

# ÉLETképek

[www.bpxv.hu](http://www.bpxv.hu)  [facebook.com/bpxv](https://facebook.com/bpxv)

XV. KERÜLET KÖZÉLETI LAPJA

Testületi döntés:  
épülhet a fűgyűjtő

Köztisztaság:  
a lakóknak is van feladatuk

Nyári praktikumok  
hőség idején

A lomtalanítás tapasztalatai



# Épülhet az észak-pesti főgyűjtő



**Testületi ülésre gyűltek össze a képviselők június 25-én. Az éjfélig tartó tanácskozáson tizenhárom napirendet tárgyaltak meg. Az ülésen elfogadták a főgyűjtőcsatorna megépítéséről szóló előterjesztést.**

Az ülés egyik legnagyobb hor derejű témája a Szilas-patak menti szennyvíz-főgyűjtőcsatorna megépítéséhez szükséges döntés volt. Elfogadott idei költségvetés híján polgármesteri kezdeményezés alapján tárgyalta a grémium az előterjesztést. A képviselőkkel Benedekné Bagyinszki Márta városgazdálkodási főosztályvezető ismertette a projektet. Mint mondta, a Szilas-patak és az M0-s autópálya közötti terület fejlesztése nem képzelhető el teljes közműellátottság nélkül. A csatornaépítés a Fővárosi Önkormányzat feladata lenne, de mivel belátható időn belül ezt nem végzi el, így a kerületi önkormányzat önerőből valószínűleg megvalósítja a beruházást.

Az első ütemben a Károlyi Sándor út – Erdőmenti



FOTÓK: XV. MÉDIA, NAGY BOTOND

út szakaszon épülhet meg a főgyűjtő. A munka becsült költsége mintegy másfél milliárd forint, ez az összeg rendelkezésére áll az önkormányzatnak, hitel felvételére sincsen szükség – hangzott el az ülésen. A helyhatóság a gerincvezeték építését megvalósításának finanszírozása az ingatlanulajdonosok feladata lesz.

Több képviselő azt kifogásolta, hogy az önkormányzat nem készített hatástanulmányt, felmérést arra nézve, hogy ez a nagy értékű beruházás mikorra térülhet meg. Többek között azt is felróták,

hogy nincsenek tervek, elképzelések arról, hogy a területen milyen fejlesztések valósuljanak meg.

A kerület vezetése azt hangsúlyozta, hogy a beruházás megvalósításával a kerület csak nyerhet, hiszen ezáltal újabb adófizető vállalkozások települhetnek a városrészbe, a lakóövezetben épülő új lakásokba pedig fiatal családok költözhetnek.

A grémium végül nagy többséggel megszavazta az előterjesztést, így kezdődhet a főgyűjtőépítés I. üteme.

Az ülésen téma volt dr. Pintér Gábor képviselő becsületsértési pere. A Fővá-

rosi Törvényszék június 19-én jogerősen elítélte a fideszes politikust, a másodfokú ítélet szerint Pintér politikushoz nem méltó módon beszélt egy rákospalotai roma nővel, ezért a bíróság megrovásban részesítette.

A képviselők több napirendi pontban nem értettek egyet egymással, így nem szavazták meg

- a képviselő-testület szervezeti és működési szabályzatának módosítását,
- az önkormányzati tulajdonú gazdasági társaságok egységes vezetői javadalmazási szabályzatának módosítását,

- a Csapi-15 Kft. új ügyvezetőjének megválasztását,
- valamint a polgármesteri hivatal 2018-as tevékenységéről szóló beszámolót.

Elfogadták azonban többek között

- a képviselő-testület II. félévi munkatervét,
- a kerületi építési szabályzat módosításának véleményezési eljárásra való kiküldését,
- a Kerület- és Vállalkozásfejlesztési, Környezet- és Értékvédelmi Bizottság Palota Holding Zrt.-vel kapcsolatos vizsgálatát
- és az ERESZ Látássérültek Egyesületének nyújtott támogatás felhasználására vonatkozó kérelmet, hogy a korábban megítélt összeg maradványából a kerületben élő vakok és gyengén látóknak tapintható és beszélő segédeszközöket szerezhessenek be.

**Jónás Ágnes**

(Az ülések előben és felvételről is megtekinthetők az [onkormanyzati.tv](http://onkormanyzati.tv) és a [bpxv.hu](http://bpxv.hu) honlapokon.)



A kerületi közalkalmazottak és köztisztviselők díjazását, valamint az egészségügyben dolgozók Semmelweis-napi elismerését idén nem július 1-jére, hanem a június 25-i testületi ülésre időzítették. Másnap, június 26-án is köszöntötték a köztisztviselőket és a kormánytisztviselőket.

Az elismeréseket június 25-én Németh Angéla polgármester és Tóth Imre alpolgármester adta át. Elsőként a fővárostól Bárczy István-díjat kapott óvodapedagógusoknak, Balla Bélánénak és Wollner Krisztinának (a két díjazottal interjú olvasható a 7. oldalon), majd a jubiláló közalkalmazottakat, a 25, 30 és 40 éve pályán levő munkatársakat díjazták.

Ezt követően az önkormányzat által alapított díjakat adták át. Az *Év Óvodapedagógusa* elismerést Dormoski Gizella és Soós Lászlóné, az *Év Óvodai Munkát Segítő Alkalmazottja* díjat Benőné Gruber Zsuzsanna, az *Év Szakorvosa* díjat dr. Fritz Ferenc urológus, az *Év Egészségügyi Szakdolgozó-*

ja elismerést Magyarosi Éva szakasszisztens, az *Év Házi-örvosa* díjat dr. Tóth Andor és az *Év Házi-örvos Szakdolgozója* díjat Kodóné Kiss Erika vehette át.

Az ünnepség végén Németh Angéla polgármester és dr. Lampert Mónika jegyző az *Év Köztisztviselője* vándordíjat is átadta. A 2002-ben alapított elismerést 18. alkalommal Benedekné Bagyinszki Márta (jobb oldali képen, középen), a városgazdálkodási főosztály vezetője kapta, akit ez alkalomból június 25-én és 26-án is köszöntöttek.

A június 26-i ünnepségen címzetes vezető főtanácsosi, címzetes főtanácsosi és címzetes főmunkatársi címeket, a húszéves jogviszony alapján Közszolgálatért Oklevelet, a 25 éves munkaviszonyért pedig jubileumi jutalmat osztottak ki. Az ünnepség végén búcsúztatták a nyugdíjba vonuló köztisztviselőket is.

Az ünnepségekről bővebben az [xvmedia.hu](http://xvmedia.hu) oldalon olvashatnak. ♦



A testületi ülésen szó volt a kutak engedélyezési eljárásáról. A vonatkozó kormányrendelet értelmében a 2018. december 21-ét megelőzően engedély nélkül vagy engedélytől eltérően létesített és használt ásott vagy fúrt kutak további üzemeltetéséhez vízjogi fennmaradási engedélyt kell kérni legkésőbb 2020. december 31-ig. A kerületi jegyzőtől kell fennmaradási engedélyt kérni abban az esetben, ha a kút csak háztartási igényeket szolgál, nincs vízminőség-védelmi övezetben és évente legfeljebb 500 köbméter vízigénybevétellel, kizárólag talajvízkészlet vagy parti szűrős vízkészlet felhasználásával üzemel.

Minden egyéb esetben a Fővárosi Katasztrófavédelmi Igazgatóság jár el és dönt az engedély nélkül vagy engedélytől eltérően létesített kutak fennmaradási engedélyének kiadásáról. A kutak engedélyezési eljárása ingyenes.

Dr. Lampert Mónika jegyző tájékoztatása szerint tavaly 60 kérelem érkezett be a városgazdálkodási főosztályra, 28 engedélyt állítottak ki, ugyanennyi kútát vettek nyilvántartásba. Idén eddig 20 kérelem érkezett, a tavalyi évről áthúzódó ügyekkel együtt 34 engedélyt állítottak ki, ugyanennyi kút nyilvántartásba vétele történt meg. ♦

# A kerület online kirakata



Pütkösd hétfőjétől (június 10-étől) megújult honlappal találkozhatnak az érdeklődők a „bpxv.hu” cím alatt. Az oldalnak azonban nemcsak az arculata és színvilága, hanem a tartalma is átalakult (kibővült). Beke Károlyt, a hivatal stratégiai és tájékoztatói csoportjának vezetőjét a változás okairól és részleteiről kérdeztük.

– Az új honlap létrehozását két dolog indokolta: egyrészt az online felületek élettartama általában négy év, utána „illik” frissíteni az oldalt, másrészt jogszabályi kötelezettségnek is elég kellett tennünk, az elektronikus ügyintézés rendszerének kialakítása ugyanis ma már kötelező a hivataloknak – mondta a csoportvezető.

A honlap fejlesztéséről még tavaly év végén döntött az önkormányzat, amely azért volt szerencsés, hisz így a 2018-as költségvetés terhére tudták a projektet betervezni.

– Látszólag kis dolognak tűnik egy

## INTÉZHETŐ ÜGYTÍPUSOK:

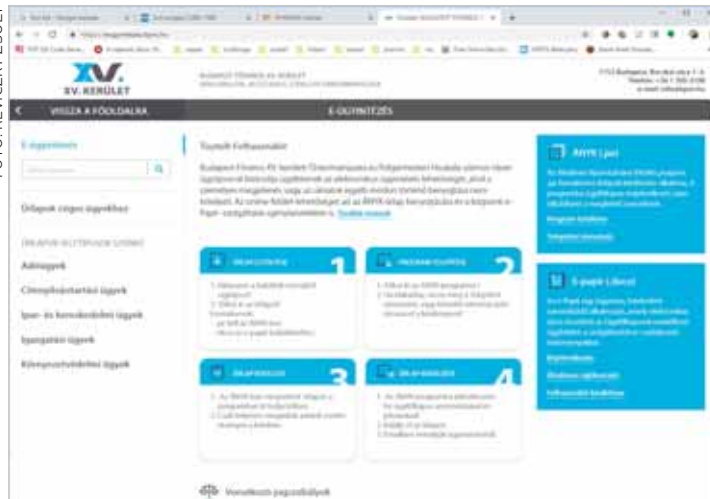
- Adóügyek
- Címnyilvántartási ügyek
- Ipar- és kereskedelmi ügyek
- Igazgatási ügyek
- Környezetvédelmi ügyek



Beke Károly

kerület életében a honlap fejlesztése, ám aki ért valamit a számítástechnikához, az tudja, hogy mekkora munka egy ilyen fogyasztóbarát weboldal elkészítése. Nálunk ráadásul fontos része a honlap a kerületi arculatváltásnak is – vázolja Beke Károly.

A „bpxv.hu” oldal gyakorlatilag kettő az egyben weboldal: részben megőrizte a korábbi – 2014 óta működő – oldal tartalmát. Ezt a részt ugyanaz a fejlesztő frissítette és kezelte, aki négy éve az oldalt elkészítette. Ehhez kapcsolódik azonban az amúgy önálló infrastruktúrán futó e-ügyintézés rendszere, melyet egy másik, jó



referenciákkal rendelkező hazai cég dolgozott ki.

– A mai világban alapvető követelmény, hogy az ügyfelek otthonról, kényelmesen intézhessék dolgaikat. A hivatalunk nagyjából száz ügytípussal rendelkezik, ebből ma már tizenkilencet online is intézhetnek az ügyfelek. Még túl friss az oldal ahhoz, hogy konkrét eredményekről tudjunk beszámolni, ám az biztos, hogy az első online ügyek már bekerültek a rendszerünkbe – mondta a csoportvezető.

A történet itt még nem fejeződik be, a kerületi honlap átalakulása ugyanis még számos lehetőséget rejt magában.

Egyrészt szeretnék tovább növelni az online intézhető ügyek számát (cél lenne, hogy egyszer majd mind a száz ügy elektronikusan intézhető legyen). Ezenkívül szeretnék, ha a honlap a központi szolgáltatóktól – mint például az Állami Nyomtatványkitöltő vagy az E-papír – is függetlenedne. Jövőbeli cél így a felhasználók felé saját, független rendszeren belül biztosítani az űrlapok, nyomtatványok azonnali beküldését, valamint az illetékek, a helyi adók online megfizetését. Ez utóbbi fejlesztések költségvetés hiányában még csak tervek, de remélhetőleg hamarosan konkrétumok lesznek. **R. T.**

## Új nyilvános illemhely A lakók feladata



Mozgáskorlátozottak számára is használható nyilvános WC-t alakított ki a XV. kerületi önkormányzat a Nyírpalota út 1–21. számú ház mögötti parkban.

A segélyhívóval, vésznyitó érintőgombbal felszerelt mosdó rozsdamentes acéllemezéből készült, elektromos ajtaja fizetés után (200 forint)

automatikusan nyílik és beépített SMS-küldő modulval is rendelkezik, ami probléma esetén üzenetet küld az üzemeltetőnek. Az éjjel-nappal használható vécét az önkormányzat csaknem 20 millió forintból állíttatta fel, az üzemeltetését a Palota-15 NKft. végzi. **(Jónás)**



A közterületek takarítása az önkormányzat kötelező feladata – azonban a lakóknak, ingatlanulajdonosoknak is van szerepük e téren. Az ingatlanok tulajdonosai ugyanis kötelesek gondoskodni az ingatlan és az ingatlan előtti járda, valamint a járda és a kocsút közötti kiépített vagy kiépítetlen terület gondozásáról, tisztán tartásáról, szemét- és gyommentesítéséről. Vagyis ezeken a területeken a lakók feladata a fűnyírás és a járdák takarítása.

Mindezt július 1-jétől a közterü-

let-felügyelő, a városgazdálkodási főosztály és a hatósági főosztály munkatársai, illetve a Répszolg Kft. fokozottan ellenőrzi majd. Azokat a tulajdonosokat, akik nem tesznek eleget kötelezettségüknek, a jegyző felszólítja, hogy gondoskodjanak a hozzájuk tartozó területek szemét- és gyommentesítéséről. Akik nem takarítják ezeket a területeket, nem nyírják a fűvet, azok ellen közigazgatási hatósági eljárást indítanak – írja az önkormányzat honlapja **JÁg**

# Nyári praktikumok a kánikulában

Az elmúlt évek nyarain egyre extrémebb az időjárás. A meleget melegebbnek, az esőket kiadósabbnak, a viharokat pedig hevesebbnak érezzük. Dr. Szinétár László háziorvos szerint ma már a „nyári életmódunkat” is érdemes a meteorológiához igazítani.

Alapvető, hogy nyáron sok folyadékot fogyasszunk! És lehetőleg ne alkoholtartalmúakat, mert az ilyen típusú folyadékok nem oltják a szomjat, hanem a vizet vonják el a szervezetből. Meg szokták kérdezni, hogy naponta mennyi folyadékra van szükségünk, nos, általános gyakorlat, hogy minden tíz kilogrammnyi testsúly után 4 deciliter folyadékot kell naponta magunkhoz vennünk. Azaz minél nehezebb valaki, annál többet kell innia is.

A nyári időszakban kiemelten oda kell figyelni a bőrünk védelmére. Nagyon fontos, hogy ha napon vagyunk, megfelelő faktorszámú naptejet használjunk! Mi a megfelelő faktorszám? Minél magasabb, annál jobb. Különösen a fényre érzékeny területeket, például az arcot érdemes



Objektív mérlegelés | Gyógyszerésztár vagy orvos

naponta többször bekennünk. A napozásra érdemes fokozatosan felkészülni, ha hirtelen éri a bőrünket kiadós napfény, könnyedén leéghetünk. S bár sokan szeretnek napozni, az erős UV-sugárzás miatt a legnaposabb időszakban, reggel 10 és délután 3 óra között, a legjobb árnyékban tartózkodni. Ugyancsak bőrünk védelmében, ha valaki furcsa foltot észlel a bőrén, azonnal forduljon szakorvoshoz!

Nagy gond lehet abból, ha felhevült testtel ugranak az emberek a vízbe. Ez ugyanis könnyen szívleállást eredményezhet. Márpedig nem mindegyik szabadstrandon van defibrillátor. A szabadstrandokkal is érdemes csínján bánni, ott ugyanis a víz minősége, illetve a kiszámíthatatlan áramlások (például a folyókban) sok problémát okozhatnak.

Ma már a legtöbb lakásban van

légkondicionáló. Ahol nincs ilyen, ott huzattal, illetve sötétítéssel lehet némi hűvösséget előidézni. A légkondik használatával azonban szintén csínján kell bánni, mert nyáron is könnyen meghűlést okozhatnak. Este, lefekvés előtt érdemes a hálót lehűteni, majd a berendezést éjszakra kikapcsolni. A klímaberendezések tisztításáról se feledkezzünk meg, mert a pollenek könnyen allergiás tüneteket okozhatnak.

Ha már az ivást említettük, az étkezésünket is tudjuk „nyáriasítani”. Ilyenkor érdemes sok gyümölcsöt fogyasztani, illetve a könnyű étkeket részesítsük előnyben!

Nagy melegben próbáljunk szellősen öltözködni! Ilyenkor a fehér színű ruházat a legjobb, mert az visszaveri a napfényt. A fejünket is védjük a naptól, fehér sapka vagy kalap a leghatásosabb. A cipőnkre ugyanez igaz, nem baj, ha zárt egy lábbeli, csak szellőzni tudjon és strapabíró legyen! A strandokon is használjunk papucsot, szandált, hogy ne szerezzünk sérüléseket a talpunkon!

Riersch Tamás

## Elhunyt Dr. Székely István szemész főorvos

A szemész főorvos 90 éves volt, június 27-én kísérték utolsó útjára a Rákospalotai temetőben.

Életének 91. évében, június 8-án türelemmel viselt, hosszú betegség után elhunyt dr. Székely István nyugalmazott szemész főorvos – írja a bpxv.hu.

Utolsó útjára június 27-én kísérték a Rákospalotai temetőben a református egyház szertartásai szerint, június 30-án pedig a Rákospalota-Óvárosi Református Templomban istentiszteleten emlékeztek rá.

Székely István 1953-ban szerzett általános orvosi diplomát, és 1957-től dolgozott az újpesti szakrendelő szemészetén. 1995-től nyugdíjasként is folytatta munkáját, majd 2001-től a gyermekszemészetet rendelt. 2001-ben Újpest Egészségéért kitüntetést kapott.

A szakmai munka mellett hosszú ideig a Károlyi Sándor Kórház–Rendelőintézet szakszervezetének elnöke volt. A betegek és munkatársai szerették és tisztelték, munkabírása, segítőkészsége, életöröme, pozitív gondolkodása mindenkinek példaként szolgálhat.

## Vízpótlás sportolásakor



FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

**Hőségben, főleg ha még sportolunk is, különösen fontos a folyadékpótlás. Korántsem mindegy azonban, hogy mikor, mennyit, és egyáltalán mit iszunk.**

– Fontos, hogy még az edzés elkezdése előtt 1-2 órával fogyasszunk fél liter vizet – csap- vagy ásványvíz legyen lehetőleg – ezzel elkerülhetjük, hogy kiszáradva vágjunk neki a megterhelésnek – ajánlja Szakács Olivér fitnessedző. Edzés

közben azoknak kell inni, akik több mint egy órát sportolnak egyhuzamban. Nekik óránként 6-8 deci folyadékot javasol a szakember, persze nem egy húzásra, hanem elosztva, negyedóránként 1,5-2 decit, majd hozzáteszi: – Azoknak, akik az átlagosnál jobban izzadnak vagy megterhelőbb az edzésük, ennél a mennyiségnél többet, akár a kétszeresét is elfogyaszthatják.

Manapság népszerűek a sportitalok, amelyek elektroli-

tot – többek között nátriumot, káliumot, kalciumot, kloridot és magnéziumot – is tartalmaznak. Kérdésünkre, hogy érdemes-e ilyen folyadékot választani, a szakember elmondta: – A szervezet valóban veszít a verejtékezés során elektrolitokat is. Azoknak azonban, akik nem edzenek egy óránál többet, elegendő vízzel pótolni az elvesztett folyadékot. Ennél hosszabb idejű terhelés után ihatunk sportitalt, de csak olyat válasszunk, amelynek kalcium- és káliumtartalma kevesebb mint 225 gramm/liter, magnéziumtartalma pedig maximum 100 gramm/liter. A nátrium pótlását házilag is megoldhatjuk: 3 rész vizet, 1 rész gyümölcslé és literenként 1 gramm konyhasót keverjünk össze, majd fogyasszuk el. Szakács Olivér végül arra hívja fel a figyelmet, hogy az energiaitalok és a hígítatlan gyümölcslevek még több vizet vonnak el a szervezetből, ezért ezeket kerüljük.

-y -a

# Óvjuk a párapapukat!



**A hirtelen jött kánikulában öt helyen található párapapuk a kerületben, ami kicsit talán elviselhetőbbé teszi a nagy forróságot.**

Párapapuk működik a Fő téren és négy játszótéren – Eötvös utca – Rádda Barnen utca sarkon (Tukán), Kontyfa utca,

Közvágóhíd tér (Békás) és az Ozmán rekreációs parkban.

A hét minden napján, a játszótérek nyitvatartási idejében a párapapuk is folyamatosan üzemelnek a kicsik és a nagyobbak nagy örömeire. Sajnos azonban ezeket a papukat is rendszeresen megrongálják, így az

önkormányzat – a Répszolg Kft. folyamatos karbantartása és javítása ellenére is – nehezen tudja az összes helyszínen az akadálytalan működést biztosítani – nyilatkozta Benedekné Bagyinszki Márta városvezető.

J. Á.

## Jódhiányos étkezés

**A jódhiány csaknem 2 milliárd embert érint az ENSZ Egészségügyi Világszervezetének felmérései szerint. A szakemberek véleménye az, hogy a termőföldben egyre kevesebb a jód, így az élelmiszerekbe sem kerül át. Szerencsére sok terméket dúsítanak jóddal, de ez gyakran még mindig nem elegendő a szervezetünk megfelelő működéséhez.**

A jódhiány tünetei eltérőek, közéjük tartozhat például a depresszió, a szorongás, a hangulatingadozás, az anyagcserezavarok, a tanulási és kognitív nehézségek, az immunrendszer zavarai, illetve a betegségekre való fogékonyság, az állandó, akár extrém mértékű fáradékonyság, a testhőmérséklet csökkenése, valamint az életmóddal nem összefüggő hízás.

„A túl kevés jód mellett a mell fájdalomhoz, nehézségérzetéhez, érzékenységekhez, illetve ciszták kialakulásához is vezethet. A legjellegzetesebb tünete azonban a golyva, vagyis a pajzsmirigy kóros megnagyobbodása, mely jódpótlással jól kezelhető. De ha a kezelést nem kezdik meg időben, a nyaki megnagyobbodás nem húzódik vissza, és a pajzsmirigy károsodása visszafordíthatatlan lesz” – olvasható a HáziPatika.com-on, Magyarország vezető egészségügyi oldalán.

Mindemellett a jód különösen fontos a várandós anyáknál, mert a felmérések

FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND



szerint a jódhiány tehető felelőssé a mentális képességeket érintő fejlődési rendellenességek jó részéért, átlagosan 10-15 pontnyi IQ-csökkenést okozva. Emellett hallászavarokat, növekedési problémákat okozhat. A jódhiány kialakulását elsősorban a kiegyensúlyozatlan étkezés okozza, főként a túl sok kész- vagy félkész termék fogyasztása, ezekben ugyanis gyakran nem jódzott sót használnak.

(béres)

## Hűsítő limonádé



**A folyadékpótlás nemcsak a vízvesztés miatt fontos, hanem az elveszített ásványi anyagokat is vissza kell juttatnunk a szervezetünkbe. Az Országos Élelmiszerbiztonsági és Táplálkozástudományi Intézet (OGYÉI) arra hívja fel a figyelmet, hogy kánikulában különösen fontos a megfelelő folyadékpótlás.**

A szomjúságérzet a folyadék-egyensúly fenntartásának egyik legfontosabb ingere, amely a szükséges vízmennyiség pótlására figyelmeztet. Ha a vízháztartás egyensúlya megbomlik, a szervezet kiszárad. Már 2 százalékos folyadékvesztés esetén is csökken a fizikai és a szellemi teljesítőképesség, megjelennek a kiszáradás első tünetei – fejfájás, koncentrációképesség csökkenése, szomjúság. A kánikula okozta rosszullet, szédülés, ájulás elkerülése érdekében ne várjuk meg, amíg szomjasak leszünk!

Már a nyelv, száj kiszáradásának kellemetlen érzete előtt inni kell. A folyadék-szükséglet kielégítésére táplálkozás-életteni szem-

pontból legalkalmasabb a csapvíz és a szénsavmentes ásványvíz. Fontos kiemelni, hogy váltogassuk az ásványvizek márkáját és típusát annak érdekében, hogy elkerüljük egyes ásványi anyagokból túlzott mennyiség felhalmozódását a szervezetben.

Külföldi nyaraláskor viszont kerülendő a csapvíz ívása és a csapvízből készült jégkocka. Étteremben is érdemes erre figyelni, így elkerülhetjük a kellemetlen, hasmenéssel, hányással járó fertőzéseket. Az OGYÉI kifejezetten ajánlja, hogy a víz alternatívájaként időnként a szomjúságot limonádéval oltjuk.

**LIMONÁDÉ-ALAPRECEPT  
HOZZÁVALÓI 10 ADAGHOZ**

- 1,5 bögre frissen facsart citromlé
- ¼ bögre cukor
- 5 bögre víz

Az összetevőket azonban kedvünkre variálhatjuk, a citromlét helyettesítjük más gyümölcsökkel, fűszernövényekkel, melynek csak a kreativitásunk szabhat határt!

**B. I.**



# Vakáció a Széchenyi téren



Dinka Ágnes



FOTÓK: XV MÉDIA, VARGOSZ

Jó időben, jó kedvvel és nagy létszámmal indult a nyári napközis tábor június 24-én, amely kilenc héten keresztül biztosít tartalmas kikapcsolódást a kerületi gyerekeknek.

– Már az első héten sokan vagyunk – tudtuk meg Dinka Ágnestől, a tábor vezetőjétől –, 14 csoportban összesen száznegyvenkilenc gyerekkel nyitottunk, és a létszám emelkedni fog, hisz a második hétre már százhetvenen jelentkeztek.

A kerületi napközis tábor népszerűségét a programokon kívül az

is alátámasztja, hogy a részvétel továbbra is ingyenes a kerületi gyermekek számára, a szülőknek mindössze az étkezésért kell fizetniük. Ha a tanév folyamán kedvezményben részesültek, akkor ez a kedvezmény a táborban is megilleti őket. A táborozó gyerekekkel kerületi pedagógusok és egyetemi hallgatók foglalkoznak.

– A hét négy napján, keddtől péntekig úszni járnak a gyerekek – tudtuk meg a tábor vezetőjétől –, minden kedden három csoporttal ellátogatunk a Bonbonetti Vágóhid utcai csokigyárába. Szerdán mindig

kirándulunk, vagy a remeteszőlősi mezítlábaspark (Bodzaliget Pihe-nőpark) vagy a gyadai tanösvény a célpontunk, csütörtökönként pedig a Budakeszi Vadasparkot, illetve a Fővárosi Állatkertet keressük fel. A Tanuszoda augusztusban zárva lesz, ezért akkor úszás helyett a Tarzan Parkban lesznek a programok, illetve arra is felkészültünk, ha az eső vagy vihar miatt fedél alá szorulnánk, mert akkor a Pólus Moziban várnak bennünket.

A fenti programok mellett a régi hagyományos hétfői csokonais filmnézés, illetve a pénteki légvár a

Budaiban is szerepel a programban, mint ahogyan a kézműves foglalkozások, az arcfestés vagy pólófestés is. Illetve idén is fogadja majd a táborozókat a Budai II. László Stadionban készülő Rippel Akadémia.

– Idén minden táborozó gyerek karszalagot kap, mint a nyári fesztiválokon, melynek turnusonként változik majd a színe, így az a gyerek, aki több héten át táborozik, több karszalagot is összegyűjthet – mondta a táborvezető. – Ezen a szalagon a tábor adatait tüntették fel, így bármilyen probléma esetén kéznél van a tábor elérhetősége. **(riersch)**

## Szünidei élménykörkép

Abban mindenki egyetért, hogy az iskolásoknak szükségük van a nyári szünetre, hogy kipihenjék magukat, felkészülhessenek a következő tanévre. Az sem kérdés, hogy szülőknek nehéz megoldaniuk, hogy két és fél hónapon keresztül megfelelő programokat biztosítsanak a gyerekeknek. Bata Krisztinával és Dormán Anikóval, a László Gyula Gimnázium és Általános Iskola pedagógusaival arról beszélgettünk, tapasztalataik szerint hogyan töltik a fiatalok a nyarat.

A tanárnők szerint ebben a kérdésben is érdemes a korosztályokat külön kezelni, teljesen más jellemző a fiatalabbakra és a középiskola vége felé járókra. Mindketten úgy gondolják, hogy a legjobb a gyerekeknek, ha sokat pihennek és jó élmények érik őket. Tapasztalataik szerint az idejártó gyerekek jó családi háttérrel rendelkeznek, mindenkinek megpróbálják biztosítani



Dormán Anikó és Bata Krisztina | A nyár pihentető, élménydús legyen

a családi nyaralást, belföldön vagy akár külföldön is.

Nagyon népszerű az iskola által szervezett egy hétig tartó nyári tábor Bernecebarátiban és a Balatonnál, de sokan mennek más

táborokba is. Dormán Anikó szerint meghatározó élményt jelent a gyerekeknek, ha vidéken vannak, és megtapasztalhatják a természetközeli kalandokat. A nagyobbaknál gyakran előfordul, hogy munkát

vállalnak, ezt támogatni szokták a szülők és a tanárok is, mert az önálló élet mellett sok tapasztalatot és egy kis zsebpénzt is szereznek.

– Többen önkéntesnek mennek külföldre, ilyenkor a cél a nyelvtudásuk fejlesztése. „Jó a szülői közösség, gyakran mesélik a gyerekek, hogy egy-egy szülő egy hétre több gyereket is vállal, és beosztják egymás között, mikor kinél vannak” – mesélte Bata Krisztina. A nagyobbak elmennek fesztiválokra is, de az is előfordul, hogy a szülő velük megy egy koncertre.

Persze van olyan is, aki program hiányában sokat ül a számítógépe előtt, de ez nem annyira jellemző a diákjaikra. Sajnos az sem, hogy valaki végigolvassa a nyarat, de azért akadnak tanulók, akik nem csak a kötelezőket olvassák el. Az év elején sokan tartanak képes élménybeszámolót és kiselőadást nyári kalandjaikról, de ez soha nem kötelező.

**(kovács)**

FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ

# Szívvél-lélekkal a gyerekek között



Balla Béláné | Örökre gyerekek lenni

Idén Balla Béláné „Éva néni”, a Rákospalotai Összevont Óvoda intézményvezetője volt az egyik kerületi óvodapedagógus, aki átvehette a fővárosi önkormányzati elismerést, a Bárczy István-díjat. Az elmúlt 14 évben vezetőként dolgozott, de mindennap szakít időt arra is, hogy együtt legyen a gyerekekkel.

– Milyen érzés volt átvenni a Bárczy-díjat?

– Elmondhatatlanul örültem neki, úgy éreztem, hogy kiteljesedett a pályám, ez egy külső elismerése is a munkámnak.

– Miért ezt a pályát választotta?

– Mindig is pedagógus szerettem volna lenni. Ezt erősítette az a tény, hogy sokat foglalkoztam a három öcsémmel, és nagy hatással volt rám az első osztályos tanító nénim is, aki igazi tanítói egyéniség volt, tele sok-sok szeretettel, emberséggel. Sátoraljaiújhelyen születtem, ahol a Közgazdasági Szakközépiskolába jártam, mivel a szüleim szerették volna, ha van egy szakma is a kezemben. Középiszkolai tanulmányaim után jelentkeztem és fel is vettek a Comenius Tanítóképző Főiskolára, mert tudtam, hogy ez az én utam! Diploma után azonnal dolgozni kezdtem, majd megszülettek a gyerekeim; Zoltán és Eszter. Családi okok miatt jöttem el a szülővárosomból 27 év óvónői munka után. Véletlenül megláttam egy hirdetést, hogy a Szövogyár Utcái Óvodába vezetőt keresnek, így megpályáztam, és már 14 éve itt vagyok.

– Vezetőként nem hiányoznak a gyerekek a mindennapjaiból?

– Minden reggel végigjáróm a Szövövíviban a csoportokat, névről ismerem az összes gyereket. Megyek velük kirándulni, ott vagyok minden

ünnepségen, szeretek közöttük lenni, erre mindig van időm. Az átszervezések miatt 2017-től már hat óvoda tartozik hozzám, folyamatosan megyek hozzájuk, kapcsolatban vagyok azokkal az intézményekkel is.

– Miért jó óvónőnek lenni?

– Az egyik kedvenc idézetem szerint: „Akit az istenek szeretnek, meghagyják örökre gyerekek”. Amellett, hogy öröm a kicsikkel lenni, szeretem átadni nekik, amit óvónőként tanultam és megtapasztaltam, emellett azt a pozitív gondolkozást, amit magamnak érzek. Ez nemcsak a gyerekeknél van így, hanem a kollégáimmal és a szülőkkel is, szeretném, hogy lássák az igyekezetet, hogy én a hivatásomnak élek, amit csak szívvél-lélekkal lehet csinálni.

– Mi változott az elmúlt évtizedekben a kisgyerekekkel kapcsolatban?

– Sajnos sokszor látjuk, hogy nincs meg az a harmonikus családi háttér, ami a gyerekeknek a legfontosabb. Mindenki sokat dolgozik, rohan, kevés időt töltenek együtt a generációk, keveseknek adatik meg, hogy sokat legyen a nagyszüleivel például. Pedig a gyerekek értékrendje akkor lesz pozitív, ha a jó családi példák tovább tudják vinni. Ha együtt főznek, egészségesen élnek, nem pedig a plázában ebédelnek hétvégén. Ha hiányzik az odafigyelés, hiába van biztonságban nálunk az óvodában a gyerek, nem fogja megtanulni a kötődést. Erre kellene leginkább odafigyelni a szülőkknek, mert ez a család dolga, ezt az oviban nem tudjuk pótolni.

(kovács)

# Kétszeresen kitüntetett óvónő



Wollner Krisztina | Nyitott óvoda és hagyományok

Az óvodapedagógusok legrangosabb elismerését, a fővárosi Bárczy István-díjakat június 7-én a főpolgármesteri hivatalban adták át. A díjazottak között volt Wollner Krisztina, a Hétszínvirág Összevont Óvoda Patyolat tagintézményének vezetője is, akit a díj kapcsán megkerestünk.

– Meglepetésként érte a díj?

– Igen, valóban nem számítottam ekkora elismerésre. Tavaly a kerületi önkormányzattól megkaptam az Év óvodapedagógusa díjat, így eszembe sem jutott, hogy rövid időn belül másodsor is kitüntetnek. Bevallom, nem is értem a helyzetet, hisz nagyon sok jó óvodapedagógus van, aki megérdemelné ezt a díjat.

– Mivel indokolták az elismerést?

– Egyrészt az általam gyakorolt „nyitott óvoda” elvével, másrészt a hagyományok ápolásával. Az előbbi gyakorlatilag azt jelenti, hogy az én óvodai csoportom mindig nyitva van a szülők előtt.

Ezt szó szerint kell érteni, mert az én ajtóm az altatási idő kivételével mindig nyitva áll. A nyitottság emellett azt is jelenti, hogy folyamatosak azok a programok, amelyekre a gyerekeket a szülőkkel együtt várjuk. Ezek között hagyományos rendezvények, mint például az ünnepkőrökre való közös készülődések és rendhagyó események, például néhány hete egy közös kerékpártúra is szerepel.

– Nehéz elhinni, hogy ön mögött már egy 36 éves pályafutás áll. Ebből mennyit töltött a kerületben?

– Majdnem mindet. Már a diploma előtt is óvodában dolgoztam, az első évben még a Taurus Gumigyár ovijában, majd azt követően 25 éven át az Órjárt utcai oviban. Innen egy rövid időre egy zuglói magán-oviba kerültem, majd 2010 környékén tértem vissza a kerületbe. A Patyolat oviban helyezkedtem el, ám mikor az előző tagóvoda-vezető, Veverka Fruzsina gyedre ment, átvettem a helyét. Ma pedig már Fruzsni gyermeke is az én csoportomban jár.

– Igaz, hogy a Patyolat ovi Lila csoportjába mindig sokan jelentkeznek?

– Harminchat év alatt volt idejük megismerni az embereknek. Ma már természetes, hogy az egykori ovisoknak a gyerekeit is én tanítgatom, s hogy a szülők a testvéreket is hozzám hozzák. Az évek során ugyanis nagyon bensőséges, személyes kapcsolat alakult ki a gyerekekkel és családjaikkal. Azt szoktam mondani, hogy én nem óvodai csoportokat, hanem közösségeket építek, melynek eredményeképpen a hozzám járó gyerekek családjai is barátságba kerülnek egymással. Összejárnak, együtt nyaralnak, és aktívan részt vesznek az óvoda és egymás életében is.

– Az óvodánkban bárki megérdemelte volna ezt az elismerést. Tagóvoda-vezetőként kijelenthetem, hogy fantasztikus óvó nénik dolgoznak a Patyolatban, akik remélhetőleg hamarosan szintén Bárczy-díjasok lesznek.

Riersch Tamás



## Felújítás, malőrrel

FOTÓ: MTI, MATHÉ ZOLTÁN



Megkezdte a MÁV Rákospalota-Újpest vasútállomásnál a felújítást. A rekonstrukció során három vágányt átépítenek, további kettőt megerősítenek, több kiterőt felújítanak, átépítik a gyalogosátjárókat és helyreállítják a peronok burkolatát. A fentiekben túl egy használaton kívüli raktárépületet is elbont a MÁV. A munkavégzés során probléma is felmerült, ugyanis a vonatok jelenleg csak a gyalogos-felüljárón közelíthetők meg, amit a mozgássérültek, kerekesszékesek nem tudnak használni. Az önkormányzat megkereste a vasúttársaságot, hogy mielőbb megoldás szülessen ez ügyben. ♦

## Banki adategyeztetés

Az Országgyűlés négy hónappal meghosszabbítva, október 31-ig tolta ki a banki adategyeztetés határidejét. A szolgáltatóknak tájékoztatniuk kell azokat az ügyfeleket, akiknek esetében az átvilágítás még egyáltalán nem vagy nem teljeskörűen történt meg. A pénzmosság elleni törvény 2017. június 26-án lépett hatályba, és a már meglévő ügyfélkör esetében kétéves átmeneti időszakot biztosított az esetlegesen hiányzó adatok, nyilatkozatok pótlására a törvény hatálya alá tartozó szolgáltatóknak. Most ezt az időt hosszabbították meg. ♦

## Budapesti díszpolgárok

Tarlós István főpolgármester átadta Budapest díszpolgári címeit a Fővárosi Közgyűlés június 19-ei, ünnepi ülésén. Díszpolgári címet kapott Béres Ilona Kossuth- és Liszt Ferenc-díjas színművész, Csókay András idegsebész, Darnyi Tamás négyszeres olimpiai bajnok úszó, Hargitay András Európa- és világbajnok úszó, Kállai Kiss Ernő klarinétművész és Korda György előadóművész.

Az elismerést posztumusz kapta meg Antall József, Magyarország első szabadon választott miniszterelnöke és



Mindszenty József bíboros, hercegprímás, esztergomi érsek. Antall József kitüntetését özvegye, Antall Józsefné (ké-

pünkön), Mindszenty Józsefét Erdő Péter bíboros, prímás, esztergom-budapesti érsek vette át. ♦

## Változó díjszabás

A Magyar Posta július 1-jétől több belföldi és nemzetközi csomagtermék díjszabását módosítja, a változás a küldeményforgalom jelentős részét nem érinti. A tájékoztatás szerint a lakossági csomagterméknél a postacsomag ára marad a legalacsonyabb, 2 kilogrammos súlyig 1550 forintról 1630 forintra változik július elsejétől. Az üzleti csomag esetében, a szintén 2 kilogrammos súlyhatárig, 70 forintos emeléssel 1860 forint lesz a kézbesítés díja. A csomagautomatákra küldött csomagok árát a korábbiaktól eltérően súlykategóriánként differenciálja a Magyar Posta azért, hogy optimalizálja az

automaták kihasználtságát. A szolgáltatás díja 2 kilogrammig továbbra is 890 forint marad, 10 kilogrammig 1030 forint, 20 kilogrammig 1340 forint lesz – részletezte a Magyar Posta. Változik a törékeny és terjedelmes extra szolgáltatások árazása is. A két szolgáltatás elvlik egymástól, a törékenyfelár 100 százalékról, 75 százalékra csökken, valamint többlétszolgáltatásként bevezetik az időgaranciát. A közlemény szerint a belföldi árakkal párhuzamosan változnak egyes nemzetközi csomagszolgáltatási díjak is. A díjszabást érintő további részletek a [posta.hu](http://posta.hu) honlapon olvashatók. ♦

## ÖNKORMÁNYZATI VÁLASZTÁS 2019

### Kormánypártok jelöltje



A Fidesz fővárosi választmányának június 26-i ülésén dr. Pintér Gábort neveztek meg a XV.

kerület kormánypárti polgármesterjelöltjének. A tanácskozáson egyhangú döntés született a fővárosi polgármesterjelöltekről, eszerint minden hivatalban lévő kormánypárti polgármester elindul az őszi önkormányzati választásokon. Ezenfelül az ellenzéki vezetőség városrészekben, a XIII. kerületben Bagdy Gábor, a XIV. kerületben Rozgonyi Zoltán, a XV. kerületben Pintér Gábor, a XIX. kerületben Dódy Gabriella lesz a jelölt. A XX. és a XXIII. kerületben később lesz döntés a jelöltekről – írta közleményében a Fidesz budapesti szervezete. ♦

### Ellenzéki előválasztás

Karácsony Gergely, az MSZP–Párbeszéd politikusa nyerte az ellenzék főpolgármester-jelölti előválasztását – jelentette be Magyar György, a Civil Választási Bizottság elnöke. Karácsony Gergely a június 20-tól június 26-án délig tartó előválasztáson 33 ezer 355 szavazatot szerzett. A DK támogatásával függetlenként induló Kálmán Olga lett a második 25 ezer 093, míg a harmadik helyen Kerpel-Fronius Gábor, a Momentum politikusa végzett, aki 9792 szavazatot kapott. Az előválasztáson 68 ezer 240 fővárosi választó

FOTÓ: MTI, BALOGH ZOLTÁN



adott le érvényes szavazatot személyesen vagy online. ♦



### Erkölcsei mérce

A Fővárosi Törvényszék június 19-én jogerősen elítélte becsületsértésért Pintér Gábort, a Fidesz XV. kerületi polgármesterjelöltjét. A másodfokú ítélet szerint Pintér politikushoz nem méltó módon beszélt egy rákospalotai roma nővel, ezért a bíróság megrovásban részesítette. A jogerős ítélet az őszi polgármesteri címért való indulást is befolyásolhatja, hiszen a kormány feddhetetlen előéletűeket szeretne jelölni – mondta az MSZP XV. Kerületi Szervezetének alelnöke, Török Zsolt a június 24-i sajtótájékoztatóján.

Török idézett abból a levélből,

melyet Kubatov Gábor, a Fidesz ügyvezető alelnöke küldött ki még az EP-választás előtt a választókerületi elnököknek, miszerint csak „feddhetetlen előéletű, erkölcsi-etikai szempontból kikezdehetetlen, közösség megbecsült tagjaiként számon tartott jelöltek indíthatók a Fidesz színeiben az őszi önkormányzati választáson”. Majd hozzátette: a két hír ellentmondást hordoz magában, éppen ezért arra szólítják fel a Fidesz vezérkarát, a kerületben, országosan is, hogy „Pintér Gábor mondjon le a polgármesterjelöltségéről, illetve képviselői mandátumáról vagy hívják vissza.” ♦



## 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 egyeztetés  
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  
*bgypint@t-online.hu*  
Előzetesen, telefonon vagy e-mailen egyeztetett  
időpontban a Pestújhelyi Községi 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 egyez-  
tetés 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. Mórincz Eszter**

30 334 2031  
*morincz.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.

**Szilvágyi 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 Polgármeste-  
ri Hivatalban. Előzetes telefon egyezte-  
tés 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.

## ORSZÁGGYÜLÉSI KÉPVISELŐ ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI

**Hajdu László** országgyűlési képviselő

30 211 3894, *hajdu.laszlo@parlament.hu*  
Fogadóórát tart augusztus 7-én, szerdán  
15 órától  
(Képviselői Iroda; Nyírpalota utca 5. fszt. 1.).

Előzetes egyeztetés vagy más időpont megbeszélése a  
06 30 899 2663-as telefonszámon vagy e-mailen.  
Rendhagyó fogadóóra a Parlamentben  
július 24-én, szerdán 10 órától. Bejelentkezés  
szükséges a 06 30 899 2663-as számon.

## Tisztelt lakosság!

Tájékoztatnom Önöket, hogy 2019. július 9-én  
(kedden) áramszünet miatt

08.00–13.00 óráig  
a Polgármesteri Hivatal zárva tart,  
telefonos elérhetőség sincs.

13.00–16.30 óráig ügyfélfogadás  
az ügyfélszolgálaton történik,  
a hivatal telefonon elérhető lesz.

Budapest, 2019. június 19.

dr. Lamperth Mónika s. k.  
jegyző

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!

## FELHÍVÁS javaslatételre a „Budapest XV. Kerületi 1956. október 23.” díjra

**A Budapest Főváros XV. Ker. Önkormányzat Képviselő-testületének 24/2012. (VI. 6.) önkormányzati rendelete szabályozza a „Budapest XV. kerületi 1956. október 23.” díj adományozását.**

A „Budapest XV. kerületi 1956. október 23.” díj azon XV. kerülethez köthető személynek adományozható

- aki az 1956-os forradalom és szabadságharc eszmeiségének ébrentartásában, erősítésében, helyi történetek kutatásában, publikálásában közreműködik, vagy
- aki a kerületi ifjúság körében az 1956-os forradalom és szabadságharc eszmeiségének ébrentartásában és erősítésében tevékenyen és hitelesen részt vállal.

A díj évente legfeljebb 2 fő részére adományozható, melyből az egyik posztumusz lehet.

A díjra ajánlást tehet:

- a kerület országgyűlési képviselője,
- helyi önkormányzati képviselő,
- a képviselő-testület bizottsága,
- a helyi nemzeti önkormányzat,
- a kerület lakosa,
- a kerületben működő társadalmi szervezet, egyesület,
- politikai párt kerületi szervezete.

A díj nem adományozható annak a személynek, aki az adományozás időpontjában a képviselő-testületnek vagy a képviselő-testület bizottságának a tagja. Saját maga, továbbá a Ptk. szerinti közeli hozzátartozója részére elismerés adományozását senki nem indítványozhatja.

Az ajánlásban meg kell jelölni:

- az elismerésre javasolt személy nevét, lakcímét, elérhetőségét,
- a javaslat indokait, az elismerés alapjául szolgáló érdemeket,
- az elismerésre javasolt személy életútjának bemutatását,
- a javaslatot tevő személy vagy szervezet megnevezését, címét, elérhetőségét, a javaslatot tevő saját kezű aláírását.

A rendeletben foglaltaknak megfelelően a javaslatot – indoklással együtt – 2019. augusztus 1-ig a XV. kerületi önkormányzat polgármesterének címezve a Budapest Főváros XV. Ker. Polgármesteri Hivatal Humánpolitikai Osztályához (1153 Budapest, Bocskai u. 1–3.) lehet eljuttatni. A javaslatához szükséges formanyomtatvány a hivatal honlapjáról ([www.bpxv.hu](http://www.bpxv.hu)) a hirdetőtábla menüpontból letölthető.

Németh Angéla s. k.  
polgármester

### TÁJÉKOZTATÁS VÉLEMÉNYEZÉSI ELJÁRÁSRÓL

**A partnerségi egyeztetés szabályairól szóló 8/2017. (III. 14.) önkormányzati rendelet 5. § bekezdése értelmében tájékoztatjuk a Tisztelt Lakosságot, és az 1. § (2) bekezdés szerinti Partnereket, hogy 17/2018. (VI. 26.) ök. rendelettel jóváhagyott, a kerület teljes közigazgatási területére vonatkozó Rákospalota, Pestújhely, Újpalota Építési Szabályzat (KÉSZ) módosítás-tervezete elkészült.**

A KÉSZ módosítás elfogadásához szükséges településrendezési eljárás a településfejlesztési koncepcióról, az integrált településfejlesztési stratégiáról és a településrendezési eszközökről, valamint egyes településrendezési sajátos jogintézményekről szóló 314/2012. (XI. 8.) Korm. rendelet 36. §-a szerinti teljes eljárással történik, melyből most a véleményezési szakasz kerül lefolytatásra.

A Kerületi Építési Szabályzat módosítására

- a hatályos szabállyal kapcsolatban az alkalmazása során felmerült elírások, pontatlanságok javítása,
- az előzetes véleményezési szakaszban beérkezett partneri és államigazgatási vélemények beépítése,
- valamint a módosítási eljárással párhuzamosan futó 50/2015. (I.28.) Föv. Kgy. határozattal elfogadott Budapest Főváros Településszerkezeti Terv (TSZT), és 5/2015. (II.16.) Föv. Kgy. rendelettel elfogadott Budapest Főváros Rendezési Szabályzat (FRSZ) módosítás érvényre juttatása okán kerül sor.

A partnerségi egyeztetés szabályairól szóló 8/2017. (III. 14.) önkormányzati rendelet 1. § (2) bekezdésében meghatározott partnerek az elkészült tervezetről a véleményezési szakasz keretén belül észrevételt, javaslatot tehetnek, véleményt nyilváníthatnak 2019. július 4-től augusztus 2-áig.

A rendelettervezet lakossági bemutatóját 2019. július 15-én, 17 órától a Polgármesteri Hivatal dísztermében tartjuk.

A tervezet letölthető a [www.bpxv.hu](http://www.bpxv.hu) oldalról a jobb oszlopban az Építési Szabályzat menü alatt!

A Főépítési Irodának címzett véleményüket, észrevételeiket kérem az alábbi postacímre, vagy e-mail címre küldjék meg:

**Ivélécím:** Bp. XV. ker. Önkormányzat Polgármesteri Hivatal  
Főépítési Iroda Sipos Gábor főépítész  
1153 Budapest, Bocskai u 1-3.  
**e-mail.:** [fepitesz@bpxv.hu](mailto:fepitesz@bpxv.hu)  
**tel/fax.:** (1) 305-33-68, 305-33-78

Budapest, 2019. június 26.

Tisztelettel

Németh Angéla  
polgármester

## Felhívás javaslatételre a „Budapest XV. Kerület Díszpolgára Címre”

**A Budapest Főváros XV. Ker. Önkormányzat Képviselő-testületének 24/2012. (VI. 6.) önkormányzati rendelete szabályozza a „Budapest XV. kerület Díszpolgára Cím” adományozását.**

A „Budapest XV. kerület Díszpolgára Cím” annak a kerülethez köthető személynek adományozható:

- aki kiemelkedően jelentős munkájával maradandó értéket alkotott, vagy
- aki életművével a kerületben vagy országosan elismerést szerzett, vagy
- aki jelentős módon hozzájárult a kerület jó hírűvének öregbítéséhez, közösségének, hagyományainak gazdagításához, vagy
- aki példamutató emberi magatartása miatt köztisztviselőként áll.

A cím évente legfeljebb 2 fő részére adományozható, melyből az egyik cím lehet posztumusz.

A cím adományozására ajánlást tehet:

- a kerület országgyűlési képviselője,
- helyi önkormányzati képviselő,
- a képviselő-testület bizottsága,
- a helyi nemzeti önkormányzat,
- a kerület lakosai,
- a kerületben működő társadalmi szervezet, egyesület, egyház,
- politikai párt kerületi szervezete,

- önkormányzati intézmény, valamint a kerületben működő egyéb intézmény.

A cím nem adományozható annak a személynek, aki az adományozás időpontjában a képviselő-testületnek vagy a képviselő-testület bizottságának a tagja. Saját maga, továbbá a Ptk. szerinti közeli hozzátartozója részére elismerés adományozását senki nem indítványozhatja.

Az ajánlásban meg kell jelölni:

- az elismerésre javasolt személy nevét, lakcímét, elérhetőségét,
- a javaslat indokait, az elismerés alapjául szolgáló érdemeket,
- az elismerésre javasolt személy életútjának bemutatását,
- a javaslatot tevő személy vagy szervezet megnevezését, címét, elérhetőségét, a javaslatot tevő saját kezű aláírását.

A rendeletben foglaltaknak megfelelően a javaslatot – indoklással együtt – 2019. augusztus 1-ig a XV. kerületi önkormányzat polgármesterének címezve a Budapest Főváros XV. Ker. Polgármesteri Hivatal Humánpolitikai Osztályához (1153 Budapest, Bocskai u. 1–3.) lehet eljuttatni. A javaslatához szükséges formanyomtatvány a hivatal honlapjáról ([www.bpxv.hu](http://www.bpxv.hu)) a hirdetőtábla menüpontból letölthető.

Németh Angéla s. k.  
polgármester

## FELHÍVÁS fotóküldésre

**A Lokálpatrióták a XV. kerületért Egyesület falinaptár kiadását tervezi 2020-ra.**

A falinaptárban/on a kerületi érdekességek, jellemző épületek, természeti szépségek fotóit jelentetnénk meg. A Facebookon sok nagyon szép, érdekes, jó minőségű képpel találkozunk. Ez adta az ötletet, hogy ezt a felhívást közzétegyük.

Fotózást szerető és művelő lakótársaink, hogy amennyiben önöknek van a XV. kerületről, annak érdekességeiről, épületeiről, természeti szépségeiről jó minőségű fényképe, és azokat tértitkosan a falinaptár elkészítéséhez az egyesületünk rendelkezésére is bocsátanák,

kérjük, tegye meg. Egy fotós több képet is küldhet.

Úgy gondoljuk, hogy ezekből a képekből hozzáértő zsűri közreműködésével választanánk ki azokat, amelyeket a naptárban szerepeltetnénk.

A részletekről érdeklődni lehet a +36209666617-es és a +36309622901-es telefonszámon.

A jelentkezéseket és a képeket a [lokalspatriotakxv@gmail.com](mailto:lokalspatriotakxv@gmail.com) címre várjuk. Leadási határidő: 2019. július 15.

Budapest, 2019. május 12.

Bringye János  
elnök



## BUDAPEST FŐVÁROS XV. KERÜLET POLGÁRMESTERI HIVATAL PÁLYÁZATOT HIRDET

Budapest Főváros XV. Ker. Polgármesteri Hivatal  
pályázatot hirdet

a **FŐÉPÍTÉSZI IRODÁN:**

**településfejlesztési ügyintézői,**

az **ÉPÍTÉSÜGYI OSZTÁLYON:**

**építésügyi, hatósági ügyintézői,**

az **RENDESZETI OSZTÁLYON:**

**közterület-felügyelői**

és

**segédfelügyelői**

valamint

a **KÖZIGAZGATÁS-SZOLGÁLTATÁSI ÉS INFORMATIKAI  
OSZTÁLYON:**

**fűtő, karbantartói**

munkakörök betöltésére.

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

Jelentkezési határidő: **2019. július 12.**



## FELHÍVÁS VÉRADÁSRA

A Budapest Főváros  
XV. Kerületi Polgármesteri Hivatala  
és a Vöröskereszt XV. Kerületi Szervezete  
véradást szervez

**2019. július 6-án (szombaton) 13.00–18.00 óra között  
az Ázsia Centerben (Nyugati Szárny I. emelet)  
1152 Bp., Szentmihályi út 167–169.**

Szeretettel várjuk kerületünk polgárait!

Kérjük Tisztelt Véralóinkat, hogy személyi igazolványukat  
és tajkártyájukat szíveskedjenek magukkal hozni.

**MINDEN VÉRADÓ AJÁNDÉKOT KAP!**

**SEGÍTSÉN, HOGY SEGÍTHESSÜNK!**

Budapest XV. Ker.  
Polgármesteri Hivatal

Vöröskereszt  
XV. Kerületi Szervezete

## Kerületi tanulmányi ösztöndíj

**(A tanulók nem egyénileg pályáznak, hanem az iskolák  
terjesztik fel a tanulókat a díjra.)**

A kerületi költségvetés hiánya sem akadályozza meg kerületi tanulmányi ösztöndíjak odaítélését.

A kerületi tanulmányi ösztöndíjat azok az 5–8. évfolyamon és a 9–13. évfolyamon tanuló diákok kaphatják, akik az önkormányzat közigazgatási területén az Észak-Pesti Tanterületi Központ által fenntartott iskolákban tanulói jogviszonnyal rendelkeznek, és az önkormányzat közigazgatási területén legalább egy éve bejelentett lakó- vagy tartózkodási hellyel rendelkeznek, emellett életvitelszerűen is Budapest Főváros XV. kerületében laknak. Tehát a tanulók nem egyénileg pályáznak, hanem az iskolák terjesztik fel a tanulókat a díjra.

A tanulókat a Pallasz Athéné-díjra és a Halley-díjra terjeszthetik fel az iskolák.

A Pallasz Athéné-díjban a nappali tagozaton kiemelkedő tanulmányi eredményeket elérő tanulók részesülhetnek. Kiemelkedő tanulmányi eredménynek az 5–8. évfolyamon a legalább 4,8, a 9–13. évfolyamon a legalább 4,7 tanulmányi átlag minősül. Az iskolák évfolyamonként egy, ha az évfolyamon három vagy több osztály működik,

két tanulót jelölhetnek a Pallasz Athéné-díjra.

Halley-díjban a nappali tagozaton kimagasló tanulmányi eredmény-javulást elérő tanulók részesülhetnek. Kimagasló tanulmányi eredmény-javulásnak a legalább 0,3 vagy annál nagyobb mértékű tanulmányilag-javulás minősül. A tanulmányi eredmény-javulás esetében a magyar nyelv és irodalom, matematika, történelem és állampolgári ismeretek, bármelyik idegen nyelv, természetismeret, fizika, kémia, biológia, földrajz, informatika, szakmai tantárgyak vehetők figyelembe. Halley-díjra az összes érintett tanulót jelölhetik az iskolák.

A Pallasz Athéné-díj esetében 100 000 Ft, a Halley-díj esetében 50 000 Ft a tanulmányi ösztöndíj összege.

Az iskolák július 10-éig nyújthatják be az önkormányzathoz a jelöléseket. A díjak odaítéléséről a Köznevelési, Kulturális, Közművelődési, Rendezvényszervezési, Ifjúsági és Sport Bizottság dönt. Az önkormányzat az ösztöndíjat elnyert tanulókkal támogatási szerződést köt. Az ösztöndíjat a támogatási szerződés aláírását követő 30 napon belül folyósítja az önkormányzat.

## FELHÍVÁS Ingyenes civil akció!

**Kerületiek a kerületiekért!**

„Segítek hazavinni!” címel akciót szervez az ÖTHÉT egyesület, az Együtt Újpalotáért Egyesület, a XV. Kerületi Lokál Patrióták és a RÁTE Egyesület.

Ezúton szeretnénk tájékoztatni Önöket a lehetőségekről, mely akció keretein belül főként **nyugdíjas és mozgásban korlátozott kerületi lakosoknak, kisgyermekes anyukáknak** segítünk a havi nagybevásárlás lebonyolításában. **Ön bevásárol, mi hazavisszük!**

A segítségnyújtás érdekében előzetes regisztráció szükséges az alábbi elérhetőségek valamelyikén vagy a helyszínen  
**othen-egyesulet@hotmail.com**  
**06 30 991 4405** MakaiFerenc – ÖTHÉT elnök  
**06 30 932 1764** Ali – szervező

**Hívjanak bizalommal, állunk rendelkezésükre!**

**07. 12. péntek, 09:00–14:00,  
Vásárcsarnok 7-es busz megállója**



## AZ XV TV MŰSORA

július 4. csütörtök	július 11. csütörtök	július 18. csütörtök
19:00 Civil sáv	19:00 Civil sáv	19:00 Civil sáv
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
július 5. péntek	július 12. péntek	július 19. 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
július 6. szombat	július 13. szombat	július 20. szombat
19:00 Neve is van: Budapest II. Az autókorszak vége?*	19:00 Neve is van: Budapest II. Az autókorszak vége?*	19:00 Neve is van: Budapest III. Csodatevő fák*
július 7. vasárnap	július 14. vasárnap	július 21. vasárnap
19:00 Ne legyen áldozat!	19:00 Ne legyen áldozat!	19:00 Ne legyen áldozat!
19:30 Telefonos ambulancia	19:30 Telefonos ambulancia	19:30 Telefonos ambulancia
20:00 Visszatekintő	20:00 Visszatekintő	20:00 Visszatekintő
július 8. hétfő	július 15. hétfő	július 22. hétfő
19:00 60+	19:00 60+	19:00 60+
19:20 Kultakt	19:20 Kultakt	19:20 Kultakt
19:40 Kertbarátok	19:40 Kertbarátok	19:40 Kertbarátok
20:00 Sportmagazin	20:00 Sportmagazin	20:00 Sportmagazin
július 9. kedd	július 16. kedd	július 23. kedd
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
július 10. szerda	július 17. szerda	július 24. szerda
19:00 Cseperedő	19:00 Cseperedő	19:00 Cseperedő
19:20 Sportmagazin	19:20 Sportmagazin	19:20 Sportmagazin
19:40 Alkotó kéz	19:40 Alkotó kéz	19:40 Alkotó kéz
20:00 Vitalitás	20:00 Vitalitás	20:00 Vitalitás

\* **Műsorajánló.** NEVE IS VAN: BUDAPEST; Ismeretterjesztő sorozat, 2013. **II. Az autókorszak vége? III. Csodatevő fák.** A 3x52 perces ismeretterjesztő sorozat alaposan végigjárja a belső városrészeket. Építészek, képzőművészek, várostervezők, ökológusok és közlekedésfejlesztők segítségével próbáljuk értékelni a városképet és megérteni a város működését. Miközben villamoson, buszon, földalattin, kerékpáron és gyalog bejárjuk a várost, egy-egy szakaszon ők hívják fel a figyelmünket a látnivalókra.

Keddenként a **Hírtükör** című műsor ismétlését a siket és nagyothalló nézőink felirattal nézhetik meg.



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

## A 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 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 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 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 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

## LEGYEN MINDIG PERCRE KÉSZ!

Töltse le az **XV Média** appot a Play Áruházból vagy az AppStore-ból, és értesüljön azonnal a kerület fontos eseményeiről!

✓ az app segítségével okostelefonján olvashatja a [www.xvmedia.hu](http://www.xvmedia.hu) weboldal híreit

✓ a friss hírekről automatikus üzenetben értesül

✓ a nyomtatott változatnál hamarabb olvashatja az ÉLETKÉPEK magazint



ANDROID



IPHONE

## KULTURÁLIS PROGRAMAJÁNLÓ

### Csokonai Művelődési Ház

1153 Eötvös u. 64–66. T.: 307 7285



#### Syconor Retro Tánc Party

július 6., szombat, 18–22 óra; belépő: 1400 Ft

### Kikötő - Ifjúsági Közösségi Sziget

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

#### Kikötő Nyár

július 8–27.

Ingyenes szüneti programsorozat, hétfőtől szombatig minden délután 15.00–18.00-ig.

Hétfőnként szabadíszeket és szuper ékszereket készíthetsz.

Keddenként finomságokat és konyhai tárgyakat gyárthatsz.

Szerdánként kvízzjátékok, vetélkedők várnak.

Csütörtökönként sportolj és versenyezz.

Péntekenként filmdélután.

Szombatonként nyakunkba vesszük a várost és jókat kirándulunk (2 BKV-jegy és szülői nyilatkozat szükséges!).

## Páratlan Vakáció 2019 – ingyenes játéksorozat

A szünidő páratlan dátumú hétköznapjain, 10–13 óráig kínálnak programokat változó helyszíneken.

#### Látogatás a Csodavárba.

Július 9., kedd 10–13 óráig, Csodavár

Találkozás az épület előtt. (XV. kerület, Árvavár u. 1.)

#### Helyem, házam, otthonom

Július 11., csütörtök 10–13 óráig:

Tárlatvezetés és játék a Rákospalotai Múzeumban (Pestújhelyi út 81.)



#### Batkolás

Július 15., hétfő 10–13 óráig

Hozzatok festeni való (pamut vagy vászon) pólót, inget, nadrágot, szoknyát vagy csak anyagot. Terítőkcskének, fejpántnak valót kaphattok helyben is.

Pestújhelyi Közösségi Ház



#### Hulladékudvar-látogatás,

XV. kerület, Károlyi Sándor u. 166.

Július 17., szerda 10–13 óráig

A háztartásokban keletkező hulladék útjával ismerkedhetsz meg.

Találkozás 9:50-kor a 125-ös busz Szuglói Körvasút sor megállójában (Rákospalota felé)



#### Kutyás nap

Július 19., péntek 10–13 óráig

Tölts velünk és a kutyáddal egy délelőttöt! Készítünk kutyajátékot, megismerjük a kutyás illetant. Ha nincs saját kutyusod, adunk „kölcson” egyet.

Pestújhelyi Közösségi Ház

#### Ügyes kezek – Virágkitűző készítése

Július 23., kedd 10–13 óráig

A sikerhez különböző színű anyagokat biztosítunk, de te is elhozhatod kedvencedet.

#### Hogyan írnak és olvasnak a látássérültek?

Július 25., csütörtök 10–13 óráig:

Interaktív bemutató a Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetségében.

Találkozás 10 órakor az Öv utcai kis Tesco előtt.

#### Játékkészítő nap

Július 29., hétfő 10–13 óráig

Elkészítheted kedvenc társasodat, kártyajátékodat.

Kozák téri Közösségi Ház

#### Életre kelt mesebirodalom

Július 31., szerda 9–13 óra:

Ez egy színjátékos nap lesz. Mesét írunk, szerepet osztunk, színházat játszunk.

Kozák téri Közösségi Ház

# Negyedrangu állampolgárok

Szerintem a legizgalmasabb regények a történelemtöredékek háromsoros, kisbetűs részeiből készülnek. A kitelepítésekről mindenki hallott, akár családi történetekből, akár az érettségire készülve, de arról, hogy mi történt a kitelepítettekkel, miután felrakták őket a kocskira, majd a vonatokra, semmit sem tudtam Kováts Judit Hazátlanok című regénye elolvasásáig.



A levéltáros-történész szerző harmadik regénye hasonlóan komoly témát jár körül, mint az előző két műve. Hartmann Lili késmárki gimnazista élete gyökeresen felfordul, mivel német származása miatt kitelepítik hazájából. Hamar fel kellett nőnie, mivel ügyvéd édesapját bebörtönözték, majd kényszermunkára küldték, nővére gyermeket vár a hónapok óta fronton levő sógorától, akiről nem kapnak hírt, így a család nőtagjait ő próbálja életben tartani, amikor megkezdik kálváriájukat. „Régi életünk akár egy törött korsó, szétesve darabjaira.”

Lili eddigi védett életében most

tapasztalja először idegenek gyűlöletét, ismeretlenek fizikai bántalmazását, csak azért, mert német eredetű a családja. Németül, magyarul és szlovákul egyaránt jól tud, de egyik néphez sem tartozik ezentúl, hazátlan lesz. Ideiglenesen táborba zárják őket, majd a politikai helyzet változásakor Bajorországba kerülnek, ahol a volt koncentrációs táborokban jelölnek ki nekik helyet. Éveken keresztül negyedrangú állampolgárként, éhezve-fázva élnek, de minden erejével próbálja családját egyben tartani, ha kell lop, ha tud, munkát vállal.

Kováts Judit naturalisan, de mégis természetesen ír olyan szörnyűségekről, melyeket el sem tudunk képzelni. Bár Hartmann Lili kitalált alak, biztosak lehetünk benne, hogy ezerszámra kerültek ilyen helyzetbe emberek politikai döntések miatt. Sokan meghaltak, sokan új életet kezdtek, mint ahogy Lili is, a Hazátlanok című könyv pedig emléket állít a háború ezen ártatlan áldozatainak.

**-cs-ó**  
(Kováts Judit: Hazátlanok; Magvető, 2019; 3999 Ft)



Tavasszal hallgattam meg Tari Annamária pszichológus Z és alfa generációról szóló előadását. A szakember többek között arra hívta fel a figyelmet, hogy a mai tizenéves már nemcsak amiatt szorong, ami a való világban, a családjában történik, hanem az online csoportjai miatt is. Szociometrikus helyzetét ugyanis már rég nem az határozza meg, milyen szerepet tölt be az iskolai osztályában, hanem hogy milyen a pozíciója a közösségi médiában.

Gyermek fél tizenegy éves, gondoltam, van még ezzel időm foglalkozni, hol van ő még ettől. Mint mára kiderült, két hónapnyira csupán. Hirtelen létrejött ugyanis két csoportjuk a Messengeren, egy szűkebb a haveroknak és egy az osztálynak. A hideg víz vert ki a tudattól, de hát ugye a csatlakozást megtiltani nem lehet, éppen a szociometriai helyzet miatt. Mit tehet ilyenkor a szülő?

Nálunk szerencsés a helyzet, egyelőre, mert egyrészt apja nevét használva léphet be a csoportokba, nem lévén saját telefonja, így kontrollálható a beszélgetések, másrészt, mivel Gyermek népszerű a való világban is, ő lett az egyik adminisztrátor.

Visszatérve a beszélgetésekre, na, azoktól rosszul vagyok. Semmi értelme(s), legalábbis egy X generációs számára, ellenben hemzsegnek káromkodásoktól és helyesírási hibáktól. És tényleg, van 1-2 aggasztó téma. A szűkebb csoportban például az egyik körkérdés: Te kit utálsz legjobban az osztályból? Aztán később ugyanebből a csoportból kizárták az egyik leányzót, mert „túl sok volt”.

Kirekesztés és kegyetlenkedés régen is volt, persze. De amíg csak az offline térben ment, a gyerekek hazamentek, másnapra aludtak az ügyre, és egészen másként indult az új nap. Na, ez szűnt meg az online világban...  
**-y-a**

## A KUTYA MEG A NYÚL

GRAFIKA: VARGA TÍMEA LAURA

A világ kezdetekor az állatok nagy barátságban voltak egymással, nem üldözte egyik a másikat, mint most.

Különösen nagy barátságban volt a kutya a nyúllal.

Történt egyszer, hogy több állat összegyűlt egy erdőben, ott nagy tüzet raktak, a tűz körül játszadoztak, mulatoztak.

Egyik-másik piríttatta a talpát a tűz melegénél.

A tűz mellé ült a kutya is, pirította a talpát.

Egyszerre csak háta mögé lopódzott a nyúl, s a kutyát játszaiságból a tűzbe lökte.

Megmégelődik a kutya, hirtelen kiugrik a tűzből, látja, hogy a talpáról leperzselődött a szőr.

Hiszen neki sem kellett egyéb, mérgében megkapta a nyúl farkát, s kettéharapta.

Azóta oly kurta a nyúl farka, s azóta üldözi a kutya a nyulat, mindenütt, ahol látja - még ott is, ahol nem látja, csak a nyomát szagolja...



# Állatasszisztált terápia



FORRÁS: FEJLESZTŐPALOTA

elmúlt nevelési évben nyolcalkalmas komplex programot alakítottak ki a szakemberekkel együtt. „Kollégánommal, Jánosi Mónika pszichológussal és Polár nevű kutyájával tartottuk a foglalkozásokat, melyeket az érzelmek – féltélem, harag, düh, bánat, szomorúság, öröm – köré csoportosítottuk” – mondta a szakember. A gyermekek hétköznapi viselkedését ugyanis könnyebben lehet befolyásolni, ha tisztában vannak az alapvető emberi érzelmekkel, melyek meghatároznak bennünket.

A kutyaterápiás órákon először mindig körbeülték a kutyát, és simogatás közben beszélgettek az aktuális érzelemlről. A szakemberek közben figyeltek arra is, hogy az arcunkon jól látszódnak az egyes mimikák. Gyerekeket ábrázoló képeket és emotikonokat átválogatva az óvodások egyesével a kutyát pórázon vezetve sétáltak, és elmondták, hogy ők mikor dühösek, mikor szomorúak, illetve mikor éreznek örömet. Az állatasszisztált foglalkozásokon a gyermekek látványosan megnyíltak. Türelmük is csiszolózott, képesek voltak kivárni, míg rájuk került a sor, és figyeltek egymásra. „Érdekes volt látni, hogy amikor körben ülve beszélgettünk, szinte ugyanazokat, egymást túlharsogva mondták, hogy mit éreznek. Addig a kutya pórázát fogva, »séta« közben, halkán, szinte csak a kutyának mondták a saját érzéseiket. Ebben a szituációban még a legviszszahúzóbb, leginaktívabb gyerek is feloldódott, és beszélt. Mivel itt a kutyának mondta, aki nem csúfolja vagy neveti ki, hanem meghallgatta őt” – nyomatékosította a szakember. **B. I.**

**Az érzelmi intelligencia, vagy rövidebben EQ nem más, mint a környezeti ingerekre adott érzelmi válasz. Hasonlóan az IQ-hoz, az érzelmi intelligenciát is már egészen kicsi kortól nemcsak lehet, de muszáj is fejleszteni, ez ugyanis segít abban, hogy a gyerek, illetve a későbbi felnőtt kiegyensúlyozottabb, boldogabb életet élhessen. Erre jó megoldás az állatasszisztált terápia, melynek jótékony, fejlesztő hatását kis óvodásaink is megtapasztalták.**

Az Újpalotai Összevont Óvoda, illetve a Napsugár 2. Tagóvoda középső csoportja viselkedés- és magatartásproblémákkal tarkított összetétele miatt 2017-től 2 hetente vezette be szülői támogatással az állatasszisztált terápiát. Baranyai Katalin óvodapszichológus elmondta: az

# Karaoke kínaiul



FOTÓ: XV MEDIA, NAGY BOTOND

**Bár a 2018–19-es tanév június 14-én befejeződött, gyerekszívatól volt hangos a Magyar–Kínai Két Tanítási Nyelvű Általános Iskola és Gimnázium. A Magyar–Kínai Kulturális Egyesület ugyanis idén június 18-án a Neptun utcai iskola aulájában rendezte a harmadik közép-európai kínai nyelvű énekveteményét, amin negyvenötven vettek részt.**

A verseny régebbi keletkezési, csak korábban kizárólag kínai anyanyelvű diákok részvételét tették lehetővé, az egyesület azonban 2017-ben nyitott a kínai nyelvet tanuló és beszélő, de nem kínai származású érdeklődők felé. A verseny része a Kínában rendezendő Water Cube Cupnak, melynek helyi „selejtezőjét” valamilyen olyan országban megrendezik, ahol szá-

mottevő kínai közösség él. A helyi versenyek győztesei minden évben részt vesznek a pekingi döntőben, mely idén augusztus 8-a. A június 18-i magyarországi versenyen negyvenötven szálltak harcba a pekingi helyekért, köztük a verseny helyszínét biztosító újpalotai iskola is tizenöt versenyzővel képviseltette magát.

A szervezők két korosztályban, 18 év alattiiban és felettiben hirdettek versenyt, ám a kínai anyanyelvűeket és a kínai nyelvet tanulókat külön értékelték. A versenyzők bármilyen dalt választhattak, mindössze a kínai nyelven történő éneklés volt kikötés. A produkciókat egy hétfős zsűri értékelt, melyben többek között Papp Zsófia, a Hubay Jenő Zeneiskola tanára is helyet kapott.

A házigazda újpalotai iskola versenyzői közül az ötödik évfolyamos Bauer Adorján a Kínai Kulturális Kommunikációs Különdíjat érdemelte ki, Zheng Dániel és Zheng Roland az Ifjúsági kategória második és harmadik helyezéért részesült elismerésben, illetve a hatodik évfolyamos Wang Wenni, Král Mira, Kárándi Lara trió pedig a Barátság díj ének kategóriában lett harmadik helyezett, és az internetes közönségsvotazáson is ők nyerték a csoportok versenyét. **Riersch Tamás**

# Egyszerre független és szabad sajtó?



**A Városházi esték beszélgetéssorozat utolsó alkalomával június 26-án a sajtószabadságról tartottak beszélgetést a Nyitott Ajtó Újpalotai Együttműködési Irodában. A szervező Új Egyenlőség Alapítvány részéről Kórodi Mária volt miniszter moderálta Horváth Gábor, a Népszava főszerkesztője és Rózsa Péter, a Klubrádió főszerkesztő-helyettese beszélgetését a magyar média helyzetről.**

Horváth Gábor a Népszava újság 147 éves történetével bizonyította, hogy nem ez a legrosszabb időszak a magyar médiapiacra. Szerinte manapság nem az a sajtóteremték marad életben, ahol a legjobban dolgoznak, hanem amelyet életben hagynak. Az állami reklámok kiosztása miatt Horváth Gábor szerint jelentősen torzult a magyar médiapiac.

Ezzel egyetértett Rózsa Péter is, aki elmondta, hogy a Klubrádió jelenleg közösségi frekvencián szól, nem kell frekvenciahasználati díjat fizetniük, de így csak Budapesten és környékén érhető el az adás.

A rádiónál folyamatosan problémát jelent, hogy nem mernek náluk hirdetni a vállalatok, mivel attól félnek, emiatt elesnek az állami megrendelésektől. Ők a hallgatóiktól kérnek adományokat, de ez szerint se nem tisztességes, se nem professzionális, mert a törvény alapján közösségi tartalmat kell előállítaniuk, és hiába adakoznak a hallga-

FOTÓ: XV MEDIA, VARGOSZI

tók, nem tudják figyelembe venni az ő érdekeiket.

Horváth Gábor szerint egyre kisebbek a sajtószabadság szigetei és egyre nehezebb eljutni oda. Saját tapasztalataik szerint vidéken még sokkal rosszabb a helyzet, kisebb falukban nem mernek előfizetni a Népszavára. Az egyetlen kisboltban vagy a postán pedig csak a kormányzati lapokat árulják. Rózsa Péter szerint még van szabad sajtó Magyarországon, de ez nem független. Horváth Gábor szerint a világ sok táján még rosszabb a helyzet, hazánkban legalább nem vernek meg vagy börtönöznek be újságírókat a munkájuk miatt.

Rózsa Péter szerint szükség lenne a kritikus hangra, de hiába van néhány oknyomozó portál és hoznak nyilvánosságra leleplező anyagokat, nincs következményük, nem indul nyomozás, nincs számonkérés. A Népszavában megjelenő állami hirdetések kapcsán a főszerkesztő elmondta, hogy a szerkesztőségben belül ez a leggyakoribb témájuk, mivel ez sokak szerint elveszi a hitelességüket, de nem jelentenek meg minden hirdetést és tartalmi engedélyt nem tesznek.

A hallgatói kérdések kapcsán a jelenlegi médiapiac kialakulásának történelmi okairól is beszéltek a meghívottak, és teljes egyetértésben bíznak abban, hogy a politika, a sajtó és a civilek is megtalálják azokat a lehetőségeket, melyek kivezetnek ebből a jelenlegi nem jó helyzetből. **(kovács)**

# A REAC kalandos története

Kevés ilyen múltú sportklub van a fővárosban, mint a kerületi REAC. A csapat jelenlegi sportteljesítményei mellett érdemes rövid múltidézt tartani arról, hogyan alakult ki a Rákospalotai Egyetértés Atlétikai Club.

Lőrincz Róbert a *Helyem Házam Palotám* újságban írt a klub szövevényes történetéről. Az írásából kitűnik, hogy szerinte a címerben szereplő alapítási időpont, az 1912-es dátum nem helyes, mivel a dokumentumok szerint 1913-ban alakultak meg hivatalosan. A RAC 1913-ban alakult meg, 1914-ben a RESC, és ez a két egyesület 1946-ban fuzionált.

Az eddig felderített klubbörténetet nem lehet röviden bemutatni, ezért koncentráljunk a pályájukra és a csapat-összeolvadásokra. A Rákospalotai Atlétikai Klub pályája a Széchenyi téri templom mögött volt, aztán átkerültek a Szentmihályi út melletti játéktérre, de engedélyt kértek 1914-ben a községtől, hogy visszamehessenek a Széchenyi térre (a mai REAC-stadion északi oldalára). Az I. világháború után évek kellettek, mire újra összeállt a futballcsapat, 1924-ben választott



Összeolvadások sorozata | A RESC csapata 1938-ban

új tisztkart a RAC. A III. osztályú válogatott folyamatosan szerepelt, de ismét a pályával volt gond. A fekvése miatt összegyűjtötte az esővizet, ha temetés volt a szomszéd templomban, félbe kellett szakítani a meccseket. Később Pestújhelyen folytatták az edzéseket.

Több fordulat után dr. Klobentz Sándor rákospalotai lelkész bábáskodott a Palotai Turul SC-vel való fúzió felett, így indulhattak újra a bajnokin. A RAC nevet Rákospalotai Vasas AC-ra változtatták 1945-ben, majd 1946-ban összeolvadtak a

RESC Barátság csapatával, és Rákospalotai Egyetértés Atlétikai Club (REAC) néven folytatták.

Pestújhelyről 1946-ban került vissza a Széchenyi térre a sporttelep. Mikor 1950-ben Rákospalota Budapest XV. kerülete lett, az 1949-ben Rákospalotai Szakmaiközi SE névre váltó csapat beolvadt a Belsped Szállítmánya Vállalat csapatába, majd 1954-ben Budapesti Szállítók néven folytatták egy újabb váltás miatt.



Négy évre Újpestre költöztek, majd 1961-től a Szállítók visszatért a rákospalotai sporttelepre. FŐSPED-Szállítók néven működtek

1969-től, majd a VOLÁN SC-hez kerültek a csapatok. Az 1990-es csőd után 1991-ben megalakították a VOLÁN FC-t, mely a Ganz Danubius csapatba olvadt, majd a frissen újraalakult REAC játszott a Czabán Samu, majd újra Széchenyi térinek hívott pályán.

-cs -ó,

## KERÜLETI TEMPLOMOK

# Evangélikus templom a kis téren

**Összefogás, adakozás, hit és egy mai napig álló templom. Hasonlóan más kerületi templomhoz, a pestújhelyi evangélikus templom történetét is ezekkel a szavakkal lehetne összefoglalni.**

Pestújhely önállósodása után a helyi evangélikus gyülekezet először a rákospalotai leányegyháza lett, majd 1922-ben vált missziói egyházzá. A Budapesti Városvédő Egyesület Templomtörténeti Csoportja részletesen feldolgozta a templom történetét, itt említették, hogy Komjáthy Béla lelkész indított 1928-ban gyűjtést az építkezéshez. A községtől ajándékba kapta a gyülekezet a telket, ezen épült fel Sándy Gyula építész tervei alapján a templom, ő egyébként díjtalanul vállalta az építkezési munkák vezetését is.

Nakam felszentelését 1933. november 26-án tartották. A 8 órai újság két nappal később így szá-



FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

a gyűjtésben Rakssányi Elemér, aki három évtizedig szolgálta pestújhelyi főjegyzősége mellett presbiterként is a híveket.

A háborúban komoly sérülések érték az épületet, de a tető és a falak felújítása után kiegészítették ezt egy egyszerű sekrestyével is. Szabó B. András jelenlegi lelkész évek óta dolgozik azon, hogy a sekrestye helyén gyülekezeti terem építhessenek, mára már sok akadály elhárult terveik elől. Ő mesélte érdekességként azt a történetet is, hogy a templom belső képsorai Szita István lelkész és festőművész munkái, aki a háború után utoljára ebben a templomban festhetett, utána eltiltotta ettől a feladattól az államhatalom.

A seccók Krisztus életét mutatják János evangéliumából vett bibliai jelenetekkel. Néhány évvel ezelőtt felújította a festményeket a gyülekezethez tartozó Perger László, de sajnos az idős mester már nem látta a megújult alkotásokat.

-cs -ó

molt be az eseményről: „A templom felavatását vasárnap délután végezte el dr. Raffay Sándor püspök. A püspök beszédében hangoztatta, hogy az evangélikus templomból csakis a békeesség szelleme áradhat

ki, ne hozzon ide – úgymint – senki gyűlölködést, szerencsétlenséget.”

A templom belső berendezését adományokból kapták, még az utólagosan felépülő torony árát is a hívek adták össze, és sokat segített



## Nyílt napok Bernecebarátiban



Idén is két turnusban táborozhatnak a testvérvárosokból és kerületi iskolákból érkezett gyerekek Bernecebarátiban, az önkormányzat által szervezett Nemzetközi Ifjúsági Táborban. Az első turnus július 1-jétől 8-ig, a második július 22-től 29-ig tart. Mindkét hét végén vasárnap – július 7-én, illetve július 28-án – nyílt napon várják a vendégeket, ahol bemutatókkal, rögtönzött kiállításokkal szórakoztatják az érdeklődőket. ♦

## Elhunyt Horváth Ádám

Hosszan tartó betegség után június 19-én, 89 éves korában elhunyt Horváth Ádám Kossuth-díjas rendező, a Magyar Televízió volt elnöke. Pályafutása során rendezett híradót, dokumentumfilmet, riportot, portréfilmet, tévéjátékot, balettet, zenés játékot, operát, nevéhez fűződik 1989. június 16-án Nagy Imre és mártírtársai újratemetésének televíziós rendezése. 1987 és 1999 között ő volt a Szomszédok című teleregény rendezője és később forgatókönyvírója is. Horváth Ádámot 2004-ben a Magyar Televízió örökös tagjává választották. 1970-ben Balázs Béla-díjat, 1978-ban Erdemes Művész címet, 1985-ben Erkel Ferenc-díjat kapott, 2007-ben Kossuth-díjjal tüntették ki több évtizedes nagy sikerű rendezői munkássága elismeréseként. Horváth Ádámot a Duna Médiaszolgáltató Nonprofit Zrt. saját halottjának tekinti. ♦



## Varázslatos Szent Iván-éj

Anyári napforduló a csillagászati nyár kezdetét jelenti, a legtöbb kultúrában számos ősi szokás kapcsolódik június 21-éhez. A magyar népszokások viszont a kereszténység felvétele óta Szent Iván éjjeléhez, június 24-éhez kötik a nyári napfordulót. Ilyenkor az év legrövidebb éjszakáját ünnepejük. A régiék hiedelme szerint varázslatos éjszaka ez, amikor szinte bármi megtörténhet, a kívánságok teljesülhetnek. A hagyományokhoz



illően világszerte örömtüzeket gyújtanak, melyeknek csodás erőt tulajdonítanak. A helyi fiata-

lok a Kikötőben pedig stílusosan ez alkalmából fényjátékokkal köszöntötték a nyarat. ♦

## Mustra a múzeumban

Különleges eseménnyel csatlakozott Rákospalota, Pestújhely és Újpalota Helytörténeti Gyűjteménye a Múzeumok Éjszakája programsorozathoz június 22-én. Az előző évben a múzeumnak felajánlott új műtárgyakat mutatták be a Mustra című kiállításon. Csibi Kinga gyűjteményvezető köszöntőjében elmondta, hogy mindenkinek köszönik, aki padlásra, pincében vagy a fiók mélyén talált kincseket a múzeumnak adományozta. Nagy Anita Ágnes művészettörténész-muzeológus bemutatta azt

a tíz magánszemély adakozót, akikől összesen száz műtárgyat kaptak, melyből huszonötöt tekinthettek meg a Mustrán az érdeklődők. Rákospalota-Újfalú feliratú sörösüvegtől rőzsekésen át egy asztalosdinasztia emlékein keresztül Madarász Adeline naplójáig minden tárgy értéket képvisel és kapcsolódik a kerülethez. A szervezők azért is örültek az adományoknak, mert 2018-ban nem tudtak újabb tárgyakat vásárolni a múzeum gyűjteményébe. ♦

## Családi nap

Családi napot tartottak az Ozmán utcai játszótéren, ahová kicsiket és nagyobbakat egyaránt vártak. Az eseményen bárki felpróbálhatta a golyóálló mellényt, húzhatott rendőrsapkát. Volt arcfestés, sportfoglalkozás és sok-sok játék a gyerekeknek. Bemutakozott a Fővárosi Közterület-fenntartó Zrt. is. A családi napot Németh Angéla polgármester nyitotta meg. ♦



## Természeti kincsünk, a Duna

A Duna vízgyűjtő országainak összefogásával a Duna Védelmi Egyezmény aláírásának 10. évfordulója óta minden év június 29-ét a folyónak szentelik azzal a céllal, hogy felhívják a figyelmet a természeti értékeinkre, amelyek összekötő szerepet töltenek be az egyes országok között. A hagyományteremtő ünnep célja, hogy felhívja a figyelmet a tíz nemzet által naponta használt és gyakran kihasznált folyóra, és ezáltal egyfajta dunai szolidaritást alakítson ki. A nemzetközi Duna-napon számos helyen ünneplik Európa nagy folyóját a Fekete-erdőtől a Fekete-tengerig. A nap fontosságát kiemeli, hogy az Európai Unió bővülésével várhatóan egyre nagyobb szerepet játszik majd a dunai hajózás. A Duna Európa második leghosszabb folyója, és a világon az egyetlen, amelynek vízgyűjtő területén 19 ország osztozik, így összesen 81 millió embert kapcsol össze. Duna nélkül például el sem tudnánk képzelni Budapestet, hiszen a városkép meghatározó része, és az



ország történelmében számos alkalommal jutott jelentős szerephez. A Duna-napot minden évben valamilyen téma jegyében tartják, az idei esztendő jelmondata: Tégy a folyókért! volt. Az eseményhez kapcsolódó programokon a környezettudatosság fontosságára, természeti értékeink védelmére, a takarékos vízhasználatra hívták fel a figyelmet. Többek között arról is szó volt, hogy milyen egyedülálló érték van a kezünkben, a felelősségünk pedig közös abban, hogy megőrizzük édesvízkészletünket és megóvjuk a vízi élővilágot. ♦

## Volt egyszer egy Ifipark



A tervek szerint utoljára rendezik meg idén a Volt egyszer egy Ifipark című koncertsorozatot a budai Várkert Bazárban. Kovács Kati július 5-én, az Edda Művek július 12-én lép fel, július 26-án Zséda vendége Horváth Charlie lesz, szeptember 12-én pedig az Ős-Bikinit hallhatja a közönség Nagy Feróval, Vedres Józseffel, Szűcs Antal Gáborral, Németh Alajossal és Németh Gáborral, akik ilyen felállásban

1983 óta nem adtak koncertet. Deák Bill Gyula szeptember 13-i koncertjén legjobb számaiból válogat, elhangzik például a Rossz vér, a Hosszú lábú asszony, a Kőbánya blues meg az István, a király két dala is. A rendezvénysorozat záróeseményén, szeptember 21-én a Piramis ad koncertet, akik a nagy buli 2.0 címmel adnak műsort, miután a csapat szinte napra pontosan negyven évvel ezelőtt az Ifiparkban rögzítette legendás koncertlemezt, A nagy bulit. ♦



# Lomtalanítás – lehetne másként?

A júniusi lomtalanítás idején több olvasói megkeresés érkezett szerkesztőségünkhez, amiben az utcákon tapasztalható áldatlan állapotokra panaszkodtak a lakók.

Főként az idő előtt utcára tett, mindent elárasztó hulladék és az ennek következtében megjelenő „lomisok” zavarják a kerületeket, akik azt kérdezik: hogyan lehetne ezt az állapotot megszüntetni?

Az évenkénti ingyenes lakossági lomtalanítás évtizedek óta működik Budapesten. Kezdetben ez egy jól működő szolgáltatás volt. Ennek elkorcsosult torzója a mostani rendszer, ami egyrészt üzletgá vált egy bizonyos rétegnek, másrészt a lakosság sem tartja be a szabályokat, amikkel normális keretek között lehetne tartani a lomtalanítás menetét.

Sokan már napokkal a meghirdetett időpont előtt kihordják a



Meghirdetett időpont előtt kirakott lomok a Wesselényi utcában

főlösslegessé vált holmijaikat, arról nem is szólva, hogy gyakran veszélyes hulladékot is kitesznek a lomok közé. Az úgynevezett „lomisok” pedig széttúrják az utcára hordott holmit, elfoglalják a parkolókat, a járdát, rendetlenség marad utánuk, zavarják

a környék lakóit. Ezen a problémán pusztán hatósági eszközökkel nem lehet változtatni.

A lomtalanítás az illegális hulladéklerakás egyik melegágya is, hiszen a guberálók a begyűjtött, de számukra értéktelen lomoktól a város

szélén, erdőben, utak mentén szabaddulnak meg. Ilyenkor jön a Répszolg, amelynek munkatársai végzik el a lomok eltakarítását az önkormányzat költségére.

Bokor István ügyvezető szerint a jelenlegi lomtalanítási rendszerrel lenne sokkal korszerűbb, környezetbarátabb megoldás is, mégpedig a házhoz menő lomtalanítás, amit már nemcsak külföldön, hanem számos hazai városban is bevezettek. Ennek lényege, hogy a lakók telefonos megrendelése alapján egy megadott időben hulladékgyűjtő konténerbe gyűjthetnek a lomokat, amit az ártalmatlanítást végző cég elszállítana.

Az ügyvezető szerint a házhoz menő lomtalanításban az olyan kerületi cégek, mint például a Répszolg, partnerei lehetnének az FKF-nek, s így egy sokkal kulturáltabb válfa válhatna meg a lomok begyűjtésének. **J. Á.**

**Megkérdeztük a Fővárosi Közterület-fenntartó (FKF) NZrt.-t arról, hogy tervezik-e a jelenlegi lomtalanítási rendszer felülvizsgálatát, a házhoz menő lomtalanítás bevezetését?**

Mint megtudtuk, a társaság a korábbi években megvizsgálta a lomtalanítás egyéb módszereinek megvalósítását. Megállapították, hogy kapacitáskihasználtság és költséghatékonyság szempontjából nincs annál hatékonyabb begyűjtés, mint az ingatlanok elé kikészített lomok összeszedése (jelenleg ez történik). Változatlan éves lommennyiséget feltételezve minden egyéb megoldást jóval nagyobb költséggel lehetne kivitelezni – írták közleményükben.

Konténerek kihelyezésének lehetőségét is vizsgálta az FKF. Ehhez napi szinten több száz konténerre és sok konténerszállító járműre lenne szükség, ami szintén nagy beruházási költséget jelentene. Problémát okozna még a több 100 konténer balesetmentes, a közlekedést nem zavaró kihelyezése, illetve elszállítása is – fogalmaztak. „A jelenlegi gazdasági, gazdálkodási környezetben a hatályos jogszabály betartása mellett a plusz beruházási és főleg üzemeltetési költségnövekedésekre társaságunknak nem áll rendelkezésre fedezet, ezért a költségnövekedést okozó fejlesztések felelősen nem felvállalhatóak” – jelezte válaszában az FKF. ♦

**Kétnapos csúszással, június 26-án ért véget a lomtalanítás a kerületben. A rendészek 22 szabálysértőt értek tetten, ebből 19 esetben a helyszínen bírságot, háromszor pedig feljelentést tettek. Az időszak tanulságairól Horváth Attila rendészeti osztályvezetőt kérdeztük.**

„Előzetesen 300 társasházi lépcsőházban helyeztünk ki figyelemfelhívó plakátokat, melyeken arra kértük a lakosságot, csak akkor tegyék ki a lomot a közterületre, ha tudják, azt másnap elszállítják onnan. Akkor is csak este 6 óra után lehetett kipakolni, hogy leszűkítsük azt az időt, amikor a lomok az utcán vagy járdán hevernek” – mondta Horváth Attila.

Idén az előzőekhez képest sokkal nyugodtabban telt a lomtalanítás. Kevesebb lomis érkezett a kerületbe, akik pedig jöttek, azok megpróbálták törvényszertőre módon viselkedni. A gépkocsijainak minden szükséges papírja megvolt. A lomtalanítás mindig szeméttel jár, ezért is járőröztek a rendészek folyamatosan emelt létszámban, figyelték, hogy rövid ideig legyenek kint a limlomok a közterületeken. Sajnos, a felhívás ellenére sokan nem törődtek a szabályokkal, vagy már napokkal

korábban kipakoltak, vagy veszélyes hulladékot is kiraktak. Ilyenkor szankciókat kellett alkalmazni. „Ha azt láttuk, hogy valaki dél körül kezd kipakolni, akkor udvariasan megkértük, hogy pakolja vissza a lomot, és csak 6 óra után tegye ki. Az esetek nagy részében megköszönték, hogy figyelmeztettük őket, és minden további nélkül visszapakoltak. Büntetést csak akkor alkalmaztunk, ha nem kerületi lakost értünk tetten, amint idő előtt lomot tesz le közterületre, illetve ha valaki túl sok szemetet pakolt ki és jóval korábban a megengedettnél” – mondta a szakember.

A rendészek 22 esetben értek tetten valakit, ebből 19 alkalommal helyszíni bírságot szabtak ki, három esetben pedig feljelentéssel éltek. A bírságok összege összesen 310 ezer forint volt. Emellett a térfelügyelő kamerák révén 19 alkalommal észleltek szabálysértéseket, amikor nem tudták tetten érni az elkövetőket, de a felvételek alapján eljárást kezdeményeztek ellenük. „Az idei lomtalanításnak az volt a konklúziója, hogy továbbra is fontos az állampolgárok figyelmének a felhívása a rend fenntartásának fontosságára. A lakók egy részének nemtörődömsége ugyanis jóval több problémát okozott, mint maguk a lomisok” – hangsúlyozta a vezető. ♦

# Szülinapi Tanyaudvar

Június elején ünnepelte a Rákossmenti Mezei Őrszolgálat működésének tizedik évfordulóját. Az ünnepség helyszíne Rákosszentmihályon, a Sarjú utcai új telephelyük volt, ahol másfél év alatt rengeteg munkával egy Tanyaudvart alakítottak ki. S bár ez utóbbi még nem készült el teljesen, a tizedik születésnap akár egy udvaravató is lehetett volna.



Állatok és növények | Szemléletformálás a kicsiknek

A szolgálatot 2009. június 5-én hozta létre a XVI. és XVII. kerületi önkormányzat – tudtuk meg Oláh Csabától, a mezőőrök vezetőjétől. – Tehát már első pillanattól társulás formájában működtek. Ez 2011-ben újabb három kerülettel, a X-kel, a XVIII-kal és a XV-kel is kibővült. Így a szolgálat huszonkét alkalmazottja ma már 6800 hektár védelmét látja el. Ennek a 12 százaléka a XV. kerületben található, ahol folyamatosan három kolégával vagyunk jelen.

Az elmúlt tíz évnek számos eredménye van, ám a legnagyobb problémára, az illegális személtérakásra még nem sikerült megoldást találni. A mezőőrök gyakran szerveznek éjszakai akciókat, ám sokkal

fontosabbnak érzik, hogy az emberek gondolkodását változtassák meg.

– A gyerekek környezettudatos nevelését kiemelten kezeljük, mert egyrészt rajtuk keresztül hatni tudunk a szülőkre is, másrészt ők lesznek a jövő felnőttei, akik remélhetőleg már másként fognak gondolkodni a környezettudatos életformáról, mint a maiak – mondta a vezető.

A környezettudatosságra való nevelést szolgálja majd a Rákosszentmihályi Tanyaudvar is, ahol a gyerekek kihelyezett természetismeret órákon sok olyan információt kapnak, amely a gondolkodásukat is befolyásolhatja.

– A Tanyaudvaron óshonos magyar állatok vannak, amiket meg is lehet

simogatni, kerti tó, benne halakkal és teknősökkel, madárházak, galambdúcok, madárkeltetők, gyerekek által művelt közösségi kert is található. Még minden munkával nem készültünk el, de szeptembertől már fogadni tudjuk az osztályokat – mondta Oláh Csaba.

A mezőőrök az elmúlt tíz évben nemcsak az illegális személtér ellen vívott harcban, hanem a fa- és terménylopások felszámolásában, az orvvadászat visszaszorításában, a vadállatok védelmében, az erdőben élő hajléktalanok támogatásában és a vízszennyezések megakadályozásában is nagy szerepet vállaltak. Ezt a születésnap alkalmából a kerületek önkormányzatai meg is köszönték nekik.

Riersch Tamás

## RENDŐRSÉGI HÍREK

### Jogi és törött szélvédő

Egy betört szélvédőjű autóra figyeltek fel a rendőrök, amit megállítottak, és a vezetőjét igazoltatták. A férfinél nem volt jogosítvány, a forgalmi engedélye pedig több darabban volt. Mint kiderült, a vezetőéstől is eltiltották, ezért előállították a rendőrök. ♦

### Hamutállal vett elégtételt

Egy családi vitához riasztotta a mentőszolgálat a rendőröket. A vitakozó ugyanis fejszérülést szenvedett. Mint kiderült, két szomszéd család összeveszett egymással, és a vitájuk úgy elfajult, hogy az egyik nő hamutartóval vágta fejbe a szomszédját. A nő ellen nyomozás indult. ♦

### Koktélparti



GRAFIKA: VARGA TIMEA - LAURA

Az esti koktélt akarta egy férfi összeállítani az egyik bevásárlóközpontban. Ezért egy csípőfogót is magával vitt, amivel az ital alapjául szolgáló szeszes italról lecsippentette az áruvédelmi eszközt. Az üveget egy flakon ásványvízzel együtt a táskájába tette, majd egy másik ásványvízzel a kezében a pénztárhoz szietett, ahol már várták őt a biztonsági őrök, akik a rendőrök kérésére visszatartották a férfit. ♦

Összeállította: Riersch Tamás

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

# Haladni nyáron az M7-esen?

Itt a nyár, a szabadságra indulók két népszerű úti célja a Balaton és Horvátország. Az a közös bennük, hogy mindkettő az M7-esen közelelhető meg leggyorsabban, az autópálya azonban sokszor rémálom. Vannak azonban olyan időszakok, amikor könnyebb a közlekedés. Erről adott ki a Magyar Közút Nonprofit Zrt. egy hasznos tanácsokból álló összefoglalót.

Az autópálya üzemeltetője szerint a legtöbben Budapestről pénteken 14 és 20

óra között, míg szombaton 8 és 13 óra között indulnak el. Visszafelé vasárnap 12 órától egészen az esti órákig telítettek a sávok; a legtöbben 17–18 óra körül kelnek útra, de sokszor még 22 óraker is erős a forgalom. A hétfő reggel sem a legszerencsésebb a hazaindulás, hiszen ilyenkor a kamionstop után a teherforgalom is megnő. A társaság azt javasolja, ezekben az időpontokban kerüljék el az autópályát.

Ha mégis útnak indulunk, és erős forgalmat tapasztalunk, netán egy



Kamionstop és dugók | Időpontválasztás okosan

baleset lassítja a közlekedést, vegyük igénybe az M6-os autópályát, amelyről több csomópontnál is vissza lehet jutni az M7-es autópá-

lyára, például a 62-es, 64-es főutakon. A Balaton északi partjára tartók Székesfehérvártól a 8-as főutat is használhatják.

A Magyar Közút kiemeli: az M7-es autópálya Székesfehérvártól Budapestig háromsávú, de a külső sávot alig-alig használják az autósok, pedig ezzel csökkenteni lehetne a nagyobb torlódásokat. Párhuzamos közlekedésre alkalmas úttesten jobbra tartási kötelezettség van, erre sűrűn kihelyezett táblák is felhívják a figyelmet. Ha ezt betartják az autósok, akkor az autópálya kapacitása sokkal egyenletesebb lesz, így a torlódások nagysága is érdemben mérsékelhető. S. Z.

# Legendás vendég a Budaiban

A REAC Sportiskola évzáró nemzetközi U17-es labdarúgó tornáját a Budai II. László Stadionban egy világsztár is megtekintette. Jay-Jay Okocha a '90-es évek nigériai válogatottjának egyik, ha nem a legismertebb tagja volt. Két világbajnokságon szerepelt 1994-ben és 1998-ban, köztük pedig 1996-ban csapatával megnyerte az atlantai olimpiát. Jay-Jay a sportiskola nemzetközi tornáján részt vevő angol Brooke House College futballakadémia színeiben játszó fiát, Jayt kísérte el Rákospalotára. Az alkalmat kihasználva néhány percet beszélgettünk a világsztárral.

*Nagyon barátságos volt mindenkivel a torna alatt. Mindig ilyen közvetlen?*

– A szurkolókkal, rajongókkal való kapcsolattartás hozzátartozik a játékhoz. A futballistát nemcsak az alapján ítélik meg, hogy miként teljesíti a pályán, hanem az alapján is, hogyan viszonyul a közönséghez. Nekem ráadásul ilyen a személyiségem, így nem volt nehéz közvetlennek lennem.



Jay-Jay Okocha

*Futballnagykövetként mi a feladata?*

– Elsődleges célom, hogy a gyerekek körében népszerűsítsem a sportágat. Hogy minél többet megnyerjek közülük a labdarúgás számára. Emellett pedig, ahol csak lehet, reklámozom a labdarúgást.

*Három napot töltött Budapesten és Rákospalotán, ezalatt milyen benyomásokat szerzett?*

– Nagyon élveztem az itt töltött idő minden percét. Jó volt magyar emberekkel ennyi időt eltölteni, mert a magyarok imádják a futballt. Budapest pedig gyönyörű.

*Milyennek ítéli meg a sportiskolában folyó munkát színvonalát?*

– Jó benyomást tettek

rám a sportiskolás fiatalok. Éreztem rajtuk a győzni akarást, igenis büszkének lehetnek az edzőik, hogy ezek

a fiúk csalódtak voltak az ezüstérem miatt. A profi futballban csak így lehet jövője egy fiatal játékosnak.

*Hogyan emlékszik vissza az 1996-os magyar válogatott, mellyel a később olimpiát nyerő nigériai csapat a nyitómeccset játszotta?*

– Számunkra ismeretlen volt az akkori magyar együttes, bár itt, Rákospalotán megtudtam, hogy az egyik akkori ellenfelem, Egry Gábor itt lakik a kerületben, s hogy az akkori csapat másik tagja, Mátyus János a helyi csapat edzője

volt. Minket úgy tanítottak, hogy minden ellenfelünket tisztelni kell, így mi azt a magyar csapatot is nagyon tiszteltük. De a legfontosabb célunk az volt, hogy legyőzzük őket, majd az összes többi ellenfelünket is, ami végül az olimpiai aranyéremhez vezetett.

*Hamarosan kezdődik az Afrika-kupa. Ezen lesz önnek is feladata?*

Televíziós szakkomentátor leszek, és nagyon fogok szurkolni a nigériai válogatottnak.

**Riersch Tamás**

Harmadik alkalommal rendezett szezonzáró nemzetközi labdarúgó tornát a REAC Sportiskola SE az U17-es korosztálynak. És idén is ezen a tornán adták át az érmeket a 2018–19-es bajnokságban dobogón végzett sportiskolás csapatoknak. A tornát idén még a Budai II. László Stadionban rendezték hat csapatnak, de Sági Ferentől, a sportiskola elnökétől megtudtuk, jövőre már a felújított Szántóföld utcai létesítményben rendezik a tornát, és ott több csapat részvételére számítanak majd.

Az idei program a sportiskola angol partnerének, a Brooke House College-nak köszönhetően volt nemzetközi, a másik öt résztvevő viszont magyar csapat volt. Ám az angol vendégeknek is volt hazai kötődése: az akadémia igazgatója ugyanis az egykori NB I.-es futballista Kiss Lőrinc István volt, míg az angol csapat kapuját az egykori sportiskolás Apró Ármin védte. Még hozzá olyan jól, hogy az angolok a szombati csoportmérkőzések után a döntőbe jutottak. Ugyanez a másik ágon az Eöry Tibor vezette sportiskolás csapatnak is sikerült, így a vasárnapi fináléban ők küzdhetett meg egymással. A mérkőzést és ezzel a tornát 1-0-ra végül az angolok nyerték. A harmadik helyezett az ASI – Dinamo Star lett.

Az érmeiket és okleveleket Jay-Jay Okocha, Tóth Imre alpolgármester, Sági Ferenc és Kiss Tamás, a sportiskola alelnöke adták át. Akik az U17-es hazai csapat nyakába mindjárt az MLSZ-bajnokság ezüstérmét is akaszthatták. Ez utóbbi érmet az U18-as és U19-es csapat is megkapta. Az évzáró torna gólkirálya a sportiskolás Koltai Dominik, a legjobb kapusa a sportiskolás Krattinger András, a legjobb magyar játékosa pedig a szintén sportiskolás Csernus Milán lett.

## A DASH-diéta

A mozaikszó az angol Dietary Approaches to Stop Hypertension kifejezésből ered, szó szerinti fordításban a magas vérnyomás kezelésének diétás megközelítését jelenti. A hazánkban csak DASH-diéta néven emlegetett táplálkozási forma az 1990-es években amerikai vizsgálatok eredményeképp született.

A DASH elsősorban a magas vérnyomással küzdők számára kidolgozott táplálkozási irányelveket foglalja magába. Ám időközben fény derült arra, hogy az étrend ennél sokkal többet „tud”, ugyanis a magas vérucor- és trigliceridszint, az inzulinrezisztencia, valamint a túlsúly csökkentésében is segít, valamint mérsékeli a vas-

tag- és végbélrák kialakulásának kockázatát.

Amint Szabó Krisztina dietetikustól megtudtuk, az étrend élelmi rostokban, magnéziumban, kalciumban és káliumban gazdag, míg a hozzáadott cukor- és telítettzsírsav-tartalma alacsony.

A diéta alapját a zöldségek, gyümölcsök, teljes kiőrlésű gabonafélék, valamint sovány húsok és tejtermékek képezik. Emellett javasolt az olajos magvak heti 2-3 alkalommal történő fogyasztása is.

Az étrendben a szénhidrátok fő forrásai a teljes kiőrlésű gabonafélék, száraz hüvelyesek, zöldségek, illetve gyümölcsök. A zsiradékszükségletet elsősorban növényi eredetű forrásokból (olívaolaj, olajos magvak), illetve halból fedezi, de a zsiradékok magas



Különleges étrend | Több betegségre is jó

kalóriatartalma miatt ezek is csak kis mennyiségben javasoltak. A fehérjeforrások között pedig megtalálhatók mind a növényi (hüvelyes zöldségek, olajos magvak), mind az állati eredetű (alacsony zsírtartalmú húsok és tejtermékek, tojás, hal) források.

Emellett hangsúlyozza a nátriumbevitel csökkentésének fontosságát, ami a főzés során történő kevesebb só használatával, a magas sótartalmú ételek mellőzésével érhető el.

-y -a

# A diákból mester lett

A tanév végeztével elkezdte hagyományos focitáborát az újjalotai Dalnoki Akadémia, melynek első hetében már illusztris vendégekkel találkozhattak a gyerekek. A májusi U17-es Európa-bajnokságon szenzációsan szereplő magyar válogatott három tagja, Bekker Roland, Koszovszky Márk és Kata Mihály is a Dalnokiban kezdte labdarúgó-pályafutását. Közülük június 20-án az utóbbi látogatta meg anyaegyesületét. Az élménybeszámolóra elkísérte őt válogatott társa, Zuigéber Ákos, akivel együtt játszik az MTK U19-es idei bajnoksapatában.

FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ



Büszke akadémia | Tehetségeik a válogatottban

– Nagyon örülünk és büszkék vagyunk Misiék sikerére – mondta Frey András, az akadémia elnöke. – Már a korábbi korosztályokból is eljutottak gyerekeink a hazai élvonalig, sőt a korosztályos válogatottig is, ám az első átúttó nagy nemzetközi sikerünket ennek a három fiúnak köszönhetjük.

A nehéz ágon, ám annál magabiztosabban Eb-re jutó fiatal magyar válogatott az írországi tornán is megőrizte veretlenségét. Pedig olyan csapatok ellen játszott, mint Portugália, Izland, Oroszország, Spanyolország

és Belgium. Hogy mégsem lett érmes, azt a spanyolok elleni elvesztett negyedöntő indokolja. Az ötödik helyért a belgákat győzték le, amivel kvalifikálták magukat az októberi brazíliai korosztályos világbajnokságra.

– Nagyon jó emlékeim vannak a Dalnokiról – mondta Kata Mihály, miután egy félórát focizott a dalnokis gyerekekkel –, nagyon jó közösségben nevelkedtünk, jó edzőkkel dolgoztunk együtt, és sikereinkben is részünk volt, hisz a 2012–13-as BLSZ-bajnokságot sikerült megnyernünk. Örömmel jöttem vissza, hogy találkozhas-

sak a mai gyerekekkel, akiknek csak azt kívánom, ugyanolyan szorgalommal tanuljanak és eddzenek, mint tettük azt mi is 6-7 évvel ezelőtt, és akkor ők is szép sikereket érhetnek majd el.

A Dalnoki folyosóján sok tablólátható. Frey András elnök büszkén mutogatja, melyik gyerekekből lett felnőttként is labdarúgó. A 2013-as tablóhoz érve azonban megjegyzi, az a társaság a klub 12 éves történetében is kimagaslóan tehetséges volt.

Nem véletlen, hogy abból a korosztályból hárman ilyen magasra jutottak...

-sch s

# Grosics-torna

Harmadik alkalommal rendezett futballtornát a kerületünkben működő Grosics Alapítvány a névadó olimpiai bajnok, világbajnoki ezüstérmes kapus, Grosics Gyula emlékére. A június 23-i rendezvényre ismét húsz kispályás amatőr csapat kapott meghívást. Ahogy azt a Kiss György Istvántól, az alapítvány kuratóriumának tagjától megtudtuk, a Budai II. László Stadionban rendezett focitorna mind a mai napig az egyik legnagyobb rendezvény, amely Grosics Gyulának emléket állít.

FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ



– Gyula bácsi öt éve, június közepén hagyott itt bennünket, ezért tettük erre az időszakra ezt a tornát. A Grosics Alapítvány mindent megtesz annak érdekében, hogy méltóképpen emlékezzen a kapuslegendára, ám úgy véltük, mindenfajta megemlékezésnél méltóbb, ha Gyula bácsi tiszteletére foci-szerelést húzunk – mondta Kiss György István.

Az idei tornán is több százan vettek részt. A stadionban és könyékén akár a „Megtelt” táblát is kithették volna. A résztvevőket az alapítvány

vezetőin, illetve az Aranycsapat tagjainak gyermekein, Grosics Edinán és ifjabb Buzánszky Jenőn kívül Németh Angéla polgármester is köszöntötte.

A nap folyamán hol napsütésben, hol meg esőben játszottak a csapatok. A tornát, ahogy az várható volt, az egykori NB I.-es és válogatott labdarúgóból álló Lázár Lovaspark nyerte, amely a döntőben az MLSZ csapatát győzte le. A kerületi csapatok ezúttal hátrébb végeztek a mezőnyben. A torna szervezői idén is csak a legjobb kapusokat díjazták, ebből a díjból viszont kettőt

is átadtak, külön az alsó- és külön a felsőház legjobbjának. A díjakat pedig nem kisebb legendától vehették át a résztvevők, mint az olimpiai bajnok Dunai Antaltól.

A résztvevők tombolavásárlással támogatták az alapítványt. Idén körülbelül 80 értékes ajándékot sorsoltak ki a játékosok között. A szervezők pedig első ízben rendeztek PlayStation-bajnokságot a nem focizó érdeklődőknek, mellyel nemrég alakult e-fociszakosztályukat is népszerűsíteni akarták.

R. T.

## SPORTMOZAIK

### „MEGSZOKOTT” MTK-SIKER

Kimagasló eredménnyel zárták a június közepén a budapesti BOK Csarnokban megrendezett Combat Games középsikolai küzdősportbajnokságot az MTK Budapest Karate versenyzői. A kék-fehér klub hat indulója négy érmet szerzett. Kiss Zsófia és Ilankovic Aleksandra arany-, Benkő Zsófia és Szöllősi Patrik pedig ezüstéremmel zárta a viadalt.

### JANIÉK A LEGJOBBAK KÖZÖTT



A legjobb 32 jelentette a végállomást a PSC legjobb dartsosának, Végső Jánosnak a júniusi PDC csapat-világbajnokságon. A Pestújhely SC kiválósága Székely Pállal közösen képviselte a magyar színeket, és a 16 közé jutásért a németekkel meccselt. Janiék nagy meglepetésre vezetést szereztek, ám a nagyobb rutinnal rendelkező németek 5–1-fordítottak, és megnyerték a mérkőzést.


### DÓZSÁS AZ OLIMPIÁN

Kimagasló versenyzessel teljesítette az olimpiai szintet Krizsán Xénia, az MTK hétpróbázója május végén az ausztriai Götzben rendezett nemzetközi atlétikai versenyen. Így a Dózsa György Gimnázium és Táncművészeti Szakgimnázium egykori diákja Rió után Tokióban is rajt-hoz állhat majd. A sportoló nemrég egy Franciaországban rendezett versenyen megdöntötte Ináncsi Rita 25 éve fennálló országos csúcását.

### GÖRDÜLÉKENY FELKÉSZÜLÉS



Újabb 13 magyar sportolót támogat a Toyota. Az új támogatottak közé Magát Krisztina személyében egy kerületi sportoló is bekerült. A támogatás remélhetőleg hozzájárul majd ahhoz, hogy a Testvériség SE súlyemelője Tokióban első olimpiáján szerepelhessen.

		EGRI JÁNOS VEZETTE TÉVÉMŰSOR VOLT		A MEGFEJTÉS 1. RÉSZÉ	MUTATÓT ELŐBBETOL	TŰNŐDŐ TIBOR, BECÉZVE	MÉTER, RÖVIDEN FŰTŐ KEZELI	CSÖKKEN A FOLYÓ SZINTJE	OKTONDI	KÖZELRE MUTATÓ SZÓCSKA	TONNA TÁRSKÖZSÉG, RÖVIDEN	BIZTOSÍTÁSI ÜGY SIVATAGI MENET	BOTVÉGI KRISZTUS ELŐTT, RÖVIDEN	PÁNCÉLOS HÜLLŐ NIGÉRIAI VÁROS					
NAGY LEVELŰ GYOMNÖVÉNY		ÉPÜLET ALSÓ RÉSZÉ		LONCIKA		RÓMAI 5-ÖS		NEJE ÉVA: SOKÁIG EGY HELYEN TARTÁS		OROSZ URALKODÓI SARJ Ő ÉS Ő		SAJNÁLNI KEZD! GYAKORI KÖRET		KÖLÁJ-BAN VAN! RETTEN					
A MEGFEJTÉS 2. RÉSZÉ		NÉVELŐ VOZNYESZENSKIJ-MŰ		A KURUC IDŐ ÍROJA (GÉZA)		TŰZHÁNYÓ NEMET TÉVÉADÓ		HAVON SIKLIK		KERNSTOK K. KÉPE		SZABÓ M. REGÉNYE		KEREK ÉKSZER LÁNCON		HAJÓ ELŰLSŐ RÉSZÉ			
PIACI ÁRUS ÁLLAPOT, HANGULAT		KÁLIUM LÁRMÁZNI KEZD, RÉGIESEN		A MŰLT IDŐ JELE KÖZÉPEN SIMA!		A MEGFEJTÉS 3. RÉSZÉ TOVÁBBÁ		KÖRMÖT FEST KÖZÜTI JÁRMŰ		SPORT-SZÁNKÓ GRAMM, RÖVIDEN		LENTI ZORRO JELE		SZÓVÉGI! ÍRÁSBELI MUNKA KINEZETE		RIPORT ELEJE! VÉNY SZÉLE!		DOKTOR, RÖVIDEN PINCSZAG	
KÉP		ÓRAVÉGI! NÉHAI RENDEZŐ (GYULA)		BEFŐZŐ-CELOFANT LERÖGZIT SPORTING		INDULAT-SZÓ AFRIKAI ÁLLAT		A-SÉG PÁRJA REBEG		KILO-, RÖVIDEN ÁGY KÖZEPE!		RITKA NŐI NÉV GERMANY, RÖVIDEN		VERNE-KAPITÁNY HATVAN-PERCNYI		NÉMET NÉVELŐ MAGYARÁZAT		KÉP	
KÉP		NÉVUTÓ, RÖVIDEN TÁMADÁS		A HOLD KÖZEPE! KÖZÉPEN JÁR!		A VÖLGYBE BELGA AUTÓJEL		AMELY IDŐBEN		USA-TAG-ÁLLAM HÍRES LÓ VOLT		MOZI KÖZEPE! ÁROKKÉSZÍTŐ MASINA		KARÁT, RÖVIDEN VILÁGOS LŐSZÍN		KÉP		G	
FESTŐ (ENDRE) ELŐTAG: HÁROM-FÉL ÉVI! PÉLDÁUL A RODOSZI KOLOSSZUS		HOZZÁ-SPÁRGÁZ A SZEM A TŰKRE!		ÁLLÓVÍZ A LENGYEL DÁRIUSZ BECÉZÉSE		LITER, RÖVIDEN PORTUGÁL AUTÓJEL		OLASZ VÁROS BARANYAI KÖZSÉG		VERETES BÁNSÁGI HELYSÉG		SZALAKÓTA AM. SZABVÁNYJEL		A JUH HÍMJE		SZÁRMAZÁS RÉSZ, RÖVIDEN		KIS-MOTOR	
VAGY, RÖVIDEN KÖNYHFŐNÖK		LÁZÍTÓ, INGERLŐ		SÁRVÁR FOLYÓJA KÖZÉPEN NYIT!		A JUH HÍMJE		SZÁRMAZÁS RÉSZ, RÖVIDEN		KIS-MOTOR		-GAT, ... DOBOLNI KEZD!		NÉMET AUTÓK JELZÉSE		KÉP		KÉP	
MESZSIRE		KETTŐNK KÖZÜL NEM ÉN		SZŐÖZÖN RÉSZEI! TERÜLET SZÉLEI!		GALLY-METSZÉS		EGYKORI VÁRMEGYÉNK		KIS-MOTOR		-GAT, ... DOBOLNI KEZD!		NÉMET AUTÓK JELZÉSE		KÉP		KÉP	
BALTI ORSZÁGBÓL VALÓ		GALLY-METSZÉS		GALLY-METSZÉS		GALLY-METSZÉS		GALLY-METSZÉS		GALLY-METSZÉS		GALLY-METSZÉS		GALLY-METSZÉS		GALLY-METSZÉS		GALLY-METSZÉS	
KÉP		KÉP		KÉP		KÉP		KÉP		KÉP		KÉP		KÉP		KÉP		KÉP	

### Fejtsd meg a rejtvényt és az üzenetet!

Vágja ki az újságból a teljesen kitöltött rejtvényt, és küldje el zárt borítékban levelezési címünkre (XV Média Kft., 1615 Bp., Pf. 155) vagy adja le a szerkesztőség részére a Bocskai utca 1-3. szám alatt. A borítékra írja rá „ÉLETKÉPEK REJTVE NY”. Három helyes megfejtőnk egy-egy páros mozijegyet nyer a Pólus Mozi jóvoltából, egy helyes megfejtőnk pedig kétszemélyes, 3 fogásos vacsorát nyer a Thököly Vendéglő felajánlása jóvoltából. Beküldési határidő: július 22.

A nyeremények át nem ruházhatók, a nyeremények változtatási jogát fenntartja a kiadó. A nyertesek a nyereményeket postán kapják meg, 60 napon belül.

A 2019/11. szám helyes megfejtése: **Ingyenes esővízgyűjtők igényelhetők az önkormányzat cégétől.**

A 2019/11. szám helyes megfejtői közül kétszemélyes mozijegyet nyertek

Guraly Anikó, XV. kerület,  
Kovács Tímea, XV. kerület,  
Varga Zsombor, XV. kerület.

## RÁKOSPALOTA / PESTÚJHELY / ÚJPALOTA

# ÉLETKÉPEK XV. KERÜLET KÖZÉLETI LAPJA

Az ÉLETKÉPEK következő megjelenése: 2019. július 25.

Lapzárta: 2019. július 18. 12 óra. ✦

Az újságot csütörtökön, pénteken és szombaton terjesztik.

A lapzárta után érkezett anyagokat a szerkesztőség csak a következő lapszámban tudja közölni.

Az újságban megjelenő hirdetések és közlemények tartalmáért a szerkesztőség nem vállal felelősséget.



ANDROID

IPHONE

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.

Az ÉLETKÉPEK és az XV Média legfrissebb hírei, tudósításai az interneten:  
www.xvmedia.hu www.facebook.com/xvmedia/



## TERMELŐI MÉZEK

akácméz, vegyesméz,  
selyemfűméz, hársmez,  
lépésmez, propoliszos méz

**3 kg felett  
ingyenes  
házhöz szállítás!**

Árpádföldi Méhészet

Tel.: 06 30 424-9329

www.arpadfoldi.hu

## LAKOSSÁGI APRÓHIRDETÉS

## INGATLAN

**Vennék egyszobás panellakást**  
14 M forintért. Tel.: 06 30 423 8876

**Eladó: ház a Kinizsi utcában,**  
vagy elcserélhető vidékre is. Saroktelek, 65%-a beépítési terület. Ár megegyezés szerint. Telefon: 06 20 497 3086

**Eladó: Rákospalotán egy 68 nm-es**  
üzlethelyiség, tulajdonostól. Tel.: 06 20 330 8334

**Kiadó júliustól: XV., Kolozsvár**  
u.-ban 70 nm-es, bútorozott, gépesített kertés ház, 2 szoba, fürdőszoba, mosoda, előszoba, veranda, tároló. Tel.: 06 20 258 7837, 06 1 707 5938

**Keresek: szoba-konyha-fürdőszobás**  
albérletet hosszú távra 2 fő részére XV. kerületben. Nem dohányzom. Magyar állampolgárok vagyunk. Tel.: 06 30 245 2759

## LAKHATÁS

**Idős asszony lakhatást adna**  
egyedülálló hölgynek, aki szerény háztartásában segítene. Telefon: 06 30 861 0037

## ADOK-VESZÉK

**Eladó: Beko kerámialapos,**  
elektromos tűzhely, 4 személyes kempingsátor. Tel.: 06 20 331 3552

**Eladó: 3x2 m-es úszómedence,**  
gázpalack, nagy lábas és tál, lábmasszírozó, 4 személyes sátor. Tel.: 06 20 561 5337

**Eladó: munkalapok beépített**  
mosogatóval. Az egyik 157x60 1-es mosogató, a másik 155x55 1-es mosogató. 1-es mosogató csepegtetővel. Tel.: 06 70 537 8880

**Eladó Rákospalotán: jó állapotú,**  
eredeti fából készült, sötét, háromajtós szekrény 15 E Ft. Telefon: 06 20 510 2591

**Eladó: új állapotban lévő**  
kiságy pelenkázórészsel együtt. Barna színű, masszív, alig használt fa hintaló sörénnyel. Tel.: 06 20 457 9140 este 18 óra után, szombat-vasárnap 14 órától.

**Eladó: CANDY kombinált**  
hűtőszekrény, alul 3 fiók fagyasztó, 140 l hűtő, 145x50x50 méret, megkímélt, fagyasztó picit jegecsedik 19 000 Ft, Pestújhelyen. Tel.: 06 1 419 3076

**Eladó: Schwinn 26-os, jó**  
állapotban lévő fi.-kerékpár. Telefon: 06 20 486 7032

**Eladó: 6 db csőváz**  
kárpitozott szék, 1 db használt pingpongasztal, 1 db ágyneműtartó, 1 db kétajtós szekrény. Tel.: 06 70 234 7759

**Eladó: egy db női kerékpár**  
új állapotban, két db OXELO márkájú roller, egy db fürdőszobapult fehér mosdóval, szifonnal, csappal, egy db 140x200-as tömör fenyőágy, matrac + ágyrács újszerű állapotban. Tel.: 06 1 306 8856

**Eladó: koloniali 4 db-os**  
szekrény sor + tv-tartó, dohányzóasztallal együtt 130 E Ft. Keveset használt, jó kárpitozású ülőgarnitúra 3-2-1 részes 130 E Ft. Brillon sarokszekrényke 20 E Ft. Telefon: 06 70 771 5371

**Eladó: keveset használt**  
konyhai szekrény sor, kerek mosogatótál csapteleppel 30 E Ft, konyhai sarok-ülőgarnitúra 10 E Ft, sarokíróasztal 10 E Ft, tv-szekrény, mind kalvados színben. Telefon: 06 1 608 5698

**Eladó: felnőtt méretű kalocsai**  
új pruszlik. Szász Endre-alkotások, új hallásjavító 4 E Ft, szendvicssütő 1500 Ft. Tel.: 06 70 708 2233

**Eladó: 70 kg fehér toll.**  
Telefon: 06 20 497 3086

**Eladó: tűzifa, szén pincéből**  
felhordással. Tel.: 06 1 416 9246 este.

**Fakivágásért a kivágott fa**  
elvihető, 2 db, bútornak is alkalmas. Tel.: 06 70 274 2665; H-P: 9.00-16.00 között.

**Ingyen elvihető A-tól Z-ig**  
7 db-os magyar lexikon. Telefon: 06 1 608 5698, du. 4-7-ig.

## TÁRSKERESÉS

**Idős asszony barátkozna**  
szintén idős, egyedülálló úrral, aki magányosnak érzi magát: Anyagi érdekek nélkül. Tel.: 06 30 861 0037

**Biztonság és szeretet. 175 cm,**  
63 éves betegápoló, minden káros szenvedélytől mentes férfi társat keres. Tel.: 06 30 951 4048

**Szeret kirándulni? Hetvenes**  
nő hasonló korú kísérőt keres Mátra alján levő telkére, nyáron havi 1-2 alkalommal. Kertészkedni nem kell. Tel.: 06 30 604 9787

## ÜDÜLÉS

**Átadnám: 2019. november**  
4-17-ig 2 hetes üdülőjogomat, komfortos, egyszobás lakrészbe Gyulán Hőforrás üdülőszövetkezetben. Üdülőben termálvizes medence + gyógykezelés van. Telefon: 06 30 933 9000

## SZOLGÁLTATÁS

**Családi házba takarítónőt**  
keresek régi Palotán. Telefon: 06 20 348 4407

**Rákospalotai házam kertjének**  
gondozásához állandó segítséget keresek. Telefon: 06 20 258 7837, 06 1 707 5938 esti órákban, vagy hagyjon üzenetet, visszahívom.

## 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

**Állásbörzét tartunk 1165 Újszász utca 43.-i telephelyünkön** július 12-én és 26-án, pénteken 15 órakor lakatos, hegesztő, asztalos érdeklődők számára, akiket vonzó ajánlatokkal és ajándékcso-maggal (első 20 jelentkező) várunk. Regisztráció + információ: [www.facebook.com/molnarsteeldesig/](http://www.facebook.com/molnarsteeldesig/)

**A Hartyán Általános Iskola kertész-gondnokot és portást** keres. Jelentkezni személyesen szerdánként 9 és 12 között lehet az iskolában.

## FESTÉS-MÁZOLÁS

**FESTÉS, MÁZOLÁS, TAPÉTÁZÁS** bútormozgatással. Parkettacsiszolás, aljzatkiegyenlítés, PVC-vagy szőnyegpadló lerakása. Minőségi, precíz munka, mérsékelt árakon 1998 óta. Csapó György, telefon 06 31 780 6430, 06 1 780 3732, [festesma.iwk.hu](mailto:festesma.iwk.hu).

## KÉMÉNYBÉLELÉS

**KÉMÉNYEK BÉLELÉSE, ÁTÉPÍTÉSE,** belső marása teljes körű ügyintézésel. Szabó Balázs. Telefon: 06 20 264 7752

## VÍZSZERELÉS

**VÍZSZERELÉS. CSAPOK, SZIFONOK, MOSDÓK, WC-k,** WC-tartályok, vízórák, radiátorok, kádak, zuhanytálcák stb., cseréje, beépítése. Új vezetékek kiépítése, régi cseréje. Tel.: +36 20 412 0524

## ÜDÜLÉS

**CSALÁDIAS BÉRLETI LEHETŐSÉG** idősebb korosztály számára, 35-40 nm<sup>2</sup>-es ligetes apartmanokban. Egyéni igények megoldhatók. Az ellátást a Vitalorg Kft. biztosítja. Érdeklődés: Jacsó Mária 30 380 0342) Cím: 1046 Budapest, Fóti út 79.

**SZINSPÍRÁL**  
AMI INSPÍRÁL

**ÉPÍTKEZIK? FELÚJÍTANA?**  
**FESTÉKBOLTUNKBAN**  
mindenre talál megoldást!

Hívkozzon a hirdetésre és  
kedvezményt kap a vásárlásából  
(kivéve fixáras termékek)

**10%**

**1155 Budapest, Kolozsvár u. 40.**

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

**INGYENES HALLÁSVIZSGÁLATOT**  
biztosítunk!

**Nagyo halló 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.**

# Palota Holding Zrt.

## ÁRVERÉSI HIRDETMÉNY

A Budapest Főváros XV. Kerület Rákospalota, Pestújhely, Újpalota Önkormányzat (1153 Bp., Bocskai u. 1–3.), mint tulajdonos megbízásából a Palota-Holding Ingatlan- és Vagyonkezelő Zártkörűen Működő Részvénytársaság (Palota-Holding Zrt.) megbízása alapján eljárva,

a Magyar Nemzeti Vagyonkezelő Zrt.

**elektronikus árverés** keretében a Kiíró által működtetett Elektronikus Aukciós Rendszer (továbbiakban: EAR) útján értékesíteni kívánja a Megbízó tulajdonában álló alábbi ingatlant.

A hirdetmény megjelenésének ideje: **2019. 07. 04.**

Cím	Hrsz.	Terület (m <sup>2</sup> )	Megnevezés	Tul. hányad
1158 Bp., Adria utca 55–57. fsz. 4.	82689/0/A/4	22 m <sup>2</sup>	lakás	1/1
1158 Bp., Adria utca 55–57. fsz. 12.	82689/0/A/12	36 m <sup>2</sup>	lakás	1/1
1152 Bp., Arany János utca 41. fsz. 8.	86609/0/A/8	32 m <sup>2</sup>	lakás	1/1
1152 Bp., Arany János utca 41. fsz. 12.	86609/0/A/12	26 m <sup>2</sup>	üzlethelyiség	1/1
1152 Bp., Beller Imre utca 86/B fsz. 5.	86606/0/A/5	44 m <sup>2</sup>	lakás	1/1
1153 Bp., Bethlen Gábor utca 127. fsz. 8.	87001/0/B/7	39 m <sup>2</sup>	lakás	1/1

A hirdetmény megjelenésének ideje: **2019. 07. 11.**

Cím	Hrsz.	Terület (m <sup>2</sup> )	Megnevezés	Tul. hányad
1153 Bp., Dobó utca 30. fsz. 3.	87496/0/A/3	56 m <sup>2</sup>	lakás	1/1
1153 Bp., Eötvös utca 18. fsz. 3.	87403/0/A/3	27 m <sup>2</sup>	lakás	1/1
1158 Bp., Klebelsberg Kúnó utca 64. fsz. 5.	82803/0/A/5	20 m <sup>2</sup>	lakás	1/1
1154 Bp., Nádastó utca 17. fsz. 4.	83679/0/A/4	41 m <sup>2</sup>	lakás	1/1

A Kiíró az árverésre kerülő ingatlan rendelkezésre álló további adatait – ideértve az ingatlanról készített képfelvételeket – az EAR felületén, a világhálón folyamatosan elérhető <https://e-arveres.mnv.hu/> hivatkozási helyen teszi közzé. Az árverésre kerülő ingatlanra kizárólag elektronikus úton lehetséges árverezni.

*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**