

XV. KERÜLETI

ÉLETKÉPEK

VII. évf. 16. szám | 2017. szeptember 7.

RÁKOSPALOTA • PESTÚJHELY • ÚJPALOTA KÖZÉLETI LAPJA



ELSTARTOLT AZ IDEI TANÉV

MEGSZÉPÜLŐ TEREINK

EGY RITMUSBAN A SZILASSAL

ZSÓFI ÚJRA CSÚCSFORMÁBAN

Határozatképtelenség miatt elmaradt ülések

A képviselő-testület többségének távolmaradása miatt több rendkívüli testületi ülés is meghiúsult augusztusban. Hajdu László polgármester augusztus 22-re és 30-ra is összehívott két-két ülést, de határozatképtelenség miatt egyiket sem tudták megtartani.

Több olyan napirendet is maga előtt görget a testület, amit már július eleje óta nem tudnak megtárgyalni. Ilyen a közalkalmazotti bértámogatás szorgalmazó javaslat, a Csokonai Kulturális és Sportközpont igazgatói pályázatának kiírása, illetve a GMK feladatellátásával kapcsolatos előterjesztés. Ezek mellett a RUP 15 Kft. új ügyvezetőjének megválasztásáról, az „Egészséges Budapestért” című pályázaton való részvételhez szükséges tanulmány-



FOTÓK: XV MÉDIA, VARGOSZ

terv elkészítéséről, továbbá a Mozdonyvezető utcai kutya-futtató fejlesztésének szponzori támogatásáról sem születtek határozatok.

Az augusztus 22-i határozatképtelen testületi ülésekkel párhuzamosan László Tamás országgyűlési képviselő sajtó-

tájékoztatót tartott, a Budapesti Fidelitas pedig performan-szot rendezett a hivatal előtt.

Az augusztus 30-ára összehívott ülés elején Németh Angéla alpolgármester elmondta, két óvodában és a Nádastó parki bölcsődében még tartanak a felújítások, a gyerekek



Felújított ovik | Munkálatok a Micimackóban

ellátása folyamatosan biztosított. A Páskom parki óvodába januárban, a Micimackó oviba és a bölcsibe pedig október elején-közepén költözhetnek vissza a gyerekek.

Az elnapolt rendkívüli üléseket lapzártánk után, szeptember 5-én este 8 órára, illetve

fél 9-re hívták össze, előtte délután 4 órától rendes testületi ülést tartottak.

Jónás Á.

(A testületi ülések élőben és felvételről is megtekinthetők az onkormanyzativ.hu és a bpxv.hu honlapokon.)

Védendő értékeink egy kötetben



Épület az Észak-Pesti Kórházban

Kevés lakos volt kíváncsi arra a tájékoztatóra, amin a kerület új Települési Arculati Kézikönyvét és a települési rendeletét mutatta be Sipos Gábor főépítész augusztus 28-án. Pedig az építkezési, felújítási kedv szárnyal, éppen ezért jó, ha az építetők tisztában vannak a lehetőségeikkel és az új szabályozókkal. A kézikönyvet és a rendeletet szeptember 30-ig kell elkészítenie az önkormányzatnak.

A tájékoztató elején Sipos Gábor kerületi főépítész a Települési Arculati Kézikönyvről elmondta, hogy a zöldterület és az épített környezet történetét, örökségeit, jellemzőit mutatja be. Sorra veszi a település karakteres, egymástól jól elkülöníthető részeit, például a kertvárosi vagy a gazdasági, intézményi területeket. A könyvben

képekben és szövegben ajánlásokat is megfogalmaznak közérthető formában arra, milyen építészeti megoldásokat kell alkalmazni ahhoz, hogy az adott településrész arculata megmaradjon. A legfontosabbakra, a milyent, a hogyan és a mekkorát kérdésekre is választ találhatnak majd benne a felhasználók.

A rendelettel kapcsolatban kitért arra, hogy az önkormányzat a településképi védelmére alkotja meg a szabályozót. A védelem a kerület vagy kerületrész jellegzetes, értékes, illetve hagyományt őrző építészeti arculatának és szerkezetének megőrzését vagy kialakítását jelenti. A rendeletben kitérnek arra például, hogy az építkezés során milyen anyagokat kell használni, homlokzatot kialakítani ahhoz, hogy a leendő épület illeszkedjen a



Sipos Gábor | Összegyűjtött karakteres területek

településképhez. A szabályozóban kijelölhetnek településszerkezet, táji környezet, településkarakter vagy egyéb településképi szempontból meghatározó területeket. Előírásokat fogalmazhat meg a helyi építészeti örökség egyedi és területi védelmére, védetté nyilvánítására vagy ennek megszüntetésére. A rendelkezés a reklámokra is kitérhet, például azok elhelyezésére, adott esetben tilalmára.

Sipos Gábor felhívta a figyelmet arra, hogy a rendelet új eljárásokat is tartalmaz, ilyen többek között a településképi bejelentési eljárás, amit akkor kell kérni, ha például a 10 emeletes panelház új szint kap, vagy egy épületen építési reklámhálót akarnak kirakni a felújítás idején.

Az ismertetés után a MÁV-telepi

lakótelepről, az Észak-Pesti Kórházról, valamint a Molnár Viktor utca rendezéséről kérdeztek a lakók. A főépítész válaszából kiderült, hogy a MÁV-telepi lakótelep arculata is védendő, és éppen ezért igyekeznek szabályozással visszafogni az eredetitől eltérő építészeti megoldásokat. A kórház szecessziós épületeire vonatkozó előírások, valamint a területen végezhető fejlesztések is szerepelnek a rendeletben.

A Molnár Viktor utca Drégelyvár utcai részének rendbetételéről elhangzott, hogy a program első ütemét zárták le az utca pestúj helyi oldalán, a következő lépésben a másik oldalon levő pavilonokat és a közterületet is rendeznék.

(A dokumentumok letölthetők a bpxv.hu oldalról.)

Me.

Elstartolt az idei tanév



FOTÓK: XV MÉDIA, NAGY BOTOND



A XV. kerületben több mint öt-ezer-ötszáz diáknak kezdődött el a tanév szeptember 1-jén. Közülük majd' ötszáz elsősnek az idei volt az első becsengetés. A központi tanévnyitó ünnepséget az idén 60. születésnapját ünneplő Kolozsvár Általános Iskolában tartották, az intézmény történetében először.



– Az állam ugyan átvette az önkormányzatoktól az iskolák működtetését, de a jövőben is magunkénak érezzük majd a pedagógusokat és a diákokat – mondta Hajdu László polgármester. – A kiemelkedő és a kimagasló tanulmányi eredményeket is támogatni

fogjuk, az előbbi fejeként 100 ezer forinttal és nyolcvanöt diák kaphatja, az utóbbit pedig tanulóként 50 ezer forinttal, melyet száznegyven diáknak ajánlunk fel. Ezenkívül minden évben négy pedagógust részesítünk az Év pedagógusa elismerésben, illetve jutalmazuk a kerülethez való hűséget

is. Tavaly például huszonhárom pedagógus között 17 millió forintnyi hűségjutalmat osztottunk szét a Köznevelésért Oklevél elismeréssel együtt.

Az ünnepségen szintén jelen levő László Tamás országgyűlési képviselő hozzátette, hogy az állam az elmúlt években kiszámítható jogszabályi háttérrel

teremtett az oktatáshoz, életpályamodell alkotott, növelte a tanárok fizetését, támogatja a családok iskolakezdését és nagyszabású intézményfelújítási programot is indított.

A kerület vezetői nemcsak a diákokat, a pedagógusokat és a szülőket köszöntötték, hanem a jubiláló iskola régi és

új vezetését is. A 60. tanévet ugyanis új igazgatóval kezdi a Kolozsvár közössége, Selényiné Stier Márta nyugdíjba vonuló igazgatót Tóthné Varga Csilla váltotta, aki Csonkáné Pilinyi Andreát és Nagy Istvánnét kérte fel az igazgatóhelyettesi teendőkre.

Riersch Tamás

Kerületszerte megszépülő tereink



FOTÓK: XV MÉDIA, VARGOSZ



Pihenő korosztályok

Több éve tart már a kerületben az úgynevezett kisteres fejlesztési program, aminek keretében évente 10 és 20 millió forint közötti összeg ráfordításával teszik barátságosabbá, otthonosabbá a lakókörnyezetünkben található kisebb tereket.

Idén több kisteres fejlesztés is megvalósult. Jó példája ennek a Neptun utca 80–84. szám előtti kis liget, ahol több korosztálynak szóló beszélgető-pihenőhelyet alakított ki a Répszol.

Demeter János ügyvezetőtől megtudtuk, hogy térburkolatot készítettek és utcabútorokat raktak ki, továbbá egy információs tábla is kikerül a terre, amin a lakókat tájékoztatják majd a környezetüket érintő ügyekről.

Az árnyas tér közepére egy emlékkövet szeretnének állíttatni az ott lakók Újpalota egykori főkertészenek. Az önkormányzat támogatja a szándékot, azonban információink szerint az emlékkő kihelyezését csak jövőre tervezik.

A Wágner Manó park is kellemesebb külsőt kapott. A Dózsa György Gimnáziumhoz vezető sétányokat, járdákat felújították, díszburkolattal látták el. A főbejárattal szembeni emlékkő környezetét is szebbé varázsolták, valamint új utcabútorokat, padokat, szemeteseket helyeztek ki a parkba.

– Sajnos azonban van negatív példa is, amikor a lakók egy részének ellenállása miatt nem valósulhat meg a

tervezett fejlesztés – mondta Demeter János. Az Adria utca és Lócsevár utca kereszteződésénél van egy elhanyagolt terület, ami egykor közösségi térként funkcionált padokkal, pingpongasztalokkal. Mára azonban teljesen lepusztult, leginkább hajléktalanok használják. Több lakó szerette volna, hogy ezt a részt parkolóvá alakítsák át, ám a lakóközösség másik részének ellenállása miatt ez végül meghiúsult.

J. Á.

Körbeért a felújítás



Rádics András

Látványosan újul és szépül a Rákos úti szakrendelő homlokzata, ami rá is fért, ugyanis az 1972-es átadás óta nem sok javítást végeztek az épületen. A külső munkálatokon kívül felújították az ultrahang-rendelőt is a nyáron.

A tervezett őszi átadásig megújul majd a homlokzat, és az épületet minden irányból szigetelik. Az ultrahangos rendelés helyiségének felújítását már befejezték.

FOTÓK: XV MEDIA, VARGOSZ – A nyáron végre sort keríthettünk az ultrahang helyiségének teljes körű felújítására – tudtuk meg Rádics András gazdasági igazgatótól. – A teljes felújítás során kicseréltettük az összes vezetéket, a burkolatokat, illetve a rendelőt is kifestettük. Így legalább a 2014-ben vásárolt modern ultrahangkészülékünkhöz méltó helyen tudjuk fogadni a betegeket.

Az ultrahang volt az egyike a még fel nem újított szakrendeléseknek (még a fizioterápia rendelőjét kell rendbe tenni a homlokzatfelújítás és a tetőszigetelés után), az elmúlt öt esztendőben ugyanis részben önkormányzati támogatásból, részben önerőből már valamennyi szakrendelés megújult a Rákos úti épületben. A nyári felújítást úgy oldották meg, hogy amiatt az ultrahangvizsgálatokat sem kellett elhalasztani. A már említett ultrahangkészüléket ugyanis ideiglenesen áttolták a szomszédos röntgenvizsgálóba. Azóta minden a helyére került, és a megújult rendelőben várják a betegeket.

R. T.



Munkálatok kívül-belül | A rendelések is szépülnek

Az alkotók bölcső(dé)je



Bardi Erika | Inspiráló katarzisz

Nagy meglepetésben volt részük az Idevár Bölcsőde ifjú lakóinak. A nyári szünet után a Nádastó parki épületbe visszatérve színes mesevilágba csöppentek.

A folyosókat tündérekkel, manókkal, gombaházzal, valamint a csoportok jeleivel, katicákkal, őzikekkel, mókusokkal, sünnikkel és Micimackókkal díszítették. A meglepetést Bardi Erika kisgyermeknevelő készítette, aki a július egy részét azzal töltötte, hogy a korábrinál is gyermekbarátibbá varázsolja az intézményt.

– Gyerekkorom óta imádom rajzolni, ám amióta elvégeztem egy jobb agyféltekés tanfolyamot, még fontosabb nekem az alkotás – mesélte a „képzőművész” kisgyermeknevelő. – De azt, hogy az álmait a falakra is felfessek, egy élményem inspirálta.

Erika ugyanis nem kisgyermeknevelőként kezdte a pályafutását, hanem az üzleti világban dolgozott. Kereskedelmi cég adminisztrációját vezette egészen addig, míg végül megcsömörlött a felnőtt

tek világától. Hirtelen ötlettől vezérelve otthagyta az irodát, és kisgyermeknevelő lett.

– Amikor 2011-ben először beléptem a Nádastó parki intézménybe, egy nagyon tehetséges kolléganő, Lakó Erika éppen a bejáratnál szembeni falat díszítette – mondta Bardi Erika. – A látvány azonnal magával ragadott, és olyan katarzist jelentett számomra, amely máig kiható. Remélem, a rajzaim hasonló hatást váltanak majd ki a többiekben, legfőképpen a gyerekekből.

Erika alkotásai az első rostán már átmentek, mert a falfestmények az újpallotai bölcsőde vezetését és dolgozóit is magukkal ragadták. Olyannyira, hogy máris új tervek születtek, a bölcsiben ugyanis még bőven vannak szabad falfelületek.

Bardi Erika volt az alkotója az Idevár Bölcsőde logójának is, amely egy kolléganő ötlete alapján készült, illetve a kerületi Egyesített Bölcsődék címerét is ő rajzolta meg.

Riersch Tamás

Közösségből a betegágyba?

Az őszelel újra elkezdődik a bölcsőde, az óvoda, az iskola, és a közösségekben egyik gyerek fertőzi a másikat. Megelőzéssel azonban sokat tehetünk azért, hogy elkerüljük a vírusokat, baktériumokat és egyéb kórokozókat.

A fertőzések elkerülésére még mindig a legjobb megoldás a szappannal való alapos kézmosás. Tanítsuk meg a gyereket, hogy amint lehet, azonnal mosson kezet, hiszen a tömegközlekedési járműveken és a köztereken rengeteg kórokozó kerülhet a kezére, amik óhatatlanul is a szájában landolhatnak.

A bélrendszert is érdemes felkészíteni probiotikummal, hiszen hasmenéssel, hányással járó betegségek sem ritkák ebben az időszakban. A cseppfertőzéssel terjedő felső légúti vírusok ellen talán a legnehezebb védekezni, azonban vitaminokban és tápanyagokban gazdag étrenddel kellőképpen felturbózzhatjuk az immunrendszert.

A szülőknek gyakran kell orvosolniuk a fejtetvésséget is, amit legkönnyebben a közösségekben szerezhet meg a gyerek. A járvány főként kicsiknél fordulhat elő, de egyre gyakoribb az iskolák felsőbb osztályai-



Fontos a kézmosás! | Természetes fertőzések

ban is. Az Országos Epidemiológiai Központ arra hívja fel

a figyelmet, ha nem fordítunk kellő gondot a rendszeres hajápolásra, úgy a fejtetű könnyen és gyorsan elszaporodhat, melyet a modern készítményekkel is nehéz kiirtani. Ráadásul a család minden tagját érdemes egyidejűleg kezelni, mert az érintkezés miatt nagy a fertőzöttség esélye. Léteznek speciális megelőző samponok, hajpermetek, és az alapvető szabályokat is jó betartani: ne cserélgessék a gyerekek egymás között a sapkát, fésűt, és időről időre vizsgáljuk át a fejüket!

(béres)

Nem csak egy tantárgy

Már fél évszázada szeptember 8-án tartják az írástudatlanság elleni küzdelem világnapját. A funkcionális analfabéta is írástudatlannak számít, ugyanis mivel nem érti azt, amit olvas, nem tudja használni a megszerzett tudását. A tavalyi PISA felmérés szerint a tizenöt éves magyar diákok több mint a negyede funkcionális analfabéta. Sipos Zsóka logopédussal, a XV. kerületi Pedagógiai Szakszolgálat és a Meixner Alapítvány munkatársával arról beszélgettünk, miért fontos, hogy jól és magabiztosan tudjunk olvasni.

FOTÓ: XV MEDIA, VARGOSZ



Sipos Zsóka | Szövegértés kell az információszerezéshez

– Mit jelent a funkcionális analfabétizmus?

– Funkcionális analfabéta az az egyén, aki nem tudja értelmezni és hasznosítani az írott szövegek információit. Komoly gondot okozhat ez a mindennapi életben, a munka világában. Gondolhatunk itt a gyógyszerek beteg tájékoztatójára vagy a felvételi tájékoztatóban található lehetőségekre, a munkaerőpiacon is nagy hátrányt jelent. Az elmúlt húsz-harminc évben rengeteg új technológia és eddig nem létező szakma született.

Aki nem képes az önrányított tanulásra, esélytelenné válik.

– Lehetne ezen változtatni?

– Az érintett felnőttek számára vannak lehetőségek, például olvasástanulást segítő programok, egészségügyi oktatóvideók, de ezek nagyon költséges módszerek. Nehéz megtalálni a megoldást. Szükség van oktatáspolitikai változásra, és emellett a kutatók is vizsgálják, hogyan lehet az olvasástanítást hatékonyabbá tenni, ezzel pedig csökkenteni az olvasási nehézséggel küzdők arányát.

– Ha az iskoláskorú gyereknél azt tapasztaljuk, hogy

lassan vagy sok hibával olvas, mit tehetünk?

– Először beszéljünk a gyerek tanítójával vagy osztályfőnökével. Az általános iskolákban dolgoznak fejlesztőpedagógusok, logopédusok, akik felméri a gyereket, szükség esetén részletes kivizsgálást kérnek. A szakember a felmérés alapján fejlesztési javaslatot tesz, mely lehet tanórán kívüli differenciálás vagy külön fejlesztés. Olvasáscentrikus társadalmunkban elengedhetetlen a folyékony olvasás és a jó szövegértés az információ megszerzéséhez. (kovács)

Akadálytalan kommunikáció

Az uniós csatlakozás óta a fogyatékossgal élő embertársaink segítése már nemcsak figyelmesség, hanem kötelesség is. A fizikai akadálymentesítés, vagyis az épületek kialakítása, átalakítása például a mozgássérültek számára már természetessé vált. Kevesebb szó esik azonban az infokommunikációs rendszerek akadálymentességéről, pedig a fogyatékossgal élők jelentős részének a közlekedés vagy az önálló tájékozódás komoly nehézségekkel jár.

FORRÁS: FACEBOOK



Nagyon fontos, hogy az épületekbe olyan tájékoztató-irányító rendszert, segédeszközöket építsenek be az érzékszervi fogyatékos emberek számára, amikkel könnyen tudnak tájékozódni.

A jelnyelvet használók számára az információkat jelnyelvi változatban, ábrák formájában is elérhetővé kell tenni. A látássérültek számára Braille-felírással ellátott táblák, térképek adnak támaszt, azonban a honlapok akadálymentesítése

vagy a különböző hangjelzések is megkönnyítik mindennapjaikat. Bár egyre több a kezdeményezés, az infokommunikációs akadálymentesítés hazánkban még gyerekcipőben jár.

Az ERESZ Látássérültek Egyesületet kerületiek keltették életre azért, hogy sorstársaikat bevonják közösségi programjaikba. Vezetőjük, a lokálpatrióta Csukáné Polyák Erzsébet elmondta: „először baráti társaságként jöttünk össze egy másik szervezet égisze alatt. Idén azonban önállósultunk, és már saját egyesületként működünk

tovább.” A kerületi és országos látássérültek ügyeivel kapcsolatos érdekképviseleti munkájukat minden hónap második péntekén klubdelutánokkal is színesítik a Nyitott Ajtó Újpalotai Együttműködési Irodában. Témáik között kiemelten kezelik a komplex akadálymentesítést is, együttműködve a helyi önkormányzattal és szakemberekkel. Legközelebb szeptember 8-án várják az érdeklődőket délután 2 és fél 5 óra között a Páskomliget utca 6. szám alá. Bővebb információ a 36 30 677 8252-es telefonszámon kérhető. B. I.

Papírgalacsintól a kegyetlenkedésig



Jánosi Mónika | Az agresszió átmenetileg oldja a feszültséget

A technika, a képi megjelenés változásával az agresszió kifejezőmódja látványosan átalakult a gyerekeknel. Míg régebben a papírgalacsin-dobálás volt az iskolai erőszak megnyilvánulása, ma bandákba verődve kegyetlenkednek egymással. Jánosi Mónikával, a Fejlesztő Palota vezetőjével arról beszélgettünk, mit tehetünk, ha a gyerekeink agresszíven viselkedik, vagy épp ő kerül célpontba?

– Mikor beszélünk agresszióról?

– Agresszív gyermek az, akinek a cselekedetei támadó jellegűek, ez irányulhat más személy ellen, de tárgyak, élőlények felé is. Így tud belső feszültségén, dühén enyhíteni.

– Közösségben gyakran adódnak nézeteltérések. Honnan tudhatjuk, hogy baj van?

– Sigmund Freud az agressziót még az ember alapvető ösztönének tartotta. A modern pszichológiai vizsgálatok azonban azt mutatják, hogy keletkezésében a szociális tanuláshoz rendkívül jelentős szerepe van. Fontos, ha az óvoda, iskola problémát jelez, komolyan kell venni. Arra is érdemes figyelni, ha valamilyen nagyobb változás következik be a gyermek

FOTÓ: XV MEDIA, VARGOSZ

életében, könnyen megváltozhat a viselkedése. Kistestvér születése, költözés, válás után megjelenő agresszió sokszor a szorongás kifejeződése.

– Mikor kell a felnőttnek közbeavatkoznia?

– Ha a gyermek önmaga vagy mások ellen fordul, rongálja a környezetét vagy fenyeget másokat, mindenképpen lépni kell. Az agresszivitást ugyanis nem lehet kinőni. Foglalkozni kell vele, és ha szükség van rá, szakembert is be kell vonni. A legfontosabb teendő, hogy csökkentsük azokat az erőszakos hatásokat, melyek a gyermekeket érhetik, legyen szó az otthoni vagy iskolai környezetről, vagy a média hatásairól.

– Sok szülő figyelmen kívül hagyja, hogy a feszültség levezetését, a helyes magatartást is tanítani kell a gyermeknek. Az agresszív viselkedés pedig nem „múlik el” magától. Meg kell tanítani a gyermeket, milyen módszerekkel vezesse le úgy a benne kialakult dühöt, hogy azal ne ártson a környezetének. Sok gyermek számára már az is nagy segítség, ha sportolhat, mozoghat.

(beres)



Szigorítás a büfékben

Minőség mellett mérlegen a mennyiség



Körlevélben tájékoztatta az iskolaigazgatókat az Emberi Erőforrások Minisztériuma az iskolai büfékben árusítható, valamint a tiltott termékekről.

A dokumentum – amelyhez hatósági leírást is mellékeltek – az egyenként felsorolt termékek mellett tartalmazza az egészségtelen termékek árusításának jogkövetkezményeit is – mondta Rétvári Bence államtitkár a sajtótájékoztatón.

Hangsúlyozta: folyamatosan át kell állniuk az iskolai büféknek arra, hogy egészséges ételeket áruljanak. A jogszabályokat mindenkinek be kell tartania, a túlcukrozott, mesterséges adalékanyagokkal ellátott, a gyerekek fejlődését, egészséges növekedését hátrá-

nyosan befolyásoló termékek nem árusíthatók. Ez azért is fontos, mert minden ötödik kislány és negyedik kislány már hétévesen túlsúlyal küzd – jegyezte meg Rétvári Bence. A jegyzők is kapnak tájékoztatólevelet, hogy ők is tisztában legyenek azzal, mi engedhető meg és mi nem.

Király Nóra, a Fiala Csaladosok Klubja alapítója elmondta, nagyon sok megkeresést kaptak amiatt, hogy az iskolai büfékben magas só- és cukortartalmú termékeket árulnak. Azt szeretnék, ha a tankerületek, illetve az iskolaigazgatók a büfék üzemeltetőivel kötött szerződésben pontosan szabályoznák, milyen termékek árusíthatók az iskolai büfékben.

-s-ági

EZEK ÁRUSÍTHATÓK A BÜFÉKBE

Szendvicsek: korpás, magvas vagy rozsos zsemelével, kiflivel, kenyérrrel készült felvágottas, májkrémes, sajtos, túrókrémes, halas szendvics; saláták; tej, tejalapú turmixital, joghurt, kefir; ásványvíz; müzliszeletek, aszalt gyümölcsök, olajos magvak, teljes kiőrlésű gabonatermékből készült keksz, puffasztott gabonaszélet, extrudált kenyér, tejtermékdesszertek (krémtúró, joghurthab, puding); gyümölcsök.

A gyerekek fél napot az iskolában töltenek, a javasolt napi öt étkezésből minimum hármat az intézményben fogyasztanak el, vagy rosszabb esetben az iskolába mennek vagy hazafelé útközben esznek. A fejlődő szervezet számára azonban egyáltalán nem mindegy, milyen mennyiségű és minőségű tápanyagokhoz jut. A helyes táplálkozási szokások kialakítása a szülő feladata, aminek egyik hatékony eszköze lehet a tudatos tízórai- és uzsonnakerítés.

A szülők feladata, hogy a gyerek életritmusához, szükségleteihez alkalmazkodva, személyre szabottan állítsák össze az étrendjüket. Ez az ételszakasz egyfajta meg alapozása a felnőttkornak, hiszen bizonyos táp- és ásványi anyagok felszívódása fiatal korban a legkedvezőbb. A gyermekkori elhízás óriási kockázatot jelent a szív- és érrendszeri vagy a cukorbetegség szempontjából, ráadásul a kövér gyerekek nagy része kövér felnőttké is válik.

Éppen ezért nem mindegy, mit és mennyit esznek a kicsik. Ha a gyermek menzán ebédel, az iskolai étkezések közül csak a tízóraitól és az



Vegyük figyelembe a gyerek szükségleteit

uzsonnáról kell gondoskodnia a szülőnek. Érdemes otthon csomagolni elemózsiát, és nem a csemetére bízni, hogy vegyen valamit a büfében.

Az egészséges alapanyagokról sokat hallani, azonban a megfelelő adagról már ritkábban. Az ételek meny-

nyiségénél azonban nemcsak a tudományos adatokra érdemes hagyatkozni, hanem a gyermek életkorát és igényeit is figyelembe kell venni. Felesleges több szendvicset és fél kiló gyümölcsöt csomagolni. A TÉT Platform táplálkozási szakemberei is arra hívják fel a figyelmet, hogy a kevesebb, de változatos elemózsiát a megfelelőbb a gyermek számára, és néha egy kis nasi is belefér.

B. I.

Mozgás, mese, alvás

A tanévkezdés az első osztályosok életében fontos mérföldkő, de a többi alsósnak is nehéz viszázkenni a hétköznapiakba. Mi, szülők sokat tehetünk azért, hogy könnyebben menjen a be-, illetve visszailleszkedés. Erről Dr. Szakács Katalin gyermek-szakpszichológussal beszélgettünk.

A leendő elsősöknek és szüleiknek a legfontosabb, hogy pozitív hozzáállással lépjenek az új életszakaszba. – Ha valaki aggódik, az teljesen természetes, hiszen joggal tarthatunk tőle, hogy nehéz és sok lesz a gyermeknek az iskola. Mégis, igyekezzünk a jó dolgokat erősíteni gyermekünkben és magunkban is. Ez utóbbi nagyon fontos, mert a gyermek rögtön

megerzi, ha nem őszinték az érzéseink – hívja fel a figyelmet dr. Szakács Katalin klinikai gyermek-szakpszichológus.

– Minden kisiskolásnak szüksége van arra, hogy naponta legalább egy órát a szabad levegőn töltsön, szabadon játsszon, rohangáljon. Ha a gyerekek az iskolában nincs erre lehetősége, akkor a napirend részeként az iskola után a szülőnek kellene ezt biztosítani – hívja fel a figyelmet a szakember.

Gyermekünk időben, lehetőleg minden este ugyanakkor kerüljön ágyba, hogy ki tudja aludni magát. – Bármilyen



Dr. Szakács Katalin

új ismeret megszerzésekor megváltoznak az idegrendszeri kapcsolatok, amelyek megszilárdulásához pihenésre is szükség van. Téves az az elgondolás, hogy a leg-

FORRÁS: DR. SZAKÁCS KATALIN

jobb tanulási módszer a sok-sok gyakorlás, azzal akár ellentétes hatást is elérhetünk – mondja Szakács Katalin.

A megfelelő mennyiségű és minőségű alvás azonban nemcsak a tanulás, hanem az idegrendszer fejlődése, a gyermeket érő rengeteg új élmény feldolgozása miatt is fontos.

– Alaposan szellőztessünk ki a szobájában, biztosítsuk, hogy gyermekünk nyugodtan kerüljön ágyba. Elalvás előtt meséljünk neki akár könyvből, akár fejből egyszerű, a gyermeket nem felzaklató történeteket, meséket – tanácsolja a szakember.

Sz. A.

Egy ritmusban a Szilassal



Az augusztus 20-i nemzeti ünnep alkalmából Balog Zoltán emberi erőforrás miniszter a Hagyományok Házában idén is átadta a Népművészet Mestere és a Népművészet Ifjú Mestere díjakat. Ez utóbbi elismerést Józsa Tamás, az idén 20 éves Szilas Néptáncgyűttes táncnára is átvehette.

– Mit gondolt az elismerésről?

– Büszke vagyok rá, és köszönettel tartozom a Szilasnak, illetve a többi munkahelyemnek is, hogy ennek az elismerésnek az alapjait megteremtették.

– Hogyan alakult a pályafutása?

– Nagy kitérőt tettem, míg Debrecenből Rákospalotára kerültem. Megjártam Moszkvát, Krakkót, Kanadát, angol, orosz és lengyel szakon is tanultam a debreceni egyetemen, majd dolgoztam hostelben és multinál is, míg idáig eljutottam.

– Hogyan kezdődött a története?

– A családom igazi sportcsalád. Az édesapám kosárlabdaedző, a bátyám is kosaras, az édesanyám szertornázott, a család nagy része pedig kézilabdázott. Én is belekóstoltam néhány sportágba, de már kis koromban megfogott a néptánc. Az egyik unokatestvérem a debreceni Hajdú Táncgyűttes tagja volt, és az ő előadásukat meglátva azonnal rabja lettem a műfajnak. Hétévesen kezdtem el táncolni, és 16 évig voltam tagja az együttesnek.

– Kevésbé megszokott, hogy valaki már 17 évesen gyerekeket oktasson. Miért alakult így a pályája?

– Nekem nagyon korán már konkrét elképzeléseim voltak, hogy miként kell ezt a műfajt művelni. Ezek az elképzelések természetesen az évek során sokat változtak, ugyanakkor az is hamar biztossá vált, hogy amit én tudok, azt át akartam adni a kisebbeknek. Ezt a debreceni együttesnél is felismerték, így történt, hogy már tizenéves koromban csoportokat kaptam.

– Huszonhárom évesen miért váltott mégis?

– Akkor már egyetemre jártam, amikor jött egy lehetőség, és ösztöndíjjal öt hónapot Moszkvában tölthettem el. Kíváncsi is voltam, az orosz kultúra pedig komolyan érdekelt, ezért belevágtam. Időközben azonban egyre erősebbé vált bennem, hogy mégsem ezzel akarok foglalkozni. Ezért nem fejeztem be az egyetemet, hanem egyévnyi krakkói tartózkodás után ismét a táncsal foglalkoztam.

– De miért ment a tengerentúlra?

– Előbb Pestre jöttem, és beiratkoztam a Táncművészeti Főiskolára, a mai egyetemre, amit elvégeztem.

FOTÓK: XV MÉDIA, VARGOSZ



Ezt követően jött a kanadai felkérés, a torontói Kodály Együttes hívott tanítani. Két alkalommal összesen egy évet töltöttem kint. Arrafelé nagyon nagy létszámú magyar közösség él, így sok fellépésünk volt, de a legfontosabb feladatunk az együttes ötvenéves jubileumi műsorának az összeállítása volt.

Konkrét elképzeléseim voltak, miként kell ezt művelni

– Hogyan került végül a Szilashoz?

– Miután hazajöttem, a táncról már nem akartam lemondani. Egy ismerősöm ajánlott be a Szilashoz, ahol örömmel fogadtak. Akkoriban azonban még dolgoznom kellett a tanítás mellett. Professzionálisan csak három éve oktatok.

– Hol tanít még?

– Elsősorban a Szilasnál, de mellette még két helyen, egyrészt a Műegyetemi Néptáncgyűttesnek vagyok a művészeti vezetője, másrészt a Liget Tánc-

együttesben is tánckarvezető vagyok. Persze nem egyedül, hanem Marosy Gerda kolléganőmmel, akivel a Szilasnál is együtt dolgozom.

– Ennyi oktatás mellett jut ideje arra, hogy táncoljon is?

Ma is táncolok az Angyalföldi Vadrózsa Táncgyűttesben. De a sok tanítás valóban megterhelő, így lehet, hogy a jövőben csak a szólótáncra koncentrálok. Azt ugyanis jobban össze tudom egyeztetni az oktatással.

– Milyen elismeréseket szerzett szólótáncosként?

– A kétévente megrendezett békéscsabai országos felnőtt-szólótáncversenyen már két alkalommal kiérdemeltem az Aranysarkantyús Táncos díjat. Ha harmadszor is sikerülne elnyernem, akkor örökös aranysarkantyús táncossal válhatnék. Erre tehát még készülök. Illetve a terveim között szerepel, hogy Gerda kolléganőmmel részt vegyünk egy televíziós versenyben. A bemutatkozáson már túl is vagyunk, és az őszi területi válogatóba bekerültünk, a folytatást pedig majd meglátjuk. De előtte még tíz napot Amerikában töltünk, mert felkértek, hogy New Brunswickben, egy nagy népzenei gálán magyar néptáncokat oktassunk.

– A tanítványokkal is készül valamire?

– Decemberben ünnepeljük a Szilas Néptáncgyűttes huszadik születésnapját, melyre látványos gálaműsorral készülünk. Ebben pedig mindenkinek, az ovisoktól a felnőttekig szerepe lesz.

Riersch Tamás



Kizöldült a piros iskola



Átadták a tanév első hetében a Neptun utcai Magyar–Kínai Két Tanítási Nyelvű Általános Iskola és Gimnázium (volt piros iskola) játszódudvarát. A mintegy 900 négyzetméternyi udvar új zöldburkolatot és öntözőrendszert kapott. A 1,5 millió forint értékű beruházást a Siemens Zrt. vállalta, aminek egyik telephelye a Neptun utcai intézmény szomszédságában, a Késmárk utcában található. Az udvar zöldítése az első lépés az oktatási intézmény környezetének felújítását célzó programban. Erdélyi Zsuzsanna igazgatónőtől megtudtuk, hogy az udvar betonburkolatát is felújítják, a töredezett betonelemek helyén 11 fát ültetnek el. ■

Beléptetőkapuk



A Deák Ferenc téri metróállomás Sütő utcai kijáratánál az elektronikus jegyrendszerhez kapcsolódó beléptetőkapukat telepített a BKK. A közlekedési társaság itt teszteli éles környezetben a beléptetőkapuk funkcionális működését. Az első hetekben az utasok mindkét irányból nyitott kapukkal találkoznak az állomáson. Néhány hetes időszakot követően csak a metróból kifelé vezető irányban elhelyezett kapuk nyílnak majd automatikusan, ellenőri beavatkozás nélkül. A kapuk nyitása-zárása tehát automatikusan történik. A metró területére történő belépésre használt kapuk várhatóan 2018-tól záródnak majd – írta a BKK. ■

Emeletes vonatok jönnek



Emeletes motorvonatok beszerzéséről írt alá szerződést a MÁV-START Zrt. és a Stadler Bussnang AG. Elsőként 11 szerelvény vásárlásáról egyeztek meg a társaságok, a rugalmas lehívási lehetőséget biztosító keretszerződésnek köszönhetően a következő nyolc évben – a forráskeretek rendelkezésre állásának függvényében – 40 darab nagy kapaci-

tású motorvonatot szerezhet be a MÁV-START – jelentette be a MÁV. A vasúttársaság a nagy forgalmú Budapest–Vác–Szob és Budapest–Cegléd–Szolnok elővárosi vasútvonalakon állítja forgalomba a KISS vonatokat, 2019 és 2020 között. A kétszintes motorvonatok a kor követelményeinek megfelelő utastájékoztató rendszerrel, légkondicionált, tágas utastérrel, wifivel, mobiltelefonok és laptopok töltésére alkalmas hálózati csatlakozókkal, valamint korszerű kamerarendszerrel rendelkeznek majd. Az emeletes motorvonatokon három hagyományos és egy mozgássérültek által is használható WC lesz, a multifunkciós terek pedig négy kerekesszék, illetve 12 kerékpár vagy 5 babakocsi szállítására alkalmasak – írta a MÁV. ■

Konvektorcsere

A korszerűtlen gázkonvektorok cseréjéhez nyújt vissza nem térítendő támogatást az Otthon Melege Program szeptember 21-től. A konvektor2017.nfsi.hu honlapról már letölthetőek a szükséges dokumentumok és a pályázati feltételek, de pályázni csak szeptember 21-én 8 órától lehet, elektronikus úton, ügyfélkapus regisztrációval.

A Nemzeti Fejlesztési Minisztérium a bekerülési költség 80 százalékáig, maximum 500 ezer forint vissza nem térítendő támogatást



biztosít pályázatonként, a 1,5 milliárd forintos keret erejéig. ■

Kivágják a nyárfákat



A fővárosi önkormányzat által felügyelt közterületeken 2025-ig kivágják az összes kanadai (vattázó) nyárfát – döntött a Fővárosi Közgyűlés. A jobbkios Tokody Marcell által jegyzett előterjesztést 19 igennel 2 tartózkodás mellett fogadta el a testület. A kivágott kanadai nyárfák helyére – a jogszabályi előírásoknak megfelelően – új fákat telepítenek majd – közölte az MTI. ■

Változik az ezres



A biztonsági elemei és képi megjelenése tekintetében is megújított 1000 forintos címletű bankjegyet bocsát ki a Magyar Nemzeti Bank (MNB). A jegybank ezzel folytatja a forint bankjegyek 2014-ben megkezdett cseréjét. Az új 1000 forintosok augusztus 24-től törvényes fizetőeszközzé váltak, ám készpénzforgalomban csak 2018. március 1-jétől fizethetünk a megújított bankokkal. A jelenlegi ezresek 2018. október 31-ig lehet használni a vásárlások során, 2018. november 1-jétől pedig már csak a megújított ezres bankjegyekkel lehet majd fizetni. A régi ezresek a hitelintézetek és a posta még három évig, a jegybank pedig húsz évig díjmentesen váltja át az új 1000 forintosokra – írta közleményében az MNB. ■

Tűzifavásárlás



Számos bejelentés érkezett az utóbbi hónapokban a Nébihhez internetes tűzifarendelések kapcsán. A bejelentők legtöbbször a kiszállított tűzifa mennyiségét, minőségét, valamint az adásvétel körülményeit kifogásolták. A Nébih azt kéri, hogy online tűzifavásárlás esetén különösen körültekintően járjon el a lakosság.

Az internetes vásárlásnál gyanús lehet a túl alacsony ár, és érdemes ellenőrizni azt is, hogy valós vállalkozás kínálja-e a tűzifát, szerepel-e a cégjegyzékben és rendelkezik-e telephellyel, ahonnan el lehet hozni személyesen is a rendelt terméket. Figyelmeztetett továbbá, hogy a tűzifa-kereskedelemben gyakran kerül be lopott fa, ami a vásárlóknak is kárt okozhat, emellett súlyos helyett érdemesebb tőfogatra vásárolni, mivel a nedves fa nehezebb, ez pedig visszaélésekre ad lehetőséget. A vásárláskor ellenőrizni kell a nyugtát és a szállítójegyet, amin feltüntetik, hogy milyen mennyiségben milyen fát hoztak a vásárlónak, ezenfelül július 1-je óta a kereskedőnek a megrendelt fa mellé adnia kell tűzifavásárlási tájékoztatót is, amelynek elsődleges célja a körültekintő vásárlás elősegítése. ■

POLGÁRMESTER ÉS ALPOLGÁRMESTEREK ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI



Hajdu László
polgármester
20 288 7721
polgarmester@bpxv.hu

• Előzetes telefonos egyeztetés alapján előjegyzés kérhető a 305-3136; 305-3260 telefonszámokon.

• 2017. szeptember 8. péntek
• 2017. szeptember 29. péntek
• 2017. október 27. péntek
• 2017. november 24. péntek
• 2017. december 27. szerda

08.30–12.00 Polgármesteri Hivatal 15.00 órától DK Iroda
08.30–12.00 Polgármesteri Hivatal 15.00 órától DK Iroda
08.30–12.00 Polgármesteri Hivatal 15.00 órától DK Iroda
08.30–12.00 Polgármesteri Hivatal 15.00 órától DK Iroda
08.30–16.00 Polgármesteri Hivatal – a két ünnep közötti időszakban csak a hivatalban lesz megtartva.



Dr. Balázs Zoltán alpolgármester
06 20 349 2382
zoltan.balazs@uni-corvinus.hu
hétfő 11 és 13 óra között a hivatalban



Németh Angéla alpolgármester
Minden hónap 1. hétfője 13.30–17.30-ig.
Időpontkérés telefonon történő egyeztetés alapján. 305 3201
Helyszín: Polgármesteri Hivatal, I. em. 103-as szoba



Dr. Pintér Gábor alpolgármester
Kéthetente szerdán
13-tól 15 óráig.
Bejelentkezés, illetve egyeztetés a 305 3284-es telefonszámon lehetséges. Helyszín: Polgármesteri Hivatal, I. emelet 103-as szoba

KÉPVISELŐK ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI



1. sz. vk.
Lehoczki Ádám
(Fidesz–KDNP)
20 436 1224
leho.adam@gmail.com

Telefonon és e-mailen történő egyeztetés alapján.



7. sz. vk. **Király Csaba**
(RÁTE)
30 962 8755
kingcsabi@gmail.com
Minden hónap első

csütörtökén a Polgármesteri Hivatal 110. sz. szobájában 14–16-ig, előzetes egyeztetés alapján.



13. sz. vk.
Móricz Eszter (MSZP)
30 334 2031
moricz.eszter01@gmail.com

Telefonon és e-mailen történő egyeztetés alapján.



2. sz. vk.
Gyurkovics Miklós
(Fidesz–KDNP)
20 587 0807
mgyurkovics@

freemail.hu

Minden hónap második szerdáján, 17 és 19 óra között a Palota Pont Rákospalotai Tanácsadó és Együttműködési Irodában.



8. sz. vk. **Báder György**
(Fidesz–KDNP)
20 934 9983
bgyprint@t-online.hu
Előzetesen, telefonon

vagy e-mailen egyeztetett időpontban a Pestújrhelyi Közösségi Házban.



14. sz. vk. **Tóth Imre**
(MSZP) 30 984 3118
t.imre65@gmail.com
Minden hónap 2. szerdáján 17–19 óráig a

Neptun Utcai Általános Iskolában.



3. sz. vk. **Merk Péter**
(Fidesz–KDNP)
20 352 4009
roden00@freemail.hu
Minden hónap második

szerdáján, 17 és 19 óra között a Palota Pont Rákospalotai Tanácsadó és Együttműködési Irodában.



9. sz. vk. **Vékás Sándor**
(Liberálisok)
30 964 2452
sander@vekas.hu
Telefonon és e-mailen

törtéző egyeztetés alapján.



Bencsics Lászlóné
(Fidesz–KDNP)
20 442 5865
bencsicsari1@gmail.com
Minden hónap második

szerdáján 15–17 óráig a Pestújrhelyi Együttműködési Irodában (Bp. XV., Pestújrhelyi út 68.). Telefonon vagy e-mailen történő egyeztetés esetén más helyszín és időpont is lehetséges.



4. sz. vk. **Agárdi János**
(Fidesz–KDNP)
30 952 0012
agardijanos@fidesz.hu
Telefonon és e-mailen

törtéző egyeztetés alapján.



10. sz. vk. **Tóth Veronika**
(DK) 30 585 4493
tothveronika53@gmail.com
Minden hónap első

hétfőjén 17–19 óra között a Sáríu u. 3. földszintjén található közös képviselői irodában, valamint minden hónap második keddjén az Olajág Idősek Otthonában 15–17 óra között a C. épület fszt. 12. sz. klubhelyiségben. Telefonon vagy e-mailen történő egyeztetés esetén más helyszín és időpont is lehetséges.



Bodó Miklós (Jobbik)
70 372 3044
bodo.miklos@jobbik.hu
Telefonon és e-mailen történő egyeztetés alapján.



Dr. Matlák Gábor
(Liberálisok)
30 997 0717
matlakgabor@gmail.com

Telefonon és e-mailen történő egyeztetés alapján.



5. sz. vk.
Csonka László
(Fidesz–KDNP)
30 924 9634
csonka.laszlo@

fidesz.hu

Minden hónap második péntekén 16-tól 18 óráig a Csokonai Művelődési Központban (Eötvös utca 64–66.), előzetes telefon egyeztetés alapján.



11. sz. vk. **Bitvai Nándor**
(Fidesz–KDNP)
70 670 5220
bitvai.nandor@gmail.com

Telefonon és e-mailen történő egyeztetés alapján.



Németh Angéla
(RÁTE)
20 344 0677
rasztamegy@gmail.com

Telefonon és e-mailen történő egyeztetés alapján.



6. sz. vk.
Legárd Krisztián (DK)
30 844 9595
legard.krisztian@gmail.com

Minden hónap harmadik szerdáján 17.30-tól 19.00 óráig a Szent Korona Általános Iskolában (Szent Korona útja 5.). Telefonon vagy e-mailen történő egyeztetés esetén más helyszín és időpont is lehetséges.

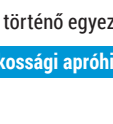


12. sz. vk. **Victorné dr. Kovács Judit**
(Fidesz–KDNP)
20 350 6859
kovacs.judit@fidesz.hu

Minden hónap első csütörtökén 16–18 óráig a Nyitott Ajtó Újpalotai Együttműködési Irodában (1156 Bp., Páskomliget u. 6.). Telefonon és e-mailen történő egyeztetés esetén más helyszínen és időpontban is lehetséges.



Dr. Pintér Gábor
(Fidesz–KDNP)
lásd az alpolgármestereknél.



Szilvái László (LMP)
30 768 0993
laszloszilvayi@gmail.com
Telefonon és e-mailen

törtéző egyeztetés alapján.

JEGYZŐK ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI



Dr. Lampérth Mónika
jegyző
Félfogadás: Minden hónap második keddjén 13.30–16.30 óráig a Polgármesteri Hivatalban.

Előzetes telefon egyeztetés a 305 3268-as telefonszámon.



Dr. Filipcz Andrea
aljegyző
Félfogadás: Minden hónap második keddjén 13.30–16.30 óráig a Polgármesteri Hivatalban.

Előzetes telefon egyeztetés a 305 3268-as telefonszámon.

ORSZÁGGYŰLÉSI KÉPVISELŐ ELÉRHETŐSÉGE ÉS FOGADÓÓRÁJA



László Tamás országgyűlési képviselő
Félfogadás: minden hónap harmadik szerdáján 16.00–18.00 óráig a Nyitott Ajtó Újpalotai Együttműködési Irodában (1156 Páskomliget u. 6.), előzetes egyeztetés a 704 6088-as telefonszámon.

KÖZLEMÉNY!

Tisztelt lakótársak, kedves érdeklődők!

A nyári hónapokat követően a következő **tanácsadást és fogadóórát 2017. szeptember 25-én 17 óra 30 perckor** tartjuk Rákospalotán **az Együttműködési Iroda (XV. ker., Fő u. 64.) Nyitott Ajtó helyiségében.**

Addig és akkor is várjuk érdeklődő megkeresésüket, postán (1601 Bp., Pf. 121) vagy e-mail-címünkön (polgarokpalotaert@gmail.com).

Polgárok Palotáért Egyesület

A felhívások, közlemények, rendeletek teljes terjedelmükben, egységes szerkezetben a mellékletekkel együtt letölthetőek a bpxv.hu honlapról. Az azokban feltüntetett adatokért és információkért a szerkesztőség nem vállal felelősséget!

Budapest Főváros XV. Kerület Rákospalota, Pestújhely, Újpalota Önkormányzat Képviselő-testületének 27/2016. (XII. 19.) önkormányzati rendelete a szociális szolgáltatásokról szóló 7/2005. (IV. 4.) ök. rendelete módosításáról

Budapest Főváros XV. Kerület Rákospalota, Pestújhely, Újpalota Önkormányzatának Képviselő-testülete Magyarország Alaptörvénye 32. cikk (1) bekezdés a) pontjában és (2) bekezdésében kapott felhatalmazás alapján, a Magyarország helyi önkormányzatairól szóló 2011. évi CLXXXIX. törvény 23. § (5) bekezdés 11a. pontjában, illetve a szociális igazgatásról és szociális ellátásokról szóló 1993. évi III. törvény (a továbbiakban: Szt.) 1. § (2) bekezdésében meghatározott feladatkörében eljárva a szociális szolgáltatásokról szóló 7/2005. (IV. 4.) ök. rendelete (a továbbiakban: Rendelet) módosítására a következőket rendeli el:

(A rendelet teljes szövege a bpxv.hu oldalon olvasható)

Az Egyesített Szociális Intézmény szociális és gyermekvédelmi szolgáltatást nyújtó telephelyei

	A	B
	telephely megnevezése	telephely címe
1	Gondozó Ház	1157 Bp., Erdőkerülő u. 34.
2	Házi Gondozó Szolgálat, Időseket Segítő Szolgálat, Szociális Konyha	1158 Bp., Klebelsberg K. u. 20/a
3	Időseket Segítő Szolgálat, Szociális Konyha	1154 Bp., Arany J. u. 51.
4	Időseket és Demenciával Élőket Segítő Szolgálat, Nappali Melegedő és Utcai Gondozó Szolgálat	1156 Bp., Kontyfa u. 3.
5	Fejlesztő Gondozó Központ	1158 Bp., Molnár V. u. 94-96.
6	„FIÓKA” Család- és Gyermekjóléti Központ	1155 Bp., Kolozsvár u. 4/b.
7	„FIÓKA” Család- és Gyermekjóléti Központ	1158 Bp., Pestújhelyi út 32.
8	Újpalotai Család- és Gyermekjóléti Központ, Munkanélküli Fiatalok Tanácsadó Irodája (MUFTI), Szociális Konyha, Időseket Segítő Szolgálat	1157 Bp., Zsóka-vár u. 24-26.

Ellátási szerződés szerinti szociális és gyermekvédelmi szolgáltatások

	A	B	C
2.1	szolgáltató megnevezése	szolgáltatás megnevezése	szolgáltatás-nyújtás helye
2.2	Szociális és Rehabilitációs Alapítvány (Szociális Gondozási Központ)	hajléktalan családok átmene-ti és hajléktalanok éjjeli szállása	1152 Bp., Aporháza u. 63.
2.3	Félúton Alapítvány	pszichiátriai és szenvedélybeteg nappali és átmeneti ellátása	1172 Bp., Liget sor 26.
2.4	Humán Sztráda Kft.	pszichiátriai és szenvedélybeteg közösségi ellátása	1172 Bp., Liget sor 26.

Intézményi és személyi térítési díjak

1. Szociális étkeztetés – intézményi térítési díj

	A	B	C	D
1.	Étkeztetés módja	Idősek Klubja – Arany J. utca	Idősek Klubja – Klebelsberg K. utca	Idősek Klubja – Kontyfa u. / Pajtás étterem
2.	Ebéd elvitellel	615 Ft/nap	650 Ft/nap	660 Ft/nap
3.	Ebéd házhoz szállítással	520 Ft/nap	520 Ft/nap	520 Ft/nap
4.	Ebéd helyben fogyasztással	600 Ft/nap	640 Ft/nap	650 Ft/nap
5.	Reggeli + ebéd helyben fogyasztással	850 Ft/nap	895 Ft/nap	905 Ft/nap

¹ Elfogadta a képviselő-testület 2016. december 13-i ülésén. Hatályos 2016. december 20. napjától.

	A	B
1.	Ellátott havi nettó jövedelme	Személyi térítési díj
2.	28 500 Ft alatt	80 Ft/nap
3.	28 501 Ft – 57 000 Ft	150 Ft/nap
4.	57 001 Ft – 71 250 Ft	200 Ft/nap
5.	71 251 Ft – 99 750 Ft	300 Ft/nap
6.	99 751 Ft – 128 250 Ft	400 Ft/nap
7.	128 251 Ft – 142 500 Ft	450 Ft/nap
8.	142 501 Ft felett	520 Ft/nap
9.	De legfeljebb a szolgáltatást igénybe vevő rendszeres havi jövedelmének a 30%-a.	

2. Szociális egyszeri étkezés (ebéd) – személyi térítési díj elvitel, házhoz szállítás, helyben fogyasztás esetén

3. Szociális kétszeri étkeztetés (reggeli+ebéd) helyben fogyasztás esetén

	A	B
1.	Ellátott havi nettó jövedelme	Személyi térítési díj
2.	28 500 Ft alatt	150 Ft/nap
3.	28 501 Ft – 57 000 Ft	250 Ft/nap
4.	57 001 Ft – 71 250 Ft	300 Ft/nap
5.	71 251 Ft – 99 750 Ft	400 Ft/nap
6.	99 751 Ft – 128 250 Ft	500 Ft/nap
7.	128 251 Ft – 142 500 Ft	600 Ft/nap
8.	142 501 Ft felett	700 Ft/nap
9.	De legfeljebb a szolgáltatást igénybe vevő rendszeres havi jövedelmének a 30%-a.	

4. Házi segítségnyújtás

	A	B
1.	Intézményi térítési díj	1 440 Ft/óra
2.	Személyi térítési díj	
3.	Ellátott havi nettó jövedelme	Fizetendő összeg
4.	28 500 Ft alatt	90 Ft/óra
5.	28 501 Ft – 42 750 Ft	190 Ft/óra
6.	42 751 Ft – 57 000 Ft	300 Ft/óra
7.	57 001 Ft – 71 250 Ft	400 Ft/óra
8.	71 251 Ft – 99 750 Ft	550 Ft/óra
9.	99 751 Ft – 128 250 Ft 700 Ft/óra	
10.	128 251 Ft felett	1 100 Ft/óra
11.	De legfeljebb a szolgáltatást igénybe vevő rendszeres havi jövedelmének 25%-a	

5. Idősek gondozóháza (átmeneti elhelyezést nyújtó intézmény)

	A	B
1.	Intézményi térítési díj	3 780 Ft/nap 113 400 Ft/hó
2.	Személyi térítési díj	113 400 Ft/hó, de legfeljebb az ellátott havi jövedelmének a 60%-a

6. Idősek nappali ellátása

	A	B
1.	Intézményi térítési díj	340 Ft/nap
2.	Személyi térítési díj	10 Ft/nap, de legfeljebb az ellátott havi jövedelmének a 15%-a az étkezés igénybevétele nélküli napközbeni tartózkodás, és 30%-a a napközbeni tartózkodás és étkezés együttes igénybevétele esetén

7. Fejlesztő Gondozó Központ

	A	B	C	D	E
1.	Intézményi térítési díj				
2.	Nappali rendszerű oktatásban részt nem vevő személy esetében				
3.	Étkezés	Nappali ellátás	Összesen		
4.	1 650 Ft/nap	6 290 Ft/nap	7 940 Ft/nap		
5.	Nappali rendszerű oktatásban részt vevő személy esetében				
6.	Étkezés	Nappali ellátás	Összesen		
7.	644 Ft/nap	6 290 Ft/nap	6 934 Ft/nap		

Személyi térítési díj					
9.	Nappali rendszerű oktatásban részt vevő személy esetében a nappali ellátás		100 Ft/nap		
10.	Nappali rendszerű oktatásban részt nem vevő személy esetében				
11.	Ellátott havi nettó jövedelme	Nappali ellátás	Háromszori étkezés	Nappali ellátás és 3x étkezés	De legfeljebb az ellátott havi nettó jövedelmének 30%-a
12.	57 000 Ft alatt	100 Ft/nap	480 Ft/nap	580 Ft/nap	
13.	57 001 Ft – 71 250 Ft	150 Ft/nap	530 Ft/nap	680 Ft/nap	
14.	71 251 Ft – 99 750 Ft	200 Ft/nap	595 Ft/nap	795 Ft/nap	
15.	99 751 Ft – 128 250 Ft	250 Ft/nap	715 Ft/nap	965 Ft/nap	
16.	128 251 Ft felett	300 Ft/nap	835 Ft/nap	1 135 Ft/nap	

8. Értelmi Fogyatékosok Napközi Otthona

	A	B	C	D	E
1.	Intézményi térítési díj nappali ellátás és étkezés esetén				
2.	Étkezés	Nappali ellátás	Összesen		
3.	1 250 Ft/nap	6 795 Ft/nap	8 045 Ft/nap		
4.	Személyi térítési díj nappali ellátás és kétszeri étkezés esetén				
5.	Ellátott havi nettó jövedelme	Nappali ellátás	Kétszeri étkezés	Nappali ellátás	De legfeljebb az ellátott havi nettó jövedelmének 30%-a
6.	57 000 Ft alatt	100 Ft/nap	400 Ft/nap	500 Ft/nap	
7.	57 001 Ft – 71 250 Ft	150 Ft/nap	470 Ft/nap	620 Ft/nap	
8.	71 251 Ft – 99 750 Ft	200 Ft/nap	550 Ft/nap	750 Ft/nap	
9.	99 751 Ft – 128 250 Ft	250 Ft/nap	650 Ft/nap	900 Ft/nap	
10.	128 251 Ft felett	300 Ft/nap	780 Ft/nap	1 080 Ft/nap	

(A rendelet teljes szövege a bpxv.hu oldalon olvasható)

Pályázati felhívás kerületi tanulmányi ösztöndíj elnyerésére

Budapest Főváros XV. Kerület Rákospalota, Pestújhely, Újpalota Önkormányzata a 9/2004. (II. 26.) önkormányzati rendeletében (a továbbiakban: ösztöndíjrendelet) tanulmányi ösztöndíjat alapított, mely az idei évben is kiírásra kerül a 2017/2018. tanévre vonatkozóan.

Ösztöndíjban részesülhet az a kimagasló eredményt elérő, köznevelési, valamint felsőoktatási intézményben tanulmányokat folytató tanuló, illetve hallgató, akinek a pályázati kérelem benyújtását megelőzően legalább egy éve a XV. kerületben van az állandó lakhelye, és az ösztöndíj-rendeletben meghatározott feltételeknek megfelel.

A pályázati kérelmek benyújtási határideje az ösztöndíjrendelet értelmében minden évben szeptember 10-e. Tekintettel arra, hogy a fenti határidő 2017-ben munkaszüneti napra esik, a kérelmek benyújtásának határideje az ezt követő első munkanap (2017. szeptember 11.).

Az ösztöndíj benyújtása kapcsán további felvilágosítás kérhető Végh Ádám intézményfelügyeleti referenstől a vegh.adam@bpxv.hu e-mail-címen vagy a 06 1 305 3160-as telefonszámon.

A részletes pályázati felhívás, valamint a pályázati adatlap a „Kapcsolódó fájlok” menüben tekinthető meg, illetve tölthető le.

A Kúria Önkormányzati Tanácsának döntése kimondta: jogszerű a XV. kerületi önkormányzat építmény- és telekadóról szóló rendelete

Kerületünk egyik legjelentősebb adózója, egy logisztikai tevékenységet végző gazdasági társaság beperelte az önkormányzatot az építmény- és telekadót megállapító határozata miatt.

A vállalkozó álláspontja szerint a megállapított helyi adók mértéke nem igazodik a helyi sajátosságokhoz, az adóalany teherbíró képességéhez, sem az érintett ingatlanok értékéhez.

A Fővárosi Közigazgatási és Munkaügyi Bíróság a per tárgyalását felfüggesztette, és kezdeményezte, hogy a Kúria Önkormányzati Tanácsa mondja ki, a helyi rendeletünkben megállapított adómértékek jogszabálysértőek, továbbá rendelje el azok perbeli alkalmazásának tilalmát. A helyi rendelet jogszerűségének vizsgálatára jogosult Kúria Önkormányzati Tanácsa az indítványt teljes egészében elutasította.

A Kúria kimondta, hogy helyi rendeletünkben az adómértékek megállapítására a törvényi előírásoknak megfelelő számítási módon került sor. Úgy ítélte meg, hogy önkormányzatunk kellően megindokolta a helyi sajátosságok figyelembevételét az egyes adómértékek megállapítása során, és az általunk meghatározott adó mértéke sem tekinthető szélsőségesnek.

A Kúria döntésében kiemelte, hogy a rendeletünkben meghatározott adómértékek megállapítása minden adózóra egyformán érvényes, norma-

tív módon történt. A hasonló helyzetben lévő adózókat egyenlően terhelő adó mértéke nem válik törvénytörővé azért, mert az adózót több telke után arányosan magasabb adókötelezettség terheli.

A Kúria állásfoglalásában kiemelte azt is, hogy a rendeletünk széles körű kedvezményeket és mentességeket is tartalmaz az egyes adónevekben, melyek a magánszemélyek esetében az adóterhelés csökkentését, az egyes adótárgyak vonatkozásában (így a lakáscélú ingatlanok mentességével) pedig a lakosság támogatását szolgálják.

A Kúria Önkormányzati Tanácsa megállapította, hogy önkormányzatunk mind az építményadó, mind a telekadó tekintetében differenciálta az adókötelezettséget: adómentességek és adókedvezmények biztosításával – az adózók teherbíró képességét is figyelembe vevő – helyi adózást alakítottunk ki.

A fentiek alapján a Kúria rendeletünket jogszerűnek ítélte meg, az ezzel ellentétes bírói kezdeményezést elutasította. A Kúria ítélete megerősítette, hogy a képviselő-testület által megállapított célok – igazságos közteherviselés, a közfeladatok ellátásához szükséges adó fegyelmezett beszédese – teljesítését legjobb tudásunk szerint, eredményesen végezzük.

Dr. Lamperth Mónika
jegyző

Ősz, szüret, mustgáz

A nyár vége és az őszi idő kezdete a szüret, ezzel együtt a bortermelés fontos időszaka, amely egyik jellemző veszélyforrása a mustgáz. Évről évre csaknem tucatszor riasztják miatta a tűzoltókat, és bár egyszerű a balesetek megelőzése, szinte egyetlen esztendő sem telik el tragédia nélkül.

A köznyelvben mustgáznak nevezett anyag tulajdonképpen egyszerű szén-dioxid, ami a gyümölcs erjedése (a cukor alkohollá alakulása) során keletkezik. Ez a gáz színtelen, szagtalan, a levegőnél másfélszer nehezebb gáz, amely zárt térben a levegőt kiszorítva, a padló szintjétől tölti fel a helyiséget. A szén-dioxid önmagában nem mérgező, de mivel kiszorítja a levegőt a pincéből, oxigénhiányos környezetet hoz létre. A mustgáz miatti oxigénhiány szédülést, álmoságot, eszméletvesztést, végül akár fulladást okozhat.

A mustgázzal kapcsolatos bal-



esetek a borospincék szellőztetésével, illetve szén-dioxid-érzékelők telepítésével megelőzhetőek. Alkalmazható a közismert gyertyás módszer is, amikor az ember egy gyertyával ellenőrzi a pince biztonságát. Fontos azonban, hogy a gyertyát ne a vállmagasságban, előre kinyújtott kezében tartsa a pincébe igyekvő, hanem eressze derékmagasság alá. A legegyszerűbb megoldás egy lapátra – vagy más kerti szerszámra – helyezett mécsest, gyertyát tartani

lábmagasságban. Amennyiben a láng kialszik, akkor nincs elegendő oxigén a pincében, azonnal el kell hagyni a helyiséget. A szén-dioxiddal telített helyiségbe csak sűrített levegős légzőkészülékben lehet biztonságosan bemenni, ezért aki mustgázzal kapcsolatos balesetet észlel, azonnal hívja a 112-es segélyhívó számot és kérje a tűzoltók segítségét!

Fővárosi Katasztrófavédelmi Igazgatóság

EÖTVÖS CIRKUSZ
A HARLEQUIN TITKA
ÚJ SZUPER PRODUKCIÓ!
www.eotvoscirkusz.com
Ingyen hívható: 06364317507

**BUDAPEST XV. A PÓLUS CENTER MELLETT
SZEPT. 13-TÓL SZEPT. 17-IG**

ELŐADÁSOK:

Szerda, csütörtök és péntek:	18.00 órákor
Szombat:	15.00 18.00 órákor
Vasárnap:	15.00 órákor

EGYET FIZET – KETTŐT KAP KEDVEZMÉNY!

a „B” szektorba érvényes a szórólap felmutatása esetén! (Két belépőjegy: 4000 Ft)

Infóvonal:
06 30 401 9507,
www.eotvoscirkusz.com
Facebook: Eötvös cirkusz
Cirkuszpénztár nyitva:
10-18 óráig

A **Nagycsaládok Újpalotai Egyesülete** 2017. szeptember 29-én 15 órától 17 óráig **ruhaneműből, cipőből, könyvből, játékból és sok egyéb használati tárgyból osztást tart** a lakosság részére.

Minden rászorulóval szeretettel várnak az Árendás köz 1-3. szám alatt. Bejárat a Szobabérlők Háza mögött.

TOBORZÓ

NBII NŐI JUNIOR KÉZILABDA

A REAC SPORTISKOLA SE FELVÉTELT HIRDET U20 JUNIOR KORÚ LEÁNYOK RÉSZÉRE, AKIK AZ ORSZÁGOS NBII-ES BAJNOKSÁGBAN VERSENYEZNEK. TOVÁBBÁ U13-AS SERDÜLŐ LEÁNY CSAPATBA IS SZERETTEL VÁRJUK A MEGFELELŐ KORÚ LÁNYKÁKAT.

Jelentkezés és további információ:
Mányoki Móni: +36 30 966 5677
manyokimoni@t-online.hu

Az edzések helyszíne: Budapest XV. kerületi Kolozsvár Utcai Általános Iskola
Cím: 1155 Budapest, Kolozsvári utca 1.
(hétfő, csütörtök - U13)

MINDENKIT NAGY SZERETTEL VÁRUNK!
REAC Sportiskola Vezetősége



MEGHÍVÓ

Szeretettel meghívjuk következő előadásunkra!

Az előadás címe:
**NEMZETI KONZULTÁCIÓ
TRIANON ELLEN!**

ELŐADÓ: PATRUBÁNY MIKLÓS
a Magyarok Világszövetsége elnöke

HELYSZÍN:
Budapest XV. kerület, Beller Imre u. 6. fsz. 1.

IDŐPONT:
**2017. szeptember 14-én
18 órai kezdettel**

Minden hazáját, nemzetét féltő és szerető érdeklődőt tisztelettel várunk!



**A Kereszténydemokrata Néppárt
XV. kerületi szervezete**
Kereskenyi Jánosné
elnök

FKF BUDAPEST

Az FKF Nonprofit Zrt. pályázatot hirdet

Hulladékrafordító
munkakör betöltésére

Fő feladatai:

- a meghatározott üzem területéhez tartozó lakossági, utcai és intézményi háztartási és szelektív hulladék rakodása, a munkáltató által meghatározott módon a kukák ürítése a hulladékgyűjtő járműbe
- az éves ütemterv alapján lom vagy ömlesztetten gyűjtött hulladék szakszerű begyűjtése
- szelektív szigetek ürítése, valamint a mellé rakott hasznosítható hulladék összeszedése, elszállítása, zöld hulladék begyűjtése (céges zsákban elhelyezve és gallyak kötegelte állapotban történő berakodása)
- egyéb lakossági, intézményi szelektív edények ürítése

Elvárások:

- 8 általános iskolai végzettség
- büntetlen előélet
- az adott gépcsoportra hatályos gépkezelő jogosítvány (OKJ + hatósági vizsga), amely a próbaidő után hűségidőhöz kötött társasági támogatással megszerzendő
- pontos napi munkakezdés betartása (minden reggel 4:00 és 5:00 között)

Ami kínálunk:

- stabil bejelentett munkahely, azonnali munkakezdeti lehetőség
- bérpótlékok, 3 hónap próbaidő után cafetéria juttatás
- Foglalkozás-egészségügyi Szolgálat, ingyenes fogászati ellátás
- igény esetén munkásszállón történő elhelyezés
- kedvezményes díjszabású társasági üdülők biztosítása.

Munkavégzés helye:

R1 - Budai Hulladékszállítási Üzem 1037 Bp., Testvérhegyi út 10/a.
R2 - Észak-pesti Hulladékszállítási Üzem 1151 Bp., Károlyi Sándor út 117-119.
R3 - Dél-pesti Hulladékszállítási Üzem 1098 Bp., Ecseri út 8-12.
R4 - Szelektív Hulladékszállítási Üzem 1098 Bp., Ecseri út 8-12.

Jelentkezés módja:
Fényképes szakmai önéletrajzát a karrier@fkf.hu e-mail címre, a tárgyban a telephely kódjának (R1, R2, R3 vagy R4) megjelölésével vagy postai úton az FKF Nonprofit Zrt. 1081 Bp., Alföldi utca 7. címre - a választott munkavégzési hely megjelölésével - megküldeni szíveskedjen!

FKF BUDAPEST

Az FKF Nonprofit Zrt. pályázatot hirdet

Köztisztasági járműkezelő (hulladékos ágazat)
munkakör betöltésére

Fő feladatai:

- a forgalomirányítás által meghatározott hulladékgyűjtő jármű kezelése
- a meghatározott üzem területéhez tartozó lakossági, utcai és intézményi háztartási valamint szelektív hulladékoknak elszállítása
- szelektív szigetek ürítése, valamint a mellé rakott hasznosítható hulladék összeszedése, elszállítása, zöldhulladék hulladékgyűjtő járművel történő begyűjtése
- egyéb lakossági, intézményi és gazdálkodó szervezeti szelektív hulladék elszállítása
- éves ütemterv, beosztás és vezénylés szerinti lomtalanítás elvégzése

Elvárások:

- büntetlen előélet, „C”, bizonyos esetekben „E” kategóriás hivatásos jogosítvány
- legalább PÁV II
- Digitális Vezetői Kártya (tachográf-hoz)
- GKI kártya (Gépjárművezetői Képesítési Igazolvány)
- adott gépcsoportra hatályos gépkezelő jogosítvány (OKJ + hatósági vizsga), mely a próbaidő után hűségidőhöz kötött társasági támogatással megszerzendő
- pontos napi munkakezdés betartása (minden reggel 4:00 és 5:00 között)

Ami kínálunk:

- stabil bejelentett munkahely, azonnali munkakezdeti lehetőség
- bérpótlékok, 3 hónap próbaidő után cafetéria juttatás
- Foglalkozás-egészségügyi Szolgálat, ingyenes fogászati ellátás
- igény esetén munkásszállón történő elhelyezés
- kedvezményes díjszabású Társasági üdülők biztosítása

Munkavégzés helye:

JK1 - Budai Hulladékszállítási Üzem 1037 Bp., Testvérhegyi út 10/a.
JK2 - Észak-pesti Hulladékszállítási Üzem 1151 Bp., Károlyi Sándor út 117-119.
JK3 - Dél-pesti Hulladékszállítási Üzem 1098 Bp., Ecseri út 8-12.
JK4 - Szelektív Hulladékszállítási Üzem 1098 Bp., Ecseri út 8-12.

Jelentkezés módja:
Fényképes szakmai önéletrajzát a karrier@fkf.hu e-mail címre, a tárgyban a telephely kódjának (JK1, JK2, JK3 vagy JK4) megjelölésével vagy postai úton az FKF Nonprofit Zrt. 1081 Bp., Alföldi utca 7. címre - a választott munkavégzési hely megjelölésével - megküldeni szíveskedjen!

ÜZLETI APRÓ

AJTÓ, ABLAK

ABLAJKAVITÁS, WWW.AJTOABLAKDOKTOR.HU 22 éve vállalom kedvező áron ablakok, ajtók javítását, illesztését, záruk cseréjét, festését, hőszigetelő üvegezését, szigetelését garanciával. Felmérés díjtalan! Horvát Ákos, telefon: 06 70 550 0269

ÜVEGEZÉS

ÜVEGES! Ablak, ajtó, erkély, kirkat üvegezése. Hőszigetelő üvegek, zuhanykabinok beépítése. Régi keretek átalakítása hőszigetelő üveg befogadására. Gyorsan, tisztán, pontosan! Biztosításra is! Nagy Miklós, telefon: +36 20 9777 150

KÉMÉNY

Szabó Balázs vállalja kémények belső marását, bélelését teljes körű ügyintézésrel. 06 20 264 7752

ÁLLÁS

Kötöttáru-gőzölőt, vasalónőt keresünk kötödei gyakorlattal XV. kerületi munkahelyre. Biztos állás, 25 év múlta visszatekintő cégnél. 8 órás bejelentéssel. Tel.: 0630/9420371

Csomagolói munka Budapest XII. kerületben. Elvárás: monotonitáérés, váltott műszak vállalása, kézügyesség, gyors és precíz munkavégzés, állómunka vállalása. Jelentkezés önéletrajzzal: csomagolo@emporio.net

Takarító/Takarítónő. A PALOTA-15 Nonprofit Kft. szeptember 1-i kezdéssel takarítókat/takarítónőket keres XIII. kerület, Váci úti irodaház napi és nagy-takarítására, 6 órás munkakörbe, délutáni munkakezdéssel. Megváltozott munkaképességűek jelentkezését is várjuk. A munkakör betöltéséhez 30 napnál nem régebbi erkölcsi bizonyítvány szükséges. Önéletrajzokat az allas@palota-15.hu e-mail-címre kérjük elküldeni.

Óbudai sportlétesítmény munkatársakat keres a következő munkakörökre: **VILLANYSZERELŐ, FESTŐ, SPORTPÁLYA-KARBANTARTÓ, SEGÉDMUNKÁS, USZODAMESTER,** részmun-kaidós **TAKARÍTÓ.** Jelentkezni +36 1 240 9123 telefonon vagy az rtaooffice@rta.hu e-mail-címen lehet.

LAKOSSÁGI HIRDETÉSEK

INGATLAN

Befektetők, figyelem: Családi házam fél pénzért eladom, megbeszélés szerint. Tel.: 06 1 306 7679

Eladó: Mogyoród Kukukk-hegyen 966 nm, körbekerített gyümölcsös, tárolásra alkalmas kis faházzal. Fűt kút és villany van. Telefon: 06 20 561 5337

Szeretne rákospalotai családi házban lakni? Adok felújításra szoruló, tetőteres családi házat + 120 n-öl telket, ami bővíthető. Kérek 2 db 35 nm-es, másfél szobás, tehermentes lakást 4. emeletig panellakásban Rákospalotán + 8 M forintot. Megtekinthető hétfőig 19-20 óra. Tel.: 06 1 308 1413

Eladó: XV. kerületben 77 nm-es, jó állapotban lévő, 3 szoba + nappali 4. emeleti panellakás. Tel.: 06 30 844 6234

LAKHATÁS

Kiadó másfél szobás lakást, házrészt keresek a feleségemmel. Hosszabb távra. Mielőbbi költözéssel... Újpalotán, Pestújhelyen (vannak bútoraink, amiket szeretnénk, hogy beférjenek). Illetve XIV., XV., XVI., IV., XIII. kerületekben is érdekel. Tel.: 06 70 244 7764

Nemdohányzó dolgozó nő kiadó szobát keres itt a kerületben. Tel.: 06 30 779 7011

Külön bejárattú, bútorozott albérleti szobát keres megbízható, állásban lévő 30 éves férfi. Tel.: 06 70 410 9282

Kiadó lakást/házat keresek a kerületben hosszú távra, min. 3 lakóhelyiséggel. 06 20 294 7287

ADOK-VESZEK

Eladó: meggyiszínű magas szárú bőr fűzős cipő (nem ortopéd) új 5 E Ft, ernyős asztali lámpa 3 E Ft. Telefon: 06 1 410 6349

Eladó: Zepter gyártmányú kézi nyeles masszírozó, ára: 20 E Ft. Tel.: 06 70 905 9066

Eladó: alig használt gyerekágy, sárga alap, két macimintával, mérete 155x78 cm. 15 E Ft. Tel.: 06 1 306 1225

Eladó: galériás emeletes gyerekágy, új állapotban, matracral, szétszedett állapotban, m.: 170 cm, h.: 160 cm, sz.: 85 cm. 25 E Ft. Tel.: 06 30 214 7816

Eladó: középkék, 112 cm sz., 190 cm h., egyedi készítésű fotelágy, kiváló állapotban, ágynemű-tartóval 65 E Ft, fix ár. Tel.: 06 20 419 5799

Feleslegessé vált egyszemélyes ágybetétet vagy matracot (betegápoláshoz) elfogadunk. Tel.: 06 20 967 8196

Eladó: fekete öltöny középtermetre, egy fekete műbőr dzseki, vadonatúj 5 E Ft. Tel.: 06 1 410 6349

Eladó: 220 l-es vashordó, szalagfűrés, gyümölcscentrifuga, virágládák, kempingkerékpár, kerti szerszámok. Telefon: 06 1 306 7679

Ingyen elvihető női ruhák, pulóverek megkímélt állapotban. Tel.: 12 óra után 06 1 410 7839

Eladó. Nagyon kedvező áron (szinte ingyen) egy megkímélt állapotban lévő 3 darabos ülőgarnitúra (kihúzható, 2 szem. ágyneműtartós kanapé) + 2 darab fotel. Tel.: 06 30 682 6573

Ingyen elvihető zöld színű kanapé (csak ülős) h.: 160 cm, sz.: 70 cm, m.: 90 cm. Telefon: 06 20 512 7952

Eladó kedvező áron: újszerű állapotú fej- és háttámlás, ágyneműtartós heverő, jó állapotban lévő kempingágy. Tel.: 06 30 682 6573

Eladó: 6 db-os rattan garnitúra újszerű állapotban, kedvező áron. Telefon: 06 30 571 7750

Eladó: szőlőprés, boroshordók, betonkeverő, bejárati ajtó, olajradiátor, korlátdeszka (új) 60x10x2 cm. 4x4 új tetőpala (barna) 7 kg, kempingpalack, kempingkerékpár, klinkertégla, gáztűzhely, műholdvevő antenna. Telefon: 06 30 302 0697 v. 06 28 739 104

Eladó: fürdőszobapult 170x60 méretű, csaptelepek mosdóval, szifonnal együtt 60 E Ft-ért, megkímélt állapotban, fehér színben. Babamérleg 5 E Ft, alumínium tömör rúd, átmérő 50 mm, hossza 1 méter. Tel.: 06 1 306 8856

Eladó: 1 db 20 l-es rozsdamentes pálinkafőző, ár megegyezés szerint. Sürgős! 1 db 5 fiókos fagyasztószekrény 20 E Ft. Tel.: 06 30 927 6359

Eladó: olasz gyártmányú lemezjátszó két hangszóróval, 34 kis- és 38 nagylemezzel alkalmi áron. Tel.: 06 20 556 9686

Kereselek: polcrendszer pincébe. Telefon: 06 20 271 9246

Eladó: koloniál dohányzóasztal jó állapotban 18 E Ft, páncélszekrény 150 m., 70 sz. és 40 cm mély 50 E Ft, erős öntöttvas szőlőprés 18 E Ft. Francia gyártású (smoby) 3 kerekű gyermektrikikli 6 E Ft, faragott játék bölcső, 70 cm hosszú, 40 cm sz., 50 cm alvós baba, bébiruha jó rá össz.: 10 E Ft. Tel.: 06 70 300 9295

Almazöld-sötétkék „baby-care” márkájú sport gyermekkocsi (összecsukható) sürgősen eladó. Árban megegyezünk. Tel.: 06 20 967 8196

Eladó: Fóton 2 db modern vonalú fotel. Telefon: 06 30 516 7002

Hörcsögketrec, világoskék színű, vadonatúj, kellékek nélkül sürgősen eladó költözés miatt a XV. kerületben. Árban megegyezünk. Telefon: 06 20 967 8196

Régi típusú összecsukható kempingágyat keresek, ami feleslegessé vált, szívesen fogadnám. Tel.: 06 20 257 9590

Eladó: 100 l-es műanyag hordók, asztalos kéziszerszámgépek, szalagfűrés, virágládák, gyümölcscentrifuga, 38-as körömcipők, 50-es ruhák. Tel.: 06 1 306 7679

Eladó: 1-es mosogató csöpögtetővel 5 E Ft, szagelszívó 5 E Ft. Tel.: 06 70 537 8880

Eladó: babaágy kombi pelenkázóval 24 E Ft, baby autósülés 4 E Ft, baby hordozó 11 E Ft, baby műanyag kád 800 Ft. Tel.: 06 20 263 6134

Eladó: öntöttvas rúd tömör, átmérő: 80 mm, 1 m hosszú, öntöttvas rúd tömör, átmérő 40 mm, hossza: 1 m. Vasgerenda szélessége 14 cm, hossza: 3 m. Tel.: 06 1 306 8856

SZOLGÁLTATÁS

Alkalomszerű nagytakarítás idős, egyedülálló embereknek, hétvégén (szombat-vasárnap) 1500 Ft/óra. Tel.: 06 20 257 9590

Újpalotán élő idős édesanyám gondozására keresek segítséget. Esténként és hétfőként 1-2 órában kellene felügyelet, segítség az öltözködé-
ben, gyógyszerbeszedésben. Szakápolást nem igényel. Tel.: 06 1 384 1808 vagy 06 70 335 1019

Idős, egyedülálló embernél házvezetést vállalo-
lok, heti 2-3 alkalom, hosszú távra a XV. kerületben. Mosás, vasalás, bevásárlás, főzés, takarítás. Bizalom alapján. Tel.: 06 20 257 9590

Friss nyugdíjas, diplomás ápolónő szívesen vállalna Budapesten házi gondozást, napi segítségnyújtást, nagy szakmai tapasztalattal. Telefon: 06 1 418 7459 v. 06 30 582 3297

Okleveles gyógymasszőr házhöz megy sérült, beteg emberekhez 6 éves kortól. Baleset vagy betegség után idős emberek mozgatására, fekvő betegek részére is. Otthonomban is vállallok masszázst. Tel.: 06 20 257 9590

Középkorú nő idős embernél bevásárlást, ügyintézést, főzést stb. vállal, bármilyen háztartási segítséget is. Tel.: 06 20 967 8196

TÁRSKERESÉS

Hetvenéves hölgy vagyok. Rákospalotai vagy környékbeli rendes férfit keresek. Ketten szebb és jobb az élet. Várom hívását. Tel.: 06 1 308 1413

Nagyon fiatalos, 168/55/68 éves, vonzó, szőke, nemdohányzó tanítónő megismerkedne magányos, magára és lakására is igényes kedves úrral 72 éves korig. Tel.: 06 30 940 0979

Kerületben élő, 66 éves 170/90 hölgy vagyok. 70 év alatti, káros szenvedélytől mentes urak hívását várom. Tel.: 06 70 905 9066

Rendezett körülmények közt, egyedül élő nő barátkozna hasonló élethelyzetben lévő idős hölgyvel v. úrral, a tisztesség jegyében. Telefon: 06 1 410 6349

Rendezett körülmények között élő, 70-es öze-
vegy, dohányzó férfi szabadidő tartalmas eltöltésére társat keres. Tel.: 06 20 996 2280

Hatvanéves 160/70, özvegy, természet- és állatbarát, rendezetten élő hölgy vagyok, egy úr ismeretségét keresem hasonló adottságokkal. Telefon: 06 20 346 5718

Természet- és állatbarát, káros szenvedélyektől mentes, 62 éves, 172 cm kerületi lakos vagyok, keresem társamat. Tel.: 06 30 854 0268

ÜDÜLÉS

Átadó: Hajdúszoboszlón, Siesta Üdülőszállóban szeptember 11-24-ig 1 szobás apartman 2 + 1 fő részére 43 E Ft-ért. Tel.: 06 1 419 2903

Értesítjük mindazokat a XV. kerületi pedagógusokat, akik ismerték, hogy szeretett kolléganőnk, Nedényi Klára, 77 éves korában, rövid, türelemmel viselt szenvedés után, augusztus 20-án elhunyt. Temetése szűk családi körben lesz. Emléked megőrizzük, nyugodj békében!

XV. Kerületi Nevelési Tanácsadó munkatársai



A kerületi televízió részletes műsorstruktúrája az XV TV képfűzőságon és az xvmedia.hu/tevemusor oldalon, hirdetési ajánlata és az Életképek médiaajánlata az 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

szeptember 7. csütörtök	szeptember 14. csütörtök
19:00 Tükörben	19:00 Tükörben
19:20 Öttusa magazin	19:20 Öttusa magazin
19:40 Visszatekintő	19:40 Visszatekintő
szeptember 8. péntek	szeptember 15. péntek
19:00 Megkérdézzük a polgármestert	19:00 Megkérdézzük a polgármestert
19:10 Híradó	19:10 Híradó
20:10 Képviselői vblog	20:10 Képviselői vblog
20:20 Állatbarát magazin	20:20 Állatbarát magazin
szeptember 9. szombat	szeptember 16. szombat
19:00 Ne legyen áldozat!	19:00 Ne legyen áldozat!
19:30 Telefonos ambulancia	19:30 Telefonos ambulancia
szeptember 10. vasárnap	szeptember 17. vasárnap
19:00 Visszatekintő	19:00 Visszatekintő
szeptember 11. hétfő	szeptember 18. hétfő
19:00 60+	19:00 60+
19:20 Kultakt	19:20 Kultakt
19:40 Kertbarátok	19:40 Kertbarátok
20:00 Sportmagazin	20:00 Sportmagazin
szeptember 12. kedd	szeptember 19. kedd
19:00 Banki percek	19:00 Banki percek
19:05 Hollywood Palotán	19:05 Hollywood Palotán
19:15 Vitalitás	19:15 Vitalitás
19:45 Visszatekintő	19:45 Visszatekintő
szeptember 13. szerda	szeptember 20. szerda
19:00 Cseperedő	19:00 Cseperedő
19:20 Sportmagazin	19:20 Sportmagazin
19:40 Tükörben	19:40 Alkotó kéz
20:00 Vitalitás	20:00 Vitalitás

Műsorunk elérhető digitális platformon: a 230-as és 231-es csatornán tudják megtekinteni adásainkat.

CSOKONAI KULTURÁLIS ÉS SPORTKÖZPONT



Részletes információk programjainkról:
www.csokonai.sk.hu

CSOKONAI MŰVELŐDÉSI HÁZ

1153 Eötvös u. 64-66. T.: 307 7285

MIÉNK A JÁTSZÓTÉR!

szeptember 8. péntek 17-19 óra
Bábeláadás az Eötvös utcai Tukán játszótéren. A program ingyenes.

3D NYOMTATÁS TANFOLYAM

szerda 18.30 óra, szombat 10.30 óra
14-30 éveseknek és 30 év felettieknek.
Ára: 16 000 Ft/hó

SZENIOR ÖRÖMTÁNC

szeptember 14. csütörtök 10 óra
Ingyenes bemutatóra!

SYCONOR RETRÓ TÁNCPARTI

szeptember 15. péntek(!) 19-23 óra.
Ára: 1400 Ft

IRODALMI SZALON

szeptember 16. szombat 13-17 óra
Író-olvasó találkozó. Ára: 1000 Ft

RÁKOSPALOTAI MŰZEUM

1158 Pestújhegyi út 81. T.: 419 8216

A Madarász Viktor-emlékkiállítás november 30-ig megtekinthető.

PESTÚJHELYI KÖZÖSSÉGI HÁZ

1158 Szűcs I. u. 45. T.: 419 2006

KERTÜNK KINCSEI

szeptember 8. péntek 9-19 óráig
A Pestújhegyi kertbarátkör terménybemutatója, lekvár- és mézkestelés.

RETRÓ PARTI

szeptember 16. szombat 19-24 óra
Dj Barabás Zoltán rádiós műsorvezető.
Ára: 1400 Ft, elővételben: 1200 Ft

ULTIVERSENY

szeptember 22. péntek 17 óra.
Belépő: 700 Ft

KLUBOK, TANFOLYAMOK

gyerekeknek: Ringató, Balett, Apró lábak tornája, Mini mozgás, Táncelő-készítő, Színpadi modern tánc, Gyermekjoga, Ifjú felfedezők társasága, D&D szerepjáték klub
minden korosztálynak: Varázslatos képzőművészeti kör, Tűzzománc alkotókör, Kék Farkas Ju-jitsu klub, Dancing Queen tánciskola
felnőtteknek: Pilates, Húzd ki magad! gerinctorna, Gerincjoga, Bridzsklub, Kertbarátkör, Asztalitenisz klub

ÚJPALOTAI KÖZÖSSÉGI HÁZ

1158 Zsókvár u. 15. T.: 410 0836

KLUBOK, TANFOLYAMOK

Nosztalgia klub, Jazzbalett, Pilates, Alakformáló torna, Társastánc, Zumba, Hatha jóga, Capoeira

ZÖLD KLUB (XV., Hartyán köz. 3.)

Kanga Klub (Baba-mama klub)
hétköznapokon 9-12 óra
Kerekítő mondokás móka és Bábos torna szeptember 13-tól
szerdán 9.30 és 10.30 óra
Ritmikus gimnasztika
kedd, péntek 17-18 óra
Piloxing Torna
kedd, csütörtök 19-20 óra

KOZÁK TÉRI KÖZÖSSÉGI HÁZ

1154 Gábor Á. u. 58/c T.: 410 5536

Zumba kedd, csütörtök 19.30 óra
Pilates tartásjavító gerinctorna
hétfő 18-19 óra között
Női torna kedd 18-19 óra
Salsa péntek 18-19.30 óra
Íjászat péntek 17-19 óra
Dúdoló péntek 10-10.30 óra
Kulissza Klub szombat 9-12 óra

DOKUMENTUMTÁR ÉS INFORMÁCIÓS KÖZPONT

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

BIOKERTÉSZ KÖR

szeptember 13. szerda 18 óra
A Gertrúd Frank módszerről.

KIKÖTŐ IFJÚSÁGI KÖZÖSSÉGI SZIGET

1156 Száraznád u. 5. T.: 30/868 6087

KÉPMÁS-EST

szeptember 27. szerda 19 óra
A háló csapdájában és védelmében
Csizmazia-Darab István - IT-biztonsági szakértő. A program ingyenes!

KLUBOK, TANFOLYAMOK

Goyu-Ryu Karate, Manó Karate, Divattánc, Máskép(p), Zumba, D. Crew Hip Hop Dance World, Kikötő Diákszínpad, Capoeira



Ingyenes kezdő angol és számítógépes tanfolyamok 18-50 év közöttieknek és 50 év felettieknek.
Kedd-csütörtök 17.30-19 óra. Jelentkezés: szeptember 20-ig, regisztrációs díj: 5000 Ft. Tel.: 307 6191.

Erdély cukormáz nélkül

Magyarországról nézve Erdély még mindig egy távoli „tündérország”, nosztalgikus emlékek társulnak hozzá, a történelmét pedig sokféle szempontból közelítik meg. Ritkaság az olyan irodalmi mű, amely nélkülözi az évszázadok alatt a témára ávrakódott sablonokat, és realistán, őszintén, de érezhető szeretettel és kötődéssel szól erről a térségről.

Vida Gábor *Egy dadogás története* című önéletrajzi regénye pont ilyen. Gyermekkorától, a hetvenes évektől követi egyik történetet a másikat, és a gyerek elbeszélő szemén keresztül bontakozik ki saját kortársai mellett a szülők és nagyszülők generációjának élete, az országuk, a kisebbségi létük, a nyelvük és az öntudatuk – mindenkinél mást kiemelve. A regény kimért, néha kissé komor hangnemet használva tekint vissza a múltra, és már a felnőtt bölcsességé-

vel értékeli azt. Megismerjük a falu és a kisváros közti különbséget, mi volt az iskolákban, a líceumban, majd a katonaságnál.

„Sokáig olyan, mintha a valóság kiterjesztése volna, mintha létezne a leromló, elszegényedő, torz Románia mellett valahol, földrajzilag közel, de tulajdonképpen elkészerítő messze egy igazibb világ, amelyben minden jobb, emberibb és főként: magyar. Az én környezetemben szinte mindenkinek volt egy ilyen megkettőzött világa, melyet igazabbnak gondolt a meglévőknél, a mindennapinál, nekem az erdő, apámnak a szőlő meg a Szabad Európa, nagyapámnak az alkohol, Baróton a Jóisten.” A szerző dadogása írásban nem jelentkezik, így felejthetetlen történeteket kapunk remek stílusban. (Vida Gábor: *Egy dadogás története; Magvető, 2017; 3699 Ft*)

(kovács)



Idén is lesz szüreti felvonulás, melyre szeretettel vár mindenkit a Rákospalotai Örökségünk Egyesület szeptember 23-án. Az idei év különlegessége, hogy 50 éves főcsikós évfordulót ünnepel a közösség.

Kurucz Teréz és Tóth Imre 50 éve öltöznek be főcsikósnak, és ez alkalomból most unokájuk, Veperdi Mária és párja, Agárdi Tamás állnak fel a kocsira. A bírópár idén Szócs Gábor és felesége, Kalauz Andrea lesz – tudtuk meg Veperdi Máriától.

A szüreti felvonulás reggelén a főcsikós a lovasokkal együtt egy lovas koci kíséretében elkezd a csikós lányok

összegyűjtését. A következő helyszín a Karácsony Benő park. Itt a csikósok addig táncolnak, amíg a bíró és a bíróné a lovasok kíséretében meg nem érkezik. A rendezvény délután 1 órakor veszi kezdetét a Karácsony Benő parkban, ahol színes programokkal várják az érdeklődőket: lesz pónikocsikázás gyerekeknek, mustkóstolás, magyarnóta-műsor Toldi Csabával, fellép továbbá a Rákospalotai Szilas Néptáncgyűttes, illetve a Rákospalotai Örökségünk Egyesület férfikara.

A parkból délután 4 órakor elindul a szüreti felvonulás Rákospalota öregfalujának utcáin a mogyoródi Hangya Zenekar kíséretével. **JÁG**

ARCHIV FÓTÓ: XV MEDIA VARGOSZ

A FÜVESEMBER

GRAFIKA: VARGA TÍMEA LAURA

Egyszer régen egy országban élt egy füvesember. Volt néhány gyereke, akiknek etetése, itatása, ruháztatása nagyon sokba került.



Egy napon egy állami hivatalnok ellenőrző körutat tartott a városban. Megsajnálta a füvesembert, ötven ezüstpénzt ajándékozott neki. A füvesember vett két ökröt, de továbbra is úgy élt, mint eddig.



Néhány év múlva az államhivatalnok újra ellátogatott a városba. Most száz ezüstpénzt ajándékozott a füvesembernek.



A füvesember most négy ökröt vett, s továbbra is szegényen élt. Újabb évek teltek el, az államhivatalnok a megszokott körútját járta, megállapította, hogy a helyzet mit sem változott.



Egy napon, egy halász horgot akart venni a piacon, hiányzott azonban egy fillér a horgok árához. Elindult, hátha sikerül valahol megszerezni a hiányzó pénzt. Így jutott el a füvesember házához.

Bár én segítettem, mégsem állt be változás.

Egyetlen fillért adott csupán és elment. A füvesember a pénzt a ládába dobta, és ott is hagyta.



Mivel lekötöztél, adok neked egy halat - köszönte meg a halász és elment.



Amikor a füvesember kiszedte a hal beleit, egy jókora drágakőre bukkant a hal gyomrában. Nagyon gazdag ember lett.



Nekem van egy fillérem!

Amikor a hivatalnok újra a városba látogatott, a füvesember meghívta magához és gazdagon megvendégelte. A füvesember elmesélte neki történetét, amit őszinte örömmel hallgatott. Örökre barátok lettek.





A XV. kerületi Értéktár egyik új eleme szó szerint kimagasló alkotás. A Nyírpalota út 71. szám alatti víztoronyház 1973 és 1975 között épült, közel 71 méter magas, sokáig Magyarország harmadik legmagasabb épülete volt.

A több szempontból is különleges magasház csúszószalusi technológiával készült. Ahogy

FORRÁS: EGYKOR.HU a *Helyem, Házam, Palotám* helytörténeti értesítő III. évfolyam 1. számában olvasható, „a szerkezeti falakat nagyobb egységeként betonozták és a födémeket csak később építették a helyükre. ... Az építésmód sajátosságaiból adódó építészeti jegyek: a házon végigfutó, függőleges pengeélek, a panelházak elmaradása



Újpalota felhőkarcolója

miatti egységes, monolitikus tömbszerűség.”

A Tenke Tibor építész tervei alapján épült magasházban a praktikum mellett fontos volt az esztétikus környezet is. A bpxv.blog.hu-n a toronyházról szóló írás megemlíti, hogy még egy belső korlát színének megváltoztatásához is Tenke Tibor jóváhagyása kellett. Erre azért

volt szükség, hogy az épületnek egységes arculata legyen.

A húszszintes épületben 18 lakószint van. A szinteken négy egyszobás és kettő háromszobás lakás található, emellett a 18. emeleten két, kétszintes műteremlakás is helyet kapott. Évekig az egyikben lakott és alkotott Nagy Előd kerületi festő- és éremművész.

FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND A víztorony funkciót a nyolcvanas évek közepéig használták, azóta modernbb technikákkal érik el, hogy Újpalota többi házában legyen víznyomás a felsőbb szinteken. A „42-es jelű víztározós magasház”, vagy ahogy a helyiek hívták a tetején levő reklámokról CSÉB vagy CASCO ház a XV. kerület emblematikus épülete. (kovács)

Egészséges otthoni kiskertek

Egy átlagos fővárosi családban évente fejenként 150 kiló komposztálható hulladék keletkezik. Egyre többen ismerik fel, hogy a kidobásra szánt szerves anyag nem szemét, hanem a növények számára fontos tápanyagforrás, és nagymértékben csökkenti a kommunális szemét mennyiségét. Gellért Miklós, a SZIKE Egyesület elnöke szerint a komposztálás egyszerű és mindenki számára elérhető.

Egy háztartásban keletkező szerves hulladék összegyűjtése nem bonyolult, egy családi házban vagy akár egy társasházban is megvalósítható. A komposztálás történhet prizmás vagy sílós eljárással. Az előbbi esetében prizmaszerű halomba rakják a nyersanyagokat, míg az utóbbinál szellőző komposztládákat vagy -tartályokat alkalmaznak – áll a kvum.hu honlapon.



Gellért Miklós | A komposztálás talajjavító megoldás

A mai kor embere hajlamos kizsigerelni a környezetét. Régen önfenntartó gazdaságok működtek, az állattartásból származó szerves trágyával kezelt földek egészséges, tápanyagdús terményeket adtak. Az elmúlt évtizedek alatt so-

kat változott a mezőgazdaság, nagyüzemi termeléssel és műtrágyázással gyorsabban lehet nagy mennyiségű élelmiszert előállítani. Gellért Miklós szerint ez a gazdálkodás negatívan hat a környezetre, és a klímaváltozásért legalább 30 százalékban a modern mezőgazdaság felelős.

Apró lépésenként tudjuk helyrehozni, amit elrontunk, a komposztálás pedig egy egyszerű és hatékony módja a talaj megújításának. A SZIKE Egyesület támogatásával kezdődött



Az önkormányzat által biztosított komposztláda

évekkel ezelőtt egy komposztálási program az újpalotai lakótelepen is.

Ha visszajuttatjuk a talajnak az összegyűjtött komposztot, olyan élelmiszereket termelhetünk, melyek tápanyagban gazdagok lesznek. „Egyre kevesebb a tápanyag a nagyüzemi módszerekkel termelt növényekben, ami az úgynevezett minőségi éhezéshez vezethet.”

A kerületi Dokumentumtár szervezésében szeptember 13-án Gellért Miklós vezetésével meglátogatnak egy

környezettudatosan, Gertrúd Frank-módszer alapján művelt kertet. „Az önfenntartó rendszerek, ahogy ez a hely is működik, visszatér az alapokhoz. Az eredmény pedig magáért beszél: egészséges élelmiszerek és tápanyagdús talaj.” Bővebb információ a Dokumentumtárban vagy a barta.ildiko@dokuinfo.hu e-mail-címen.

Az önkormányzat program keretében évek óta ingyenesen komposztládákkal támogatja a szerves hulladék hasznosítását.

(KI)

KOMPOSZTÁLHATÓ ANYAGOK

Konyhai hulladékok: gyümölcs, zöldség, krumpli, tojáshéj, kávézacc, teafilter tartalma, elhervadt, vágott virág, elszáradt cserpes növények (cserép nélkül). **Kerti hulladékok:** elnyílt virágok, lehullott gyümölcs- és zöldség, ágak, gallyak, lombok, fűnyesedék, kerti gaz. **Egyéb hulladék:** kezeletlen fa, papír (nem színes), karton, haj és köröm.

Y + Z # GENERÁCIÓS _ S Á V

Nézőként jössz – komaként távozol

Van olyan közösségi tér a XV. kerületben, ahol segítenek a fiataloknak, hogyan töltsék el a szabadidejüket hasznosan és tartalmasan? Igen! A KOMA Bázison Tormássy Viktória menttorral és Zrínyi Gál Vince művészeti vezetővel, ügyvezetővel arról beszélgettünk, mi mindenre készülnek a 2017/18-as évadra.

– Folytatjuk a közösségi színház irányát, az évadban három előadást tervezünk – mondta Zrínyi Gál Vince. Ősszel az erőszak témájával kezdenek, és az elkészült darabot novemberben mutatnánk be. A második előadásunk témája az iskola lenne, pontosabban a korai iskolaelhagyás. A harmadik viszont más lesz, tavasszal olyan kerületi civileket vagy akár magánszemélyeket keresnénk meg, akiket érdekel a közügy, „aktív állampolgárok” szeretnének lenni, és egy aktuális, helyi problémát dolgoznának fel együtt.

A művészeti vezető azt is elmondta, hogy tovább játsszák a *Kísérlet* című darabjukat, melyről nyáron forgattak egy filmet. – A filmnél kicsit színházabb, de a színháznál filmebb, de van még vele



Tormássy Viktória és Zrínyi Gál Vince | Kemény melő a Bázison

utómunka – magyarázta Zrínyi Gál Vince. Újdonság, hogy idén nyitnának és befogadnának más előadásokat is, és szeretnék még jobban a kerületiekre mint nézőbázisra koncentrálni, nekik akarnak játszani.

Az elmondottakhoz Tormássy Viktória annyit tett hozzá, hogy közös tanulás

eddig is volt, de most az a tervük, hogy kerületi iskolákkal együttműködve alakítsanak ki tanulócsoportokat a Bázison, ahol a gyerekek elsősorban megtanulnak tanulni. A programnak a KOMAlabor nevet választották. A terveik szerint segítenének, hogy a fiatalok az iskolai elvárásokat teljesíteni tudják,

akár a házi feladatot megoldani vagy a régebbi elmaradásokat bepótolni. Egyéni segítséget is adnak, de főleg a csoporthatás és az együtt tanulás a céljuk.

Tormássy Viktória azt is elmondta, hogy a KOMAlabor a kerületi középiskolásoknak szól, legalább húsz fiatal várnak. – Olyanok jelentkezzenek, akik hajlandók maguk is erőfeszítést tenni, mert ez egy „elit kommandó” lesz. Aki csatlakozik, annak garantáljuk az eredményt, de két évig itt kemény melő várja őt – teszi hozzá a mentor.

A tanulás mellett a szabadidőt is hasznosan lehet eltölteni a Bázison, ugyanis tovább folytatódna az eddigi programok, a heti kézműves foglalkozások, a Gyurda, vagyis a konditerem, de terveznek filmklubot is.

A jelentkezőket, érdeklődőket a KOMA bázis honlapján, a www.komabazis.org-on várják, és tájékozódni lehet a Facebook-oldalukon vagy személyesen a Molnár Viktor utca 21/a szám alatt.

(KI)

Kulturális örökségeink



Nyitott kapukkal, érdekes kiállításokkal, előadásokkal, programokkal várják az érdeklődőket országsszerte, így kerületünkben is, a Kulturális Örökség Napjai alkalmából szeptember 16–17-én.

Kerületünkben három intézmény csatlakozott az idei rendezvényhez. A MÁV-telepi órákosi református templomban A Reformáció 500 éve című kiállítás és annak nyitóprogramja lesz látható, hallható szeptember 16-án, szombaton délután 4 és este 7 óra között. Mint Arlett Annamáriától, a kiállítást szervező Budapesti Városvédő Egyesület XV. kerületi csoportjának vezetőjétől megtudtuk, a tárlat bemutatja Kós Károly és építésztársai református építészetben végzett munkáit, valamint megismertet a hungarikumokkal. Érdekes előadást hallhatnak a résztvevők a kiegyezésről és Podmaniczky Frigyes szerepéről Pest építészetében Ráday Mihály, a Budapesti Városvédő Egyesület elnökének prezentációjában.

A 200 éve született Arany János tiszteletére megrendezik az Arany János versimádók félóráját, amelyen – előzetes bejelentkezés alapján – bárki elmondhatja kedvenc Arany-költeményét. Jelentkezés a mavtelepkhe@gmail.com e-mail-címen.

A Rákospalotai Múzeumban meghosszabbították a Madarász Viktor halálának 100. évfordulója kapcsán összeállított tárlatot. Az emlékkiállítás bemutatja a gyűjteményükbe tartozó, többségében a művész leányától származó hagyatéki tárgyakat. A gyűjtésben négy olyan kép is szerepel, amelyeket a Magyar Nemzeti Galéria

FOTÓ: XV MEDIA, VARGOSZ



Kerületi értékek | Játékos művészet mindenkinek

gyűjteményéből kölcsönöztek a kiállításra. A Kulturális Örökség Napjai alkalmából szeptember 16-án, szombaton 10 és délután 6 óra között a kiállításhoz kapcsolódó játékokat szerveznek minden korosztálynak. A nap különlegessége még, hogy a közönség számára nem látogatható látványraktárt is megnyitják a vendégek előtt.

Az idén 40 éves USZIK Zsókaavár utcai épülete belső terei megújultak. Kiállításokon mutatják be a változásokat, és pillanatokot elevenítenek fel a régebben és napjainkban Újpalotán készült filmekből az Újpalotai Közösségi Házban szeptember 16-án szombaton délután 4 és 6 óra között.

JÁG

Heti recept a tévétől



Új, heti főzőshow-val jelentkezik az XV TV szeptember végétől. A *Heti recept* című műsorban profi szakács segítségével kerületünk ismert, neves személyiségei mutatják be gasztrotudományukat.

A 10-15 percesre tervezett műsort – melynek alcíme: Könnyen, gyorsan, finomat! – az XV TV munkatársa, Szidor György vezeti, aki jártas a főzés tudományában, ugyanis végzett szakács. Minden adásnak lesz egy kerületi érdekességű, híres vendége, aki saját főzőtudományát, gasztronómiai jártasságát, gasztróélményeit osztja meg főzés közben a nézőkkel.

Az első vendégek között lesz Tóth Lajos, a Csokonai

Kulturális és Sportközpont igazgatója, Tajti Marianna Réka, a Polgármesteri Kabinet vezetője és Nagy Előd festőművész, kerületünk díszpolgára.

– Olyan főzőműsort szeretnénk, amely a kerületi lakosok hasznára válhat, és amiből kiderül, hogy kis konyhában is lehet gyorsan, érdekeset, finomat alkotni. A műsor heti rendszerességgel jelentkezik, és látható lesz a DIGI összes budapesti és agglomerációs digitális kábelrendszerén, valamint az interneten élőben az xvmedia.hu/eloadas címen – tudtuk meg Szidor Györgytől.

Az első adás a tervek szerint szeptember 23-án este 7 órakor kerül adásba.

(já)

Szomszédünnep

Az újpalotai Olajág Otthon Bánkút utca 67–69. szám alatti intézményében szomszédünnepet tartanak szeptember 13-án. A műsor délután 3 órakor kezdődik, negyed 4-kor a Kővirágok ifjú tehetségeinek bemutatóját láthatják az érdeklődők, délután 4 órakor pedig a nap sztárvendége, Soltész Rezső énekel majd a közönségnek. A szervezők ígérete szerint a délutánt mediterrán hangulat lengi majd át, a rendezvényen pizzával és borral kedveskednek a vendégeknek. ■

Rendhagyó szomszédolás

Hagyományostól eltérő szomszédünnepre várnak minden érdeklődőt 2017. szeptember 16-án fél 10-re az újpalotai a Fő térre, ahonnan 10 órakor a jelentkezők létszámától függően autóbuszok indulnak érdekesnek ígérkező kerületi városnézésre szakavatott idegenvezetők közreműködésével. A városnézést követően a résztvevőket vendégszolgálat látják egy finom ebédre, majd zenés műsorral zárják az önkormányzat által támogatott és a Lokálpatrióták a XV. kerületért Egyesület szervezésében megvalósuló rendezvényt. ■



Norvég irodalmi est



Vasárnap délutáni beszélgetés lesz a Pestújhelyi Református Templomban 2017. szeptember 10-én vasárnap délután 4 órától (Sztárai Mihály tér 3.). Meghívott vendégek: dr. Kunszenti Ágnes műfordító és Kovács katáng Ferenc író, költő, műfordító, képzőművész. A délutáni beszélgetés központi témája: „A lehetetlen szabadság – Henrik Ibsen és a modernitás – Helge Rønning norvég irodalomár és médiaprofesszor esszéjének. A mű magyar fordítója dr. Kunszenti Ágnes és Kovács katáng Ferenc. ■

Színházak éjszakája

Budapest neves színházai, színészei különleges, egész estés programsorozattal várják a közönséget, hogy bemutathassák színes, sokoldalú arcukat szeptember 16-án. És hogy mitől más ez az este, mint a többi? Attól, hogy a függöny korábban gördül fel a megszokottnál. Attól, hogy most arra kéri a nagydémüt, ne csak néző legyen, vegyen is részt a játékban. És attól, hogy egészen hajnalig a színházé a főszerep. A programban részt vesz többek között az Átrium Film-Színház, Baltázár Színház, Budapesti Operettszínház, Budapest Bábszínház, Dumasziínház, Játékszín, József Attila Színház, Jurányi Produkciós Közösségi Inkubátorház, Ma-



gyar Állami Operaház, MU Színház, Örkény István Színház, Szkéné Színház, Thália Színház, Trafó, Vígszínház. A programokról további információ a www.szinhazakejszakaja.hu honlapon található. ■

Új évad – új sorozatok

A MÁV Szimfonikus Zenekar a 2017/18-as évadban is különlegességgel örvendezteti meg közönségét. Günter Neuhold, Menahem Presser, Mihaela Martin, Michel Béroff, Marie-Pierre Langlamet, Dimitrij Jurowskij – csak néhány a neves vendégművészek közül. Lendvai György ügyvezető igazgató és Csaba Péter vezető karmester, művészeti vezető szeptember eleji sajtótájékoztatón ismertette a hangversenyévad programját, fellépőit és a zenekart érintő aktualitásokat.

Az évadban tíz béreltsorozatot kínál az együttes, amelyből kettő új, az Erdelyi Plusz- és a Lukács Plusz-bérelt. A MÁV Szimfonikus Zenekar legközelebb



szeptember 17-én a Pesti Vigadóban lép fel. Részletek: mavzenekar.hu ■

Kertvárosi Kamra



Újra lesz vásár szeptember 14-én, csütörtökön délután 6-tól este 8-ig a Kertvárosi Kamrában (Székely Elek út 46.). Válogatni lehet a termelői szörpök, zöldségek, mézek, borok, mangalicatermékek között. ■

Elhunyt Lorán Lenke

Életének 91. évében, augusztus 27-én elhunyt Lorán Lenke színésznő. A Jászai Mari-díjas, érdemes és kiváló művész május 1-jén töltötte be 90. életévét.

Lorán Lenke tizenhat évesen, 1943-ban szerződött először színházhoz, ekkor lett a Fővárosi Operettszínház tagja. Fel lépett 1945 és 1966 között a Művész Színházban, a Magyar Néphadsereg Színházában, a Petőfi Színházban. Tagja lett 1966-tól a Vidám Színpadnak, 1998-tól a Mikroszkóp Színpadhoz kötötte a szerződése. Kirobbanó temperamentumú, jó humorú, kiváló komika volt, aki vígjátéki szerepei mellett komolyabb karakterek megformálásában is maradandót alkotott – írta portréjában az MTVA Sajtó- és Fotóarchívuma. ■



Meghalt Makk Károly rendező

Életének 92. évében, augusztus 30-án elhunyt Makk Károly Kossuth-díjas filmrendező, a magyar mozgóképmestere, a nemzet művésze – tudatta az MTI-vel a Széchenyi Irodalmi és Művészeti Akadémia, amelynek az elnöke volt.

Az 1945 utáni rendezőnemzedék legegységesebb hangú, különös látványérzékenységű tagja a magyar és az egyetemes filmművészet meghatározó egyénisége volt. A Cannes-i filmfesztiválra hat filmjét – Liliomfi, Szerlem, Macskajáték, Egy erkölcsös éjszaka, Egymásra nézve, Az utolsó kézirat – meghívták az Arany Pálmaért folyó versenybe. A Szerlem megkapta a zsűri díját, a katolikus sajtó díját, Darvas Lili és Töröcsik Mari alakítását külön kiemelte a zsűri. Filmjei megjárták a londoni, a New York-i, a San Sebastian-i, a madridi fesztiválokat, és számos díjat nyertek. ■



Biztonságban Palotán



Az elmúlt hónapokban az önkormányzat a Nemzeti Bűnmegelőzési Tanács támogatásával „Add a kezed!” néven bűnmegelőzési programot indított a kerületben. A program tavaly decemberben vette kezdetét a KOMA Bázis előadás-sorozatával. A félév során összesen 35 nagyobb eseményt tartottak és a programmal harmincezer embert értek el.

Az *Add a kezed!* honlapnak tizenhatezer regisztrált látogatója volt, a programról készített kiadványt tízezer példányban nyomtatták ki, és juttatták el az emberekhez, a maradék kilencezer pedig résztvevője volt az eseményeknek. Az adatokról a Biztonságban Palotán elnevezésű programzáró, értékelő rendezvényen Hajdu László polgármester számolt be. A településbiztonsági stratégiát Danielisz Béla főiskolai docens, a program menedzsere ismertette a hallgatósággal.

– A program részeként egy közvélemény-kutatást is végeztünk, amelyet akár reprezentatívnak is tekinthetünk



Lezárult az „Add a kezed!” bűnmegelőzési program

– mondta az előadó. – Ebben arra voltunk kíváncsiak, hogy mennyire érzik magukat biztonságban a kerületben élők. A nagy többség pozitívan reagált, a válaszadók 57 százaléka elégedett volt a kerület közbiztonságával.

Mind a válaszadók, mind a zárórendezvényen részt vevők hozzászólásaiból az is kiderült, hogy van még teendő ezen a területen. A kamerarendszer bővítését és a rendőrök, közterület-felügyelők közterületi jelenlétének növelését sokan

szeretnék. A közvilágítás korszerűsítésével is javítható az emberek biztonságérzete.

– Hónapokon keresztül kint voltunk az utcán, megpróbáltuk megszólítani az embereket – értékelte az *Add a kezed!* programot a polgármester. – A munkában nagyon sok önkéntes vett részt. Úgy vélem, a bűnmegelőzési munkában kiemelkedő jelentősége volt az eseménysorozatnak. Megérte a fáradságot, és akár önértékelés is, de folytatnunk kell.

Riersch Tamás

FOTÓ: XV. MÉDIA, NAGY BOTOND

Testhez álló autó

Az, hogy a vezető hogyan ül az autóban, saját és a benne utazók biztonsága, valamint a jármű könnyű és biztonságos kezelése miatt fontos. A megfelelő beállítás ugyan időigényes elfoglaltság, de nem érdemes ezen spórolni.

– A benyomott kuplungpedálnál a térdünk legyen mindig enyhén, kényelmesen hajlított, ezzel egy esetleges ütközésnél elkerülhető, hogy a láb ízületei és csontszerkezete a hirtelen túlterhelés következtében súlyosan károsodjon – hívja fel a figyelmet Hernádi Zsuzsa, a Safedrive Kft. ügyvezetője.

Az ülés magasságát úgy célszerű beállítani, hogy a benyomott kuplungpedálnál a comb alsó felülete ne feszüljön hozzá, középük kényelmesen elférjen a nyitott tenyerünk. Ilyen módon szabadon áramolhat a vér a lábunkban, nem kezd zsibbadni és nehezebben fárad el.



Ülés, pedál, kormány | Érdemes a távolságokra figyelni

A háttámla és a kormány távolsága sem mindegy. Az ideális, ha a kinyújtott karral a csuklónk kerül a kormány felső pontjára. Ilyenkor a szabályos kilenc óra-három óra kormányfogás lehetőséget teremt a biztonságos és határozott kormányzásra, továbbá ez a pozíció biztosítja a leghatékonyabb légzsákvédelmet egy esetleges ütközés esetén.

A fej és a fejtámla közötti távolság legfeljebb 3-4 centiméter legyen, ajánlja a szakember. Ebben a helyzetben ugyanis a fejünket teljesen tudjuk mozgatni, ami a forgalom és a környezetünk nyomon követéséhez nélkülözhetetlen, ugyanakkor az ekkora távolságról induló mozgásnál a fejtámla képes a védelemre is.

–y-a

FOTÓ: XV. MÉDIA, NAGY BOTOND

RENDŐRSÉGI HÍREK

Jó szomszédság

Egy szomszédvita fajult tettelegességgé Újpalotán. Az egyik társasház két szomszédos lakója rendszeresen összeveszett.

Egyik reggel az egyik fél, látva, hogy a másik ajtaja nyitva áll, és egy gyereketető székkel támasztották ki, beszólt a lakásba, mire az ott tevékenykedő háziasszony kijött,

és azonnal ütlelni kezdte a szomszédot. A szóváltásra a sértett felesége is kijött, akinek a fején a szomszédasszony az ajtót kítámasztó széket is eltörte. A pár visszamenekült a lakásba, és rendőrt hívott.

A nő ellen súlyos testi sértés kísérlete miatt indult nyomozás.

R. T.

Kukarongáló



GRAFIKA: VARGA Tímea LAJRA

A Bánkút utcában járőröző rendőrök szeme láttára rúgott szét egy buszmegállóban elhelyezett szemetest egy férfi, aki

aztán megpróbált kereket oldani. A járőrök megállították, és eljárást indítottak ellene.

(riersch)

Késői békepipa

Két férfi szólalkozott össze az egyik kerületi dohányboltban. A szóváltás hamar verekedésbe torkollott. Az üzlet alkalmazottja rendőrt hívott, s bár

a járőrök kiérkezéséig lecsilapodtak a kedélyek, mindkét férfi ellen garázdaság ügyében indult nyomozás.

RiTa

Vaklárma?

Egy kerületi férfi öngyilkossággal fenyegetőzött. A 112-ön még azt is bejelentette, hogy fegyverrel végez magával. A rendőrök azonnal a helyszínre siettek, míg az ügyeletes telefonon igyekezett a férfit jobb belátásra

bírni. Hogy mennyire volt valós a veszély, azt nem tudni, a férfi ugyanis önként ment ki az utcára a járőrök elé, akik mentőt hívtak hozzá. A lakásban egyébként valóban találtak egy gázpisztolyt.

-sch-s

Felhők felett eltöltött nyár



Tóth Ferenc | Hobbija lett a hivatása

Fantasztikus nyár van a vitorlázó-műrepülő Tóth Ferenc mögött. Az újjalotai származású pilóta ugyanis előbb a Wroclavban a nem olimpiai sportágak világjátékán lett aranyérmes, és szerezte meg a magyar küldöttség 11. értését.

A főállásban utasszállító gépet irányító pilóta már a verseny első felében behozhatatlan előnyt szerzett, így csak arra kellett vigyáznia a zárószámban, hogy ne kövessen el valamilyen hibát. Ő pedig van annyira rutinos versenyző, hogy ezt a feladatot megoldja.

Tóth Ferenc ugyanis meghatározó szereplője a sportágnak. Pályafutása során hatszer nyert világbajnokságot és nyolcszor Európa-bajnokságot. A hetedik vébearanyát nem mellesleg pár nappal a wroclavi sikerét követően a Torunban (Lengyelország) rendezett versenyen nyerte. Az újjalotai sportembernek ez volt a sorozatban elért harmadik világbajnoki győzelme. Ez utóbbi versenyen egyébként a szélsőséges időjárás is nehe-

zítette a versenyzők dolgát. A változékony idő 12 nap alatt csak négy versenyszám lebonyolítását engedélyezte, a pilótáknak azonban végig készen kellett állniuk a felszállásra.

– Középkorú voltam, amikor a Farkashegyi repülőtéren elkezdtem vitorlázórepülni – mesélte a világklasszis pilóta. – A tanulmányaim befejezése után, a munka mellett is sokat repültem, és egyre inkább azt éreztem, ezt kellene csinálnom. Motoros repülőgépet vezettem 1997-től, és 2001-től egy repülés iskolában oktatópilótaként kezdtem dolgozni.

Tóth Ferenc 1998-ban szerezte Magyarország első vitorlázó-műrepülő értését, 2000-ben már Európa-bajnok, 2003-ban pedig világbajnok lett. Mostanra nyolcszoros Európa- és hatszoros világbajnok. Elmondhatja magáról, hogy ő az egyetlen magyar műrepülő-pilóta, aki egyéni összetettben is világ- és Európa-bajnok tudott lenni.

Riersch Tamás

BAJNOKI MENETREND

Kézilabda NB II. női

Szeptember 16. 15.00 Esztergom | Esztergomi Vitézek RAFC – Kinizsi TTK

Szeptember 17. 15.00 Tatabánya | Tatabányai SC – REAC SISE

Labdarúgás Budapest-bajnokság I. osztály

Szeptember 10. 16.30 XVI. kerület, Bányai utca | Ikarus BSE – REAC

Szeptember 16. 16.00 Budai II. László Stadion | REAC – ASR-Gázgyár

Szomorú történelmi pillanatot

Kerestük az 1.FC Feminát az NB II-es csapatok között, hogy megtudjuk, mikor és hol játszsa az első bajnoki mérkőzését. Kerestük, de nem találtuk. Először csak adminisztrációs hibának véltük, ám Halmosi Béla, a patinás klub elnöke „helyre tette” a dolgokat.

– Annyi történt, hogy visszaléptettük a bajnokságból a felnőttcsapatunkat, és a jövőben megpróbálunk az utánpótlásnevelésre koncentrálni. Nem vertük nagydobra, mert egyrészt az illet nem lehet jól kommunikálni, másrészt nem akartuk azt látszatot kelteni, hogy Rákospalotán megszűnik a női labdarúgás – mondta Halmos Béla.

Ezek a tények, ami mögötte van, viszont jóval több ennél. A júniusi záróacsorán a tavalyi másodosztályú bajnokságban tisztességesen helytálló csapat minden tagja kiállt a klub mellett, és a lányok egyöntetűen a folytatás mellett döntöttek.

– Aztán jött a nyár, és sorra jöttek a telefonok, és erre-arra



Halmosi Béla | Heten maradtak

hivatkozva köszöntek el tőlünk a játékosok – mondta az elnök. – Mire nevezni kellett volna az idei bajnokságra, mindössze heten maradtunk. Nem vagyunk olyan helyzetben, hogy egy csapatnyi játékost pótolni tudjunk, így inkább a visszalépés mellett döntöttünk.

A hét hűsleges feminásból az utolsó hírmondó, Szundi Dorofina augusztus legvégén igazolt el a klubtól. Ő a szintén NB II-es Airnergy FC-ben folytatja a pályafutását. A csapat nélkül maradt Szabó Ilona edző

azonban a maradás mellett döntött, és szeptembertől az U16-os csapat munkáját irányítja majd. Az 1.FC Femina a hazai női labdarúgás legrégebbi klubja. Az 1970-ben alakult egyesület több mint négy évtizeden át játszott az élvonalban. Tíz bajnoki címmel, két Magyar-kupa-sikerrel, egy Szuper-kupával és nyolc Bajnokok Ligája szerepléssel büszkélkedhet. A Femina tavaly nagy meglepetésre kiesett az első osztályból, ami úgy látszik, a vártnál nagyobb törést okozott a klub életében. R. T.

Kedélyjavító mozgás ősszel

Elkezdődött szeptember 1-jén a meteorológiai ősz, no meg a tanév is. Visszatért az élet a normális kerékvágásba, éppen ezért ebben az időszakban sokan megfogadják, hogy új életet kezdenek, melynek szerves része a mozgás.

– Az időzítés tökéletes, hiszen a rendszeres sportolás testileg, lelkileg rendbe teszi az embert, ami a közelgő esős, borús, hűvös időben kifejezetten jól jön – állítja Szakács Olivér fitnesszedző.

Aszakember szerint ugyanakkor van néhány szabály, amit éppen az évszak sajátosságai miatt különösen fontos lenne betartani. Az egyik ilyen a bemelegítés. Míg a forró nyári napokon erre nem kellett figyelni, mostantól nélkülözhetetlen egy alapos, legalább 10-15 percig tartó bemozgatás a sérülések elkerülésére.

A megfelelő ruházat kiválasztása is fontos, hiszen az sem jó, ha túl-, de az sem,



Adjunk a látszatra! | Fényvisszaverő mellény legyen rajtunk!

ha alulöltözünk. Amíg nem röpködnek a mínuszok, elég két réteg felső, mindkettő légáteresztő anyagból legyen. Ha sötétben megyünk a szabadba, mindenképpen legyen rajtunk valami, ami fényvisszaverő anyagból készül.

Lényeges a megfelelő légzés is, szintén a szabadtéri sportoláskor. – Rosszabb időben, amikor a levegő tele van vírusokkal és bacilusokkal, lényeges, hogy orron át vegyük

a levegőt és a számonkfűjük ki. Ezzel elkerülhetjük a légúti betegségeket. Ha mégis bekapunk egy vírust, adjunk időt a betegség kipihenésére, rossz közérzettel tilos sportolni – hangsúlyozza a szakember.

Végül még egy jó tanács. Bár hűvösebb időben kevésbé izzadunk, ez nem jelenti azt, hogy a szervezetnek kevesebb folyadékra volna szüksége. Ügyeljünk tehát a megfelelő folyadékbevitelre is. -y -a

A célok nem változtak



Kiss István György



Illés Károly

Az új szezonban is a bajnoki cím a cél a REAC Sportiskola felnőtt-futsalcapata számára. Ennek garanciája lehet, hogy a tavalyi gárda szinte hiánytalanul az edző, Kollár Zsolt rendelkezésére áll. Am egyáltalán mégis más lesz az idei szezon, mint a tavalyi volt. A kerületi szakosztályt ugyanis már nem Kiss István György irányítja, aki nek nagy szerepe volt abban, hogy ez a sportág megvetette a lábát a XV. kerületben.

A lemondásomnak több oka volt. Leginkább az, hogy ilyen

infrastruktúrával nem lehet csapatot építeni – mondta a búcsúzó szakvezető. – Nincs saját termünk, emiatt Csömörön kell játszani a mérkőzéseinket, többségében üres lelátók előtt, mert szurkolás csak akkor volt, ha a sportiskola busszal nézőket hozott ki valamelyik fontosabb meccsünkre.

– Jövőre ráadásul már az NB II.-es csapatok számára is kötelező lesz négy utánpótláscsapatot nevezni, melyre ilyen körülmények

között nem sok reményt látok.

Kiss István György helyét az az Illés Károly vette át, akit nemrég a távozó Rabóczki Balázs után a sportiskola utánpótlás-vezetőjének neveztek ki.

– A futsal a nagypályás futballnak is az alapja, javítja a technikai képességeket, így előszeretettel alkalmazzuk a futsalmódszereket a nagypályás edzéseken is. Ráadásul a fiataljaink számára is több játéklehetőséget tudunk majd

biztosítani azzal, hogy két fronton is bizonyíthatnak – mondta az új szakosztály-vezető.

A felnőttfutsalcapatot ez a változás annyiban érinti, hogy Kiss István György ősztől már nem a kispadról, hanem a nézőtérről ad tanácsokat nekik. Mert, ahogy az ő habitusát ismerjük, a visszavonulását követően is minden energiájával azon lesz, hogy az általa felépített csapat végre a csúcsra, az NB I.-be jusson.

-sch -s

Zsófi újra csúcsformában

Földházi Zsófia egyéniben ezüst-, csapatban pedig aranyérmes lett a Kairóban rendezett öt-tusa-világ bajnokságon. A rákospalotai sportoló 2013 után állhatott ismét felnőttvilágversenyen (egyéni) dobogóra.

A londoni olimpiát követő évben Zsófi sporttörténelmet írt azzal, hogy két héten belül előbb felnőtt egyéni Európa-bajnok, majd junior világajnok lett. Azt követően azonban a pályafutását súlyos sérülések nehezítették, így a riói olimpiára is csak az utolsó pillanatban sikerült kvalifikálnia magát, és az ötkarikás versenyen csak 27. helyen végzett.

A tavalyi megmérettetést követően Zsófia edzői stábot váltott, és új módszereket vezetett be az edzéseibe. Ennek már a júliusi minszki Európa-bajnokságon is megmutatkoztak a jelei: Zsófi az egyéni versenyben 13. lett, csapatban viszont Kovács Saroltával és Alekszejev

FOTÓ: XV MEDIA, VARGOSZ



Tamarával a dobogó második fokára állhatott.

Erre a szép eredményre sikerült azonban még egy lapáttal rátennie, és a kairói világbajnokságon már egyéniben is dobo-

gós – ezüstérmes – lett, s mivel a másik két magyar versenyző is jól szerepelt, a magyar női válogatott 2016 után újból világbajnoki címet szerzett.

(riersch)

SPORTMOZAIK

BLF-NEVELÉS A BARCÁBAN



A nyár slágerének számított, hogy Hanga Ádám kosaras a Barcelonába igazolt. A válogatott erőssége hároméves szerződést kötött Európa legerősebb bajnokságának egyik élcsapatával. Hanga Ádám a XV. kerületi Budapesti Legyőzhetetlen Feketék csapatában kezdte a pályafutását Lipták Mihály irányításával, és természet is elneveztek róla a városrészen.

TESTVÉRHARC

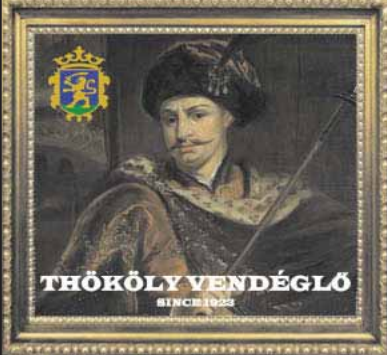
Találkozott egymással a Budapest-bajnokság I. osztályában szereplő Testvériség a másik kerületi csapattal, a REAC-cal. A rangadó pikantériája volt, hogy a REAC-ból többen a kisebbik kerületi csapathoz igazoltak. A REAC az első pillanattól kezdve nagy iramot diktált, aminek 2-0-s győzelem lett az eredménye. A REAC két győzelemmel, a Tesi meg egy döntetlennel és egy vereséggel kezdte a bajnokságot.

VÁLOGATOTT EDZŐ

Torma Gábor, a REAC korábbi játékosa lett a REAC sportiskola U9-es csapatának edzője. A hétszeres válogatott futballista 2005–2011 között erősítette a rákospalotai klubot. Torma korábban három országban is légiószkodott, így gazdag nemzetközi tapasztalatokkal rendelkezik.

NEGYEDIK HELY

Tizenkettedik alkalommal rendezte meg a Dálnoki Labdarúgó Akadémia a névadója tiszteletére a rangos utánpótlástornát. A 12 fős mezőnyben olyan neves együttesek U10-es csapatai szerepeltek, mint a Ferencváros, a Videoton, az Újpest, a Vasas, a Honvéd vagy a BVSC. A házigazdák jól szerepeltek az elődöntőig, ahol büntetővel szenvedtek vereséget a Fraditól. A bronzmérkőzésen is büntetővel maradtak alul az Újpesttel szemben. A legjobb védőjátkos a dálnokis Somhegyi Péter lett.

	MÜSORRAL VIDÉKET JÁRAZ ELŐADÓ	UTAZÁSSAL KAPCSOLATOS	ÁSVÁNYI FÜSZER OLDATA	ÁBÉCÉNK UTOLSÓ ELŐTTI BETŰJE	HUMOROS ÚJSÁG RÉGIE NEVE	NÉPCSO-PORTRA JELLEMZŐ ÖLTÖZÉK	HÍRES ANGOL ISKOLA-VÁROS	PÁRIZSI SÓ!	A FRANC- CIUM VEGYJELE	SPANYOL AUTÓ- JELZÉS	NAGY- KANIZSAI TORNA EGYLET, R.	LADA ...; TEREP- JÁRÓ	SZEREP- ET KI- VÁLÓAN ALAKÍTÓ	
MEG- FEJTÉS, 1. RÉSZ														L
LAMARTI- NE-VERS EGY ÁLLÓ- VIZRŐL				ÜR- MÉRTÉK AZON A HELYEN						A MORZE "A" BETŰ MUNKA BE- FEJEZÉSE				
KANNÁBÓL VIZET ÖNTÖ- ZÉSRE FEL- HASZNÁL									VÁSÁRLÁS KÜLFÖNFELE, EGYMÁSTÓL ELTÉRŐ					
NORVÉG AUTÓJEL				EVÉS NÉLKÜL KAPKODVA LÉLEGZIK				FÉL MÉRŐ! TAVASZI ... (VIRÁGFAJ)			ANNÁL LEJEBB ATHÉNI LEVEGŐ!			
MEG- FEJTÉS, 2. RÉSZ NITROGÉN	... POUR ... (ABSZURD HUMORÚ TÁRSULAT)	TÖBB- SZINTES (HÁZ)	500, RÓMAI SZÁMMAL	VILÁG- RÉSZ! EMELET, RÖVIDEN	LETT SAKK- VILÁGBAJN. (MIHAIL) BETEGES		HOLLAND VÁROS NEMZET, NÁCIÓ					AZT A SZEMÉLYT NŐI NÉV (JÚL. 14.)		ÜREG BEJÁRATA! MIN. ELNÖK V. (JÓZSEF)
FOKOZA- TOSAN MA- GÁHOZ TÉR, FELESZMÉL						ILYEN SAJT A BRIE RÉZFŰVÓS SZIGNÁL								
PAMELA BECÉZÉSE LEHET			ILÓK PÁRIA A MÉSÉBEN BAB, FÜST. HÚSSAL				SZTEREO- METRIA RÓMAI VÉ- DŐISTENEK							
HÁROM, LATINUL (tres)				SOKBA ...; DRÁGA ANGOL NE- MESI CÍM			ITTAS, BIZ. SZÓVAL A FELSŐ- FOK JELE				"N" BETŰ, KIEJTVE SAS, ANGOLUL			
KERESZT- IRÁNYÚ, HARÁNT				ÁZSIAI VADKECSKE RAKTÁ- ROZÁS			CSAK FÉLIG! EREDMÉNY- TELEN (KÍSÉRLET)			BP-I EGYE- TEM BETŰI CSILLAGÁSZ V. (GYÖRGY)				
A NEWTON (MÉRTÉK- EGSÉG) JELE	ELŐKELŐ, RANGOS INNIVALÓ			LONDONI STRESSZ! ODA SE NEKI!					KARIMÁS FEJFEDŐ LATYAKKAL BEPISZKÍT					
PENGETŐS NÉPI HANG- SZEREN JÁT- SZÓ EMBER					ILYEN DOKTOR A BÍRÓ ...TAK			SEJTET, INSPIRÁL TÁROLT ERDŐRÉSZ						
ÉTKEZTET				KORAI ZÖLDSÉG TŰNÖDIK, MERENG			KÖZÖNSÉG ELÉ LÉP ÁTMENETI- FÉM (Ta)					FÉL LIBA! HORDOZ- HATÓ KIS ORGONA		
BERLINI GÁZ!			MOZGAT- HATÓ SELVEM- KELME			YORKSHIRE ...; KUTYA KITT ...; KATTOGÁS							NÉVELŐ JEAN ...; FR. SZÍ- NÉSZ V.	
EGYLET- BEN VAN!		SZÖKÉS, ARGÓBAN TÉRBELI NAGYSÁG			KEMÉNYPA- PÍR-LEMEZ ID. ELŐTAG: SZÁZSZOROS						NÉMET FOLYÓ IDEGES- KEDIK			
KÖZÉPFÜL!	SZUMÁT- RAI NÉP ISKOLAI BÉIRÁS				HETET-NA- VAT BESZÉL A HÁZ ELÉ TELEPSZIK					VALÓS, HELYTÁLLÓ NYÁRI LÁBBELI				
VICCES, MÓKÁS				ELÉGSÉGES, A SULIBAN VETÍTETT ÁLLÓKÉP					INDIAI NŐI VISELET BANYAFA JELZŐJE					
LAKOMÁ- ZIK, RÉGI- ESEN				TOLLBA MOND KERET- SZÉLEK!				RÉSZLE- TESEN KIFEJT TILTÓSZÓ						
MÓKUS- FÉLE ÁLLAT				KNOCK- OUTOL RÁDIUSZ, RÖVIDEN		TEXTIL- PORTÉKA MÉTER, RÖVIDEN							KÖZÉPEN KIAD! OSZTRÁK AUTÓJEL	
A TENGER- VÍZBEN MAGAS!							FELELŐS- SÉGRE VON- NÁS, BÜNTE- TÉS, TRÉF.							

Fejtsd meg a rejtvényt és az üzenetet! Vágja ki az újságból, és küldje el zárt borítékban le- velezési 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 „ÉLETképek REJTVÉNY”. **Négy helyes meg- fejtőnk négyszemélyes Tarzan Park belépőt nyer a park jóvoltából, egy helyes megfejtőnk pedig kétszemélyes, 3 fogásos vacsorát nyer a Thököly Vendéglő felajánlása jóvoltából.** A beküldési határidő: **szeptember 19.**

A 2017/15. szám helyes megfejtői közül négyszemélyes Tarzan Park belépőt nyert a park jóvoltából:
Karay Attiláné, Báthory utca
Sas Péterné, Páskomliget utca
Illés Krisztina, Nyírpalota utca
Schihlgruber Attila, Szent Korona útja
Gyermekújságot nyert:
Zacher Bálint, Pöltenberg utca

XV KERÜLETI **ÉLETképek**

RÁKOSPALOTA • PESTÚJHELY • ÚJPALOTA KÖZÉLETI LAPJA

Az ÉLETképek következő megjelenése: 2017. szeptember 21.
 Lapzárta: 2017. szeptember 14. 12 óra. ❖
 A lapzárta után érkezett anyagokat a szerkesztőség csak a következő lapszámban tudja közölni.
 Az újságban megjelenő hirdetések tartalmáért a szerkesztőség nem vállal felelősséget.




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, tördelés: Krepler István, KHP Budapest Kft. ❖ Nyomtatás: Lapcom Kiadó Zrt., 9021 Győr, Újlak u. 4/a ❖ Terjesztés: Országos Médiakezelő Kft.
 A lakosság és az ügyfelek számára ingyenesen hívható önkormányzati „zöldszám”: **06 80 203 804** (Ezen a számon ingyenes lakossági apróhirdetés nem adható fel!)
 A közterületekkel kapcsolatos bejelentéseket megtehetik a Répszolg által üzemeltetett ingyenesen hívható „zöldszám” is: **06 80 205 062.**

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



Építő- és tüzelőanyag-kereskedés
Konténeres sítiszállítás

Bp. XV., Rákos út 173.
Telefon: +36 1 308 0052 • +36 1 306 9338
Ny.: H-P 7-17, Szo 7-12

**Ha építkezik, ha fázik,
csak egy telefon
és MALAKY már is szállít!**

www.malaky.hu

TERMELŐI MÉZEK

akácmez, vegyesmez, selyemfűmez, hársmez,
lépesmez, propoliszos méz

**3 KG FELETT
ingyenes
házhöz szállítás!**

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

FOGTECHNIKAI LABOR

Precíziós
kivehető, rögzített
fogpótlások készítése
– mérsékelt árakon.

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

Hirdessen az ÉLETKépek magazinban!

Érje el költséghatékonyan
a XV. kerület lakóit!

- 38 000 példány
- Kéthetente 24 oldal
- Melléklet
szépkorúaknak
- Eljut a kerület
otthonaiba és
közintézményeibe



Telefon: 720 5456 | E-mail: hirdetes@xvmedia.hu

Felhívjuk betegeink figyelmét,
hogy az Órjárd utcai SZAKRENDELŐBEN működő
fül-orr-gégészeti és audiológiai szakrendelésünkön
mindenkinek

**INGYENES HALLÁSVIZSGÁLATOT
biztosítunk!**

**Nagyothalló betegeinknek elérhetőek
személyre szabott hallásjavító készülékek**

Elemek kedvezményes áron vásárolhatók

Érdeklődni és bejelentkezni
az alábbi telefonszámokon lehet.

Tamatika
László utca 10.

+36 1 506 0217
06 70 418 5170
Tamatika Kft.

BIZONYTALAN A HALLÁSÁBAN? A STARKEY 6 LÉPÉSES HALLÁSVIZSGÁLATA INGYENES ÉS FÁJDALOMMENTES!



Tasnádi Miklósné Renáta
Ügyfélszolgálati
szakasszisztens

Petényi Mária
Audiológiai
szakasszisztens

Mi – a szüleink révén –
közelről is ismerjük
a problémát.

Nekik is a Starkey
6 lépéses hallásvizsgálatát
javasoltuk.

Önnek is segíthetünk!

6 LÉPÉSES HALLÁSVIZSGÁLATUNK:

1. Adatfelvétel
2. Általános egészségügyi
állapotfelmérés
3. Otoszkópos dobhártya vizsgálat,
Rinné- és Wéber-féle vizsgálat
hangvillával
4. Hallásproblémák a mindennapokban
– elbeszélgetés
5. Fájdalommentes audiológiai
vizsgálatok
6. Eredmény azonnali kiértékelése

Várjuk hívását, kérdezzen bátran!



**Budapest XV., Illyés Gyula u. 10.
06 30 491 5983 • 06 1 604 4103**



MOZIMŰSOR AJÁNLÓ

Tel: 0620/341-7163
Részletek és online jegyvásárlás:
POLUSCENTERMOZI.HU
f /PolusCenterMozi

SZEPT. 7 - 13. (A szept. 14-22. közti műsorunk szept. 12-től honlapunkon olvasható)

AZ (IT)	PREMIER!	135p	szink.	18	16:00	18:45	21:30	
RENEGÁTOK	PREMIER!	106p	szink.	16	13:00	18:15	21:00	
WIND RIVER	PREMIER!	107p	szink.	16	15:00	19:00		
AZ ÓRIÁSLÁB FIA	PREMIER!	91p	szink.	6	10:30	12:30	14:30	16:30
BARRY SEAL - A BESZÁLLÍTÓ		115 p	szink.	12	16:45	19:00	21:15	
SOKKAL TÖBB MINT TESTŐR		116 p	szink.	16	20:15			
AMITYVILLE - AZ ÉBREDÉS		85 p	szink.	16	21:30			
PAPPA PIA		96 p	szink.	12	17:30	19:30		
DUNKIRK		106 p	szink.	16	17:00			
A MOGYORÓ-MELŐ 2.		92 p	szink.	6	10:15	12:15	14:15	
EGY KUPAC KUFLI		71 p	szink.	6	11:30			
AZ EMOJI-FILM		86 p	szink.	6	11:00	13:00	15:00	
GRU 3		96 p	szink.	6	11:30	13:30	15:30	
GEMENC - ÁRTEREK VILÁGA	MOZIJEGY CSAK 300 FT!	60 p	szink.	6	10:15			
Jelmagyarázat:		Csak szombaton és vasárnap						

HETI BEMUTATÓINK:



Ha 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 termékre. A részletekről érdeklődjön a gyógyszertárban. Az akció 2017. december 31-ig érvényes. Más akcióval össze nem vonható.