

RÁKOSPALOTA / PESTÚJHELY / ÚJPALOTA

2020. MÁJUS 4.
X. ÉVFOLYAM 8. SZÁM

ÉLETképek

www.bpxv.hu  facebook.com/bpxv

XV. KERÜLET KÖZÉLETI LAPJA

Iránytű
a vállalkozásoknak

A főváros
nem lazíthat

Felújítják
a felüljárót

Mi segítünk, mi vigyázunk a

Egy nehezen megfogható ellenséggel, a koronavírussal és egy egyre inkább kézzelfogható problémahalmazzal, a gazdasági visszaesés következményeivel egyszerre kell megküzdenünk – ez 2020 hatalmas kihívása a számunkra.

Hírek és álhírek sűrűjében kell eligazodnunk, hogy mi a legjobb ebben a mindannyiunk számára rendkívüli helyzetben a családjaink, hozzátartozóink és barátaink számára. Az sem egyszerű, hogy bármilyen fogódzót találjunk akkor, amikor bizonytalanra válik, amikor veszélybe kerül sokak munkája és megélhetése. Éppen ezért tartom fontosnak, hogy összegezzük, mit tett a XV. kerület önkormányzata a veszélyhelyzet kihirdetése óta annak érdekében, hogy megóvjuk egészségünket és minél nagyobb biztonságban legyünk a mindennapjaink.

FOTÓ: XV MEDIA, NAGY BOTOND



Kínai testvérvárosi szolidaritás | Cserdiné Németh Angéla átveszi az ajándék maszkszállítmányt

Eszközök önerőből és adományokból

Az önkormányzat a kerületben élő kínai üzlettulajdonosok és vállalkozók közreműködésével 100 000 maszkot tudott vásárolni, erre bruttó 28 millió forintot költöttünk. Ebből a szállítmányból a húsvéti hétvégén minden XV. kerületi háztartásba 2-2 darabot juttattunk el. Óvjuk az egészségügyi dolgozóinkat is: 20-20 darab maszkkal segítjük minden háziorvosunkat és asszisztenseiket. A Dr. Vass László Egészségügyi Intézmény 12 000 darab maszk és 1000 védőruha beszerzéséről gondoskodott. A saját beszerzésű eszközök a kerületben működő vállalkozásoktól, kínai, távol-keleti származású kerületi lakótársainktól, valamint több kínai partnervárosunkból érkeztek. Sajnos ugyanakkor azt is tapasztalnunk kellett, hogy a külföldről érkező szállítmányokat a magyar vámhatóság hetekig visszatartotta – miközben a később indult állami „portyázások” beszerzései nemcsak előbb érkeztek meg, hanem a maszkokból más országokba is jutott.

Idősek és elesettek támogatása

Az idősek segítése nemcsak törvényi kötelezettsége az önkormányzatnak, de annak a felismerése is, hogy sokan rokonaiktól távol vagy épp egyedül élnek, így nincs, akire számíthatnának. Szociális munkásainknak, intézményi dolgozóinknak és nagyon sok önkéntesnek köszönhetően heti egy alkalommal biztosítjuk a 70 év

feletti számára a bolti, patikai bevásárlást, a postai csekkek befizetését. Hetente 430 bevásárlást és 50 gyógyszervásárlást végez 201 önkéntesünk. Kiterjesztettük a szociális étkeztetést, így több százan vették igénybe ezt a lehetőséget is. Gondolnunk kellett azokra a családokra is, ahol a kormány embertelen intézkedései miatt egyik napról a másikra otthon kell ápolniuk kórházból hazaküldött, nagybeteg rokonaikat: őket családonként 50 ezer forinttal támogatjuk. Segítünk a hozzánk forduló fogyatékkal élőknek is, hiszen a veszélyhelyzet az ő életüket még másokénál is nehezebbé tette.

Azonnali lépések

Sajnos az elmúlt hetekben több olyan eset is volt, amikor az önkormányzatnak gyorsan kellett cselekednie annak érdekében, hogy ne történjen nagy baj. Előbb az Erdőkerülő utcai Gondozó Házban derült ki egy ott dolgozóról, hogy elkapta a fertőzést. Minden ott élőt le kellett szűrni, a Nyugdíjsház esetében ráadásul az önkormányzat rendelte meg és fizette ki a tesztek – szerencsére valamennyi vizsgált egészségesnek bizonyult. Majd az újpalotai ügyeletes óvodánkba, a Hartyán Közi Tagóvodába járó egyik gyermek szülője kapta el a fertőzést, így ott szűrniünk kellett az intézmény dolgozóit – itt is negatív lett minden teszt eredménye.

Erős szociális háló

Gyorsan kiderült, a járvány nemcsak egészségügyi vészhelyzetet, hanem aggasztó gazdasági, megélhetési

problémákat is okoz. Elsőként arról határoztunk, hogy azoknak, akik jelenleg is támogatásban (Palota gyógyszer-támogatásban, Palota lakhatási támogatásban, Palota ápolási támogatásban, rendszeres gyermekvédelmi kedvezményben) részesülnek, illetve akik kerületi önkormányzati bérlakásban élnek, a veszélyhelyzet idején esedékes lejáratot követően nem kell a meghosszabbításról gondoskodniuk. A támogatásokat és szerződéseket a lejárati dátumát követően három hónappal automatikusan meghosszabbítjuk. Emellett a XV. kerületi szociális támogatások rendszere változatlanul rendelkezésre áll, így a Palota rendkívüli települési támogatás (pénzbeli, illetve étkezési utalvány formájában), a Palota lakhatási támogatás, a Palota adósságszékeltési támogatás, valamint a Palota rendkívüli gyermekvédelmi támogatás nyújt gyors segítséget.

Partnerség a vállalkozókkal

Jelen nehéz helyzetben is fontos partnerként tekintünk a kerületi kis- és közepes vállalkozásokra, valamint a nagyobb cégekre. A veszélyhelyzet elmúltával a Palota Holdingnál helyiséget bérlő mindazon vállalkozóknak, akik elvesztették piacaik döntő részét, lehetőségük lesz méltányossági, munkahelymegtartáshoz kötött és részletfizetési megállapodások kidolgozására. Ennek feltételeit a helyzetet folyamatosan elemezve dolgozzuk majd ki. Addig minden megkereséssel, minden bajba jutott vállalkozással

egyedileg foglalkozunk, és olyan mértékben segítünk, amilyen mértékben az szükséges.

Küzdelem a csalók ellen

Nem elég a betegségtől való félelem, a létbiztonság megrendülése, még gátlástalan csalókkal is küzdenünk kell, akik idős kerületi lakók helyzetével és jóindulatával élnek vissza. Mindenkint arra intünk, hogy önkormányzati segítséget csakis a korábban általunk megnevezett személytől fogadjon el, aki jegyzői pecséttel ellátott dokumentummal igazolja magát. Kérem, legyenek nagyon óvatosak!

Felajánlás a képviselőktől

Nagyon szerencsés vagyok, hogy egy olyan képviselőcsoport támogatja polgármestxeri munkámat, mint a Mindenki a Tizenötödikért-frakció. Képviselői nemcsak tevékeny személyes részvételükkel segítettek a védekezés munkálataiban, hanem – a Magyar Kétfarkú Kutya Párt képviselőjével kiegészülve – lemondtak egész éves költségterítésükről. Felajánlásuk és kérésük után arról döntöttem, hogy a képviselő-testület minden képviselője és az összes érintett bizottsági tag éves költségterítésének keretét a védekezés költségeire csoportosítom át.

Milliárdos átcsoportosítás

A rendkívüli veszélyhelyzet kihirdetése miatt rám ruházott jogkörrel

tizenötödik kerületre!

élve polgármesterként döntöttem a 2020-as költségvetés módosításáról. Létrehoztunk egy 1 milliárd forintos keretet, amely a járvány elleni védekezés kiadásai esetében lehetővé teszi a kellő gyorsaságú döntéseket. A 2019-es költségvetés zárszámadása kapcsán arról döntöttem, hogy a járvány kerületi gazdasági-társadalmi hatásainak kompenzálására 1,83 milliárd forintos felhalmozási céltartalékot hozunk létre. Ha minden korábban tervezettnél is nagyobb lesz a baj, és ha az előző két keret nem lenne elégséges, akkor döntésem értelmében

további 1 milliárdos, a járvány elleni önkormányzati védekezés kiadásait biztosító céltartalék áll majd rendelkezésre. Vagyis összesen 3,83 milliárd forintot különítettünk el a védekezés, valamint az „újraépítés” költségeire.

Rendkívüli helyzet a bölcsődékben, óvodákban és iskolákban

A veszélyhelyzet kihirdetése, az iskolák bezárása után az önkormányzatok is léptek: felfüggesztettük a kerületi

bölcsődéink és óvodáink működését. Ez gyors átszervezést igényelt, mert természetesen ezekben az intézményekben ügyeletet kell biztosítani: ez három kerületi óvodában és egy bölcsődében vehető igénybe.

Információk a mindennapokhoz

Fontos, hogy tudunk segíteni, de legalább olyan lényeges az is, hogy a rászorulókhöz eljusson ennek a híre. Ezért létrehoztuk a segitunk.bpxv.hu weboldalt, valamint a Budapest Ti-

zenöt mobiltelefonos applikációt, hogy az önkormányzati zöldségünk (+36 80 203 804) mellett ezeken keresztül is jelezhesse bárki, ha segítséget szeretne kérni. A tudnivalókról egy 18 oldalas, letölthető és kinyomtatható kiadványt is szerkesztettünk, a legfontosabb elérhetőségeinket összefoglaló szórólapunkat pedig minden XV. kerületi háztartásba eljuttattuk. Orvosi tanácsokról és egészségügyi információkról is értesülhetnek az itt élők: dr. Buzna Andrea főigazgató főorvos asszony minden héten *Koronavírus infó* címmel tájékoztat bennünket az XV TV segítségével.

Folyamatban lévő fejlesztések

Bár az életünk alapjaiban változott meg az elmúlt hetekben, vannak olyan fejlesztések, beruházások, amelyekkel haladnunk kellett. Szinte teljesen elkészült a polgármesteri hivatal házasságkötő terme, amely a veszélyhelyzet elmúltával megújulva várja majd az egybekelő párokat. Gözérővel zajlik a kerület nagyberuházása, a Szilas-patak menti főgyűjtőcsatorna építése, kezdődik az M3-as melletti zajvédő fal hiányzó szakaszának megvalósítása és megindult a Nemzedékek Parkja kivitelezése is.

Kormányzati elvonások

Miközben az eddig megszokott élet igen, sajnálatos módon a kormánypropaganda nem állt le. Értesülhetünk minden doboz egészségügyi eszköz megérkezéséről, arról, hogy mindenki segítséget kap. Csak épp arról nem hallani, hogy milyen segítségre számíthatnak az állampolgárokkal napi kapcsolatban lévő önkormányzatok. A XV. kerület eddig semmilyen állami segítséget nem kapott – sem eszközök formájában, sem anyagilag. Azonban a védekezésre hivatkozva a kormány máris elvonta az önkormányzatoktól a gépjárműadó eddig náluk maradó összegét. Ez a XV. kerületben azt jelenti, hogy egyetlen tollvonással 232,3 millió forintot vett el a kormány az itt élőtől. Megígérem, mindent meg fogunk tenni annak érdekében, hogy a XV. kerületiek ne érezzék meg azt, hogy az állam magukra hagyta őket ebben a nehéz helyzetben!

Mi ugyanis továbbra is segítünk. Mi vigyázunk Budapestre, vigyázunk a XV. kerületre. Mi mindenkire vigyázunk!

Cserdiné Németh Angéla
polgármester

Mindenkire vigyázunk!

108,5

millió forint
maszkokra,
fertőtlenítőkre,
védőeszközökre



tartalék
a járvány okozta
gazdasági és
szociális válság
kezelésére

100 000

maszk
a háztartásoknak,
házi orvosoknak,
egészségügyi és
szociális dolgozóknak



430

bevásárlás
és 50
gyógyszer-
vásárlás hetente



201

önkéntes

-100%

gépjárműadó és
idegenforgalmi adó
bevétel



20 000

pár gumikesztyű
1200 védőruha
a védekezésben
résztevőknek



- 232,3

millió forint
kormányzati elvonás



3250

liter fertőtlenítő
a Polgármesteri Hivatalba,
intézményekbe, rendelőkbe,
piacokra



XV. BUDAPEST
tizenöt
Mindenkire
vigyázunk!

segitunk.bpxv.hu

Sérültek védőangyalai

Az Értelmi Sérülteket Szolgáló Társadalmi Szervezetek és Alapítványok Országos Szövetsége (rövidebb nevén az ÉTA Országos Szövetség) 1997 óta az értelmileg akadályozott és halmozottan sérült emberek ellátását biztosító civil szervezetek országos ernyőszervezete. A központja 1998 óta a XV. kerületben, a Molnár Viktor utcában található.

– A kerületi kötődés bennünket is lokálpatriotizmusra (is) kötelez – mondta Papp Ágnes, a szövetség elnöke. – Ennek szellemében a veszélyhelyzet kialakulásakor fel is ajánlottuk a segítségünket az önkormányzatnak, azon belül személyesen Cserdiné Németh Angéla polgármesternek, amit ő örömmel el is fogadott. Konkrét segítségnyújtásra még nem került sor, ám amennyiben szükséges, úgy például a konferencia-



Papp Ágnes | A személyes kapcsolattartás nagyon fontos

termünket is át tudjuk adni a kerületnek használatra ebben az időszakban.

Az ÉTA egyik legfőbb feladata, hogy a tagszervezeteikhez tartozó sérült emberek ellátásában részt vevő szakembereknek, intézményeknek érdekvédelmet biztosítson. A

járvány okozta egészségügyi helyzet azonban az ő dolgukat is alaposan megnehezítette.

– A szövetség ügyvezetésében dolgozó munkatársaimmal közösen összeállítottunk egy kérdőívet, amelyet elküldtünk a tagszervezeteinknek (ebből jelenleg hatvan van az

országban). Ebben arra voltunk kíváncsiak, hogy mire van leginkább szükségük, és mi miben tudnánk segíteni nekik. Nos, a legtöbb válasz tárgyi igénylésről szólt, úgy tűnik, védőeszközökből (szájmaszkból, kesztyűből és fertőtlenítőből) nincs az a mennyiség, amely elég lenne – tette hozzá a szövetség elnöke.

Az ügyvezetés jelen pillanatban „home office”-ban dolgozik, de a Molnár Viktor utcai központban mindennap van egy ügyeletes munkatárs. Így volt, aki a Református Szeretetszolgálatról érkező adományt, a 900 szájaszokot is átvegye.

– Ezek a maszkok azokhoz a tagszervezeteinkhez kerülnek, amelyek leginkább igénylik a törődést. Több szervezetünkénél saját kezűleg varrják a maszkokat, de tudjuk, hogy sok olyan is akad, ahol elkél a segítség.

Mint ahogy elkél a támogatás a segítségnyújtásban részt vevő szakembereknek is. A sérült emberek ellátási gondozási területe ugyanis munkaerőhiánnyal küzd, és a feladat ellátása – különösen járvány idején – sok stresszel jár. Éppen ezért az ÉTA-nál a mentálhigiénés gondozásra is igyekeznek odafigyelni.

– Ez a segítségnyújtás, bátorítás, ösztönzés jelenleg online vagy telefonon történik, de hosszú éveken át a területen dolgozó szakemberként vallom, hogy a személyes kapcsolattartás nagyon fontos. Ilyen nehéz időkben különösen, ezért az adománymaszkokat magam szállítottam ki tagszervezeteinkhez, ahol a szükséges járványügyi előírások betartásával személyesen is találkozhattam és beszélgethettem a kollégákkal – tájékoztatott Papp Ágnes.

Riersch Tamás

A FOGYATÉKKAL ÉLŐ TIZENÖTÖDIK KERÜLETIEK SZÁMÁRA IS VAN SEGÍTSÉG!



Segítségkérés:
segitunk.bpxv.hu
segitseg@bpxv.hu
 +36 80 203 804

XV. BUDAPEST
 tizenöt
 Mindenkire
 vigyázunk!

Fertőtlenített bőr

„Muszáj dolgoznom, de próbálom sűrűn fertőtleníteni a kezem, ám emiatt délutánra úgy érzem, hogy lejön a bőr a kézfejemről” – panaszkodott az egyik ismerősöm. A kialakult egészségügyi helyzetben kevesebb szó esik a védekezés – a maszk és a kesztyű viselése, illetve a fertőtlenítés – hátulütőiről.

– Érthető a probléma – mondta dr. Gomba Beáta, kerületi bőrgyógyász szakorvos –, ezért mindenkinek azt ajánljuk, ha teheti, inkább szappannal mosson kezet, alaposan, a kézhatát, ujjközöket, ujjvégeket is megmosva, legalább fél percig. A mostani helyzetben az egészségünk az első, így ha nincs más lehetőség, akkor nyugodtan fertőtlenítsünk, ám bőrünk védelmében érdemes óvintézkedéseket tenni.

A fertőtlenítőben levő illatanyagok ugyanis irritálhatják a bőrt. Főleg azoknak, akik a munkavégzéshez a kezüket fokozottan használják.

– A bőrünk toleranciaképessége is véges, ez a használatnál fordítva arányosan csökkenhet, így a gyakori fertőtlenítés egy idő után irritációt is okozhat. Erre találták ki a kézkrémeket, amik „csodát tudnak tenni”.

FOTÓ: XV. MÉDIA, NAGYBOTOND



Sűrű kézmosás és krémezés

Különösen az úgynevezett semleges, vagy más néven „illatmentes” krémek, ezek gyógyszerértékben is beszerezhetőek, és képesek lenyugtatni a bőrünket.

Vannak, akik úgy próbálnak védekezni a bőrirritáció ellen, hogy egész nap kesztyűt viselnek, ám egyrészt nekik is folyamatosan figyelniük kell a kesztyű tisztán tartására, másrészt egész napos viselése – még ha vékony is – nem tesz jót a bőrnek.

– A legjobb és leghatékonyabb megoldás a gyakori kézmosás, illetve legalább éjszakára ajánlott a kézfej krémezése, ami jelentős mértékben javítja a komfortérzetünket – javasolja a bőrgyógyász. R. T.

Új arc a hivatal vezetésében

Április elején állt munkába a XV. kerület új aljegyzője, Dr. Kevevári Edit, akit szakmai múltjáról, helyi kötődéséről és első benyomásairól kérdeztünk.

– Milyen tapasztalatokkal érkezett az önkormányzathoz?

– Jogi egyetemi tanulmányaimat 2003-ban fejeztem be Szegeden, időközben pedig közgazdasági végzettséget is szereztem. Az egyetem elvégzését követően a Csongrád Megyei Önkormányzatnál helyezkedtem el törvényességi és humánpolitikai referensként. Főbb feladataim közé tartozott a bizottsági és képviselő-testületi előterjesztések törvényességi felülvizsgálata, továbbá munkáltatói döntések előkészítése.

– A fővárosba költözésemet követően 2007-től az Állami Számvevőszéknél tevékenykedtem. Itt munkakörömnél fogva lehetőségem nyílt az önkormányzatok belső kontrollrendszerének, vagyongazdálkodásának és befektetési tevékenységének ellenőrzésében keresztül történő megismerésére. Az elmúlt években megtanultam a nemzeti vagyonnal való gazdálkodás

szabályozottságának, átláthatóságának fontosságát.

– Miért döntött úgy, hogy megpályázza a XV. kerületi aljegyzői posztot?

– Közel tizenöt éve Pestúj helyen lakom, két kislányom a kerületben járt-jár bölcsődébe, majd óvodába, általános iskolába, így lehetőségem volt megismerkedni a kerület sokszínűségével. Az első munkahely meghatározó, engem is visszahúzott a szívem az önkormányzati világba. Az aljegyzői feladatok ellátása komoly szakmai kihívást jelent, és lehetővé teszi számomra, hogy a saját lakóhelyem érdekében a szakmai érdeklődéssel harmonizáló területen dolgozhatok tovább. Az elmúlt években az önkormányzatok gazdálkodásáról szereztem tapasztalatot, és feltétlenül szerettem volna a megszerzett ismereteket a gyakorlatban is kamatoztatni, nem utolsósorban pedig a hatósági munkán keresztül a kerületi lakosok ügyes-bajos dolgait intézni.

– Hogyan látja az önkormányzatok helyzetét jelenleg?

– A koronavírus elleni védekezés pluszfeladatokat ró az önkormányzatokra és jelentős forrásokat emészt fel. Többek



Dr. Kevevári Edit | A saját lakóhelyem érdekében dolgozhatok

között nekik kell ellátniuk az önkéntes karanténba vonult időseket és a hatósági karanténban lévőket, megszervezni a rászoruló diákok étkezését, elvégezni a szükséges fertőtlenítéseket. Ugyanakkor az iparüzési adóból származó bevétel várható jelentős mértékű csökkenése, illetve az önkormányzatokat a gépjárműadóból megillető rész elvonása kihatással lesz az önkormányzatok költségvetésére, a tervezett fejlesztésekre.

– Mennyiben jelent most kihívást az önkormányzatok irányítása – gondolva itt a veszélyhelyzet

okozta gondokra, illetve az attól függetlenül is folyamatosan változó jogszabályi környezetre?

– A kihirdetett veszélyhelyzet miatti rendeleti irányításból fakadó rendhagyó működés, illetve az említett többletfeladatok ellátásában történő helytállás komoly kihívás elé állítja a polgármesteri hivatal munkatársait. Fokozott figyelmet igényel továbbá a központi jogalkotási folyamat nyomon követése, hiszen egyes rendelkezéseket a kihirdetést követő órákban már képesnek kell lennünk alkalmazni, illetve tartatni. Jó érzés azonban látni,

hogy a kollégák milyen elkötelezettséggel végzik a munkájukat, miközben a kisgyermekesek és a veszélyeztetett korban lévők védelme érdekében bevezetett otthoni munkavégzés és ügyeleti rendszer nem könnyíti meg a hivatal életét.

– Mit tudott korábban a XV. kerületről? Milyen sajátosságai lehetnek az aljegyzői munkának itt?

– Mint már említettem, közel tizenöt éve a kerületben lakom, ismerem a három kerület rész sajátosságait. Külső kerületről lévén szó, meg kell birkóznunk az agglomerációból érkezők parkolóhelyhiányával, a közrend és köztisztaság megőrzése pedig folyamatos feladatot jelent.

– Április eleje óta dolgozik itt, a Bocskai utcában, milyenek az első benyomásai?

– Örömmel tapasztaltam, hogy bár külsősként érkeztem, a hivatal egésze barátságosan és bizalommal fogadott. Munkakörömből fakadóan folyamatosan együttműködöm dr. Filipcs Andrea jegyzővel, akitől maximális szakmai támogatást kapok. Az aljegyzői feladatok ellátása folyamatos tanulást és állandó felkészültséget igényel, melynek mindenképpen meg szeretnék felelni. Cs. B.

Jóteköny védelem

A koronavírus elleni védekezés egyik legfontosabb eszköze, sajnos, országszerte hiánycikk. Ahol kapható, ott is sokszoros áron lehet beszerezni. Hogy mégis minél több ember végezhesse munkáját biztonságosabban, Farkas Edit és Legárd Krisztián önkormányzati képviselők több, a kerületben működő intézménybe vittek mosható arcmaszkokat.

FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ



Gondoskodó képviselők | Maszkokat adományoztak

Tizenkét fiatal lakik a Down Alapítvány Oroszlán utcai házában, elsőként őket látogatták meg a képviselők. Az átadott maszkokhoz használati utasítás is járt – mind a tisztításhoz, mind a vasaláshoz kapott útmutatót az intézmény vezetője.

Legárd Krisztián elmondta, a Gazdasági és Működtetési

Központba, a Palotai Polgárházhoz, az újjalotai ügyeletes óvodába és bölcsődébe, illetve a Családok Átmeneti Otthonába is elmennek. Saját tiszteletdíjából és magánadományokból a Mzdonyvezető Óvoda munkatársai számára is vásárolt maszkokat.

Azért a mosható típusra esett

a választása, mert ezek többször is felhasználhatóak. Ezek a maszkok a Palota-15 Kft. varrodájában készültek, ahol, többek között, a Dr. Vass László Egészségügyi Intézmény és több kerületi intézmény számára is készítettek már ilyen védőfelszerelést.

K. Zs.

Ellenőrzött információk

Ha kérdése van a koronavírussal kapcsolatban, hívja a Nemzeti Népegészségügyi Központot a +36 80 277 455-ös és a +36 80 277 456-os számon. Az információs vonal a hét minden napján 24 órában elérhető, mobil- és vezeték nélküli telefonról is tárcsázható.

A fertőzésről folyamatosan frissülő információk a koronavirus.gov.hu vagy az nnk.gov.hu weboldalon érhetők el. A koronavírus-fertőzés elleni védekezésért felelős operatív törzs e-mailes elérhetősége: koronavirus@bm.gov.hu.

Hiteles hírek

Csak ellenőrzött, hiteles forrásokból tájékozódjanak!

A vészhelyzetre tekintettel aktuális kerületi döntésekről első sorban a XV. kerületi önkormányzat honlapját, a www.bpxv.hu-t figyeljék!

Kövessék folyamatosan az önkormányzat és Cserdiné Németh Angéla polgármester Facebook-oldalát!

Ezenkívül honlapunkon, a www.xvmedia.hu-n és a **XV TV** adásain, valamint az **ÉLETKÉPEK** hasábjain is követhetik az eseményeket!

Lapunk az április 30-ig kiadott döntések és intézkedések gondos figyelembevételével készült, a vészhelyzetre való tekintettel, kérjük, az aktualitásokat kövessék online felületünkön: xvmedia.hu.

Mesés napok a kerületi tévében

Különleges sorozat indult az XV TV csatornáján. Napi rendszerességgel – délelőtt és délután – kerületi óvodapedagógusok és bölcsődei kisgyermeknevelők mondanak meséket a kicsiknek.

– Ez egy nagyszerű kezdeményezés – mondta Zele nyánszky Balázs, a műsor szerkesztője –, mert egyrészt lehetőséget teremt a kerületi szakdolgozók és a gyerekek közötti kapcsolatra, másrészt különlegessé teszi az is, hogy a felhívásunkra az óvodákból és bölcsődékből sokan és nagyon kreatív ötletekkel jelentkeztek.

A műsor alkotói – élükön Kiss Zsófia főszerkesztővel, a

sorozat ötletgazdájával – azt tervezték, hogy az óvónők és bölcsődei szakdolgozók kizárólag meséket olvasnak majd a kamerák előtt. De kiderült, ők sokkal többet szeretnének adni a karanténba zárt gyerekeknek. Volt, aki bábelőadással, más élőzenés mesével, illetve egy úgynevezett ének-zene kostórával jelentkezett, sőt a kerületi tévések egy játékos, finommotorikát fejlesztő foglalkozást is rögzítettek.

– A forgatást április 1-jén kezdtük, és úgy tervezzük, hogy május 6-ig 45 adás anyagát fogjuk rögzíteni. Ezek bemutatását már megkezdjük, az eddig sugárzott adások



Lassu-Veverka Fruzsina | Óvodapedagógus bábjátéka

egyrészt az xvmedia videótárban, másrészt a Facebook-oldalunkon is megtekinthetők – tette hozzá a szerkesztő.

Lassu-Veverka Fruzsina, kerületi óvodapedagógus az

első között jelentkezett a különleges mesemondásra.

– A mesével sok szorongást tudunk feloldani – mondta az óvónő a forgatást követően. – Még akkor is, ha a történet

nem a mostani járvánnyal kapcsolatos. A mese ugyanis ki tudja zökkenteni a gyerekeket a jelenlegi helyzetből, amire, úgy vélem, nagy szükségük van.

A kerületi televízió felhívására első körben közel húsz szakember jelentkezett. A szerkesztők mindnyájuktól azt kérték, hogy három, általuk választott klasszikus mesét vagy népmesét olvassanak fel, amiket különböző időpontokban fognak sugározni. A program olyannyira népszerűnek tűnik, hogy a tévések már azon gondolkodnak, a sorozatot a járvány utáni „békeidőben” is folytatni kellene majd.

Riersch Tamás

Karantén alatt is menza gyerekeknek

Kerületünk önkormányzata a veszélyhelyzet fennállása alatt a bölcsődék, óvodák, iskolák zárva tartása idején is biztosítja a napi egyszeri ebédet minden kerületi bölcsődésnek, óvodásnak és iskolásnak. Ennek mikéntjéről kérdeztük Reiszné Naszádi Magdolnát, a Népjóléti és Intézményfelügyeleti Főosztály vezetőjét.

FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ



Ebéd elvitelre | Meleg étel naponta



Mint megtudtuk, kevesen élnek ezzel a lehetőséggel, hetente mintegy 200-220 gyerek számára főznek a kerületben. „Ez nagyon alacsony szám, figyelemmel arra, hogy a kerületi bölcsődékbe 450-500, az óvodákba 2046 gyerek jár, az iskolások száma pedig 5167” – mondta a főosztályvezető.

A veszélyhelyzet időszaka alatt az étkezést meg kell rendelni, ezt kizárólag telefonon vagy e-mailben teheti meg a szülő. Amennyiben a rendelés egy adott munkanapon reggel 8 óráig beérkezik, az étkezést a következő munkanappal tudják biztosítani. A meleg ebédet csak saját tárolóedényben lehet elvinni, munkanapokon 11:30-14 óra között.

A megrendeléshez az alábbi információk szükségesek (telefonon bediktálni, e-mailben feltüntetni): a gyermek neve, születési dátuma, lakóhelye. Az intézmény (iskola, óvoda, bölcsőde) neve és osztálya vagy csoportja, illetve, hogy melyik napokra kéri az étkezést, hol veszik át az ebédet. Mindemellett a megrendelő e-mail-címét, az elérhetőségét is meg kell adni, és a kedvezményre való jogosultságot se felejtsek el!

A főosztályvezető kiemelte: a jelenleg fennálló és a veszélyhelyzet alatt lejáró rendszeres gyermekvédelmi kedvezményre való jogosultság időtartama, valamint a hátrányos, halmozottan hátrányos helyzet fennállását megállapító határozat hatályának időtartama meghosszabbodik a járványügyi veszélyhelyzet végének – az erre vonatkozó jogszabály hatályvesztésének – hónapját követő második hónap végéig.

Kérik, amennyiben a megrendelt étkezést mégsem kívánják igénybe venni, azt feltétlenül mondják le. A megrendelt étkezést a következő munkanapra vonatkozóan az azt megelőző munkanap reggel 8 óráig lehet lemondani a megadott telefonszámokon vagy e-mail-címen.

Az étkezés térítési díját jelenleg csak átutalással lehet fizetni. Az átutalás módjáról az érintett intézmény elektronikus levélben tájékoztatja a megrendelőt. Amennyiben a megrendelő nem tudja át-

Ebédrendelés és átvétel

Bölcsődés gyermekek részére:

Egyesített Bölcsődék XV/12 bölcsődei tagintézmény (Nádasztó park 1.)

Telefon (munkanapon 7–16 óra között): +36 70 658 1601

E-mail: igazgato@xvbolcsode.hu

Óvodás gyermekek részére:

Rákospalotai Összevont Óvoda Mozdonyvezető Tagóvodája (Mozdonyvezető utca 3–5.)

(Szövögyár Székhely Óvoda, Régi Fóti Tagóvoda, Vácrátót Téri Tagóvoda, Bocskai Tagóvoda, Klapka Tagóvoda)

Telefon (munkanapokon 7–16 óra között): +36 70 698 5635

E-mail: mozdonyvezeto@rakospalotaiovi.hu

Hétszínvirág Összevont Óvoda Molnár Viktor Tagóvodája (Molnár Viktor utca 94–96.)

(Aulich Székhely Óvoda, Mézes Tagóvoda, Tóth István Tagóvoda, Patyolat Tagóvoda, Manóvár Tagóvoda, Bújócaska Tagóvoda)

Telefon (munkanapokon 7–16 óra között): +36 70 698 5624

E-mail: etkezes@hetszinviragovi.hu

Újpalotai Összevont Óvoda Hartyán Tagóvodája (Hartyán köz 3.) (Páskom Székhely Óvoda, Kavicsos Tagóvoda, Napsugár 1. Tagóvoda, Napsugár 2. Tagóvoda, Micimackó Tagóvoda)

Telefon (munkanapokon 7–16 óra között): +36 70 658 1649

E-mail: hartyanovi@ujpalotaiovi.hu

Iskolás gyermekek részére:

Pajtás Étterem (Zsókavár utca 24–26. Spirálház)

Czabán Általános Iskola (Széchenyi tér 13.)

Szent Korona Általános Iskola (Szent Korona útja 5.)

Telefon: (munkanapokon 7–16 óra között) +36 1 306 4016, +36 70 492 3380, +36 70 492 3382, +36 70 492 3383, +36 70 492 3385

E-mail: kozetkeztetes@gmkxv.hu

utalással kifizetni az étkezés térítési díját, az érintett intézmény egy későbbi időpontban tájékoztatja a megrendelőt a befizetés módjáról és időpont-

járól. Lemondás esetén a visszautalás módjáról és időpontjáról az érintett intézmény tájékoztatja a megrendelőt.

J. Á.



Nyitott kapuk nyáron is

A veszélyhelyzet alatt zárva vannak a XV. kerületi önkormányzat által fenntartott óvodák és bölcsődék, csak ügyeletet biztosítanak a döntés visszavonásáig.

Cserdiné Németh Angéla polgármester most arról döntött, hogy a veszélyhelyzet feloldása után az óvodák és bölcsődék kinyitnak, és ellentétben a megszokottal, az intézményekben nem lesz nyári zárva tartás.

Ez azért fontos, mert a dolgozó szülőknek idén hatalmas terhet jelentene a bölcsődék és óvodák nyári zárása. Ugyanis a koronavírus miatt a legtöbb kisgyermekes szülő az éves szabadsága terhére oldja meg gyermekének napközbeni felügyeletét. **ÉK**

Most is várják a kismamákat

A koronavírus-járvány minden szakrendelés életét felforgatta a Dr. Vass László Egészségügyi Intézményben. Kevesebb orvos rendel, rövidebb rendelési időekkel, de a sürgős eseteket ellátják. A terhesgondozást is érintik a változások, a kötelező vizsgálatokra azonban továbbra is várják a kismamákat.

FOTÓ: XV. MÉDIA, VARGOSZ



Dr. Kovács Péter | Megváltozott szakrendelés

Szinte üres folyosó fogadott minket az intézmény első emeletén – míg máskor minden szék foglalt a nőgyógyászati szakrendelés ajtaja előtt, most mindössze ketten ültek a váróban. Dr. Kovács Pétertől, a rendelést vezető főorvostól megtudtuk, hogy a korábbi ellátási rendet két okból is meg kellett változtatniuk.

Egyrészt több kollégájuk is veszélyeztetett korú, így ők a jelenlegi intézkedések értelmében nem vehetnek részt a betegellátásban. Másrészt a szűrővizsgálatok is szünetelnek, ezért csak azokat, a kerületünkben élő hölgyeket látják el, akik akut problémával érkeznek, illetve a kismamákat. Az új szabályozáshoz és a csökkent betegszámhoz igazodva, minden hétköznap délelőtt, 8 és 12 óra között fogadják azokat a pácienseket, akikkel előzetesen, telefonon egyeztetették, hogy valóban szükség van a vizsgálatukra.

Nem kell azoknak sem megjelenni a

rendelőben, akik rendszeresen szedett gyógyszereiket szeretnék felírni. Minden gyógyszert fel tudnak írni e-recept formájában az EESZT, vagyis az Elektronikus Egészségügyi Szolgáltatási Tér használatával. Ezt követően, a patikában, a tajsám bemondásával elérhetővé válik a recept, és gond nélkül kiváltható.

A várandósokat elsősorban a találkozások gyakoriságának csökkentésével védik. Panaszmentes terhesség esetén most ritkábban, nem havonta javasolt a kontroll. A kötelező vizsgálatok elvégzése a megszokott rendszerben zajlik, vagyis a 12. és 19. heti ultrahangot az Uzsoki

Kórház munkatársai végzik. Minden más vizsgálatra, ide, a szakrendelőbe várják a kismamákat.

Dr. Kovács Péter kérdésünkre elmondta, hogy a nemzetközi tapasztalatok alapján úgy tűnik, a várandósok nem tartoznak a veszélyeztetett csoportba a koronavírus szempontjából. A rendelkezésre álló adatok szerint a méhlepény védi a magzatot a vírustól, ezért az anya esetleges fertőzése a kisbabát nem veszélyezteti. Ettől függetlenül továbbra is azt kéri minden kismamától, telefonon keressék a rendelést, és előzetesen egyeztessenek arról, mikor szükséges személyesen megjelenni. **K. Zs.**



FIGYELEM!

A Fővárosi Önkormányzat rendelete alapján az üzletekben, boltokban és piacokon csak eltakart arccal, azaz maszk, sál, kendő viselése mellett tartózkodhat.

MEGÉRTÉSÉT KÖSZÖNJÜK!

Mi segítünk!
Mi vigyázunk Budapestre!
Mi mindenkire vigyázunk!

segitunk.bpxv.hu

+36 80 203 804



Mindenkire vigyázunk!

Lezárták a Drégelyvár utcai felüljárót

Megkezdődtek a Drégelyvár utca és Csömöri út közötti felüljáró felújításához kapcsolódó előkészítő és feltáró munkák, ezért várhatóan december végéig a felüljárót lezárták a forgalom elől. A hídon csak a BKK járatai hajthatnak át felpályás korlátozás mellett, így az újjalotai lakótelep és a belváros között az autóbuszok változatlan útvonalon járnak.

FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND



Felújítás december végéig | Csak a BKK járatai hajthatnak át

A XV. kerületet és Zuglót összekötő felüljáró felújítási munkáira a BKK vállalkozási szerződést kötött a Colas Közlekedésépítő Zrt.-vel. Ennek alapján megkezdődtek a híd alatti vizsgálatok, melyek eredménye szükségessé tette a forgalomkorlátozás tervezettnél korábbi bevezetését – írta közleményében a BKK.

Ezért április 18-án lezárták a forgalom elől a felüljárót, azon csak a BKK járatai hajthatnak át, felpályás korlátozás mellett. A hídon ideiglenesen a gyalogosforgalom

is szünetel. Az újjalotai Drégelyvár utcában csak a Molnár Viktor utcáig lehet gépkocsival behajtani, míg Zuglóban, a Csömöri úton csak a Cinkotai útig. A lezárt szakaszt az autósok a párhuzamos útvonalakon tudják elkerülni.

A felüljáró lezárása miatt a

környező csomópontokban áthangolták a jelzőlámpaprogramokat, és új jelzőtáblákat helyeztek ki annak érdekében, hogy az alternatív útvonalakat a járművezetők könnyebben elérjék.

A közlekedés biztonságának növelése érdekében a Kolozsvár

utcában, a Rákospalotai körvasút sornál, valamint az Erzsébet királyné úján, az Öv utcánál jelzőlámpás csomópontot alakítanak ki. Fontos, hogy ne megszokásból vezessenek, és figyeljék a kihelyezett új jelzéseket!

J. Á.

Elkezdődtek az intézményfelújítások

Az eredeti költségvetésben 780 millió forintot különített el a képviselő-testület az intézményi felújításokra, karbantartásokra. A koronavírus-járvány miatti veszélyhelyzet következtében azonban ez az összeg 410 millió forintra apadt. A részletekről Bárkai Katalin, a Gazdasági Működtetési Központ (GMK) főigazgatója beszélt lapunknak.

A veszélyhelyzet miatti intézménybezárások következtében a GMK-nál is újra kellett szervezni az eltervezett feladatok végrehajtását. Vannak olyan munkák, amiket előrehoznak és a kényszerű intézménybezárás idején végeznek el, de vannak olyanok is, amiket sajnos el kell halasztani.

„Elsőként a Bújócska tagóvoda tálalókonyhájának korszerűsítése történik meg. Ott a kivitelező már végzi a felújítást. Folyamatban van a Budai II. Stadion külső szigetelése, és hamarosan elkezdjük a fűtéskorszerűsítési feladatainkat is. Jelentősebb beruházás lesz



Bárkai Katalin | A járvány jelentős áldozatot kíván az önkormányzattól

az Egyesített Szociális Intézmény Kontyfa utca 3. szám alatti épületének a korszerűsítése, ahol több mint 100 millió forint értékben végzünk majd felújításokat. Ennek a közbeszerzési eljárása folyamatban van, a kivitelezés itt a veszélyhelyzet megszűnése után kezdődhet el” – emelte ki Bárkai Katalin.

A siófoki és a bernecebarátiban a fűtési rendszert korszerűsítik. A Szódliget-házban is a fűtéskorszerűsítést végzik el idén – sorolta a főigazgató.

Ezek mellett természetesen az éves karbantartási munkákat is végrehajtják majd az egész intézményhálózat tekintetében, méghozzá több mint 30 millió forint értékben. Azt is megtudtuk, hogy több mint 100 millió forintot különítettek el a kerületi óvodák, bölcsődék udvarainak, külső játszószerkeinek felújítására, karbantartására.

A felújítások, karbantartások mellett elkezdődik a jövő évi feladatok tervezése is, a következő évi munkálatok megalapozása érdekében. Így a 2021. évi költségvetés tárgyalási, elfogadási szakaszára már kész tervekkel rendelkezik a GMK.

FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

„Sajnos a koronavírus-járvány áldozatául esett a Micimackó tagóvoda épületének külső felújítása, illetve az udvar rendbetétele. Itt a belső felújítás korábban már megtörtént, az épület külső korszerűsítése azonban idén nem valósul meg, mivel ez egy 200 milliós tétel lett volna. Ugyancsak elmarad a Hartyán óvoda rekonstrukciója. Komoly felújításokat terveztünk ebben az évben a Budai II. Stadionban is: ott a teljes műfüves pályarekonstrukciót, illetve részleges épület-felújítási munkákat kell elhalasztanunk, hiszen a járvány jelentős anyagi áldozatot kíván az önkormányzattól” – tette hozzá Bárkai Katalin.

A főigazgató kiemelte, mindent megtesznek annak érdekében, hogy mire az élet visszatér a normális kerékvágásba, addigra elkészüljenek a feladataikkal. Attól nem kell tartani, hogy a felújítások miatt nem nyitnak ki az intézmények. **Jónás Ágnes**

Elismert közalkalmazottak

Áprilisban ünnepeljük a kulturális területen, a GMK-ban és a bölcsődékben dolgozó közalkalmazottakat a XV. kerületben. Idén a járványügyi veszélyhelyzetben az önkormányzat nem tudta méltó módon köszönteni őket, de Cserdiné Németh Angéla polgármester mindenkinek elküldte az adott intézmény vezetőjén keresztül a kitüntetéshez járó oklevelet, plaketteket, valamint átutalták a pénzügyi jutalmakat is.

A díjazottakon kívül köszöntötték azokat a munkatársakat is, akik hosszú ideje dolgoznak ezekben az intézményekben, nekik a hűség- és jubileumi jutalmakat szintén átutalták.



FOTÓ: XV. MÉDIA, VARGOSZ

Előző lapszámunkban már megírtuk, hogy az *Év Kulturális és Művelődésszervezési Dolgozója* díjat idén **Nagy-Simon Patrícia**, az Újpalotai Szabadidő Központ művelődésszervezője kapta. Most a másik három elismert közalkalmazottat is bemutatjuk.

Az *Év Intézmény Működtetési Dolgozója* kitüntetett címet **Balogné**



FOTÓ: XV. MÉDIA, VARGOSZ

Ó-Nagy Gabriella, a GMK dolgozója érdemelte ki.

Gabi 1999. február 15-én kezdte kerületi tevékenységét a Hartyán Közi Általános Iskola és Szakiskolában pénzügyi ügyintézőként. 2003 márciusától a Hubay Jenő Zeneiskolában dolgozott munkaügyi ügyintézőként, de pénzügyi és számviteli területen is tevékenykedett. Az iskola szakmai munkájának végrehajtásához biztosította a gazdálkodási hátteret. 2012-ben az intézmény átszervezés során a gazdálkodási terület az akkor újonnan megalakult GMK-hoz került, így Gabi kislánya születése után visszatérve a GMK-ban találta magát.

2014 óta a GMK munkaügyi csoportjában dolgozik, elsősorban a GMK állományában levő dolgozók munkaügyi feladatait végzi. Munkáját a korrektség és precizitás jellemzi. Igazi csapatember, munkája során az újoncok betanítását, kollégák kérdéseinek megválaszolását ugyanolyan fontos feladatnak tekinti, mint saját munkájának elvégzését. A munka-

ügyi területen időről időre jelentkező létszámihiány és az elmúlt években lezajlott intézményátstrukturizációk során Gabi volt az egyik olyan dolgozó, akire mindig számíthattak a vezetők. Oroszlánrészt vállalt a többletmunkák elvégzéséből, kihívásként élte meg az intézményhálózat bővülését, amelynek munkaügyi végrehajtásában kulcsszerepet játszott.



FOTÓ: XV. MÉDIA, NAGY BOTOND

Az *Év Kisgyermeknevelője* díjat **He-gedűs Jánosné** kapta meg.

Zsuzsi 2012 szeptembere óta dolgozik a Wesselényi utcai bölcsődében, mint kisgyermeknevelő, ahol három éve látja el a csoportvezetői feladatokat is. Munkájában mindig lelkiismeretes, a gyerekekkel megértő, empatikus, az egyéni szükségleteiket szem előtt tartva mindig végtelen türelemmel fordul feléjük. Szeretete a gyerekek felé kölcsönös, hiszen érkezésekor a kicsik nagy örömmel futnak felé. A közösség aktív tagja, aki kreatív ötleteivel szívesen díszíti környezetét, valamint finom süteményei sosem hiányozhat-

nak a közös programokról. Mosolygós, kedves, megbízható személyiségére mindig számíthatnak a kollégák és a családok egyaránt.



FOTÓ: XV. MÉDIA, NAGY BOTOND

Az *Év Bölcsődei Munkát Segítő Alkalmazottja* elismerésben **Szűcs Andrásné** részesült.

Tünde három éve dolgozik bölcsődei dajkaként a Wesselényi bölcsődében, feladatait mindig lelkiismeretesen, szakszerűen végzi. Munkájában precíz, pontos, észreveszi, hogy hol kell segíteni. A gyerekekkel jó kapcsolatot ápol, szeretettel, türelemmel fordul feléjük. A dajkai teendők mellett a bölcsőde díszítésében is kiveszi a részét. Csoportjában ötleteivel segíti a kisgyermeknevelők munkáját, szívesen varr, fest és rajzol. A bölcsőde több közös helyiségének a díszítése is az ő keze munkája, melyet akár saját szabadidejében, otthon is elkészít. Mosolygós, életvidám természetével a közösség aktív tagjává vált, aki a bölcsődei ünnepek és programok fontos szereplője. **(Jónás)**



Száraz-Hollai Ágnes | Már korán segíteni szerettem volna

Május 12-én ünnepeljük az **Ápolók Nemzetközi Napját**. Ez alkalmából a XV. kerülettel szoros partneri együttműködésben levő Bethesda Gyermekkorház egyik szakápolójával beszélgettünk.

– A mi kórházunk is a járványhelyzetre készül – mondta

Száraz-Hollai Ágnes gyermeksebészeti szakápoló –, emiatt a tervezett műtéteket leállították és egy későbbi időpontra halasztották, illetve a kórházat is kiürítették. Megkezdődött az egészségügyi dolgozók intenzív terápiás (COVID-vírus elleni) felkészítése is. Így legalább

Tisztelet az ápolóknak

tudjuk, hogy mivel kell szembenéznünk.

A járványhelyzet fokozódása miatt még az is előfordulhat, hogy a Bethesda-ban nem gyerekeket, hanem felnőtteket kell majd ellátniuk az orvosoknak és az ápolóknak. Első körben azonban a gyerekek gyógyítására, ápolására készülnek.

– Jőmagam azért lettem gyerekápoló, mert már fiatalon segíteni szerettem volna – mesélte Ágnes. – Igazából csak az érettségi után döntöttem úgy, hogy ezt a pályát választom. 2009-ben helyezkedtem el a Bethesda-ban,

mert a képzés során itt voltam gyakorlaton, és már akkor megszerettem. Különösen a sebészeti osztályt, ahol ma is dolgozom. Ettől még az sem tudott eltántorítani, hogy nap mint nap sok sérült gyerekekkel találkozom.

A szakápolóknak összetett a feladatuk. Többek között az orvosoknak is a „keze alá kell dolgozniuk”, azaz a kórházba érkező beteget fogadniuk kell, akit aztán kezelésre, műtétre kell előkészíteniük. Fontos és összetett pszichológiai feladatuk is van: nyugtatniuk és bátorítaniuk kell a sérült gyermeket és a szülőket is.

– Gyakorló anyukaként tudom, mit élhet át egy szülő, amikor a sérült gyermekét behozza a kórházba. Ezért megpróbálunk mindent megtenni annak érdekében, hogy ezt a stresszt oldani tudjuk. Ugyanakkor a napi munkánkat mi is csak úgy tudjuk elvégezni, ha az érzelmeinket kikapcsoljuk. Ha nem így tennénk, nehezen dolgoznánk fel a látottakat. De még így is előfordul, hogy néha egy-két megrázó esetet hazaviszek, amit muszáj kibeszélnem magamból – mondta a szakápoló.

Riersch Tamás

Koronaparagrafus

Már most több tízezen vannak azok, akik a koronavírus-járvány miatt Magyarországon elveszítették állásukat. Sokakat csökkentett fizetéssel küldtek haza, rengetegen pedig hetek óta home office-ban dolgoznak, ráadásul a vírus terjedésének lassítása érdekében hozott korlátozások sem pezdítik a gazdaságot. Egy XV. kerületi, gazdasági ügyekkel foglalkozó ügyvéddel beszélgettünk a legfontosabb, munkavállalókat érintő jogi kérdésekről.

– Több ponton is módosította a Munka Törvénykönyvét a koronavírus hatásainak enyhítése érdekében hozott, március 18-i kormányrendelet, amely alapvető célja, hogy rugalmasságot biztosítson a munkaadók és a munkavállalók között. Közös megegyezéssel gyakorlatilag majdnem minden munkajogi szabálytól el lehet térni. – hangsúlyozza dr. Szabó Ger-

gely Gábor. Ennek azonban valódi, mindkét fél akaratán nyugvó egyezségnek kell lennie! A kerületi ügyvéd arra hívja fel a figyelmet, hogy a munkavállalók álljanak ki magukért, használják a kollektíva erejét és forduljanak külső jogi tanácsadóhoz, ha szükséges. A munkaadók pedig fontolják meg a békés elválás lehetőségét, mert például egy mindkét fél számára elfogadható, közös megegyezés esetén elkerülhető egy későbbi, nagyobb költséggel járó esetleges munkaügyi per. Arról nem is beszélve, hogy a járvány lecsengését követően a vállalkozó is jobban jár, ha vissza tudja hívni régi, jól bevált munkavállalóját.

Dr. Szabó Gergely Gábor néhány fontos, sok félreértésre és félelemre okot adó fogalmat segít tisztázni:

Kényszerszabadság – a munkajogban nem létezik ez a fogalom. Van fizetett és fizetés nélküli szabadság. Egyoldalúan a fizetett szabadságot

eszközölhetik a munkaadók. Az a törvényi szabály, hogy 15 nappal a szabadság előtt kell közölni, hogy szabadságra küldik a munkavállalót, viszont a 47/2020. (III. 18.) Korm.rendelet lehetővé tette, hogy a felek ettől eltérjenek. Tehát közös megegyezéssel akár másnap is szabadságra mehet a munkavállaló. Fizetés nélküli szabadságot azonban nem lehet egyoldalúan elrendelni.

Állásidő – ha a munkáltató nem tud eleget tenni a foglalkoztatási kötelezettségének, ha nem tud munkát adni, akkor is alaptörvény köteles fizetnie a munkavállalónak, kivéve, ha úgynevezett elháríthatatlan külső ok áll fenn. Most azokban az ágazatokban, ahol kormányrendelet alapján szinte lehetetlen a működés (pl. mozik, szórakozóhelyek), ott egyértelműen fennállhat az elháríthatatlan külső ok, bár ott is érdemes munkakörönként vizsgálni a helyzetet.

Felmondás – nem történ-



Dr. Szabó Gergely Gábor | Tisztázandó információk

het azonnali hatályú felmondás önmagában a járvány miatt. Ugyanakkor rendes felmondásra van mód, ha átszervezés, költségcsökkentés ennek az indoka. Ilyenkor jár a felmondási időre járó bérezés és a végkielégítés, ha a munkaviszonya időtartama alapján jogosult rá a munkavállaló.

Az egészségügyi veszélyhelyzet kihirdetésével jelentősen megnőtt a **táv munkában** és **home office**-ban dolgozók száma. Az egyik legjelentősebb változás a március 18-i kormányrendelet

alapján a home office tekintetében, hogy míg korábban munkaszerződéstől eltérő foglalkoztatás keretében éves szinten 44 munkanapra küldhette a munkaadó a munkavállalót home office-ba, ez az időkorlát most megszűnt.

Az általunk megkérdezett dr. Szabó Gergely Gábor azt tanácsolja a munkavállalóknak, hogy legyenek résen, de tapasztalatai alapján számos cég szinte családtagként tekint munkavállalóira, így valódi, közös megegyezéssel alapuló megoldást keresnek a jelenlegi helyzetre. **ÉK**

Iránytű a helyi vállalkozásoknak

Sok gazdálkodó szervezet felteszi magának a kérdést: mire fizetek minden évben az 5000 forint kamarai regisztrációt? A vállalkozások harmadának fogalma sincs a Budapesti Kereskedelmi és Iparkamara (BKIK) működéséről, és hogy mi mindenben tudna nekik segíteni a szervezet. Szántai Sárközi Ambrussal, a kamara XV. kerületi tagszervezetének elnökével ennek jártunk utána.

Kötelező regisztrációs díjat fizetnek a gazdálkodó szervezetek 2012-től. A regisztráció eredményeként létrejött vállalkozói adatbázis segítségével részletes és naprakész információt nyerhetnek a vállalkozók, mely megkönnyíti a gazdasági folyamatok elemzését. A nyilvántartás elősegíti az üzleti forgalom biztonságát a vállalkozások egymás közt, valamint a fogyasztók és a vállalkozások



Szántai Sárközi Ambrus | Partnerség és tanácsadás

közötti kapcsolatokban. Elsősorban jogi, adózási, gazdasági, hitelezési tanácsadásban, pályázatfigyelésben, üzleti partnerkeresésben nyújthat segítséget a kamara, melynek legfontosabb feladata a helyi vállalkozások összefogására épülő, partnerségen alapuló gazdaságfejlesztés. Mindez csak úgy valósítható meg, ha a helyi szereplők az őket képviselő kamarák által bekapcsolódnak a globalizáció rendszerébe.

– A helyi iparkamara

vezetésének célja a kerületi vállalkozások működésének segítése. A kamara eszközeivel és kapcsolataival igyekszik választ találni a vállalkozók problémáira – mondta az elnök.

Ismertetett néhány olyan problémát, amiben sokszor kéri a kamara segítségét. Már a cégek indulásakor az első kérdés, hogy milyen típusú vállalkozást, azaz bt.-t, kft.-t vagy esetleg egyéni vállalkozást alapítson az érintett. Gyakori hiba, hogy az

ARCHÍV FOTÓ: XV. MÉDIA, NAGY BOTOND

induló cégek nem készítene üzleti tervet, csak úgy belevágnak a vállalkozói létbe. Később jellemző tévedés, hogy minden adminisztratív feladatot vakon a könyvelőre bíznak. Szántai Sárközi Ambrus szerint a vállalkozóknak is tudniuk kell, hogyan működik cégük.

Végül, de nem utolsósorban a szolgáltatást végzők panaszügyeinek kezelése az, amivel a legtöbb dolguk van. A szakember hozzáteszi, hogy nemcsak a vállalkozók hibáznak, hanem bizony sokszor a megrendelők is.

A koronavírus-járvány kapcsán hozott gazdaságmentő intézkedések miatt jelentősen megnőtt az információhiány. Megemelkedett a vállalkozói érdeklődés a kerületi iparkamaráknál is. Főként a katasok adómentessége felől érdeklődnek sokan. A legtöbb kérdés azzal kapcsolatban érkezik, hogy ők

beletartoznak-e az érintettek körébe vagy sem. És ha nem, akkor milyen egyéb, más támogatást vehetnek igénybe.

A járvány miatt befékezett gazdasági helyzet kapcsán Szántai Sárközi Ambrus arra hívta fel a figyelmet, hogy az elmúlt időszakra jellemző munkaerőhiányt a közeljövőben munkaerőtöbblet fogja felváltani.

A koronavírus egy jótékony hatására is rávilágított a szakértő. Sok olyan vállalkozás van ma a piacon, amiket azért tett tönkre a koronavírus okozta gazdasági lassulás, mert egyébként is alapvető működési problémákkal küzdöttek. Ebből következően a piac tisztulását várja az elkövetkezendő hónapokban a kerületi iparkamara elnöke. Azt, hogy az eddig némiképp felhígult vállalkozói réteget egy megújulásra képes, likviditásában erős vállalkozói réteg váltja föl. **C. S.**

Ismét nyitva a hulladékudvar

Korlátozásokkal ugyan, de újra megnyitotta a budapestiek előtt az FKf Zrt. négy hulladékudvarát, köztük a Károlyi Sándor út 166. szám alatti Szemléletformáló és Újrahasználati Központot is.

A társaság ugyanakkor azt kéri, hogy a járványhelyzetre való tekintettel csak a legvégső esetben vegyék igénybe a szolgáltatást. Amennyiben lehetséges, használják továbbra is a szelektív hulladékgyűjtő szigetek és a házhoz menő szelektív hulladékgyűjtést.

A hulladékudvarok szolgáltatásait kizárólag budapesti lakosok vehetik igénybe eredeti lakcímkártyával történő címigazolással, továbbá utolsó időszaki hulladékszállítási díjbefizetéssel.



igazolól csekkszelvény, átutalási igazolás, vagy társasházi lakos esetében közös képviselői igazolás bemutatását követően, hulladékfajtaiként meghatározott napi és éves limitig díjmentesen. A gazdasági társaságokat jelenleg nem tudják kiszolgálni! A hulladékudvar látogatásának

feltétele a védőmaszk, védőkésztyű viselése, illetve a személyek közötti 1,5 méteres távolság megtartása.

Lom, sít, zöldhulladék, gumiabroncs jelenleg egyik hulladékudvarban sem adható le, a zöld- és kommunális hulladékgyűjtő zsákok értékesítése szünetel! ♦

Fizetős lesz az elektromos tankolás

Május 1-jétől fizetni kell az elektromos töltők használatáért. Kerületünkben két típusú töltő van forgalomban. A 22 kW-os AC-oszlopokon a töltés díja egységesen bruttó 80 Ft/kWh, a 22 kW-os DC-töltőknél töltésenként bruttó 500 Ft egyszeri töltésindítási díj és 80 Ft/kWh töltési díj.

A XV. kerületben több helyen is van töltőpont: Eötvös utca 64., Bácska utca 4., Kontyfa utca 1.,

Zsókvár utca 10., Adria utca, Széchenyi tér, Szilas park.

A töltések indításához és a szolgáltatások igénybevételéhez a Mobiliti alkalmazásban a teljes regisztrációt el kell végezni, vagyis meg kell adni a számlázási címet és a bankkártya adatait.

A közeljövőben havidíjas csomagokkal is jelentkeznek, amelyekkel kedvezőbb, személyre szabott töltési lehetőségeket

is kínálnak. Köztük lesz például a kedvezményes éjszakai töltés azoknak, akiknek nincs lehetőségük otthon tölteni. Az egészségügyi dolgozóknak továbbra is korlátlan számú ingyenes töltést kínálnak. A kedvezményre minden egészségügyi dolgozó jogosult.

Az ingyenes töltési lehetőség a help@mobiliti.hu e-mail-címen igényelhető, és visszavonásig érvényes. ♦

Folytatódik a 3-as metró korszerűsítése

A vészhelyzeti intézkedések nem korlátozzák a 3-as metró déli szakaszán a korszerűsítést, a Kőbánya-Kispest – Népliget állomások között végzett felújítási munkák a terveknek megfelelően haladnak – jelezte a BKV. A Népliget metróállomás környezete szinte felismerhetetlen, mivel az akadálymentes közlekedés biztosításához a földemet ki kellett bontani, így a felszínről belátni az aluljárószintre. A felvonók megközelítéséhez szükséges tér kialakításához új szerkezet épül, a lépcsők elbontása és új pozícióba helyezése pedig már meg is történt.

Az utasforgalmi területeken szembetűnő a változás. A falburkolatok tartószerkezete minden állomáson elkészült, a Határ út és Ecsery út után a Népligetnél is elkezdődött a



padlóburkolatok lerakása, az új LED lámpatestek működése pedig megvilágítja az eddig félhomályban lévő peronokat. Az üzemi területeken a gépészeti munkák jó ütemben haladnak, minden vízköddel oltó berendezés a helyére került. A belső légcsatorna-hálózat kiépítése megtörtént, a légtechnikai berendezések gépházi szerelése után helyenként az

elektromos vezérlők bekötése is megkezdődhetett.

Kőbánya-Kispesten, az új pályaszakaszon, a metró-szerelvények közlekedéséhez szükséges korszerű áramellátás kiépítése napokon belül befejeződik, és várhatóan május elején elindulhat a tesztelés próbajáratokkal – olvastuk a közlekedési társaság közleményében. ♦

A főváros nem lazíthat

Míg vidéken május 4-től kinyithatnak a strandok, addig a budapestiek csak reménykedhetnek a fővárosi fürdőegységek mihamarabbi újraindításában. Vidéken ugyanis lazítanak, Budapesten és környékén azonban továbbra is maradnak a kijárási korlátozás szabályai. A kormányfő azt mondta: megpróbáljuk újraindítani az életet Magyarországon, de fokozatosan és szigorú menetrend szerint kell eljárni. Ez azt jelenti, hogy az idősek és a legfertőzöttebb területen élő honfitársak feszes védelmét továbbra is fenn kell tartani. Emlékeztetett, hogy fertőzések a fővárosban és a környékbeli területeken, településeken összpontosulnak. Ezért az itt élők védelmében, vagyis Budapesten és környékén, a kijárási korlátozások érvényben maradnak, vidéken a kijárási korlátozás helyébe új védelmi intézkedések lépnek majd – közölte Orbán Viktor. ♦

Más helyen a gyermek-belgyógyászati ambulancia



A járványügyi helyzetre tekintettel a Heim Pál Országos Gyermekgyógyászati Intézet XIII. kerület Madarász Viktor utca 22–24. szám alatti telephelyén működő Belgyógyászati Ambulanciát áthelyezték a VIII. kerület Üllői út 86. szám alatti Sürgősségi Betegellátó Osztályra – közölte a fővárosi kormányhivatal. A Madarász Viktor utcai telephelyre beutalt betegek felvétele is a VIII. kerületi Sürgősségi Betegellátó Osztályon történik, kivéve a Koraszülött Osztályra kerülő betegeket, akiket előzetes megbeszélés alapján a Madarász Viktor utcai Koraszülött Részlegen vesznek fel – írták. ♦

Új gomb az ÉletMentő-n



Koronavírus infógombbal és értesítésekkel bővült az Országos Mentőszolgálat (OMSZ) ÉletMentő applikációja. A *Koronavírus információ gomb* közvetlenül átvezeti a felhasználókat a kormány hivatalos, koronavírussal kapcsolatos tájékoztató oldalára. A másik újítás, hogy az applikáció a koronavírus-helyzettel kapcsolatos lényeges és aktuális információkról mostantól push (felugró üzenetek) értesítésekkel is tudja tájékoztatni használoit. Előnye, hogy a felhasználó akkor is megkapja ezeket a fontos üzeneteket, ha éppen nincs megnyitva telefonján az alkalmazás vagy éppen nem használja telefonját. Az Országos Mentőszolgálat mindenkinek ajánlja az értesítések engedélyezését, hiszen így fontos üzenetek juthatnak el a felhasználóhoz. ♦

POLGÁRMESTER ÉS ALPOLGÁRMESTEREK ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI



Cserdiné Németh Angéla
polgármester
Telefonos egyeztetés alapján.
+36 1 305 3260
nemeth.angela@bpxv.hu



Tóth Imre
alpolgármester
Telefonos egyeztetés alapján.
+36 1 305 3244
toth.imre@bpxv.hu



Tóth Veronika
alpolgármester
Telefonos egyeztetés alapján.
+36 1 305 3284
toth.veronika@bpxv.hu



Dr. Matlák Gábor
társadalmi megbízatású alpolgármester
Telefonos egyeztetés alapján.
+36 1 305 3106
matlak.gabor@bpxv.hu
csernak.janos@bpxv.hu

KÉPVISELŐK ELÉRHETŐSÉGEI



1. sz. vk. **Lukács Gergely**
(Momentum-DK-MSZP-Párbeszéd-LMP-RÁTE-Szolidaritás-Mindenki Magyarország-Jobbik)
+36 70 371 7978
lukacs.gergely@bp15.hu



2. sz. vk. **Szilvágyi László**
(Momentum-DK-MSZP-Párbeszéd-LMP-RÁTE-Szolidaritás-Mindenki Magyarország-Jobbik)
+36 30 768 0993
szilvagy.laszlo@bp15.hu



3. sz. vk. **Bodó Miklós**
(Momentum-DK-MSZP-Párbeszéd-LMP-RÁTE-Szolidaritás-Mindenki Magyarország)
+36 70 382 6160
bodo.miklos@bp15.hu



4. sz. vk. **Deschelák Károly**
(Momentum-DK-MSZP-Párbeszéd-LMP-RÁTE-Szolidaritás-Mindenki Magyarország-Jobbik)
+36 30 571 4121
deschelak.karoly@bp15.hu



5. sz. vk. **Farkas Edit**
(Momentum-DK-MSZP-Párbeszéd-LMP-RÁTE-Szolidaritás-Mindenki Magyarország-Jobbik)
+36 20 440 8855
farkas.edit@bp15.hu



6. sz. vk. **Legárd Krisztián**
(Momentum-DK-MSZP-Párbeszéd-LMP-RÁTE-Szolidaritás-Mindenki Magyarország)
+36 30 540 6393
legard.krisztian@bp15.hu



7. sz. vk. **Király Csaba**
(Momentum-DK-MSZP-Párbeszéd-LMP-RÁTE-Szolidaritás-Mindenki Magyarország-Jobbik)
+36 30 962 8755
kiraly.csaba@bp15.hu



8. sz. vk. **Gyurkó Dániel**
(Momentum-DK-MSZP-Párbeszéd-LMP-RÁTE-Szolidaritás-Mindenki Magyarország-Jobbik)
+36 30 296 6139
gyurko.daniel@bp15.hu



9. sz. vk. **Vékás Sándor**
(Momentum-DK-MSZP-Párbeszéd-LMP-RÁTE-Szolidaritás-Mindenki Magyarország-Jobbik)
+36 30 964 2452
vek.asandor@bp15.hu



10. sz. vk. **Tóth Veronika**
(Momentum-DK-MSZP-Párbeszéd-LMP-RÁTE-Szolidaritás-Mindenki Magyarország-Jobbik)
+36 30 585 4493
toth.veronika@bp15.hu



11. sz. vk. **Bihál Dávid**
(Momentum-DK-MSZP-Párbeszéd-LMP-RÁTE-Szolidaritás-Mindenki Magyarország-Jobbik)
+36 30 164 4472
bihal.david@bp15.hu



12. sz. vk. **Makai Ferenc**
(Momentum-DK-MSZP-Párbeszéd-LMP-RÁTE-Szolidaritás-Mindenki Magyarország-Jobbik)
+36 30 991 4405
makai.ferenc@bp15.hu



13. sz. vk. **Palocsai Béla**
(Momentum-DK-MSZP-Párbeszéd-LMP-RÁTE-Szolidaritás-Mindenki Magyarország-Jobbik)
+36 70 673 8199
palocsaibela@bp15.hu



14. sz. vk. **Tóth Imre**
(Momentum-DK-MSZP-Párbeszéd-LMP-RÁTE-Szolidaritás-Mindenki Magyarország-Jobbik)
+36 30 984 3118
toth.imre@bp15.hu



Bakos Mária Magdolna
(Fidesz-KDNP)
+36 20 409 1574
bakos.maria@bp15.hu



Csonka László
(Fidesz-KDNP)
+36 20 219 1232
csonka.laszlo@bp15.hu



Lehoczki Ádám
(Fidesz-KDNP)
+36 20 436 1224
lehoczki.adam@bp15.hu



Mihály Zoltánné
(Fidesz-KDNP)
+36 20 669 3807
mihaly.zoltanne@bp15.hu



Pálmai Attila
(Magyar Kétfarkú Kutya Párt)
+36 20 777 6837
palmai.attila@bp15.hu



Dr. Szalay Kornél Géza
(Fidesz-KDNP)
+36 70 778 8544
szalaykg@gmail.com

JEGYZŐ ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI



Dr. Filipz Andrea jegyző
Félfogadás:
előzetes telefon egyeztetés
a +36 1 305 3268-as telefonszámon.
jegyzo@bpxv.hu

ORSZÁGGYŰLÉSI KÉPVISELŐ ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI



Hajdu László országgyűlési képviselő
+36 20 288 7721, 419 9099,
hajdu15laszlo@gmail.com
Előzetes egyeztetés vagy időpont megbeszélése a +36 30 899 2663-as telefonszámon.



Online kérdőív

Online lakossági egyeztetés indult a koronavírus-járvány kezeléséről a városrész lakosaival. A kerület vezetése arra kéri az itt élőket, hogy kérdőívük kitöltésével segítsék a XV. kerület önkormányzatának munkáját. A felmérést azért készítették, hogy megtudják, mennyire elégedettek a kormány és az önkormányzat eddigi, a koronavírus-járvány kapcsán tett intézkedéseivel, az információátadással, illetve milyen további információkra, segítségre lenne még szükségük. Mindemellett azt is feltérképezik, hogy kik vállalnának önkéntes munkát a kerületben, amennyiben arra a későbbiekben szükség lenne. A kérdőív elérhető a bpxv.hu oldalon. **Ék**



Budapest Főváros XV. Ker. Polgármesteri Hivatal
pályázatot hirdet

a **HATÓSÁGI FŐOSZTÁLYON:**

HAGYATÉKI ÜGYINTÉZŐI és
ANYAKÖNYVVEZETŐI

munkakörök betöltésére.

A pályázattal kapcsolatos részletes információ a polgármesteri hivatal honlapján (www.bpxv.hu) Állásaink/Hivatali állaspályázat menüpont alatt található.

Jelentkezési határidő: **2020. május 25.,**
illetve **2020. június 15**

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!

A lakosság és az ügyfelek számára ingyenesen hívható önkormányzati „zöldszám”:
+36 80 203 804

A közterületekkel kapcsolatos bejelentéseket megtehetik a Répszolg által üzemeltetett, ingyenesen hívható „zöldszámon” is:
+36 80 205 062.

AZ XV TV MŰSORA

május 4. hétfő	május 11. hétfő
10:30 Mese	10:30 Mese
15:30 Mese	15:30 Mese
19:00 60+	19:00 60+
19:20 Kultakt	19:20 Kultakt
19:40 Kertbarátok	19:40 Kertbarátok
20:00 Sportmagazin	20:00 Sportmagazin
május 5. kedd	május 12. kedd
10:30 Mese	10:30 Mese
15:30 Mese	15:30 Mese
19:00 Hírtükör	19:00 Hírtükör
19:45 Elsősegély	19:45 Elsősegély
19:55 Hollywood Palotán	19:55 Hollywood Palotán
20:10 Vitalitás	20:10 Vitalitás
május 6. szerda	május 13. szerda
10:30 Mese	10:30 Mese
15:30 Mese	15:30 Mese
19:00 Cseperedő	19:00 Cseperedő
19:20 Sportmagazin	19:20 Sportmagazin
19:40 Alkotó kéz	19:40 Alkotó kéz
20:00 Vitalitás	20:00 Vitalitás
május 7. csütörtök	május 14. csütörtök
10:30 Mese	10:30 Mese
15:30 Mese	15:30 Mese
19:00 Tükörben	19:00 Tükörben
19:20 Heti recept	19:20 Heti recept
19:30 Öttusa magazin	19:30 Öttusa magazin
19:50 XV-Mozaik	19:50 XV-Mozaik
május 8. péntek	május 15. péntek
10:30 Mese	10:30 Mese
15:30 Mese	15:30 Mese
19:00 Megkérdézzük a polgármestert	19:00 Megkérdézzük a polgármestert
19:10 Hírtükör	19:10 Hírtükör
20:10 Parlamenti pillanatok	20:10 Parlamenti pillanatok
20:20 Állatbarát magazin	20:20 Állatbarát magazin
május 9. szombat	május 16. szombat
19:00 FLÓRA FILM	19:00 FLÓRA FILM
május 10. vasárnap	május 17. vasárnap
10:00 Égre néző lélek – istentisztelet	10:00 Égre néző lélek – istentisztelet
19:00 Ne legyen áldozat!	19:00 Ne legyen áldozat!
19:30 Telefonos ambulancia	19:30 Telefonos ambulancia
20:00 Visszatekintő	20:00 Visszatekintő

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



A kerületi televízió részletes műsorstruktúrája az XV TV képújságon 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

Otthoni kenyérsütés lépésről lépésre

A koronavírus-járvány, a kijárási korlátozás sokakat arra ösztönzött, hogy otthon próbálkozzanak a kenyérsütéssel. Az alábbiakban a Csonkai Kulturális Központ munkatársának, Pilár Katának a receptjét osztjuk meg olvasóinkkal.

Nem mindenkinek van ideje az egyébként fantasztikus kovászos kenyérral pepecselni, hiszen az több órát vagy akár 2 napot is igénybe vesz. Sokkal egyszerűbb és gyorsabb az élesztővel készült kenyér, akár mindennap süthetünk ily módon friss kenyeret. Változatossá tehetjük az ízesítéssel, a liszt variálásával, hiszen készülhet csak fehér lisztből vagy félig rozsossal, magokkal szórva, vagy aszalt paradicsommal-aszalt olívával megbolondítva, de készíthető akár pizza-fűszerkeverékkel, borssal, sőt mozzarellával is. Most az alapreceptet mutatjuk be.

Hozzávalók:

- 4 dl langyos víz
- 1 teáskanál cukor
- ½ db friss élesztő
- ½ kg liszt (fehérliszt, kenyérliszt, teljes kiőrlésű liszt)
- 10 g só
- 4 evőkanál olaj (olívaolaj is lehet)



1. A cukrot a vízzel összekeverjük, belemorzsoljuk az élesztőt és 1 evőkanál lisztet, majd felfuttatjuk (körülbelül 10 perc).



2. Minden hozzávalót összekeverünk. Olyan lesz az állaga, mint egy sűrűbb nokedlitésztának. Nem kell dagasztani, csak egyszerűen összekeverni!



3-4. Kissé meglisztezzük a tetejét, majd letakarva 1 órát kelesztjük.



5-7. Erősen lisztezett deszkán ujjainkkal óvatosan nyomkodva szétterítjük, majd kétszer hajtogatjuk.



8-10. Formázzuk, majd egy sütőpapírral bélelt sütőedénybe tesszük, tetejét bevagdossuk, és további 10 percet kelesztjük. Bekapcsoljuk a sütőt 200 fokra alsó-felső sütésre. A sütő aljába egy vízzel telt tepsit teszünk, hogy jó pára keletkezzen.

11. A tészta tetejét langyos vízzel lekenjük, majd a gőzzel telt sütőben 45-50 perc alatt megsütjük. 20 perc után a vizes tepsit kivesszük, nem kell már a gőz.



A végeredmény magáért beszél, és csak 2 óra kellett hozzá!

KULTURÁLIS PROGRAMAJÁNLÓ

A koronavírus-járvány miatt a Csokonai Kulturális Központ programjai a kerületi kulturális Facebook-oldalain online érhetőek el.

Csokonai Művelődési Ház

<https://www.facebook.com/csokonaimuvelodesihazxv/>

Szombat esti koncertek a Tavasz Nőikarral

Minimalizmus, feketén-fehéren

Virtuális megnyitó, megtekinthető: www.csokonaiakk.hu

Dokumentumtár és Információs Központ

<https://www.facebook.com/Dokuiinfo/>

A Dokumentumtár és Információs Központ részéről indítottunk egy ismeretterjesztő blogot, amiben napi szinten a környezettel harmóniában lévő – a bezárt helyzet ellenére is –, az önellátás minimális szintjét megcélzó életmódtippeket, cselekvési alternatívákat írunk, illetve osztunk meg. Lesznek ismeretek nyilvános filmekből, videókból, vagy saját tapasztalatból, vagy a könyvtári könyveink tartalmát hívva segítségül. Szeretettel várjuk az olvasókat a Dokumentumtár és Információs Központ blogjának olvasói közé.

Kanga Klub

<https://www.facebook.com/kanga.klub>

ÖkoKangaonline

Környezettudatos tippek, ötletek, praktikák minden kedden a Kanga Klub oldalán.

Virtuális Kerekítő Csider Krisztával

A Kerekítő foglalkozás online változatát valósítjuk meg minden szerdán a Kanga Klub oldalán

PacsmagoldaHome Office

Közös, otthonról végezhető alkotások, kézműves ötletek babáknak és mamáknak képekkel illusztrálva, minden csütörtökön a Kanga Klub oldalán.

Kikötő - Ifjúsági Közösségi Sziget

<https://www.facebook.com/kikoto15/>



Ingyenes online korrepetálás a Kikötőben!

A Kikötő Ifjúsági Közösségi Tér munkatársai történelem és angol tantárgyakból felső tagozatos és középiskolás fiatalok számára online seifitséanútást vállalnak.

Ha elakadtál, ha szükséged lenne egy kis segítségre, ha kell valaki, aki kiegészíti a tudásod és motivál, amikor a lelkesedés alábbhagy, ne habozz!

Küldd el kérdéseidet, témaköreidet Facebook-oldalunkra vagy e-mail-címünkre: (kikoto@csokonaiakk.hu) és 24 órán belül megválaszoljuk, elmagyarázzuk a ködös részeket!

Kozák téri Közösségi Ház

<https://www.facebook.com/kozakterikoszegihaz/>

Csimotaságok

május 6., szerda 09–12-ig

A Csimotaságok-sorozat elérhető kéthetente szerda délutánként a Kozák téri Közösségi Ház Facebook-oldalán. Kisgyermekes szülőknél ajánljuk. Kiemelten a gyermeknevelésre fókuszálunk. Várjuk aktív részvételeket a Csimotaságok eseményeinkben.

Kamaszszemmel

május 6., szerda 16–18-ig

„Kis gyerek kis gond, nagy gyerek nagy gond.” A Kamaszszemmel eseménysorozatot tinédzserekkel szerkesztjük, jelenlétükkel talán könnyebben megértjük, mi zajlik lelkük mélyebb rétegeiben. Ez a meghatározó korszak sok szülőnek nyújt fejtörést. Segítünk meglátni a fényt az alagút végén. Tekints be közösségi házuk Facebook-oldalára kéthetente szerda délutánként!

Hangerő hetek

május 7., csütörtök 16–19-ig

Utazás a komolyzene világába Rázmán Eszterrel, a XIV. kerületi Szent István Király Zeneművészeti Szakgimnázium diákjával

Kreatív alkotónők

május 8., péntek 16–19-ig

A Kozák téri Közösségi Ház arra vállalkozott, hogy a köztünk élő, a mindennapjainkat kreativitásukkal megszépítő hölgyeket mutasson be. Nézz be minden héten pénteken a közösségi ház Facebook-oldalára, a Kreatív alkotónők birodalmába!

Május 8-án pénteken délután négy órától a grafikai munkái során a fényképészetet grafikával keverő Stubenvoll Fruzsínát ismerhetik meg közelebbről posztok formájában.

Pestújhelyi Közösségi Ház

<https://www.facebook.com/pehhesek/>

Ringató foglalkozás

Minden kedden és pénteken 10 órától

Szenior örömtánc

Minden szerdán és pénteken 10.30-tól

Életmód jóga

Minden kedden és csütörtökön 9–10 óráig

Daoyin kínai gerinctorna

Szerdán 16–17 óráig, pénteken 9–10 óráig

Rákospalota, Pestújhely és Újpalota Helytörténeti Gyűjteménye

<https://www.facebook.com/RakospalotaiMuzeum/>



Régi házak, otthonok Rákospalotán

Most, hogy sok időt töltünk otthonunkban, elgondolkodunk azon, hogy régen vajon hogyan éltek az emberek ezekben az egyszerű, de mégis szép házakban.

A képen egy hagyományos építésű, téglá oszlopsoros, nyeregretetős, „herkelikas”, csúcsos homlokzatú lakóházat látunk. A felvétel 1971-ben készült.

Újpalotai Közösségi Ház

<https://www.facebook.com/ujpalotai.kozossegihaz/>



Ökopályázat online

A Csokonai Kulturális Központ Újpalotai Szabadidő Központja és a Kozák téri Közösségi Ház pályázatot hirdet újrahonosítás témában. Csatlakozz, és fedezd fel, tervezd meg, készítsd el Te a legkreatívabb újrahonosított dolgot! Nevezési díj nincs, az elkészült pályamunkákról készült fotókat, videókat, elektronikus dokumentumokat 2020. május 17-ig várjuk az alábbi e-mail-címek bármelyikére: nagy.simon.patricia@csokonaiakk.hu

Újpalotai percek

Új online sorozat az Újpalotai Közösségi Ház Facebook-oldalán. Képek, rövidfilmek, cikkek, mesék az 51 éves városrész történetéből, hétköznapokról, ünnepekről, közösségekről, emberekről, érdekességekről.

Történelem mindenkinek online –

A történelem és a filmek online előadás

május 6., szerda 18 órától

Hogy is kezdjük neki egy családfakutatásnak? Valóban igazságos volt-e Mátyás király? Mennyire hitelesek a történelmi filmek? Mivel foglalkozik nap mint nap egy történész? Ehhez hasonló kérdésekre keressük a választ új, Történelem mindenkinek című előadás-sorozatunkban, Kanász Viktor történész segítségével, jelenleg online kiadásban.

Online kvízzjáték Várhegyi Gábor játékmesterrel

Keddenként 17 órakor

Következő alkalom: május 5., kedd 17 óra

Alakformáló női torna online

Hétfőn és szerdán 19 órakor

Női tornánk vezetője, Szűcs Alexandra segítségével hétről hétre végezhetjük otthonról is a jól bevált női torna gyakorlatsorait.



CSOKONAI
KULTURÁLIS
KÖZPONT

A karantén napos oldala

Amíg különösebb félelem nélkül, ellenben mindennapos rohanásban, stresszben éltünk, hajlamosak voltunk nem, vagy csak kevésbé értékelni azokat a dolgokat, amik szebbé, picit boldogabbá tehettek volna életünket, még ha csak néhány percre, órára is. Aztán jött a vírus, először Kínába, majd Európába, végül persze megérkezett hazánkba is. Legtöbbünkben bénító, zsigeri félelmet és olyan bizonytalanságot okozott, amit korábban elképzelni sem tudtunk. Kiürültek az utcák, az emberek látványosan kerülgetni kezdték egymást, a maszk és a kesztyű a mindennapos viselet részévé vált.

Hatodik hete vagyunk bezárkózva, ami borzasztó, gyerekeknek, szülőknek, nagyszülőknek egyaránt, főleg, hogy egyre melegebb van, a természet kiszáradt, tavaszillat árad a levegőben.

A lelkünkben viszont? Miután én is végigjártam a gyász fázisait (a nálam sokkal okosabbak ehhez hasonlítják a világvárvány hírét fogadó és feldolgozni próbáló belső reakciókat), azt találtam ki, dacolok ezzel a láthatatlan, ámde veszedelmes kis döggel, és csak azért is próbálok jobban érezni magam.

A kérdés egyszerű: milyen pozitív hozadéka van családjunk életében a világvárványnak és a visszaszorításáért tett intézkedéseknek?

Nézzük csak! Egy: mindennap együtt ebédelünk. Kettő: nincs reggeli rohanás, így ordibálás sem, hogy azonnal kelj ki az ágyból, öltözz fel, induljunk már és társai. Három: nekem sem kell időben beérnem. Négy: amióta napjaimat a lakásban töltöm, ha pedig ki kell mozdulnom, sem találkozom 3-4 autónál többel, az arcbőröm szebb lett, eltűntek a gyulladások, aminek nagy részéért a rossz levegő a felelős. Öt: amióta el tudtam fogadni, hogy nemcsak érdemes lassítani, de muszáj is, mert különben megbolondul az ember, jó pár fordulattal



ILLUSZTRÁCIÓ: XVI. MÉDIA, NAGY BOTOND

alacsonyabban pörgök, és mennyivel kevésbé fárasztó ez így! Hat: jóval kevesebb pénzt költök, mert heti egy alkalomra redukálom a vásárlásaimat, és miután igyekszem minél hamarabb kijutni a boltból, nem nézem végig az akciós pultokat. Hét: ez utóbbi miatt a feleslegesen felhalmozott dolgok mennyisége sem nő itthon, és még a fejem sem kell fogni utólag a hiábavaló pénzkidobás miatt. Nyolc: miután sikerült magam lelkileg viszonylag összerakni, szépen beállt a napirend, jut idő magamra is. Heti kétszer online edzek, ugyanennyiszor kijárok futni, kora reggel, amikor még annyi ember sincs az utcán, mint napközben. És hosszú évek óta először mindennap hódolhatok kedvenc szenvedélyemnek, az olvasásnak, legalább egy fél órát.

-y -a

Óhaza

Josephine „Josh” Pickerington okos, érzékeny, kifinomult fiatal leány, akinek gyermekkorától nagy vágya, hogy tanítónő váljon belőle. Ennek az álmoknak a megvalósítása azonban nem könnyű a XIX. századi Angliában, s Josh számos akadályt kell hogy leküzdjön az álmai beteljesüléséhez vezető rögsz úton.



A regénytrilógia első részében, az Óházában a főszereplő elbeszélésén keresztül ismerjük meg Josh gyermekkorának és felnőtté válásának történetét. Otthonát, a jellegzetes angol vidéki kisváros lakóit, életüket és a forradalmi újdonságokat, amelyek bámulatos gyorsasággal, hihetetlen fordulatokkal alakítják át az évszázadok óta változatlan mindennapi életet...

Judith Pollack: Óhaza



GRAFIKA: VARGA TÍMEA LAURA

Kutya-macska barátság

Egyszer a kutyák lakodalmat csaptak. Bodri feltette a sok csontot, sütötte-főzte, aztán odahívta a Sajót kóstolni.



Sajó megkóstolta a galuskát, de nem volt se íze, se bűze, mert nem volt rajta tejföl. Keresi a kutya a tejfölt, de nem volt a háznál. Hamar menjen valaki a boltba!



De ki menjen? A kutya nem hagyhatta ott a főzést. Meglátja a macskát, küldi a tejfölet. Szalad a macska a boltba tejföletért.

A kutyák futottak eléje, már nagyon várták.



Hozza a macska a tejfölt!

Mikor kimérték neki, vitte hazafelé. Éhes volt, hát nyalogatott belőle. Gondolta; úgyse tudják meg. Megint gondolt egyet; megint nyalogatott. Alig maradt az edényben.



A macska azt hazudta, hogy nem adott a boltos tejfölt. De az agár meglátta a macska tejföles bajuszát.

Hazudik a macska, megette a tejfölnket!



Már közel volt a kutyákhoz, szégyellte magát, hogy ilyen kevés tejfölt visz, hát a megmaradt tejfölt is megette.



Nekimentek a macskának, a macska meg felszaladt a fára, onnan dörmicélt a kutyákra.

Mikor látták, hogy a macska bizony nem nagyon kívánczik le a fáról, bementek a házba, és tejfel nélkül ették meg a galuskát. Azóta nem nézhet a kutya a macskára.



Újpalotai kontydeszka

Tréfás Istvánné Sikter Margit olvasónk egy kedves történetet osztott meg lapunkkal, Újpalota 50. éves évfordulójára emlékezve.

„Régóta foglalkoztat a kérdés, hogy egyszer elmesélem az érdekesen hangzó újpalotai Kontyfa utca elnevezésének történetét. Ha jól emlékszem, az 1960-as évek végén, a Magyar Televízió érdekes műsorral lepte meg a közönséget. Helytörténeti vetélkedőt hirdetett Budapest (akkor még 22) kerülete részére, és a győztes trófeája egy új bölcsőde volt.

Minden héten más és más kerületben jelent meg a Magyar Televízió stábjába, helyi vonatkozású, ugyancsak próbára tevő kérdésekkel – írta olvasónk. Majd úgy fogalmazott: „adott időpontban Rákospalotán a XV. kerületben is megjelent a stáb, az akkor még Tanácsháza nagytermében, és a kerület versenyzői között személyem is szerepelt. Úgyis mint palotai „öslakos”, úgy is mint a kerületi Helytörténeti Bizottság tagja.



Jókedvvel és nagy izgalommal kezdődött a verseny. Egymás után születtek a helyes válaszok, mígnem a kedves Vitray Tamás műsorvezető hamiskás mosollyal előrukkolt, hogy „na, most aztán igazán nehéz kérdés következik! Ha ezt is tudja valaki...?”

Vitray Tamás elkezdte a tekervényesen megfogalmazott kérdést felolvasni, de bizony én már az első szavaknál tudtam, hogy miről van szó.



A „beugratós” tárgy nem volt más, mint paraszti közegeben leélt gyermekkorom sokszor látott és használat közben is megfigyelt tárgya, a palotai asszonyok leleményességének találmánya, a „kontydeszka” volt, amit menyecskekoruktól életük végéig használtak. Ez volt hivatott szögletes, mutató keretet adni a rá kötött fejkendőnek, és a palotára jellemző szögletes kontynak.

Bizony-bizony „kontydeszka” volt annak a becsületes neve, amiből később a „finomított” kontyfa született. A sikeres válasz és maga az érdekes történet annyira megtetszett az akkori vezetősnek, hogy az újpalotai utcaelnevezések során megszületett a Kontyfa utca, majd az ott létesült Kontyfa Utcai Iskola.

Vitray Tamásnak annyira megtetszett a derűs tájékoztatásom, hogy a végén javaslatot tett: „nahát! ez a kedves versenyző külön ajándékot érdemel!”

– Így kaptam meg az akkor népszerű Panoráma útikönyv sorozat Budapest kötetét, amit még ma is hasznosan forgatok. Végül is sok-sok hét után, a vetélkedő vége felé másik – ma már nem emlékszem hányadik – kerület kapta meg a bölcsődét. – Nekünk viszont megmaradt a Kontyfa utca, melynek történetét szeretettel megosztom az újpalotaiakkal” – fűzte hozzá Tréfás Istvánné Sikter Margit.

-s -ó

Örmény Genocídium emlékezete

Az örmények gyásznapja április 24-e, ekkor világszeretén a XX. század első népiratására emlékezünk. Mégis nagyon kevesen tudják, hogy mi az Örmény Genocídium, erről Nuridsány Zoltánné, a XV. kerületi Örmény Nemzetiségi Önkormányzat elnöke történelmi összeállításban hívta fel a figyelmet.

Nuridsány Zoltánné úgy fogalmaz: Franz Werfel *A Musa Dagh negyven napja* című regényében adott hírt a világnak először erről a kegyetlen bűntényről. A nagyhatalmak elhallgatták a másfél millió örmény kegyetlen lemészárlását és további egymillió földönfutóvá tételét, akik szétszóródva az öt földrészen diaszpórában élnek és őrzik kultúrájukat.

Talaat pasa az ifjú törökökkel kormányprogrammá nyilvánította a keresztény örmény nép megsemmisítését. Az első világháború elterelte a nagyhatalmak „figyelmét” a török kormány gaztettéről.



A Cicernakaberd emlékmű Jerevánban | Az újjászületést jelképezi 1965 óta

1915. április 24-én Konstantinápolyban az örmény értelmiség vezető rétegét válogatott módszerekkel, elrettentésül, kegyetlenül lemészárolták. Ez a dátum lett az Örmény Genocídium emléknapja.

Nuridsány Zoltánné hozzátette: „öt éve az Örmény Genocídium 100. évfordulóján Rómában Ferenc pápa XIX. Nerszesz Bedrosz örmény katolikus pátriárka részvételével misét celebrált 2015. április 12-én az áldozatok emlékére a Szent Péter-bazilikában. Örményországban 2015. április 24-én Ecsmiadzinban, a világ legrégebbi kereszt-

tény székesegyházában, II. Karekin örmény apostoli katolikus szentté avatta az Örmény Genocídium másfél millió áldozatát.

Jerevánban a Yeghernnél, az áldozatok tiszteletére állított emlékműnél rótták le kegyeletüket a világ minden részéről hazalátogatók és Örményország lakói egyaránt. Míg Budapesten 2015. május 23-án, a Szent István-bazilikában celebrált örmény rítusú szentmisét XIX. Nerszesz Bedrosz örmény katolikus pátriárka, aki Erdő Péter bíboros primás meghívására érkezett Magyarországra.

XIX. Nerszesz Bedrosz látogatásával megtisztelte az Orlyai utcai örmény katolikus templomot és múzeumot is. Sajnos hazaérkezése után, 2015. június 25-én szívinfarktusban elhunyt.

Nuridsány Zoltánné kitért arra is, hogy ebben az évben a vírusveszély miatt elmaradt a kerületi és az országos közös megemlékezés. Idén családon belül gyertyagyújtással, valamint a Duna TV örményországi műsorával rótták le tiszteletüket a hozzátartozók és a tisztségviselők.

Az örmények számtalan idegen hódítást, üldözést szen-

vedtek el. Ennek ellenére képesek voltak megmaradni őseik földjén, hitüket és kultúrájukat megőrizve. Az ősi földön, a valahai nagy Örményország területéhez tartozó Kelet-Anatóliában pusztították őket, akik életben maradtak, azokat összefogva elhajtották a szíriai sivatagba, ahol a forráságban többen életüket veszítették. Az egykori virágzó birodalom, amelynek három tenger mosta határát, egytizenegyed részre zsugorodott, ma az örmények egynegyede él Örményországban, és háromnegyede diaszpórában.

A kerületi örmények ősei Nuridsány Zoltánné szerint az 1001 tornyú Ani fővárosból menekültek, és hosszú vándorlás után érkeztek Moldvából Erdélybe I. Apafi Mihály fejedelem hívására 1650-ben. „Magyarokká váltunk, de büszkék vagyunk gyökereinkre, és hűen őrizzük több ezer éves kultúránkat, hagyományainkat” – nyomatékosította a kerületi Örmény Nemzetiségi Önkormányzat elnöke.

B. I.

Őz az óvodában



Mezőőrök szolgálata | Kiszabadították a beszorult állatot

Március végén őzet találtak az egyik újjalotai óvodában. Nem a kertben bóklászva, hanem a kerítésbe szorulva.

Az állat láthatóan kétségbeesetten próbált szabadulni, így olyan mélyre csúszott a vasrácsok közé, hogy az már a testi épségét is veszélyeztette. Elsőként a mezőőröket értesítették, akik állatorvos segítségével elattarták a riadt állatot, majd kiszabadították. A sebét ellátták, és elszállították a turjános környékére, ahol szabadon engedték.

– Nem ritka, hogy a lakott területen is szorgoskodunk – mondta Oláh Csaba, a Rákospenti Mezei Őrszolgálat vezetője –, mert a kijárási tilalom betartását is figyeljük. Emiatt a kollégáim gyakran járőröznek a városban is. A mezőőröknek a külterületek védelme az elsődleges feladatuk. A napi egy járőrpáros továbbra is biztosított a városrészben.

– Ők a legtöbbet a külterületeken járőröznek, különös tekintettel a Szánkózó-domb-ra, illetve a Szilas-pihenő

mögötti területre. Ez utóbbi részen hűsvétkor egy nagyobb csoportosulással szemben kellett intézkedniük, akik ráadásul nemcsak a kijárási tilalom szabályát szegték meg, hanem a friss tavaszi vetésben még tüzet is gyújtottak. Ezzel pedig az országos tűzgyújtási tilalommal szemben is vétettek – emelte ki a vezető.

– A mezőőröknek az utóbbi időben már szinte csak az illegális szemetelőkre kell koncentrálniuk. A termények lopása ugyanis a nullára, a falopások száma pedig minimálisra csökkent. Nagyon nehéz az elkövetőket tetten érni, mert hatalmas a terület, és az ilyen típusú szabálysértés pillanatok alatt történik. Néha azért sikerül, a legtöbbször a lerakott hulladékban talált adatok (csekkéken, számlákon szereplő nevek, címek) alapján tudunk intézkedni – tette hozzá Oláh Csaba. **(riersch)**

Megkezdődött a méhészszezon



Késői fagyok | Kevesebb lesz az akácmez

– Kéthetes késéssel, de elkezdődött a méhek felkészítése a fő hordásnak számító akácvirágzásra. A késői fagyok miatt idén előre láthatóan kevesebb lesz a hungarikumnak számító akácmezéből – írja az MTI.

Közben egyre többször hallani arról, hogy csökken a méhek száma, pedig

az élelmiszer-termelés 75 százaléka függ a beporzásuktól, így pusztulásukkal egész ökoszisztémánk omolhat össze.

A jelenség fő okaként a permetezőszereket szokták említeni, ez azonban csak az egyik tényező, ugyanakkor a legkönnyebben kiküszöbölhető. **Ék**

Fertőtlenítsük a kutyákat!

A koronavírus-járvány miatt érdemes a kutyasétáltatásból hazaérve áttörölni az állat szőrét fertőtlenítő törlőkendővel, a mancsát pedig szappanos vízzel megmosni – javasolja a Baráthegyi Vakvezető Kutya Iskola.

Az iskola közleményében azt írja, ismereteik szerint a kutyák nem kapják el a koronavírust és nem hordozók, de a tisztaságukra most még jobban oda kell figyelni, mert nincs kizárva, hogy bundájukon átvihetik a vírust. Hozzáadték, érdemes arra is figyelni, hogy a gazdák ne simogassák egymás kutyáját.

A járvány idején a felelős állattartóknak a kivételes helyzetekre is célszerű előre felkészülniük, hogy kedvenceiket biztonságban tudhassák – erre már a Nemzeti Élelmiszerlánc-biztonsági Hivatal (Nébih) hívja fel a figyelmet.

A vonatkozó jogszabályok értelmében az állattartó köteles a jó gazda gondosságával eljárni, az állat fájának, fajtá-



Gondos gazdik | Lábmosás sétáltatás után

jának és életteni szükségleteinek megfelelő életfeltételekről gondoskodni. Tekintettel kell lennie az állatok korára, nemére és életteni állapotára. Ide tartozik a megfelelő elhelyezés, ellátás, táplálás, valamint a mozgás lehetőségének biztosítása.

Házi karantén elrendelése esetén az állatok napi ellátása alapvetően biztosítható, de elővigyázatosságból érdemes a megszokott tápokból kicsit többet beszerezni, hogy

legyen tartalék. Tartós beteg vagy speciális tápszert igénylő állat esetén vásároljunk minél hosszabb időre gyógyszert és speciális tápot.

Miután a házi karanténból személyek nem vagy csak korlátozottan mozdulhatnak ki, az esetleges sétáltatás lehetőségét előre egyeztessük barátokkal, ismerősökkel, a mindenkori járványügyi szabályok betartása mellett.

Megfelelő mennyiségű alomanyagról és tisztító-

szerről is gondoskodni kell, amennyiben a sétáltatás egy ideig nem kivitelezhető. A rendszeres szellőztetés az emberek és az állatok számára egyaránt fontos.

Az állattartók kövessék figyelemmel az állatorvosi rendelők közleményeit! Kedvenceiket csak indokolt esetben vigyék orvoshoz! Kisebbségi problémák észlelésénél inkább telefonon kérjék ki az orvos véleményét, a halasztható ügyekkel (például ivartalanítás) ne foglalkozzanak!

Kórházi karantén elrendelése esetén egyeztessenek előre családtagokkal, szomszédokkal, barátokkal, hogy tudnak-e ilyen helyzetben segíteni. Az ellátás történhet akár az állat tartási helyén – amennyiben ezt a járványügyi előírások lehetővé teszik – vagy a segítő személy lakhelyén, környezetben.

Egyedülálló személyek esetében felmerülhet az a lehetőség is, hogy az állattartó lakhelye szerinti önkormány-

zat bevonásával biztosítják a kedvencek ideiglenes elhelyezését. Az önkormányzatoknak célszerű előre felmérniük azon civil önkéntesek körét, akik ilyen helyzetben bevonhatók. A környékbeli állatmenhelyeknél is érdeklődhettek, hogy tudnak-e segíteni az ideiglenes elhelyezésben.

Célszerű az állat oltási könyvét, esetleges gyógyszerit, az adagolási információkat, orvosi feljegyzéseket összekészíteni és könnyen elérhető helyen tartani.

A Nébih arról is tájékoztatást adott ki, hogy a kutyatartóknak az ország-szerte érvényben lévő járványvédelmi intézkedésekre való tekintettel türelmi időt biztosít az állatok veszteség elleni ismétlődő oltásának beadatására. A hatóság a korlátozások visszavonásáig a szabályoknak megfelelően, rendszeresen oltott ebek esetében nem szankcionálja az évente esedékes, ismétlődő oltás elmaradását.

Az 1 százalék felajánlására buzdítanak



A *Maradj otthon!* kihíváshoz csatlakozva közös felhívásban buzdít az adó 1 százalékának felajánlására hat karitatív szervezet. A Magyar Református Szeretetszolgálat, a Magyar Vöröskereszt, a Magyar Máltai Szeretetszolgálat, a Magyar Ökumenikus Segélyszervezet, a Baptista Szeretetszolgálat és a Karitászt Támogató Alapítvány (Katolikus Karitászt) azt írta, „odaadom” elnevezéssel közös figyelemfelhívó akciót indítanak, hogy idén minél többen rendelkezzenek adójuk 1 százalékáról.

A segítségnyújtók arra számítanak, hogy kevesebb vállalatnak és magánszemélynek lesz lehetősége arra, hogy a járvány után a megszokott módon adományozzon. Éppen ezért fontosnak tartják felhívni az emberek figyelmét arra, hogy ne feledkezzenek meg személyi jövedelemadójuk egy százalékának felajánlásáról. ♦

Már látható a Békeidő



A Vimeón debütált Hajdu Szabolcs új nagyjátékfilmje, a *Békeidő*. Aki szeretné látni a Kristály Glóbuszt nyert rendező új alkotását, 4,99 dollárért (körülbelül 1600 forint) kölcsönözheti a filmet 24 órára. Aki megnézi a filmet, a tartalmas élményen túl azzal a jó érzéssel is gazdagodik tehát, hogy ezzel független magyar filmalkotókat támogat. A járványhelyzet következtében a mozik kényszerű bezárása sarkallta az alkotókat arra, hogy úttörő módon online platformon forgalmazzák a nemrégiben elkészült alkotást. A film a www.vimeo.com/ondemand/bekeidofilm linken, regisztráció és bankkártyás fizetés után nézhető meg.

A *Békeidő* egy filmantológia, több, egymásba kapcsolódó történettel. Különböző emberi viszonyokban járja körül a dominancia és kiszolgáltatottság kérdését, képzelet és valóság határán, legyen szó párkapcsolatról, barátságról, szülő és gyerek, állam és polgár viszonyáról. A cselekmény egy éjszaka alatt játszódik, és több fő történetzálatt ötvöz, melyek újabb történetek és karakterek felé ágaznak el: egy protestáns pap és családja közötti konfliktus; egy politikai aktivista nő tizenéves lányának kalandjai; egy középkorú színész és a felesége házassági válsága, valamint egy híres színházrendező és fiatal pártfogoltjának története.

A főbb szerepekben Sárosdi Lilla, Szabó Domokos, Hajdu Lujza, Hajdu Szabolcs, Schilling Árpád, Wrochna Fanni, Földeáki Nóra és Török-Illyés Orsolya látható. ♦

Elhalasztják a Nemzetközi Eucharisztikus Kongresszust

A Budapesten idén szeptember 13. és 20. között kitűzött 52. Nemzetközi Eucharisztikus Kongresszusnak az új koronavírus-járvány miatti 2021-re történő elhalasztását jelentette be Matteo Bruni szentszéki szóvivő.

A vatikáni sajtóközpont vezetője közleménye hangsúlyozta, hogy a döntést Ferenc pápa a Nemzetközi Eucharisztikus Kongresszusok Pápai Tanácsával és a Magyar Katolikus Püspöki Konferenciával közösen hozta meg. Az egy évvel történő halasztást a jelenlegi nemzetközi egész-



ségügyi helyzettel és ennek következményeivel indokolták, a hívők és zarándokok mozgására és gyülekezésére tekintettel.

Korábban a Vatikán már más, nagy tömegeket vonzó, nemzetközi egyházi találkozók megrendezését is jövőre halasztotta. ♦

Újra látogatható a Fűvészkert



Az ELTE Fűvészkert a koronavírus-járvány miatt eddig zár-

va volt, de április 27. hétfőtől előzetes regisztrációval újra

látogatható. Az előzetes regisztrációt a kert Facebook-oldalán ([https://www.facebook.com/ELTE-Fűvészkert](https://www.facebook.com/ELTE-Fuvész kert)) tehetik meg, a látogatás napját kiválasztva az eseményekből, a foglalásra kattintva.

A kertbe naponta nyitvatartási időben maximum 400 fő léphet be. A Fűvészkert 9-től 17 óráig tart nyitva, az üvegházak zárva vannak.

A kertlátogatás alkalmával tartásuk be az egymástól való 2 méteres távolságot és viseljenek maszkot! ♦

Magyar alkotás Annecyben

Az animációs filmszakma legnevesebb eseménye, az Oscar-kvalifikáló, 60. Annecy Nemzetközi Animációs Filmfesztivál versenyprogramjába válogatták Ulrich Gábor Balázs Béla-díjas mozgókép- és képzőművész *Dűne* című művét. A különleges, absztrakt thriller hullámmás képzelet és valóság között, melyben a hangok, mint tanúk átmosódnak emlékeken és félálmodokon. Az alkotás a nagy múltú, a Pannónia örökségét tovább éltető Kecskemétfilm és a Focusfox produkciójában jött létre, producerei Mikulás Ferenc és Muhi András. Ulrich Gábor Balázs Béla-díjas mozgókép- és képzőművész, művészeti pedagógus. Szerzői filmjeit több mint negyven ország filmfesztiváljai – köztük az annecy-i, hiroshimai, Rio de Janeiró-i, kijevi, zágrábi, espinhói, lipcsei – válogatták be versenyprogramjukba. Munkáiból Európa számos országában volt képzőművészeti tárlata, alkotásai megtalálhatók külföldi és hazai gyűjteményekben. Több felsőoktatási intézményben volt meghívott előadó, jelenleg a Budapesti Metropolitan Egyetemen tanít. ♦



Virtuális ölelés az anyáknak

Az anyák napja az egyik legszebb ünnepünk, melyet a világ számos pontján tavasszal tartanak. Hazánkban május első vasárnapján – idén 3-án – köszöntöttük édesanyákat, a járványhelyzet miatt kevesebb öleléssel és puszival, viszont annál nagyobb szeretettel! ♦

Csendes Flórián-nap

Flórián napja alkalmából minden évben május 4-én a tűzoltókat ünnepeljük. Szent Flórián legendáját Európa több országában is komolyan veszik.

Szent Flórián római katonatiszt volt, aki Diocletianus császár uralkodása idején szenvedett keresztény hitéért vértanúságot. A legenda szerint már gyermekkorában megmentett egy égő házat az elhamvadástól. Amikor Florianus megtudta, hogy az Enns-parti Laureacumban (Lorch) elfogtak 40 keresztényt, maga is megvallotta hitét. Aquilinus bíró ezért megbotoztatta, s arra ítélte, hogy nyakában egy malomkövel az Enns hídjáról lökjék a folyóba. A legenda szerint a tetemét egy sas őrizte mindaddig, amíg el nem temették.

A tűzoltóaktanyák homlokzatára előszeretettel festik fel a megkeresztelkedett, majd emiatt mártírhaltalt római katona képmását. Sőt, a délnémet és osztrák területeken az is megszokott dolog, hogy a családokban az



árvizek és a tűzvészek ellen védekezve az egyik fiúgyermeknek a Flórián nevet adják.

A fővárosi lánglovagok központi ünnepe rendszeresen a IV-XV. kerületi Hivatásos Tűzoltó-parancsnokság épülete előtt szokott zajlani. Ott, ahol a Fővárosi Katasztrófavédelmi Igazgatóság 2017-ben Flórián napja alkalmából emlékművet állított az 1956-os forradalom és szabadságharcban hősi halált halt tűzoltók tiszteletére. Az idei ünnepséget a járvány sem befolyásolta, szűk körben megkoszorúzták az emlékművet. A megemlékezésen a Fővárosi Katasztrófavédelmi Igazgatóságot dr. Varga Ferenc tűzoltó dandártábornok, a IV-XV. kerületet pedig a két polgármester, Déri Tibor és Cserdiné Németh Angéla képviselte. Az önkormányzatok a nehéz helyzetben sem feledkeztek meg a tűzoltókról. Kerületünkben március 15-én hat tűzoltót pénzbeli jutalomban részesült, míg Újpesten Flórián-napja alkalmából jutalmaztak tíz tűzoltót. **(riersch)**

Óvjuk a bicikliseket!



Nagyobb sebességkülönbség | Nagyobb távolság

A jó idő beköszöntével amúgy is megnő a két kéreken közlekedők száma az utakon, a világjárvány miatt pedig jóval többen választják ezt a közlekedési módot. Vannak közülük, akik rutintalanabbak a rendszeresen kereközőknél, de nem csak emiatt kell nagyon odafigyelni a biciklizőkre.

A KRESZ előírásainak értelmében a kerékpár ugyanolyan egy nyomon haladó járműnek tekintendő a forgalomban, mint a motorkerékpár. – Ez azt is jelenti, hogy bármennyire lelassítja bizonyos

esetekben a forgalmat, mert például a szembejövők miatt nem tudjuk kikerülni, csökkenünk kell a sebességet, és kívánunk, amíg le tudjuk előzni – tudtuk meg Csebe Sándor közlekedésbiztonsági szakembertől.

Ha meggyőződünk arról, hogy nincs záróvonal, nem veszélyeztetjük a szembejövő forgalmat és nincs egyéb akadály sem, akkor megkezdhetjük az előzést. Míg azonban az előbbiekről konkrétan rendelkezik a KRESZ, addig az előzések betartandó oldalsó távolságról nem igazán. Éppen emiatt a mi felelősségünk

úgy vezetni, hogy mind a kerékpáros, mind autónk biztonságban maradjon az előzéskor.

Felmérések alapján a rutinos kerékpárosok többségét nem zavarja, ha csak 30-40 centiméter távolságot tartunk tőlük városi környezetben, ahol a sebességkülönbség alacsony. Azonban ez csak akkor igaz, ha nem haladunk hozzájuk képest túl nagy tempóval. Rutintalanok esetében azonban ez ijedséget és akár komoly balesetet is okozhat. Nem véletlen, hogy a kerékpárossonlapok általában minimum 1 méter távolságot ajánlanak lakott területen. Országúton pedig nagy sebesség mellett érdemes nagyobb ívre venni az előzést. Az Európai Biztonsági Charta is ez utóbbit rögzíti.

A szakember a biztonság érdekében még ennél is nagyobb, minimum 1,5 méteres távolságot ajánl. Támpontként próbáljuk felmérni a kerékpáros és járműve magasságát, és legalább ekkora távolságot hagyjunk előzéskor. **-y -a**

RENDSÉRSÉGI HÍREK

Előre ivott az ünnepre

Még a húsvéti ünnepeket megelőzően – nagycsütörtökön – ittas vezetése kapta a kerületi rendőrök egy 44 esztendőes férfit. Az Adria utcában megállított jármű vezetője ráadásul szabálysértési határ meghaladó mértékben fogyasztott alkoholt, mielőtt autóba ült volna, ezért a rendőrök bűncselekmény miatt indítottak eljárást ellene.

Nem tojásokat keresett

A húsvéti ünnepek alatt egy férfi bemászott a Sín utca egyik ingatlanának az udvarára, majd megpróbálta kifeszíteni a melléképület hátsó falát. Az ingatlan lakói azonban tetten érték, és a rendőrök kitérővel visszatartották a hivatlan vendéget. A férfi semmit sem tudott ellopni, csak a melléképület falát rongálta meg. A sértettekkel azonban dulakodásba került, melynek során kisebb sérüléseket okozott.

Jól bevásároltak



GRAFIKA: VARGA Tímea LAURA

Egy 29 és egy 57 esztendőes férfi veszett össze az egyik kerületi élelmiszerüzletben. Mindketten már a kasszánál álltak, amikor vitába keveredtek egymással, majd dulakodni kezdtek, melynek során több alkalommal is megütötték egymást. A verekedésnek végül a többi vásárló és a bolti alkalmazottak vetettek véget. A helyszínre kitérő rendőrök mindkét férfit előállították, és mindkettőjük ellen garázdaság miatt indítottak eljárást.

Kirobbanó rosszkedv

Egy 54 éves férfi felhívta a rendőrséget, hogy túl sokan vannak az egyik pesti áruházban, és azt követelte tőlük, hogy két napon belül csökkentsék a vásárlók számát, különben egy Molotov-koktéllal „elintézi”, hogy a koronavírus-járvány miatt kevesebben tartózkodjanak az áruházban. A telefonáló később megjelent az üzletnél, és gyalázkodó kifejezéseket írt a falra. A rendőrség azonosította a férfit, és gyanúsítottként hallgatta ki terrorcselekmény elkövetésével fenyegetés és rongálás miatt, majd előterjesztést tett a letartóztatására. A Fővárosi Főügyészség a bűnismétlés kizárásáért a férfi letartóztatását indítványozta, amelyet a Budai Központi Kerületi Bíróság egy hónapra elrendelt.

Összeállította: Riersch Tamás

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

Farkas a volán mögött

Az idősebb hoki rajongók azonnal elérzékenyülnek, ha a legendás, 1983-as, C csoportos világbajnokságról hallanak. Az a sportesemény nemcsak az újdonsült Budapest Sportcsarnok, hanem a magyar sport történetében is kiemelkedő jelentőségű volt. A magyar férfijégerong-válogatott ugyanis a nagyon szerény infrastruktúrája ellenére hazai pályán, hősieles küzdelemben kivívta a – már elitnek számító – B csoportba való feljutást.

– Azt a tornát sajnos én is csak a lelátóról izgulhattam végig, ám utána hosszú időre magam is „alapemberré” váltam a válogatottban – mesélte Farkas József, az Újpesti Dózsa egykori hokisa. – A világbajnokság után néhány saját nevelésű játékoskal együtt felkerültem a Dózsa első csapatához, ami akkoriban a Fradival vívott nagy csatákat a bajnoki címért. Innen pedig egyenes út vezetett a válogatottba.

Farkas József Rákospalotán született, és itt is nőtt fel. A mozgékony kisfiút a szülei a legsportosabb iskolába, a Kolozsvárra írtatták be.

– A lökést azonban nem ez, hanem a Városligeti Műjég adta nekem. A nagynéném műkorcsolyázó volt, anyukám is remekül korcsolyázott, s mivel sokszor voltam velük a Város-

FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ



Farkas József | A jégpályától a taxizásig

ligeti Műjégen, hamar megtanultam a kunsztokat. Egyszer aztán odajött hozzám egy hokiedző, aki elcsábított a KSI-be. Ám nem sokáig lehettem sportiskolás, mert a Kolozsvár akkoriban partneri kapcsolatban állt az Újpesttel, így nemes egyszerűséggel átigazoltattak a lilákhoz – mondta Farkas József.

Ezzel persze jót tettek velem, mert a Dózsa akkoriban Magyarország első számú hokiklubja volt. (A fradisták ezt vitatják.) Józsi a ranglétrát végigjárva 1983-ban került be a felnőtt-csapatba, amellyel öt bajnoki címet és öt kupagyőzelmet szerzett. Utána még

játszott néhány klubban, Győrben például, mielőtt negyvenévesen végleg befejezte a sportpályafutását.

– A mi korosztályunknak a nyolcvanas években nemcsak a jégfelületek hiányával és az időjárással, hanem a pénztelenséggel is meg kellett küzdenie. Jómagam például emiatt kezdtem az évtized végén taxizni. Eleinte csak finoman, két edzés között délutánonként, a Hotel Stadion és a repülőtér között, ám aztán hivatásommá vált a személyi fuvarozás. Sajnos, ez az egészségügyi helyzet a mi szakmánkat is ellehetetlenítette, így mostanság csak ücsörgök az autóban, és

reménykedve várom a járvány végét – fűzte hozzá Farkas József.

Ha utas száll be a taxijába, maximum azt láthatja, hogy az „erősen” férfias alkatú sofőr milyen nyugalommal irányítja a járművet. Azt viszont nem tudhatja, hogy ez a marcona külsejű taxisofőr egykor (az 1988–89-es szezonban) miként bolondította meg a nyolcvanas évek szupercsapatát, a szovjet válogatottal egyenértékű CSZKA Moszkvát, amelynek az egyik támadás végén parádés gólt is ütött. (A másik magyar találatot is egy kerületi hokis, Ancsin János szerezte.) Azt sem tudhatja, hogy Farkas Józsiért – és a társaiért – egykor ezek voltak képesek kizarándokolni a Megyeri úti nyitott jégpályára, illetve a bajnoki döntőre, mindig zsúfolásig megtöltötték a BS lelátóit. Az utas azt sem sejtetheti, hogy a sofőrje az 1990-es taxisblokáid idején sem azzal foglalkozott, hogy autójával elzárja valamelyik kereszteződést a forgalom elől, hanem azzal, hogy minél előbb Rákospalotára érjen, mert másnap csapata kupamérkőzést játszott volna Kazincbarcán, ami még a benzináremelésnél is fontosabb volt a számára. Persze, ennyi mindent nem is kell tudnia az utasnak, aki számára az is elég információ, hogy az autó, melyben ül, jó kezekben van.

Riersch Tamás

Víz nélküli vízilabda

Megpróbáljuk feltérképezni, miként vélekednek kerületi olimpiikonok a nyári játékok elhalasztásáról, illetve hogy miképp őrzik meg kondíciójukat a karantén idején. Most a női vízilabda-válogatott vezéregyéniségét, a Rákospalotán élő Keszthelyi-Nagy Ritát kérdeztük minderről.

Március 8–15. között lett volna az olimpiai selejtező tornánk Olaszországban, melyen szerettük volna kivívni a kvalifikációt. Az ismert egészségügyi helyzet miatt ezt a tornát határozatlan időre elhalasztották. Arról, hogy mikor lesz megtartva, még nincs döntés, ám a dátum kiválasztását jelentős mértékben befolyásolni fogja, hogy nemrég az olimpiát is elhalasztották egy évvel.

A női vízilabdázók már-

cius 15. óta csak egyénileg edzenek, és kizárólag szárazföldi munkát végezhetnek. Ez egy vizes csapatsportág esetében meglehetősen nehézkes teszt a felkészülést.

– Otthoni körülmények között csak arra van lehetőség, hogy a fizikumunkat valamelyest szinten tartsuk. Ez azonban nagyon messze van az ideálistól. A víz hiányát ugyanis semmivel sem lehet pótolni. Persze, én is futok, erősítek az erőnléti edzőnk útmutatásai szerint, tudok labdával falra passzolni is, de ehhez a játékhoz vizes környezetre lenne szükség. Amíg kijárási korlátozások vannak, pontosabban, amíg a járványhelyzet fennáll, nagy csodákat nem lehet várni – mondta Keszthelyi-Nagy Rita.

A Magyar Vízilabda Szövetség egyelőre május 15-ig

szünetelteti a bajnokságot. Rita szerint kizárt dolognak tűnik, hogy május közepén ott folytatódhasson majd a pontvadászat, ahol az március elején lezárult.

– Ahhoz, hogy ismét normális vízilabda legyen, többhetes vizes edzésekre van szükség, ráadásul a szezon végén – májusban-júniusban – sok játékosnak lejár a szerződése, így nem lenne elég idő a szezon normál befejezésére – tette hozzá a sportoló.

A magyar női vízilabda-válogatott az elmúlt három olimpián egyaránt jelentős tényező volt. Olyannyira, hogy Peking óta bőven kijárt volna nekik egy érem. Ehelyett csak három negyedik hellyel rendelkezik. Rita Londonban és Rióban is ott volt az éremért játszó együttesben.

– Úgy vélem, a Nemzet-



ARCHIV FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ

Keszthelyi-Nagy Rita | Tokióig még sok tennivalónk van

közi Olimpiai Bizottság a legfelültségteljesebb döntést hozta a halasztással. Ilyen körülmények között ugyanis nem lehetett volna rendesen felkészülni a játékokra. Persze van, akinek rosszul jött, és van, akinek előnyt jelent az a plusz év, de úgy vélem, aki négy évig küzdött azért, hogy ott lehessen az olimpián, az nem akar felkészületlenül

versenyezni. Én azonban jelen helyzetben nem foglalkozom Tokióval. Egyrészt azt sem tudni, mikor lesz majd a selejtezőnk, másrészt addig még sok tennivalónk van. Most többek között az, hogy betartsuk az utasításokat, otthon maradjunk, és megpróbáljuk megőrizni az egészségünket – nyomatékosította Keszthelyi-Nagy Rita.

R. T.

Olimpiai bajnokaink

A Magyar Sport Napját 2000 óta május 6-án tartjuk. Az akkori kormány döntése alapján azért erre a napra esett a választás, mert a krónikák szerint 145 évvel ezelőtt, 1875-ben pontosan ezen a napon rendezték Magyarország, sőt az európai kontinens első szabadtéri atlétikai versenyét.

A jeles nap alkalmából mi saját kiválóságainkra emlékezünk. Szerencsére, van kikre. Így az alábbi írásunkkal (helyhiány miatt) kizárólag a kerület olimpiai bajnokait méltatnánk (de természetesen jár az elismerés és a tisztelet az olimpiai, világ- és Európa-bajnoki érmeseknek, helyezetteknek is).



Budai (Bednarik) II. László

Legrégibbi olimpiai bajnokunk egy labdarúgó, a Ferencváros, majd a vi-

lágírú Budapesti Honvéd jobbszélője. Ott volt a pályán az Évszázad mérkőzésén, az angolok elleni londoni sikernél (6-3), illetve az 1954-es svájci világbajnokságon is két meccsen lehetőséget kapott. 1952-ben már tagja volt a helsinki olimpián aranyérmes magyar csapatnak, ám azon a tornán mindössze egy mérkőzésen játszhatott. A válogatottban legszebb mérkőzését 1950. június 4-én játszotta, amikor egymaga négyet lőtt a lengyeleknek, ráadásul kint Varsóban, a mérkőzést végül 5-2-re nyerte meg a magyar csapat. Budai, amilyen csendben s szerényen élt, olyan csendben és szerényen távozott 1983-ban.



Kulcsár Győző

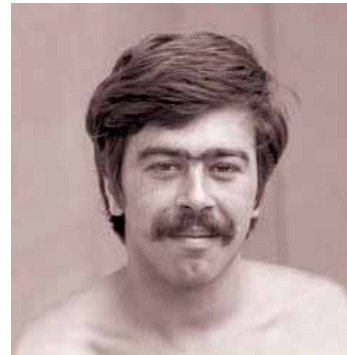
A kerület legidősebb olimpiai bajnoka a négyszeres aranyérmes párbajtőr-vívó lehetne. Ám ő utolsó diadalát

követően (a tanítványát, Szász Emesét a 2016-os riói ötkarikás játékokon olimpiai bajnoki címre vezette) 2018. szeptemberében váratlanul elhunyt.

A tragédia azért érhetett bennünket váratlanul, mert a Mester 78 éve ellenére is fitt volt. Főleg, ha szeretett sportágáról, a vívásról volt szó. Azért ugyanis élt-halt. A háborút követően fiatalon, mindössze 15 évesen kezdett el vívni, hogy aztán tehetségét kibontakoztatva a magyar sport egyik kimagasló alakja legyen. Közel két évtizeden keresztül meghatározó tagja volt annak a férfi párbajtőr-csapatnak, amely sikert sikerre halmozott, többek között három olimpiát, három világbajnokságot és egy Universiadét nyert. Sportolói kvalitására nagyon is jellemző, hogy pályafutása egyik legnagyobb kudarcának az 1972-es olimpia egyéni versenyszámának elődöntőjében honfitársától, Fenyvesi Csabától elszenvedett vereséget tartotta. Őt ugyanis csak a győzelem érdekelte. Ezt a szellemiséget tudta edzőként a tanítványaiba, az olasz Maurizio Randazzóba, Nagy Timeába és Szász Emesébe is átplántálni, akik mind az ő irányításával értek fel a csúcsra.

Kenéz György

Kerületünk másik büszkesége a legfiatalabb tagja volt az 1976-os olimpiai bajnok férfi vízilabdaválogatottnak.



Legfiatalabbként ha nem is ő volt, aki a hátán cipelte a csapatot, ám abban az időben (sőt még ma is így van) nehezebb volt bekerülni a magyar csapatba, mint annak tagjaként egy világversenyt megnyerni. Kenéz Gyuri pedig nemcsak bekerült, hanem meg is állta a helyét, amit az olimpiai és Európa-bajnoki címe, két vébéézüstje és számos sikere (BEK- és KEK-győzelme) is bizonyít.

Pályafutását befejezve pedig edzőként és sportvezetőként is bizonyított. Előbbi pozíciójában a tavalyi budapesti Maccabi Világjátékokon vezette sikerre a magyar csapatot, utóbbiban pedig az Angyalföldi Sportiskolát és DSE-t irányítja sikerrel.

Riersch Tamás
(Folytatjuk)

Egészségben az erő

A vitaminok, az ásványi anyagok, a testmozgás mellett a bélflórának is fontos szerep jut immunrendszerünk megfelelő működésében. A baktériumok, amelltt hogy részt vesznek a kórokozók elleni védekezésben, segítenek a tápanyagok emésztésében, de még vitaminokat is állítanak elő számunkra.

A felsoroltakon kívül meg kell említeni, hogy világszerte számos kutatás folyik a bélflóra és az idegrendszer közötti kapcsolat feltérképezésére, elképzelhető ugyanis, hogy a bélflóra még a mentális egészségre is hatással van.

– A bélflóra, vagy más néven mikrobiom, az emésztőrendszerünkben (főleg a vastagbélben) élő mikroorganizmusok sokszínű, dinamikusan változó közössége. A velük élő és együttműködő baktériumok összességét elképesztő módon 1-2,5 kilogramm közé becsülik, összetétele pedig minden emberben eltérő, tehát minden-



Fontos a bélflóra | Az immunrendszer egyik alapja

kinek egyéni baktériumgyűjteménye van, akár egy ujjlenyomat – magyarázza Szabó Krisztina dietetikus.

A bélbaktériumok az elfogyasztott étel számunkra emésztetlen részével, vagyis rostokkal táplálkoznak. Az emésztőrendszerünk ebből a szempontból (is) remekül megszervezett.

Az általunk elfogyasztott növényi rostok emésztetlenül haladnak át a tápcsatornánkon, egészen a vastagbélig, ahol a bélbaktériumok milliói várják azokat, hiszen számukra ezek hasznos tápanyagokat tartalmaznak.

Tehát megfelelő mennyiségű rost fogyasztása nemcsak saját magunk,

de a bélbaktériumok számára is elengedhetetlen. Ezért étrendünk gazdagon és változatosan tartalmazzon zöldségfélét, száraz hüvelyeseket, gyümölcsöket, olajos magvakat, valamint teljes kiőrlésű gabonát!

A baktériumok táplálékát más néven prebiotikumoknak nevezzük. Akár magukat a baktériumokat is bevihetjük (és nagy valószínűséggel be is visszük) szájon át, probiotikus táplálékkiegészítők formájában vagy bizonyos ételek fogyasztásával (például probiotikus joghurt, kefir, savanyított káposzta).

A szakembertől megtudtuk, hogy bizonyos tényezők, mint például az egyoldalú táplálkozás, az antibiotikumok szedése, illetve egyes fertőzések a bélflóra egyensúlyának felborulását eredményezhetik. Ez azt jelenti, hogy a hasznos baktériumtípusok száma csökken, vagy éppen más, kevésbé hasznos fajok száma megnő.

-y -a

Az előző rejtvényünk helyes megfejtése: **József Attila születésnapján a költészet kerül középpontba.**

Kedves Olvasóink!

Tekintettel a járványhelyzetre, az elkövetkezendő időszakban a keresztrejtvény-nyereményeinket felfüggesztettük. Az otthon maradás alatt tekintsek szórakozásnak a feladványainkat!

HIRDETÉS-FELVÉTEL

A járvány alatt különleges lehetőséget kínálunk hirdetőinknek!

Érdeklődjön a kedvezményekről:
+36 70 773 8833
hirdetes@xvmedia.hu

RÁKOSPALOTA / PESTÚJHELY / ÚJPALOTA

ÉLETKépek XV. KERÜLET KÖZÉLETI LAPJA

Az ÉLETKépek következő megjelenése: 2020. május 18.

Lapzárta: 2020. május 8.

Az újságot ideiglenesen hétfőn, kedden, illetve szerdán 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 ♦ Felelős szerkesztő: Béres Ildi ♦ 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: XV. ker. Deák u. 48 nm-es, belső udvarra néző, csendes, erkélyes, kétszobás, kifogástalan állapotú I. emeleti lakás autobeállóval. Irányár: 33,9 millió Ft. Tel.: 06 20 377 7904

Elcserélném 78 nm-es, felújított, 3,5 szobás, önkormányzati lakásom. Érdekel: kertés, 40 nm-es, kétszobás lakás (régibérű) Tel.: 06 70 421 6337

Idős hölgy befektetés céljából eladná 47 nm-es összkomfortos lakását. Tel.: 06 1 417 5301

Albérletet keresek a XV. kerületben, hosszútávban gondolkodom, a lányommal mennék. Tel.: 06 30 245 2759

LAKHATÁS

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

KIADÓ

Kiadó: garázs, Rákospalota Fő út Dózsa Gy. Gimn. közelében. Tel.: 06 20 349 5156

ADOK-VESEK

Eladó: szépirodalmi könyvek, költemények, útikönyvek lexikonok. (Passuth, Moldova, Berkesi, Németh László, Illyés Gyula, Weöres, Pilinszky... stb.) Ára: 400 Ft/db, lexikonok 800 Ft/db. Telefon: 06 20 258 7837 (du. 16-20 óráig)

Eladó: Singer motoros ipari varrógép, kompresszor 10 atm., 28-as férfikerékpár. Telefon: 06 20 957 4391

Eladó: hintaszék és radiátor, villanymelegítő, három fokozatos. Tel.: 06 30 557 9247

Eladó: új kávékészlet 4 E Ft, koloniál állólámpa világos ernyővel 3 E Ft, Panasonic üzenet-rögzítő, faxos fénymásoló 4 E Ft, + külön 1 telefon, 1 E Ft, 3 db-os fürdőszobaszettek (piros zöld) 2 E Ft, 4 db-os zöld 4 E Ft, 4 db német, türkiz, fehér mintás 5 E Ft, Tel.: 06 20 227 9272

Eladó vasmázsa (tüzelőszállításhoz) használták, minőségi hasítóbárd rozsdamentes acélból, súlya 2 kg, kézműves munka. Tel.: 06 70 273 1886

Eladó: varrodából megmaradt méteráru (pamut, selyem stb.) hifi, könyv, régi varrógép és sok más. Tel.: 06 20 592 0813

Eladó: csővázás, újszerű kempingágy 600 Ft-ért, valamint infrás (talpflex) masszírozó. Telefon: 06 1 306 5331 v. 06 30 356 6590

Eladó: 2 db (egy férfi- és egy női) Schwinn Cseppel kerékpár együtt, rendszeresen szervizelt állapotban. Tel.: 06 30 534 2180

Eladó: 2 db Nike cipő (38-as) egyik focicipő, a másik magasított szárú, (nem használt állapotú) ár megbeszélés szerint. Tel.: 06 70 392 5858

Eladó: 2 db 100 l-es boroshordó, 2 db 50 l-es üvegballon, 2 db 12 l-es vizesvödör, biotron lámpa szett, süteményestányérok, kávékészlet, nagykabátok, régi papírpénzek, képeslapok. Tel.: 06 1 306 7679

Eladó: S-es méretű női divatos ruhák, kabátok, női motorosdzseki olcsón. Tel.: 06 20 530 7120

Eladó: Zórád Géza-festmények (1890–1960) áron alul, őszi táj, téli táj, juhcsorda, gyümölcscsendélet, gyerekek a vízparton. Tel.: 06 1 419 9384

Eladó: jó állapotban lévő panofixbunda, világos drapp, 42-es méretű kosztüm, szürke, magas sarkú 37-es antilopcipő. Tel.: 06 1 419 9384

Eladó: kislányra való ruhák, kb. 80-90 db 62-es mérettől, egyben 10 E Ft, válogatva 200-300 Ft/db, fiúruhák (pólók, pulóverek, nadrágok, kabátok) különböző méretben 200 Ft-tól darabja. Telefon: 06 20 530 7120

Eladó: 15 l-es, jó állapotban lévő permetező, konyhai szétnyitható asztal, asztalra szerelhető fodrászhajszárító, bélyegek első napi bélyegzéssel, originált csomagolásban. Tel.: 06 1 419 8239 este 17 óra után

Eladó: építkezésből visszamaradt, új, rózsaszín járólappal 20x10-es (60 nm) és 80x30-as új, akác lépcső-fokok, 20 db Tel.: 06 20 497 3086

Eladó: még nem használt 16 db-os pedikűröző acél műszer-szett műanyag tartótokban 10 E Ft. Tel.: 06 20 556 9686

Eladó: 1 db városi gázza köthető háromlappos tűzhely (sütő javításra szorul) 2 E Ft, 1 db dohányszószal 8 E Ft, 1 db ágyneműtartós heverő 15 E Ft, 1 db polc 1 E Ft, 2 db szék 800 Ft/db, 1 db konyhaasztal 2 E Ft, 2 db kagylófotel (át kell húzni) 1 E Ft, különféle kéziszerszámok 200 Ft/kg. Tel.: 06 70 299 9071

Eladók szép kalcit kristályok többféle színárnyalatban dekától kilóig. Akváriumba, szobanövények közé, díszkertbe. Ár megegyezés szerint. Tel.: 06 70 273 1886

Hatvanhárom éves, szép arcú, diplomás hölgy megismerkedne rendes, megbízható, diplomás, független, sok szabadidővel rendelkező úrral. krixakraxa@gmail.com

Középkorú hölgy ismerkedne komoly kapcsolatt céljából. Csakis olyan urak hívjanak, akik komoly szándékúak. Tel.: 06 70 542 0251, 19 órától.

Nyugdíjas tanár vagyok, a XV. ker-ben lakom. Keresem a párom komoly kapcsolatra, 75 éves korig. Tel.: 06 20 428 2735

Keresem társamat hosszú távú kapcsolatra, 41 éves vagyok, többet telefonon. Tel.: 06 30 245 2759

Negyvennyolc éves, elvált, ápolt, házias, becsületes hölgy párját keresi, megbízható, független, anyagi biztonságban lévő férfi személyében. Jelige: megértés. Tel.: 06 70 392 5858 e-mail: csorbakatalin72@gmail.com

AJÁNDÉKBA

Hetvenéves hölgy ajándékba szeretne kapni jó, használható számítógépet, tartozékokkal és – ha lehet – nyomtatóval. Tel.: 06 70 260 0863

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 70 940 1011

ADÓSSÁGRENDEZÉS

ADÓSSÁGRENDEZÉS, GONDOZÁS, ELTARTÁS, INGATLANÉRT CSERÉBE, holtig tartó haszonélvezettel! Bizalom! +36 30 607 3707

FOGTECHNIKA

LEGADENT FOGTECHNIKA, 1158 BP., PEST-ÚJHELYI U. 48. FogSOROK készítését javítását vállalja fogtechnika. Igény szerint házhoz megyek. Telefon: +36 20 325 6500

KERT

KERT- ÉS TELEKRENDEZÉS! Metszés, permetezés, favágás, bozótirtás, térkövezés, kerítésépítés. Reális áron! www.telekrendezes.hu Tel.: +36 20 259 6319

RÉGISÉG

PAPÍR-ÉSFÉMPÉNZT, BÉLYEGET, KÉPESLAPOT, papírrégiséget, régiségeket vásárolunk és árverésre átveszünk. VI., Andrássy út 16. Tel.: 266 4154. Nyitva: H-Sz: 10–17, Cs: 10–19.

VÍZSZERELÉS

VÍZVEZETÉK SZERELÉS DUGULÁSELHÁRÍTÁS GÉPPEL, FALBONTÁS NÉLKÜL garanciával, ingyenes kiszállítással. Lakások komplett szerelése, fürdőszobák átalakítása, wc-k, tartályok, csaptelpek, mosdók, szifonok, mosógépek, alap- és felszállóvezetékek, szennyvízcsatornák, pincék, strangok kiépítése, csőtörések megszüntetése. Segélyvonal 0–24. Máté Dávid +36 30 284 2879 Bizalmát előre is köszönöm!



TERMELŐI MÉZEK
akácméz, vegyesméz,
selyemfűméz, hárszméz,
lépesméz, propoliszos méz
3 kg felett
ingyenes
házhöz szállítás!

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

A kerületi lakosok számára – szolgáltatások kivételével – legfeljebb 20 szóig ingyenes megjelenést biztosítunk. A hirdetéseket az adott terjedelmi lehetőségek figyelembevételével, a beérkezés sorrendjében közöljük. A hirdetések tartalmáért a szerkesztőség nem vállal felelősséget.



Megújult telefonos XV Media app!

- ➔ Friss hírek - értesítésekkel
- ➔ Videók
- ➔ Podcast
- ➔ Aktuális ÉLETKépek magazin
- ➔ Androidra és iPhone-ra

KHP Budapest Kft.
www.khp.hu
Krepler István
30 932 3853

Jó weboldallal a csúcsra

- ➔ vevőmágnes honlap
- ➔ ütős grafika
- ➔ jövedelmező webáruház

A HUBAY JENŐ ZENEISKOLA és ALAPFOKÚ MŰVÉSZETI ISKOLA

FELVÉTELI JELENTKEZÉST HIRDET a 2020/21-es tanévre

Szeretettel hívunk és várunk minden érdeklődőt művészeti foglalkozásainkra:

- ✦ zene,
- ✦ klasszikus balett,
- ✦ képzőművészet (festészet, grafika, kerámia).

Még soha nem volt ilyen egyszerű az új tanulók bejelentkezése és régi tanulóink visszairatkozása! Iskolánk honlapján már elérhető a bejelentkezési link, amelyen keresztül pár perc alatt online regisztrálhat!

HATÁRIDŐ: 2020. MÁJUS 20.

További információért látogasson el honlapunkra:
www.hubayzeneiskola.hu
www.facebook.com/hubayjeno.zeneiskola/
vagy keressen minket alábbi elérhetőségeinken:
info@hubayzeneiskola.hu
TELEFON: (06 1) 271 0842

„Más dolog ismerni az utat, és más járni rajta.” – Marix c. film

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 2020. december 31-ig érvényes. Más akcióval össze nem vonható.