

RÁKOSPALOTA / PESTÚJHELY / ÚJPALOTA

2019. NOVEMBER 14.
IX. ÉVFOLYAM 21. SZÁM

ÉLETképek

www.bpxv.hu  facebook.com/bpxv

XV. KERÜLET KÖZÉLETI LAPJA

Kezdődik az ANNO Művészeti Hét



ARCHÍV FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

Felújítás, parkrendezés kerületszerte





FOTÓK: XV MÉDIA, NAGY BÓTOND

Az illetményekről és a bizottsági tagokról is döntöttek

Amint arról előző lapszámunkban beszámoltunk, az október 29-i alakuló ülésen a képviselők átvették mandátumukat és letették esküjüket, valamint megválasztották az alpolgármestereket. Tóth Imre általános alpolgármester, Tóth Veronika szociális ügyekért felelős alpolgármester, Dr. Matlák Gábor társadalmi megbízású alpolgármester lett. A november 6-i ülésen a bizottsági helyekről is döntöttek.

Az október 29-i ülésen Cserdiné Németh Angéla polgármester ünnepi beszédében először köszönetét fejezte ki azért, hogy az összefogás valamennyi jelöltje nyert az egyéni választókerületekben. Ez több mint kétharmados többséget jelent a testületben. Mint mondta, a jövőben azokért is dolgoznak majd, akik most nem rájuk szavaztak, hogy legközelebb az ő bizalmukat is elnyerjék. Hozzátette: eleven, pezsgő, demokratikus közösségi életet ígér a következő öt évben a kerületben. Azt is elmondta, hogy a költségvetés elfogadása után azonnal elkezdtek az elmaradt vállalások teljesítését.

Dr. Pintér Gábor szólott arról, hogy megalakult az ötfős Fidesz-frakció, melynek vezetője Lehoczki Ádám. Pintér Gábor egyben azt is bejelentette, hogy lemond képviselői megbízásáról, helyét dr. Szalay Kornél Géza veszi át. Hozzátette, nem távolodik el a politikától, a Fővárosi Közgyűlésben dolgozik tovább képviselőként.

Tóth Imre arról számolt be, hogy vezetésevel megalakult 14 képviselővel a „Mindenki a Tizenötödikért” frakció. Az általános helyettese Legárd



Szilvágyi László

Krisztián, a frakcióvezető-helyettesek pedig Palocsai Béla és Szilvágyi László.

Ezt követően a polgármester és az alpolgármesterek illetményéről és költségterítéséről határozott a testület. Cserdiné Németh Angéla havi bruttó 1 052 200 forint illetményre és 149 576 forint költségterítésre, Tóth Imre alpolgármester havi bruttó 897 500 forint illetményre és 134 625 forint költségterítésre, Tóth Veronika alpolgármester havi bruttó 855 845 forint illetményre és 127 139 forint költségterítésre, míg dr. Matlák Gábor társadalmi megbízású alpolgármester havi bruttó 448 727 forint tiszteletdíjra és 67 309 forint költségterítésre jogosult.

A következő napirend keretében az SZMSZ módosításáról határoztak. Ennek részeként átalakult a bizottsági struktúra. Az új klubban a Pénzügyi Bizottság, a Kerületfejlesztési Bizottság, a Kulturális Bizottság, a Népjóléti Bizottság, a Jogi Bizottság és a Budapest Bizottság készíti elő a testületi döntéseket.

A grémium döntött a tanácsnoki rendszer létrehozásáról is. A testület által választandó tanácsnokok egy-

egy, a kerület élete, fejlődése szempontjából fontos területért felelnek majd.

A testület támogatta a képviselői tiszteletdíjak 10 százalékos emelését, valamint döntöttek a civil szervezetek 2019-es támogatásáról is.

A képviselő-testület munkája november 6-án folytatódott. Az ülés elején dr. Forgács József, a HVB elnöke átadta mandátumát az előző ülésről hiányzó Szilvágyi Lászlónak és Vékás Sándornak, akik letették képviselői esküjüket.

A továbbiakban az állandó bizottságok tagjainak megválasztása volt napirenden. A személyi döntéseket megelőzően éles, olykor személyeskedő vita alakult ki a Fidesz és a „Mindenki a Tizenötödikért” frakció között. A Fidesz kifogásolta a nekik juttatott bizottsági helyek számát, valamint azt, hogy a Népjóléti Bizottság külsős tagjának jelölték Mihály Gergőt, Cserdiné Németh Angéla polgármester fiát. A „Mindenki a Tizenötödikért” frakció több tagja azzal érvelt, hogy László Tamás polgármestersége idején az akkori ellenzék sem kapott egyetlen külsős bizottsági helyet sem, és akkor is volt példa arra, hogy képviselő roko-

na külsős bizottsági tagként dolgozott. Emellett Mihály Gergő szakértelmével indokolták bizottsági tagságának jogosságát.

Végül a testület nagy többséggel megválasztotta a hat bizottság egyenként hét tagját. A Pénzügyi Bizottságban Bodó Miklós, a Kerületfejlesztési Bizottságban Szilvágyi László, a Kulturális Bizottságban Legárd Krisztián, a Népjóléti Bizottságban Király Csaba, a Jogi Bizottságban Deschelák Károly, míg a Budapest Bizottságban Bihal Dávid tölti be az elnöki tisztséget.

A képviselők Vékás Sándort határozatlan időre közrendvédelmi tanácsnokká, Deschelák Károlyt határozatlan időre a kerületek közötti egyeztetésért felelős tanácsnokká választották meg.

Az utolsó napirend keretében megválasztották az önkormányzat gazdasági társaságainak felügyelőbizottsági tagjait, akiknek megbízatása öt évre szól.

A következő testületi ülés november 21-én 9 órakor kezdődik.

Jónás Ágnes

(A testületi ülések élőben és felvételen is megtekinthetők az onkormanyzati.tv és a bpxv.hu honlapokon.)



Vékás Sándor

Fontos posztok és képviselők



Cserdiné Németh Angéla

Lezárultak az önkormányzati választásokat követő fellebbezési eljárások, így megalakulhatott a Fővárosi Közgyűlés. A főpolgármesteri hivatal dísztermében tartotta alakuló ülését a testület november 5-én, ahol a képviselők – köztük Cserdiné Németh Angéla polgármester is – átvették mandátumukat. A polgármester és két kerületi képviselő fontos bizottsági helyet kapott.

Az ülésen személyi kérdések is a napirenden szerepeltek, így új főpolgármester-helyetteseket, az önkormányzati cégekbe felügyelőbizottsági tagokat választottak, és a fővárosi szakbizottságok tagjairól is döntöttek.

Cserdiné Németh Angéla a képviselői poszt mellett három fővárosi bizottságban is helyet kapott, sőt az egyik legfontosabb testület vezetője lett. A XV. kerület polgármesterét választották a Városfejlesztési és Közlekedési Bizottság elnökének, valamint tagja lett a Közbeszerzési Bizottságnak és az Ügyrendi, Nemzeti-ségi, Összeférhetlenségi és Vagyonnyilatkozat-ellenőrzési Bizottságnak is.



Bihal Dávid

A „Mindenki a Tizenötödikért” frakció két tagja is részt vesz a fővárosi bizottsági munkában: Bihal Dávid a Városfejlesztési és Közle-

FOTÓK: XV MÉDIA, VARGOSZ



Legárd Krisztián

kedési Bizottságban, Legárd Krisztián pedig az Emberi Erőforrások és Nemzetközi Kapcsolatok Bizottságában lett külső tag.



Dr. Pintér Gábor

Dr. Pintér Gábor a Fővárosi Közgyűlés Fidesz-KDNP-frakciójában folytatja képviselői munkáját.

Az ülésen öt főpolgármester-helyettest választottak. Gy. Németh Erzsébet (DK) a humán területek irányítójaként, Túttó Kata (MSZP) a városüzemeltetés területén, Dorosz Dávid (Párbeszéd) a klímavédelemben, Kerpel-Fronius Gábor (Momentum) az átláthatóság, a részvételiség, az innováció és a fenntartható fejlődés felelőseként, míg Kiss Ambrus politológus általános helyettesként és a pénzügyekért felelős főpolgármester-helyettesként segíti a továbbiakban Karácsony Gergely főpolgármester munkáját.

Dr. Számadó Tamást nevezte ki Budapest főjegyzőjének Karácsony Gergely. A jogász végzettségű, 46 éves szakember november 11-től tölti be a tisztséget. **JÁG**

Felújítás, parkrendezés kerületszerte



Elkezdődhetnek a már előkészített fejlesztések a kerületben, mivel több mint féléves várakozás után október 11-én elfogadta a képviselő-testület a 2019. évi költségvetést. Ezzel már megnyílt a lehetőség arra, hogy ne csak a szükséges fenntartási feladatokat tudja az önkormányzat a közterületeken elvégezni.

– Sok helyszínen már végzik vagy el is készült a tervezett járdafelújítás, amire emelt keret áll a Répszolg Kft. rendelkezésére. Elkezdődhet a Szódliget utcai fasor rekonstrukciója, amelynek első üteme a beteg, balesetveszélyt jelentő fák kivágásának engedélyeztetése, majd kora tavasszal jöhet a szakaszos rekonstrukció – mondta el lapunknak Benedekné Bagyinszki Márta



FOTÓ: XV MÉDIA, NAGYBÓTOND

ARCHÍV FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ

városgazdálkodási főosztályvezető.

– Ugyanez a helyzet a Karácsony Benő park felújításával, amelynek része a központi sétány menti előregedett, beteg fasor rekonstrukciója, de a sétányok is megújulnak, valamint elbontják az elavult színpadot. Elkezdődhetnek a Csobogós lakótelepen az ütemezett forgalomtechnikai beavatkozások, amelyeket részletesen egyeztetnek a tél folyamán a lakossággal. Hozzákezdnek a Nemzedékek parkja első ütemének a fejlesztéséhez is. Ennek részeként kormányzati támogatásból megújul a Kikötő Ifjúsági Sziget környezetében a park, valamint a Pattogós utcai iskolával szemközti területen egy kutyafuttatót is kialakítanak – sorolta a főosztályvezető.

Folytatódhat az új parkoló kialakítása. A költség-

vetési év rövidsége miatt kisebb férőhelyigényű szakaszok kialakítására lesz lehetőség a Nyírpalota út 81–95. lakóház mögött, a Bogács utcában, a Cserba Elemér utca elején, a Mézeskalács téren és a Csobogós lakótelepen. Folytatódik a parkrekonstrukció az Énekes utca 19–35. számú társasház mögötti park rendbetételével.

Felújítják a Veresegyház utca Töltés utca és Árokhat utca közötti szakaszát, és megépül a Szódliget utca Karácsony Benő park felőli részén a már engedéllyel rendelkező gyalogátkelőhely.

– Sajnos a közterületi munkáknak nem kedvez az, hogy itt a tél és a fagy a nyakunkon. Ezért a munkák jelentős részének befejezése áthúzódik 2020 tavaszára. A téli időszakban viszont lehetőségünk van tervek készítésére, valamint a kora tavaszi kivitelezési munkák előkészítésének befejezésére. Gyalogátkelőhelyek tervei készülnek a Pázmány Péter utca – Szerencs utca, az Arany János utca – Eötvös utca és az Énekes utca – Csobogós utca csomópontokba, valamint az Eötvös utca Wysocki utca – Dugonics utca közötti szakasz és a Kemény István utca felújítására – tette hozzá Benedekné Bagyinszki Márta.

(jónás)

Nyugodt fejlődés a következő öt évben

A képviselő-testület október 29-ei alakuló ülésén alpolgármesternek választotta Tóth Imrét. A régi-új vezetővel beszélgettünk feladatairól, a várható kerületfejlesztésekről, terveiről, elképzeléseiről.

– Főállású alpolgármesterként milyen feladatkörök tartoznak önhez az új ciklusban?

– Nincs változás a korábbiakhoz képest, a városüzemeltetés-városgazdálkodás, sport és közéleti tevékenység tartozik a felügyeletem alá az új önkormányzati ciklusban is. Örülök neki, hogy polgármester asszony továbbra is rám bízta ezeket a feladatokat, hiszen ezekben már sikerült gyakorlatot szerezni. Mindhárom területen kiváló önkormányzati kollégákkal dolgozom együtt, bízom benne, hogy ebben a ciklusban is sikeres lesz az együttműködésünk.

– Mi lesz a költségvetés hiánya miatt elmaradt fejlesztésekkel?

– Annak nagyon örülök, hogy a költségvetést végül sikerült elfogadni, annak viszont nem, hogy nagyon sok fejlesztés elmaradt ebben az évben. Azokat a beruházásokat, fejlesztéseket, amelyeket a 2019-es költségvetés tartalmazott, mindenképpen szeretnénk megvalósítani. Szerepel ezek között a Szántófüld utcai tornacsarnok megépítése és az új uszoda megvalósítása, bár ez utóbbi nem rajtunk múlik. Amennyiben az Ybl Water Polo Club Egyesület sikeresen pályázik jövőre tao-támogatásra, és sikerül összegyűjteniük a beruházás megvalósításához szükséges mintegy 2,5-3 milliárdot, abban az esetben természetesen támogatjuk a megvalósulást,



Tóth Imre

hiszen az önkormányzat részéről szükséges önrész rendelkezésre áll. Ezek mellett számos közterületet érintő fejlesztést, így például játszóterek, zöldfelületek, járdák megújítását tervezzük.

– Mi lesz a Deák utcai orvosi rendelő sorsa?

– A Deák utcai rendelő kivitelezőjével peres eljárás van folyamatban. Egyelőre az a legfontosabb, hogy önkormányzatunk birtokon belül kerüljön, hiszen jogilag az épület még mindig a kivitelező birtokában van. Arról már korábban képviselő-testületi döntés született, hogy nem várjuk ki a pereskedés végét, hanem a Bácska utcában épülő társasház aljában alakítunk ki egy vadonat-

új, a mai kor igényeinek mindenben megfelelő orvosi rendelőt. A Deák utcai torzó jogi helyzetének tisztázása után pedig felmérjük, hogy az épület milyen funkciót tölthet be a jövőben.

– Egy nagyon jelentős projekt, az észak-pesti főgyűjtő megvalósítása elindult. Holt tart most ez a beruházás?

– Az északi főgyűjtő hiányzó szakasza 2,2 kilométer, amit mi két ütemben szeretnénk megvalósítani. Az első ütemben 1628 méteres szakasz épülhet meg bruttó másfél milliárd forintból, a XV. kerületi önkormányzat beruházásában. A kivitelezőt közbeszerzési eljárás keretében kiválasztottuk, a kiviteli munkák 2020 tavaszán kezdődhetnek meg.

– Alpolgármesterként mit szeretne elérni a következő öt évben?

– A választásokat követően azt látom, hogy a következő öt év végre nem a politikai civakodásról szól majd, hanem a nyugodt, fejlődést hozó munkáról. Mivel a fővárosban is megváltoztak az erőviszonyok, így jó esélyt látok arra, hogy az olyan rég várt beruházások, mint például a Zsókavár és az Erdőkerülő utca felújítása megvalósulhatnak. A fentebb említettek kívül szeretnénk az Újpalotai Vásárcsarnok és a rákospalotai Kossuth utcai orvosi rendelő felújítását is véghezvinni.

– Közvetlen képviselőként milyen megvalósításra váró terveit vannak?

– A Drégelyvár utca 25–43. mögötti terület zöldfelületének megújítása régi igény az ott élők részéről. Az egész körzetben fontos a parkolóhelyek és a térfelület kamerák számának bővítése, illetve a játszótérek, parkok folyamatos karbantartása, szelvése. ♦

Egységben az erő

Szociális területen dolgozik tovább az önkormányzatban Tóth Veronika, a 10. számú választókerület képviselője, akit alpolgármesternek is megválasztottak. A jövőben is azt szorgalmazza, hogy a helyhatóság sokrétűen támogassa a családokat a kisgyermektől kezdve egészen az idősekig.

– Az új önkormányzati ciklusban az alpolgármesteri tisztséget is betölti. Milyen feladatok tartoznak a hatáskörébe?

– Képviselői munkám során mindig a szegény és kiszolgáltatott emberek pártfogását szorgalmaztam. Bizottsági alelnökként, majd elnökként 5 éven át az Egészségügyi, Szociális és Esélyegyenlőségi Bizottságban dolgoztam, most ezt a szegmenst fogom még szélesebb körben alpolgármesterként felügyelni.

– Az egészségügyben milyen intézkedéseket tart a legégetőbbnek?

– Programunknak megfelelően legégetőbb megoldásra váró feladat a várólisták csökkentése, új diagnosztikai eszközök, köztük egy CT-gép beszerzése. Ígéretünkhöz híven az elkövetkezendő öt évben felújítjuk az összes házi orvosi rendelőnk, egy átfogó koncepció keretében. A Deák utcai házi orvosi rendelő torzójának sorsát pedig megnyugtató módon szeretnénk rendezni az igazságszolgáltatás keretein belül. Mindemellett nagyon fontosnak tartom, hogy az egészségügyben és a szociális szférában dolgozók szakmai hozzáértésén túl a legnagyobb erényük a megértés és a türelem legyen.

– Milyen változások, fejlesztések várhatóak ezen a területen?



Tóth Veronika

– Elsődleges cél a lakhatási válság enyhítése, mely országosan is óriási probléma. Ennek érdekében a jövő évben minden kategóriában lakáspályázatokat kell hogy kiírjunk, pótolva a költségvetés hiányában ez évben elmaradtakat. Ebben a ciklusban álmodom, hogy új lakáshoz jutási lehetőségek kidolgozására is sor kerüljön! Legyen az fecskéház, vagy egyéb köztes lakhatási megoldások koncepciója. Viszont rendkívül fontos és sürgető a már meglévő és folyamatosan öregedő önkormányzati lakásállomány karbantartása és felújítása is. Ehhez elengedhetetlen az önkormányzat, mint tulajdonos, és a bérlők közti jó kapcsolat kiala-

kítása, fenntartása, és a felelősségérzet erősítése az állagmegóvás érdekében.

A lakáshelyzet túl a megélhetési problémákkal küszködőket is fel kell karolnunk, főként a kisnyugdíjasokat és a gyermekes családokat. A szociális segélyrendszerünket szeretnénk fenntartani és tovább bővíteni. Az esélyegyenlőség biztosítása is éppoly fontos, ezért tartom nagyra az Értelmi Fogyatékosok Napközi Otthonát, a Fejlesztő Gondozó Központot, illetve a Palota-15 Kft.-t, melyek tevékenysége országosan példaeértékű. Az idősek gondozására és a gyerekek bölcsődei, óvodai ellátására továbbra is kiemelten figyel az önkormányzat. Az intézményfelújításokra itt is átfogó koncepció készül, külső és belső rekonstrukció mellett a játszóeszközök korszerűsítése, bővítése sem marad el.

– A 10. választókerületben másodszor szavaztak önnek bizalmat a lakók. Milyen terveit vannak?

– Saját lakótelepi körzetemben a parkok, játszótérek rendbetétele, további parkolók kialakítása a soron következő feladat. Továbbá a köztisztaságra, az utcák, a járdák állapotára és az akadálymentesítésre is oda kell figyelni. Ezenfelül az Újpalotai Vásárcsarnok fejlesztése is szerepel az ötéves tervünkben.

Ami azonban mindennél fontosabb, hogy a kerület lakói jól érezzék magukat és szeressenek itt élni! Ez a mi célunk, a mi egységünk ereje, hogy ezt megvalósítsuk! Az összefogással közösen arra törekszünk, hogy nyitottá és átláthatóvá tegyük a közeletet, mely biztosítéka az együtt gondolkodásnak és közös ügyeink megoldásának. ♦

Bemutatkoznak a képviselők



Jórészt lecserélődtek a képviselő-testület tagjai az októberi választások után, ezért folytatjuk az előző lapszámban elkezdett sorozatot, bemutatjuk az új testület képviselőit. A terveikről, feladataikról kérdeztük őket.

Bakos Mária Magdolna

kompenciációs listás mandátum Fidesz-KDNP

Kolozsváron született, majd az érettségi után költözött Magyarországra, és már itt szerezte meg a felsőfokú végzettségét Bakos Mária Magdolna. „Édesapám itt élt és a Magyar Állami Népi Együttes megbecsült tagja volt” – mondta a képviselő. Először a XVI. kerületben lakott, majd férjével együtt költözött a XV. kerületbe majd 30 évvel ezelőtt. Két gyerekével és férjével Pest-újhelyen éltek, jelenleg Rákospalotán van az otthona.

„A kerületben a pártok összefogása győzött, és nem az egyéni teljesítmények adták a baloldal győzelmét. Most a felelősség nagymértékben az övék, és bizonyítaniuk kell” – összegezte a választás utáni helyzetet a képviselő. Azt is leszögezte, hogy nem híve a gáncsoskodásnak, így minden olyan fejlesztést és beruházást, ami jogszerű, tiszta és a kerület, illetve az itt élő emberek érdekeit szolgálja, támogat majd.

A városrész helyzetéről elmondta, hogy speciális kerületről van szó, hiszen három eltérő építészeti jellegű és identitású részből áll. Ebből adódóan eltérő problémák merülnek fel az egyes kerületrészekben. Hozzátette, hogy mivel munkája révén az építőiparban és a vagyongazdálkodásban is jártas, ezért lakóként és szakmabeliként is látja a városrész gyengeségeit, erősségeit. A kerületben komoly probléma az utak rossz állapota és sok a balesetveszélyes kereszteződés is, például a Kolozsvár utcai iskolánál levőt át kellene alakítani. Az egészségügyi fejlesztések, az iskolaépületek felújítása, továbbá egy új uszoda megépítése is az itt élők érdekét szolgálja. Hosszúak a várólisták a rendeléseken, az orvosokat nem tudja megtartani a kerület. Az is fontos szempont, hogy a lakók hogyan érzik magukat szűkebb lakókörnyezetükben, éppen ezért be szeretné vonni a kerületieket, a szervezetek, közösségek vezetőit az őket érintő döntésekbe – sorolja a politikus. Azonban a jól kiépített tömegközlekedést, a



kerületi lokálpatriotizmust a kerület erősségeként említi. Például Pest-újhelyen nagyon sok közösségi programot szerveznek civil kezdeményezésre.

Azt is elmondta, hogy számára nem ismeretlen az önkormányzati munka, hiszen az előző ciklusban a Kerületfejlesztési Bizottságban dolgozott külsős tagként. A most kezdődő ciklusban szintén ebben a bizottságban fog tevékenykedni immár képviselőként. ♦

Mihály Zoltánné

kompenciációs listás mandátum Fidesz-KDNP

„Született rákospalotai vagyok, ahogy az egész családom is. Itt jártam iskolába, itt ismertem meg a férjemet, aki szintén kerületi. Két fiúgyermekünk is a kerületben alapított családot. Minden Rákospalotához köt, itt építkezünk, itt dolgozom, és a szüleim is itt, Rákospalotán nyugszanak” – kezdte a bemutatkozást Mihály Zoltánné.

Mint mondta, azért vállalt közfeladatot, hogy munkájával segítse azt a célt, hogy kerületünk egy komfortos, élhető, tiszta és a mainál jóval fejlettebb városrészé váljon. Szeretné, hogy lakóhelyünk ne úgy nézzen ki, ahogy jelenleg, hogy a jelen és a jövő generáció európai módon élhessen a XV. kerületben. „Sajnos napjainkban több évtizedes lemaradásban vagyunk szinte minden téren” – tette hozzá.

„Legfontosabb feladataink között elsőként említeném a



Deák utcában leállított orvosi rendelő sürgős befejezését. Szükségesnek tartom a Rákospalota–Újpest vasútállomáshoz tervezett P+R parkoló mielőbbi megnyitását, a Kará-

csony Benő park teljes felújítását és a jövő évi millennium alkalmából az egykori rákospalotai országzászlókn újabb felállítását” – sorolta.

Szerinte a közrend és köztisztaság napi rutin kell hogy legyen. A fejlesztésekhez a városvezetésnek biztos többsége van a képviselő-testületben és a fővárosban is, és ehhez a kerületnek komoly a pénzügyi tartaléka – emelte ki.

„Saját elképzeléseim mellett szeretném kikérni az itt élők véleményét, hogy közösen alakíthassuk ki helyi életterületet. Tegyük érte, hogy a 3-as egyéni választókerület, ahol indultam és élek, legyen Rákospalota városközpontja!

A kampányban megismertem az itt élők gondjait, melyek elsősorban a lég-, a közterület- és a környezetszennyezés, valamint az együttélés problémái a sódergödörben. Ezúton bátorítom a kerületieket, hogy keressék a képviselőket, a polgármestert és a hivatalt, hogy segítségükre lehessünk. Minden eszköz rendelkezésre áll. Jómagam a Kulturális Bizottság alelnöke vagyok, ezen a területen is fordulhatnak hozzám bizalommal” – hangsúlyozta Mihály Zoltánné Kis Mária. ♦

Pálmai Attila

kompenciációs listás mandátum Magyar Kétfarkú Kutya Párt

Volt ugyan az életében páréves újpesti kitérő, de többszörös rákospalotainak vallja magát Pálmai Attila, akinek már a nagyszülei is a kerületben éltek. Jelenleg a saját vállalkozását menedzselő képviselőtől nem áll messze a művészet, ugyanis szobrász, ugyanakkor belsőépítész is, és ezt a végzettségét többek között a Filmgyárban kamatoztatta. Hobbija a repülés, megszerzte vitorlázórepülőre a jogosítványát. A terveiben a hasznos környezet kialakítása szerepel.

A testület új tagjainak sorába tartozó képviselő úgy véli, hogy a kerületre ráférne a felrészítés, ugyanis rengeteg a romos, lepusztult lakás és ház. A rossz állapotban levő épületeket nagyon jó lenne önkormányzati támogatással megújítani, hogy a lakók életminősége javuljon. „Menő dolog lenne, ha például pályázati pénzzel segítené az önkormányzat a tetőfelújítást, a házszigetelést, de csak ha festéket adna a lakóknak ahhoz,

hogy kifessék kívül-belül a házukat, már az is sokat lendítené az életükön, boldogabbak lennének” – mondta a képviselő.

Az épületeken kívül a közterületek állapotáról kifejtette, hogy sokan és sokszor elmondták már, rosszak, kátyúsak az utak, járhatatlanok a járdák; de azt is hozzátette: „ha csak annyit csinálnánk, hogy az útszegélyekből kiszednénk a gázt, hogy a gyökere ne feszítse szét a köveket, akkor már sokban hozzájárultunk az életminőségünk javításához és a rendhez”.

A kerület közterein rengeteg a növény, a városrész a zöldfelület nagyságát tekintve kimagaslóan jól áll a többi kerülethez képest. „A mániám, hogy ültessünk olyan bokrot és fát, például mandula- vagy szelídgesztenyefát, ami termést hoz, és ezt az emberek meg tudják enni. Miért csak olyanokat ültetünk, mint például a nyárfát, ami csak szemetel és nem történik semmi?” – teszi fel a kérdést Pálmai Attila.

A képviselő példaként említette Svédországot, ahol a virág-ágyásokba nemcsak virágot ültetnek, hanem konyhakertet



telepítenek és azt gondozzák. A gyerekek meg tudják nézni, hogyan nő a sárgarépa, milyen a paradicsombokor. De azt is el tudná képzelni, hogy fűszernövényeket ültessenek a kerületi köztéri ágyásokba. „Szeretném, ha átalakulna a környezetünk, és hasznosnövények kerülnének ki az utcára mindenki hasznára” – összegezi elképzeléseit a politikus.

A képviselői munka mellett a Jogi Bizottságban is dolgozik majd Pálmai Attila. Az előtűnk álló ciklusban a bizottság alelnöki posztját tölti be. ♦

Kuriózum lesz a sürgősségi központ

Nagy változás lesz a szakrendelő életben, hogy létrehozzák a Sürgősségi Baleseti Központot (SBK). Itt nagyon sok beavatkozásra, többek között törések kezelésére is lehetőség nyílik. A Dr. Vass László Egészségügyi Intézményben tervezett idei és a jövőre áthúzódó fejlesztéseikről Dr. Buzna Andrea, az intézmény vezetője beszélt.

ARCHÍV FOTÓ: XV. MÉDIA, NAGY BOTOND



Dr. Buzna Andrea

– A költségvetés elfogadásával már nemcsak tervezni, hanem cselekedni is tudunk – mondta dr. Buzna Andrea főigazgató. – Ugyanakkor idén az idő rövidsége miatt már csak a kisebb beruházásokra, mint például a szemészeti és gégeszeti műszerek beszerzésére nyílt lehetőségünk. Ezek ugyanis nem akkora tételek, amelyek közbeszerzési eljárást igényeltek. Ugyanakkor nagy változás lesz az életünkben a Sürgősségi Baleseti Központ

(SBK) kialakítása, ahol nagyon sok beavatkozásra, többek között törések, ficamok kezelésére is lehetőség nyílik majd. Egy ilyen osztály létrehozására nagy az igény, ráadásul jelentős mértékben

könnyíteni tudunk majd a betegek helyzetén.

A Sürgősségi Baleseti Központ a hazai járóbeteg-ellátásban is kuriózum lesz, mert ilyen komplex osztály eddig még sehol sem mű-



FOTÓ: XV. MÉDIA, NAGY BOTOND

ködött. A XV. kerületi SBK a tervek szerint 2021-re valósulhatna meg.

– Tervezünk még egyéb kisebb beruházásokat is, mint például egy inkontinencia kezelésére való eszköz, egy hasi

ultrahang, illetve több fizioterápiás eszköz beszerzését. Ezenkívül a betegek kisebb felújításokra, mosdók, várótermek festésére is számíthatnak majd – mondta a főigazgató.

Riersch Tamás

Egészség az ablakpárkányról

Halmy Péternek negyven évig semmi köze nem volt növénytermesztéshez, de ma már különleges növények között telnek minden napjai. A hobbikertészt a kerületi Dokumentumtárban tartott előadása előtt kérdeztük a gyógyítás holisztikus szemléletmódjáról és hogyan tanult meg hat idegen nyelvet.

– Hogyan kezdett el különleges növényekkel foglalkozni?

– A gyújtószervenélyemnek köszönhetően kezdtek érdekelni húsz éve a gyógy- és fűszernövények, előtte nem volt kapcsolatom a kertészkedéssel. Mivel kevés helyünk van itthon, hamar a különlegességek kerültek a középpontba. Most akár ősszel is tudok készíteni egy salátát az erkélyről vagy az ablakpárkányról leszedett növényekből, csak a salátaöntetért kell kimennem a kony-



Halmy Péter | Érdemes megismerni a gyógymódokat

hába. A Herbárium lényege, hogy interdiszciplináris legyen, azaz a világ minden tájáról legyenek növények, és mindenki olyan növényeket keressen magának, melyek jól tesznek neki. Tapasztalatom,

hogy tényleg elég egy kis hely a stelázin vagy az ablakpárkányon, és akiben van a téma iránt érdeklődés és nyitottság, tud lakásban is növényeket termesztetni.

– A gyógynövényekben vagy

FOTÓ: XV. MÉDIA, VARGOSZ

a gyógyszerekben hisz inkább?

– A gyógyszerek legalább hatvan százaléka növényi alapú. Mind a keleti, mind a nyugati típusú orvostudomány fontos eredményei vannak, de máshogy állnak a gyógyításhoz. Szerintem a jövő feladata, hogy összekovácsolja ezeket a módszereket, mert egyetlen ellenség van, az a betegség. Érdemes megismerni a természetes gyógymódokat, mert fűben-fában orvos van, legalább harminc növényt tudok felsorolni II. típusú diabétesz vagy a rheumatoid arthritis ellen. Rengeteget tanultam, amióta a növényekkel foglalkozom, az indiai ayurvédikus szerek legalább tíz-tizenöt növényből állnak össze. Ezt a tudást egyébként magunktól is összehajthatjuk, csak megfigyelés, a „józan paraszti ész” használata, tanulás és valamennyi kreatív megcsállottság kell hozzá.

– Említette, hogy szereti az

idegen nyelveket, ez a hobbi honnan jött?

– A szüleim klasszikus műveltségű családból származtak, mivel mást nem tudtak adni nekem, elhatározták, hogy átadják a tudásukat. Gyerekkoromban beosztották, hogy melyik napon ki milyen nyelven beszél velem, így mire elkezdtem az iskolát, beszéltem angolul, franciául és németül, legkevésbé a magyar ment. A gimnáziumban megtanultam latinul és oroszul is, később a nyelveket használtam, mikor külkereskedőként dolgoztam. Felőttként japánul kezdtem tanulni, de ennél az íráson nagyon nehéz.

Manapság a növényekkel kapcsolatos levelezéseknél használom a nyelveket, az internet segítségével a világ minden tájáról tudok különleges magokat venni vagy cserélni.

(kovács)

Élmények, játékok, eszközök

Sikeresen pályázott az Erasmus+ KA1 – munkatársi mobilitás programjára a Rákospalotai Meixner Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola. Ennek keretében nyolc kollégájuk vett részt Európa különböző városaiban tartott szakmai továbbképzéseken. Workshopon mutatták be, miket tanultak és ezeket hogyan tudják használni munkájuk során, amiről Ungár Ágnes, az intézmény igazgatóját kérdeztük.

– Pályáztak már Erasmus+ programra?

– Ez volt az első alkalom, és nagyon büszkék vagyunk a pályázatunkra, mert 33. helyen végeztünk a 199 sikeres pályázatból, és mint megtudtuk, első pályázóként a miénk volt a leg sikeresebb pályázat.

– Meddig tart a program?

– Ez egy 12 hónapos program, 2020 májusában zárul majd. A képzések a nyáron lezárultak, a következő időszak a tanult alkalmazása, illetve a tudásmegosztás időszaka, mely részben már el is kezdődött.

– Milyen területeken tudják használni a pedagógusok a most megtanultakat?

– Az európai fejlesztési tervünk – mely az iskola munkatervének is része – három alapvető területre terjed ki. A



„szerethető és érthető matematika”, a „szociális kompetenciák fejlesztése” és az „angol nyelvi kommunikáció”. A matematikai képzésen részt vevő kollégáink két olyan projektben vettek részt Nicoterában, melynek módszertana közel áll az iskolánkban alkalmazott Meixner-módszerhez, és a két megközelítés kiválóan kiegészíti egymást. A szociális kompetenciák fejlesztése területen volt, aki különleges bánásmódot igénylő tanulókkal való kommunikációs kurzuson vett

részt Máltán, más Firenzébe utazott egy művészetterápiás képzésre és ugyanitt volt egy soft készségeket fejlesztő továbbképzés is.

Az iskolánkban az angol nyelv oktatásakor a nyelvtani megközelítés helyett alapvetően a kommunikáció alapú nyelvtanítást szeretnénk megvalósítani, ezért az angol nyelv használatának többféle módját is igyekszünk keresni. Az is fontos szempont volt számunkra, hogy a nyelvi nehézséggel rendelkező tanulóink

is megfelelő eséllyel induljanak a nyelvtanulás területén. Ment kollégánk Yorkba módszertani képzésre, Valettában egy gyógypedagógus asszisztens kolléga vett részt a rászoruló tanulókat segítő oktatáson, és Exeterben azt tanulták meg, hogyan lehet a mindennapi tevékenységekhez kötni a nyelvhasználatot.

– Mennyire szívesen vesznek részt az iskola tanárai a programban?

– Minden kollégánk feltöltődve, lelkesen érkezett haza a különböző kurzusokról. Az Erasmus+ pályázat segítségével nemcsak egy külföldi képzésen vehettek részt, hanem megismerkedhettek a helyi nevezetességekkel, kulturális eseményekkel, tehát rengeteg élményt szereztek, óriási lehetőségként élték meg. A pedagógusok számára fontos, hogy olyan anyagi támogatást, ösztöndíjat kapnak a pályázat kapcsán, ami a kikapcsolódásra, rekreációra is bőven ad lehetőséget.

– Tervezik, hogy a jövőben is pályáznak hasonló programokra?

– Feltétlenül. Szeretnénk folytatni a nyelvi képzést, a matematikai módszertani képzést, a különféle szociális kompetenciákat fejlesztő képzéseket, tanári mentálhigiénés kurzusokat.

(kovács)

A fegyelmezés útvesztői

Az utóbbi évtizedekben jelentősen megváltozott a családok élete. Gyengült a felnőttek tisztelete, az irányítás pedig egyre inkább a gyerekek kezébe került át. Az engedékeny gyereknevelés következményei már tapasztalhatóak az óvodákban, iskolákban is. A szabadelvű nevelés nemcsak a szülői tekintélyt tépázta meg, hanem attól a kontrolltól is megfosztja a gyerekeket, melyre szükségük lenne ahhoz, hogy jó döntéseket hozzanak és egészséges önbizalmuk legyen.

Mégis hogyan fegyelmezzünk szigorú büntetés helyett eredmé-

nyesen? Erre lehet jó alternatíva a Pozitív Fegyelmezés, melynek alapjait két pszichiáter, Alfred Adler és Rudolf Dreikurs fektette le. Adler szerint a gyerekeknek elemei szükséglete, hogy kötődjenek a környezetükben élőkhöz. Úgy gondolta, azok a gyerekek, akiknek szoros a kapcsolata a családjukkal, szeretteikkel, környezetükkel, kevésbé hajlamosak a rossz viselkedésre. Ezt az elképzelést gondolta tovább dr. Jane Nelsen amerikai pszichológus, házassági, családi és gyermeknevelési tanácsadó, hét gyermek édesanyja.

FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND



A Pozitív Fegyelmezés 5 kritériuma:

1. Egyszerre érvényesül a kedvesség és határozottság.
2. Segítjük a gyereket abban, hogy fontosnak érezze magát, és éreztetjük vele, hogy hozzánk tartozik.
3. A fegyelmezés hosszú távon hatékony.
4. A fegyelmezés értékes életviteli és szociális készségeket tanít.
5. A fegyelmezés ösztönzi a gyerekeket arra, hogy felfedezzék, mire képesek, és hogy használják az őket érintő dolgokban a személyi erejüket és a problémamegoldó gondolkodásukat.

A Pozitív Fegyelmezés egyre népszerűbb Európában is. Hazánkban Bariné Kazai Zsuzsanna 2008-ban kezdte el ismertetni a Pozitív Fegyelmezés módszereit. Segítségével már több ezer szülő és pedagógus alkalmazza a metódust, melyet a *pozitiv-fegyelmezes.hu* weboldalán talál.

Kifejti, miszerint „a Pozitív Fegyelmezés célja olyan szociális készségek és képességek tanítása, amelyek hosszú távon hozzájárulnak ahhoz, hogy egy gyerek felnőttként is boldog, sikeres, hasznos és tevékeny tagja legyen a társadalomnak”.

(béres)



FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

Első éjjel Újpalotán

A kerület legfiatalabb városrészében, Újpalotán 50 éve rakták le a lakótelep alapkövét. A lakótelep építéséről és a beköltözésről Gygyella János beszélt lapunknak.

– Abban a szerencsés helyzetben vagyunk, hogy egymást követő három naptári évben is van és lesz is mit ünnepelnünk – mondta Gygyella János, az 1. számú lakásszövetkezet alelnöke. – Idén a lakótelep alapkövetételének ötvenedik évfordulójára emlékeztünk, jövőre az első ház – a Nyírpalota 1–21. – műszaki átadásának lesz jubileuma, míg 2021-ben az első beköltözések lesznek „ötvenévesek”.

Ha Újpalotáról szót ejtünk, főleg ha a lakótelep múltja és története van

terítéken, nem lehet megkerülni a Gygyella családot. Ők voltak ugyanis az első lakók 1971. április 16-án a telepen.

– Nem sok időt kellett egyedül töltenünk, mert utánunk „özönleni” kezdtek az újonnan beköltözők – mesélte a családfe. – Ám az az első nap valóban emlékezetes maradt a számunkra.

Gygyella János Dunavecséről költözött Budapestre, ahol az Óbudai Hajógyárban helyezkedett el. Megnősült 1966-ban, és felesége rákospalotai ingatlanába – egy szűk és komfort nélküli üzlethelyiségből kialakított lakásba – költözött.

– Arról értesültünk 1970. év elején, hogy hamarosan lakáshoz juthatunk

Nagyon örültünk és nagyon izgatottak is voltunk. Az újpalotai építkezések szinte a szemünk előtt zajlottak, hihetetlen gyorsasággal épültek a panelházak. Egy kettő plusz kétszobás ingatlant kaptunk, ahova öten – az apósomékkal és a lányunkkal – költöztünk. Ráadásul mi még azok közé a szerencsésebbek közé tartoztunk, akik kamat nélküli hitelt kaptak, így az azt követő harminc évben csak a hitelt kellett törleszteniük az állam felé – mondta Gygyella János.

Ráadásul – elsőként az új lakók közül – Gygyella János elnökségi tag lett, így ő mostanában nemcsak ötvenéves újpalotai tagságát, hanem a szövetkezettel való fél évszázados kapcsolatát is ünnepelheti.

– Az első éjszakát követő reggelünket mindjárt egy rendhagyó esemény zavarta meg: reggel ugyanis egy rendőr ébresztett bennünket. Az elmondása szerint a házunkkal szembeni fabarakk közöttbe azon az éjjelen betörték, és szerette volna tudni, hogy láttunk-e valamit. Mi azonban az összkomfortos otthonunkban az igazak álmát aludtuk, így nem tudtunk segíteni neki – mondta a családfe.

A Nyírpalota 1–21. számú szalagház mind a mai napig úttörőnek számít a lakótelepen. Az első épület volt, amelyet anyagilag tehermentesítettek, majd szigeteltek, a fűtését korszerűsítették, illetve napelemekkel és lépcsőházi kamerákkal szerelték fel.

Riersch Tamás



FORRÁS: GYGYELLA JÁNOS



Életmentő segítség



A „Palota” biztonságiberendezés-támogatással szén-monoxid-érzékelő vásárolható. A füstgázérzékelő vásárlására az nyújthat be kérelmet, aki legalább két éve folyamatosan rendelkezik bejelentett lakó- vagy tartózkodási hellyel a XV. kerületben és életvitelszerűen is itt lakik; a kérelemmel érintett lakásnak tulajdonosa, bérelője, haszon_

élvezője vagy – az önkényes lakásfoglaló kivételével – az önkormányzat tulajdonában álló lakásnak jogcím nélküli lakáshasználója; és akinek háztartásában az egy főre jutó havi jövedelem nem haladja meg egyedül élő esetén a 142 500, nem egyedül élő esetén a 114 000 forintot. A kérelem beadásakor be kell nyújtani a szén-monoxid-ér-

zékelő megvásárlását igazoló, a jogosult nevére kiállított, 3 hónapnál nem régebbi számlát, valamint a kérelmező háztartásában élők – a kérelem benyújtását megelőző havi – jövedelemigazolását. (Ebbe beletartozik a munkabér, a nyugdíj, a nyugdíjszerű ellátás, a gyermekgondozási támogatás, a gyermektartásdíj, az ösztöndíj stb.)

A „Palota” biztonságiberendezés-támogatást a hagyományos vagy gázfűtésű lakásba megvásárolt szén-monoxid-érzékelő rendszer vásárlásához 7 évente egyszer, legfeljebb 12 000 forint összegben lehet megállapítani. A támogatás összege nem haladhatja meg az eszköz megvásárlásáról szóló számla összegét – olvasható az önkormányzat közleményében. ♦

Ablakcsere a Hősök úti rendelőben

Saját forrásból cserélte ki a Hősök úti orvosi rendelő első emeleti nyílászáróit a kerületi önkormányzat. Benedekné Bagyinszki Márta, a Városgazdálkodási Főosztály vezetője elmondta, október végén, november elején 35 ablakot, illetve tokot cseréltek ki, összesen nettó 12,5 millió forint értékben. Ez azonban csak az első lépés volt a fejlesztések terén, a korszerűsítés várhatóan jövőre is folytatódni fog, a korábban elkészített felújítási tervet ugyanis felülvizsgálják,



és ha a jövő évi költségvetésben lesz erre forrás, az épület tető- és homlokzatszigetelése,

a belső struktúra fejlesztése, illetve a lift beszerelése is megvalósulhat. ♦

Derült égből szélütés

Az igen gyakori betegség, a stroke világnapján, október 29-én tematikus napot tartottak az Újpalotai Szabadidő Központban az Strokeinfó Alapítvány és a kerületi székhelyű ÉTA Országos Szövetséggel karöltve.

A rendezvény megnyitóján Papp Ágnes, az ÉTA elnöke elmondta: a stroke bárkit érinthet, ezért fontos tisztában lenni ezzel a betegséggel, illetve annak megelőzésével. Míg az alapítvány elnöke, Sarkadi Gabriella a világnap jelentőségét hangsúlyozta. Ezek után számos előadás, foglalkozás, sőt még szűrővizsgálat is várta az érdeklődőket. A stroke elleni védekezésben a szakemberek kiemelték a rizikófaktorok elkerülésének fontosságát.

A magas vérnyomás csökkentésével ugyanis enyhíteni lehet a stroke kialakulásának veszélyét, valamint a rendszeres testmozgással és a



kevésbé sós ételek fogyasztásával is sokat segíthetünk. Gyógyszeres kezelést pedig azoknak a betegeknek kell alkalmazniuk, akik már szenvedtek el szélütést vagy ideiglenes keringési zavar lépett fel az agyukban, hogy ezzel megakadályozzák az újabb vérrögök kialakulását. ♦

Mindenki klubja



ARCHIV FOTÓ

Nyüzsgő klubélet jellemzi a kerületi Munkanélküli Fiatalok Tanácsadó Irodáját (MUFTI). Tanácsot lehet kérni a diákmunkáról, a munkavállalásról, és tájékozódni is lehet rengeteg kérdésben.

„Irodánk egy barátságos, befogadó hely, ami a 14–30 év közötti fiatalok számára nyújt alternatívát a szabadidejük hasznos eltöltésére” – mondta Geist Gábor, a MUFTI szakmai felelőse. A hozzájuk fordulókat segítik a pályaválasztásban, a továbbtanulásban, a munkavállalásban, valamint az életkorukból, élethelyzetükből adódó nehézségeik megoldásában. A szakember arra is kitért, hogy a MUFTI közösségi térként is funkcionál. A fiatalok szörfözhetnek a neten, társasjátékozhatnak, pingpongozhatnak, és akár alkotókedvüket is kiélhetik a Kreatív-kör foglalkozásain. Ezenkívül a leckeírásban is segítenek az iroda munkatársai, és az ifjúság akkor is számíthat rájuk, ha csak beszélni szeretnének valakivel. A filmklubokban a mozizást követően a résztvevőkkel közösen beszélnek át a látottakat. A jó közösség és a játékos foglalkozások ugyanis segítenek abban, hogy az idejüket felfedezzék magukban az erősségeiket és az értékeiket.

Geist Gábor azt is megemlítette, hogy a gyorsan fejlődő digitális térben kihívás reagálni a fiatalok igényeire, ennek ellenére próbálnak változatos programokat, újdonságokat kínálni, hogy csellengés helyett őket válasszák a fiatalok. A közös kirándulások szintén jó alkalmat kínálnak a csapatépítésre, amik által nemcsak élményekhez juthatnak, hanem építő kapcsolatokra is szert tehetnek a résztvevők. Az irodában a munkát immáron új munkatársak is segítik. ♦

Elhunyt Dr. Fenyvesi György

Hetvenegy éves korában, október 26-án váratlanul elhunyt dr. Fenyvesi György endokrinológus szakorvos – tudatta a kerületi egészségügyi intézmény vezetése.

A szakember három éve kezdett el dolgozni a Dr. Vass László Egészségügyi Intézményben, ahol hetente kétszer a pajzsmirigyzvizsgálatokat végezte. Halálával egy újabb fontos szakembert veszített el a kerületi egészségügy. ♦

FELHÍVÁS VÉRADÁSRA

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

véradást szervez

2019. november 16-án (szombaton)

12.00–17.00 óra között

az Ázsia Centerben (1152 Bp., Szentmihályi út 167–169.)

Szeretettel várjuk kerületünk polgárait!

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

MINDEN VÉRADÓ AJÁNDÉKOT KAP!

SEGÍTSÉN, HOGY SEGÍTHESSÜNK!

Budapest, XV. Ker.
Polgármesteri Hivatal

Vöröskereszt XV. Kerületi
Szervezete

POLGÁRMESTER ÉS ALPOLGÁRMESTEREK ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI



Cserdiné Németh Angéla polgármester
Minden hónap 1. hétfőjén 13:30–17:30-ig.
Helyszín: Polgármesteri Hivatal 1. em. 112-es irodában
előzetes telefonos egyeztetés alapján.
Telefon: 305 3260 E-mail: nemeth.angela@bpxv.hu



Tóth Imre alpolgármester
Minden hónap 1. hétfőjén 13:30–17:30-ig.
Helyszín: Polgármesteri Hivatal I. emelet 109-es irodában
előzetes telefonos egyeztetés alapján.
Telefon: 305 3244 E-mail: toth.imre@bpxv.hu



Tóth Veronika alpolgármester
Minden hónap 2. hétfőjén 13:30–17:30-ig.
Helyszín: Polgármesteri Hivatal I. emelet 105-ös irodában
előzetes telefonos egyeztetés alapján.
Telefon: 305 3284 E-mail: toth.veronika@bpxv.hu



Dr. Matlák Gábor
társadalmi megbízatású alpolgármester
A Polgármesteri Hivatal I. emelet 106-os irodában előzetes telefonos
egyeztetés alapján. Telefonszám: 305 3106
E-mail: matlak.gabor@bpxv.hu, csernak.janos@bpxv.hu

JEGYZŐK ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI



Dr. Lamperth Mónika jegyző
Félfogadás: Minden hónap második keddjén 13:30–16:30 óráig
a Polgármesteri Hivatalban.
Előzetes telefon egyeztetés a 305 3268-as telefonszámon.



Dr. Filipisz Andrea aljegyző
Félfogadás: Minden hónap második keddjén 13:30–16:30 óráig
a Polgármesteri Hivatalban. Előzetes telefon egyeztetés
a 305 3268-as telefonszámon.

ORSZÁGGYŰLÉSI KÉPVISELŐ ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI



Hajdu László országgyűlési képviselő
06 20 288 7721, 1 419 9099, hajdu15laszlo@gmail.com
Fogadóórát tart december 4-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 a hajdu15laszlo@gmail.com
e-mail-címen. „Fogadóóra másképp” – látogatás a Parlamentben, november 22-én,
pénteken 10 órától. Bejelentkezés szükséges a 06 30 899 2663-as számon.

Felhívás!

„Segíték hazavinni!” címmel akciót szervez az ÖTHÉT Egyesület,
az Együtt Újpalotáért Egyesület, a XV. kerületi Lokál Patrióták és a RÁTE Egyesület

Kerületiek a kerületiekért!
INGYENES civil akció!

Ezúton szeretnénk tájékoztatni Önöket a lehetőségről, mely akció keretein
belül főként nyugdíjas és mozgásban korlátozott kerületi lakosoknak,
kisgyermekes anyukáknak segítünk a havi nagybevásárlás lebonyolításában.

Ön bevásárol, mi hazavisszük!

Rákospalotáról, Pestújhelyről kocsival hozzuk-visszük önöket!
A segítségnyújtás érdekében előzetes regisztráció szükséges
az alábbi elérhetőségek valamelyikén, illetve a helyszínen:

othet-egyesulet@hotmail.com

06 30 991 4405 Makai Ferenc ÖTHÉT elnök

Hívjanak bizalommal, állunk rendelkezésükre!

Helyszín: Vásárcsarnok 7-es buszmegálló
Időpont: 2019. november 16. szombat 08.00–12.00-ig

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

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

A felhívások, közlemények, rendeletek teljes terjedelmükben, egységes szerkezetben,
a mellékletekkel együtt letölthetők a bpxv.hu honlapról.

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

AZ XV TV MŰSORA

november 14. csütörtök

19:00 Tükörben
19:20 Heti recept
19:30 Öttusa magazin
19:50 Visszatekintő

november 15. péntek

19:00 Megkérdezzük a polgármestert
19:10 Hírtükör
20:10 Parlamenti pillanatok
20:20 Állatbarát magazin

november 16. szombat

19:00 ÖKOPORTRÉK – Victor András*

november 17. vasárnap

19:00 Ne legyen áldozat!
19:30 Telefonos ambulancia
20:00 Visszatekintő

november 18. hétfő

19:00 60+
19:20 Kultakt
19:40 Kertbarátok
20:00 Sportmagazin

november 19. kedd

19:00 Hírtükör
19:45 Elsősegély
19:55 Hollywood Palotán
20:10 Vitalitás

november 20. szerda

19:00 Cseperedő
19:20 Sportmagazin
19:40 Alkotó kéz
20:00 Vitalitás

november 21. csütörtök

09:00 Élő közvetítés – Testületi ülés
19:00 Tükörben
19:20 Heti recept
19:30 Öttusa magazin
19:50 Visszatekintő

november 22. péntek

19:00 Megkérdezzük a polgármestert
19:10 Hírtükör
20:10 Parlamenti pillanatok
20:20 Állatbarát magazin

november 23. szombat

19:00 ÖKOPORTRÉK – Victor András*

november 24. vasárnap

19:00 Ne legyen áldozat!
19:30 Telefonos ambulancia
20:00 Visszatekintő

november 25. hétfő

19:00 60+
19:20 Kultakt
19:40 Kertbarátok
20:00 Sportmagazin

november 26. kedd

19:00 Hírtükör
19:45 Elsősegély
19:55 Hollywood Palotán
20:10 Vitalitás

november 27. szerda

19:00 Cseperedő
19:20 Sportmagazin
19:40 Alkotó kéz
20:00 Vitalitás

***Műsorajánló.** ÖKOPORTRÉK: Filmsorozatunkban közelebb hozzuk jelentős környezeti nevelőink tevékenységét, akik nem csak kiemelkedő pedagógusok, hanem erdelti és felelős gondolkodók is. A környezetvédelem megkívánja, hogy kreatívan gondolkodó, sokoldalú emberek műveljék, akik meg tudják győzni igazukról tanár- vagy tudóstársaikat, és színes egyéniségükkel, sokrétű tevékenységükkel maguk köré tudják vonzani a gyerekeket, fiatalokat. A sorozat e heti epizódjában Victor András portréját láthatjuk.

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



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

A hétfői adás ismétlései

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

A keddi adás ismétlései

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

A szerdai adás ismétlései

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

A csütörtöki adás ismétlései

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

A pénteki adás ismétlései

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

KULTURÁLIS PROGRAMAJÁNLÓ

Csokonai Művelődési Ház

1153 Eötvös u. 64–66. T.: 307 7285

Rajzfilmünnepe

november 16., szombat 10–13 óra
A belépés ingyenesÁsványbörze és Foton
Barlangkutatók Találkozójanovember 17., vasárnap 9–16 óra
A belépés ingyenes.Csoki Film Kockák –
12 dühös embervendég: Völgyesi Gabi (a Unique énekes)
november 20., szerda 18 óra
Belépő: 500 FtHadart Színház –
Jöhetsz, drágám!november 24., vasárnap 16 óra
Belépő: 1800 FtDokumentumtár
és Információs Központ1153 Bocskai u. 74–78. T.: 605 1596
Programokra regisztráció:
regisztracio@dokuinfo.huÉpítészeti: ökoalternatívák
Kenderbeton – Pfeffer Péter
építésmérnök előadásanovember 18., hétfő 18 óra
Belépő: 1500 FtÖkothon és élőhely-
rehabilitáció két és fél
évtized távlatábandr. Balog Ágnes tájépítész előadása
november 25., hétfő 18 óra
Belépő: 1500 FtKikötő – Ifjúsági
Közösségi Sziget1156 Száraznád u. 5. T.:
06 30 868 6087Pacek mozi filmklub
csak fiataloknaknovember 15., péntek 18–20 óra
A belépés ingyenes.Lépünk a városba!
Kultúrcsavargások
Pesten és BudánIrány a Várkert Bazár!
november 16., szombat 14–19 óra
A belépés ingyenes, de bérlet v. 4 db vonaljegy szükséges

Kikötő Kreatív Műhely

Hógömb készítése.
november 16., szombat 15.30–17.00
A belépés ingyenes.

Matek, fizika, info korrepetálás

november 22., péntek 17.00–18.30
A belépés ingyenes.Gitárszakkör gyerekeknek,
fiataloknaknovember 23., szombat 17.00–18.30
Részvételi díj: 3000 Ft/hó

Ínyenc kalózkok konyhája

Sütés-főzés fiatalokkal fiataloknak
november 26., kedd 16.30–18.00
A belépés ingyenes.

KoMa Bázis

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

fosztóKÉPZŐ

Közösségi színházi előadás az oktatásról.
november 30., szombat 19:30
december 1., vasárnap 19:30
Belépő: 2500 Ft

Kozák téri Közösségi Ház

1154 Gábor Áron utca 58. T.: 410 5636

Ady Akusztik koncert
a Rocksulivalnovember 20., szerda 18.00
A belépés díjtalan

Legyel a Nyugat szerkesztője!

november 20., szerda 16.00
A belépés díjtalan

Adventi kézműves alkotóház

november 30., szombat 9–13 óra
Belépő nincs, csak az alapanyagát kell kifizetni!

Espirito – Táncolj királynőként!

Kedd, Csütörtök 19:30



Baba-Mama Klub

Minden hétköznap 09.30-tól 12.00-ig
Belépő egy alkalomra: 700 Ft
Klubtagsági díj/4 hét: 2500 Ft

Pestújhelyi Közösségi Ház

1158 Szűcs I. u. 45. T.: 419 2006

Lúdas Matyi – a Kereplő
Színház előadásanovember 22., péntek 10 óra
Ára: 900 Ft/fő

Pestújhelyi Téri Zenepavilon

1158 Pestújhelyi tér

Madárnap – mindennapi
szárnyasaink

november 17., vasárnap 10 óra

Rákospalota, Pestújhely és Újpa-
lota Helytörténeti Gyűjteménye1158 Budapest, Pestújhelyi utca 81.
T.: 419 8216Szakvezetés: Adalékok
Rákospalota népéletéből
és az Ady korabeli
Pestújhely történetébőlA szakvezetés során betekintünk Rákospalota egykori parasztságának mindennapjaiba, és megismerkedünk Pestújhely kialakulásával és korabeli társadalmával. A gyermekek elkészíthetik saját réteses tányérjaikat és megfesthetik Palotai Panka ruháját.
november 23., szombat 11:00 és 13:00
A belépés ingyenes!

Újpalotai Közösségi Ház

1158 Zsókovár u. 15. T.: 410 0836



Gemini-koncert

november 16., szombat 18–22 óra
A helyszínen büfé üzemel.
Belépő: 1300 FtÖko Kanga – Gyógynövényes
fürdőgolyó készítéseHelyszín: Zöld Klub (XV., Hartyán köz 3.)
november 19., kedd 10 óra
Belépő: anyagköltség-térítést kérünk

Újpalota kvíz

november 19., kedd 18 óra.
A belépés díjtalan.

Aprók Színháza

Kerekítő manó és a hókatonák
szíve c. gyermekelőadásnovember 23., szombat 10 óra
Belépő: felnőtt 800 Ft; gyerek: 600 Ft

Földes László Hobo Ady-estje

november 23., szombat 18 óra
Belépő: 1600 FtAdventi játszóház és kézműves
karácsonyi portékák vásáranovember 30., szombat 10–12 óra
Belépő: 600 Ft

Mohikán zenekar koncertje

A XV. kerülethez is köthető zenekar harmadik lemezére készül, amelyről a koncerten már felcsendül néhány dal.
november 30., szombat 19–22 óra
Belépő: 1300 Ft/főCSOKONAI
KULTURÁLIS
KÖZPONT

Szukafattyak

A II. világháború borzalma- it számos könyv, film és egyéb művészeti alkotás próbálta feldolgozni, de a traumák örökre együtt maradtak azokkal, akik átélték. A Magyarországról 1956-ban kivándorolt Agota Kristof már elmúlt 50 éves, amikor Svájcban, új hazájában megjelentek első regényei. A *Nagy Füzet*, majd később A bizonyíték és A harmadik hazugság kisregények, melyek együtt alkotják a *Trilógia* című művet, bár a leghíresebb az 1986-os első kötet lett.

A történet szerint a II. világháborúban megjelenik egy nő rég nem látott, vidéken élő anyjánál, és nála hagyja a kilencéves ikerfiait. A gyerekek – két test, egy lélek – idomulnak a rideg körülményekhez és kihasználják a helyzetüket.

Megtanulnak túlélni, könyvek segítségével írnak, olvasnak és képzik magukat, és önként elvégzik a mások által Boszorkának nevezett nagyanyjuk helyett a nehéz házimunkákat. Tapasztalataikat egy kockás füzetben rögzítik, egy különleges, szentvelen, érzelmektől mentes stílusban. A fiúk

eleinte fekete-fehér világáról lassanként kiderül, hogy nem annyira egyértelmű, a szereplők sokkal árnyaltabb képet kapnak. Különösen a nagyanyjuk figurája eltalált, ő

hívja „szukafattyaknak” unokáit, de közben számos múltbéli esemény derül ki, mely alapján rájövünk, hogy mitől lett „boszorka”. A főszereplő fiúk kora, életfordulataik sokban hasonlítanak Agota Kristof életére. „Azt mondom neki, hogy a saját történetemet próbálok elmesélni, de nem vagyok képes rá, nincs hozzá

bátorságom, túl nagy fájdalmat okoz nekem. Így aztán mindent megszépítetek, és a dolgokat nem úgy írom le, ahogy megtörténtek, hanem ahogy szerettem volna, hogy történjenek.” A fájdalmak feldolgozása a kötet másik két részében folytatódik, ahol már nevet is kapnak a szereplők és más lesz a nézőpont, viszont ugyanazt az erős érzelmet váltják ki az olvasókból. Bebizonyítja, hogy a háború nemcsak a bombázásokkal okoz károkat, hanem évtizedekkel később is rombolja a benne élők lelkét.

(Agota Kristof: *Trilógia*; Magvető, 2019; 2499 Ft) **(kovács)**



Tisztázzuk már az elején: igazán nem panaszkodhattunk. Sem az elmúlt hetek időjárására, oké, volt némi hűvös, meg eső, sőt, még villámlás is, de alapvetően szép, napsütéses, meleg ősziünk volt.

Am az iskolára, Gyermek ugyanis kezd belerázódni a felső tagozatba, ráadásul túl vagyunk az őszi szüneten, ami – meglepő módon – gyakorlatilag tanulmánymentesen telt, köszönhetően a pedagógusoknak. Még őszi is eljöttünk pár napra, ami a jó társaságról, beszélgetésekről, fürdésről, evés-ivásról, szóval önfeléd szórakozásról és kikapcsolódásról szólt.

Vagy talán éppen ez a baj? Kiestünk a taposómalomból, majd hirtelen vissza, de még mindig nincs itt a nyirkos, ködös, rossz levegőjű időszak, ami jelzi az év végét és a vele járó ünnepeket, csak a kora

esti hirtelen sötétedés jelzi az évszaknak megfelelő időt.

Hiába tették fel a sétálóutcában a karácsonyi díszvilágítást (persze még nem működik), hiába az üzletek ünnepi kínálata, hiába a naptár, ami jelzi, alig bő egy hónap, és itt a karácsony. A muskátlik még az udvaron virágoznak, hogyan gondoljon hát az ember lányára az ilyenkor már várva várt ünnepekre? A készülődés összes feszültségével és persze összes szépségével és várakozásával együtt.

Átverés az egész. A család férfi tagjai egy hete ugyanabban a kinti medencében labdáztak, mint nyáron, csak a körülötte lévő fák leveleinek mennyisége és színe változott a néhány hónappal korábbihoz képest. Az ember lányára, ha süt a nap, melegen vágyik, nem? Homokos tengerpartról, lágy szellőről álmodik. Vagy arról, hogy medvévé válik... **-y -a**

En biza azért is!

GRAFIKA: VARGA TÍMEA LAURA



KERÜLETI KÉRDÉSEK

Családfától a helytörténetig

Miért kezd valaki szabadidejében helytörténeti kutatással foglalkozni, hogyan lehet régi rejtélyeket felderíteni és hogyan vonná be az iskolásokat a lakóhelyünk történelmének megismerésébe, a Kerületi kérdések sorozatunkban Horváth Csabával beszélgettünk.

FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND



Horváth Csaba

Horváth Csaba 18 évvel ezelőtt költözött a XV. kerületbe, akkor még a családfakutatás volt a hobbi. Majd amikor hét éve szülei megvásároltak egy régi villát a Szödliget utcában, felderítette az épület eredetét, és ez lett az első helytörténeti kutatása. Azóta szabadidejében Rákospalota eddig felderítetlen történeteiről kutat és ír saját blogjában, de megjelentek a cikkei a *Helyem Házam Palotám* helytörténeti kiadványban is. „Jelenleg a rákospalotai bélyeghamisítóval foglalkozom, 1880-ban bukott le, rengeteg hamis bélyeget találtak nála, de mindent tagadott és örülnék tetteire. Érdekes, hogy az a dr. Niedermann Gyula állapította meg róla a Lipótmezei Téboldyban, hogy normális, aki később

Pestújhelyen vezette a Szanatóriumot” – mondta Horváth Csaba.

Kedvenc korszaka a kiegészítő a II. világháborúig tart, kutatásaihoz a digitálisan feldolgozott anyagokat – például korabeli újságokat – tudja használni. Levéltárba, könyvtárba már

nincs ideje elmenni. „Szoktam árveréseken licitálni régi, helyi képeslapokra, most éppen egy palotai üzembről szóló ritka albumot szeretnék megszerezni, abból is sok mindent megtudhatnánk” – sorolja az interjúalany. Horváth Csaba szerint sokakat érdekel a múlt, és

fontos lenne, hogy ezzel többet foglalkozjunk. „Nyugaton már felismerték, hogy ez milyen fontos, ez alapján felindül a turizmus, így hatással van a gazdaságra is. De az is jó lenne, ha az iskolában honismeret órán a gyerekek a saját környezetükről is tanulnának a kerületi iskolákban, megértenék, hogy Rákospalotán miért vannak falusias részek és miért nincsenek nagy bérházak. Jó a kerületben a nevezetes épületekre emléktáblát elhelyező Város-Emlék-Képek kezdeményezés és a híres embereket zománctáblán bemutató helytörténeti fasor, de ezeket is folytatni kellene” – véli a gyűjtő.

Horváth Csaba főállásban társasházkezelőként dolgozik, többször került kapcsolatba a fővárosi műemlékvédelmi hivattal is, de véleménye szerint nincs elegendő állami támogatás a felújításokra, és az egyéb ügyek is lassan haladnak. Jövőbeli terveivel kapcsolatban szeretné mélyebben feldolgozni Lukácsy Sándor faiskolájának történetét, és keresi a helyi legendákat és szóbeszédeket, mert szerinte ezek a legérdekesebbek. **(kovács)**

Az első polgármester Márton-nap

Rákospalota 1923-ban lett város, első polgármestere Dr. Cserba Elemér lett, aki már az ezt megelőző másfél évtizedben is a település felvirágoztatásával foglalkozott.

FORRÁS: CSERBA AURÉL

Baján született 1876-ban, jómódú molnár felmenőkkel rendelkező családban, de édesapját követve jogi pályára lépett. Először 1903-ban Újpesten, majd 1907-ben Rákospalotán nyitott ügyvédi irodát, és ide költözött családjával együtt. Aktívan részt vett a helyi közéletben, felelős szerkesztője volt a *Rákospalotai Hírlapnak*, képviselő volt 1908-tól, de több helyi bizottság és civil szervezet is a tagjai közé választotta – olvasható a 2009-ben megjelent XV. kerületi Kalendáriumban.

Az I. világháborúban is szolgált két évig, pedig akkor már négygyermekes apa volt. Egyhangúlag választották polgármesterre őt, más források szerint hét jelölt közül 1923-ban. A következő 13 évben Rákospalota fejlődni kezdett, felépült az új városháza, egy modern vágóhíd, számos templom, szegényház és kaszinó – írta Hirmann László az *Újpesti Helytörténeti Értesítőben*. Iskolák és óvodák épültek, szilárd burkolatot kapott számos utca, talán csak a víz- és csatornahálózat kiépítésével nem haladt úgy, mint tervezte.

Tragikusan fiatalon, mindössze hatvanévesen hunyt el dr. Cserba Elemér, a *Pesti*



Napló így emlékezett rá 1936. április 23-án: „Az ő vezetése alatt fejlődött Rákospalota jó utakkal rendelkező, szépen világított, parkos várossá, amelyben egészen új városrészek, kertek villanegyedek épültek, új iskolák, közintézmények emelkedtek. A városfejlesztés terén kifejtett érdemei elismerésül néhány hónappal ezelőtt kormányfőtanácsosi címmel tüntette ki a kormányzó.”

(kovács)

Szent Márton napja november 11-e. Mint minden ünnepnek, úgy ennek is megvannak a saját hagyományai, népszokásai. Mindemmellett Márton-nap a 40 napos adventi böjtöt megelőző utolsó nap, amikor a jóízű falatozás, vigasság megengedett.

Szent Márton 316-ban (vagy 317-ben) Savariában született egy római katona gyermekeként, és szülei akarata ellenére követte a katolikus vallást. Franciaországban légiósodott, amikor egy diergő koldussal találkozott,

köpenyét kardjával kettévágta, és az egyik felét a szegény ember vállára borította. A legenda szerint álmában felismerte, hogy a koldus maga Krisztus volt. Nem sokkal később Márton Isten szolgálatába állt.

A monda szerint, amikor hírért vette, hogy püspökök szemelték ki, a küldöttek elől a ludak óljába bújt. A szárnyasok azonban olyan zajt csaptak, hogy elárulták a rejtőzködő Mártont. Végül Mártont 371-ben püspökké szentelték, és haláláig, 398-ig Tours-ban segítette a rászorulókat. **JÁg**

Elhunytak emlékezete



Megemlékezést tartott a Pestújhelyi Pátria Közhasznú Egyesület november 1-jén a Memento kőnél, a volt pestújhelyi temetőnél a Hartyán közti iskola előtti parkban. Az elhunytakra virágokkal és gyertyagyújtással emlékeztek. Az eseményen részt vettek az egyesület tagjai, lakosok, továbbá Tóth Imre alpolgármester, Hajdu László országgyűlési képviselő és önkormányzati képviselők is.

A pestújhelyi temető a Hartyán Általános Iskola és zöldterülete, valamint a Nyirpalota út 51–65. számú épület déli része alatt helyezkedik el, melyet már 1911-ben térképen is jelöltek. Hozzá tartozó épületeket 1969-ig ide temették az itt élők. Az újpalotai lakótelep épületei azonban idővel elfoglalták a sírok helyét, melyek létét a 2009-ben Pestújhelyi 100 éves jubileuma alkalmával felállított Memento kő jelöl. A Pestújhelyi Pátria Közhasznú Egyesület Jordán Eszter kezdeményezésére 2004 óta megemlékezéseket szervez ezen a helyen. ◆

Koszorúzás

Gróf Klebelsberg Kuno 144. születésnapján, november 13-án a Pestújhelyi Keresztelő Szent János Plébánia falán elhelyezett emléktábla megkoszorúzásával tisztelgett a Pestújhelyi Pátria Közhasznú Egyesület a 20. század kiemelkedő kultúrpolitikusának életműve előtt. Klebelsberg csaknem egy évtizedes minisztersége alatt bőkezű támogatásban részesítette az oktatás és a művelődés szinte minden szféráját: népiskolákat építtetett, egyetemet alapított, valamint kutatóközpontokat és külföldi kollégiumokat hozott létre. ◆

Elment Karinthy Márton



Hosszan tartó súlyos betegség után, életének 71. évében, november 6-án elhunyt Karinthy Márton Kossuth-díjas színgazgató, színházrendező, író, a Karinthy Színház és elődje, a Hököm Színpad alapító igazgatója – közölte a Karinthy Színház.

Karinthy Márton 1949-ben született Budapesten, a Színház- és Filmművészeti Főiskola rendezői szakát 1973-ban végezte

el. 1973–1975 között a Békéscsabai Jókai Színház, 1975–1977 között a Pécsi Nemzeti Színház, 1977–1980 között a Thália Színház, 1980–1982 között a Népszínház rendezője. 1978–1980 között a Gorsiumi Nyári Játékok rendezőjeként is dolgozott. Részt vett a Reflektor Színpad és a Játékszín létrehozásában. 1982-ben megalapította a Hököm Színpadot, a háború utáni első magánszínházat, amelynek rendezője és igazgatója volt. 1988-ban a teátrum nevét Karinthy Színházra változtatva költöztek a mai helyre, a Bartók Béla út 130. alá. 2003-ban jelent meg nagy sikerű könyve, az *Ördögörcs*, amely elsősorban Karinthy Gáborról, a nagybátyjáról szól, az ő történetével kapcsolatban pedig önmagáról, a családról is. 2013-ban munkája elismeréseként Kossuth-díjat, 2016-ban Vámos László-díjat kapott.

Újbuda Önkormányzata Karinthy Mártont saját halottjának tekinti. ◆

Adyval fűszerezett ANNO

Ady Endre és kora köré épült fel az ANNO Művészeti Hét november 15-től 24-ig tartó programsorozata. A költő 1877. november 22-én született és száz évvel ezelőtt, 1919. január 27-én halt meg. A kerek évfordulóra összeállított programok bővelkednek az Ady-érdekességekben, ebből kínálunk egy kis ízelítőt az alábbiakban.

A nyitókoncertet a Makám zenekar adja november 15-én este 6 órakor a Pestújhelyi Községi Házban. Adyról szól majd a Kozák Téri Községi Házban a rendhagyó irodalomóra is november 16-án délután 4 órától, majd ugyanitt négy nappal később, november 20-án szintén délután 4 órakor ki lehet próbálni, milyen volt egy



ARCHIV FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

szervezőségben dolgozni úgy, ahogy anno a nyugatosok tették.

Az Ady-kiállítás és az Ady Teátrum előadása november 22-én lesz este fél 6-kor a Csokonai Művelődési Házban. A RöFi rövidfilmfesztivál

szintén november 22-én este 7 órakor kezdődik ugyancsak a Csokonaiában. Földes László Hobo bluesénekes és dalvezető Ady-estjét pedig november 23-án tekinthetik meg az érdeklődők este 6 órától az Újpalotai Községi Házban. ◆

Tisztelgés az áldozatok előtt



A hagyományokhoz híven az 1956-os forradalom és szabadságharc ellen indított

szovjet invázió évfordulóján, november 4-én a Pestújhelyi Pátria Közhasznú Egyesület

által a hajdani „oroszkórház” főbejáratánál állított emléktáblánál tartott megemlékezést az egyesület.

Felidéztek az akkori eseményeket, és kegyelettel – koszorúzással, virágokkal, fáklyák, gyertyák és mécsesek lángjával – tisztelgett 1956 hősei, a harcban elesettek és az életüket veszítő fegyvertelen civilek, a kegyetlen megtorlás áldozatainak emléke előtt. A rendezvényen az önkormányzatot Tóth Imre és dr. Matlák Gábor alpolgármesterek képviselték. ◆

Újabb okos lépcsők



Kidekorálta a szorzótábla számaival Vassné Mohai Krisztina a Kontyfa iskolában a lépcsőket augusztusban az épület alsó szárnyában. Már akkor felmerült, hogy jó lenne a Kontyfa többi részében is folytatni a lépcsők felcímkézését, ám erre betűvágó sablon hiányában nem nyílt lehetőség. A tanítónő kezdeményezése azonban a szülők tetszését is elnyerte, és egyikük saját költségén megvásárolta a készüléket az iskolának. Így elhárult az akadály a lépcsődíszítés folytatása előtt. A lelkes tanító az őszi szünetben a felsős és a gimnáziumi szárnyat is kidekorálta. Az előbbi épület-rész lépcsőfokaira a magyar történelem legfontosabb eseményei, dátumai és személyei kerültek, míg a gimis lépcsőin stílszerűen Weöres Sándor *Tíz lépcső* című versének sorai olvashatók. ◆

Tűzoltóskanzen



Béres Ferenc | Régi idők emlékei

Ki gondolta volna, hogy Újpest első és egyetlen múzeumát a tűzoltólaktanya udvarán kell majd keresni? Márpedig így van, hisz a IV-XV. Kerületi Hivatásos Tűzoltóparancsnokság udvarán hamarosan egy skanzen létesül.

Béres Ferenc tűzoltó alezredes, az újpesti laktanya parancsnoka már eddig is ismert volt a múlt ereklyéi iránti rajongásáról. Amióta ő vezeti a parancsnokságot, a laktanya előtt hősök emlékparkja, a tetőtérben pedig egy bemutatóterem létesült. Neki jutott az eszébe, hogy a korábban

tenispályának használt, ám már évek óta parlagon heverő udvarrészen egy skanzen alakítsanak ki, ahol a tűzoltóság történetét bemutató járműveket tudnának kiállítani a nagyközönség számára.

– Ez a skanzen Európában is egyedülálló lesz, mert tudomásunk szerint ilyen szabadtéri tűzoltó-kiállítás eddig még nem volt a kontinensen – mondta Béres Ferenc. – A terveink szerint 8 járművet mutatnánk be, melyek közül a legidősebb egy XIX. század végi gőzfecskendő, a legfiatalabb pedig egy, a '70-es években gyártott és használt autó

lenne. Ez utóbbit félbevágjuk, és a nagyközönség ezen az autón áthaladva lép majd be a skanzen területére.

A szabadtéri múzeumban a bemutatott járműveken kívül olyan különlegességek fogadják majd a látogatókat, mint a székelykeresztúri tűzoltóktól kapott székelykapu és egy Flórián-szobor, valamint a sétautat határoló 22 régi tűzcsap, amelyek között régi fecskendőket feszítenek ki múzeumi kordonként.

A skanzennek hivatalos nyitvatartása lesz, de előzetes bejelentkezés alapján is fogadjuk majd a csoportokat. Ezekből remélhetőleg minél több lesz, és nemcsak Újpestről, hanem a XV. kerületből és az agglomerációból is jönnek majd hozzánk a gyerekek – mondta a parancsnok.

A skanzen tervezett nyitása 2020. február 1-jére várható, amely egybeesik a Hivatásos Tűzoltóság megalapításának 150. évfordulójával.

Riersch Tamás

Ismét drágul a kötelező

A november 2-án napvilágot látott, 2020. január 1-jétől érvényes kötelező gépjármű-felelősségbiztosítási (kgbf) tarifákból kiderül, hogy ismét, ezúttal mintegy 15 százalékos drágulással kell kalkulálniuk az autótulajdonosoknak.

A kgbf díja évek óta emelkedik, a mai átlagos éves tarifa 51 ezer 125 forint. Ez az összeg a 2017. évihez képest lényeges drágulásnak volna tekinthető, de tudni kell, hogy a biztosítók 2019 januárjától beépítették a díjaikba a baleseti adó összegét. Ha ez utóbbi tételt nem számítjuk, akkor 8-9 százalékos emelkedéssel kellett számolniuk az elmúlt években az autótulajdonosoknak.

Jövő januártól azonban még ennél is nagyobb mértékben, 15 százalékkal nőnek a díjak. Ennek oka, hogy az első fél évben ismét jelentős



Díjváltás | December 1-je éjfélig lehet felmondani

mértékben nőtt a biztosítók kárkifizetésekének összege. Ez részben a helyreállítási költségek, részben pedig a személyi sérülések során megítélt kártérítések gyors emelkedésének tudható be, derült ki Sebestyén László, a Netrisk.hu ügyvezető igazgatójának az MTI-hez eljuttatott nyilatkozatából.

Papp Lajos, a Független Biztosítási Alkuszok Magyarországi Szövetsége (FBAMSZ) gépjárműszekciójának elnöke

arról tájékoztatott, hogy a szerződés felmondására legkésőbb december 1-je éjfélig van lehetőség, az új biztosítás kiválasztásának határideje pedig december 31-e.

Hozzátette: az előző évek tapasztalatai alapján az év végi váltásban érintettek mintegy 10 százaléka él a biztosításváltás lehetőségével, így a jelenlegi kampányban kevesebb 100 ezer felett alakulhat a lecserélt szerződések száma.

-y -a

Elhunytakra emlékeztek



Idén október 31-én az országos és a budapesti katasztrófavédelmi igazgatóságok felsővezetőinek, valamint a fővárosi hivatásos tűzoltó parancsnokságok vezetőinek jelenlétében koszorúzták meg a tűzoltóknak emléket állító emlékművet a IV.-XV. kerületi tűzoltó parancsnokságnál. Az eseményen a XV. kerület Horváth Attila közbiztonsági referens képviselte. A Fővárosi Katasztrófavédelmi Igazgatóság és az 1956-os Emlékbizottság 2016-ban, az '56-os forradalom és szabadságharc fél évszázados évfordulója alkalmából az újpesti tűzoltólaktanya előtti tűzoltóemlékművet egy emlékparkká alakította át. Az észak-pesti tűzoltóemlékműnél pedig nemcsak a májusi Flórián-napon, hanem halottak napján is megemlékezéseket tartanak. ♦

RENDSÉRSÉGI HÍREK

Ütött és rúgott

Összeveszett egy idősebb és egy fiatal férfi az utcán, és a fiatalabbik ütlegelni és rugdosni kezdte idősebb társát. A szemtanúk azonnal értesítették a rendőrséget, a járőrök pedig olyan gyorsan a helyszínre értek, hogy a fiatalabb férfit még ütlegelés közben tetten érték. A garázda megpróbált elmenekülni a rendőrök elől, ám hamar elfogták és előállították a kapitányságra. A sértett nyolc napon túl gyógyuló sérüléseket szenvedett.

Önkiszolgáló vásárló

Az egyik kerületi bevásárlóközpont biztonsági szolgálata figyelt fel egy férfira, aki az árukat nem a kosarába, hanem a hátizsákjába pakolta. Több terméken is volt csipogó, amiket csípőfogóval fessegetett le. A férfit az üzlet előtt már a rendőrök várták, akik lopás miatt indítottak ellene eljárást.

A szülei mögé bújt



GRAFIKA: VARGA TIMEA LAURA

Egy ittas vezetés miatt körözött férfit kerestek a kerületi rendőrök. A férfit a szülei XV. kerületi címén meg is találták, és aztán átadták a büntetés-végrehajtási intézetnek.

Összeállította: Riersch Tamás

A kerület éltáncosa

Cabrera-Kovács Zafira többszörös világ- és Európa-bajnok. A Rákospalotán élő fitneszversenyző még csak 15 esztendő, de már számos érmet nyert a világversenyeken.

– A Klapka utcai óvodába jártam, amikor egy barátnőm unszolására megismerkedtem a fitnessszel – mesélte a Kovács Pál Baptista Gimnázium 9. évfolyamos diákja. – Már az első pillanatban beleszerettem az akrobatikus elemekkel nehezített táncba, így ott ragadtam az edzőteremben. Az ovis társam viszont hamar abbahagyta.

Zafira a kerületi Showtime Fitness és Tánc Sportegyesület színeiben kezdte a pályafutását. Az újjalotai klub égisze alatt az elmúlt tíz évben számos országos bajnoki, illetve több világ- és Európa-bajnoki címet szerzett. Legutóbb 2018-ban a Budapesten rendezett Fitness Európa-bajnokságon lett aranyérmes egyéniben és csapatban.

– A legjobb versenyem a 2017-es panacevo (szerbiai) világbajnokság volt, ahol háromszor is, egyéniben,



Cabrera-Kovács Zafira | Éremesélyes remények

duóban és csapatban is a dobogó tetejére állhattam – mondta a sportoló.

Az idei esztendő azonban nem úgy alakult Zafira számára, ahogy azt szerette volna. A felkészülését egy komoly hátsérülés nehezítette. A sok kihagyott edzés és verseny ellenére egy érem azért így is összejött neki, a hazai rendezésű világbajnokságon a magyar csapat tagjaként ezüstérmes lett.

Idei versenyzését ráadásul egy klub- és edzőváltás is nehezítette. Zafira szeptembertől a Maroshévízi Fitness Iskola Sportegyesület színeiben versenyez már. A váltástól pedig azt várja, hogy 2019-ben az eddigieknél is jobb eredményeket érjen el a világversenyeken.

Cabrera-Kovács Zafira 2018-ban a „Kerület Kiváló Sportolója” díjat is kiérdemelte. **-sch -s**

Egy fontos vitamin

A B₁₂-vitamin, más néven kobalamin elengedhetetlen a hemoglobin szintéziséhez, a vörösvérsejtek termelődéséhez. A központi idegrendszer anyagcsere-folyamataiban is részt vesz, elősegíti a myelin képződését, ami az idegsejtek nyúlványának „burkolóanyaga”, biztosítja a gyors ingerületátadást. Támogatja továbbá a máj működését, enyhíti a depresszió és a köszvény tüneteit, erősíti a haját és a körmöket, hozzájárul a szemek egészségéhez.

A B₁₂-vitamin elsősorban állati eredetű élelmiszerekben található meg, így például a tojásban, májban, halban, vörös és fehér húskban, valamint a tejben és tejtermékekben.

– Sajátossága, hogy egy, a gyomorban termelődő fehérje nélkül nem képes felszívódni, így annak hiánya, de egyes baktériumok, paraziták, illetve anyagcsere-problémák is gátolhatják a felszívódást. Idősebb korban kevesebb gyomorsav termelődik, így az emésztőrendszer nem tud elegendő B₁₂-vitamint kivonni a szervezetből, ez is vezethet



B₁₂ a kapszulában | Hiányában depresszió is kialakulhat

hiánybetegséghez. Mivel a májban raktározódik, annak betegségei is előidézhetik a hiányt. Mivelhogy a májban nagy mennyiségben raktározódik, a kiürülés folyamata évekig eltarthat, és csak súlyos panaszok esetén derül fény a hiányra – tudtuk meg Szabó Krisztina dietetikustól.

A B₁₂-vitamin-hiány tünetei közé tartozik a vérszegénység, általános gyengeség, állandó fáradtság, sápadtság, légzési zavarok, heves szívdobogás, szédülés. Zavarodottság, ingerlékenység, depresszió,

gyengült koncentrációs képesség, demencia is felléphet.

A szakember hozzátette: a tojás és tejtermékeket fogyasztó vegetáriánusok általában magukhoz tudják venni a megfelelő mennyiséget. Vegán táplálkozás esetén azonban mindenképpen érdemes kapszula formájában pótolni a B₁₂-t.

Fontos tudni azt is, hogy a folsavban gazdag táplálkozás, ami alapvetően a növényi alapú étrendre jellemző, egy ideig elfedheti a hiánytüneteket. **-y -a**

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

KARÁCSONYI VÁSÁR
Kézműves kirakodóvásár
December 13-14-15.
A Thökölly étterem teraszán

Evbúcsúztató céges rendezvényéhez kiváló feltételeket biztosítunk!

BÉKA 2020! KÖSZÖNTSE NÁLUNK AZ ÚJÉVET!
SZILVESZTERI OPERETT SHOW!
Foglaljon időben!
Bélapó egy már 18.900,- Ft-tól!

Karácsonyi elviteles akció!
Ne a konyhában töltse a Karácsonyt, bizza ránk a konyhai vacsora elkészítésén!
Halászlé 1.800,-
Nagymama húsosfazeka 1.800,-
Töltött káposzta 3.300,-
Gesztenyével töltött roston sült pulykamell, krumplicsüppel, párolt zöldséggel 3.500,-
Rántott pontyfilé majonézes burgonyával 2.900,-
Harcapaprikás túrós csuszával 3.900,-
Sömlői galuska 1.500,-
Az elvitelre december 24-én 11-14 óráig van lehetőség!

VASKÓ TÓDOR
Cimbalom művész
"Jó ebédhez szól a nő!"
Minden Vasárnap délután cimbalomzene!

VOYAGE DUO
Minden esütörtök, péntek és szombat este élőzene, tánc 18-22 óráig!

BAKACSI BÉLA
Január 12. 18.00
www.thokolyrestaurant.hu

Éjféli dartsgyőzelem

A Pestújhelyi Sport Club (PöSöC) dartsosai az ország legjobbjai közé tartoznak, amit már évek óta bizonyítanak a szakosztály tagjai. Legutóbb éppen az elmúlt hetekben tették ezt, amikor steel szakágban immár sorozatban negyedszerre megnyerték a Magyar-kupát.

FOTÓ: XV MÉDIA, NAGYBÓTOND



A nyerő csapat

– Nagy verseny volt – tudtuk meg Borbély Richárdtól, a csapat vezetőjétől (és játékosától) –, sok szempontból még a bajnokságnál is izgalmasabb. A kupában ugyanis bárki – osztálytól függetlenül – elindulhat, amivel élni szoktak a klubok, s mivel a versenyt egy napba sűrítik, általában éjszakába szokott nyúlni, hogy ki nyeri a kupát.

Példának okáért a PöSöC csapata október 19-én az 52 csapatos biatorbágyi mezőnyben, 14 órás küzdelmet követően állhatott fel a képzeletbeli dobogó tetejére. A Borbély Richárd,

Bukovszki András, Szabados Attila, Váradi György, Végső János összeállítású együttes a győztes nyilat valamikor éjjel körül indította el. Ezzel pedig az abszolút kupagyőztes címét is kiérdemelték, hisz egyrészt négy éve hódítják el a steel kupát, másrészt idén már a soft Magyar-kupát is begyűjtötték.

– A steel csapatbajnokság is a vé-

géhez közeledik, jelenleg vezetjük a B csoportot, s mivel az alapszakaszból már csak egy forduló van hátra, az is biztos, hogy bejutottunk a rájátszásba – mondta a csapatvezető.

A „Grand Slam” (steel és soft bajnoki cím és kupagyőzelem egy éven belül) azonban már biztosan nem jöhet össze, mivel a soft országos csapatbajnokság már korábban véget ért, melyben a címvédő PöSöC idén a harmadik lett. Ugyanakkor steelben tavaly még az éremszerzés sem sikerült (5. volt a csapat), így ebben a szakágban lehetőség van a javításra.

A csapat játékosaira pedig még három fontos egyéni esemény vár az idei évben, melyben a hátralevő hetekben két világbajnokságot és egy Magyar Darts Ligadöntőt rendeznek majd. Végső Janiék kvalitásait ismervé ezekről a versenyekről is „bejöhethet” még egy-két jobb eredmény.

Riersch Tamás

Végső János (dartsos körökben csak Morzsiként ismerik) sporttörténelmet írt. A PöSöC versenyzője ugyanis első magyarként WDF (World Darts Federation) Világkupa-versenyt nyert. Morzsi a sorozat budapesti állomásán, a Hotel Hungaria City Centerben rendezett versenyen diadalmaskodott. A történelmi sikerhez a kerületi dartsosnak nyolc mérkőzést kellett megnyernie. A negyeddöntőben válogatottbeli társát, Székely Pált, az elődöntőben pedig azt a szlovén versenyzőt verte, aki a tavalyi Hungarian Classic döntőjében és a PDC világbajnokság kelet-európai selejtezőjének fináléjában is legyőzte őt. Ezúttal azonban Morzsi koncentrált jobban, és egy rendkívül szoros meccsen 5–4-arányban diadalmaskodni tudott. Ez a siker pedig akkora lendületet adott neki, hogy a világbajnokság döntőjében ciprusi ellenfelét nemes egyszerűséggel lesöpörte a színpadról. Végső János ezzel a sikerrel a 420 ezer forintos pénzdíj mellett 18 ranglistaponttal is gazdagabb lett.

Októberi éremeső

A REAC sportegyesület után pótlás-nevelő munkájának hatalmas lökést adott a tavaly átadott modern súlyemelőterem. A szakosztály tehetős növendékének, Lepkő Bencének a sikereiről korábban már beszámoltunk, ám időközben több jelentős eredmény született.



FOTÓ: XV MÉDIA, NAGYBÓTOND

– Október elején Kisbéren rendezték a serdülő és ifjúsági országos bajnokságot – számolt be a közelmúlt sikereiről Takács Mária szakosztályvezető –, ahol Radics Liliána a serdülők között az 56 kilogrammos súlycsoportban második, Lepkő Bence szintén a serdülők között 60 kilogrammos kategóriában harmadik, Haragos Zsolt pedig az ifjúságiak között 60 kilogrammban negyedik lett.

– Ezt követte a Kelet-Magyaror-

szági Tini Bajnokság – tette hozzá a szakosztály vezetőedzője, Haragos Attila –, ahol három versenyzőnk indult, és mindhárman remekül szerepeltek.

Az október második felében Kazincbarcikán rendezett versenyen Albert Boglárka kölyök korcsoportban 59 kilogrammban első, Radics Liliána a serdülőknél 59 kilogrammban

második, Lepkő Bence pedig a serdülők 67 kilogrammos súlycsoportjában szintén első lett. Ráadásul az összes súlycsoport eredményét összevegyítve Liliána és Bence a korcsoport legjobbjának járó aranyérmet is kiérdemelte.

– A sikereket akár még idén fokozni lehet, hisz hamarosan a junior országos bajnokságot is megrendezik, amely versenyen Lepkő Bencétől és Haragos Zsombortól is jó eredményt várhatunk – mondták a vezetők.

A REAC SISE Súlyemelő Szakosztálya 2005-ben alakult, és ma már a versenyzők egy minden igényt kielégítő edzőteremben készülhetnek a Budai II. László Stadion főépületének alagsorában. A szakosztály folyamatosan toborozza a versenyzőket, immár nyolcéves kortól és testalkattól függetlenül várják az érdeklődőket. **R. T.**

SPORTMOZAIK

KULCSÁR-KÖNYV

Sütő-Nagy Zsolt, a Nemzeti Sport korábbi munkatársa „A játék mindig győz” címmel könyvet írt az alig több mint egy éve elhunyt Nemzet Sportolójáról, a négyszeres olimpiai és háromszoros világbajnok párbajtőr-vívóról, Kulcsár Győzőről. A haláláig Rákospalotán élő sportember kalandos életútjáról készített művet a mesteredző egykori törzshelyén, a budapesti Kárpátia Étteremben mutatták be a nagyközönségnek. Itt a szerző többek között azt is elmondta, hogy a könyv anyaga nagyrészt a tanítványok, barátok és kártyapartnerék által elmesélt történetekből állt össze. A Kulcsár Győzőről írt könyv a Magyar Sportújságírók Szövetsége Nagy Béla-programjának támogatásával jelent meg.




KÉT HETEDIK HELY

Santiago de Chilében rendezték a kadet, junior és U21-es korosztályok karate-világbajnokságát. A dél-amerikai városban a XV. kerületi MTK tizenegy sportolója is indult. A korosztályos válogatott vezetője a szintén MTK-s Fischer Mihály sensei volt. A legtovább jutott versenyzőink közül Fábíán Csenge és Kovács Dominika formagyakorlatban a kilencedik, míg az egyaránt küzdelemben versenyző Baranyi Zsófia és Czagány Dóra a hetedik helyen fejezték be a világbajnokságot.

GABI NÉNI IS JELÖLT

Idén decemberben tizenhetedik alkalommal adják majd át a Prima Primissima díjakat a magyar szellemi élet, a művészet, a tudomány és a sport jeles képviselőinek. Ez utóbbi kategóriában jelölt Kotsis Attiláné Kincsesy Gabriella, a röplabda kiemelkedő alakja, aki már játékosként is szép sikereket ért el. Szövetségi kapitányként pedig a világ- és Európa-bajnoki érmek mellett három olimpián járt a női válogatottal, és kétszer is negyedik helyig vezette a nemzeti együttest. Érdemei elismeréseként eddig egyedüli magyarként beválasztották a női röplabdasporthalhatatlanjai közé. Gabi néni ezer szállal kötődik a XV. kerülethez, edzőként ugyanis kedvenc tanítványa volt a kerület díspolgára, Szalay Béláné Sebők Éva. A Palota RSC alapítójának halála után Gabi néni minden évben résztvevője a Szalayné Sebők Éva Emléktornának.

 PÓLUS MOZI A nyereményjegyek beválthatók bármelyik műsorrendi vetítésünkre. KÍNÁLAT: www.poluscentermozi.hu				ERŐMŰ TERMELI (KÉT SZÓ)	AZ ÜZENET	NEM JÁR TOVÁBB	SZÜKSÉGES	TÁRSA, RÖVIDEN	ELKÉPESZTŐ RÉSZ, RÖVIDEN	SVÉD AUTÓJEL MI BIRTOKOLJUK	A SUGÁR JELE HÁZSÁRTOS NŐ	KAPURA RÜG VALAMI-RE NEVEL	RANGJELZŐ ELŐTAG	FEJÉR MEGYEI KISTAJ
				ÓRA ÉS BÜTOR JELZŐJE						... KLÉMPERER; NÉMET DIRIGENS				
				KÉRDŐ-SZÓCSKA					MEGFEJTŐ MELLEMM PÖTTYÁN					
				PÁROS MAGYAR TÁNC									NYÁRVÉG! ... GARDNER; SZÍNESZŐ	
				MÖGÜL ELLENTÉTE				VÉRADÓ GUMÓS FOG			ZAIRE NOB JELE VOLT HUHOONI KEZŐ!			
UTCAI TORLASZ	KÁLIUM	VULKÁN RÉSZE	HÍR-SZERZŐ	ZÁSZLÓS, RÖVIDEN CSATORNÁZÁS			20. SZ.-I KÖLTŐ (ZOLTÁN) RÉGI PÉNZ			AMELY HELYRE				
BELGA AUTÓJEL	ITALESZ-SZENCIA	FINOM NEDŰ								PILLANAT-NYILAG	IRIGY IZLETES ALMA-FAJTA			
						VIZESSE VÁLÓ				... FARROW		TONNA ANNEMARIE ...; SZÍZÓNÓ	AZ OXIGÉN VEGYJELE AKTA KÖZEPE!	
FŐ TÉMÁBA KEZDŐ FRANCIA AUTÓJEL						NAGY LEVELŰ GYOM AZ ITTENI			ROBIN ...; NÉPI HŐS KÖZLEKEDÉSI KÁTÉ		A TÖLGY TERMÉSE NULLA, SEMMI			
				ÁLLAMI TISZT-VISELŐ FŐZŐLAP									ANDRISKA	
CÍMLAPOKON GYAKRAN SZERPELHET						TERJESZKEDÉS USA-TAG-ÁLLAM							UDVARI LOVARI-KÖLTŐ	
KECSKE MONDJA! NOÉ KIKÖTŐJE!							A-RA PÁRJA TAVALYI, RÉGI		DÉL-LENGVEL VÁROS	MOSTAR FOLYÓJA KASZÁT FEN			EBFAROK! IGEN ERŐS SZÁNDÉK	
BELE-KEVERŐ A HEGY SZESZES LEVÉT KEDVELI A BŐR VEGYJELE	ÖSSZ-TERMÉS	NAGY-MACSKA	ALKONY UTÁNI ROPOGÓS ÉDESÉG				KIPUKKAD NEM ZUHOG TOVÁBB							
							ENNEK ALJÁHOZ AZ ÓKOR VÉGE!				A KÉN VEGYJELE TÁVOLI ELŐD	AMERIKAI DOLLÁR, RÖVIDEN FORMÁL		
A ... LEVELE (ADY) VOLT				AMELY HELYEN ANNA BECENEVE				GÉPET OLAJOZÓ TENGERI RABLÓ			MEZŐFÖLDI LAKOS AVATÁS KEZDETE!			
				SZÉL-KABÁTOS FORMA, IDOM						ÉGÉSI MARADVÁNY A TÁRGY RAGJA			MUNKADARAB-BEFOGÓ ESZKÖZ	
SZOMBAT-HELYI NÉMA MOZI!		ANNA, LONDON-BANI! SZÓFAJ			VASÚTI CÉGÜNK NÉVBETŰI	SUNYIN BÚJK SZÓPÖTLŐ SZÓ					HÚSÉTEL SZÓSSZAL LÖBETEGSÉG			
ORRUNKAL ÉRZELHETJÜK A VIRÁGSKERTBEN LEKEZELŐ SZÓLÍTÁS									KELET, RÖVIDEN TE MEG EN		GYÓGYKEZELÉS VÉGTÉLEN GÉZ!			
HOLLAND KORMÁNYZATI KÖZPONT				TORTA-BEVONAT			FORRASZTÓFÉM; CIN KÖTŐSZÓ		DOLGOZATOT ELKÉSZÍTETT BOTVÉG!					
KÓRUS-TAGOK ZENGIK												TUTAJ ELEJE!		

Fejtsd meg a rejtvényt és az üzenetet! Vágja ki az újságból a teljesen kitöltött rejtvényt, és küldje el zárt borítékban levelezési címünkre (XV Média Kft., 1615 Bp., Pf. 155) vagy adja le a szerkesztőség részére a Bocskai utca 1-3. szám alatt! A borítékra írja rá: „ÉLETKÉPEK REJTVEŒYŒ!” **Három helyes megfejtőnk egy-egy páros mozi-jegyet nyer a Pólus Mozi jóvoltából, egy helyes megfejtőnk egy állapotfelmérést és egy reflexológiai kezelést Balázs István természetgyógyásznál.** Beküldési határidő: **november 22.** A nyeremények át nem ruházhatók, a nyeremények változtatási jogát fenntartja a kiadó. A nyertesek a nyereményeket postán kapják meg, 60 napon belül.



Balázs István

okleveles természetgyógyász, reflexológus, műsorvezető, az ALTERNATÍV c. könyv szerzője

cukorbetegség ✓ meddőség ✓ mozgásszervi panaszok ✓ alvászavarok
csontkovácsolás ✓ lumbágó ✓ vastagbélgyulladás ✓ migrén
miomák ✓ ciszták ✓ krónikus fájdalmak ✓ allergiák ✓ lelki problémák

Rendelő: 1157 Bp., Zsókavár u. 37. Fsz | 30 934 6638 | www.eletpalca.hu

A 2019/20. szám helyes megfejtése: **A halottak napján szeretteinkre emlékezünk.**

A 2019/20. szám helyes megfejtői közül kétszemélyes mozi-jegyet nyertek: **Harmati Béla István, XV. kerület, Illés Gézáné, XV. kerület, Nyárfy Zsuzsanna, XV. kerület; kétszemélyes, 3 fogásos vacsorát nyert 10 ezer forint értékben a Thököly Vendéglő felajánlása nyomán Berta Béla, XV. kerület. állapotfelmérést és reflexológiai kezelést nyert Balázs István természetgyógyász jóvoltából: Kaufmann-Tóth Bernadett, XV. kerület.**

RÁKOSPALOTA / PESTÚJHELY / ÚJPALOTA

ÉLETKÉPEK

XV. KERÜLET
KÖZÉLETI
LAPJA

Az ÉLETKÉPEK következő megjelenése: 2019. november 28.

Lapzárta: 2019. november 21. 12 óra. ❖

Az újságot csütörtökön, pénteken és szombaton terjesztik.

A lapzárta után érkezett anyagokat a szerkesztőség

csak a következő lapszámban tudja közölni.

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

TÖLTSE LE
AZ XV MEDIA APP-OT!



ANDROID

IPHONE

Kiadja az XV Média Kommunikációs és Szolgáltató Közhasznú Nonprofit Kft. ❖ Felelős kiadó: Sass Csaba ügyvezető ❖ Főszerkesztő: Metz Edina ❖ Szerkesztőség: 1153 Budapest, Bocskai utca 1-3. ❖ Tel.: 06 1 720 5456, Tel./fax: 06 1 720 5457 • info@xvmedia.hu • xvmedia.hu • ISSN 2062-6770 (nyomtatott) • ISSN 2063-6555 (online) ❖ Tipográfia, tördelés: Krepler István, KHP Budapest Kft. ❖ Nyomtatás: Mediaworks Hungary Zrt., 6729 Szeged, Szabadkai út 20. ❖ Terjesztés: MédialOG-DMHM Zrt.

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

LAKOSSÁGI APRÓHIRDETÉS

INGATLAN

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

Elcserélném: Eger gyönyörű környezetben lévő, 75 nm-es családi házam (kert, veteményes, belső udvar, gyümölcsfák), egészséges, élhető vidék Bp. XV.–XIV.–XIII. ker.-ben lévő lakásra. Tel.: 06 30 927 6440 vagy 06 70 944 2300

Eladó: Neptun utcában egy 54 nm-es, 1+2 félszobás, panelprogramos lakás, új nyílászárók, egyedi fűtémérésre előkészítve. Telefon: 06 70 426 1953

Keresek: másfél szobás lakást megvételre, idős tulajdonos vagy bérlő bent maradhat. Telefon: 06 30 861 0037

Nagyobb egyszeri összeget, plusz havi 100 000 Ft életjáradékot fizetnék életem végéig idős úrnak vagy hölgynek budapesti ingatlanra. Megbízható, leinformálható magánszemély vagyok. Tel.: 06 20 318 4880

LAKHATÁS

Idős asszony lakhatást adna egyedülálló hölgynek, aki ezért szerény háztartásában és életvitelében segítené, lehet nyugdíjas is. Telefon: 06 30 861 0037

Albérletet keresek a lányommal a XV. kerületben, hosszú távban gondolkodom. Vagy eltartási szerződés is érdekel. Tel.: 06 30 245 2759

Eladó: építkezésből visszamaradt, új, rózsaszín járólappal 20×10-es (60 nm) és 80×30 cm-es új, akác lépcsőfokok 20 db. Tel.: 06 20 497 3086

ADOK-VESZÉK

Eladó: rozsdamentes mosogatók, cserépfelhúzáshoz kaloda vagy sittnek le-fel, palackok. Tel.: 06 70 537 8880

Eladó: favázás fűrészgép, fa-csiszoló, apróbb faanyag asztalosok részére. Működő SINGER varrógép, festmény 116×155 cm, garázsajtó 112×197 cm kétszer. Telefon: 06 30 221 3506

Eladó: Jádoköves Ceragem masszázsszács, jó állapotú, gyógyászati, orvosi segédeszközként nyilvántartott, minden funkciója működik. Ajándékba adok hozzá 2 db masszírozó kézi kiegészítőt. Irányár: 160 E Ft. Tel.: 06 20 443 4249

Eladó: Jó állapotban lévő OLJA-RADIÁTOR. 15 tagú. Irányár 8 E Ft. Tel.: 06 30 382 4973

Eladó: Cygnus felnőttnek való roller, új, 15 000 Ft. Telefon: 06 20 252 8592

Minszk M3X hűtőszekrény juttányos áron elvihető. Telefon: 06 30 693 3590

Eladó: 1 db kétajtós hűtőszekrény, 2 db 100 l-es fa boroshordó, 2 db kárpitozott szék, cipők, ruhák, télikabátok, hótaposó csizma 38-as, étkészlet, süteményestányérok. Tel.: 06 1 306 7679

Eladó: fekete férföltöny magas termetre, valamint 38-as magas szárú fűzős cipő, meggyzínű, új és egy fekete műbőr dzseki. Tel.: 06 30 861 0037

Eladó: diófából készült színfurnéros háromajtós szekrény, békebeli 240 l-es Lehel hűtőszekrény fagyasztórékessel, 120 l-es Lehel fagyasztószekrény. Telefon: 06 70 426 1953 v. 06 1 418 7459

Eladó: új, felnőtt méretű kalocsai pruszlik 15 E Ft, Fiskars ollók, 5 E Ft, ólomkristály vázák 1500 Ft, bálazsineg 1000 m 2000 Ft, 2 db polc fémből, méret 150×75×30, 5 E Ft, elektromos hajszáritó búra 5 E Ft. Tel.: 06 70 708 2233

Eladó: 1 db kerek szék 8 E Ft, 1 db 11 kg-os PB gázpalack, 1 db városi gázos tűzhely 2 E Ft, 1 db régi típusú tv 1 E Ft, 7 db-os lexikon 5 E Ft, 6 db tojótű 8 E Ft. Telefon: 06 70 299 9071

Eladó: Csepel Schwinn kempingkerékpár és Hauser férfikerékpár. Tel.: 06 30 693 3590

Eladó: egy masszív, alig használt kiságy pelenkázórésszel együtt, barna, erős fa sörenges hintaló. Tel.: 06 20 457 9141 18 óra után.

Eladó: nagy méretű leanderek. Tel.: 06 30 693 3590

Növénykedvelők, -gyűjtők, figyelem! Eladó olcsón: kistermetű hobbinövények. Tel.: 06 1 306 6740

INGYEN

Két szép, barátságos, ivartalanított cica keresi szerető gazdiját. Ingyen elvihető, családi okok miatt. Tel.: 06 70 392 5858

Számítógépet, laptopját, monitorját megunt, elromlott, kidobná? Köszönettel elhoznám. Elektrotechnikát tanuló 14 éves vagyok. Telefon: 06 31 785 8864

SZOLGÁLTATÁS, MUNKA

Megbízható, nagy autóval rendelkező 60-as férfi idősebb emberek fuvarozását vállalja, esetleg vállalkozásába, háztartásába besegetek. Vendéglátói, kereskedelmi tapasztalattal rendelkezem. Telefon: 06 70 410 7406

Segéd munkást keresek az építőiparban, alkohol kizárva, fizetés hetente. Telefon: 06 70 247 2218 v. 06 70 537 8880

AUTÓ

Nyugdíjas (nem kereskedő) vásárolna Suzuki v. más személyautót max. 300 E Ft-ig, komoly szándékkal. Tel.: 06 70 313 4386 délután.

ÜZLETI APRÓ

ÜVEGEZÉS

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

FELÚJÍTÁS

ÁCSMUNKÁT, RÉGI TETŐK FELÚJÍTÁSÁT, új tetők készítését, ereszcatornázást vállalom. Tel.: 06 20 262 0931

HA KISEBB JAVÍTÁSRA VAN SZÜKSÉGE, engem hívjon. Olcsó árral dolgozom, több éves gyakorlattal. Tel.: +36 20 318 2598

KÉMÉNYBÉLELÉS

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

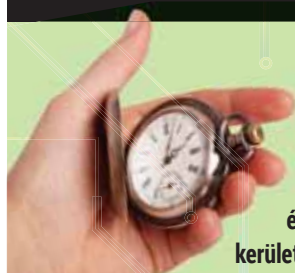
ÜZLET

TERHESSÉ VÁLT CÉGÉT MEGVÁSÁROLJUK! Magas házipénztár és tagi kölcsön nem akadály! Céges problémák megoldása: 30 345 4724

VÍZSZERELÉS

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

LEGYEN MINDIG PERCRE KÉSZ!



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

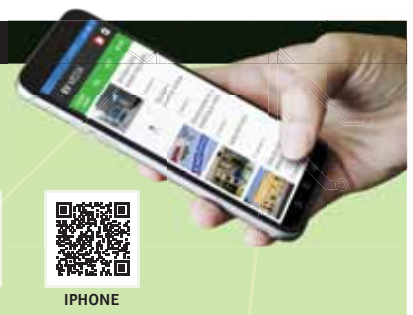
- ✓ az app segítségével okostelefonján olvashatja a www.xvmedia.hu weboldal híreit
- ✓ a friss hírekről automatikus üzenetben értesül
- ✓ a nyomtatott változatnál hamarabb olvashatja az ÉLETKÉPEK magazint



ANDROID



IPHONE





VITARA

BOOSTER JET PRO

3+7 ÉV GARANCIA

MOTORRA, TURBÓRA, VÁLTÓRA*

Megrendelés esetén a hirdetés felmutatójának, gépjárművéhez plusz ajándékot adunk!

Suzuki Auto-Fort készletakció!
Válasszon közel 100 darabos készletünkől!
Suzuki Vitara már 4 649 000 Ft-tól!

*A kép illusztráció. A tájékoztatás nem teljes körű és nem minősül szerződéses ajánlatnak. Az ajánlat a készlet erejéig érvényes. Részletekről érdeklődjön a márkakereskedésünkben!

Auto-Fort Suzuki Márkakereskedés és Márkaszerviz

1044 Budapest, Váci út 66-72.

T: 1/452-9760, M: 20/777-3373, 20/777-3261, 20/777-3230, 20/842-0306

Email: ertekesites.suzuki@autofort.hu

www.autofort.hu



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.



TERMELŐI MÉZEK

akácméz, vegyesméz, selyemfűméz, hárszméz, lépesméz, propoliszos méz

3 kg felett ingyenes házhoz szállítás!

Árpádföldi Méhészet

Tel.: 06 30 424 9329
www.arpadfoldi.hu

Malaky Építőanyag és tüzelőanyag

1152 Budapest XV., Rákos út 173.

Telefon/fax: 308-0052, 306-9338

E-mail: malaky@t-online.hu, malakykft@gmail.com

Nyitvatartás: H-P: 7-17, Sz: 7-12

Építő- és tüzelőanyag, az acryl tömitőtől...
...a zsáluköig, A-tól Zs-ig a multiknál olcsóbban

www.malaky.hu

Ha Szombat, akkor Patika! **PatikaSzombat!**

Szombatonként kedvezmény

Valós 15%

A FŐ ÚT-i

„GYÓGYSZERTÁR A MEGVÁLTÓHOZ”

PATIKÁBAN

A Posta és az OTP mellett!

FŐ ÚT 62.

T.: 06 1 307 6317

Az akció érvényes minden recept nélkül kapható termékre. A részletekről érdeklődjön a gyógyszertárban. Az akció 2019. december 31-ig érvényes. Más akcióval össze nem vonható.