

RÁKOSPALOTA / PESTÚJHELY / ÚJPALOTA

# ÉLETképek

2019. JÚLIUS 25.

IX. ÉVFOLYAM 13. SZÁM

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

XV. KERÜLET KÖZÉLETI LAPJA

Műanyagmentes július

Családbarát hivatal

FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ



Összehangolt parkmegújítás

Kulcsfontosságú beruházás kezdődhet

## „Fontosak a kisebb projektek is!”



Benedekné Bagyinszki Márta

**Az Év Köztisztviselője díjat idén Benedekné Bagyinszki Márta, a városgazdálkodási főosztály vezetője kapta. Vele beszélgettünk szakmáról, feladatokról, kihívásokról.**

– *Mióta dolgozik az önkormányzatnál?*

– Kisebb megszakításal 2003 óta dolgozom a polgármesteri hivatalban. Az első évben vagyongazdálkodással foglalkoztam, majd 2004-ben átkerültem a szakmámhoz közelebb álló főépítési irodára. Két és fél év megszakítással 2016-ig ott dolgoztam, majd a Városüzemeltetési Főosztály osztályvezetőjének neveztek ki. Tavaly január 1-jétől vagyok a városgazdálkodási főosztály vezetője, ami már nemcsak a városüzemeltetéssel, hanem az önkormányzati beruházások előkészítésével, bonyolításával is foglalkozik.

– *Mérmökként miért éppen a közszférát választotta?*

– A második gyermekem 2001-ben született, addig magántervezőként dolgoztam tervezőteamek részeként, mint építésmérnök és mint településtervező mérnök. Két kisgyerek mellett nagyon fontossá vált mind a munkaidő, mind a fizetés kiszámíthatósága, rendszeressége, amit a közszférában egy ügyintézői állás biztosít. Az azonban fontos volt, hogy

olyan szakterületen tudjak elhelyezkedni, ahol a szakmai pályámat érdemben tudom folytatni.

– *Mi az a feladat, ami nagy kihívás most a városgazdálkodáson belül?*

– Kiemelt prioritású az északi főgyűjtő projekt, jelentőségénél fogva nagyon remélem, 2021-ben elmondhatom, hogy elkészült, és részese lehettem a megvalósításának. De ehhez még néhány önkormányzati döntés szükséges idén.

Számomra nagyon fontosak a kisebb projektek is, azok a hasznos beavatkozások, amelyek a lakosság közérzetén, életminőségén javítani tudnak. Kerületben élőként engem is zavarnak az úthibák, a gondozatlan parkrészek, ha nem ég a közvilágítás, ha a Rákos úton nap mint nap látom a szlömösödést, és még sorolhatnám.

Kiemelt feladatnak tekintem, hogy a Répszolg Kft. új vezetőjével, Bokor Istvánnal átformáljuk az eddigi rossz beidegződéseket a munkafolyamatoknál. Küzdünk a munkaerőhiánnyal, de azzal is, hogy a főváros fenntartásában, kezelésében lévő területek, utak tekintetében nem történik semmi a kerületben.

Célunk, hogy mielőbb érezhető legyen a változás a lakók körében. Ezt sajnos lassítja az, hogy nincs elfogadott költségvetése az önkormányzatnak, ezért sokkal szűkebb források felhasználására van idén lehetőség a városüzemeltetés terén. Sok fejlesztésnek sem tudunk nekiállni, ilyenek az út- és parkolófelújítások, térfejlesztések, nem tudjuk sem a járdapályázatot, sem a társasházi felújítási pályázatot kiírni, és ez csak néhány a sok feladat közül, amit idénre terveztünk. Hiába tekintem kiemelt fontosságúnak, de a költségvetés hiánya miatt nem tudunk haladni a VEKOP-pályázat bonyolításával, és a már megítélt támogatások felhasználásától el kellett állni vagy felfüggeszteni azok végrehajtását. **JÁg**

## Családbarát hivatal

**A nyári szünetben három héten keresztül gyermekfelügyeletet nyújt dolgozói részére a kerületi polgármesteri hivatal.**

Dr. Lamperth Mónika jegyző elmondta: ezen a nyáron tesztjelleggel segítik azokat a munkavállalókat, akik a szünetben nehezen oldják meg gyermekeik felügyeletét. „Pár kollégának problémát jelent, hogy vakációban kire bízva a csemetéjét, sőt egy munkatársunknak magával kellett hoznia gyermekét a hivatalba, innen jött a kezdeményezés ötlete, mely július második hetében indult. Az 5–12 éves korú gyermekek a



FOTÓ: XV. MÉDIA, VARGOSZ

Gondnokság faház épületében tölthetik el hasznosan az időt, amíg szüleik dolgoznak” – nyilatkozta a jegyző.

Az egész napos szakképzett felügyelet alatt kézműveskedéssel, pingponggal, tollaslabdával, társasjátékkal,

játékos környezetvédelemmel és Pingvin Pityuval szórakozhatnak kreatívan a kicsik. A program ingyenes a hivatali munkavállalók részére, a gyerekek étkeztetéséről a szülők gondoskodnak.

(béres)

## Nyári munka: tapasztalat és kereset

**A nyári hónapokat egyre több diák tölti pihenés mellett munkával. A XV. kerületi polgármesteri hivatalban ezen a nyáron tízennégyen dolgoznak egy hónapon keresztül, közülük három fiatalal beszélgettünk eddigi tapasztalataikról és jövőbeli terveikről.**

Az irattárban dolgozik a 17 éves kerületi Porfia Gergely és a 15 éves Nagy Benedek, Pissinger Flóra pedig az egyik osztályról érkezett a beszélgetésünkre. Gergő már tavaly is vállalt nyári munkát egy büfében, de idén nem akart „vendéglátótzni”, így a hivatal pályázataira jelentkezett. Benedeknek és Flórának ez az első nyár, amikor dolgoznak, de hamar beleszoktak ők is. Mindenkinek az a célja, hogy ne a szüleitől kelljen zsebpénzt kérni, hanem maguk járuljanak hozzá a költségeikhez.

Emellett Gergő KRESZ-tanfolyamra gyűjt, Flóra a nyaralásra és egyéb kiadásokra, Benedek pedig felíresteresi, hogy szükség esetén tudjon miből költeni. Mindhárman egy hónapot



FOTÓK: XV. MÉDIA, VARGOSZ

Diákmunkások | Benedek, Gergely és Flóra

vállaltak, hatórás munkaidővel. Azzal senkinek nem volt problémája, hogy időre beérjen, inkább a munkahelyi légkör különbözik az iskolától: itt a feladatokat és folyamatokat kellett megtanulniuk, de ha elakadnak, sincs gond, mert mindenki segítőkész volt velük – mondták.

Benedek örül, hogy rálátása lesz egy ilyen jellegű munkahelyre, ez segíthet neki a pályaválasztásban is. Flóra és Gergő viszont tudják, hogy az orvosi karra szeretnének felvételizni, nekik is inkább tapasztalatszerzésről, hogyan működik egy szervezet. Terveik alapján jövőre is

vállalnak nyáron munkát, és lehetséges, hogy újra ide jelentkezzenek.

Nábrádi Pálné, a hivatal humánpolitikai osztályának vezetője szerint sokkal több diákmunkást tudtak volna fogadni idén a Nemzetgazdasági Minisztérium pályázata keretében, de csak tízennégy diák jelentkezett. Közülük ketten már tavaly is dolgoztak itt. A fizetés a minimálbér hat órára jutó összege, bruttó 111 750 forint, melyet a pályázatból fedeznek, egy diák bérét pedig a hivatal állja. A polgármesteri hivatal mellett GMK-ban is dolgozik még két fiatal.

(KI)

# Összehangolt parkmegújítás

Újszerű munkamódszerrel tette rendbe a Répszolg az Árendás köz parkos, fás területét. Rövid idő alatt igen látványos eredményt értek el a parkrendezéssel.

– Az önkormányzat cégének gyakorlatilag minden szakterülete egyszerre vonult fel az alvállalkozóikkal egyetemben július elején azért, hogy minél rövidebb idő alatt tegyék rendezettebbé az Árendás köz nagy területét – tudtuk meg Bokor István ügyvezetőtől.

Az Árendás közben a 70-es években ültetett fák mára gondozatlan, nagy ligetet alkottak, ahol a napfény szinte nem jutott át a lombkoronákon. Rengeteg volt a szemét, a régi, valamikor padként vagy pingpongasztalként funkcionáló, de mára pihenésre már teljesen alkalmatlan betontömbök törzói elcsúfították a helyet, a parkban

FOTÓ: XV. MÉDIA, VARGOSZ



Szervezett takarítás | Pár nap alatt végeztek

található sportpályák is elhanyagolt, lepusztult képet nyújtottak.

A Répszolg és alvállalkozóinak mintegy ötvenfős csapata az akció keretében egészen a Drégelyvár utcáig megtisztította a területet. Eltakarí-

tották a felgyűlt, illegálisan lerakott szemetet, a balesetveszélyes fákat kivágták, a többi megmetszték, ifjították, a betonhulladékos rész helyén murvás parkolót alakítottak ki, kijavították a sportpályák kerítését.

Ergo visszaparkosították, rendezték ezt a részt. Mindezt néhány nap alatt.

Mint Bokor István elmondta, ezzel a módszerrel gyorsan rendkívül látványos eredményt lehet elérni, így a jövőben máshol is alkalmazzák majd. Egyelőre felméri, hogy hol van szükség ilyen jellegű munkákra. Várhatóan a következő helyszín a Nyírpalota út túloldalán, a Száraznád utcában a posta mögötti rész lesz, amit hasonló módon tesznek rendbe. Aztán következhet a Fő téri szökőkút és környezetének rendezése – tette hozzá az ügyvezető.

Természetesen nemcsak Újpalota parkjaiban várható megújulás. Rákospalota és Pestújhely zöldterületeit is szeretné felfrissíteni a társaság. A szakember szerint a kisebb parkok másfajta törődést igényelnek, így ezek esetében parkgondnokok alkalmazását tervezi a Répszolg.

Jónás Ágnes

## Hol álljanak a szobrok?



FOTÓ: XV. MÉDIA, NAGY BÓTOND

Gyötrelmes rákospalotai sorsok, faldalmas múltidézés és megosztó vélemények jellemezték július 14-én azt a lakossági tájékoztatót, melyet a Magyarok Nagyasszonya templomban tartott a helyi önkormányzat két új szobor elhelyezéséről.

Németh Angéla polgármester elmondta, 2017-ben döntött a kerületi képviselő-testület, hogy két köztéri szobrot készíttet az önkormányzat Merk Péter képviselő kezdeményezésére. A Rákospalota 1956. Forradalom és szabadságharc és a Rákospalota 1952. Kitelepítettek emlékműve elkészült, a határozatban foglaltak szerint a Magyarok Nagyasszonya templom környezetében helyezik el, azonban az önkormányzat vezetősége a lakosság véleményét is fontosnak vélte, ezért együttgondolkodásra hívta az itt élőket.

Mint ismeretes, 1952-ben több családot hurcoltak el Rákospalotáról, akik sohasem kaptak elégtételt, éppen hogy túléltek a II. világháborút, jött az államosítás, a kitelepítés, az 1956-os

forradalom és szabadságharc leverése. A fórumon több érintett leszármazottja is felszólalt, a történelmi adatok mellett a keserű személyes emlékek is előkerültek. Mindemellett szó volt a szobrok eszmei és helytörténelmi értékéről is. A vélemények arról nagyon megoszlottak, hol lehetne méltó helye az emlékműveknek, a templom környéke mellett a forgalmas közterületek és a rákospalotai múzeum lehetősége is felvetődött.

Merk Péter nyomatékosította, már 2016-ban kijelölték az emlékművek helyét a templom részében. Szerinte: „a rákospalotaiak tudják, hogyan emlékezzenek meg a hőseikről”, és hozzátette: „a politika maradjon ki”, és a szoboravatást csak szűk körben szervezzék meg. A polgármester azonban megjegyezte: a képviselő javasolt írásban nagyszabású ünnepséget, ami költségvetés híján nem valósulhatott meg. Victoriné dr. Kovács Judit alpolgármester pedig arra tért ki: „fontos, hogy a helyi áldozatokról méltóan megemlékezzünk, és a két szobor egymás mellé kerüljön”.

Benedekné Bagyinszki Márta városgazdálkodási főosztályvezető a szobrok készítésének főbb pontjait részletezte. Végezetül Szabó Sándor plébános azt javasolta a jelenlévőknek, érdemes lenne még egy újabb találkozót tartani az eredményesebb megoldás érdekében. **B. I.**



## KÉSZ-vélemény

Szűk körben, mondhatni családi-as hangulatban telt az a lakossági tájékoztató, melyen Sipos Gábor főépítész a Kerületi Építési Szabályzat (KÉSZ) módosításának tervezetét ismertette július 15-én a helyi polgármesteri hivatalban.

A kerületek mozgásterét a Budapest főváros településszerkezeti terve határozza meg, melyet összhangba kell hozni a helyi koncepcióval. Városrészünkben hosszas előkészítő munka után tavaly alkották meg a Rákospalota, Pestújhely, Újpalota Építési Szabályzatáról szóló helyi rendeletet. A főépítész elmondta, a lakosság részéről eddig főként ingatlanépítéssel kapcsolatos kérdések merültek fel, cégek pedig konkrét beruházás kapcsán keresték fel az illetékeseket. Mindemellett az eltelt mintegy egyéves tapasztalatok, illetve lakossági véleményezés alapján szintén felvetődött jó pár javaslat.

A képviselő-testület befogadta a kérelmeket, és májusban döntött, hogy beépítik azokat a rendeletter-

vezetbe, melynek most van a véleményezési lehetősége. A főépítész kitért arra is, hogy a kerület honlapján részletesen megtalálható a KÉSZ most hatályos rendelete és a módosítás tervezete is. Azt is hangsúlyozta, hogy próbálták minél közérthetőbbé tenni a dokumentumot, a változtatásokat röviden összefoglalva is megtalálják az érdeklődők.

A lakosok az elkészült tervezetről véleményt nyilváníthatnak a közzétételtől számított 30 napon belül, melynek időszaka augusztus 4-én jár le, a szakemberek ezért is gondolták, hogy még egy fórumon érdemes prezentálni a főbb elemeket.

Az észrevételeiket a Főépítész Irodára (Bocskai utca 1-3.) személyesen, postai úton vagy a foepitesz@bpxv.hu e-mailen augusztus elejéig juttathatják el. A főépítész megjegyezte, a KÉSZ módosítása hosszal eljárás folyamatot követően valószínűleg már csak az önkormányzati választások után, az új képviselő-testület elé kerül rendeletalkotáásra. **(bi)**

# Kulcsfontosságú beruházás

A képviselő-testület június végi döntése értelmében elkezdődhet az északi főgyűjtőcsatorna kiépítése. A beruházást a kerületi önkormányzat saját forrásból valósítja meg, miután évtizedekig hiába várt arra, hogy a főváros lépjen ez ügyben. A fejlesztéssel kapcsolatban nyilatkozott lapunknak kerületünk országgyűlési képviselője, a polgármester, a városgazdálkodási főosztály vezetője, a Fidesz-frakció vezetője és egy érintett helyi lakos.

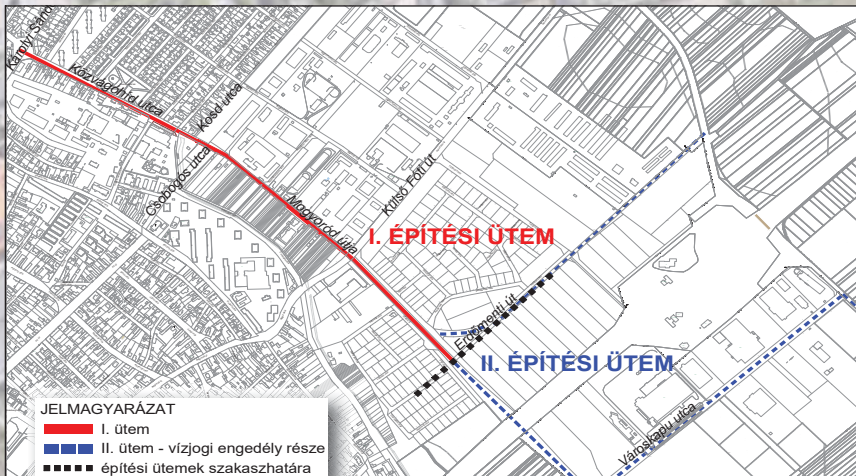
**Németh Angéla**  
polgármester



„Az önkormányzat már 2018-ban döntött a Szilas-pataki szennyvíz-főgyűjtőcsatorna beruházás I. ütemének megvalósításáról, és az ehhez szükséges fedezetet is biztosították. Ennek megfelelően alkotta meg, illetve módosította év közben a 2018. évi költségvetésről szóló önkormányzati rendeletét” – mondta Németh Angéla polgármester.

A lebonyolításra irányuló közbeszerzés első alkalommal eredménytelen lett, emiatt idén januárban a Pénzügyi és Költségvetési, Tulajdonosi és Vagyongazdálkodási Bizottság úgy döntött, hogy felkéri a polgármestert: a szükséges előirányzatot a 2018. évi költségvetésben jóváhagyott összegben az önkormányzat 2019. évi költségvetésébe terveztesse be, és folytasson le új közbeszerzési eljárást. A beruházás fedezete ennek megfelelően a képviselő-testület elé első alkalommal a február 25-ei ülésen előterjesztett tervjavaslatban is szerepelt. „Meg kell jegyezni, hogy sem a 2019. évi költségvetési tervjavaslat előkészítése és véglegesítése, sem annak nyolcadszori megtárgyalása során a beruházás szükségességével kapcsolatban kérdés, ellenjavaslat nem merült fel. Mivel a főgyűjtőcsatorna-beruházás a kerület hosszú távú fejlődése és az itt élő emberek jóléte szempontjából stratégiai jelentőségű, kulcsfontosságú fejlesztésnek tartom. Nem hagyhattam, hogy a költségvetés elfogadásának és a kerület megfelelő működésének politikai célú akadályozása gátat vessen a beruházás megvalósulásának” – nyomatékosított a polgármester.

Kitért arra is: jogszerű és szükségszerű volt, hogy a beruházásra a 2019-es költségvetésben betervezték forrást, és az új közbeszerzési eljárás kiírására vonatkozó előterjesztést júniusban terjesztette be. Szerinte az érintett ráköspoltoi terület fejlődésének elengedhetetlen infrastrukturális feltétele a szennyvíz-főgyűjtőcsatorna megépítése. Ennek hiánya évtizedek óta gátja a kerületrészen megvalósítható beruházásoknak. A polgármester azt is elmondta, hogy az ilyen típusú beruházások a Fővárosi Önkormányzat feladat- és hatáskörébe tartoznak, azonban egyértelmű, hogy a főváros ezt az alapvető fejlesztést nem fogja megvalósítani, ezért ahogy fogalmaz: „a saját kezünkbe kell venni a sorsunkat”.



**Benedekné Bagyinszki Márta**  
városgazdálkodási főosztályvezető

A kerület korábbi vezetése már a '90-es évektől folyamatosan kereste annak lehetőségét, hogyan építhetné ki a csatornát az északi területen, hogy fejlődhessen a kerületrészt. A központi céltámogatási pályázatokat azonban többször elutasították, és a főváros is elzárkózott a beruházás finanszírozásától.

Az M3-as autópálya kerületi szakasza mentén, a városkapu térségében eközben egyre több vállalkozás nyitotta meg kapuit. 2004-től a Fővárosi Csatornázási Művek a közműnyilatkozatért hozzájuk forduló ingatlantulajdonosoknak feltételül szabta a közműves szennyvízelvezetést.

„Ebben az időben már a terület akkori tulajdonosai közül is voltak kezdeményezők, akik a beruházási költség előfinanszírozását is kilátásba helyezték. A fővárosi, a XV. kerületi önkormányzat, valamint a tulajdonosok közötti számos egyeztetés azonban sikertelennek bizonyult. A csatorna megépítésére tervezett társulás összefogására önkormányzatunk is vállalkozott, ám az egyre szélesebb körű, de eltérő igények és a változó feltételek miatt végül a megvalósítás elmaradt” – mondta lapunknak Benedekné Bagyinszki Márta városgazdálkodási főosztályvezető.

A képviselő-testület ezért most úgy határozott, nem halogatja tovább a fejlesztést. Miután megvan a beruházáshoz szükséges forrás, önerőből valósítja meg a csatornaépítést. A tervezett csatornagerinc a Károlyi Sándor utcától a Közvágóhíd utca és folytatásaként a Mogyoród útja nyomvonalaiban, az Erdőmenti út csatlakozásáig tart. Ennek értelmében érintett a Szilas-patak mentén a Csobogós lakóteleppel szemközti terület, a Régi Főti út Lidl felőli oldalán fekvő Palota-újfalu és Palota-liget elnevezésű területek, az M3-as autópályától keletre eső gazdasági területek, valamint a tehenészeti telep és környezete is.

A kivitelezés – a sikeres közbeszerzési eljárást követően – leghamarabb novemberben indulhat. A munkálatok előreláthatólag másfél évig tartanak majd. A csatorna megépítése a tavalyi ajánlatok alapján mintegy nettó 1,2 milliárd forint, amelyhez további költségek járulnak – tudtuk meg.

Az érintett ingatlantulajdonosoknak is lesz feladata a beruházással kapcsolatban. „A meglévő gerincevezetésekről a jelenleg is élő ingatlanbepótlásokat a beruházás során átkötik az új gerincevezetésekre. A jelenleg csatornára nem csatlakozó ingatlanoknál leágazó csatlakozásokat építenek ki. A rácsatlakoztatás azonban a tulajdonosok feladata lesz. A leendő utcai ágvezetékek csatlakoztatására is megépülnek a fogadóaknak. Az utcai hálózatok és ingatlanbepótlások megvalósítása, annak finanszírozása jelen ismereteink szerint a tulajdonosok összefogásának feladata lesz, amibe az önkormányzat mint koordinátor tud részt venni” – mondta a főosztályvezető.

A csatornaépítéshez kapcsolódóan egyéb fejlesztések is várhatók. A főgyűjtő nyomvonala mellett a meglévő vízvezeték elavult szakaszainak kiváltása is megtörténik korszerű, megfelelő keresztmetszetű vezetésekre. A Közvágóhíd utca útfelületét a közműépítést követően felújítják, valamint a Mogyoród útja teljes útszerkezete is megújul a Csobogós utca és a Régi Főti út között.

# kezdődhet a kerületben



**Hajdu László**  
országgyűlési képviselő

„A kerület fejlesztése szempontjából az egyik legfontosabb beruházások egyike” – mondta Hajdu László országgyűlési képviselő a Szilas menti főgyűjtő megépítéséről. Hozzátette, hogy a városrész többi része már csatornázott.

A kerület északi részén a csatornavezeték az újpesti szennyvíztisztítótól a Károlyi Sándor utcáig kiépítette a főváros, és azért hagyta abba a munkát, mert azt tervezte, hogy a kerülettel közösen építi tovább a hálózatot. Ám ez az északi rész végül kimaradt a csatornázásból, noha itt mintegy 8 négyzetkilométernyi szabad fejlesztési terület található. Ezzel az alapközmű-szolgáltatási hiányossággal pedig nem vonzó a terület a befektetőknek.

A képviselő kitért arra is, hogy polgármestersége idején a főgyűjtő-beruházás elmaradásának politikai és anyagi okai voltak. A 2000-es évek elejétől a kerület vezetése folyamatosan próbált pályázati forrásokhoz jutni, de évekig sikertelen volt a próbálkozása.

„Az alapközműveket a főváros építheti ki és tulajdonolhatja a törvény szerint” – mondta Hajdu László. Viszont ha a csatornaépítést önként vállalt feladatként, saját forrásból nem végezné el a kerület a főváros helyett, akkor újabb évtizedekig nem lenne csatornafejlesztés. A főváros vezetése részéről ugyanis nem volt szándék arra, hogy a közeli jövőben megépítse a főgyűjtőt.

„A beruházás azért is megéri a kerületnek, mert új munkahelyek teremtésére nyílik mód. Az új munkahely pedig azt jelenti, hogy például telekadó, építményadó révén hosszú távon új adóbevételekhez jut a városrész” – mondta végezetül a képviselő.

**Förster Anita**  
XV. kerületi lakos



„Palotai őslakosként hosszú évekig nem tudtunk letelepedni a kerületrészen” – mondja a Rákospalotán lakó Förster Anita, akinek családja három telket is tulajdonol az új főgyűjtő-beruházásban érintett területen, a Mogyoród útja város felé eső részén. A földjeik történetéről elmondta, hogy hajdani gazdálkodó családként a termelőszövetkezek rendszerváltás utáni kötelező részaránytulajdon rendezésekor kapták meg ezeket a telkeket. Szerettek volna építkezni az ingatlanokon, ám a főgyűjtő hiánya megakadályozta ebben őket. „A mai napig megvannak a családi házunk tervei. A 2000-es évek elején nagyon is konkrétan látszott, hogy a 12,5 hektáros területen, aminek telkeit kizárólag régi palotai családok tulajdonolják, elindul a beruházás. Mivel a főgyűjtő megépítésére egy vállalkozás vízjogi engedélyt kapott, reálisnak tűnt, hogy hamar megvalósítható az építkezés” – mondta Förster Anita.

Aztán derült égből villámcsapásként érte őket, amikor kiderült, hogy a cég, ami a főgyűjtő megépítését végezte volna, tönkrement. „Nem értettük, miért nem vették vissza a vízjogi engedélyt, amikor kiderült, hogy a cég nem tudja a beruházást elvégezni. Azt sem értettük, hogy miért nem fejlesztette egyik önkormányzati vezetés sem a területet és környékét, amíg a környező településeken óriási léptékű beruházások valósultak meg.”

Az építkezéseknek jelenleg az egyetlen akadálya a csatorna hiánya, ugyanis a telkekre már bevezették a vizet, a gázt és a villanyt. Ezeknél a közművek kiépítését teljes mértékben a telektulajdonosok állták, majd a megépítés után átadták a szolgáltatóknak. Förster Anitaék arra is számítanak, hogy a főgyűjtő kiépítésekor nekik is lesznek költségeik, de ezt befektetésnek tekintik, hiszen értéknövelő beruházásról van szó.

A területtel kapcsolatos tervekről elmondta: „mivel nem tudtunk építkezni, ezért vettünk magunknak egy házat Rákospalotán, és amíg a gyerekek ki nem repülnek, addig itt élünk majd. Ha a gyerekeink szeretnének itt maradni, akkor lehet cél, hogy építkezzünk a meglévő telkekre. De ez valószínűleg nem fog 10 éven belül megvalósulni. Persze, a fejlesztésnek csak örülni lehet, hiszen ez egy lehetőség, az viszont egy kicsit furcsa, miért most jutottunk el ideig.”



**Pintér Gábor**  
Fidesz-KDNP frakcióvezető

A kerületi Fidesz-frakció támogatta a Szilas menti főgyűjtő-beruházás I. ütemének megvalósítását, amiről a képviselők a június 25-i ülésükön döntöttek. A főgyűjtő építésének története azonban több évre nyúlik vissza, a beruházást László Tamás fideszes polgármester is el akarta vezetni a 2010–2014-es ciklusában.

A Fidesz-frakció vezetője, dr. Pintér Gábor elmondta, hogy akkor, amikor a konzervatív oldal adta a polgármestert, a vízjogi engedélyk hiánya akadályozta meg a beruházás megvalósítását a kerületben. A 2010 előtt polgármesterként regnáló Hajdu László ugyanis településrendezési szerződést kötött, aminek keretében az Elefánt Holding valósította volna meg a főgyűjtő kivitelezését. Éppen ezért az építkezéshez szükséges vízjogi létesítési engedélyeket a cég birtokolta. A cég csődbe ment, és 2010-ben az új polgármester, László Tamás vezette városvezetés szembesült azzal, hogy a vízjogi létesítési engedélyk más kezében vannak. „Több évig tartott a procedúra, mire az önkormányzat vissza tudta szerezni ezeket az engedélyeket” – mondta dr. Pintér Gábor.

A beruházásról a frakcióvezető elmondta, hogy az új főgyűjtő értéknövelő tényező az ingatlanoknál. Éppen ezért úgy gondolják, hogy a befektetésként földet vásárló telektulajdonosoknak is be kellene szállniuk anyagilag a fejlesztésbe. „Komoly telekspekuláció indulhatott be az utóbbi időben a területen” – véli dr. Pintér Gábor.

Meglátásuk szerint a befektetési célú ingatlanvásárlóknak, azaz olyan cégeknek, akik később eladásra szánt lakásokat, házakat húznak fel a telkekre, településrendezési szerződés keretében részt kellene vállalniuk a beruházásban. „Vannak már tárgyalások a befektetők és az önkormányzat között. Erről azonban nem tudunk semmit, a tárgyalás részleteit ugyanis nem osztották meg a képviselőkkel a június 25-i testületi ülésen beterjesztett előterjesztésben” – mondta végezetül a frakcióvezető.

Fotók: XV Média, Nagy Botond, Vargosz.  
Lejegyezte: Béres-Jónás-Metz

# Mozgalmass nyugdíjas évek



Dr. Szabó Tamás | Hetente háromszor rendel

**Dr. Szabó Tamás sebész főorvos 41 évnyi munkaviszony után idén május 31-én nyugdíjba ment. Majd június 4-én munkába állt a Dr. Vass László Egészségügyi Intézmény Rákos úti telephelyén. Hetente háromszor reggel 8 és délután 2 óra között rendel.**

– Nincs ebben semmi rendkívüli – válaszolta kérdésünkre a szakrendelő új orvosa –, éreztem még magamban kellő erőt a további munkához, s mivel adódott ez a lehetőség, belevágtam az újabb kalandba.

Dr. Szabó Tamás személyében komoly szaktekinnytellyel erősödött a kerületi egészségügy. Az új sebésznek 1978-ban a Belügyminisztérium Gorkij fasori (később Városligeti fasori) kórházában kezdődött a pályafutása, ahonnan 2007-ben osztályvezető-helyettesként ment át a Magyar Honvédség Egészségügyi Központ Podmaniczky utcai telephelyére (a volt MÁV kórházba).

– Amióta az eszemet tudom, orvos akartam lenni. A sebészet pedig szintén „első szerelem” volt. Harmadéves koromban már a szakmai gyakorlaton azon-

nal megfogott az a hangulat, amely a sebészeti osztályon uralkodott – magyarázta a szakember.

A kórházváltásra azért volt szükség, mert 2007-ben a BM kórházat beolvasztották a Honvédkórházba. Az új felállásban a MÁV kórház sebészeti osztályának helyettes vezetőjére, dr. Szabó Tamásra bízta a szakambulancia vezetését.

Mindkét kórházhoz tartozott járóbeteg-ellátás is, így nem volt számomra ismeretlen ez a terület. Ráadásul a Honvédkórház orvosaként a XV. kerülethez is közöm volt, hisz a betegeket innen hozzánk küldték – mondta a főorvos.

Dr. Szabó Tamás hetente háromszor – keddenként, szerdánként és csütörtökönként reggel 8 és délután 2 óra között – rendel a második emeleti sebészeten, és egy-egy rendelés alkalmával átlag ötven beteggel találkozhat.

– Erre számítottam, hisz a főváros egyik legnagyobb kerületében vállaltam munkát, ahol sok idős ember él, így sokkal több az egészségügyi probléma is. Mikor elvállaltam ezt a munkát, tudtam, hogy nem fogok unatkozni – mondta a szakember. **Riersch Tamás**

## Véradókat várnak

Véradást szervez a polgármesteri hivatal és a Vöröskereszt XV. Kerületi Szervezete a Pólus Centerben július 26-án, pénteken 14 és 18 óra között, valamint a Pajtás Étteremben július 29-én, hétfőn 14 és 17 óra között. Kéri a véradókat, hogy személyi igazolványukat, lakcímkártyájukat és tájkaártyájukat vigyék magukkal. Minden véradó ajándékot kap.

# Táborozó orvosok

– Idéntől más rendszerben felügyelnek a kerületi gyermekorvosok a nyári napközis tábor résztvevőire – tudtuk meg Dr. Érseki Ildikó kerületi gyermekorvostól –, mint azt korábban megszokhattuk. Eddig ugyanis az volt a rend, hogy egy védőnő állandó jelleggel a táborban volt, míg az orvosok beosztásuk szerint naponta egyszer kilátogattak a gyerekekhez.

– Idéntől beosztottuk a gyermekorvosi rendelőket, így a táborban tartózkodó védőnő mindig tudja, melyik az ügyeleti intézmény. Az orvos pedig a védőnőtől kapott információk alapján eldöntheti, hogy a felmerült probléma milyen beavatkozást – helyit, orvosit vagy esetleg kórhá-



zit – igényel. Ez a megoldás sokkal jobb mindenkinek – mondta a szakember. Azt is megtudtuk, a kilenc hetes napközis tábor orvosi felügyeletét ellátó négy rendelő közül az első ciklusban a Zsókvár utcai foglalkoztatják. Három hét után követi majd a Rákos úti rendelő, a sort pedig augusztusban a Sződliget utcai és Órjárt utcai rendelő zárja.

A napközis táborban sze-

rencsére nagyon kevés dolgot akad a gyermekorvosoknak – mondta Érseki doktornő, aki több mint húsz éve foglalkozik már táborozó gyerekekkel. – Természetes egy-egy sérülés elő-előfordulhat, ám nagyobb orvosi beavatkozásra eddig még sosem volt szükség. Ez is azt bizonyítja, hogy jó helyen, biztonságos körülmények között vannak a napközis táborban a gyerekek.

**R. T.**

# Ingyenes bevizsgálás



**A nyár elengedhetetlen kelléke a napszemüveg, mely az ultrabolya sugárzás visszaverésével védi szemünket. A védekezéssel kapcsolatban a szakemberek olyan napszemüvegek vásárlását javasolják, amelyek az UV-sugárzást 100 százalékosan blokkolják.**

FOTÓ: XV MÉDIA, NAGYBOTOND



Az UV hatására a szemhéjon is kialakulhat a rák, illetve a szem belsejében is, ami sokáig rejtve marad, nem okoz tüneteket. Éppen ezért nagy gondot kell fordítani a megfelelő napszemüveg kiválasztására. A közelmúltban az Innovációs és Technológiai Minisztérium akkreditált Élelmiszer és Vegyipari Laboratóriumában tizenhat felnőtt- és négy gyermeknapszemüvegen végeztek részletes fényátesztési vizsgálatot. Jó hír, hogy mindegyik napszemüveg UV-szűrése megfelelt az egyes kategóriákhoz előírt értéknek.

A napszemüvegeket a gyártók 0-tól 4-ig öt kategóriába sorolják be aszerint, hogy gyenge vagy erős napsugárzás elleni védelemre ajánlják azokat. A kategóriát a napszemüvegen vagy a címkén

kell feltüntetni, erre a 100 százalékos UV-szűrő vagy az UV-400-as megjelölés utal, vagyis a termék 400 nanométerig blokkolja a fénysugárakat. Ez a látható tartomány alatt van; a látásunkat nem befolyásolja, a káros sugarakat viszont kiszűri.

A Magyar Látszerész Szövetség pedig UV-extra – extra védelem a szemnek elnevezésű kampányt indított, hogy felhívják az emberek figyelmét a fokozott UV-terhelés szemre, szem környéki bőrre gyakorolt káros hatásaira. Július végéig ingyenes UV-szűrésre várják azokat, akik szemüvegüket, napszemüvegüket szeretnék bevizsgáltatni fényvédelem szempontjából. Ezenfelül szaktanácsadással is szolgálnak a kampányban résztvevő optikai szaküzletekben,

melyek adatai az [uvextra.hu](http://uvextra.hu) oldalon megtalálhatóak. A kerületben az Optic World (Pólus Center, Szentmihályi út 131.) csatlakozott a kezdeményezéshez.

A kampányban részt vevő üzletek ingyenes és teljes körű UV-szaktanácsadásban részesítik az érdeklődőket, megvizsgálják a meglévő optikai szemüveg UV-szűrőképességét, a lencse felületi épségét, de bevizsgálják a meglévő napszemüveget is ugyanezen paraméterek alapján. A kontaktlencse-viselőknél speciális tanácsadást nyújtanak az UV-védelemre nézve. A szakmai szervezet kiemelte, hogy a gyermekek szemét is védeni kell az UV-sugárzás ellen, hiszen az ő szemüket jobban károsíthatja az UV-fény. Számukra külön szűrővizsgálatokat szerveznek. **(béres)**

# A műanyagmentes kihívás

Ha azt mondjuk, hogy a csapból is a „műanyagmentes július” folyik, teljesen igazunk van. A földünk szennyezésének mindenkit érintő hatása ugyanis, hogy az ivóvizünk tele van mikroszkopikus méretű műanyag szemcsékkel. Az ausztráliai Plastic Free Foundation évek óta tartó kezdeményezése, miszerint július hónapban kerüljük az egyszer használatos műanyag eszközöket, mára már világszintű kampánnyá vált. Kipróbáltuk mi is, mennyire van hatással a mindennapjainkra, ha tudatosan kerüljük a nejlonzacskók, vizespalackok és a többi, nem tartós műanyag használatát.

Azt olvastam, hogy a fővárosban a Fővárosi Közterület-fenntartó NZrt. tavaly 17 000 tonna műanyagot és fémet gyűjtött be a lakosoktól. Az Eurostat pedig kimutatta: egy átlagos magyar hulladéktermelése 2016-ban 379 kilogramm volt.

Az elmúlt években ugyan csökkent ez a szám hazánkban, reméljük, az idén őszi adatak szerint is folytatódik a kedvező tendencia. Gyakorló háziasszonyként eddig is próbáltam tudatosan odafigyelni környezetünk védelmére, a háztartási szemét visszacsorítására. Találkoztam új és már ismert ötletekkel, azonban a lehető legjobb elgondolásnak tartom egy adott hónapot kinevezni erre a kihívásra. Ez keretet ad az új életformánknak. Amit hozzáértők tanácsolnak, nálam is



FOTÓ: XV MEDIA, NAGY BOTOND

## HÁZI MÉHVIASZOS CSOMAGOLÓANYAG

A kimosott pamutvászon textilanyag alá sütőpapírt teszünk, elosztjuk rajta a leeresztelt méhviaszt, újabb sütőpapírt a tetejére és átvasaljuk (akinek egyszerűbb, beteheti a felmelegített sütőbe is). Száradás után használható, tisztítása vizes szivaccsal történik, ha megkopik, újra lehet viaszozni.

okozott gondot az sem, hogy a házi tejfölt befőttesüvegbe kértem, és a savanyúságokat, így vittem haza.

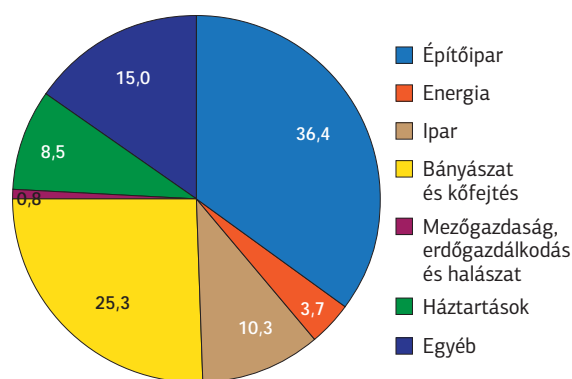
Ha nem tudtam megoldani, hogy termelőktől vásároljak, akkor vittem magammal a házi készítésű vászonzacskókat az élelmiszerboltba, és abba tettem a pékárut. A vonalkódot ugyanúgy rá lehet ragasztani, és nekem sosem szólt a pénztáros, hogy miért abban van. Ha nem készültem, akkor próbáltam papírzacskót használni a nejlon helyett. Évek óta van nálam összehajtható bevásárlótáska, ez nem újdonság, viszont a vászonzacskó használata az. Ezeket lehet készíteni is otthon, de aki kedvet érez hozzá, könnyen készíthet otthon is. A vászonzacskó kendőben nem szárad ki a szendvics, de mérettől függően tarthatunk benne kenyeret is, vagy félbevágott dinnyére is borítható.

Amit az elmúlt hetekben kudarcnak élttem meg, az a készletrendeléssel kapcsolatos. Sok kifőzdébe vihettük a saját ételtartó dobozunkat, de ha hirtelen veszünk ebédet valahol vagy házhoz rendelünk, azt nem tudjuk egyszerűen használatos műanyag edények nélkül megoldani.

Összegezve az eddigi tapasztalatokat: a műanyagmentes életet a tudatosság és az előretervezés segíti a leginkább. Ami most kis kényelmetlenség nekünk, egy élményteljesebb világot jelent majd a következő nemzedékeknek. (KI)



## Gazdasági tevékenységekből és háztartásokból származó hulladék százalékban (EU 28 ország; 2016)



A statisztikák szerint átlagosan húsz percig használ-

unk egy műanyag zacskót, melyben hazaviszük az élelmiszerüzletből az enivalónkat. Tapasztalatom szerint a legnagyobb „szemetgyártás” a bevásárláskor történik, ezzel kapcsolatban két megoldást találtam. Az egyik, hogy inkább a kerületi piacokra jártam vásárolni mostanában. Bár itt is automatikus mozdulat az eladók részéről, hogy három paradicsomot is bezacskóznak, de ha szóltam, akkor a mérlegelés után egyenesen a kosárba került minden. Nem

Orendi Éva, a Fővárosi Közterület-fenntartó Nonprofit Zrt. edukációs csoportvezetője elmondta, hogy számos csatornán érintkeznek a fiatalabb generáció tagjaival és rajtuk keresztül a felnőtt lakossággal. Hangsúlyozta, hogy: „az ifjúságot szeretnénk megszólítani, hiszen a környezettudatos gondolkodás és életmód elsajátítása annál sikeresebb, minél fiatalabb korban kezdődik az ezt célzó munka. A kicsiknek még nincsenek hibás beidegződéseik, rögzült rossz szokásaik.”

Környezetvédelmi Oktatóprogramjuk keretében naponta tartanak foglalkozásokat, előadásokat és tanórákat a fővárosi oktatási-nevelési intézményekben, és a 2016 óta működő Szemléletformáló és Újrahasználati Központjaiban is örömmel fogadják az érdeklődő csoportokat. Korosztályonként különböző eszközöket használnak, vannak színezők, mesekönyvek, tankönyv jellegű kiadvány és hétféle oktató rövidfilm is, de gyakorolni is szokták a gyerekekkel, hogy melyik típusú szemét hova kell tenni. „A mai világban, amikor minden nap a klímaválságról hallhatunk, olvashatunk, azt vesszük észre, hogy még nagyobb az igény szemléletformáló tevékenységeinkre. Témáinkat folyamatosan és igény szerint bővítjük, és egyre több platformon ismertetjük azokat” – mondta a csoportvezető.

## Rövidebb nyitvatartás



Valamennyi budapesti kormányablak rövidített nyitvatartást vezetett be július elsejétől. Hétfő kivételével vagy korábban nyitnak, vagy korábban zárnak. További változás, hogy a sorszámkiadás a nyitvatartási idő vége előtt 30 perccel befejeződik. A fővárosi kormányhivatal tájékoztatása szerint a budapesti kormányablakokban az alábbiak szerint fogadják az ügyfeleket:

Hétfő: 7–17 óra  
Kedd: 9–17 óra  
Szerda: 10–20 óra  
Csütörtök: 9–17 óra  
Péntek: 9–13 óra

## 3-as metró

Megvalósítható közelségbe került a 3-as metró klimatizálása, mivel újabb hatmilliárd forintot szerzett vissza a fővárosnak peres úton a városvezetés, ennek alapján a BKV már felvette a kapcsolatot egy speciális klímagyártó céggel a 3-as szerelvények klimatizálása érdekében – írta közleményében a Főpolgármesteri Hivatal. ♦

## A 2019/2020-as tanév rendje

A 2019/2020. tanévben a tanítási év első tanítási napja 2019. szeptember 2. (hétfő) és utolsó tanítási napja 2020. június 15. (hétfő). A tanítási napok száma száznyolcvan nap – írja a Magyar Közlöny.

A nappali oktatás munkarendje szerint működő szakgimnáziumban munkarendje szerint működő gimnáziumban, szakközépiskolában és szakiskolában százhetvenkilenc nap a tanítási napok száma. A tanítási év első féléve 2020. január 24-ig tart. Az iskolák 2020. január 31-ig értesítik a tanulókat, kiskorú tanuló esetén a szülőket az első félévben elért tanulmányi eredményekről. Az őszi szünet előtti utolsó tanítási nap 2019. október 25. (péntek), a szünet utáni első tanítási nap 2019. november 4. (hétfő).



A téli szünet előtti utolsó tanítási nap 2019. december 20. (péntek), a szünet utáni első tanítási nap 2020. január 6. (hétfő).

A tavaszi szünet előtti utolsó tanítási nap 2020. április 8. (szerda), a szünet utáni első tanítási nap 2020. április 15. (szerda). ♦

## Ítélezési szünet

Nyári ítélezési szünet van az ország bíróságain augusztus 20-ig – írta az *MTI*. A törvénykezési szünet alatt a bíróságok nem tartanak tárgyalásokat, azonban a kezelőirodák nyitva tartanak, az ügyfelek benyújthatják beadványaikat és betekinthetnek az iratokba. ♦

## Pótdíj bankkártyával

Már azonnali bankkártyás fizetéssel is kiegyenlíthető a jegyellenőrök által kiszabott helyszíni pótdíj a fővárosban – közölte a Budapesti Közlekedési Központ. Budapest jelentősebb közösségi közlekedési útvonalain, csomópontjaiban a jegyellenőrök hordozható mPOS bankkártyaterminállal rendelkeznek, amin keresztül befizethető a helyszíni pótdíj. Az összesen felül semmilyen további költségük nem keletkezik az utasoknak. ♦



## ÖNKORMÁNYZATI VÁLASZTÁS 2019

### Kampánykezdet a kerületben

Miután eldől, hogy Karácsony Gergely (jelenlegi zuglói polgármester) lesz Tarlós István egyik kihívója az októberi főpolgármesteri választáson, az Összefogás tagjai a kerületi polgármester- és képviselőjelöltek személyében is megegyeztek. Karácsony Gergely pedig jónak látta, ha személyesen mutatja be a kerületi jelöltek a sajtó képviselőinek. A körútját a kerületünkben kezdte, ahol július 15-én Németh Angéla jelenlegi polgármesterrel, polgármesterjelölttel, valamint Hajdu László országgyűlési képviselővel és az ellenzék 14 önkormányzati képviselőjelöltjével állt a sajtó nyilvánossága elé.

– Amit vállaltunk, azt teljesítettük is – mondta a főpolgármester-jelölt a Karácsony Benő parkban –, létrejött Budapesten az ellenzéki összefogás. Sok tárgyaláson vagyunk túl, most azonban már azon vagyunk, hogy az ígéreteinket is valóra váltsuk.

Karácsony Gergely a XV. kerületi kam-

pánykezdetet úgy indokolta, hogy „ez a városrész élő példája a kormánypárt agresszív politikájának”.

Németh Angéla polgármester nagy megtiszteltetésnek nevezte, hogy az őszi választásokon is ő vezetheti majd az ellenzék csapatát a XV. kerületben.

– Soha nem indult még ilyen erős szövetség a kerületünkben egy választáson. Fontos szövetség ez, melynek tagjai pontosan tudják: az elmúlt hónapokban a hétköznapi harcok mellett új frontot nyitott a kerület életében egy spontán összeállt fideszes bosszúkoalíció – mondta a polgármester.

Németh Angéla hangsúlyozta, a Karácsony Benő park ékes példája a Fidesz helyi politikájának, melyről leginkább a Deák utcai orvosi rendelő torzója árulkodik. Ígéretet tett rá, hogy győzelme esetén két héten belül elfogadtatja a kerület költségvetését, és januárig visszamenőleg minden ígéretét – a béremeléseket és a



támogatásokat is – teljesíteni fogja. Azt is elmondta, hogy a nyár előtti utolsó testületi ülésen a képviselők megszavazták az északi főgyűjtőcsatorna megépítését, amely hatalmas előrelépést jelent a kerületnek.

A két jelölt arra is ígéretet tett, hogy „amennyiben kerületi és fővárosi szinten is sikerül leváltaniuk a kormánypártot”, úgy a jövőben sokkal több útfejlesztési támogatásban részesül a kerület.

Délután lakossági fórummal folytatódott a rendezvény az újpalotai együttműködési irodában. A fórum moderátora a Párbeszéd szóvivője, Barabás Richárd volt.

Az eseményen Karácsony Gergely elmondta, az előválasztás legfontosabb üzenete az volt, hogy hetven ezer ember ment el szavazni. Véleménye szerint a szavazók olyan „emberközpontú” politika mellett tették le voksukat, amely képes leváltani a jelenlegi erőszakos, szűk réteg érdekeit képviselő kormánypolitikát. Ha-

sonló nézeteket vallott Németh Angéla is, aki elmondta, hogy kevésbé türelmes és toleráns politikus, mint elődje és mentora, Hajdu László volt, ám a célja ugyanaz, mint a jelenlegi országgyűlési képviselő: minden eszközzel és minden lehetséges módon a kerület és az itt élők érdekeit kívánja képviselni.

A fórumon számos téma szóba került. Többek között a főváros zöldebbé tétele, a közlekedési helyzet reformálása, a bérletképzési program. A lakossági kérdésekre válaszolva a jelöltek elmondták, rövid távú terv, hogy egy multifunkcionális sportcsarnok és egy uszoda épüljön a kerületben. A BKV-val is tárgyalnának arról, hogy a 69-es villamos vonalán alacsony padlós szerelvények közlekedjenek. A 7-es buszcsalád járműállományát minél hamarabb a jelenleginél környezetbarátabb elektromos járművekre cserélnék, valamint a tértelések helyett inkább fűtet és fákat ültessenek a kerületben. ♦

Hat ellenzéki párt, az MSZP, a Párbeszéd, a DK, a Jobbik, az LMP és a Momentum megállapodott arról, hogy az őszi önkormányzati választásokon közösen támogatott jelöltek indít minden budapesti kerületben – jelentették be közös sajtótájékoztatón az érintett pártok képviselői. A kerületben hosszú tárgyalások után, miután a zöld-minimum programot, valamint az átláthatósági biztos bevezetését elfogadták, az LMP is részese lesz a közös indulásnak. Ennek értelmében a XV. kerületben Németh Angéla jelenlegi polgármestert támogatják az ellenzéki pártok. ♦



## 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

**Vicsorné dr. Kovács Judit**

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

**Tóth Imre**

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

## KÉPVISELŐK ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI

**1. sz. vk. Lehoczki Ádám**

(Fidesz–KDNP) 20 436 1224  
*leho.adam@gmail.com*  
Telefonon és e-mailen történő egyeztetés  
alapján.

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

*mgyurkovics@freemail.hu*  
Minden hónap második szerdáján,  
17 és 19 óra között a Palota Pont Rákospa-  
lotai Tanácsadó és Együttműködési Irodában.

**3. sz. vk. Merk Péter** (Tiszta szívvel – tiszta kézzel Rákospalotáért) 20 352 4009

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

**4. sz. vk. Agárdi János**

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

**5. sz. vk. Csonka László**

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

**6. sz. vk. Legárd Krisztián** (DK)

30 540 6393  
*legard.krisztian@gmail.com*  
Minden hónap harmadik szerdáján 17:30-tól  
19:00 óráig a Szent Korona Általános Iskolában  
(Szent Korona útja 5.). Telefonon vagy e-mailen történő egyezte-  
tés esetén más helyszín és időpont is lehetséges.

**7. sz. vk. Király Csaba** (RÁTE)

30 962 8755  
*kingcsabi@gmail.com*  
Minden hónap első csütörtökén a Polgármesteri  
Hivatal 110. sz. szobájában 14–16-ig, előzetes  
egyeztetés alapján.

**8. sz. vk. Báder György**

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

**9. sz. vk. Vékás Sándor**

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

**10. sz. vk. Tóth Veronika** (DK)

30 585 4493  
*tothveronika53@gmail.com*  
Minden hónap első hétfőjén 17–19 óra között a  
Sárfű u. 3. földszintjén található közös képviselői  
irodában, valamint minden hónap második keddjén az Olajág  
Idősek Otthonában 15–17 óra között a C. épület fszt. 12. sz. klub-  
helyiségben. Telefonon vagy e-mailen történő egyezte-  
tés esetén más helyszín és időpont is lehetséges.

**11. sz. vk. Bitvai Nándor**

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

**12. sz. vk. Vicsorné 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. Mórnicz Eszter**

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

**14. sz. vk. Tóth Imre** (MSZP)

30 984 3118  
*t.imre65@gmail.com*  
Minden hónap 2. szerdáján 17–19 óráig  
a Neptun Utcai Általános Iskolában.

**Bencsics Lászlóné**

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

**Bihal Dávid** (MSZP)

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

**Bodó Miklós** (független)

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

**Dr. Matlák Gábor** (Liberálisok)

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

**Dr. Pintér Gábor**

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

**Szilvágyi László** (LMP)

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

## JEGYZŐK ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI

**Dr. Lampert 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. Filipsz Andrea** aljegyző

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

## ORSZÁGGYŰLÉSI KÉPVISELŐ ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI

**Hajdu László** országgyűlési képviselő

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 augusztus  
10-én, szombaton 10 órától. Bejelentkezés  
szükséges a 06 30 899 2663-as számon.

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

Budapest Főváros XV. Ker. Polgármesteri Hivatal  
pályázatot hirdet

a **KÖZGAZDASÁGI FŐOSZTÁLYON:**

**osztályügyintéző**

munkakörök betöltésére.

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

Jelentkezési határidő: **2019. augusztus 5.**

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](http://bpxv.hu) honlapról.

Az azokban feltüntetett adatokért és információkért  
a szerkesztőség nem vállal felelősséget!

## Tisztelt kerületi lakosok!

Tájékoztatjuk Önöket, hogy a Fő téren rekonstrukciós munkálatokat végzünk 2019. 07. 10-2019. 09. 30. között. A munkafolyamatok célja egy színesebb, modernebb környezet kialakítása, és a minőségibb szabadidő-eltöltés megteremtése.

A projekt tartalma a faállománnyal kapcsolatos teendők, valamint a parki bútorok, térburkolat és szökőkút felújítási munkái. A fák esetében ifjítási és gallyazási munkálatokat végzünk, amelyeket a fák egészségi állapota tett szükségessé. A beavatkozás során a beteg, elhalt, bekorhadt ágak eltávolítását, illetve a statikai okok miatt szükségessé váló ágak eltávolítását végzik el szakembereink. A közvetlen balesetveszély elhárítása okán egy-egy fa kivágása indokolt. A drasztikusnak tűnő, ámde szükséges, szakmailag indokolt beavatkozásokat a fák jól tolerálják, viszonylag gyorsan regenerálódnak. Az alábbi jelzések alapján tájékozódhat, hogy melyik fánál milyen munkálatokat végzünk:



gallyazás



ifjítás



kivágás

A fent említett faápolási munkák az idősebb faállomány élettartamát növelik, továbbá a területen új fiatal (lombos és örökzöld) fák telepítésére ad lehetőséget. Az elmúlt években a klímaváltozás, az iparosodás és a közlekedés jelentős intenzitásának növekedése miatt hazánkban is egyre nagyobb értéket képvisel környezetünk megbecsülése és megóvása. A növény az élővilág helyszíne, azaz biotóp. Ennek megfelelően a városi növényzet is élőhelyként szolgál számos állatfajnak. Rovarok, bogarak, lepkék, madarak és még sok más élőlény lakhatja a fákat, bokrokat.

Cégünk az élőhelyek növelése érdekében a parkrendezéssel egyidejűleg madárodúkat helyez ki a tér egész területén, valamint az őszi faültetési időszakban új fiatal fákat ültet. A kiszedett cserjék helyén új cserjegyások, virággyások létesülnek, valamint mind a gyepterületek, mind az egyéb növények öntözésének megoldására öntözőrendszer kialakítását tervezzük.

**A nyár közepén történő munkálatokért és az okozott kellemetlenségekért kérjük szíves megértésüket!**



Nonprofit Közhasznú Kft.

## 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 nemzetiségi 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 menüből letölthető.

Németh Angéla s. k.  
polgármester

## FELHÍVÁS

**Újpalota 50. születésnapja kapcsán KERESSÜK**

- azt az 50 lakót, akik az elsők között költöztek be a szép sorjában megépült és átadott házak lakásaiba,
- azokat a párokat, akik az 50. házassági évfordulójukat ünneplik e házfalak között,
- azokat a most 50 éveseket, akik újszülöttként szüleikkel együtt lettek igazi otthonra az új lakásokban,
- valamint azokat a fiatalokat, akik immár harmadik generációs újpalotaiaként lakják nagyszüleik '70-es években megkapott lakását, így az ő emlékeiknek is köszönhetően kötődnek Újpalotához, és akik ma is szeretnek itt élni a kerületben.

Várjuk azoknak a lakótársainknak a jelentkezését is, akik szívesen emlékeznek vissza az akkori örömteli eseményre, amit egy új lakás birtokbavétele jelentett.

Szívesen fogadjuk a korabeli dokumentumokat, fotókat, melyek megőrkítik és felidéznek az elmúlt évtizedek legemlékezetesebb pillanatait és élményeit.

Jelentkezni lehet a 06-30-585-4493, tothveronika53@gmail.com (Tóth Veronika, Együtt Újpalotáért Egyesület) vagy a 06-30-962-2901, janos.bringye@gmail.com (Bringye János, Lokálpatrióták a XV. Kerületért Egyesület) elérhetőségeken.

Ünnepeljünk és emlékezzünk együtt Újpalotán!

## 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.**

- 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 Bp., 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

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 hírvének öregbítéséhez, közösségének, hagyományainak gazdagításához, vagy
- aki példamutató emberi magatartása miatt köztiszteltben 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 nemzetiségi önkormányzat,
- a kerület lakosai,
- a kerületben működő társadalmi szervezet, egyesület, egyház,

## AZ XV TV MŰSORA

| július 25. csütörtök                            | augusztus 1. csütörtök                          |
|---|---|
| 19:00 Civil sáv                                 | 19:00 Civil sáv                                 |
| 19:20 Heti recept                               | 19:20 Heti recept                               |
| 19:30 Öttusa magazin                            | 19:30 Öttusa magazin                            |
| 19:50 Visszatekintő                             | 19:50 Visszatekintő                             |
| július 26. péntek                               | augusztus 2. péntek                             |
| 19:00 Megkérdézzük a polgármestert              | 19:00 Megkérdézzük a polgármestert              |
| 19:10 Parlamenti pillanatok                     | 19:10 Hírtükör                                  |
| 19:20 Állatbarát magazin                        | 20:10 Parlamenti pillanatok                     |
|   | 20:20 Állatbarát magazin                        |
| július 27. szombat                              | augusztus 3. szombat                            |
| 19:00 Neve is van: Budapest III. Csodatevő fák* | 19:00 Neve is van: Budapest III. Csodatevő fák* |
| július 28. vasárnap                             | augusztus 4. vasárnap                           |
| 19:00 Ne legyen áldozat!                        | 19:00 Ne legyen áldozat!                        |
| 19:30 Telefonos ambulancia                      | 19:30 Telefonos ambulancia                      |
| 20:00 Visszatekintő                             | 20:00 Visszatekintő                             |
| július 29. hétfő                                | augusztus 5. hétfő                              |
| 19:00 60+                                       | 19:00 60+                                       |
| 19:20 Kultakt                                   | 19:20 Kultakt                                   |
| 19:40 Kertbarátok                               | 19:40 Kertbarátok                               |
| 20:00 Sportmagazin                              | 20:00 Sportmagazin                              |
| július 30. kedd                                 | augusztus 6. kedd                               |
| 19:00 Visszatekintő                             | 19:00 Hírtükör                                  |
| 19:45 Elsősegély                                | 19:45 Elsősegély                                |
| 19:55 Hollywood Palotán                         | 19:55 Hollywood Palotán                         |
| 20:10 Vitalitás                                 | 20:10 Vitalitás                                 |
| július 31. szerda                               | augusztus 7. szerda                             |
| 19:00 Cseperedő                                 | 19:00 Cseperedő                                 |
| 19:20 Sportmagazin                              | 19:20 Sportmagazin                              |
| 19:40 Alkotó kéz                                | 19:40 Alkotó kéz                                |
| 20:00 Vitalitás                                 | 20:00 Vitalitás                                 |

\* **Műsorajánló.** NEVE IS VAN: BUDAPEST; Ismeretterjesztő sorozat, 2013. A 3×52 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 képernyőn és az [xvmedia.hu/tevmu-sor](http://xvmedia.hu/tevmu-sor) oldalon, hirdetési ajánlata és az Életképek médiaajánlata az [xvmedia.hu/hirdetes](http://xvmedia.hu/hirdetes) oldalon olvasható. A közösségi televízió online adást is sugároz, amely szintén a honlapon tekinthető meg.

## A hétfői adás ismétlései

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

## A keddi adás ismétlései

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

## A szerdai adás ismétlései

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

## A csütörtöki adás ismétlései

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

## A pénteki adás ismétlései

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

## KULTURÁLIS PROGRAMAJÁNLÓ

## Kikötő Nyár

július 25–27.

ingyenes szünidei programsorozat gyerekeknek, fiataloknak

Kikötő – Ifjúsági  
Közösségi Sziget

1156 Száraznád u. 5. T.: 06 30 868 6087  
Csütörtök: 15:00–18:00 sportolunk és versenyzünk.  
Péntek: 15:00–18:00 filmdélután lesz.  
Szombat: 13:00–19:00 Kirándulni megyünk. Irány a Várkert Bazár, Budai Vár és környéke (2 db vonaljegy és szülői nyilatkozat szükséges)!



## Páratlan Vakáció 2019 – ingyenes játéksorozat

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



## Játékkészítő nap

Július 29., hétfő 10–13 óra  
Elkészítheted kedvenc társasodat, kártyajátékokat.  
Kozák téri Közösségi Ház



## Papírszínház a Könyvtárban

Augusztus 9., péntek 10–13 óra  
Papírszínház-mesélés, nyuszinézetetés, hűtőmágnés-készítés.  
Pestújhelyi Közösségi Ház könyvtára

## Életre kelt mesebirodalom

Július 31., szerda 9–13 óra  
Színhátszós nap. Mesét írunk, szerepet osztunk, színházat játszunk.  
Kozák téri Közösségi Ház



## Állatkertbe megyünk!

Augusztus 1., csütörtök 10–13 óra  
Azoknak, akik legalább 3 programunkon részt vettek. Találkozás 9 órakor a Kolozsvár utcai piacnál, a kenyeres üzlet mellett. Érkezés ugyanide, kb. 14 órára. 4 db jegy vagy bérlet és tízórai legyen nálatok!

## Ügyes kezek – vízilimom-készítés papírból

Augusztus 5., hétfő 10–13 óra  
Újpalotai Szabadidő Központ

## Tegyük magunkért

Augusztus 15., csütörtök 10–13 óra  
Mindennapi környezetvédelem. Mi az, amit egy család megethet?  
Pestújhelyi Közösségi Ház

## Ügyes kezek – Szitázás

Augusztus 21., szerda 9–14 óra  
Szitanyomás technikával kedvenc rajzoddal díszítheted a magaddal hozott pólókat!  
Pestújhelyi Közösségi Ház



## Ügyes kezek – Kiskönyv-és könyvjelzőkészítés

Augusztus 7., szerda 10–13 óra  
Újpalotai Szabadidő Központ

## Záróbuli

Augusztus 23., péntek 17–19 óra  
Palacsintásütés, játék, élménybeszámoló.  
Pestújhelyi Közösségi Ház

# Sakk-matt



FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

Mindezek mellett, mit akar a szülő a gyerekének? A legjobbbat. Ami a nyári szünetben a szabadidő hasznos eltöltését, új élmények szerzését jelenti. Nem akarja, hogy a négy fal között vagy a napközis táborban senyvedjen, mint ahogy neki kellett annak idején, hanem ha teheti, tábor(oka)t választ neki, olya(noka)t, ami(k) szerint jó lenne neki. Hát itt az egyik bökkenő. Hogy szerinte. Mert gyermekének semmi kifogása nem lenne a négy fal ellen, különös tekintettel a korlátlan kockulás lehetőségére.

Többek között azért van ez így, mert abban a világban nem kell megküzdnie a valós problémákkal, ha valaki megsérti, feldühödik ugyan, meg bosszantja, de nem kell megoldania a helyzetet, elég, ha kitörli vagy letiltja az illetőt, és ezzel megszűnik a probléma. De ha a táborban vagy bárhol máshol, gyerekközösségben beszélnek neki, kiközösítik, azt másként kell, kellene kezelnie.

És ehhez már eszköztelenek a mai tizenévesek, finoman szólva is fejletlen a problémamegoldó, a konfliktuskezelő, a szorongás- és stressztűrő képességük. A kör pedig ördögi, hiszen ezek hiánya éppen a digitális világ hozadéka...

-y -s

Gyereket nevelni sosem volt könnyű. Azonban talán sosem volt annyira nehéz, mint a mostani szülőknek, akik – a modern technika vívmányainak köszönhetően – egészen más világban élnek, mint csemetéik, úgyhogy jó esetben is csak némi közük vagy hozzáértésük van a digitális világhoz.

Arról azonban, hogy valóban mi történik abban a világban, ami ráadásul gyermekeik életének legfontosabb színtere, meghatározója, nem tudnak szinte semmit, és nem értenek – nem is érthetnek – szinte semmit.

# Sírva vigadós

Spiró György minden irodalmi műfajban otthon érzi magát, legyen szó nagyregényről (Fogság), novellákról (Álmodtam neked) vagy kortárs drámáról (Koccanás). Legújabb, Egyéni javaslat című kötetének zárójeles meghatározása, hogy „humoreszkek”, és első olvasásra valóban vicces témákról ír humoros stílusban, de ha jobban belegondolunk, nem is olyan vidámak ezek az írások.

Persze először megmosolyogtat, hogy legyen Magyarországon belül lakosságcsere, a pestiek költözzenek Budára, a Dunántúlról az Alföldre és így tovább, de a történelmünkben több ilyen esemény történt már, gondoljunk csak a kitelepítésekre! A tudományos kutatóintézetek más módon történő hasznosítása is fikciónak tűnhet, aztán megnézzük a napi híreket, és kiderül, hogy mégsem az.

Van a kötetben olyan interjú, amelyben teljesen felkészületlen újságíró kérdez butaságokat az írótól, és olyan politikai vitaműsor is, ahol a résztvevők csak a saját állításukat szajkózzák, nem pedig tényeken alapuló, értelmes vitát folytatnak. A

legviccesebb és egyszerre legijesztőbb karcolatok azok, amik a törvénytervezetek stílusában íródtak, legyen szó a nyugdíjastörvényről, az ügyintézés korszerűsítéséről vagy a levegőhasználati díjról.

Spiró nagy elődöket követ ezzel a hangnemmel: Jonathan Swift,

Mikszáth vagy akár Karinthy is gyakran írt ebben a szarkasztikus, de sokszor szívszorító stílusban. „Arról van szó, hogy a Művész Úrnak az utóbbi időben feketeességűvé tetszett válnia. A mai vezetésnek nem nagyon tetszik, amit a Művész Úr írt, ír és írni fog, amiatt a Művész Úr nem tartozik a rendszer kedvencei közé. ... Ma-

gunk között valljuk be töredelmesen, hogy nem egészen új keletű ez a dolog, már a múlt rendszerben is rendszerellenesnek tetszett lenni.”

Görbe tükröt tart elénk Spiró, néha azt érezzük, hogy ez sosem történhet meg, némelyik írásnál meg azt, hogy ezt a híradóban hallottuk. Erre pedig csak az igazi irodalom képes, ez az írott szó hatalma.

(Spiró György: Egyéni javaslat; Magvető, 2019; 3499 Ft)

(kovács)



# Fűmagtól a hólapátig

Gubricz Éva pestújhelyi gazdaboltját sokan ismerik a kerületben, immár három évtizede látja el a kertbarátokat minden szükséges eszközzel. Milyen trendek vannak jelenleg a városi kiskertekben – sok minden más mellett ez is kiderül a beszélgetésünkből.

„Kevesen maradtak a régi pestújhelyiek közül, akik még értettek a kerthez, sok új beköltöző csak fűvet vet meg tujákat ültet” – mondta az üzlet tulajdonosa. Az elmúlt évtizedekben megváltozott szemlélet kihat a boltja kínálatára is, leginkább virágföldet, vetőmagot, locsolócsöveket, rovarirtókat és rágcsálómérgeket visznek, kerti szerszámot például ritkán ad el. Nagyon megéri a forgalmán a nagy multik jelenlétét, aki mégis betér hozzá, az sokszor szaktanácsot is kér, mert ezt máshol nem kapja meg.

Vannak, akik rendszeresen per-



Gubricz Éva | Támogatja a Kertbarát Kör

meteznek, de egyre többet óvják a természetet és nem használnak vegyszereket. „Komposztálóedényt nem tartok, de esővízgyűjtő van. Nagyon drága vezetékes vízzel locsolni, a gyepet pedig rendszeresen kell nyírni, öntözni, különben nem lesz szép.

Van kereslet komposztgyorsítóra is, egyre többen gyűjtik a zöldhulladékot. Érdekes módon a borászat és pálinkafőzés is népszerű a környéken, van nálam hordótól a parafa dugóig minden ehhez szükséges eszköz” – mondta az üzlet tulajdonosa.

FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ

Gubricz Éva szerint jó lenne, ha sokan ültetnének egy-egy ágyásba paradicsomot, retket, répát, azok ezen a talajon is megteremnek, és sokkal jobb ízű az otthon termelt zöldség. „Tartok gyógynövénymagokat is, olyan jó látni, amikor egy-egy tő virul a kiskertben. Támogatom a Pestújhelyi Kertbarát Kör legszebb kertje versenyt is, amikor bejárjuk a nevezett kertet, szépeket látni” – magyarázta Gubricz Éva.

Bár a tavasz és a nyár tekinthető főszeszonnak, egész évben nyitva tart az üzlete. A vetőmagokat, vetőkrumplit és a dughagymát egy évvel hamarabb kell megrendelnie, így mindig hosszú távra tervez. Évek óta nyugdíjasként dolgozik, de a szakma szeretete nem csökken, nyomon követi a legújabb kertészeti termékeket, és képezi magát, hogy válaszolni tudjon a vásárlói kérdésekre.

Kovács Ildikó

## Növény- és rovarbarát kert



Sokpettyes virágbogár és méh

Sokan idegenkednek a rovaroktól, de Bodonyi Nóra gödöllői kertjében számos különböző faj lelt otthonra. A kertben mintegy két évtizede nem permeteztek, de még sok minden másban is különbözik a kertművelési szemlélete. A Dokumentumtárban tartott előadása apropóján beszélgettünk vele, és fény derült arra, melyik a kedvenc rovára, és mit tanácsol a kezdő kertészeknek.

– Hogyan alakult ki a jelenlegi kertjük?

– Eleinte nálunk is volt nyírt gyep, sőt az első évben permeteztük is a haszonnövényeket, aztán fokozatosan megváltozott a szemléletünk. A



Bodonyi Nóra

permetezéssel hamar felhagytunk, mert nem akartunk mérget használni, és sok olyan növényt ültettem, illetve hagytam magról betelepülni, melyek a közelben vadon élnek. Talán a legfontosabb szempont az alkalmazkodás. Csak olyan növényeket ültetünk, melyeknek a kert talaja, fekvéséből adódó hideg mikroklimája megfelel, és permetezés nélkül is termesztethők.

A haszonnövények között mindegyik van sok egyéb virágos növény, például a paprikák mellé kaprot szoktam ültetni, mert az vonzza a zengőlegyeket, a zengőlégylárvák pedig leeszik a paprikáról a tetveket. A növények állapotát a növényevők

és ragadozók egyensúlya biztosítja, ebben segít a fajgazdag növényzet.

– Mennyire nehéz permetezés nélkül fenntartani egy kertet?

– Egy díszkertet jó növényválasztással össze lehet hozni növényvédelem nélkül, a veteményesnél kell kompromisszumkésztség. Egyes növényeknél számít a vetés időzítése is, de számoljunk valamennyi veszteséggel.

– Évek óta fotóz rovarokat, kiállítás is volt már, melyik közülük a kedvence?

– Elsősorban a poloskákat gyűjtöm, természetesen csak fényképen. Csak azóta foglalkozom rovarokkal, amióta van digitális fényképezőgépem. A növény- és állatfajokban gazdag kert nagyszerű lehetőség az



Szalagos méhészbogár és darázs

élőlények közötti kapcsolatok megfigyelésére.

– Mit javasol azoknak, akik a kertjükbe a gyepen és tuján kívül mást is szeretnének ültetni?

– Törekedjenek rá, hogy minél többféle virágos növény legyen a kertben! Ha rovarbarát kertet szeretnének, az egyszerű virágú dísznövényeket válasszák a tömve telt virágúak helyett, és ültessenek rovarbarát, sokfészkes, ajakos és ernyős virágzatú növényt! A változatosabb rovarvilág kialakulásában segítenek a bűvöhek a kert egy részén meghagyott avarral, télire kórókkal, és legalább egy kis foltban nyíratlan gyepvel.

(KI)

FOTÓK: XV MÉDIA, VARGOSZ

## Speciális fesztiválhangulat



A Magyar Speciális Művészeti Műhely Egyesület (MSMME) július 1–5. között rendezte meg Szekszárdon a fogyatékosokkal élő emberek XXXII. Országos Speciális Művészeti Fesztiválját, melyen kerületünkől is részt vettek fellépők.

A résztvevők sorában ott volt a XV. kerületi Értelmi Fogyatékosok Napközi Otthona (ÉNO) is.

A kerületi Figurázó táncsoport fellépése nagy közönségsikert aratott, ezenkívül az ÉNO fejlesztő foglalkoztatás kézműves termékeit is bemutatták a fesztiválon. A jó hírnököt öregbítette, hogy a XV. kerületi ÉNO munkatársa, Lovász Márta az MSMME elnöksége által alapított Értelmileg sérült embertársainkért emléklapet vehetett át. Az elismerést minden évben az értelmi fogyatékos emberek kulturális tevékenységének előmozdítása terén végzett közéleti, illetve szakmai munkáért ítélik oda.

Az összművészeti rendezvényen

negyven magyarországi szociális és oktatási intézmény, alapítvány, egyesület mintegy nyolcszáz résztvevővel képviseltette magát. A kulturális fesztivál célja az értelmi fogyatékos emberek otthonaiban, rehabilitációs intézeteiben, napközi otthonaiban és speciális iskoláiban működő műhelyekben és kultúrkörökben végzett művészeti munka, valamint kulturális tevékenység széles körű megismertése; a többségi társadalom tagjaihoz való közelítés, és hogy a sérült alkotók és művészeti csoportjaik színpadon, nagyközönség előtt is bemutatkozhassanak.

Az előadott produkciók és alkotások csaknem minden művészeti ágat és műfajt érintettek. A zenei és táncműsorok, koncertek mellett kiemelt helyet kapott a korábbi fesztiválok fellépőiről készült portréfotó-kiállítás, a sérült alkotók munkáiból álló festménykiállítás, valamint a Speciális Mozi filmvetítései. ♦

## Bundások bálja



A fenti címmel vidám családi napot szervez a Kutyások a XV. Kerületért

Állatvédő Egyesület a Pólus Kutyaképző Iskolában július 27-én, szombaton délelőtt 10-től délután 4-ig. Lesz kutyás bemutató a Pólus Kutyaképző Iskola növendékeivel, fejlesztőház kreatívcsarok, állatorvosi tanácsadás, kisállat-szépségverseny, előadások az állatvédelem jegyében, tombola, állati kvíz nyereményekkel, mókás vetélkedők, tartalmas beszélgetések, étel-ital, jó zene. Sztárvendég Hajnal János és Szarvas Attila. ♦

## Sportos vakáció a városban

Hetedik alkalommal rendezi meg a fővárosi önkormányzat az „Iskolakapun kívüli programok” keretében az immár hagyományosnak mondható „Sportos vakáció a városban” elnevezésű eseménysorozatot: a nyári szünetben ingyenes mozgásos, művészeti, játékos, vetélkedős és sportprogramokon vehetnek részt az általános és középiskolás fiatalok.

A programok összeállításánál elsődleges szempont volt, hogy minden korosztálynak és érdeklődési területnek kínáljanak változatos és érdekes tevékenységeket a foglalkozásokon, közös játékokon, amelyek egész nyáron ingyenesen vehetők igénybe. Játékos ökölvívás, dzsúdó, labdarúgás, kézilabda, asztalitenisz, röplabda, vívás, néptánc, modern tánc, sakk, kézműves foglalkozás, meccslátogatás, színpadi mozgás, lézeres lövészet, tájékozódó futás várja a gyerekeket.



Az ingyenes lehetőségek biztosításával az a cél, hogy a diákokkal megszeretessék a sportot, a játék és a mozgás örömeit, és hozzásegítsék a szünet alatt a városban vakációzó gyerekeket is a szabadidő élménydús, aktív és egészséges eltöltéséhez. Bármelyik gyerek, fiatal részt vehet benne, semmiféle előképzettség, sportban való jártasság nem szükséges hozzá. A programokat folyamatosan feltöltik a [www.sportosvakacio.hu](http://www.sportosvakacio.hu) oldalra, részletes információkat ott olvashatnak. ♦

### KERÜLETI TEMPLOMOK

# Kilencvenegy éve Pestújhelyen

**Pestújhely növekedésével együtt a lakókban felmerült az igény, hogy megalakítsák saját gyülekezetüket, így 1910. július 10-én létrejött a Pestújhelyi Református Egyházközség.**

A megerősödött gyülekezet mintegy két évtizeddel később jutott el odáig, hogy saját templomot is építsen a híveinek. A [www.parokia.hu](http://www.parokia.hu) weboldalon, a Budapest Pestújhely-Újpalotai Református Egyházközség oldalán Trencsényi László lelkész tollából származó írásban részletesen olvashatunk a gyülekezet történetéről, például hogy a templomépítésre adománygyűjtést szerveztek, adományokból nyolcezer pengőt kaptak, a jótékonyági előadás 1800 pengőt

eredményezett, és emellé 56 ezer forint kölcsönt vettek fel.

Az alapkőletételt 1928. március 4-én tartották, majd nagyon gyorsan, kilenc hónap alatt építették fel az épületet. A Budapesti Hírlap 1928. december 4-én így írt a templom felszenteléséről. „A közel százezer pengő költséggel, a Piac téren épült templomot Van Beek holland építész tervezte. A mintegy ezer főnyi tömeg jelenlétében Kovács J. István dr. teológiai tanár imádkozott, Bibliát olvasott, majd prédikált. Ercsényi Nagy Lajos Beethoven »Isten dicsősége« című szerzeményét énekelte, a református énekkar pedig, Somogyi László vezetésével kórust adott elő.

A záróimát és áldást Ravasz

László dr. püspök mondta, azután a templom-építést ismertette Törös Sándor lelkész. A templomból kiszorultak előtt Demjén István budafoki lelkész prédikált.”

A templom két harangját Szlezák László harangöntő mester készítette, a 300 kilogramm súlyút 1926-ban, a 175 kilogramm súlyút 1935-ben. Említést érdemel a klasszicista stílusú szószerk is. A II. világháborúban megsérült tornyokat egyszerűbb formában építették újra, a klasszicista stílusú épületet az elmúlt kilenc évtized alatt is folyamatosan karbantartották, megújult a tető, és napjainkra a Sztárai tér is rendezett környezetet biztosít a református templomnak.

-cs -6





## A tűzoltólaktanya titkai

**Az újpesti tűzoltólaktanya helyi védetségű toronyos épülete a múlt század első felében épült. A torony olyan magas, melyből az akkori tűzoltók nagyon messzire ellátták, így időben észlelhetők, ha valahol füst volt. Ilyen toronyos laktanyából mindössze négy van Budapesten: az újpesti mellett a VIII., a X. és a XIV. kerületben építettek még ilyeneket. (Ma már nincs meg minden torony, egy részük ugyanis a háború áldozata lett.)**

A toronynak nemcsak a riasztás miatt volt szerepe – mondta Béres Ferenc tűzoltó ezredes, az újpesti laktanya „muzeológus” parancsnoka –, hanem azért is, mert akkoriban még kenderből készített tömlőt használtak, amit két

riasztás között szárítani kellett. A toronyokban pedig erre lehetőség volt.

A torony funkciója mára a digitális antennák elhelyezése korlátozódott. Mi pedig a toronyból lefelé haladva jutunk le a jelenlegi épületbe, ahol a legénységi szállások, konyhák, irodák, majd még egy szinttel lejjebb a szerelások találhatók.

– Az újpesti laktanyában kizárólag gépesített szereket helyeztek el, lövontatású fecskendő ide már nem került – mondta a parancsnok.

Pontosabban egy azért volt, Béres Ferenc ugyanis az elmúlt években egy komoly tűzoltómúzeumot alakított ki, melynek gyűjteményében lövontatású fecskendő is található.

Az újpesti laktanya vérzivataros időszakban, 1940–

42 között épült. Az akkori kivitelezők nemcsak tűzoltásra, hanem háborús helyzetre is alkalmassá tették az épületet. Komoly óvóhelyet építettek, és a légópincében egy műtővel felszerelt kórházat is kialakítottak. A kórházban végül sosem kezeltek betegeket, és a háború után az orvosi eszközöket is átszállították a Sziklakórházba. Ám a tűzoltók még ma is az „előkészítőben” és a „műtőben” tárolják az eszközeiket.

Nem mehetünk el szó nélkül a laktanya előtti emlékmű mellett sem. Ez ugyanis mind a mai napig Magyarország egyetlen tűzoltó hősi emlékműve. Az eredeti alkotás is az újpesti laktanya előtt állt, amit Béres Ferenc az 56-os Emlékbizottság támogatásával 2016-ban felújított.

R. T.

## Bomba a vasútállomáson

Éles második világháborús bombát találtak a munkások a Rákospalota-Újpest vasútállomás vágányfelújítási munkálatai közben július 10-én este. A hatástalanítás idejére az érintett területet lezárták, kiürítették, a közúti és vasúti forgalmat elterelték július 13-án délelőtt.

A honvédség tüzszerészei július 13-án délelőtt sikeresen kiszereztek a bomba gyújtószerkezetét. A robbanótestet a Magyar Honvédség központi gyűjtőhelyére szállították, ahol később megsemmisítik – írta közleményében a fővárosi kormányhivatal. Ezt követően a munkálatok idejére elrendelt lezárásokat feloldották, megindult a forgalom, a lakók visszatérhettek lakóhelyükre. A teljes művelet és a lezárás több mint három és fél órán át tartott, mintegy hét-



FOTÓ: MTI, MIHÁDÁK ZOLTÁN

száz embernek kellett elhagynia otthonát. A terület lezárásában a kerületi rendőrök, polgárőrök, közterület-felügyelők mintegy 60 fővel és 25 gépjárművel vettek részt – értesült lapunk. Markovics Zita, a Magyar Honvédség tüzszerész ezredének kommunikációs tisztje az MTI-nek azt mondta: egy 100 kilogrammos szovjet gyártmányú betonromboló gránátot hatástalanítottak. A hatástalanítás mintegy fél órán át tartott, minden bonyodalom nélkül zajlott le.

JÁ

## RENDŐRSÉGI HÍREK

### Autót akart „kölcsonözni”

Azzal gyanúsítanak a rendőrök egy 57 éves férfit, hogy megpróbált egy gépkocsit eltalajdonítani a kerületben. A férfi kővel betörte a Rákospalotán parkoló jármű vezetőoldali ablakát, majd kinyitotta az autót, beült az utastérbe, és megpróbálta a kocsit beindítani. A férfit azonban megzavarták, és a rendőrök kiérkezéséig visszatartották.

### Mosodatolvaj



Elloptak egy értékes mobiltelefont egy rákospalotai hotel mosodájából. Az eljárás során azonosítottak egy 38 éves férfit, aki ellen körözést adtak ki.

### Fennakadt a szűrőn

Igazoltattak egy gépkocsivezetőt a rendőrök a Szentmihályi úton, és a sofőrrel kiderült, hogy jogosítvány nélkül és ittasan vezette az autóját. Ez utóbbi gyanút a helyszíni alkoholszintmérés is alátámasztotta. A férfi elismerte tettét, és eljárás indult ellene.

Összeállította: Riersch Tamás

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

## Jól jön a biztosítás

**Benne vagyunk a nyárban, egyre többen indulnak nyaralni a környékbeli országokba gépjárművel. A biztosítást kötők száma is évről évre nő, sokan azonban nem tudják, mire nyújt fedezetet és mire nem a kötvényük.**

FOTÓ: XV. MÉDIA, NAGY BOTOND



Az utasbiztosítások széles palettájából válogathatunk, árak általában a napi néhány száz forinttól 1000-1200-ig terjed. A napidíjtól függetlenül tudni kell, hogy ezek a biztosítások jellemzően nem összegbiztosítások, azaz kár esetén a felmerült költségeket fedezi a biztosító, tehát nem kap kézhez meghatározott összeget a károsult. Lényeges az is, hogy baleset esetén a halasztható műtétek, beavatkozások nem, csak a sürgősségi ellátást igénylő esetek számítanak káreseménynek.

Szintén fontos, hogy az utasbiztosításhoz igényelhető autóasszisztencia-csomag általában nem azonos a casco jellegű védelemmel. Így például nem fedezi egy esetleges karambolban sérült gépjármű külföldi vagy hazai

javíttatását, teljes körű szervizelését, hazaszállítatását azonban igen.

Még egy jó tanács: ha biztosítást választunk, ellenőrizzük a poggyászkra vonatkozó maximális limitet, és ezen belül a tárgyakénti összeghatárokat is, hiszen szükség esetén ezek képezik a kárpótlás alapját.

Mindenesetre érdemes biztosítottként útnak indulni, és ezt a magyarországi biztosítási szektor adatai szerint egyre többen meg is teszik. A Magyar Biztosítók Szövetsége adatai szerint 2018-ban a szövetség tagbiztosítóinak éves díjbevétele 25 százalékkal volt magasabb az egy évvel korábbinál.

-y -a

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

# Aranyérmes hatvanéves

Kerületünk sosem szűkődött olimpiakonokban, akik között több aranyérmes sportoló is akadt. Ám olyan sportemberből, aki a kerületből küzdötte be magát az olimpiai csapatba, majd kerületiként ért el világraszóló sikert, ráadásul ma is itt él, csak kevés akad. Az egyikük, Csongrádi László, Szoul kardvívóbajnoka a közel-múltban ünnepelte hatvanadik születésnapját.

– Engem az évfordulók sosem izgatnak, de a rám irányuló figyelem természetesen jólesik – fogadott bennünket a jubiláló bajnok rákospalotai otthonában. – Szerencsére még hatvanévesen is jól érzem magamat a bőrömben, s bár kisebb problémák akadnak, még hosszú távra tervezek. Az biztos, mindent megteszek azért, hogy a hátralevő életemet is pozitív dolgokkal töltssem meg.

Csongi (vívóberkekben ez a beceneve) ízig-vérig rákospalotai. Itt nőtt fel, ide járt iskolába, itt kezdett el sportolni, majd innen igazolt az Újpest belvárosi vívótermébe, és

mind a mai napig abban a házban él, melyben egykor maga is gyerekeskedett.

– Mit mondhatnék? Elégedett ember vagyok, a társadalom megbecsült tagja, amit olimpiai járulék formájában havonta ki is fejeznek a számomra. A legfőbb feladatomnak tartom, hogy továbbra is úgy éljek,

is az életem volt. Szerencsére ma is így van. Egy éve ismét gyerekekkel és fiatalokkal foglalkozom a váci Reménységek Vívóklubnál, és a tanítványaim újból rengeteg örömet szereznek nekem. Ez pedig erőt ad a mindennapokhoz – mondta Csongrádi László.

Riersch Tamás



Csongrádi László | Örömmel tanít fiatalokat

FOTÓ: XV MEDIA, NAGY BOTOND

hogy példakép maradhassak a fiatalabb korosztály számára – mondta az olimpiakon.

Az 1988-as olimpián Csongi az „éles szemű” szövetségi kapitány döntése alapján lehetett a csapat tagja. A nagy négyes – Bújdósó Imre, Gedővári Imre, Nébald György, Szabó Bence – mellett ő volt a tartalék. Csongi azonban az olimpián tartalékból főszereplővé vált. Előbb a lengyelek elleni negyeddöntőben, ahol megfordította a kilátástalannak tűnő találkozót. Majd a döntőben a verhetetlennek tartott szovjetek ellen lépett pástra, és úgy elverte a világklasszis Mindirgaszovot, hogy attól az oroszok megrögytek, az addig szárnyaszegett magyar csapat pedig megtáltosodott.

– Nekem a vívás mindig

is az életem volt. Szerencsére ma is így van. Egy éve ismét gyerekekkel és fiatalokkal foglalkozom a váci Reménységek Vívóklubnál, és a tanítványaim újból rengeteg örömet szereznek nekem. Ez pedig erőt ad a mindennapokhoz – mondta Csongrádi László.

## Sporttörténelmi bronzérem

Sporttörténelmi sikert aratott a karatés Hárspataki Gábor a Minszkben megrendezett Európa Játékokon. A multisporteseményre kijutott kerületi sportoló a dobogó harmadik fokára állhatott fel, így a játékok történetében megszületett az első magyar karatés érem is. (Sőt, rögtön kettő is, mert a másik magyar karatés, az újpésti színeken induló Tadissi Martial is harmadik lett.)

A csoportküzdelmek során az MTK Európa-bajnoki ezüstérmes versenyzője, a 75 kilós Hárspataki egy győzelemmel és két döntetlennel második helyen jutott tovább csoportjából. Az egyik döntetlent nem mellelesleg a sportág klasszisával, az ötszörös világbajnok, 11-szeres Európa-bajnok, világbajnok-győztes és a négy évvel ezelőtti Európa Játékokon is aranyérmes azeri Aghayev ellen érte el Fischer Mihály tanítványa.



Hárspataki Gábor és Fischer Mihály

Az elődöntőkben aztán alulmaradt kategóriája későbbi győztesével szemben. Hárspataki Gábor a fináléba jutásért vívott változatos csatában 11 másodperccel a küzdelem vége előtt még 2–1-re vezetett, de az ukrán Horuna fordítani tudott,

és 3–2-re legyőzte az MTK 23 éves karatésát.

Az úpalotai sportlónak nagy esélye van arra, hogy első magyar karatésként kvalifikálja magát a tokiói olimpiára.

(riersch)

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

Kerthelyiségünkben tengerpartot még nem, de vidám nyári hangulatot bármikor tudunk Önöknek biztosítani!

**ÜNNEPELJE NÁLUNK SZÜLETÉSNAPOJÁT! A TORTÁT ÉS A KÖSZÖNTÉSHEZ A PEZSGÓT MI BIZTOSÍTJUK!**

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

**Várjuk sok szeretettel minden munkanapon!**  
**Napi menü 1.100,- Ft**  
**Kétféle leves, háromféle főétel!**

**VASKÓ TÓDOR**  
Cimbalom művész

Minden Vasárnap délután cimbalomzené!

**VOYAGE DUO**

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

**BAKACSI BÉLA**  
Augusztus 04. 18.00

www.thokolyrestaurant.hu



# Továbbléphet a Dalnoki



Szentpéteri Krisztina | Változtatnak a struktúráján is

**Idéntől már nem Balogh Ákos, hanem Szentpéteri Krisztina a Dalnoki Jenő Labdarúgó Akadémia vezetője. A váltásra azért volt szükség, mert a korábbi szisztéma szerint már nem tudott továbbfejlődni az újpalotai klub.**

– Ha úgy vesszük, nem közvetlenül a futball világából jöttem – mondta az új vezető –, ám ezt mindjárt cáfolnám is, hisz a fiam focizik, így focista szülőként idiom jelentős részem én is a lelátókon töltöm. Másrészt a párom is futballező, így van némi rálátásom a sportágra.

Szentpéteri Krisztinától az elnökség az akadémia működtetését és menedzselését kérte. A szakmai feladatokkal az akadémia egyik edzőjét, Simon Pétert (U12-ig) és Felipe Matost bízták meg.

FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ

– Az elmúlt tavaszi szezon gyakorlatilag a próba volt. Az elsődleges célunk a gyerekek megtartása, illetve a tornákon való jó szereplés volt. Ősztől azonban komolyabb változásokat szeretnénk bevezetni – mondta az elnök.

Az egyik, hogy az U11-es korosztály után nem adnak át más kluboknak gyerekeket, hanem az U12-es korosztályban tovább foglalkoznának velük. Emellett a Dalnoki történetében első ízben két idősebb korú csapatot is létrehoznak, melyeket az U17-es és U19-es Budapest-bajnokságokba szeretnék benevezni.

– Ennyi csapat az eddigieknél komolyabb struktúrát követel. Így szinte biztos, hogy növelni fogjuk az edzői állományunkat, valamint az edzési lehetőségeinken is javítani szeretnénk – mondta a szakember.

Várhatóan lesznek dalnokis edzések a Vasgolyó utcai és a Szántófüldi utcai önkormányzati sportlétesítményekben, valamint a mátyásfüldi Ikarus-pályán is. Emellett a Bánkút utcai telepen kialakítottak egy kisméretű pályát a 6-7 éveseknek. Ugyancsak változás lesz, hogy minden korosztálynak hetente egy alkalommal futsaledzéseket tartanak.

Megváltozott már az akadémia weboldala. Az augusztus végi hagyományos Dalnoki Jenő Emléktornát pedig most a Fejér megyei Lajoskomáromban rendezik meg.

– Első ízben fogjuk egy ilyen gyönyörű létesítményben rendezni a tornát, melyre a korábinál jóval több csapatot várunk. Nemcsak U11, hanem U10 és U9-es korosztályban is rendezünk mérkőzéseket, melyekre első ízben a felvidéki DAC-ot és a vajdasági Topolyát is meghívtuk – mondta a vezető.

-sch -s

# Evés napi 8 órában

**A 16/8 elnevezésű diéta az időszakos vagy szakaszos böjtölés egyik típusa. Napjaink kedvelt fogyókúrás módszerének egyébként számos változata ismert, ami közös bennük, hogy szigorúan meghatározott időtartamú étkezési, illetve étkezés nélküli periódusok váltogatják egymást.**

FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND



A 16/8-as diéta esetén a nap 24 órájából egy 8 óras időtartamban történik a táplálékbevitel – a diéta összetételére való tekintet nélkül bármit lehet enni-inni –, a maradék 16 órában pedig csak kalóriamentes italok, így például víz, ízesítetlen tea, illetve cukormentes üdítók fogyaszthatóak.

– Az étrend előnye, hogy könnyen követhető, hiszen a szó szoros értelmében diétázásról nincs szó. Nem szükséges a kalóriabevitel számolgotása, nem helyez hangsúlyt sem a makro-

(fehérje, szénhidrát, zsír), sem a mikro-tápanyagok bevitelére, csupán csak az órát kell figyelni a megvalósításához – mondja Szabó Krisztina dietetikus.

Egyik hátránya viszont, hogy nem biztos a hatása. Ha igen, annak inkább az az oka, hogy a fogyókúrázó jó eséllyel kevesebb kalóriát visz be 8 óra alatt, mint 12 óra alatt (ha

belegondolunk, az átlagember nagyjából reggel 7-8 és este 7-8 óra között étkezik).

A másik hátulütője pedig, ahogy arról már korábban esett szó, hogy a fogyás, illetve az elért testsúly hosszú távú megtartása céljából a dietetikusok kúrák helyett inkább az életmódváltást javasolják. Egy olyan étrend kialakítását, ami alkalmazkodik az egyén igényeihez és lehetőségeihez, évtizedeken keresztül fenntartható, és megfelel az egészséges táplálkozási aján-

lásoknak. Tehát figyelembe veszi az élelmiszercsoportok megfelelő arányát, az egyén kalóriaszükségletét, a makro- és mikrotápanyagok bevitelét. Ha valaki mégis szeretné kipróbálni ezt a fogyókúrás módszert, nagyon fontos, hogy előtte konzultáljon kezelőorvosával – tanácsolja a szakember.

-y -a

## SPORTMOZAIK

### NYÁRI BRONZ



Bronzérmet nyert Ilankovic Aleksandra a horvátországi Umagban rendezett ifjúsági karate világkupán. A tengerparti verseny a zárása volt a Karate Világszövetség, a WKF hagyományos, fiatalok számára megrendezett nyári edzőtáborának, amelyen világbajnokok oktatták a feltörekvő generációt. A junior lányok (16–17 évesek) 53 kilogrammos súlycsoportjának 68 fős mezőnyében Ilankovic Aleksandra hét mérkőzéséből hatot megnyert, és a döntőbe jutásért is csupán bírói döntéssel kapott ki szerb ellenfelétől. Teljesítményével a februári korosztályos Európa-bajnokságon aranyérmet nyert MTK-s karatés a harmadik helyen végzett.

### NAGY-VILÁGBAJNOKSÁG

A dél-koreai Kvangdzsuban rendezik az idei vizes világbajnokságot, mely a jövő évi olimpia szempontjából kiemelten fontos. A területünkben élő úszóedző, Nagy Péter is szeretné majd minél több tanítványát felkészíteni a 2020-as tokiói világvizversenyre. Első lépésként három tanítványának, Bernek Péternek, Bohus Richárdnak és Kozma Dominiknek sikerült kvalifikálnia magát a dél-koreai vébére.

### PÓLÓREKORD



Sporttörténelmi eredményt ért el a Rákospalotán élő Keszthelyi Ritát is soraiban tudó magyar női vízilabdaválogatott a dél-koreai Kvangdzsuban rendezett vizes világbajnokságon. A magyar csapat a bemutatkozó mérkőzésén 64–0-ra verte a házigazdák válogatottját. A világbajnokságok történetében soha nem született még ekkora különbségű győzelem.



## LAKOSSÁGI APRÓHIRDETÉS

## INGATLAN

**Eladó: XV. kerületben 2 szobás családi ház** 83 nm-es, telek 426 nm-es, a telken egy 60 nm-es műhely is van, vállalkozásra is alkalmas. Tel.: 06 20 417 8686

**Eladó: XV. kerület, Rákos úton közvetlenül** a tulajdonostól egy csúsztatott zsalus ház 5. emeletén levő 63 nm-es, nappali+2 félszobás, erkélyes, jó állapotú, jó beosztású lakás. 28 millió Ft. Tel.: 06 30 281 3129 (hétfévégén is), [vir@freemail.hu](mailto:vir@freemail.hu)

**Eladó: Pestújhelyen földszinti, felújítandó** 1+2 félszobás, 53 nm-es panellakás (panelprogramos, mérőórás). Ingatlanosok ne hívjanak! Tel.: 06 30 482 2854

**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. Tel.: 06 20 497 3086

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

## LAKHATÁS

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

**Albérletet keresek eltartási szerződéssel** vagy fizetek is két fő részére a XV. kerületben. Tel.: 06 30 245 2759

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

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

## ADOK-VESEK

**Eladó: hintaágy, hordozható PB-gáz,** inf-rasugárgó, 10,5 és 2 kg-os gázpalack. Telefon: 06 20 417 8686

**Olcsón eladó: 2 plüssfotel, 240 l-es** fekvő hűtőláda, 1 étkészlet, 18 db-os süteményes készlet, 37-38-as női szandálok, 28-as női kerékpár. Abasári négyéves óbor, 3 fejpárna, szendvicssütő. Tel.: 06 1 306 7679

**Eladó: EL-GO 3 típusú elektromos moped,** nagyon jó, megkímélt állapotban, a kihordási idő alatt 3-4-szer volt használva. Irányár: 65 000 Ft. Tel.: 06 1 410 5807

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

**Eladó: Schwinn 26-os, jó állapotban** lévő férfitkerékpár. Tel.: 06 20 486 7032

**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. Tel.: 06 20 510 2591

**Eladó: új állapotban lévő kiságy** pelenkázórésszel együtt. Barna színű, masszív, alig használt fa hintáló 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 jegesedik, 19 000 Ft, Pestújhelyen. Tel.: 06 1 419 3076

**Eladó: 6 db csővázas 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

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

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

**Eladó: néptáncosok, figyelem: több** méretben gyerek, felnőtt, férfi és női viseletek, cipő, papucs. Tel.: 06 20 497 3086

**Eladó olcsón: szobanövények, kerti évelők,** sziklakertiek. Tel.: 06 1 306 6740

## TÁRSKERESÉS

**Idős asszony barátkozna szintén idős,** egyedülálló úrral, aki magányosnak érzi magát: Anyagi érdek 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

## ÜDÜLÉS

**Gárdonyi egyszobás (háromszemélyes),** főzésre is alkalmas apartmanomat átadnám október 15-28-ig 45 E Ft-ért. Tel.: 06 70 627 0653

## SZOLGÁLTATÁS

**Családi házba takarítónőt keresek régi** Palotán. Tel.: 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! Biztonsításra is! Nagy Miklós, telefon: +36 20 9777 150.

## ÁLLÁS

**A Zuglói Arany János Iskola takarítót keres,** 4-6-8 órában.

Jelentkezni lehet: [igazgato@aranyjanos-zuglo.sulinet.hu](mailto:igazgato@aranyjanos-zuglo.sulinet.hu), munkavégzés a KPTK teljes területén lehetséges.

## KÉMÉNYBÉLELÉS

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

## RÉGISÉG

**RÉGISÉG ÉS NUMIZMATIKA FELVÁSÁRLÁS.** 1945 előtti! ezüst-, arany-, fémpénzek, talérok, kitüntetések, egyenruhák, képes lapok, papírpénzek, festmények, porcelánok, karórák, teljes hagyatéék. Ingyenes kiszállítás: 70 381 6345.

## VÍZSZERELÉS

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



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

**Építő- és tűzelőanyag,**  
az acryl tömitőtől...  
...a zsaluköig,  
A-tól Zs-ig  
a multiknál olcsóbban



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

**MEGNYITOTT Beauty Touch Szépségszalonn**  
**a Fő úti Postával szemben:**  
**1151 Bp. Öregfalusi utca 2. alatt**

**Gyógypedikűrösünk**  
**Serédi Vivien**  
**06/30-3333-977**

**Fodrászunk**  
**Kovács Bianka**  
**06/20-400-75-06**



**Beauty Touch**

vár minden kedves érdeklődőt.



**SZÍNSPIRÁL**  
**AMI INSPIRÁL**

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

**KEDVEZMÉNY**

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

**10%**

**1155 Budapest, Kolozsvár u. 40.**

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

**INGYENES HALLÁSVIZSGÁLATOT**  
**biztosítunk!**

**Nagyothalló betegeinknek elérhetőek**  
**személyre szabott hallásjavító készülékek**

Elemek kedvezményes áron vásárolhatók

Érdeklődni és bejelentkezni  
 az alábbi telefonszámokon lehet.

**Tamatika**

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

*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**