ... LADY; MUSICAL					
						AZ OXIGÉN VEGYJELE	NŐI NÉV (MÁJ. 13.) ÓGERMÁN ROVÁSÍRÁS			BÁNYAI TAKARÓKÓ-ZET (fedü) HUZALOZ						RÓMAI 1-ES NYILTAN, KERÉKEN, LATINOSAN			
						KRAJCÁR, RÖVIDEN	LAPPFÖLDI FINN TÓ FÉMPÉNZ-TEKERCS		ANNYI MINT, RÖV. A TÁVO-LABBINÁL			ÉNEKLÉS ITT LENN, NÉPÍESEN							
						A KURTA-FARKÚ MALAC IS TESZI!	KELTA ISTENNŐ GRAND ... (TENISZ)		ÁSVÁNY, "MACSKA-ARANY" TV. FON.						EPEKED-NI KEZDI! ZSINÓROS KISKABÁT			EGYKORI (NYUGAT)-NÉMET FŐVÁROS	
						KELLE-METLEN ŐSZI ESŐ JELZŐJE	AMELY MÓDON PÁRIZSI SZAMÁR!		GÖR. TÖRZS MAGYAR ORVOSI KA-MARA, RÖV.					ZAKÓ RÉSZE MANNEKEN ...; SZOBOR (BRÜSSZEL)					
						DRÁMAI TÁRGYÚ EL-BESZÉLŐ KÖLTÉMÉNY		BERLINIEK NYELVE A TŰLIUM VEGYJELE					... ALMODÓ-VAR; SP. FILMES FÉLIG DÉLIT						
						EAST (KE-LET, ANGO-LUL), RÖV.	ZOLA REGÉNY CÍME, HŐSNŐJE		EGYRE MESSZEBB KERÜL EGVE!							NÉMA TANU! A KÁLIUM VEGYJELE			
						R	23-												

Fejtsd meg a rejtvényt és az üzenetet! Vágja ki az újságból, és küldje el zárt borítékban levelezési címünkre (XV Média Kft., 1615 Bp., Pf. 155) vagy adja le a szerkesztőség részére a Bocskai utca 1-3. szám alatt. A borítékra írja rá „ÉLET képek REJTVÉNY”. Helyes megfejtőink közül ketten pedig két-két belépőt nyernek a MÁV Szimfonikusok hangversenyére (2016. 10. 29. 11 óra, Olasz Kultúrintézet Varga-bérlét/2. előadás, 2016. 11. 19. 18 óra, Olasz Kultúrintézet Zongorabérlét/2. előadás). A beküldési határidő: október 24.

A 2016/18. szám helyes megfejtői közül belépőt nyertek a Tarzan Parkba, a Park jóvoltából:  
**Antal Dorka**, XVI., Hunyadvár utca  
**Ruzicskáné Ágó Szilvia**, József Attila utca  
 Talmácsi és a 101 éves magyar sport című könyvet nyerték a Duna Könyvkiadó jóvoltából:  
**Papp József**, Legénybíró utca  
**Skerlák Iván**, Bulcsú utca  
 3 fogásos vacsorát nyert a Thököly Vendéglő felajánlása jóvoltából:  
**Szabadi Anikó**, Vág utca

XV KERÜLETI **ÉLETKépek**  
 RÁKOSPALOTA • PESTÚJHELY • ÚJPALOTA KÖZLETTI LAPJA

Az ÉLETKépek következő száma 2016. október 31-én jelenik meg.  
 Lapzártá: 2016. október 24. 12 óra. ❖ A lapzártá után érkezett anyagokat a szerkesztőség csak a következő lapszámban tudja közölni.

Kiadja az XV Média Kommunikációs és Szolgáltató Közhasznú Nonprofit Kft.  
 ❖ Felelős kiadó: **Sass Csaba** ügyvezető ❖ Főszerkesztő: **Metz Edina** ❖  
 ❖ Szerkesztőség: 1153 Budapest, Bocskai utca 1-3. ❖ Tel.: 06 1 720 5456, Tel./fax: 06 1 720 5457 • info@xvmedia.hu • xvmedia.hu ❖ ISSN 2062-6770 (nyomtatott) • ISSN 2063-6555 (online) ❖ Tipográfia, terdelés: **Krepler István**, KHP Budapest Kft. ❖ Nyomtatás: Lapcom Kiadó Zrt., 9021 Győr, Újlak u. 4/a ❖ Terjesztés: Online Lapcsoport Kft.

A lakosság és az ügyfelek számára ingyenesen hívható önkormányzati „zöld szám”:  
**06 80 203 804** (Ezen a számon ingyenes lakossági apróhirdetés nem adható fel).  
 A közterületekkel kapcsolatos bejelentéseket megtehetik a Répszolg által üzemeltetett ingyenesen hívható „zöld számon” is: **06 80 205 062**.

## APRÓHIRDETÉS

## INGATLAN

**35 nm-es, 1 szobás, udvari, 1. emeleti bútorozott, vízórás lakás** VI. ker.-ben kiadó. Havi 70 E Ft. Egyhavi kaució fizetendő. Tel.: 06 20 479 4101

**Rákospatán Csobogós lp. patakhöz közeli részén 4 szobás, 82 nm-es, 1. emeleti, 2 erkélyes, tárolóval rendelkező, felújított örökklakásom** eladó. Panelprogramos, hőszigetelt ablakos, 8 lakásos, 4 szintes társasházban! Tel.: 06 70 234 3433

**Eladnám v. elcserélném Vepelét (Eger mellett) jó állapotban lévő 2 szobás családi házat.** 1700 nm-es telken, amely gondozott, ápolt. Bp. IV., XV. ker.-ben kisebb ház v. lakás is érdekel. Tel.: 06 30 304 5420

**Rákospatán Kossuth utcában tulajdonostól eladó 82 nm-es, 2+2 szobás, első emeleti lakás.** Panelprogramos, 8 lakásos társasházban! Tel.: 06 70 234 3433

**Ceglédi belvárosi 2 szoba összkomfortos, kertés családi házat** eladnám vagy budapesti lakásra cserélném. Tel.: 06 30 482 2854

**Diósjenőn 90 nm-es, kétszintes, négyszobás, duplakomfortos, összközműves, cirkófütéses ház,** 2 állásos garázs. Cserelakás v. ház is érdekel Budapest és vonzáskörzetében. Tel.: 06 70 300 9295

**A XV. ker.-ben eladó saroktelken lévő 75 nm-es, felújítandó családi ház,** vállalkozásra is alkalmas. Budapesti, illetve vidéki cseremegoldás is érdekel. Tel.: 06 20 497 3086

**Elcserélném szarvasgedei, 3 szobás, jó állapotú családi házat** 45 nm-es panelre a Főter és környékén. Tel.: 06 70 392 5858

**XV. Rákos úton, zárt udvarban ELADÓ másfél szobás, 43 nm + teraszok TELJESKÖRÜEN FELÚJÍTOTT,** hőszigetelt, azonnal költözhető téglalakás. Nézze meg, és beleszerel! Ár: 16,5 M Ft. Tel.: 06 30 515 5533

**Rákospatolai házra cserélem pomázi 5 szobás, duplakomfortos,** 240 nm-es házat, értékkülönözetet kérek. Tel.: 06 30 262 2655

**Albérleti szobát keres értelmiségi férfi.** Telefon: 06 1 608 6370 v. 06 20 527 6855

**Felcséggel keresünk másfél szobás lakást, házrész, elsősorban Újpalotán, Pestújhelyen, Zuglóban.** (Bútorozatlanul lehetőség szerint.) illetve a XIV., XV., XVI., IV., XIII. kerületekben. 70 000 + rezsi. Hosszabb távra. Szeptemberi-októberi költözéssel. Dolgozó pár vagyunk. Tel.: 06 70 244 7764

## ALBÉRLET, LAKHATÁS

**Kiadó 35 nm-es lakást keresek a Zsókovári u., Páskomliget u.** és Fő tér környékén. Megbízható vagyok. Tel.: 06 70 392 5858

## SZOLGÁLTATÁS

**Tanulni nem tudó vagy nem akaró gyerekek napi felkészítését,** korrepetálását vállalom. Tel.: 06 20 480 4306

**Idősgondozás, háztartásvetés csak hosszú távra. 58 éves keresztény nő.** Tel.: 06 20 257 9590

**Megbízható gondozónő betegápolást, betegfelügyeletet vállal,** akár hétvégén is. Tapasztalt, erkölcsi bizonyítvánnyal is rendelkezem. Tel.: 06 70 392 5858

**Heti 1-2 nap takarítást válllok a XV. kerületben.** Hétvégi nagytakarítás is lehetséges. 58 éves keresztény nő. Tel.: 06 20 257 9590

**Takarítást válllok XV. kerületben és Budapest egész területén!** Tel.: 06 20 596 1041

**Mogyoródi koedukált népdalkör keres heti egy alkalommal** esetére ének, ill. zenetanárt, Rákospatához 15 km-re. Tel.: 06 30 302 0697 vagy 06 28 739 104

## ADOK-VESEK

**Opel F. Astra alkatrészek és 12 V-os akku, töltött cseh gázpalack** eladó. Tel.: 06 70 537 8880

**Gazdagon faragott (kb. 150 éves) oszlopos háló eladó. 2 db szekrény,** 2 db tornyos ág, mesesép faragással, 2 db éjjeliszekrény márvány falappal, gyönyörű, gondozott állapotban 200 E Ft-ért eladó. Telefon: 06 30 727 2727

**Eladó: Zepter gyártmányú kézi nyeles tölthető masszírozó.** Telefon: 06 70 654 4191

**Eladó: Szuper 8-as, hangerősítő, gyönggyászonnal.** Szuper (gyorsacél) esztergákék, vidiakék, (forraszható és cserélhető) új-használt. Szíllikon gumis ablakmosó 500x500 mm-es, menetfúró hajtóvas (állítható) max.: 17x17 mm-es befogás. Tel.: 06 30 878 4364

**Eladó: Szalagfűrés, pehelypaplan, párnák, dunyha.** Tel.: 06 1 306 7679

**Eladó: ifjúság részére 2 személyes fekvő + ülőgarnitúra, szivacsos.** Fekhely kinyitva 170x140-es, és 2 db kis fotel. Tel.: 06 1 608 5698

**Eladó: 2 db hangerősítő. 1 mono 1 E Ft., sztereó 2 E Ft.** Orion videolejátszó 3 E Ft. 4 sávú orsós sztereomagnó (Tesla B 101-es). Sok videokazetta, házilag felvett (reklámokkal), krimiserű filmekkel 200 Ft/db. Tel.: 06 30 878 4364

**Jelképes árt adok jó állapotban lévő ülő-fekvő heverőt.** Tel.: 06 1 306 8709

**Gyönyörű tükörfal, nappaliba való szekrény komóddal (külön is) igen kedvező áron** sürgősen eladó, valamint gardrób szekrény (250x150x50), előszobaszekrény és könyvespolc. Szállítáiban segíthetünk. Telefon: 06 20 377 7904

**Eladó: XV. ker.-ben 1 db használt IKEA-s emeletes ágy kompletten.** Ágyráccsal, matracokkal és matrachusattal. Ár: 50 E Ft. Ugyanitt használt futballcipők 36-39-ig Puma, Nike, Adidas. Tel.: 06 30 374 9451

**Eladó: Franciaágy 140 sz., rugós, szivacsos 30 E Ft.** Régi kisméretű fabőlcső, 70 cm hosszú, 40 cm magas, bele való méretű játék babával 15 E Ft-ért. Tel.: 06 70 300 9295

**Eladó: Két tekercs horganyzott drótháló 25 m. Két gázpalack.** Kerfésoszlop 5/4 horganyzott, 9 db. Alig használt talicska, 3/4-es vízvezeték horganyzott cső 2,5 m, 6 db. Tel.: 06 1 419 8239

**Eladó: páncélszekrény 150 cm magas, 75 cm széles, 40 cm mély.** Kesvet használt ágybetét rugós, szivacsos. 8 E Ft. Tel.: 06 70 300 9295

**Fonalak eladók.** Tel.: 06 70 600 4532

**Eladó: új fürdőszobai tükör 55x70 cm, 2 db-os világítással.** 8500 Ft. Tel.: 06 1 608 5698

## TÁRSKERESÉS

**XV. ker.-ben lakom, 65 éves, 170 cm, 90 kg, kék szemű, barna hajú** vagyok. 70 év alatti, káros szenvedélytől mentes, rendezett körülmények között élő urak hívását várom. SMS-re nem válaszolok. Tel.: 06 70 654 4191 reggel 9-től este 19-ig.

**Özvegy, diplomás, vidám természetű, színházat, zenét** kedvelő hölgy 156/60/73 keresi hozzáillő füst- és alkoholmentes, megbízható úriember barátságát. Tel.: 06 20 377 7904

**Egyedül élő idős nyugdíjas hölgy hasonló életvitelű nyugdíjas** ismerettségét keresi barátkozás céljából. Anyagi érdektől mentes. Tel.: 06 1 410 6349

**70 éves asszony keresi korában hozzá illő, rendes, jóvaló rákospatolai** férfi társaságát komoly kapcsolatla. Tel.: 06 1 308 1413, 16-20 óra között.

**DISZNÓTOROS KOLBÁSZFESTIVÁL BUDAPESTEN**

**OKTÓBER 21-23**

**www.kolbaszfeszt.hu**

# TOBORZÓ

## Gyermek Kézilabda

**A REAC Sportiskola SE kézilabda-szakosztálya, felvétel hirdet (főleg 2004-2008) gyermekek részére.**

Várjuk mindazon tanulók jelentkezését, akik szakképzett edző vezetésével, gyermekbarát légkörben szeretnék elsajátítani a sportág alapjait.

Jelentkezés és további információ:

**Mányoki Móni • mobil: +36 30 966 5677 • manyokimoni@t-online.hu**

Az edzések helyszíne: **Budapest XV. kerületi Kolozsvár Utcai Általános Iskola**  
Cím: 1155 Budapest, Kolozsvár utca 1. (kedd, csütörtök)

**Mindenkit nagy szeretettel várunk - REAC Sportiskola Vezetősége**

A BUDAPESTI TEMETKEZÉSI INTÉZET ZRT. TÁJÉKOZTATJA A TISZTELT HOZZÁTARTOZÓKAT, HOGY KÖZPONTI ÜGYFÉLSZOLGÁLATUNK A FIUMEI ÚTI SÍRKERTBŐL

# ELKÖLTÖZÖTT!

Új címünk: **1134 BP., VÁCI ÚT 23-27.**

(Bejárat az OTP fiók mellett a Dózsa György út felől)  
AZ IRODA NYITVA TARTÁSÁRÓL HONLAPUNKON,  
A [WWW.BTIRT.HU/NYITVATARTAS](http://WWW.BTIRT.HU/NYITVATARTAS) CIMEN TALÁL INFORMÁCIÓT!

TOVÁBBRA IS ÁLLUNK RENDELKEZÉSÜNKRE ÚJ KÖZPONTI ÜGYFÉLSZOLGÁLATI IRODÁNKBAN, VALAMINT BUDAPEST ÖSSZES KÖZMETŐJÉNEK IRODÁJÁBAN.

**BTI** BUDAPESTI TEMETKEZÉSI INTÉZET ZRT.  
BUDAPESTI ÉRŐVÁROSBAZÁRTÓSÁG ZRT. TAGJA

06 80 200 611  
[www.btirt.hu](http://www.btirt.hu)  
[info@btirt.hu](mailto:info@btirt.hu)



**TERMELŐI MÉZEK**  
akácméz, vegyesméz, selyemfűméz, hársmez,  
lépesméz, propoliszos méz

**3 KG FELETT**  
ingyenes  
házhoz szállítás!

Árpádföldi Méhészet  
Tel.: 06 30 424-9329  
www.arpadfoldi.hu

KAZÁN, CIRKO,  
KONVEKTOR, TŰZHELY,  
BOJLER

**GÁZKÉSZÜLÉK  
ALKATRÉSZ**

SZERELÉSI ANYAG  
SZÉNMONOXID RIASZTÓ  
HŐMÉRŐ, GÁZMÉRŐ,  
HŐFOKSZABÁLYZÓ  
**LÁNGÓR SZAKÜZLET**  
1155 BP. REKETTVE U. 76.  
1-415-0469, 30-977-3651

[www.langor.hu](http://www.langor.hu)

**VÍG Kalmár Étterem**

**ŐSZI LIBANAPOK**

Október végétől újra libanapok

a Vig Kalmár étteremben

20 féle libaétellel, ajándék borral

1151 Budapest, Fő út 78. • Tel.: +36 1 306 4019

[www.vigkalmar.hu](http://www.vigkalmar.hu) • [fb.com/vigkalmar](https://fb.com/vigkalmar)



**KONYHABÚTOR  
ELŐSZOBABÚTOR  
GARDRÓB**

készítés ♦ felújítás  
szállítás ♦ szerelés  
ingyenes felmérés  
és árajánlat

**UNIVER SZERVIZ KFT.**

1157 Budapest,  
Zsókavár utca 47.

Telefon: +36 1 410-9798  
+36 30 343-3512

**PÁL AUTÓHÁZ**  
**MŰSZAKI VIZSGÁLÓALLOMÁS**

1158 Budapest, (Pestújhely) Árvavár utca 7/b  
Telefon: +36 1 414 0338 • Fax: +36 1 414 0339  
Mobil: +36 30 9415 563

E-mail: [palautohaz@palautohaz.hu](mailto:palautohaz@palautohaz.hu)

- ✓ Műszaki vizsga
- ✓ Vizsgára felkészítés
- ✓ Eredetiségvizsgálat
- ✓ Klímarendszer-javítás, -töltés, -tisztítás
- ✓ Időszakos szerviz
- ✓ Műszeres motordiagnosztika
- ✓ Autóvillamosság
- ✓ „Hozom-Viszem” szolgáltatás
- ✓ 0-24 óráig Autósegély

[www.palautohaz.hu](http://www.palautohaz.hu)



**FOGTECHNIKAI  
LABOR**

Precíziós  
kivehető, rögzített  
fogpótlások készítése  
– *mérsékelt árakon.*

Nyugdíjasoknak kedvezmény!

XV. kerület,  
Madách utca 35.  
Telefon: 417-1276

**dobos** SZERELVÉNY  
KERESKEDÉS  
víz-, villanyszerelési cikk, zár, szerszám

**ABLAK-  
SZIGETELŐ  
PROFILGUMIK**

**10%**

**KEDVEZMÉNNYEL**

2016. október 29-ig

Páskomliget u. 47. Tel: 410 3619  
Nyitva tartás: h-p: 8-17, sz: 8-12

[www.dobos.hu](http://www.dobos.hu)

*Há Szombat, akkor Patika!* **PatikaSzombat!**

**Szombatonként**

**kedvezmény**

**Valós 15%**

**A FŐ ÚT-i**

**„GYÓGYSZERTÁR A MEGVÁLTÓHOZ”**

**PATIKÁBAN**

**A posta és az OTP mellett!**

**FŐ ÚT 62.**

**T.: 06 1 307 6317**

Az akció érvényes minden recept nélkül kapható termékekre. A részletekről érdeklődjön a gyógyszertárban. Az akció 2016. december 31-ig érvényes.  
Más akcióval össze nem vonható.