

RÁKOSPALOTA / PESTÚJHELY / ÚJPALOTA

ÉLETképek

2019. ÁPRILIS 18.
IX. ÉVFOLYAM 7. SZÁM

www.bpxv.hu  facebook.com/bpxv

XV. KERÜLET KÖZÉLETI LAPJA

FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

Óvodai
beiratkozás



Rendet tettek
a Fő téren

Környezetvédelem apró lépésekben

Békés húsvéti
ünnepet kívánunk!

Ötödszörré sincs költségvetés



Rendkívüli testületi üléseket hívott össze Németh Angéla polgármester április 9-ére. Az első ülésen Szilvágyi László (LMP) képviselői tiszteletdíjakról szóló előterjesztését, a másodikon a 2019. évi költségvetésről tárgyalt (volna) a testület.

Szilvágyi László a képviselői tiszteletdíjak függesztéséről szóló napirend előterjesztőjeként elmondta, a képviselők felelőssége a költségvetési rendelet megalkotása. Ezért tartja szükségesnek, hogy addig ne vehessék fel a tiszteletdíjukat, amíg nincs költségvetése a kerületnek. A képviselő támogathatónak találta, így befogadta Bihal Dávid



FOTÓK: XV MÉDIA, VARGOSZ

(MSZP) módosító indítványát, ami a költségterítésre is kiterjesztette volna a kifizetési stopot.

Nem támogatta viszont Lehoczki Ádám (Fidesz-KDNP) kiegészítő javaslatát, ami szerint készüljön előterjesztés a polgármester, illetve az alpolgármesterek illetményének felfüggesztésére a költségvetés elfogadásáig. Szilvágyi László szerint ez egyrészt jogilag aggályos – erre a jegyző által tett törvé-

nyességi észrevétel is utal –, másrészt pedig csak időhúzás.

Fideszes képviselők elmondták: céljuk, hogy a felelősségben osztozzon a kerület vezetése is, mert igazságtalannak tartják, hogy csak a képviselőket sújtja a tiszteletdíj-elvonnás, míg a polgármester, aki szerintük a legnagyobb gátja a költségvetés elfogadásának, felveheti a fizetését.

Dr. Lamberth Mónika jegyző ennek kapcsán

beszélt a képviselői tiszteletdíj, illetve a polgármester és alpolgármesterek illetménye közötti különbségről. Mint mondta, ez utóbbit jogszabályok alapján ki kell fizetni, törvénytelen lenne, ha nem tennék meg.

Baloldali képviselők a fideszes és független képviselők felelősségéről beszéltek, illetve a korábbi költségvetési szavazáson történeteket sorolták.

Móricz Eszter szerint azért nincs a kerületnek költségvetése, „mert dübörög a kampány”. Mint mondta, a költségvetés koncepcióját még az előző „szivárványkoalíció” fogadta el, mára ez a többség elfogyott. Szerinte az lenne a megoldás, hogy alakuljon egy eseti bizottság, ami a többség számára elfogadható költségvetést tud benyújtani.

Személyeskedő vita végén a testület 10 igen és 11 tartózkodás mellett nem fogadta el a képviselői tiszteletdíjak függesztéséről szóló előterjesztést.

A költségvetési rendelet, ami immár ötödször került a képviselők elé, még idáig sem jutott, mi-

| Igen | 10 | Szavazott | 21 | 0 |
|-------------------|------------------|--------------------------|----|--------------|
| Nem | 7 | Nem szavazott | 4 | 0 |
| Távol | | | | Nyitott ülés |
| Agárdi János | Király Csaba | Szilvágyi László | | |
| Báder György | Legórd Krisztián | Tóth Imre | | |
| Bencsics Lászlóné | Lehoczki Ádám | Tóth Veronika | | |
| Bihal Dávid | dr. Malák Gábor | Vékás Sándor | | |
| Bilvai Nándor | Merk Péter | Vicsona dr. Kovács Judit | | |
| Bodó Miklós | Móricz Eszter | | | |
| Csonka László | Németh Angéla | | | |
| Gyurkovics Miklós | dr. Fintor Gábor | | | |

vel a grémium 10 igen, 7 nem, 4 tartózkodással nem vette napirendre a megtárgyalását.

Jónás Á.

(A testületi ülések előben és felvételről is megtekinthetők az onkormányzati tv és a bpxv.hu honlapokon.)

Az idei költségvetés hiánya miatt az Államkincstár április 1-jével függesztette a kerületnek járó központi támogatásokat, így az önkormányzat csak áprilisban majdnem 205 millió forint támogatást veszít – írja a bpxv.hu. Ha lesz költségvetés, akkor az önkormányzat utólag megkapja ezt az összeget.

A függesztett állami támogatás a bérek fedezetül szolgált volna, a kieső pénz most az önkormányzatnak saját forrásaiból kell pótolnia. A számlájáról viszont leemelik a fizetések utáni közterheket és a szolidaritási hozzájárulást, amely csak áprilisban majd 146,5 millió forint. Költségvetés nélkül az önkormányzat nem teljesítheti az előírt adatszolgáltatási kötelezettségét sem az Államkincstár felé, ami ezért minden hónapban bírságot szab ki. Pontosan mennyi büntetést kell fizetni, még nem tudni, de annyi bizonyos, mivel tíz intézmény adatait nem tudja szolgáltatni, a bírság áprilisban legkevesebb 500 ezer forint, de akár 20 millió forint is lehet. (A bírság összege 60 naponként duplázódik.)

A költségvetés hiján komoly veszélyben van a Nemzedékek parkja 78 milliós és a VEKOP-pályázat hozzávetőleg másfél milliárd forintos állami támogatása is.

A költségvetés hiánya miatt a hivatal nem fektetheti be a szabad pénzeszközöket, hiszen a fizetőképességét biztosítani kell, így elesik az éves szinten 60 millióra tervezett kamatbevétel időarányos részétől is. A 2019-es költségvetési rendeletről az április 25-i délután 5 órakor kezdődő rendkívüli ülésen tárgyalnak újból.

Rendet tettek a Fő téren

Olvasói levelet kaptunk, amelyben egy kerületi lakóúrunk az újpalotai Fő téren tapasztalható áldatlan állapotokra hívta fel a figyelmet. A levelet továbbítottuk a polgármesteri hivatalhoz, emellett megkerestük a rendőrséget is. Mind a hivatal, mind a hatóság villámgyorsan lépett az ügyben.

Mint olvasónk írta, néhány éve a Fő térenél vettek lakást, mert élhetőnek tartották ezt a sokparkos városrészt. Egy ideje azonban nem élvezik lakókörnyezetüket, mert több olyan bolt nyílt, ahol olcsó alkoholt árulnak, és az üzletek környékét, a szökőkút üdöhelyeit is ellepték a hajléktalanok, illetve az „olcsó nedűre” szomjazók. „Eldobált üvegek, féldecis kupakok, törmelékek, hajléktalanok. Sajnos, ahogy egyre jobban itthon érzik magukat ezen »kultúra« kedvelői,

úgy jelennek meg az atrocitások is az itt lakókkal” – áll a levélben.

Az önkormányzat és a rendőrség gyorsan reagált a történetekre: a kerületi közterület-felügyelet, valamint a helyi rendőrkapitányság összehangolt intézkedésbe kezdett. A rendőrség azzal, hogy fokozta a rendőri jelenlétet a téren.

„A lakosok folyamatosan láthatnak rendőröket a területen. Ezenkívül erőszakos bűncselekmény gyanúja miatt egy férfit már előállítottunk a Fő térről, akivel szemben kezdeményeztük az előzetes letartóztatás elrendelését, amit az ügyészség is támogatott” – tudtuk meg dr. Balogh Róbert alezredestől, kerületi kapitányságvezetőtől.

Az önkormányzati rendészek a parkőrszolgálatnak köszönhetően tavaly óta jelen vannak a Fő téren.

„A kollégák eddig a Fő téren kívül

még két másik közteret is felügyeltek, de a notórius italozók és hangoskodók ezt kifigyelték és kihasználták” – mondta Horváth Attila, a rendészek vezetője. „Ezért átszerveztük a szolgálatokat, így két rendész mostantól kezdve állandóan – hétfőtől vasárnapig – csak a Fő téren járőrözik, ráadásul a szolgálatukat is meghosszabbítottuk este 9 óráig. Emellett kibővített ellenőrzéseket is tartunk a téren, melybe a társhatóságokat – rendőröket, adóhatóságokat – is bevonunk, és közösen ellenőrizzük az érintett üzleteket és környéküket” – tette hozzá az osztályvezető.

Horváth Attila elmondta: jelenleg két rendőr, két rendész, illetve két térfelügyelő kamera vigyázza a rendet a Fő téren, amelynek már meg is van a foga-



FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ

natja. A korábban tapasztalt problémák, közterületi italozások, hangoskodások, a járókelők molesztálása, illetve a szemtelenség megszűnt.

A hatósági főosztály továbbra is kéri a lakosságot, ha közterületi rendellenességet tapasztalnak azonnal hívják hivatali időben (hétfőn 8–18, keddsütörtök: 8–16.30, péntek: 8–12.30) +36 1 305 3230, hivatali időn kívül pedig +36 1 305 3147 telefonszámot, hogy minél intézkedni tudjanak.

J. Á. – R. T.

Vandálok a köztereken



Benedekné Bagyinszki Márta

Sok gondot, bosszúságot és nem utolsósorban jelentős anyagi kárt okoznak a vandálok kerületünkben is. Arra voltunk kíváncsiak, hol van a legtöbb probléma, és mit tehet az önkormányzat a rongálások ellen.

Sajnos szinte naponta törik szét a kerületben lévő közterületi padok üléseit vagy szakítják le háttámláit a vandálok, akik főként a Karácsony Benő park, Besenyő park, Páskom park, Mézeskalács tér, Nádastó park, Törökszegfü tér környékén tevékenykednek. A kerületi játszótérek és játszóeszközökben is a rongálások okozzák a legnagyobb kárt. A legfőbb probléma az, hogy sok esetben a játszószerkezetek balesetveszélyessé válnak akár egy kis fadarab letörése miatt is – tudtuk meg Benedekné Bagyinszki Mártától, a városgazdálkodási főosztály vezetőjétől.

„Kiugró példa a Hartyán játszótér, ahol az önkormányzat megbízásából elvégzett felújítás 2018 augusztusára fejeződött be. Ezt követően szinte azonnal kiszakították a tartóoszlopokból a játszótér kapuit, ami többször megismétlődött. November elején sajnálattal tapasztaltuk, hogy a játszótér kerítését jelentősen megrongálták. Több helyen kidöntötték a kerítés oszlopait, elemeit pedig letaposták. Az okozott kár olyan mértékű volt, hogy ezen a szakaszon újra cserélni kellett a játszótér teljes kerítését” – emelte ki a főosztályvezető.

A hasonló esetek elkerülésére az önkormányzat rendészeti osztálya gyakrabban ellenőrzi a területet. A környéken térfigyelő kamerarendszer működik, a gyakoribb távfelügyeleti ellenőrzés is segíthet a rongálások megakadályozásában.



Értelmetlen rongálások

A területen lévő kamerák monitorrendszerét 0–24 órás üzemi időben a rendészeti osztály munkatársai figyelik.

„A rongálások nem csak anyagi kárt okoznak, sajnos emiatt a kerület közterei gondozatlan, balesetveszélyes képet mutatnak annak ellenére, hogy a karbantartási és felújítási munkákat folyamatosan végzi a Répszolg Kft.” – tette hozzá Benedekné Bagyinszki Márta.

JÁG

Rendezettebb kerületért

Bokor István két hónapja vezeti a kerület városüzemeltetési cégét. A nagy tapasztalatokkal bíró szakember rendszerszemléletű feladatellátást, munkavégzést szeretne meghonosítani a Répszolgnál.

– Februártól irányítja a Répszolgot. Milyenek a tapasztalatai?

– Kellems meglepetésemre egy nagyon lelkes és konstruktív csapat élére kerültem. A munkatársaim gyorsan felvették a ritmusomat. A korábbiakhoz képest változás, hogy új rendszerbe rögzítjük a feladatokat és ellenőrizzük azok végrehajtását, és ami nagyon fontos, heti rendszerességgel kooperációs egyeztetéseket tartunk a városgazdálkodási főosztály munkatársaival. Ez azt eredményezi, hogy nincs olyan kerületi probléma, ami nem ismert előttünk. A céges munkaszemléletben mindenképpen újdonság, hogy nem véletlenszerűen és esetileg, hanem rendszerszerűen próbáljuk megoldani azokat a problémákat, amik nap mint nap keletkeznek.

– Milyen feladatok élveznek prioritást?

– Kiemelten kezeljük az illegálisan lerakott hulladék problémáját. Igen jelentős ellenőrző és megelőző tevékenységet végzünk ezzel kapcsolatban.



Bokor István | Rendszerszintű szemlélet

Föltérképezzük a gócpontokat, azokat egy térképrendszerben regisztráljuk és ez alapján folyamatosan számoljuk fel a forrásokat. Ebben a munkában természetesen nagyon komolyan számítnak a rendészeti szervek segítségére. Emellett a lakosság aktív közreműködésében is bízunk.

– Új rendszerű faültetési gyakorlatot vezetünk be a kerületben. Meghatározzuk egy protokollt, hogyan lehet, illetve hogyan szabad a fátelépítéseket elvégezni. Vásároltunk egy berendezést, aminek segítségével meg tudjuk nézni, hogy az ültetésre kiszemelt helyen milyen közművezetékek húzódnak, így kiküszöbölhető lesz, hogy a telepítések kárt okozzunk.

– Szeretnénk az olyan kiemelt közterületeket, mint például a Fő tér, rendezettebbé, szebbé, tisztábbá tenni. Ebben segítségünkre lesznek a Palota-15 NKft. munkatársai is. Azt reméljük, hogy rendezett környezetben a környék lakói és a járókelők is jobban vigyáznak majd a megszépített területekre.

A játszótéreknél is jól látható változásokra törekszünk. Azokat, amikre már nincs szükség, felszámoljuk, a megmaradókat viszont a legmagasabb színvonalúra szeretnénk fejleszteni.

– Napjaink egyik fő feladata a régóta várt gyalogos-átkelőhely kialakítása a szánkódombnál. A munkák elkezdődtek, a befejezés május folyamán várható.

– Milyen cégen belüli fejlesztéseket terveznek?

– Igyekezünk az eszközparkunkat megújítani, erre szeretnénk a társaság pénzügyi lehetőségeit maximálisan kihasználni. Terveink között szerepel a honlapunk átalakítása. Hamarosan új arculattal jelenünk meg, és reményeink szerint a korábbinál sokkal interaktívabb kapcsolatot tudunk kialakítani a lakossággal.

(jónás)

A majális programjáról részleteket a 14. oldalon olvashatnak

Segítő adományok



Lépten-nyomon kéregetőkbe botlunk, gyűjtéseket szerveznek iskolákban, kórházakban, úton-útfélen. Mégis, melyek azok a pontok, melyeket érdemes adományozáskor figyelembe venni és kinek adhatjuk adónk 1 százalékát?

Az adománygyűjtés minden esetben – internet, telefonos adománygyűjtés esetében is – biztosítani kell, hogy az adományozott és a gyűjtő szervezet azonosítható legyen. Sokan nem tudják, de a gyűjtést végző köteles tájékoztatni az adományozót a céljairól. A szervezet nevét, székhelyét, és ha van telefonszámát, weboldalának címét meg kell adni. Ennek hiányában jobb fontolóra venni a hitelességüket. A legegyszerűbb adományozási forma a pénz, melyet a szervezet arra költhet, amire akarja vagy amire kijelöli. Adomány lehet azonban valamilyen szolgáltatás, például fodrászmunka vagy tárgyi eszköz is, többek között működő, jó állapotú számítógép.

Ezenkívül az adófizetők minden évben összesen két szervezet javára felajánlhatják adójuk 1+1 százalékát. A kedvezményezettek egyik csoportjába a civilek tartoznak. Idesorolhatók a közhasznú tevékenységet végző egyesületek, alapítványok és a közalapítványok. A rendelkezéshez a magánszemély-

nek a civil kedvezményezett adószámára van szüksége. A kedvezményezettek másik csoportjába, azaz a második 1 százalékot egyháznak ajánlhatják fel az adófizetők.

Kedvezményezettet mindkét csoportból lehet választani, de mindegyikből csak egyet-egyét, azaz sem az egyik, sem a másik 1 százalék nem osztható meg, de nem is vonható össze. Nincs tehát arra mód, hogy az szja 2 százalékát ajánlja fel egy civil szervezetnek vagy egy egyháznak. Ha valamelyik csoportból nem választ kedvezményezettet, akkor csak egy rendelkező nyilatkozatot kell eljuttatni az adóhatóságnak, mert az egyik 1 százalék nem irányítható át a másik csoportban lévő kedvezményezettek javára.

Az azonos körből választott két kedvezményezett javára tett rendelkező nyilatkozat mindegyike érvénytelen. A rendelkező nyilatkozatot az adóbevallás részeként, vagy függetlenül az adóbevallástól, legkésőbb május 10-ig küldhetjük meg az adóhatóság részére postai vagy elektronikus úton. Ha a felajánló az 1 százalékról rendelkező nyilatkozatot a NAV ügyfélszolgálatán szeretné benyújtani, akkor azt csak személyesen vagy meghatalmazottján keresztül teheti meg. Hasznos tudnivalókat lehet találni az adószazalek.com, valamint adjukossze.hu oldalakon. (bi)

Az egészségesebb lakókért

Idén is megrendezi hagyományos tavaszi egészség-napját a Dr. Vass László Egészségügyi Intézmény. Sándor Gyuláné szemészeti asszisztens, a rendezvény egyik szervezője elmondta, az eseményre ismét azokat várják, akik a hétköznapokon ritkán vagy egyáltalán nem szoktak megfordulni az orvosi rendelőkben.

ARCHIV FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ



Felnőttek és gyerekek | Szűrés mindenkinek

A tavaszi egészségnapot május 11-én reggel 8 és délután 2 óra között rendezik a Rákos úti szakrendelőben, ahol kizárólag a felnőttek részvételére számítanak. A szervezőktől kapott információ alapján a 14 év alatti gyermekek számára hagyományosan meghirdetett Zsókaúti utcai szűrőnapot novemberben rendezik.

A felnőttek egészségnapján azonban ismét lehetőség nyílik majd az újraélesztés alapjainak

elsajátítására. A kerületi mentőszolgálat munkatársai is bemutatkoznak majd, és sokakat érdekelhet a gerincnyújtó, ismertebb nevén denevérpád is, amely szintén kipróbálható lesz a Rákos úti szakrendelőben.

A fő hangsúly persze május 11-én is a szűrővizsgálatokon lesz: a diabetológia, a labor, az EKG, a nőgyógyászat, az alsó végtagi érszűkület, a légzésfunkció és a mellkas-röntgenvizsgálatok várhatóan a má-

jusi szombat délelőttön is sokakat vonzanak majd. Mint ahogyan a különböző tanácsadások, az ingyenes masszázsek és a termék-bemutatók is népszerűek szoktak lenni.

Ugyanakkor a szervezők tanácsolják, hogy az érdeklődők ne nyitáskor „rohazzák meg” az épületet, hanem használják ki, hogy az orvosok és ápolók délután 2 óráig a rendelkezésükre állnak.

Riersch Tamás

Régi-új bőrgyógyász



Dr. Gomba Beáta | Csökkenti a várakozást

FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

is fogadni tudjuk a betegeket – mondta dr. Gomba Beáta. – Ezzel a megoldással is rövidíteni tudjuk a várakozási időt és csökkenteni tudjuk az előjegyzési listát.

A betegek nagy része idült problémával küszködik, az ő esetükben tervezni lehet a kezelést. Ám ahhoz, hogy a beteg bejusson az orvoshoz, általában három hónapot várnia kell. Akiknél viszont hirtelen alakul ki valamilyen bőrprobléma, és a beteg vagy háziorvosa úgy ítéli meg, hogy azonnali szakellátásra van szüksége, felkeresheti időpont nélkül is a rendelőt, ám ebben az esetben hosszabb várakozási idővel kell számolnia, mert az időpontra érkezők elsőbbséget élveznek.

Mostantól tehát dr. Gomba Beáta hétfőn, szerdán, csütörtökön és pénteken délelőtt, kedden pedig délután, míg dr. Alfaro Cooper Carlos kedden délelőtt fogadja a betegeket.

R. T.

Az Órjárt utcában – a volt Észak-Pesti Kórház 11-es épületében – található kerületi bőrgyógyászati szakrendelésen mindig nagyon sokan vannak. A meglévő egy szakorvos mellett április 1-jétől Dr. Alfaro Cooper Carlos is fogadja a betegeket keddenként.

A kerületi szakrendelésen tavaly január óta egy orvos, dr. Gomba Beáta rendel, aki

egyedül nehezen birkózik meg a rá nehezedő teherrel. Ezért számít jó hírnek, hogy dr. Alfaro Cooper Carlos, aki korábban már rendelt az Órjárt utcában, április 1-jétől egy rendelés erejéig – keddenként reggel 8 és délután 2 óra között – visszatért a kerületbe.

– Mindenképpen nagy segítséget jelent, mert így hetente egy napon, keddenként már délelőtt és délután



FOTÓK: XV MÉDIA, NAGY BOTOND, VARGOSZ



Környezetvédelem apró lépésekben

Már mintegy két évtizede elindult a világban a zero waste kezdeményezés, mely többek között arra irányul, hogy a lehető legkevesebb hulladékkal szennyezzük a környezetünket. Az igazi hősök napi néhány dekagramm hulladékot termelnek, míg az átlag fejtenként több mint 1 kilogramm szemetet! De hogyan kezdjünk hozzá a szemét csökkentéséhez?

Ami talán a legfontosabb, a tudatosság és a türelem. Gondoljuk át a napi bevásárlásainkat, és készüljünk fel, mit és hol veszünk. Mindig legyen nálunk vászon vagy kicsire összehajtható bevásárlótáska vagy akár fonott kosár. Már nem okoz meglepetést az üzletekben vagy a piacon, ha az eldobható műanyag zacskó helyett tüll vagy vékony vászonzsákba rakjuk a zöldséget és gyümölcsöt vagy akár a pékárut. A gyerekeknek az iskolába csomagolt ennivalót is inkább uzsonnádobozba tegyük fólia vagy nejlonzacskó helyett – írja a zerowaste.blog.hu.

A PET-palack helyett használjunk üveg-, fém- vagy műanyag kulacsot, sok vendéglátóhelyen, ha kérjük, újra-



töltik vízzel a kulacsunkat. A szénsavas ásványvíz helyett felkereshetjük a kerületi szikvizest, akitől beszerezhetjük a buborékos vizet.

Ne használjunk szivószálat, eldobható műanyag eszközöket, poharakat, ezekből mind be tudunk szerezni

tartós változatot is. A fürdőszobában is tudunk változtatni, tusfürdő helyett használjunk szappant, mert azt nem flakonba csomagolják, és már a fogkefének is készülhet bambuszból műanyag helyett. A kiürült befőttesüvegekbe konyhai alapanyagokat tá-

rolhatunk, ez az újrahasznosítás mellett a babnak vagy a rizsnek is jó, nem költöznek bele molyok vagy zsizsikek.

Budapesten a papírhulladék, valamint a műanyag- és fémhulladékok házaknál történő szelektálása óta jelentősen nőtt a hulladékfajtákból begyűjtött mennyiség. A hulladékudvarokat is egyre többen keresik fel – írta megkeresésünkre az FKF Zrt. a 2014-ben bevezetett szelektív gyűjtésről.

A társaság 2018-ban az alábbi mennyiségeket gyűjtötte be:

- 27 000 tonna papír
- 17 000 tonna műanyag és fém
- 5300 tonna üveg
- 26 000 tonna zöldhulladék
- 8300 tonna hulladékudvarokban gyűjtött egyéb (például sitt, lom) hulladék
- 700 tonna lomtalanításkor gyűjtött és átvett veszélyes hulladék

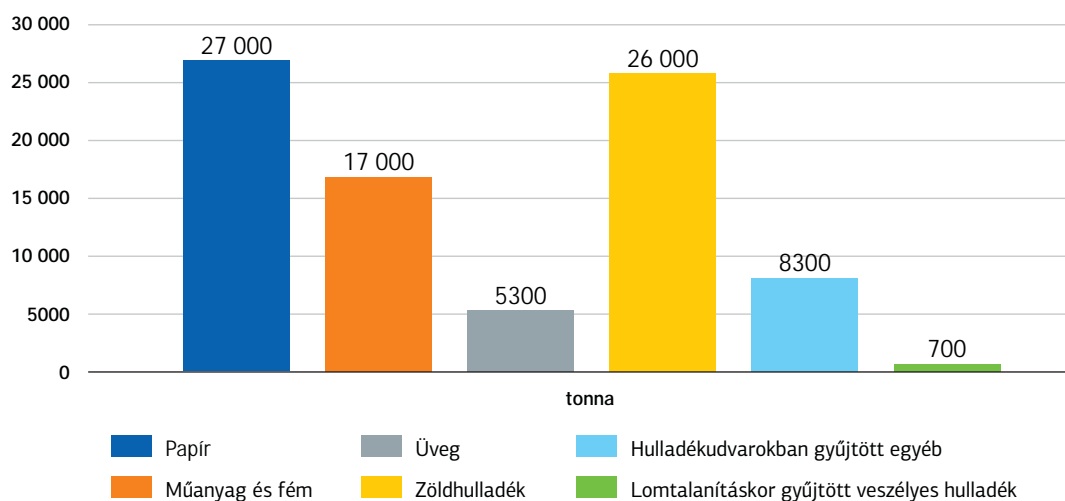
Az üveghulladéknál és a papírhulladéknál több mint 95 százalék az újrafeldolgozás aránya, az együtt gyűjtött műanyag- és fémhulladéknál (PET-palackok, fóliahulladékok, flakonok, alumínium italosdobozok és a fém csomagolási hulladékok) ez az arány 50 százalék.

Figyeljünk arra, hogy a megfelelő hulladékokat a megfelelő helyre tegyük, a műanyag- és fémhulladék gyűjtőtartályába ne kerüljön relaxa, locsolócső, gumimatracs vagy strandpapucs. A szennyezett élelmiszer-csomagolás sem való a szelektív gyűjtőbe, a pizzásdobozt a kommunális szeméttartályba tegyük.

A műanyag és fém csomagolási hulladékok esetében kiöblíthetjük kidobás előtt a műanyag palackot vagy alu italosdobozokat, ezek belső falán megtapadó szerves szennyeződést az újrafeldolgozáskor tudják kezelni. A hipósflakont vagy az üdítő PET-palack viszont ne kerüljön a gyűjtőbe.

Kovács

2018-ban az FKF Nonprofit Zrt. által begyűjtött hulladékok fajtánként



Kódolt tojások



Az Agrárminisztérium adatai szerint a magyarok fejenként évente átlagosan 234 tojást esznek meg. Húsvét környékén adják el a legtöbb tojást a termelők, a jelenleg átlagosan 407 forintért ünnepekre akár 500 forintig drágulhat egy doboz tojás ára. Az Újpalotai Vásárcsarnokban 35 és 50 forint között vásárolhatjuk darabját, azonban a méret mellett érdemes a többi tojásjelölésre is figyelni.

Az étkezési tojásokat uniós és hazai jogszabályok előírásai alapján ugyanis a termelés helyén vagy a csomagolóközpontban kötelező jelölni. A tojásokat A és B minőségi osztályokba sorolják, a kereskedelemben azonban csak A minőségű termékekkel találkozhatunk, melyeket tömegük és méretük alapján osztályoznak. A négyfokozatú skála a legkisebbnek számító S kategóriától XL-ig terjed, de az ételkészítéskor nyomon követhetősége miatt a tojások héján fel kell tüntetni a termelői kódot, valamint a nyilvántartási számot is.

A nyilvántartási szám hét részből áll, segítségével többek között azt is megtudhatjuk, hogy melyik telepről

származik a tojás, és ott milyen tartási módot alkalmaznak. A tyúkok tartását az első szám jelöli, melyek a következők: 1 szabadtartás, 2 alternatív tartás, 3 ketreces tartási rendszer, míg a 0 ökológiai tartást jelent. A második rész az ország ISO-kódja, amelyből a vásárló megtudhatja, hogy a tojás honnan származik, a HU jelenti a hazait. A harmadik a megye vagy főváros kódja, a negyedik részből pedig az állategészségügyi kerület sorszáma olvasható le; ötödik rész a tojótípus jelölése, hatodik az állattartó telep kétjegyű sorszáma a kerületben; az utolsó hetedik a „per”-jel után az istálló kódja.

A csomagolt tálcás vagy dobozos tojáson szerepeltetni kell a csomagolóközpont számát is, amelyet a Nemzeti Élelmiszerlánc-biztonsági Hivatal (NÉBIH) tart nyilván. A helyi piacon vásárolt tojások esetében a fogyasztók találkozhatnak jelölés nélküli tojásokkal is, mivel a jelölési kötelezettségek nem vonatkoznak az 50-nél kevesebb tojótípusot tartó termelőkre, azonban az értékesítés helyén ezen termelőknek is fel kell tüntetniük a nevet és a címet.

(béres)

Tojásméret grammokban:

- XL – nagyon nagy: legalább 73 gramm
- L – nagy: 63 és 73 gramm közötti
- M – közepes: 53 és 63 gramm közötti
- S – kicsi: 53 grammnál kevesebb

Húsvéti ízkavalkád

Sonka, tojás, torma, fonott kalács és friss tavaszi zöldségek, ezek hazánk hagyományos húsvéti ételei, melyek megtalálhatóak minden magyar család ünnepi asztalán. Más országok néphagyománya azonban ennél sokkal színesebb. A különböző nemzeteknél ugyanis nagyon érdekes szokásokat ismerhetünk meg, ha betekintünk a tradícióikba.

ARCHÍV FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ



Jön az ünnep | Sonka minden mennyiségben

Jó barátaink, a lengyelek például különleges asztaldíszszel emlékeznek meg a húsvétról, és vajból faragnak báránnyt, melyet rendszerint az asztal közepére helyeznek. Míg Németországban a bárány szimbolikája egy édes sütemény formájában ölt testet, de sok család tányérjában helyet kap a báránysült is. Nagycsütör-

tökön pedig igen különleges szokásnak hódolnak a németek, aznap csak zöld színű ételeket esznek, például spenótot vagy brokkolit.

Talán nem meglepő, a franciáknál is a bárányé a főszerep, az egyik legkedveltebb fogás a bárányragu és a sült báránycomb provenç-i fűszerrel elkészítve. A húsvéti

sonka is népszerű náluk, kakukkfű, babérlevél, fehérbor, petrezselyem és fokhagyma az igazai francia sonka titka.

Az olaszok azonban galamb alakú, mandulával és cukorral megszórt, aszalt gyümölcsökkel készített, tojáslikörös krémmel töltött kalácsra esküsznek ilyentájt. Kicsit délebbre, Spanyolországban a bárány mellett a sonkával és kolbással töltött kis batyuk hódítanak. – A spanyolok édességként tejes és citromos krémet fogyasztanak, amit egy csipetnyi fahéjjal bolondítanak meg. Miközben északon Svédországban tejszínhabbal töltött édes zsemle marcipánnal dukál – derül ki a nemzetiségek konyhájából írt feljegyzésekből.

B. I.



Barihús

A tavalyi debütálást követően idén április 12–13-án rendezték meg a Báránynapokat, melynek célja, hogy a ritkán választott bárányhúst megismertesse és megszerettesse a hazai fogyasztókkal. Akik pedig kedvet kaptak a bárányhúsos étel készítéséhez, nem kell keresgélniük, a barihus.hu oldalra ellátogatva számos ínycsiklandó recept várja őket, illetve bővebb információkat találhatnak az európai bárányhús-fogyasztási trendekről, illetve a húsfajta fogyasztásának előnyeiről. Ízelítőül egy recept:

Töltött báránszelet

Hozzávalók:

- 4 csont nélküli nyakszelet
- 4 szelet sajt
- 4 szelet sonka
- 1 felvert tojás
- Liszt
- Zsemlemorzsa
- Salátalevelek
- Őrölt bors



- Olívaolaj
- Só

Elkészítés:

Szózzuk meg a hússzeleteket, majd rakjunk mindegyikre egy szelet sajtot és egy szelet sonkát. Tekerjük fel a hússzeleteket úgy, hogy közben szorosan nyomjuk. Pánírozzuk be a szeleteket, majd olívaolajon, közepes lángon süssük aranybarnára. Szedjük ki a szeleteket konyhai papírtörlőre. Tálaljuk a húst zöld salátalevelekkel.

Tipp: a feltekert hússzeletek igen vastagok lehetnek, ezért mindenképpen közepes lángon süssük, hogy a hús közepe is kellően át tudjon sülni.

Május elején lesz az óvodai beiratkozás

A kerületi önkormányzat fenntartásában működő óvodákban a beiratás május 6-tól május 10-ig tart az óvodai nyitvatartási időben. A gyermek abban az évben, amelynek augusztus 31-éig a harmadik életévét betölti, a nevelési év kezdőnapjától legalább napi 4 órában óvodai foglalkozáson vesz részt. A szülő köteles a megadott időpontban a választott óvodába beírni a gyereket.

A jegyző a szülő kérelmére az ötödik életév betöltéséig felmentést adhat a kötelező óvodai nevelésben való részvétel alól, ha a gyermek családi körülményei, képességeinek kibontakoztatása, sajátos helyzete indokolja. A jegyzői felmentéshez a szülői kérelem mellett az óvodavezető, valamint a védőnő támogató javaslata is szükséges. A beiratkozáskor be kell mutatni a gyermek nevére kiállított személyi azonosítót és lakcímet igazoló hatósági igazolványt, továbbá a szülő személyi azonosító és lakcímet igazoló hatósági igazolványát.

A gyermeket elsősorban abba az óvodába kell felvenni, amelynek körzetében lakik vagy ahol szülője dolgozik. Az óvoda köteles felvenni azt a gyereket, aki életvitelszerűen az óvoda körzetében lakik.



A felvételtől az óvoda vezetője dönt. A vezető a felvételi kérelemnek hely adó döntését írásban, a kérelem elutasítására vonatkozó döntését határozati formában közli a szülővel. Az óvoda döntése ellen a szülő a közléstől, annak hiányában a tudomására jutásától számított tizenöt napon belül eljárást indíthat, melyet a döntést hozó óvoda vezetőjéhez kell benyújtani.

Az integráltan nevelhető sajátos nevelési igényű gyermekek óvodai nevelésükre az alapító okiratuk szerint jogosult óvodákról és azok elérhetőségéről, valamint az óvoda felvételi körzetéről, továbbá a beiratkozásról részletesen lehet tájékozódni a www.bpxv.hu honlapon. ◆

Ingyenes ruhaosztás

A Nagycsaládok Újpalotai Egyesülete ingyenes ruhaosztást tart a rászorulóknak részére az Árendás köz 2-4. szám alatt április 27-én, szombaton 9 és 12 óra között. A bejárat a Szobabérlők Háza mögött található. ◆

Támogatás az XV TV-nek



Az XV TV Heti Hírtükör magazinja hárommillió forint támogatást nyert a Nemzeti Média- és Hírközlési Hatóság MédiaTanácsa és a Médiaszolgáltatás-támogató és Vagyonkezelő Alap a Magyar Média Mecenatúra Program keretében. A szerkesztőség a közéleti magazin kategóriában pályázott. Az XV TV műsorát már második éve támogatja a MédiaTanács. ◆

EP-VÁLASZTÁS 2019

Leadták a szavazatot



Elsőként a Fidesz–KDNP pártszövetség adta le az európai parlamenti (EP-) választáson való induláshoz szükséges számú ajánlást a Nemzeti Választási Irodában (NVI) április 8-án – közölte Hidvéghi Balázs, a Fidesz kommunikációs igazgatója. A támogató aláírások gyűjtését ezt követően is folytatják Orbán Viktor programja mellett, a bevándorlás megállíttatásáért – tette hozzá. A választáson indulni szándékozóknek a jogszabály szerint 20 ezer érvényes támogató aláírást kell összegyűjteniük. ◆

EP-választás

Ötvenként európai parlamenti választásokat tartanak, és akkor a korábbi képviselők helyett újakat lehet küldeni az EP-be. A magyar képviselőknek 21 hely jut. Hazánkban május 26-án vasárnap lesz a választás, reggel 6 órától este 7 óráig lehet szavazni. A szavazólapon pártlisták közül lehet választani. Az Európai Parlament a választások eredményét követő és bemutató új weboldalt indított. A magyarul www.valasztasi-eredmenyek.eu címen elérhető oldal az EP-választás utolsó éjszakáján, május 26-án a nemzeti hatóságoktól érkező hírek függvényében valós időben frissül az összeurópai eredménnyel és az egyes országos eredményekkel együtt. ◆

Ötszázezer aláírás



Németh Angéla polgármester és Hadházy Ákos független országgyűlési képviselő tartott sajtótájékoztatót az európai uniós választások kampányának nyitónapján a Zsókaúti utcában április 6-án. A sajtótájékoztató célja az Európai Ügyészséghez való csatlakozás támogatása volt. Hadházy Ákos még 2018. július 19-én aláírásgyűjtésbe kezdett, melynek célja, hogy egymillióan támogassák szignójukkal az Európai Ügyészséghez való csatlakozást.

Komoly mérföldkőhöz érkezett az aláírásgyűjtés – mondta az újpalotai rendezvényen Hadházy Ákos –, a támogató nyilatkozatot ugyanis már ötszázezer ember írta alá. Hadházy Ákos az újpalotai kampánynyitást azzal indokolta, hogy „ebben a kerületben a Fidesz már megmutatta valódi arcát azzal, hogy folyamatosan blokkolja a költségvetés elfogadását, ezzel pedig lehetetlen helyzetbe hozva a kerület működését”. Ezt Németh Angéla polgármester is alátámasztotta.

Február 26-án terjesztettük be először a költségvetési javaslatunkat, amelyet akkor majd azóta minden alkalommal leszavaztak a fideszes, illetve a magukat függetlennek mondó, valójában a párthoz kötődő képviselők. Pedig a beérkezett módosító javaslatok többségét beépítettük a költségvetésbe, ennek ellenére a fideszesek minden tárgyaláskor nemet mondtak.

A két politikus megígérte, hogy az aláírásgyűjtés az elkövetkezendő hetekben még nagyobb intenzitással folytatódik. Az aktivisták a kerület számos pontján gyűjtik majd a támogatásokat. ◆

Kampányindító



Az európai országok szorosabb együttműködését nevezte az európai parlamenti választások egyik legfontosabb céljának a Demokratikus Koalíció (DK) listavezetője, Dobrev Klára április 10-én Újpalotán. Az erős, szociális Európa megteremtésének lépései közül az európai családi pótlék bevezetését, a minimálbérprogramot, a minimálnyugdíj biztosítását, illetve a minden polgárnak járó európai egészségügyi szolgáltatást emelte ki a párt EP-listavezetője az Újpalotai Vásárcsarnoknál, ahol rögtönzött sajtótájékoztatót tartott az Európa, MARADUNK! című választási programjáról. Az EP-választás ajánlásgyűjtő indítóján felhívta a figyelmet: az európai egyesült államok erősebb, gazdagabb Magyarországot eredményez. Az eseményen részt vett Hajdu László országgyűlési képviselő, Németh Angéla polgármester, Tóth Veronika, Király Csaba és Legárd Krisztián kerületi képviselő. ◆

Munkáspárti bejelentés

EP-választási kampányt indító sajtótájékoztatót tartott a Magyar Munkáspárt Csepelen a Karácsony Sándor utcában április 6-án. A Munkáspárt a magyar nemzet, a magyar dolgozók mellett, az európai egyesült államok ellen címet viselő rendezvényen Thürmer Gyula, a Munkáspárt elnöke mondott beszédet. Ugyanezen a napon támadás érte a Munkáspárt internetes oldalát. Az úgynevezett DDOS-támadás ötszázszoros terheléssel próbálja a Munkáspárt szerverét lassítani – írta a párt. ◆

POLGÁRMESTER ÉS ALPOLGÁRMESTEREK ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI

**Németh Angéla**

polgármester
Minden hónap 1. hétfője 13:30–17:30-ig.
Helyszín: Polgármesteri Hivatal.
Időpontkérés telefonon történő
egyeztetés alapján. Telefonszám: 305 3260

**VICTORNÉ DR. KOVÁCS JUDIT**

alpolgármester
kovacs.judit@bpxv.hu
Telefonon és e-mailen történő egyeztetés
alapján, illetve minden hónap első
csütörtökén 16:00–18:00 óráig az Újpalotai Nyitott Ajtó
Együttműködési Irodában. Telefonszám: 20 350 6859

**Tóth Imre**

alpolgármester
toth.imre@bpxv.hu
Minden hónap első hétfője
13:30–17:30 óra között.
Helyszín: Polgármesteri Hivatal I. emelet, 109-es iroda.
Telefonszám: 305 3244

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.

**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 Rákospa-
lotai Tanácsadó és Együttműködési Irodában.

**3. sz. vk. Merk Péter (Tiszta szívvel – tiszta kézzel Rákospalotáért)**

20 352 4009
roden00@freemail.hu
Minden hónap második szerdáján, 17 és 19 óra
között a Palota Pont Rákospalotai Tanácsadó
és Együttműködési Irodában.

**4. sz. vk. Agárdi János**

(Fidesz-KDNP) 30 952 0012
agardijanos@fidesz.hu
Telefonon és e-mailen történő egyeztetés
alapján.

**5. sz. vk. Csonka László**

(Fidesz-KDNP) 20 219 1232
csotka.laszlo@fidesz.hu
Minden hónap második péntekén 16-tól
18 óráig a Csokonai Művelődési Központ-
ban (Eötvös utca 64–66.), előzetes telefon egyeztetés
alapján.

**6. sz. vk. Legárd Krisztián (DK)**

30 540 6393
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 egyezte-
tés esetén más helyszín és időpont is lehetséges.

**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.

**8. sz. vk. Báder György**

(Fidesz-KDNP) 20 934 9983
bgyprint@t-online.hu
Előzetesen, telefonon vagy e-mailen egyeztetett
időpontban a Pestújhelyi Közösségi Házban.

**9. sz. vk. Vékás Sándor**

(Liberálisok) 30 964 2452
sandor@vekas.hu
Telefonon és e-mailen történő
egyeztetés alapján.

**10. sz. vk. Tóth Veronika (DK)**

30 585 4493
tothveronika53@gmail.com
Minden hónap első hétfőjén 17–19 óra között a
Sárfű 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. klub-
helyiségben. Telefonon vagy e-mailen történő egyezte-
tés esetén más helyszín és időpont is lehetséges.

**11. sz. vk. Bitvai Nándor**

(Fidesz-KDNP) 70 670 5220
bitvai.nandor@gmail.com
Telefonon és e-mailen történő
egyeztetés alapján.

**12. sz. vk. VICTORNÉ DR. KOVÁCS JUDIT**

(Fidesz-KDNP) 20 350 6859
drkovacsjudit1982@gmail.com
Telefonon és e-mailen történő egyeztetés
alapján, illetve minden hónap első csütörtökén
16:00–18:00 óráig az Újpalotai Nyitott Ajtó Együttműködési
Irodában.

**13. sz. vk. Mórícz Eszter**

30 334 2031
moricz.eszter01@gmail.com
Telefonon és e-mailen történő
egyeztetés alapján.

**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.

**Bencsics Lászlóné**

(Fidesz-KDNP)
20 442 5865
bencsicsari1@gmail.com
Minden hónap második szerdáján 15–17
óráig a Pestújhelyi Együttműködési Irodában (Bp. XV., Pestúj-
helyi út 68.). Telefonon vagy e-mailen történő egyeztetés
esetén más helyszín és időpont is lehetséges.

**Bihal Dávid (MSZP)**

20 745 9074
david.bihal@gmail.com
Telefonon és e-mailen történő egyeztetés
alapján.

**Bodó Miklós (független)**

70 382 6160
bodo.miklos@gmail.com
Telefonon és e-mailen történő
egyeztetés alapján.

**Dr. Matlák Gábor (Liberálisok)**

30 997 0717
matlakgabor@gmail.com
Telefonon és e-mailen történő
egyeztetés alapján.

**Dr. Pintér Gábor**

(Fidesz-KDNP) 30 247 9458
dr.pintergabor@fidesz.hu
Telefonon és e-mailen történő
egyeztetés alapján.

**Szilvagyí László (LMP)**

30 768 0993
laszloszilvagy@gmail.com
Telefonon és e-mailen történő
egyeztetés alapján.

JEGYZŐK ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI

**Dr. Lamperth Mónika** jegyző

Félfogadás: Minden hónap második kedd-
jén 13:30–16:30 óráig a Polgármesteri Hi-
vatalban. Előzetes telefon egyeztetés a
305 3268-as telefonszámon.

**Dr. Filipisz Andrea** aljegyző

Félfogadás: Minden hónap második kedd-
jén 13:30–16:30 óráig a Polgármeste-
ri Hivatalban. Előzetes telefon egyezte-
tés a 305 3268-as telefonszámon.

ORSZÁGGYŰLÉSI KÉPVISELŐ ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI

**Hajdu László** országgyűlési képviselő

06 30 211 3894, *hajdu.laszlo@parlament.hu*
Május 3-án, pénteken 17 órától a Kolozsvár
utcai iskolában nyílt fogadóóra Király Csaba
és Legárd Krisztián önkormányzati
képviselek közreműködésével. Beszámoló az önkormányzati
képviselei és az országgyűlési képviselői munkáról, a kerület-
rész eredményeiről és a további munkáról.
Fogadóórát tart május 8-án, szerdán 15 órától (Képviselei
Iroda; Nyírpalota utca 5. fszt. 1.) és a Parlamentben április
25-én, csütörtökön 10 órától. Bejelentkezés szükséges
a 06 30 899 2663-as számon.
Rendhagyó fogadóóra Arató Gergely országgyűlési képviselő-
vel a Demokrata Klubban május 10-én 17 órától a Szent
Korona utca 11.-ben.

**BUDAPEST FŐVÁROS XV. KERÜLET
POLGÁRMESTERI HIVATAL PÁLYÁZATOT HIRDET**

Budapest Főváros XV. Kerület Polgármesteri Hivatal
pályázatot hirdet

**a KÖZIGAZGATÁS-SZOLGÁLTATÁSI
ÉS INFORMATIKAI OSZTÁLYON:****fűtő, karbantartói
és iratkezelési ügyintézői,**

valamint

a FŐÉPÍTÉSI IRODÁN:**településfejlesztési ügyintézői**

munkakörök betöltésére.

A pályázatokkal kapcsolatos részletes információ
a Polgármesteri Hivatal honlapján (www.bpxv.hu)
Álláspályázatok/Hivatali álláspályázat menüpont alatt
található.

Jelentkezési határidő: **2019. április 26., ill. április 30.**

**A lakosság és az ügyfelek számára ingyenesen hívható
önkormányzati „zöldszám”: 06 80 203 804**

**A közterületekkel kapcsolatos bejelentéseket
megtehetik a Répszolg által üzemeltetett
ingyenesen hívható „zöldszámon” is: 06 80 205 062.**

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

FIZETETT POLITIKAI HIRDETÉS

Egységben az erő

Nem beleszületett, hanem beleszeretett Budapestbe, és egy élhetőbb, emberközpontú várost szeretne a fővárosból. A májusi európai parlamenti választást döntő fontosságúnak véli, hiszen szorosan összekapcsolódik az őszi önkormányzati szavazással. Karácsony Gergely főpolgármester-jelölt, Zugló polgármestere, a Párbeszéd társelnöke április 10-én Újpalotán arra is kitért, hogy a jelenlegi rossz kormányzati rendszert csak közös ellenzéki erővel lehet megváltoztatni.

A Jövőpárti esték Palotán című sorozat aktuális lakossági fóruma témákban és kérdésekben egyaránt mozgalmásra sikeredett. Karácsony Gergely egyrészt kifejtette, hogy az uniós forrásokat a társadalom felzárkózására, illetve a gazdaság versenyképességének erősítésére kellene fordítani annak a hatalmas gépezetnek a finanszírozása helyett, mely az elmúlt nyolc évben hazánkat messzire vitte a nyugat-európai



demokráciáktól. Szerinte értelmetlen beruházások helyett fontosabb lenne a humán tőke fejlesztése, az egészségügy, az oktatás, a vidék és a környezetvédelem talpra állítása.

Májusban ezért is kell minél több magyar állampolgárnak a szavazóurnákhoz járulnia. Másrészt azt is felvázolta, milyen fejlődést szeretne Budapesten. Közölte, főpolgármesterként minden kérdésben kikérné a lakosok véleményét.

Szóba került Puzsér Róbert, Tarlós István és a parkolási mizéria is. Nevetségesnek tartja, hogy Tarlós

kilenc év után csak most akar egységes fővárosi parkolási rendet. Szerinte szorong, ezért beszél folyamatosan róla, vitatkozni azonban nem áll ki vele. Úgy fogalmazott, hogy ő egy olyan várost szeretne, amely mindannyiunké, nem a Fideszé, nem az ingatlanbefektetőké és nem az autóké, hanem a változást akaró fővárosiaké. Tervei között szerepel a belvárosi autós forgalom csökkentése, melyet alternatívákkal ösztönözne.

Mindemelllett a közösségi közlekedés újragondolásáról, a zajter-

helés redukálásáról, a lakhatási problémák megoldásáról, illetve a zöldfelületek megővítéséről is részletesen beszélt. A közönség soraiból a Jobbikkal való együttműködésre is rákérdeztek. Karácsony Gergely kifejtette: ahhoz, hogy 2022-ben megbukjon a kormány, most kell győznie az ellenzéknek, ehhez pedig teljes ellenzéki egység szükséges.

– A politikai együttműködésnek azonban szilárd erkölcsi alapjai kell hogy legyenek, amelybe nem fér bele semmilyen szélsőséges, raszista vagy antiszemita megnyilvánulás – mondta.

Míg Hajdu László országgyűlési képviselő a Fővárosi Közgyűlésben tapasztalt útvésztokról beszélt, Tóth Imre, az MSZP XV. kerületi elnöke a következő fórumra hívta fel a figyelmet. Május közepén ugyanis az MSZP elnökével, Tóth Bertalannal folytatják a közös európai gondolkodást. A rendezvényen részt vett Németh Angéla XV. kerületi polgármester és Török Zsolt, az MSZP XV. kerületi alelnöke. (x)

HIRDETÉS

ÉLHETŐBB VÁROS, EGÉSZSÉGESEBB, TISZTÁBB LEVEGŐ - ÉPÜLŐ FŐVÁROSI HÖGYŰRŰ

A most épülő fővárosi hőségűrűvel a meglévő ezer kilométeres vezetékhálózatát tervezi bővíteni a FŐTÁV Zrt. A KEHOP-5.3.1-17-2017-00006 számú európai uniós pályázattal a vállalat célja új vezetékszakaszok kialakítása, új fogyasztók távhővezeték-hálózatba kapcsolása, távhővezeték-szakaszok korszerűsítése valamint hőközvetek összekapcsolása.

Az európai uniós KEHOP-5.3.1-17-2017-00006 számú projekt során a FŐTÁV egyik fontos feladata a már meglévő távhővezetékek korszerűsítése, amelyek főként a környezeti hatások miatt napjainkra elavultak. A hőveszteségek csökkentése, és a vezetékekhez tartozó szerelvények megújítása ezért elengedhetetlen, amely beavatkozás jelentős energia megtakarítást eredményezhet.

A vállalat beruházásainak tételei között szerepel továbbá a távhőközvetek összekapcsolása, amely eredményeképpen a hőtermelés, költség- és energiahatékonyabb módon valósulhat meg. A budapesti hőségűrű lényege a szigetszerűen működő távhőrendszer egységesítése, a meglévő távhővezeték-hálózat összekötése. A hőségűrű létrehozásának fontos eleme a Kispest–Angyal föld stratégiai gerincezeték kiépítése, benne a Városliget és környékének meglévő és új közintézményeinek hálózatra kapcsolása, mint például a megújult Olof Palme Ház. A későbbiekben a Fővárosi Állat- és Növénykertben épülő biodómot, az új múzeumokat és tervezetten a

további kulturális létesítményeket, valamint a közeli gimnáziumokat is távhőre kötik.

Az új fogyasztók távhőrendszerbe történő kapcsolása többek között Budapest levegőminőségét is javíthatja. Az egészségesebb környezet mellett a másik fontos tényező a távfűtés esetén a biztonság, hiszen ennél a technológiánál nincs helyi kibocsátás, így nem fenyegeti az otthonokat a szén-monoxid-mérgezés veszélye.

Magyarországon a lakosság 13 százaléka, azaz 1,3 millió ember veszi igénybe a távhőszolgáltatást, mely már nem a régi idők korszerűtlen fűtésével, mindinkább a modern, gazdaságos és környezetkímélő fűtési móddal azonosítható.

A projektről bővebb információt a www.fotav.hu oldalon olvashatnak.



Ajánlja fel
adója 1+1%-át!

AKÁR ITT IS KIEGÉSZÍTHETI

ADÓBEVALLÁSÁT. MI INTÉZZÜK ÖN HELYETT.

RÉSZLETEK: ESZJA.NAV.GOV.HU
Készült a Nemzeti Adó- és Vámhivatal Megbízásából

eSZJA  Nemzeti Adó-
és Vámhivatal

AZ XV TV MŰSORA

| április 18. csütörtök | április 25. csütörtök | május 2. csütörtök |
|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|
| 19:00 Tükörben | 19:00 Tükörben | 19:00 Tükörben |
| 19:20 Heti recept | 19:20 Heti recept | 19:20 Heti recept |
| 19:30 Öttusa magazin | 19:30 Öttusa magazin | 19:30 Öttusa magazin |
| 19:50 Visszatekintő | 19:50 Visszatekintő | 19:50 Visszatekintő |
| április 19. péntek | április 26. péntek | május 3. péntek |
| 19:00 Megkérdezzük a polgármestert | 19:00 Megkérdezzük a polgármestert | 19:00 Megkérdezzük a polgármestert |
| 19:10 Hírtükör | 19:10 Hírtükör | 19:10 Hírtükör |
| 20:10 Parlamenti pillanatok | 20:10 Parlamenti pillanatok | 20:10 Parlamenti pillanatok |
| 20:20 Állatbarát magazin | 20:20 Állatbarát magazin | 20:20 Állatbarát magazin |
| április 20. szombat | április 27. szombat | május 4. szombat |
| 19:00 Heti recept | 19:00 Heti recept | 19:00 Heti recept |
| 19:20 Ne legyen áldozat! | 19:20 Ne legyen áldozat! | 19:20 Ne legyen áldozat! |
| 19:50 Telefonos ambulancia | 19:50 Telefonos ambulancia | 19:50 Telefonos ambulancia |
| április 21. vasárnap | április 28. vasárnap | május 5. vasárnap |
| 19:00 Visszatekintő | 19:00 Visszatekintő | 19:00 Visszatekintő |
| április 22. hétfő | április 29. hétfő | május 6. hétfő |
| 19:00 60+ | 19:00 60+ | 19:00 60+ |
| 19:20 Kultakt | 19:20 Kultakt | 19:20 Kultakt |
| 19:40 Egyházi műsor | 19:40 Egyházi műsor | 19:40 Egyházi műsor |
| 20:00 Sportmagazin | 20:00 Sportmagazin | 20:00 Sportmagazin |
| április 23. kedd | április 30. kedd | május 7. kedd |
| 16:00 Testületi ülés | 19:00 Hírtükör | 19:00 Hírtükör |
| 19:00 Hírtükör | 19:45 Elsősegély | 19:45 Elsősegély |
| 19:45 Elsősegély | 19:55 Hollywood Palotán | 19:55 Hollywood Palotán |
| 19:55 Hollywood Palotán | 20:10 Vitalitás | 20:10 Vitalitás |
| 20:10 Vitalitás | április 24. szerda | május 1. szerda |
| 16:00 Testületi ülés | 19:00 Cseperedő | 19:00 Cseperedő |
| 19:00 Hírtükör | 19:20 Sportmagazin | 19:20 Sportmagazin |
| 19:45 Elsősegély | 19:40 Alkotó kéz | 19:40 Alkotó kéz |
| 19:55 Hollywood Palotán | 20:00 Vitalitás | 20:00 Vitalitás |
| 20:10 Vitalitás | május 2. csütörtök | május 8. szerda |
| 19:00 Tükörben | 19:00 Cseperedő | 19:00 Cseperedő |
| 19:20 Heti recept | 19:20 Sportmagazin | 19:20 Sportmagazin |
| 19:30 Öttusa magazin | 19:40 Alkotó kéz | 19:40 Alkotó kéz |
| 19:50 Visszatekintő | 20:00 Vitalitás | 20:00 Vitalitás |



A kerületi televízió részletes műsorstruktúrája az XV TV képűságon és az xvmedia.hu/tevemusor oldalon, hirdetési ajánlata és az Életpépek 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 |

KULTURÁLIS PROGRAMAJÁNLÓ

Csokonai Művelődési Ház

1153 Eötvös u. 64–66. T.: 307 7285



Locsolóbál Rákospalotán (húsvéti táncház)

április 22., hétfő. 19–24 óra
A táncház házigazdája a Rákospalotai Szilas Néptáncgyűttes, a talp alá valót Pálházi Bence Bandája húzza. A táncház a gyerekeknek tánctanítással indul.
Belépő: 300 Ft

Csoki Mozgó Nyugdíjas Filmklub – Gran Torino

április 25., csütörtök, 15–18 óra
Belépő: 300 Ft

Péntek esti forduló

április 26., péntek, 18–19.30
Szeretettel várjuk azokat a felnőtteket, akik szívesen kezdenék el vagy kezdenék újra a néptáncot!
Belépő: 500 Ft

Dokumentumtár és Információs Központ

1153 Bocskai u. 74–78. T.: 605 1596
Programokra regisztráció:
barta.ildiko@dokuinfo.hu

Biokertész kör

április 24., szerda 18 óra
Kiskertben alkalmazható tudás – bevált szerek, bevált módszerek. Harka László kertészmérnök előadása
Részvételi díj alkalmi látogatóknak: 1000 Ft

Kikötő – Ifjúsági Községi Sziget

1156 Száraznád u. 5.
T.: 06 30 868 6087

Lépjünk a városba! Irány a Vígyszínház és a Margitsziget!

április 20., szombat 13.00–19.00
A program ingyenes, de előzetes bejelentkezés szükséges a Kikötőben.

Ingyenes matekkorrepetálás

április 24., szerda 17.30–19.00

Rendhagyó drámaóra a Kikötőben

április 30., kedd 9.30–10.30
Iskolai osztályok számára ingyenes, regisztrációhoz kötött.

Kikötő Diákszínpad próba

április 30., kedd 17.00–18.00
Ingyenes.

KoMa Bázis

1158 Molnár Viktor u. 21/A
T.: +36 30 268 7432



fosztókÉPZŐ

Közösségi színházi előadás az oktatásról.
április 25., csütörtök 19:30
Jegyár: 2500 Ft

Kozák téri Községi Ház

1154 Gábor Áron utca 58. T.: 410 5636
Dúdoló – zenés foglalkozás kicsiknek minden pénteken 9.30–10.00
Belépő: 1000 Ft/alk.

Babás jóga – 2 hónapos kortól 2 éves korig

minden kedden 10.00–11.00
Belépő: 1000 Ft/alk.

Kismama jóga – 14. héttől a 40. hétig

minden pénteken 17.30–19.00
Belépő: 1300 Ft/alk.

Pestújhelyi Községi Ház

1158 Szűcs I. u. 45. T.: 419 2006



Gyermekszínház – Kétszer volt, hol nem volt

április 26., péntek 10 óra
Az Eszter-lánc mesezenekar koncertje
Belépő: 900 Ft

Budapesti gyermekbábosok találkozója

április 27., szombat 10 óra
A produkciók nyilvánosak, minden érdeklődőt szeretettel várunk.

Mozgás és forma

április 28., vasárnap 11 óra
A Prizma kör fotópályázatának kiállítása.

Újpalotai Községi Ház

1158 Zsókvár u. 15. T.: 410 0836



Erdődy Anita kiállítás megnyitója a Zsókvár Galériában

április 27., szombat 17 óra
A kiállítást megnyitja: Breczek Margit képzőművész tanár



Mazsola és Tádé gyermekszínházi előadás

április 27., szombat 10 óra
Belépő: gyerek 600 Ft, felnőtt 800 Ft

Anyák napi játszóház

május 4., szombat 10 óra
10–12 óra: Kézműves ajándéktárgy-készítés, babajátzó, pacsmagolda
11 órakor: Zenebölcső – Zenés anyák napi köszöntő Csider Kriszta irányításával
Belépő: 600 Ft/fő, 1 éves kortól ajánljuk.

Felnőttmesék

Sokszor mondják, hogy manapság minden megvásárolható. Mosonyi Alíz *Boltosmesék* című kötetét olvasva jövőnk rá, hogy messze vagyunk még ettől!

Csodálatos üzletekbe kalauzol bennünket a szerző, néhány soros leírásában komplex élethelyzetek jelennek meg.

A Magvető Kiadó Zsebkönyvtár sorozatában új kiadásban megjelent kis kötet különös módon segít az olvasóknak. Bár a valóságban nincs Órangyalok Boltja vagy Intő Jelek Boltja, a Mosolygó Fűrész Boltjáról nem is beszélve, de mégis mindannyian ismerjük ezeket a helyeket, csak nem ebben a formában. „A Rossz Napok Boltjában leülnek a vevők, és várnak. – Mire várnak, kérem? – Várjunk, mert most még jó. Ahogy itt ülünk, és várunk. De jönnek

majd rossz napok is.” (Rossz Napok Boltja)

Elsőre különösen megdöbbentőnek tűnnek ezek a boltok, de amikor megszokjuk Mosonyi Alíz stílusát, ráérzünk a humorára, néha kicsit kesernyés, de sokkal többször szereteteli hangnemére, már várjuk mit „vehetünk” a következő helyen. A címével ellentétben felnőtteknek szól ez a „mesekönyv”, mely a fantázia olyan szeletét hozza újra működésbe, amelyet nem sokat használ egy átlagember. A kötet végigolvasása után pedig esélyes, hogy mi magunk is elkezdünk gondolkodni azon, milyen boltot nem említett az író, pedig lenne rá igény. Én egy Mosonyi Alíz Összegyűjtött Gondolatai Boltot szeretnék elsőnek.

(Mosonyi Alíz: *Boltosmesék; Magvető, 2019; 1499 Ft*)

(kovács)

KERÜLETI TEMPLOMOK

Kupolás templom

A rákospalotai evangélikus közösség első temploma a mai Juhos (előtte Beniczky) utcában épült 1855-ben, de a gyülekezet létszámának növekedése miatt a XX. század elején a hívekben felvetődött a gondolat, hogy legyen egy nagyobb templomuk.

A telket Rákospalota városától kapták, és Magyarország első kupolás evangélikus templomának terveit László György és Szalkay Jenő készítette, a kőműves vitéz Burkus János volt. Az alapkövet 1936-ban tették le, majd 1941 decemberében szentelték fel a templomot. A templom az *Ujság* 1941. december 23-i száma szerint 180 000 pengő költséggel épült.

Domonyi Csizmadia Pál sokáig kutatta a gyülekezetük történetét, és megemlítette a hívek áldozatos munkáját. Elmondta, hogy a mocsaras területre rengeteg földet hoztak a rákospalotai evangélikusok lovas kocsikkal és talicskával hordát a téglákat. Több különleges és újszerű technikai megoldást alkalmaztak az építkezéskor. A beltéri oszlopok alá úgynevezett kútalapot tettek, ezek és egy áthidaló gerenda tartja az épület kupoláját. A monolit betonkupola átmérője 12 méter és 4 centiméter, négy oszlop tartja. A templom belső tere négyfokuszú, az oltár, a szószék, a keresztelőkút és az orgona vonzza a tekintetünket.

Az oltárképet P. Bak János festette, állító-

FOTÓ: XV MEDIA, VARGOSZ



lag a Krisztus mennybemenetelét ábrázoló festmény több alakját rákospalotai gazdákra mintázta, és saját magát is megörökítette. Az eredetileg Ország Sándor által készített orgonát a „kistemplomból” hozták át, ezt Váradi Miklós 1941-ben építette újjá. Szintén a Juhos utcából került át a 133 font súlyú kisharang, melynek csengő hangja már két évszázada szól.

Ponicsán Erzsébet lelkész szerint a 78 éves templomot folyamatosan karbantartják, felújítják, például a templom első padsoraiban indukciós hurkot helyeztek el a nagyothalló készülékkel rendelkezők számára, a templom alatt kialakítottak egy gyülekezeti termet és a meglévő urnatemetőt is bővítették. Emellett sokat segítene egy teljes külső renoválás és a hátsó két torony felújítása, hogy eredeti szépségében álljon a templom a Régi Főti út sarkán.

-cs -ó

A SZAMÁRRÁ VÁLTOZOTT BARÁT

GRAFIKA: VARGA TÍMEA LAURA

Egyszer egy ember két szamarával szántogatott az erdő szélén. Gallyakért bement az erdőbe, addig a két szamar ott maradt az ekébe fogva.



Arra ment két barátap, akiknek a szekereit csak egy szamar húzta, de már az éhségtől alig bírta. Meglátják az erdő szélén a két szamarat.



Az egyik barát a bal oldali szamarat kifogta és elvezette. A másik barát magára vette annak a szamarának a szerszámját.



Hát maga mit keres itt? Aztán hová tette a másik szamarat?

Gazduram, eddig el voltam átkozva, most emberré váltam.



Ejnye, de sokat is megvertem én magát, de hát úgy látom, nem ártott meg. Hanem, ha már így van, menjen el, amerre lát!



Leszedte róla a szerszámot, és elengedte. A két barát az egyik faluban a lopott szamarával kiállt a vásárra.



A vásárra a gazda is elment, hogy párját keressen az elveszett szamarának. Ahogy ott bolyong, a sok eladó szamar közt meglátja a magáét.



Nem tudta elgondolni, hogy a barátból hogyan lehetett ismét szamar.



Tisztelendő úr, hiába áll itt, én már úgyse veszem meg magát még egyszer!

Azzal elfordult, és egy másik szamarat vett.



Miért jó a közös tanulás?

Mitán megfogadtam, hogy igyekszem a rossz helyzetekben is keresni a jót, hiszen már magam számára is unalmassá vált az állandó panaszkodás, kicsit könnyebbé vált az életünk. Nem kell megjedni, semmi hittérítősdi nincs benne, nem váltam hirtelen a türelem mintaképévé és szuperanyuvá, néha ugyanúgy ordítok, mint fénykoromban, de már kezdem tudni iróniával és némi könnyedséggel kezelni a helyzeteket a más nézőpontnak köszönhetően.

Nézzük csak, miért is jó nekem, ha leülök Gyermekkel és a házi feladatával. Már amikor éppen nincs hiszti (leckeírásenként átlag kettővel számolhatunk).

Egy. Újrakezdem a némettanulást, immár vagy negyedszer eddigi életemben. Teljesen az alapoktól, ahonnan ő is. Tíz szótárfüzet-oldalnyi szóban vagyok up to date, ezek közül vannak olyanok, amiket eddig sosem tudtam (például tolltartó, kényelmes, sétahajó). Kíváncsian várom a folytatást, hová jutunk nyolcadikig (a tanár néni alapfokú nyelvtudást ígért akkorra, mivel jövő tanévtől már a jelenlegi heti 2 helyett heti 5-ben fogjuk nyomni).

Kettő. Fújom a megyéket és székhelyeiket,



fel tudom sorolni hazánk nemzeti parkjait, sőt megtanultam a régiókat és azok központjait is (fogalmam nem volt eddig ez utóbbról, hogy egyáltalán léteznek, hát, kiderült, igen, mégpedig heten vannak).

Három. Havonta egy verset is megtanulok; kívülről nyomom a Nemzeti dalt és a Himnusz összes versszakát, de ismerek népkölteményeket is.

Plusz egy. Gyermek, negyedikes léte, megtanított a Power Point használatára. (En leragadtam a Wordnél, de már az Excellel is bajban vagyok, remelem, előbb-utóbb azt is veszik informatikaórán.)

-y -a

A nevelés titkai



Egry Zsuzsa | Egy simogatás sokat segít

Minden szülő életében eljön az a pillanat, amikor arra vágyik, hogy valaki a fülébe súgja a gyereknevelés titkait, mert ő maga úgy érzi, hogy nem képes megbirkózni a helyzettel. Egry Zsuzsanna tréneről megtudták a résztvevők ezt a titkot, és mindenki több gyakorlati jó tanáccsal indult haza április 4-én a kerületi Dokumentumtárból.

tébből vett példákkal mutatta be azokat a mindenkori számára ismerős helyzeteket, melyre megoldása is volt. Például, ha sír a gyerekünk, ne mondjuk neki, hogy hagyja abba, mert a feszültséget a sírás mellett a hiszti és a nevetés oldja leginkább. A humor éppen ezért is nagyon fontos, ha kiabálás helyett viccelünk vele, könnyebben szűnik meg az ellenállása. Az egyik legfontosabb eszköz a kapcsolódás: fogjuk a kezüket, érintsük meg, simogassuk őket, akár egy kamaszt is, mert erre van szüksége, még akkor is, ha inkább ránk vágná az ajtót haragjában a gyerek.

Azok kedvéért, akik nem tudtak részt venni a jó hangulatú előadáson elárulom, hogy Egry Zsuzsanna a Magyarországon is egyre ismertebb Kapcsolódó nevelésről beszélt a könyvtárat megtöltő érdeklődőknek. Háromgyermekes anyukaként maga is kereste az eszközöket, hogyan lehet megoldani a mindennapokban a gyerekekkel kapcsolatos konfliktusokat, végül ebben a módszerben találta meg kilenc éve, három éve pedig már ő maga is oktatja.

A Kapcsolódó neveléssel segíthetünk a gyerekeknek kapcsolódni és feszültséget oldani, mert ha ezek az alapvető emberi szükségleteink nincsenek kielégítve, akkor nem érezzük magunkat biztonságban, ilyenkor viselkedünk „rosszul”. A tréner elsősorban meggyőzte a résztvevőket, hogy nem a mi hibánk, ha nehéznek érezzük a gyereknevelést, ugyanis hamar elveszíthetjük a türelmünket a mai felgyorsult életformánknak és a nukleáris családmódelnek köszönhetően is.

Egry Zsuzsanna saját éle-

(kovács)

Szívével lát az ember

Magyarország és Európa címmel tartott előadást április 9-én Eperjes Károly színművész a Boldog Salkaházi Sára-templomban a kerületi közösség- és városfejlesztési alapítvány szervezésében.

FOTÓ: XV MEDIA, NAGY BOTOND



Eperjes Károly

A keresztény európai irodalom egyik műve, ami még ma sem vesztett aktualitásából, Szabó Lőrinc verse, a Hazám, keresztény Európa – mondta Eperjes Károly az előadása elején, majd elszavalta a költeményt, amit aztán gondolatról gondolatra elemzett a hallgatóság. Előadásában kitért arra, hogy a költő, aki harmincéves volt a vers megírásakor, felhívja a figyelmet: Európa elveszítette az identitását. „Kétfajta létezés különböztethetünk meg, az isteni létet és az öntörvényű létet, azaz az egoizmust” – véli Eperjes Károly.

Azt is hangsúlyozta az előadó, hogy elérkeztünk egy ponthoz, amikor döntenünk kell, a halál civilizációját vagy az élet kultúráját követjük. Az egyéniség választ egy ideológiát, tömegbe vágyik és tömeget gyúr, aztán sztár-

ként visszatér saját magába, ez a halál civilizációja. Az élet kultúrájában az ember igyekszik személyiség lenni, az Istentől kapott lehetőségeit a közösségben akarja megélni, mert a személyiség elfogadja, hogy van fölötte egy princípium, hogy annak törvényei is vannak, aztán majd szentként visszatér Teremtőjéhez.

A mózesi kőtáblák egyikén van a három parancsolat, a másikon a hét. Az egyik az isteni parancsolatok található, a másikon az emberi parancsolatok. Aki az első táblán levő isteni hármat tartja be, az fanatizmusban szenved, aki a másik táblán levő hetet, az a humanizmusban szenved.

Ennek a kettőnek együtt kell érvényesülnie.

A színművész arra is kitért, hogy a szívre nevelni kell, az agyra okítani, a kettő együtt a tanítás. A gyerekeket tehát nem csak oktatni kell, kerek akkor lesz számukra a világ, ha a morálra építjük a bölcséletet. Az európai kultúra a zsidó-keresztény morálra, a tízparancsolatra és hellén bölcsületre épül. Ez kellene hogy legyen Európa, ám ez már nagyon régóta foszlik. Arra is kitért, hogy aki kopogtatva kér bebocsátást Magyarországra, azt be kell engedni, aki viszont tolvaj módjára próbál bejutni, annak nincs helye ezen a földön.

„Napjainkban is felelősséget kell vállalni és elmenni szavazni” – hangsúlyozta Eperjes Károly. Az előadásában arra is kitért, hogy Magyarországon lesz 2020-ban az eucharisztikus kongresszus, de még idén a pápa ellátogat Romániába. A szentatyá elmegy Csíksomlyóra, Balásfalvára, ahol a görög katolikusokkal együtt szentmisét celebrál, majd Jászvásáron katolikus szentmisét mutat be.

Me.

Javul a közbiztonság



Dr. Balogh Róbert



Több járőr a közterületeken

Az önkormányzat – az 1-5-ig tartó skálán – 4,2-re értékelte a kerületi rendőrkapitányság tavalyi munkáját – mondta Dr. Balogh Róbert, a kerületi kapitányság vezetője.

– A közlekedésbiztonság javítását, a kiemelt bűncselekmények visszaszorítását és a közterületi jelenlét fokozását tűztük ki célul – mondta az alezredek.

A közlekedési balesetek terén sikerült az általános trendet megfordítani. Ugyanis 2010 óta folyamatosan emelkedett a balesetek száma, tavaly azonban már egy minimális csökkenés volt tapasztalható. Öröm az örömben, hogy öt halálos baleset

történt, ami kirívóan sok, és áldozatok egytől egyig gyalogosok voltak.

– Az összébűncselekmények száma is látványosan csökkent, főleg, ha a hat-hét évvel ezelőtti adatokat vesszük alapul. A lakosságot leginkább irritáló kiemelt bűncselekmények, a lopások, a betörések, a gépkocsifeltörések, a garázdaság, a testi sértés és a rablás pedig jelentős mértékben visszaesett – magyarázta a szakember.

A nyomozáseredményességi mutatók terén is javulás tapasztalható. Ma már több mint minden második bűncselekményt felderítenek a rendőrök.

– A bűnmegelőzés az egyik legfontosabb része a mun-

káknak. Ebben együttműködünk az önkormányzattal és a rendészekkel. Aktívan részt vettünk a „Szenvedélyes nap” és az „Add a kezéd!” programokban, illetve rendszeresen közös szolgálatokat adtunk az önkormányzati rendészekkel, így több egyenruhás volt a közterületeken. Úgy vélem, ez is nagyban hozzájárult a tavalyi jó eredményekhez – sorolta dr. Balogh Róbert.

Az alezredek kiemelte, hogy az önkormányzattól rendszeresen kapnak a rendőrök jutalmat, most már húsz fölött van az önkormányzati lakásokban lakó rendőrök száma, és idén – még a tavalyi költségvetés terhére – két autót is kapott a rendőrség a kerülettől. **Riersch Tamás**

Hány éves az új abroncs?

Talán furcsának tűnhet a címben szereplő kérdés, pedig jogos. Ugyanis az abroncs nem gyorsan romló áru, így nem kell mindenáron az ideai gyártásút keresni. Hasznos tulajdonságait megfelelő tárolás mellett éveken át megőrzi.



Megáll az idő | Fontos a jó tárolás

Gumiabroncs vásárlásánál fontos tudni, hogy az előírt körülmények között tárolt és még fel nem szerelt abroncsok 5 éven át megőrzik a gyártás időpontjában is fennálló tulajdonságait. A gyártás során ugyanis olyan speciális adalékanyagokat vegyítenek a gumikeverékbe, amelyek meggátolják az abroncs teljesítményét csökkentő, az oxigénnel és ózonnal történő kémiai reakciókat. Vagyis egy nem használt 5 éves gumiab-

roncs értékesítése és felszerelése nem jár műszaki veszéllyel – szögezi le a Magyar Autógumi Szövetség (HTA).

A szervezet ezzel együtt felhívja a figyelmet, hogy meg kell különböztetni az új (azaz a 3-5 éve gyártott) és a frissen gyártott (maximum 3 éve gyártott) kategóriát. A gyártás ideje az úgynevezett DOT számból derül ki, ami a gumi egyik oldalán található. Az első két szám a gyártás hetét,

míg az utolsó kettő az évszám utolsó két számjegyét jelöli.

Gumiipari szakemberek egyöntetű véleménye szerint az abroncsok élettartama 10 év. Mindez azt is jelenti, hogy például egy jó állapotú 6 éves abroncs is értékesíthető, azzal a megjegyzéssel, hogy még 4 évig javasolt használni. A HTA biztonságtechnikai okokból azonban nem ajánlja a 10 évesnél idősebb abroncsok használatát. **-y -a**

RENDŐRSÉGI HÍREK

Lekörözött

Ellenőrizték a rendőrök egy nemzetközi vasútbiztonsági akcióban a kerületi vasútállomásokat. Ennek során igazoltattak egy férfit a Rákospalota-Újpest vasútállomáson, akiről kiderült, hogy az őzi rendőrkapitányság körözte. **(riersch)**

Visszatérő alkalmazott



Két férfi akart betörni az egyik kerületi irodaházba, ám a riasztó meghíúsította a tervüket. A két férfi elmenekült, de az egyik biztonsági kamera felvétele alapján az iroda vezetőjének sikerült azonosítania az egyik elkövetőt, akiben volt alkalmazottját ismert fel. A rendőrök előállították a férfit, a társát pedig továbbra is keresik. **-sch -s**

Tiszteletlenség

Két pár keveredett szóváltásba, majd kezdek el dulakodni az egyik buszjáraton. Mint kiderült, az egyik pár egyik tagja feltette a lábát a szemközti ülésre, amit a másik pár egyik tagja szóvá tett neki. A vita aztán verekedésbe torkollott, melynek következtében a rendőrök két férfit és egy nőt garázdaság miatt előállítottak. **R. T.**

Pizkos trükk

Egy nő nagy mennyiségben – százezer forintot is meghaladó értékben – akart tisztálkodási szereket lopni az egyik kerületi bevásárlóközpontban, ám a biztonsági őrök felgyeltek a ténykedésére. Amikor távozni akart az üzletből, megállították, majd a rendőrök kiérkezéséig visszatartották. **RiTa**

Újpesten volt a verseny

A katasztrófavédelmi versenyek történetében első ízben a kerület határán túl, Újpesten rendezték meg az általános és középiskolások megmérettetését. És először fordult elő, hogy az örökös bajnoknak számító László Gyula Gimnázium és Általános Iskola nem indított csapatot a versenyen. A két kerület „versenyét” már a rajtnál a XV. nyerte, ebből a városrészből ugyanis tíz (öt-öt általános és középiskolás), míg a szomszédos Újpestről kilenc csapat jelentkezett. A szervezők tíz állomást állítottak össze, volt például árvízvédelem (nyúlgát építése), tömlőgurítás, egészségügyi ismeretek. A csapatok felkészülését Herczeg Zsolt katasztrófavédelmi előadó is segítette. Végül az általános iskoláknál a Pestújhegyi, Kossuth, Károly Róbert, míg a középiskoláknál a Dózsa, a Bethlen és az ISZTI volt a sorrend. Eldől az is, hogy a két kategória győztese képviseli a kerületet a fővárosi versenyen. **(erté)**

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

ballagási ebéd
4.400,- Ft/fő-től

Otthon is Thökölly!
Netpincer.hu

NetPincer

ÜNNEPELJE NÁLUNK SZÜLETÉSNAPOJÁT! A TORTÁT ÉS A KÖSZÖNTÉSHEZ A PEZSGŐT MI BIZTOSÍTJUK!

Minimum 6 fős születésnap ebéd vagy vacsora esetén!
Az ajándék csak előzetes foglalással és a torta kiválasztásával vehető igénybe!

VASKÓ TÓDOR
Cimbalom művész

Minden Vasárnap délben cimbalomzene!

VOYAGE DUO

Minden csütörtök, péntek és szombat este élőzene, tánc 18-22 óráig!

BAKACSI BÉLA
Május 05. 18.00

www.thokolyrestaurant.hu

Tizenegy éves sakklegenda

A Hubay Jenő Zeneiskola nagyterme már nyolcadik alkalommal telt meg sakkoló gyerekekkel. A Palota Sakk ugyanis április 6-án nyolcadik alkalommal rendezte meg a Rákospalota Kupa gyermekversenyt és FIDE Rapid értékszám-szerző versenyt.

A szervezők négy kategóriában, az óvodástól a 12 éves korig hirdettek versenyt, melyre körülbelül százötvenen jelentkeztek. Emellett egy nyílt – kortól és tudásszinttől független – Rapid versenyt is szerveztek, melyen idén a magyar sakk legnagyobb ígérete, a



FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND
Gál Zsóka | Kontinensbajnok

11 esztendő Gál Zsóka is részt vett.

Az U11-es sakkvilágranglista vezetőjét, Gál Zsókát, aki tavaly óta már az U12-es korosztályban is Európa-bajnok, a kerület nevében a versenyt megnyitó

Tóth Imre alpolgármester külön köszöntötte.

A Palota Sakk idén is sok versenyzővel képviseltette magát a megmérettetésen, igaz, négy tehetségét nélkülöznie kellett, akik a rákospalotai eseménnyel

egy időben Miskolcon, a diákolimpia döntőjében szerepeltek. Az ovisok között Kalácska Bendegúz harmadik lett a Hubayban, míg az idősebb korosztályokban Barabás Iván, Kőrösi Tímár Mátyás és Papp Vince, illetve Tamkó Tímea voltak helyezettek. A szenior (hatvan év feletti) versenyben volt a legnagyobb a kerületi főlny, az első három helyen ugyanis a Palota Sakk versenyzői osztozkodtak.

A legnagyobb siker azonban a már említett Gál Zsóka aratta, aki a Rapid versenyben hét mérkőzésből hetet megnyerve hódította el a verseny legjobbjának járó elismerést. (erté)

Befutott rendezvény Vissza a sporttelepre



Futás a kerületben | Több mint ezernégy száz résztvevő

Huszonharmadik alkalommal rendezte meg Újpalotán a Budapesti Atlétikai Szövetség a Palota Kupa futófesztivált. A szervezőknek idén mintegy ezernégy száz embert sikerült megmozgatniuk, így április 6-án a telt ház táblát is ki lehetett volna tenni a kerületi bevásárlóközpont parkolójában.

A verseny, amely a Budapesti Atlétikai Szövetség versenynaptárában is kiemelt helyen szerepel, a kerületi iskolákat is meg szokta mozgatni. A szervezők által hagyományosan meghirdetett családi futam célja, hogy felmérjék, melyik intézmény tud nagyobb tömeget mozgósítani. A versenyt, ahogy az korábban is történt, idén is a Hartmán nyerte. A kék iskola ugyanis ötszázhatvanöt fővel

képviseltette magát, így a futónapot megnyitó Tóth Imre alpolgármestertől ők vehették át a százezer forintos sportszervásárlási utalványt.

A futóverseny hagyományosan az ovis korcsoporttól a felnőtt korosztályig kínált lehetőséget a résztvevőknek, akik között „profik” (igazolt atléták) és amatőrök is akadtak. A legnagyobb létszámmal az Ikarus BSE képviseltette magát, amelynek versenyzői a legtöbb érmet is szerezték.

Sátor László, a szövetség főtájtára záráskeppen elmondta, hogy az újpalotai futóhagyományokat mindenképpen folytatni kívánják, és szeretnék a rendezvény harmadik évfordulóját is a XV. kerülettel együtt ünnepelni.

-sch -s

Az elmúlt hetekben nagyot változott a REAC Sportiskola SE ifjú labdarúgóinak az élete. A klub korosztályos csapatai több mint egy év után visszaköltöztek a Szántótföld utcai sporttelepre.

– Nem volt könnyű dolgunk az elmúlt időszakban, a csapataink eddigi kispályákon tudtak edzeni. A tréningeket nehéz volt koordinálni, a gyerekek pedig padokon öltözködtek, és ez akár elszívó hatással is bírhatott volna, de szerencsére a szakmai munkával kompenzálni tudtuk a nehézségeket – mondta Illés Károly, a sportiskola utánpótlásvezetője.

A Szántótföld utcában

ugyanis két nagy méretű, világítással ellátott műfüves és egy füves pálya biztosítja a korszerű edzéslehetőséget, de van edzői iroda, hat öltöző, két játévezetői öltöző, szertár és vizesblokk is. Az új körülményeknek a szülők is nagyon örülnek.

A sporttelepen nyolc korosztály – U12–U19-ig – edzéseit tartják, amely százötven fiatal rendszeres foglalkoztatását jelenti. A telep hivatalos bajnoki mérkőzések lebonyolítására is alkalmas. A nyitómeccs egyébként egy U13-as bajnoki volt a Sportiskola és a Budaörs korosztályos csapatai között, és a történelmi első hazai gólt Varga Ákos szerezte az 1–1-re végződő találkozón. (riersch)

BAJNOKI MENETREND

Férfikosárlabda NB II.

Április 24. 20.30 Leányfalú, Szt. Imre h. útja 9–13. | Szentendrei KSE – BLF KK

Április 28. 17.45, IX., Kinizsi utca 1–7. | Közgáz SC – BLF KK

Női kézilabda NB II.

Április 28. 14.00, Salgótarján | Csépe Salgótarjáni SKC – Kinizsi TTK

Férfifutsal NB II.

Április 29. 20.45, Csömöri Sportcsarnok | REAC SISE – UTE

Férfifutball Bp.-bajnokság I. oszt.

Április 19. 19.00, Budai II. László Stadion | REAC – Ikarus BSE

Április 27. 11.00, BMTE Sporttelep | Unione FC – REAC

A kicsiktől a nagyokhoz

A Palota röplabdaklub U19-es ificsapata régen látott bravúrt végrehajtva bronzérmes lett a másodosztályú bajnokságban. A kis klub életében ilyenre (mármint éremszerzésre) utoljára évekkel ezelőtt volt példa. A sikerkovács Valasik Marietta, a Palota RSC egykori játékosa, majd utánpótlásedzője volt.

– A siker értékét növeli, hogy a csapat nagy része jóval fiatalabb volt a korosztálynál – mondta a sikeredző. – Többségében gyerek- és serdülőkorú játékosokkal álltunk fel. Amennyiben sikerülne egybe tartani a csapatot, és a kiöregedő ifjeinket tudjuk majd minőségi játékosokkal pótolni, úgy jövőre is képesek lehetünk egy jó eredményre.

Hogy hol, az első vagy a másodosztályban, az csak nyáron dől el. Ak-



Röpis siker | Fényesen csillogó bronz

kor dönt ugyanis a Palota vezetősége, hogy melyik osztályban játszatja a csapatot. Valasik Mariettának azonban nem sok ideje maradt az ünnepelésre. A klub vezetése ugyanis a szezon végéig – öt mérkőzésre, valamint az

osztályozóra – a felnőttcsapat irányítását is rábízta.

A cél természetesen az NB I-es tagság megtartása, amely után majd újra asztalhoz ülnek a felek, hogy a jövőről tárgyaljanak. Valasik Marietta még a klubalapító Szalayné Sebők Éva irányításával lett röplabdajátékos (Tungsramban), majd a Pulzus színeiben az NB I.-ben is bemutatkozhatott. Mikor Éva néni megalakította a Palota RSC-t, a régi játékosait is maga köré gyűjtötte. Így került Marietta is a klubhoz, aki az első évtizedben játékosként és edzőként, majd csak edzőként segíti az egyesületet. A felnőttcsapat melletti szerepvállalását erősítheti, hogy nála jobban kevesen ismerik a Palota RSC működését és a játékosokat, ami, remélhetőleg, az eredményekben is meg fog látszani.

Riersch Tamás

FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ

SPORTMOZAIK

FANNIÉK ARANYÉRMESEK



FOTÓ: MTI, CZAGÁNY BALÁZS

Aranyérmes lett a magyar női jégkorong-válogatott, aminek tagja az újpalotai Gasparics Fanni (balra), a budapesti divízió I/A világbajnokságon – írja az MTI. A torna legeredményesebb játékosának Gasparics Fannit választották. A csatárral készült interjúnkat hamarosan olvashatják.

TESTVÉRHARC

Március utolsó napján a Bánkúti utcai sporttelepen játszották a XV. kerületi derbyt, a Testvériség SE és a REAC összecsapását, ami 3-0-s REAC-győzelemmel zárult. Bár a két klub jó kapcsolatot ápol egymással, mindig pikáns találkozónak számít. A március 31-i találkozónak annak ellenére a REAC volt az esélyese, hogy a Tesi volt a pályaválasztó. Lászka Balázs együttese pedig esélyeshez méltó módon meg is nyerte a találkozót, így gyakorlatilag lekopírozta a szeptember végi első találkozó eredményét.

SPORTOS MEGEMLÉKEZÉS



Rendhagyó volt az idei Kovács Pál-nap az egykori olimpiai bajnok kardvívórol elnevezett rákospalotai iskolában. Idén ugyanis nem hívtak ismert sportolót, és nem adtak át egyetlen kitüntetést sem. A programok április 11-én az iskolában kezdődtek: a diákok az udvaron sorversenyeken és ügyességi játékokban vehettek részt. Majd átmentek a Budai II. László Stadionba, ahol először a 2019 méteres váltófutást rendezték meg mind a kilenc osztály részvételével, aztán a már korábban lebonyolított iskolai labdarúgó-selejtezők két legjobb csapata, a 9. b és a 11. b döntötte el egymás között, hogy melyik osztály focizik a legjobban. Az április 11-i programot egy e-sportverseny zárta, a Budapest Honvéd e-sportszakosztályának szervezésében. Ezen harminckét diák vett részt, a győztes pedig jutalmul képviselheti majd az iskolát a Honvéd által rendezendő döntőben. A másnapi események már nem a mozgásról, hanem a hagyományról, az elmélettről és a kreativitásról szóltak. Az osztályok képviselői megkoszorúzták Kovács Pál emléktábláját, majd egy szellemi olimpiai vetélkedőben vettek részt.

Világ legjobbja



Szirbucz Andrea

Szirbucz Andrea, a REAC Sportiskola SE atlétája világbajnok lett a lengyelországi Torunban rendezett Fedettpályás Szenior Atlétikai Világbajnokságon, ahol több mint négyezer induló volt. Andi hármasugrásban a W45-ös (a 45 év feletti) korosztályban állt rajtához, és 11,66 méterrel nyerte a viadalt.

– A szervezés és a verseny lebonyolítása nagyon jó volt, a pálya is szuper volt, nem beszélve a nagyon lelkes és hangos magyar szurkolótáborról – mondta közvetlenül a verseny után. – Az eredményem lehetett volna jobb is, szerettem volna 12 méter felett ugrani, bennem is volt ez az eredmény. Sajnos, az utolsó ugrásomnál beléptem egy kicsit, pedig az bőven 12 méter feletti ugrás volt.

Szirbucz Andrea eredménylistája már eddig is tiszteletet parancsoló. Nyert már fedettpályás és szabadtéri Európa-bajnokságot, utóbbit többször is, és szabadtéren kétszer is világbajnok tudott lenni. R. T.

Lúgosítás ételekkel?



Egyensúly kell! | Nem elég a bab és a retek

A lúgosító diéta, bár nem új keletű, hiszen már a XIX-XX. században is létezett, a mai napig töretlen népszerűségnek örvend. Annak ellenére, hogy a szakemberek szerint a szervezet sav-bázis egyensúlyát étrenddel befolyásolni nem lehet.

A lúgosító étrend alapfeltételezése szerint szervezetünk elsavasodása a legnagyobb probléma, így számos betegség okozója, ezért lúgosításra van szükség, amit bizonyos élelmi anyagok elhagyásával, míg mások nagyobb mennyiségben történő fogyasztásával érhetünk el.

Hogy miket szabad és miket nem enni? Nos, a diéta meglehetősen szigorú: a gombák tiltottak, a gyümölcsök, az olajos magvak kerülendőek, a gabonafélék közül kizárólag a 3 hónapnál nem régebben betakarítottak fogyaszthatók, a tej és a tejtermékek károsak, a húsook, a belsőségek és a tojás szintén, halak pedig csupán alkalmanként fogyaszthatók. Ellenben igen nagy kínálatból válogathatunk a lúgosító étrend mellé ajánlott ét-

rend-kiegészítőkből, vagy vásárolhatunk lúgosító vizet is, már ha a pénztárcánk engedi.

– A sav-bázis egyensúlynak valóban igen fontos szerepe van szervezetünk egészséges működésében, ugyanis az alapvető létfenntartó folyamatai csak az optimális pH-érték szűk tartományában mennek végbe. A sav-bázis egyensúly fenntartása azonban egy meglehetősen bonyolult biokémiai folyamat eredménye, amit étrenddel befolyásolni nem lehet – magyarázza Szabó Krisztina dietetikus, hozzátéve: – Az orvostudomány jelenlegi állása szerint elképzelhetetlen, hogy valaki hosszabb távon éljen az egész szervezetét érintő sav-bázis egyensúlyzavarral, hiszen az az étellel nem összeegyeztethető. Amennyiben ilyen állapot következik be, az sürgős orvosi beavatkozást igényel.

Az pedig nem is kérdés, hogy a megengedett étrenddel – gyakorlatilag csak zöldségfélék és száraz hüvelyesek fogyasztásával – fedezni tudjuk-e az energia- és tápanyagszükségletünket. -y -a

FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ

LAKOSSÁGI APRÓHIRDETÉS

INGATLAN

Eladó: Pestújhelyen, Neptun utcában tulajdonostól 53 nm-es, felújítandó földszinti panellakás. Panelprogramos. Tel.: 06 30 482 2854

Családi ház utcaban önkormányzati ötlakásos házban, 2 szobás, 56 nm-est elcserélném hasonlóra, nem baj, ha egy szobával nagyobb, vagy panel 2-3 emeletig. Telefon: 06 70 204 1538

Eladó: XV. kerületben családi ház, saroktelken lévő, kívülről felújításra szorul. 75 nm + pince. A telek beépítése 65%. Ár megegyezés szerint. Tel.: 06 20 497 3086

Eladó: tulajdonostól pestújhelyi, kétszobás családi ház garázzsal, felújítása részben megtörtént. Tel.: 06 30 853 1230

Eladó: XV. ker., Juhos utcában 684 nm-en fekvő, 4 lakásos társasház földszinti, 80 nm-es lakása, 20 nm-es kertkapcsolatos terasszal, garázzsal. Tel.: 06 20 418 2562

Eladó: XV. kerületben zöldövezeti, 49 nm-es, másfél szobás téglalakás, 6 lakásos társasházban, kertrésszel, gépkocsibeállással, tárolóval. Ár: 29,5 millió Ft. Telefon: 06 30 240 5601

Keresek telket, műhelyt, garázst, amit bérelnék, 25-35-45 nm-est. Vagy melléképület is lehetséges. Tel.: 06 70 537 8880

LAKHATÁS

Kiadó: Kertes házban külön bejárattú lakrész (szoba-fürdő-teakonyha) dolgozó nő részére május 1-jétől. Tel.: 06 70 299 9071

ADOK-VESEK

Eladó: Zanussi 3 égős, használt gáztűzhely 10 E Ft. Tel.: 06 1 410 7085 (esti órákban)

Eladó: kb. 250-300 db könyv: szépirodalom, útikönyvek, lexikonok stb. Telefon: 06 1 205 9337 vagy 06 30 356 4354

Eladó: hintaágy, 2 kg-os kempingpalack, hordozható PB-gáz, infrasugárgő, 20 l-es marmonkannák (fém), 50 l-es üveggallon. Telefon: 06 20 417 8686

Eladó: 140x200-as tömör fa ágykeret, matrac + ágyrács újszerű állapotban, fenyő íróasztal háromfőkos, normál méret. Telefon: 06 30 973 5285 v. 06 30 966 3018

Eladó: 6 db szék + ebédlőasztal, 1 db ke-rekes szék, 8 db kerékpár különböző típusú. Ár megegyezés szerint. Tel.: 06 20 497 3086

Eladó: kisméretű konyhába való új, fehér, 2 ajtós alsó szekrény, egybeépített mosogatótálccával és 2 villanyfőzőlappal, konyhai sarokülke asztallal, használt Sharp mikro-hullámú, görgős tv-szekrény, sarokíróasztal. Tel.: 06 70 300 9295

Eladó: 3x6 db-os kristálypoharak, 45 éves Cianti, 28 éves barackpálinka, 27 éves Tokaji Szamorodni, 2006-os Tokaji Aszú 4 puttányos, 1 üveg Cézár 2 pohárral, 3 kis üveg Cézár. Tel.: 06 1 608 5698

Eladó: 1 m széles masszív kapu – vas-oszlopokkal 25 E Ft, német csatornához, parabola nélkül, beltéri egység 10 E Ft. Telefon: 06 70 537 8880

Eladó: szendvics- és gofrisütő 1500-1500 Ft, szeletelőgép (szalámi-kenyér) 2500 Ft, kalocsai pruszlik 10 E Ft, Szász Endre-alkotások, új, Wizard fűtisztító 4 E Ft, hallásjavító készülék 1000 Ft. Tel.: 06 70 708 2233

SZOLGÁLTATÁS

Keresek egy nyugdíjas hölgyet, aki al-

kalmanként segítene kisebb munkákban, pl. bevásárlás, esetenként elkísérné délelőtt hivatalos helyekre. 69 éves hölgy vagyok. Tel.: 06 20 510 2591

Fakivágásért a kivágott fa elvihető, 2 db, bútornak is alkalmas. Tel.: 06 70 274 2665; H-P: 9:00-16:00

TÁRSKERESÉS

Hatvankét éves, független, diplomás tanárnő komoly kapcsolatra társat keres. Várom az 57-67 éves, független, rendes, komoly gondolkodású férfi jelentkezését. Telefon: 06 1 707 5938 délutáni-esti órákban.

Keresem becsületet, független társamat 55 éves korig, 46 éves, ápoló végzettségű, elvált vagyok, 174 cm magas. Tel.: 06 70 392 5858

Ötvennégy éves, 176/75, független XV. kerületi férfi keresi párját, kizárólag komoly kapcsolatra. Tel.: 06 70 356 2236

ÜDÜLÉS

Hévízi egyszobás (3 személyes) apartmanomat eladnám június 12-25-ig 40 E Ft-ért. Tel.: 06 70 282 3327 esti órákban.

Gyulai, 1,5 szobás apartmanomat május 3-tól 16-ig (helyben gyógymedence, uszoda, kezelések) eladnám 70 E Ft-ért. Telefon: 06 70 282 3327 esti órákban.

Eladó: különleges kistermetű cserepes és sziklakerti (balkon) növények. Telefon: 06 1 306 6740

INGYEN

Számítógépet ha megunta vagy elromlott, kidobná, érte mennék, köszönettel elhoznám. 14 éves elektrotechnikát tanuló fiú vagyok. Tel.: 06 31 785 8864

ÜZLETI APRÓ

ÜVEGEZÉS

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

ÁLLÁS

NYUGDÍJAS MUNKATÁRSAKAT KERESÜNK. Elektro- és mechanikai műszereket irodai munkatársat számítógép-ismerettel, újpesti cég, e-mailben várom az önéletrajzokat. siket.andrea1@gmail.com

ZUGLÓI AUTÓSZERVIZBE RÉSZMUNKADÓ takarítót keresünk ügyfélváró, irodák, szociális helyiségek takarítására. Érdeklődni lehet: tel.: 06 1 383 8055, Benkőné Szalai Edit

INGATLAN

Kézpénzes vevőként keresek eladó lakást 18 millió Ft-ig. Tel.: 06 30 605 5079

KERTÉPÍTÉS

KERTÉPÍTÉS-TELEKRENDEZÉS! Metszés, permetszés, favágás, gyepesítés, térkövezés, kerítésépítés, tereprendezés, egyéb kertészeti és kőművesmunkák reális áron. www.telekrendezes.hu, telefon: 06 20 259 6319, 06 1 781 4021

KÉMÉNYBÉLELÉS

Kémények bélelése, átépítése, belső marása teljes körű ügyintézésel. Szabó Balázs. Telefon: 06 20 264 7752

LIFE COACH

LIFE COACH! HA SZERETNÉ GYORSAN ÉS ERDEMBEN NÖVELNI SIKERESSÉGÉT a változások, konfliktusok, krízisek, elakadások kezelésében, meglévő lehetőségeinek jobb kihasználásában, mindehhez hatékony segítséget tudunk nyújtani. Próbálja ki díjmentesen az első ülést! 06 20 565 0084

VÍZSZERELÉS

VÍZSZERELÉS. CSAPOK, SZIFONOK, MOSDÓK, WC-K, KÁDAK, RADIÁTOROK STB. CSERÉJE. Új vezetékek kiépítése, régiók cseréje. Számlaképesen. Tel.: 06 20 412 0524

VIRÁG

VIRÁGBOLTUNK SOK SZERETTEL VÁRJA ÖNT és kedves családját Rákospalota-Kertvárosban. Virágcsokrok, cserepes virágok, kaspók, esküvői díszek, asztaldíszek, kegyeleti koszorúk, sírcsokrok, díszcsomagolás, ajándékosarak, dobozok és táskák, csokoládék. Rendelésfelvétel: 06 20 511 6085 www.evolina.hu, www.facebook.com/ajandekozszabadon XV., Károlyi Sándor út 41. Nyitvatartás: H-P 9:00-18:00-ig, Sz-V 9:00-14:00-ig.

EÖTVÖS CIRKUSZ

Budapest XV. a Pólus Center mellett

Csütörtök akciós nap: 2-öt fizet 4-et kap*

infóvonal: 06 70 611 7777
www.eotvoscircusz.com • facebook: Cirkusz Eötvös

A MOSZKVA CIRKUSZ SZTÁRJAI

április 25-től-április 28-ig

ELŐADÁSOK:

csütörtökön és pénteken: 18.00 órákor
szombaton: 15.00 és 18.00 órákor
Vasárnap: 11.00 és 15.00 órákor

cirkuszpénztár nyitva: 10-18 óráig

*Csak a B szektorba érvényes, a szórólap felmutatása esetén.

Építőanyag és Malaky tüzelőanyag

1152 Budapest XV., Rákos út 173.
Telefon/fax: 308-0052, 306-9338
E-mail: malaky@t-online.hu, malakykft@gmail.com
Nyitvatartás: H-P: 7-17, Sz: 7-12

Építő- és tüzelőanyag, az acryl tömítőtől...
...a zsaluköig,
A-tól Zs-ig a multiknál olcsóbban

www.malaky.hu

Felhívjuk betegeink figyelmét, hogy az Őrjárt 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 +36 1 506 0217
06 70 418 5170
Tamatika Kft.

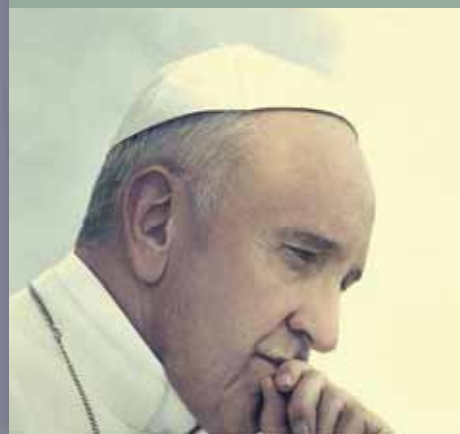
PÓLUS MOZI

ÁPRILISI-MÁJUSI PROGRAMAJÁNLÓ

Részletek és online jegyvásárlás:
POLUSCENTERMOZI.HU
f/PolusCenterMozi



Április 18-tól minden nap
a Pólus Mozi műsorán!



CSUJA IMRE ÖNÁLLÓ ESTJE

ÍZIRÁJDER, ÖCSÉM!

2019. ÁPRILIS 23. 19:00

Kacagató sztorik a kulisszák mögül, beszélgetőpartner:
Gerebics Sándor filmrendező, rádiós műsorvezető

Pólus Mozi Meseszínház ajánló

Május 5.
vasárnap 11:00

BORIBON KIRÁNDUL
A Nefelejcs Bábszínház előadása

Május 19.
vasárnap 11:00

MAZSOLA
A Fabula Bábszínház előadása

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 2019. december 31-ig érvényes.
Más akcióval össze nem vonható.