

# ZUGLÓI LAPOK

ZUGLÓ

ALSÓRÁKOS • HERMINAMEZŐ • ISTVÁNMEZŐ • KIS-ZUGLÓ • NAGY-ZUGLÓ • RÁKOSFALVA • TÖRÖKÖR • VÁROSLIGET



## Egyedülálló szociális intézkedések Zuglóban

Interjú Karácsony Gergely polgármesterrel a fejlesztési tervekről (5. oldal)

## Számít az önkormányzat az építő javaslata

A zuglóiak helyi közlekedéssel, egészségügyi helyzettel, kultúrával, szociális ügyekkel kapcsolatos javaslatait várja az önkormányzat. A hivatal a lakosság bevonásával kívánja megalkotni a következő öt évre szóló településfejlesztési stratégiáját.

Az Integrált településfejlesztési stratégia (ITS) magába foglalja egyebek mellett az oktatást, a munkahelyteremtést, a gazdaságot, mindent, ami az itt élők életkörülményeinek javítását szolgálja – részletezte Barta Ferenc, a kerület főépítésze. Az önkormányzat kiemelt figyelmet fordít a környezetvédelemre, az esélyegyenlőségre, a közlekedésfejlesztésre és a társadalmassági javaslatokra.

A fejlesztési elképzeléseket egy gazdasági, várostervezési és pályázati csoportból álló konzorcium tanulmányozza. Az összesített információk alapján készíti el az önkormányzat beavatkozási munkatervét. A lakosok és képviselők visszajelzésére is számítanak a hivatal munkatársai, például abban, hogy hány parkoló épüljön a Füredi utcai lakótelepen. A lakossági észrevételeket – elsősorban elektronikus levél formájában – a városfejlesztési osztályon fogadják. A beküldés határideje február 28.

A Belügyminisztérium felkérésére az ország 152 településén, köztük Zuglóban készítenek településfejlesztési tervet.

(részletek és kérdőív a 4. oldalon)

## Három évre bezár a Szépművészeti



Felújítják a II. világháború óta tárolónak használt Román Csarnokot – a Szépművészeti Múzeum fotómontázs (9. oldal)

## 70 éve történt: Budapest ostroma



1945 tavaszán nem működtek a közművek, a Széchenyi fürdő meleg vizével mostak a Hősök terén (6. oldal)

## MSZP-s segítség a rászorulóknak

Gulyással, kenyérral és gyümölcseivel kínálták a rászorulókat képviselők az Örs vezér terén. A szervezők ötszáz adag ételt osztottak ki. Évről évre növekszik a száma azoknak Zuglóban is, akik ritkán jutnak meleg ételhez, és segítségre szorúlnak. Tóth Csaba, Zugló szocialista képviselője elmondta: nem egyszeri akcióról van szó: a képviselők ruhaosztást is terveznek a közeljövőben (7. oldal)







**A rendszerváltás óta nincs átmeneti idősotthon Pest északkeleti kerületeiben, és bár az önkormányzatokat 1993 óta törvény is kötelezi ilyen intézmény fenntartására, a problémát több kormányzati cikluson keresztül sem sikerült megoldani a térségben. Összeállításunkban sorra vettük a Zuglóban jelenleg elérhető lehetőségeket.**

Az idősgondozás alapelve, hogy az idősök minél tovább családi körben maradhassanak. Ehhez nyújtanak segítséget a különböző nappali szolgáltatások. Első körben, amikor a nyugdíjas gyakorlatilag még teljesen el tudja látni önmagát, de az elmagányosodás már veszélyezteti, a különböző nyugdíjasklubok jelenthetnek megoldást. Zuglóban öt ilyen működik, mindegyik helyszínen 8 és 16 óra között várják különféle programokkal és étkezés biztosításával az időseket. Gyűgyeiné Tamás Viktóriától, a Zuglói Szociális Szolgáltató Központ vezetőjétől megtudtuk, mivel van saját kis-

buszuk, olykor-olykor az is megoldható, hogy a nehezebben közlekedő tagokat kocsival vigyék el bizonyos programokra.

Amikor az idős ember már csak részben képes ellátni magát, következő lépésként igénybe vehető a házi segítségnyújtás. A szolgáltatás a kerületi szociális központnál kérhető. Zuglóban jelenleg 34 gondozó körülbelül 300 idős embert látogat rendszeresen, de maximum napi négy órában. A gondozó bevásárol, beadja a gyógyszereket, segít a tisztálkodásban, a napi életvitel fenntartásában.

– Az idén január 14-én megjelent új törvényi szabályozás azonban a jövőben már nem kedvez ennek a szolgáltatásnak, ugyanis az Emberi Erőforrások Minisztériuma megemelte a gondozási szükséglet ponthatárait – tette hozzá Gyűgyeiné Tamás Viktória.



Gyűgyeiné Tamás Viktória

A munkanapokra korlátozódó szolgáltatásért egyébként jövedelemarányosan kell térítési díjat fizetni. Amikor

már a házi segítségnyújtás is kevésnek bizonyul – például éjszaka is szükség lenne a gondozásra, vagy betegség, bal-



Változatos programok napi rendszerességgel

## Házi segítségnyújtás: új pontrendszer

Szigorodtak a házi segítségnyújtás feltételei, azért, hogy ne lehessen nyúlketrecet takarítani, szalmabálát pakolni vagy kutyát sétáltatni szociális gondozás jogcímén – erről Czibere Károly beszélt nagy nyilvánosság előtt. Az érintettek többsége ezen felháborodott.

A kormányzat a szociális ellátórendszer átalakításánál arra törekszik,

hogy a legrászorultabbak kapjanak fokozott odafigyelést, segítséget, ápolást és gondozást. Az államtitkárság közleményében úgy fogalmazott: az alacsony ponthatár már nem tudja követni a társadalom elöregedéséből fakadó ápolási, gondozási feladatok növekedését. Ezért 2015-től a házi segítségnyújtás igénybevétele előtt egy többdi-

menziós állapotfelmérés készül, ahol a szolgáltatás biztosításához most 20 pontot kell elérni. (A kezdeti 6 pontot 11-re emelték, ez módosult most – a szerk.) A módosítás azokat az igénylőket érinti, akik a jogszabályváltozás hatálybalépése után kérik a szolgáltatást. A már ellátotti jogviszonyban lévőkre nem vonatkozik a pontha-

tárok változása, nincs felülvizsgálat előírva a már igazolt gondozási szükségletekre.

Az érintettek közül sokan felháborodásukat fejezték ki, mert úgy érzik, nem élnek vissza a rendszerrel. Az intézkedést jogaik csorbításaként élik meg, de erről névvel nem nyilatkoznak.



Harmónia Idősek Klubja a XIV. kerületben

## Idősek otthona a közelben

A Fővárosi Önkormányzat által működtetett átmeneti, illetve idősök otthonairól a [www.modszertan2001.hu](http://www.modszertan2001.hu) internetes oldalon tájékozódhatnak, ahol egyébként a civil és az egyházi intézményeket is feltüntették kerületekre lebontva. Személyesen a felvételt előkészítő csoportnál (FECS) lehet információkat kérni, és a jelentkezéshez szükséges dokumentumokat is itt kell leadni. FECS, 1054 Budapest, Bajcsy-Zsilinszky út 36–38.



Szabadtéri szórakoztató műsor a nyugdíjasoknak





Idősek otthona a IV. kerületben

eset miatt a kórház után ápolás szükséges –, akkor jönnek szóba az átmeneti otthonok. Itt maximum egy évet tölthetnek az idősek, hiszen ezen intézmények célja, hogy a beteg – állapotának feljavítása után – ismét családi környezetbe kerüljön vissza. Bár a kerületi önkormányzatokat 1993 óta törvény kötelezi átmeneti otthon működtetésére, szankció hiányában és anyagi gondok miatt csak a budapesti kerületek felében működtetnek ilyen intézményeket. Zuglóban nincs átmeneti otthon, mint ahogy a fővárosi önkormányzat által működtetett idősek otthona sem, amely az állandó ápolásra szoruló nyugdíjasok elhelyezésére szolgál.

Az önkormányzat szociális ügyekért is felelős alpolgármestere, Szabó Rebeka elmondta, nem sokkal hivatalba lépése után értesült arról a problémáról, hogy az 1993-as törvényi kötelezettség ellenére sincs átmeneti nyugdíjasotthon a kerületben.

– Azonnal megkezdtem a tájékozódást ez ügyben – tette hozzá Szabó Rebeka. – Alaposan körbe kell járni, mi lehet az oka annak, hogy több korábbi vezetés

alatt sem valósult meg ez a fejlesztés. Megvizsgáljuk annak a lehetőségét, miként lehet létrehozni egy ilyen intézményt a kerületben, de ez biztosan beletelik néhány évbe. Zuglóra is jellemző, hogy a társadalom idősödik, ezért egyre több olyan szolgáltatásra lesz szükség, amely az idősebb korú emberek számára fontos.

– A fővárosnak nincs olyan kötelezettsége, hogy minden kerületben nyitnia kellene idősek otthonát – tudtuk meg Skultéti Józseftől, a Főpolgármesteri Hivatal kulturális, sport-, köznevelési, egészségügyi és szociálpolitikai főosztályának vezetőjétől –, de igyekszünk az igényeknek és a rendelkezésre álló forrásoknak megfelelően alakítani a szolgáltatást. Zuglóban nincs a főváros által működtetett idősek otthona, mint ahogy a XV. és a XVI. kerületben sem. Utóbbiban nemrég zártunk be egy elavult, műszakilag rossz állapotú intézményt, helyette épült az Alacska úti 150 férőhelyes otthon, és bővült a Baross utcai épület, de Gödöllőn is készülöben van egy 100 férőhelyes intézmény. Azt gondolom, Budapesten belül van a kisebb gond az idősek elhelyezésével, hiszen

néhány kilométer távolság még nem jelenthet akadályt a hozzátartozóknak. Ráadásul a 21 budapesti és a 8 vidéki otthonunkon kívül működtetnek ilyen intézményeket civil szervezetek és egyházak is, így összesen 82 idősek otthona található Budapesten.

Skultéti József elmondta, a főváros által kezelt 29 intézményben jelenleg 3800 idős lakik, és mintegy ezren várnak elhelyezésre. A várakozási idő – intézménytől függően – egy hónaptól több évig is terjedhet.

– Ha egy kerületi önkormányzat úgy ítéli meg, hogy az adott településen sok az ellátásra szoruló, természetesen dönthet úgy, hogy maga létesít idősek otthonát – tette hozzá Skultéti. – Erre több kerületben volt már példa a közelmúltban.

**Forrai-Kiss Krisztina**



Skultéti József



Farsangra készülnek a kerületi nyugdíjasklub tagjai

## Egészségügyi távfelügyelet

A jelzőrendszeres házi segítségnyújtás egészségügyi távfelügyelet, amelyet a Zuglói Szociális Gondozó Szolgálat végez, az ő munkájukhoz biztosít a Zuglói Közbiztonsági non-profit Kft. technikai háttérrel. Saját otthonukban élő, egészségi állapotuk és szociális helyzetük miatt rászoruló idős, valamint fogyatékkal élő személyek igényelhetik az ellátást. A rendszer egy csuklóra erősíthető vagy nyakba akasztható, S.O.S. nyomógombos kis készülékből és a működéséhez szükséges telefonból áll. Probléma esetén a gomb megnyomásával azonnali telefonos jelzés küldhető a 24 órában működő ügyeletre. Felkészült munkatársak fogadják a hívást, és haladéktalanul intézkednek, ami a telefonon történő tanácsadástól a szociális gondozó vagy a mentőszolgálat értesítéséig terjedhet. Tavaly közel 300 ügyféltől mintegy 774 jelzés érkezett a központba, ahol minden esetben intézkedtek.

A távfelügyelettel kapcsolatos további információ a Zuglói Szociális Gondozó Szolgálatnál kérhető.



Csukló-távfelügyelet, a telefont a közbiztonsági cégnél veszik fel



## Nyugdíjasklubok és házi segítségnyújtás Zuglóban

A kerületi lehetőségekről részletesen a Zuglói Szociális Szolgáltató Központ honlapján vagy az Erzsébet királyné útja 49. szám alatt, illetve a +361 7999 081 és a +361 3838 336 telefonszámon lehet érdeklődni.

### Zuglói nyugdíjasklubok:

#### 1. Eleven Élet Idősek Klubja

Cím: 1147 Budapest, Kerékgyártó u. 33/B. Telefon: +361 467-0914

#### 2. Árnyaskert Idősek Klubja

Cím: 1148 Budapest, Bánki Donát park 12/F. Telefon: +361 220-7063, +361 220-0451, +361 220-0253 E-mail: arnyasklub@gmail.com

#### 3. Őszirozsa Idősek Klubja

Cím: 1145 Budapest, Emília u. 29-31. Telefon: +361 383-2989

#### 4. Liget Idősek Klubja

Cím: 1146 Budapest, Bethesda u. 4. Telefon: 222-5935 E-mail: ligetklub4@gmail.com

#### 5. Harmónia Idősek Klubja

Cím: 1141 Budapest, Fogarasi út 113. Telefon: 363-3414

## Egyházi fenntartású intézmény

Kerületünkben egyházi intézmény (Egységes Magyarországi Izraelita Hitközség, EMIH) alapította az Olajág Otthonokat, amelynek főigazgató-helyettesétől, Szirmai Viktortól megtudtuk: a bentlakók mintegy 30 százaléka zuglói. Persze a szomszédos kerületekből is szép számban gondoznak időseket. Az otthon szolgáltatásait igénybe vevők többféle szempont és feltétel szerint fizetnek gondozási díjat. Figyelembe veszik, hogy milyen a jelentkező egészségi állapota, önálló képessége, de függ attól is, hogy milyen szolgáltatást kíván igénybe venni, illetve milyen méretű szobában, lakosztályban szeretne élni. Nincs minden esetben „beugró”, a beköltözések jelentős hányadában ez nem jellemző. Van, aki csak a nyugdíj nyolcvan százalékát fizeti, van olyan, akinek a hozzátartozója kiegészíti a havidíjat, és van olyan eset is, amikor belépési összeget kell fizetni. Mivel a fentiek miatt a díjak alakulása nagyon személyre szabott, Szirmai a nagyságrendek érzékeltetésére azt mondta, a demensrészlegükön a fizetendő teljes havidíj 120–150 ezer forint.



Tájékoztató

Budapest Főváros XIV. Kerület Zugló Önkormányzata a DAOP-6.2.1/13/K-2014-0002, DDOP- ÉMOP- ÉAOP- KDOP- KMOP- NYDOP-6.2.1/K-13-2014-0002 azonosítószámú, „Fenntartható településfejlesztés a kis- és középvárosokban (fővárosi kerületekben) – Integrált településfejlesztési stratégiák kidolgozása” című projekt keretében megkezdte integrált településfejlesztési stratégiájának összeállítását.

A közép- és hosszú távú tervek meghatározása során számítunk a lakosság, a civil szervezetek, gazdasági társaságok segítő együttműködésére, nem csupán a jogszabályokban rögzített mértékben, hanem az előkészítés során is.

A www.zuglo.hu oldalon és a Zuglói Lapokban folyamatosan teszünk közzé információkat a stratégia készítésének folyamatával kapcsolatban.

Annak érdekében, hogy véleményüket, észrevételeiket figyelembe vehessük az Integrált településfejlesztési stratégia kidolgozása során, kérem, hogy az alábbi kérdőív kitöltésével és 2015. február 20-ig történő beérkezésével támogassa munkánkat.

Kérdőív:

- Közvetlen környezetében, illetve Zugló területén milyen még nem biztosított kereskedelmi, szolgáltató funkciót javasol? Kérem, a helyszínt is jelölje meg!
- Milyen beavatkozásokat javasol a szociális, egészségügyi, oktatási, kulturális és sportellátás területén?
- Milyen közlekedési beavatkozásokat javasol a közösségi közlekedésben és az úthálózat minőségének fenntartása, javítása érdekében?

- Milyen funkciójú közterület-fejlesztések megvalósítását tartja a legfontosabbnak (pl. fasorok telepítése, parkok rekonstrukciója, játszóterek, sportpályák fejlesztése stb.)?
- Milyen környezetvédelmi beavatkozásokat javasol Zuglóban (pl. zajvédő fal építése, hulladékgyűjtés stb.)?
- Milyen jellegű önkormányzati támogatást tartana fontosnak (pl. panelprogram, műemlékvédelem, helyi védelem alatt álló épületek felújítása, stb.)?
- Szükségesnek tartja-e az állandó lakosok számára a munkahelyteremtő beruházások megvalósítását?
- Milyen funkciókat telepítene Rákosrendező nem hasznosított területére?
- Egyetért-e a Városliget további beépítésével, a Múzeumi Negyed kiépítésével? Egyetért-e a Városliget meglévő létesítményeinek rekonstrukciójával?
- Elégésesnek tartja-e a jelenlegi kerékpárút-hálózatot, mely területeken javasolja annak további kiépítését?
- Megfelelőnek tartja-e Zugló közbiztonságát, és milyen beavatkozásokat, intézkedéseket javasol annak javítása érdekében?

Kérem, hogy véleményüket – nevük, lakcímük és/vagy e-mail címük megadása mellett – Budapest Főváros XIV. Kerület Zugló Önkormányzata főépítésének címezzék:

**Budapest Főváros XIV. Kerület Zuglói Polgármesteri Hivatal, Barta Ferenc főépítész, 1145 Budapest, Pétervárad u. 2. foepitesz@zuglo.hu**

Tisztségviselők

POLGÁRMESTER



**Karácsony Gergely polgármester** soron következő fogadóórájának időpontjáról a 061 872-9488-as telefonszámon adnak felvilágosítást.

ALPOLGÁRMESTEREK



**Hajdu Flórián alpolgármester** fogadóórájára bejelentkezés a 06-70-260-07-95-ös telefonszámon. Fogadóóra időpontja: minden hónap első kedd 14:00-15:00 óra, Polgármesteri Hivatal, 1145 Budapest, Pétervárad u. 2.



**Szabó Rebeka alpolgármester** fogadóórájára bejelentkezés 2015. február 16-án 8:00-18:00 óráig a 872-9488-as telefonszámon. Fogadóóra időpontja: 2015.február 25. Folyamatos bejelentkezés az alábbi linken: <http://devel.zuglo.hu/fogadoora/>



**Rozgonyi Zoltán alpolgármester** fogadóórájára bejelentkezés a 06-1-872-9228-as telefonszámon. Minden hónap első hétfő 16:00-18:00 óra, Polgármesteri Hivatal. Soron következő fogadóóra időpontja: 2015. március 3.

JEGYZŐ



Bejelentkezés **Hoffmanné dr. Németh Ildikó jegyző** polgármesteri hivatali fogadóórájára a jegyzői titkárságon, a 872-9171-es telefonszámon.

ALJEGYZŐ



Bejelentkezés **dr. Teimer Gábor aljegyző** polgármesteri hivatali fogadóórájára az aljegyzői titkárságon, a 872-9164-es telefonszámon.

Parlamenti képviselők



**Tóth Csaba** (8. OEVK)  
Előzetes bejelentkezés alapján. Tel.: 06-30 616-86-82



**Szatmáry Kristóf** (13. OEVK)  
Előzetes bejelentkezés alapján. Tel.: 06-20 214-48-49



**Dr. Papcsák Ferenc**  
Előzetes bejelentkezés alapján. Tel.: 06-30 669-54-84

Az önkormányzat ügyfélfogadási rendje

Általános ügyfélfogadás

(Pétervárad utca 2.)  
**Telefon: 872-9000, 872-9100.**  
hétfő: 13.30–18.00,  
szerda: 8.15–16.30,  
péntek: 8.15–11.30 óráig

Ügyfélszolgálat (Pétervárad utca 2.):

hétfő: 8.15–12.00 és 12.30–18.00,  
kedd: 8.15–12.00 és 12.30–16.00,  
szerda: 8.15–12.00 és 12.30–16.30,  
csütörtök: 8.15–12.00 és 12.30–16.00,  
péntek: 8.15–11.30 óráig

**Előzetes időpont-egyeztetés legfeljebb négy hétre előre,** telefonon: 8729-392 [www.magyarorszag.hu](http://www.magyarorszag.hu), [www.zuglo.hu](http://www.zuglo.hu) • személyesen az okmányiroda recepcióján.

FOGADÓÓRÁK

Önkormányzati képviselők

| Sor-szám | Megválasztott képviselő neve                                                       | Fogadóóra helye                                                              | Fogadóóra időpontja                                                                                                                                                                                                                   |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.       | <b>Cseke Vanda 1. vk.</b><br><i>Fidesz-KDNP</i>                                    | Polgármesteri Hivatal                                                        | Telefonon történő előzetes bejelentkezés alapján.<br>Telefon: 06-70-426-2112<br>e-mail: csekevanda@zuglo.hu                                                                                                                           |
| 2.       | <b>Tildy Balázs 2. vk.</b><br><i>Fidesz-KDNP</i>                                   | Polgármesteri Hivatal                                                        | Telefonon történő előzetes bejelentkezés alapján.<br>Telefon: 06-20-395-5557<br>e-mail: balazs.tildy@gmail.com                                                                                                                        |
| 3.       | <b>Sági Attila 3. vk.</b><br><i>MSZP-Együtt-PM-DK-Összefogás Zuglóért</i>          | Meseház Óvoda, bejárat az Órnagy utca felőli gazdasági bejáraton             | Minden hónap első kedd 15:00-17:00<br>Telefonon történő előzetes bejelentkezés alapján. Telefon: 06-70-436-0762                                                                                                                       |
| 4.       | <b>Kovács Balázs 4. vk.</b><br><i>Fidesz-KDNP</i>                                  | Polgármesteri Hivatal                                                        | Telefonon történő előzetes bejelentkezés alapján.<br>Telefon: 06-20-215-1245<br>e-mail: kovacsbalazs@zuglo.hu                                                                                                                         |
| 5.       | <b>Erdős Dóra 5. vk.</b><br><i>Fidesz-KDNP</i>                                     | Polgármesteri Hivatal                                                        | Telefonon történő előzetes bejelentkezés alapján.<br>Telefon: 06-30-586-5559<br>e-mail: erdos.dora@fidesz.hu                                                                                                                          |
| 6.       | <b>Bihary Zoltán 6. vk.</b><br><i>Fidesz-KDNP</i>                                  | Polgármesteri Hivatal                                                        | Telefonon vagy e-mailen történő előzetes egyeztetést követően.<br>Telefon: 06-70-624-46-75<br>e-mail: bihary@zuglo.hu                                                                                                                 |
| 7.       | <b>Pécsi Diána 7. vk.</b><br><i>MSZP-Együtt-PM-DK-Összefogás Zuglóért</i>          | Munkácsy M. Ált. Isk. Csáktornya park 1., Polgármesteri Hivatal II. em. 218. | Március 3. 17:00 órától<br>Telefon: 06-70-436-0775<br>Jogi és Ügyrendi Bizottság elnökeként: Március 9. 17:00-18:00                                                                                                                   |
| 8.       | <b>Barabás Ferenc József 8. vk.</b><br><i>Fidesz-KDNP</i>                          | Fidesz Iroda Bp., Cinkotai u. 92.                                            | Minden hónap első hétfő 17:00-20:00<br>Telefon: 06-30-987-4011<br>e-mail: barabas08vk@gmail.com                                                                                                                                       |
| 9.       | <b>Szabó Rebeka 9. vk.</b><br><i>MSZP-Együtt-PM-DK-Összefogás Zuglóért</i>         | Polgármesteri Hivatal II. emelet 218. tárgyaló                               | Február 25-i fogadóórájára bejelentkezés 2015. február 16-án 8:00-18:00 óráig a 872-9488-as telefonszámon. Folyamatos bejelentkezés az alábbi linken: <a href="http://devel.zuglo.hu/fogadoora/">http://devel.zuglo.hu/fogadoora/</a> |
| 10.      | <b>Hajdu Flórián 10. vk.</b><br><i>MSZP-Együtt-PM-DK-Összefogás Zuglóért</i>       | Móra Ferenc Általános Iskola 1144 Budapest, Újváros park 2.                  | Minden hónap első kedd 16:00-17:00.<br>Telefon: 06-70-260-0795                                                                                                                                                                        |
| 11.      | <b>Hevér László György 11. vk.</b><br><i>MSZP-Együtt-PM-DK-Összefogás Zuglóért</i> | Rákosfalva, Park 1-3.                                                        | Minden hónap első péntek 15:00-17:00<br>Telefon: 06-70-436-0768                                                                                                                                                                       |
| 12.      | <b>Sokacz Anikó 12. vk.</b><br><i>MSZP-Együtt-PM-DK-Összefogás Zuglóért</i>        | Rákosfalva Park 1-3.                                                         | Minden hónap első péntek 15:00-17:00<br>Telefon: 06-70-436-0776                                                                                                                                                                       |
| 13.      | <b>Sógor László 13. vk.</b><br><i>MSZP-Együtt-PM-DK-Összefogás Zuglóért</i>        | Németh Imre Általános Iskola                                                 | Minden hónap első hétfő 17:00-18:00<br>Telefon: 06-20-978-3725,<br>06-70-436-0766, e-mail: sogor.zuglo.mszp@gmail.com                                                                                                                 |
| 14.      | <b>Dr. Varga Péter 14. vk.</b><br><i>Fidesz-KDNP</i>                               | Polgármesteri Hivatal                                                        | Telefonon történő előzetes bejelentkezés alapján.<br>Telefon: 06-20-250-6469<br>e-mail: vargapdoktor@gmail.com                                                                                                                        |
| 15.      | <b>Lévai Sándor 15. vk.</b><br><i>MSZP-Együtt-PM-DK-Összefogás Zuglóért</i>        | Kaffka Margit Általános Iskola 1148 Kaffka Margit köz 2-6.                   | Minden hónap első csütörtök 17:00-18:00<br>Telefon: 06-70-436-0763<br>e-mail: levai.sandor@zuglo.hu                                                                                                                                   |
| Sor-szám | Listás képviselő neve                                                              | Fogadóóra helye                                                              | Fogadóóra időpontja                                                                                                                                                                                                                   |
| 1.       | <b>Barta János</b><br><i>LMP</i>                                                   |                                                                              | Telefonon történő előzetes egyeztetés alapján.<br>Telefon: 06-30-263-4961, e-mail: barta.janos.lmp14@gmail.com                                                                                                                        |
| 2.       | <b>Czeplédi János</b><br><i>Jobbik</i>                                             | Bp., Komócsy u. 5.                                                           | Telefonon történő előzetes egyeztetés alapján.<br>Telefon: 06-70-379-9102<br>e-mail: czepledi.janos@jobbik.hu                                                                                                                         |
| 3.       | <b>Felkai Tamás</b><br><i>MSZP-Együtt-PM-DK-Összefogás Zuglóért</i>                | Polgármesteri Hivatal                                                        | Telefonon történő előzetes bejelentkezés alapján.<br>Telefon: 06-20-404-2416<br>06-70-436-0765                                                                                                                                        |
| 4.       | <b>Gyugyei Attila</b><br><i>Fidesz-KDNP</i>                                        | Polgármesteri Hivatal                                                        | Telefonon történő előzetes időpont-egyeztetés alapján.<br>Telefon: 06-30-524-9069<br>e-mail: gyugyeiattila@fidesz.hu                                                                                                                  |
| 5.       | <b>Rozgonyi Zoltán</b><br><i>Fidesz-KDNP</i>                                       | Polgármesteri Hivatal képviselői tárgyaló                                    | Minden hónap első hétfő 16:00-18:00<br>Telefon: 06-1-872-9228<br>e-mail: rozgonyiz@zuglo.hu                                                                                                                                           |
| 6.       | <b>Várnai László</b><br><i>CivilZugló Egyesület</i>                                |                                                                              | Telefonon történő előzetes időpont-egyeztetés alapján. Tel.: 06-20-930-8987<br>e-mail: varnai.laszlo14@gmail.com<br><a href="http://www.varnailaszlo.blog.hu">www.varnailaszlo.blog.hu</a>                                            |



# Egyedülálló szociális intézkedések: a Zuglói Modell

**Új szociális ellátórendszer, minimáljövedelem, szociális bérlakás-program, Mundo és új városközpont – Karácsony Gergely polgármesterrel Zugló megújításáról beszélgettünk.**

**– Három hónap telt el új hivatásban Zuglóban és a Fővárosi Közgyűlésben. Hogy érzi magát?**

– Nagyon tudatosan készültem az új feladatomra, mind emberileg, mind szakmailag. Sokat tanultam, edződtem, és inspiráló kihívásokkal találkoztam az elmúlt időszakban. A Fővárosi Közgyűlés – fideszes többséggel – olajozottan működik. Sokszor az az érzésem, a kerületi polgármesterek úgy érzik, hogy a Fővárosi Közgyűlés csak púp a hátukon.

**– Ezek szerint a Fővárosi Közgyűlés nem a kerületi érdekvédelem terepe.**

– A tanácssteremben aligha, a háttérbeszélgetésekben annál inkább. Most például a Paskál strand kibővítéséért és egy tanuszoda megépítéséért lobbizunk.

**– A Városligettel is hasonló a helyzet? Sok mindent nem tud tenni a kormányzati tervek ellen.**

– Sajnos az elődöm, Papcsák Ferenc által benyújtott törvénymódosítás miatt Zuglónak semmilyen beleszólása nincs az ügybe. Politikai nyomásgyakorlás az egyetlen eszközünk, s abban bízhatunk, hogy a költségvetés helyzete nem teszi lehetővé a megvalósítást. Fák tucatjait kellene kivágni például a ligetszerű élmenyként elképzelt Zenepavilonhoz, ami önmagában is abszurd. A közlekedés átszervezését és a meglévő múzeumok felújítását támogatjuk, de múzeumokat bezsúfolni a ligetbe turisztikai látványosságként – elfogadhatatlan a számomra.

**– A központi pénzelosztás változása hátrányosan érinti a XIV. kerületet?**

– Márciustól az önkormányzatok – a leghátrányosabb helyzetű településeket leszámítva – nem kapnak állami pénzt a szociális támogatásokhoz: a saját adóbevételeikből kell azokat finanszírozniuk. Így a legtöbb város vezetése most azt mérlegeli, melyik ujjába harapjon: kevesebb szociális támogatást adjon, vagy leállítsa azokat a fejlesztéseket, amelyeket korábban a saját adóbevételekből valósítottak meg. Mi egyiket sem szeretnénk, és szerencsére Zugló esetében a kieső állami támogatás nagyjából annyi, mint amennyivel több iparűzésadó-bevétellel számolhatunk idén. További bevételre az önkormányzat kintlévőségeiből és a hatékonyabb adóbehajtásból számíthatunk, köszönhetően annak, hogy az adócsoporthoz végre nem politikai kinevezett, hanem igazi szakember vezet.

**– Volt-e, és ha igen, elhárult-e a veszélye annak, hogy politikai**



**csatározások miatt nem lesz költségvetése Zuglónak?**

– Széles körű szakmai és politikai egyeztetés után olyan tervet szeretnék a képviselő-testület elé terjeszteni, amit minden képviselő tud majd támogatni. Szűk mozgásterünk van, hiszen a napi működés viszi el a legtöbb pénzt, az iskolai fűtésszámlát például muszáj kifizetni. Tavaly ingatlanértékesítésből 3 milliárd forint bevételre számítottak, ennek a töredéke sem valósult meg. Most ennél sokkal megalapozottabb bevételekre van szükség, s eközben nem akarjuk elherdálni Zugló ingatlanvagyonát. Szerintem a pártok céljai nagyjából közösek a parkolási káosz felszámolását, a Rákospatak rendbetételét vagy az új városközpont megépítését illetően. De kompromisszumokra mindenki részéről szükség lesz.

**– Milyen stádiumban van a Mundo-terv?**

– A terület bizonyos részéhez az önkormányzatnak nincs köze, annak befektetője az építési engedély birtokában tavasszal elkezdheti a parkolóval létesülő bevásárlóközpont építését. Az eredeti tervekhez képest kisebb lesz, az üzletei nem rivalizálnak majd a Bosnyák téri piaccal, és remélem, kölcsönösen fognak profitálni egymás közelségéből. A terület másik részén építjük fel az új városközpontot, mert jelenleg sok önkormányzati intézmény szétszórva és leromlott állapotú épületben van. A lakosságot is szeretném bevonni ennek a tervezésébe. A meglévő ingatlanokat okosan kihasználva

tudjuk – valószínűleg 2018-ra – felépíteni az új városközpontot.

**– Hogyan és milyen ütemezéssel fizetik vissza a kommunális adót?**

– Először mindenki kap egy értesítést arról, hogy az adószám-láján túlfizetése van – feltéve, hogy nincs más adónemben tartozása. A levélben három lehetőségről adunk tájékoztatást: postán vagy megadott bankszámlaszámra lehet kérni a visszaigényelt pénzt, illetve önkéntes alapon valamilyen közösségi, szociális célra ajánlhatják fel a már befizetett adót. A nagycsaládok és a nyugdíjasoknak postázzuk először a leveleket. Összesen 408 millió forintot fizet vissza az önkormányzat mintegy 38 ezer háztartásnak. Óriási munka vár a hivatalra, ezért kérem a zuglóiak türelmét, de egy éven belül várhatóan mindenki visszakapja a pénzét.

**– Miért volt szükség a lakás-gazdálkodás rendszerének átalakítására?**

– Mert nagyon sok párhuzamosság volt a polgármesteri hivatal és a vagyongazdálkodó cég által ellátott feladatok között. Most csak az adminisztrációs feladatok maradtak a hivatalban, minden más, műszaki jellegű munka átkerült a Városgazdálkodási Zrt.-hez. Ezzel átláthatóbbak lesznek az ingatlangazdálkodással kapcsolatos feladatok.

**– Ez előkészíti a tervezett szociális bérlakás-programot?**

– Így van. A rendszerváltás csódtömegének egyik legfontosabb jele az a lakhatási válság,

ami mostanra a nyakunkba szakadt. Ha valakinek nem volt vagy nincs örökölt lakása, még akkor is alig tudja kifizetni a piaci alapú albérletet, ha van munkája. S ha nincs!? Borzasztó emberi tragédiákat látok. Nyugati mintára egyes tulajdonú új társasházak építését is el tudjuk képzelni, úgy, hogy például az önkormányzati telekért cserébe önkormányzati lakásokat kérünk. Néhány száz ilyen lakás megépítését már nagyon komoly eredménynek tartanám.

**– Bérek. Megemlítette a 26 ezer forintos minimumjövedelem bevezetését Zuglóban. Hány embert érint, és mi lesz a fedezete?**

– A minimáljövedelem elképzelésének az a lényege, hogy a közösség vállalja: mindenkinek joga van a legminimálisabb túléléshez szükséges jövedelemhez. Ha egy család vagy egyén jövedelme nem éri el ezt a szintet, akkor azt a közösség erre a szintre kiegészíti. Egyszemélyes háztartásnál ez 26 ezer forint, két gyerekből és két felnőttből álló háztartás esetében nagyjából 75 ezer forint. Az igazi mélyszegénységben élő néhány száz háztartáshoz érhet el ez a segítség. Kibővített lakhatási támogatásra fordítanánk a legtöbb pénzt, mert úgy látjuk, hogy a napi lakhatás jelenti a legtöbb problémát, és idéz elő sokszor visszafordíthatatlan krízishelyzetet – ezzel a támogatással szeretnénk megvédeni az alsó középosztályt a lecsúszástól. Új szociális ellátórendszerben gondolkodunk, szigorúbban érvényesítve a kevesebb jogcímen szereshető rászorultsági elvet. A segélyekre eddig fordított kiadásoknál sokkal több forrást nem igényelne a rendszer, viszont állami pénz erre nincs, a saját adóbevételeinkből kell kigazdálkodni. Integrálni akarjuk az előző ciklusból az Erzsébet-utalványos rendszert is, de alacsonyabb jövedelmi szinten húznánk meg a rászorultsági jogosultság határát.

**– Átlátható gazdálkodást ígért, ami a korábbi ügyek átvilágítását is jelenti. Így az MTK és az iskolai étkeztetést biztosító Hungast szerződéseit is. Hadd lássunk mi is tisztán ezekben!**

– Az MTK-nál közjogilag semmis szerződést találtunk, amelyet a képviselő-testület jóváhagyása nélkül írtak alá. Mivel az MTK mintegy másfél milliárdos fejlesztésbe kíván kezdeni, természetesen nyitottak vagyunk újratárgyalni a szerződés feltételeit úgy, hogy az önkormányzat a sportolni akaró zuglóiakkal együtt jól járjon. A Hungast nehezebb ügy: felhatalmazással élve felmondom a szerződést abban az esetben, ha a módosítások után sem érzem, hogy az önkormányzat érdekei jobban érvényesülnek, mint a Hungastéi.

**– Van még ideje tanítani a Corvinuson?**

– Állásban sajnos már nem, csak óraadó tanár vagyok, de tervezem, hogy egyszer a helyi demokrácia tantárgyat tanítom.

**– Lehet, hogy jövőre Zuglóban kezd az iskolát a kisfia?**

– Tény, hogy intenzív lakás-keresésben vagyunk. Első közös lakásunk Zuglóban volt, úgyhogy

visszatérők lennénk. Habár nem szeretném, hogy a polgármester fia stigmát kapjon, így elképzelhető, hogy abba a II. kerületi iskolába írattuk, ahol a feleségem tanít.

**– Mennyi ideje jut az országos politikára? Jár-e tüntetésekre?**

– Nagyon sokat tüntettem az elmúlt időszakban, de kicsit ráuntam. Most a baloldali politizálás megújítására van szükség. Jó példa erre Szeged és a XIII. kerület. Zuglóban is ezt kell megvalósítani. Az emberek már nem hisznek a szavaknak, csak a tetteknek. Ezért azt gondolom, hogy a sikeres önkormányzati politika lehet a megújulás egyik kiindulópontja. Ha együtt tudok dolgozni azokkal, akikkel közösen indultam a választáson, és képviselni tudjuk itt, helyben a szociáldemokrata és zöldértékrendet, akkor az „alagút vége” hangulatot az országos politikában is megteremthetjük. Ha pedig csatasorba állnak a baloldali pártok, akkor nem alku-dozeni kell a közös indulóról, hanem előválasztáson, a választók bevonásával kiválasztani a legesélyesebb jelöltet.

**– És akkor indulna?**

– Ezt még nem tudom. Országos politikai ambícióim most nincsenek, nekem most Zugló mindennél fontosabb. De érzek felelősséget az országért, a magyar baloldal megújításáért is.

*(csernyánszky)*

Átalakítaná a szociális támogatások rendszerét Zugló Önkormányzata. A tervekről Karácsony Gergely polgármester tartott előadást a kerületben működő szociális intézmények vezetőinek a házasságkötő teremben. Elhangzott, hogy a városvezetés célja a mélyszegénység elleni védekezés, és az alsó középosztály lecsúszásának megakadályozása. Ezért segítenének például a lakhatási problémák miatt adósságspirálba került családoknak. Karácsony Gergely hangsúlyozta, hogy megoldást kell találni a rendezetlen lakhatásra, több mint négyezren élnek ugyanis úgy albérletben, hogy nincsenek bejelentve a lakás címére. Az ő esetükben kétszer akkora a szegénységi kockázat, mint a rendezett lakáskörülmények között élőknél. Az új települési támogatási rendszer részeként vezetnék be a minimumjövedelmet, azaz a háztartás jövedelmét minimumösszegben határoznák meg. Egyfős háztartás esetén ez 26 ezer forint lenne havonta. A tervek szerint jóváírnák a közmunkából származó jövedelem öt százalékát, tehát közmunka mellett is igényelhető lenne a támogatás. A polgármester hozzátette: a kibővített szociális rendszer az előzetes számítások szerint évi 100 millió forint többletkiadást jelent az önkormányzatnak. A határozati javaslatokról február 26-án dönt a képviselő-testület.

**-hozsú-**



**Meghívó Budapest Főváros XIV. Kerület Zugló**

**Önkormányzata képviselő-testületének**

2015. február 26-án (csütörtök) 9.00 órai kezdettel megtartandó ülésére.

Az ülés helye: **Zuglói Városgazdálkodási Közszolgáltató Zrt.**

Budapest XIV. kerület, Pétervárad utca 11–17., házasságkötő terem



# Hetven éve történt: Budapest ostroma

Hetven évvel ezelőtt, 1945. február 13-án foglalták el a szovjet csapatok Budapestet. A magyar fővárosért folytatott küzdelem volt a második világháború egyik leghosszabb és legvéresebb városostroma. A reménytelen helyzetben lévő német-magyar csapatok a sokszoros túlerő ellenére ötven napig tartották Budapestet. A védők a végső pillanatban a megadás helyett a kitörést választották...

1944 nyarán már látszott, hogy a háború elveszett. Ennek ellenére nem volt törvényszerű, hogy Budapest frontvárossá váljon. Románia fegyverfordítását követően azonban Magyarország területe hadászati szempontból felértékelődött.

## Budapest erőd lett

A német katonai vezetés számára világos volt, hogy Budapest nem védhető meg a szovjet áradattal szemben. Hitler november 23-án mégis erődde nyilvánította a magyar fővárost. Parancsnokának Karl Pfeffer-Wildenbruch SS-tábornokot nevezte ki, akinek megtiltotta a város feladását.

– A szovjet előrenyomulás megakadályozására 1944 őszén kezdték meg a főváros erődítését, első világháborús tervek alapján – mesélte Ungváry Krisztián történész.



Ungváry Krisztián

A pesti hídfő védelmére épített Attila-vonal három egymás mögött elhelyezkedő állásrendszerből állt. Legbelső öve az akkori külváros peremén futott.

– Sztálin Malinovszkij marsallt, a 2. ukrán front parancsnokát arra utasította, hogy menetből foglalja el Budapestet. Ez egy katonailag nehezen végrehajtható politikai parancs volt, a feladathoz ugyanis nem állt rendelkezésére elegendő erő. Emellett Vécse környékén a német-magyar egységek nagy veszteségek árán visszaverték a szovjet támadást. Így annak ellenére, hogy az első szovjet katonák már november 3-án elérték Budapest mai közigazgatási határát, a Vörös Hadsereg megállt az Attila-vonalnál.

## Zugló elfoglalása

Az ágyúk már Budapest kapuinál dörögtek, de a fővárosban az élet alig változott. Nyitva voltak a boltok, a mozik, a színházak, működött a tömegközlekedés és a közszolgáltatások is. Az emberek a karácsonyra készültek.

A főváros bekerítése december 26-án fejeződött be. A 2. ukrán front csapatai december 28-án áttörték a legbelső Attila-vonalat. Új védelmet a körvasút mentén alakítottak ki. Ennek átszakítása után a védők a Rákos-patak mentén próbáltak megkapaszkodni. A szovjet előrenyomulás azonban megállíthatatlan volt.

1945. január 2.

**Részlet a magyar királyi 10. honvéd-gyaloghadosztály hadinaplójának napi helyzet-összefoglalójából**

Az éj folyamán az ellenség igen erős támadással a 18. gyalogezred arcvonalán betört. Négy ellenséges harcokcsi a Rákos-patak nyugati oldalára is ájtutott, amelyeket visszatérésre kényszerítettek.

1945. január 4.

**Részlet a román 19. gyaloghadosztály hadinaplójának napi helyzet-összefoglalójából**

6 órakor 3 perces tüzérségi előkészítés után folytatjuk a támadást, 14 óráig csapataink elérték a Rákosfalvától nyugatra elterülő mezőt... a lóversenypálya északi részén lévő házcsoporthoz. Az utcai harcok véresebbek voltak, az ellenség házról házra harcolt.

Január 5-én elesett a Bosnyák tér, 6-án már a Róna utcánál húzódott a frontvonal. 9-én a szovjetek elérték a Mexikói úti vasúti töltést. 10-én a Hungária körútnál dúlt a harc, és a támadók betörték a Városligetbe. Január 13-án az Aréna úti aluljáró elfoglalásával Zugló szovjet kézre került.

**Miklósi Károly** nyugdíjas grafikus, fotográfus az ostrom idején az Angol utcában élt a szülei és a testvéreivel. Karácsonytól a szomszédokkal együtt folyamatosan az óvóhelyen tartózkodtak. A lakók nem rendelkeztek jelentősebb élelmiszer-tartalékkal. Szerencsájukra a házuk előtt elpusztult egy megsebzett ló, amelyet a házban lakó hentes feldolgozott.

Miklósi Károlynak csak rossz emlékei vannak a szovjet katonákról. A házuk elfoglalása után két orosz katona az óvóhelyről elvitte a helyi orvos 15 éves lányát, többen megerőszakolták. A kislány a sérülésekbe két nappal később belehalt.

Egy orosz katona vélhetően szórakozásból belőtt a pincébe, és súlyosan megsebesített egy idős nőt. Miklósi és a bátyja a közeli iskolában működő segélyhelyre vitte. Míg a kötőzőhelyen voltak, a harcok annyira felerősödtek, hogy csak este tíz után térhettek haza.

Pest elfoglalása után öt orosz katona állította meg az utcán. Davaj szuda, málenkij robot – mondták. Legközelebb 1947. december 13-án térhetett haza, addig egy ukrain munkatáborban dolgoztatták.

– A harc meglehetősen heves volt. Nagyon sok helyen házról házra folyt a küzdelem, volt olyan épület, amelyet egyetlen ember tartott – mondta Ungváry Krisztián.



A Vajdahunyad vára is romokban hevert



Az ostrom során súlyosan megrongálódott a millenniumi emlékegyüttes is

A pesti hídfőn belül több védelmi vonalat is kijelöltek. Ilyen húzódott a Rákos-patak, a Hungária körút és az Aréna út (ma Dózsa György út) mentén. A Városligetben megerősített támpontot létesítettek.

– Ezek alapvetően hevenyészett védvonalak voltak, amelyeket egy-két nap alatt rendeztek be. Komolyabb katonai jelentőségük nem volt, az ellenség lassítását szolgálták. A Városligetben a védők az épületekbe fészkeltek be magukat, tevékenységüket harckocsik is támogatták.



A Múcsarnok elől lövi a szovjet tüzérség a német-magyar állásokat

A német katonai vezetés az utánpótlást légi úton igyekezett biztosítani. A pesti hídfőben szükségrepülőtér működött az Új lóversenytér (Kincsem Park). Istvánmezőn a Régi lóversenytér ejtőernyőtartály-ledobóhely volt.

– A szükségrepülőteret január 2-ig lehetett használni, akkortól a szovjet csapatok már kézifegyverekkel is löni tudták a lóversenytérre, ezért fel kellett adni. Így az ellátás még problémásabbá vált, az utánpótlást szállító vitorlázógépek már csak a Vérmezőre szállhattak le.

A lakosság a pincékben próbálta átvészelni az ostromot. Az emberek többsége nem rendelkezett számottevő élelmiszerkészlettel. Sok helyen a harcokban elpusztult lovak szolgáltak táplálékkul. A lakosság sanyarú helyzetét a nyilasok tovább nehezítették.

**Hajnal György** plébános-protonotárius kanonok nyolcéves volt 1944-ben. Szülei a Miskolci utca végénél lévő családi házukban élt. Otthonuk a szeptember 17-i szőnyegbombázás után lakhatatlanná vált. A Szabadság téren, az amerikai követséggel szemben kaptak lakást. Az ostromot már ott élték át.

A front közeledtével a szülei igyekeztek minél több tartós élelmiszert összegyűjteni. Karácsonykor költöztek le a pincébe. A ház lakói nagyon összetartó emberek voltak, összeadták az élelmiszerüket, közösen főztek, mindennap volt meleg ételük. Hajnal Györgynek nem voltak negatív élményei a szovjet katonákkal kapcsolatban.

– Miközben a szovjet hadsereg ostromolta a magyar fővárost, a nyilasok hajtóvadászatot rendeztek a lakosság egy része ellen. Budapesten 37 ezer civil vesztette életét az ostrom alatt, az áldozatok fele zsidó származású volt.

Az egyik leghírhedtebb nyilasszervezet Zuglóban működött. A Thököly úti nyilasház urai a kerületben több tömeggyilkosságot is elkövettek.

## Thököly út 80.

### A nyilasház

A Kröszl Vilmos vezette zuglói nyilasok 1944. október 15. és 1945. január 11. között 200-300 zsidót gyilkoltak meg. Az elfogott zsidókat levetkőztették, gumicsövekkel, vasrudakkal verték. A pártház pincéjében nyolc nőt és tizenkét férfit közösülésre kényszerítettek, majd agyonlőtték őket. A „pártházavató ünnepségen” a részeg nyilasok kéttucatnyi embert megkínoztak, majd Rákos patak partján, illetve az Öv utca és a Csömöri út sarkán agyonlőtték. Karácsonykor „hűségpróbat” tartottak, amely 30 fogoly kötelező megveréséből és agyonlövéséből állt. Volt, hogy a sínekre fektették a zsidókat, és utasították a 67-es vilamos vezetőjét, hogy hajtson át rajtuk. A háború után a zuglói nyilascsoport kilenc tagját elfogták, 1949-ben kivégezték. 1965-ben a Duna-parton sétáló Kröszl egy volt áldozata felismerte. 1967-ben bíróság elé állították, később kivégezték. (Forrás: Sólyom-Szabó 1967; Soós 2003.)

## A kitörés

– 1945. január 18-án reggel robbantották fel a Pestet Budával összekötő utolsó két hidat. Ekkortól számítjuk a pesti hídfő elését – jelentette ki Ungváry Krisztián.

A német hadvezetés három alkalommal kísérelte meg az ostromzár feltörését. A Konrád-hadműveletek azonban rendre kudarcba fulladtak. Február elejére a német-magyar védősereg helyzete reménytelenné vált. A védők a budai várat körülvevő nagyon szűk területre szorultak vissza. A helyzet egyre kaotikusabbá vált, már nem volt beazonosítható védővonal, a légi utánpótlás megszűnt.

– Budapest ostroma 1945. február 13-án fejeződött be. Ezt megelőzően a Budán katalnba zárt német-magyar védősereg február 11-én este kitört a szovjet gyűrűből. A reménytelen próbálkozásra 43 ezren indultak, a saját vonalakat másfél százalékuk, mintegy 700 katona érte el. A kitörésben részt vevők fele elpusztult a könyörtelen golyózáporban és a hegyekben folytatott üldözés során. Körülbelül ugyanennyien estek szovjet fogságba. Az utolsó budai ellenállási góccokat 13-án számolta fel a Vörös Hadsereg – zárta a beszélgetést Ungváry Krisztián.

**Papp Dezső**



# Fontosak a civilek Zuglónak



Kerekasztal: tervezik a civilek és a képviselők szorosabb együttműködését

**Fontos a kerület életében a civil szervezetekkel való kapcsolattartás és munkájuk megbecsülése. A Civilek Napja alkalmából önkormányzati képviselők és különféle szervezetek gyűltek össze kerekasztal-beszélgetésre.**

A találkozón a megjelent helyi egyesületek, alapítványok, szervezetek képviselői javaslatokat tettek az önkormányzattal való jobb együttműködésre.

– Ritkán tudunk találkozni egymással, hasznosak az ilyen alkalmak, lehetőségünk van beszélni a kerület ügyeiről, a támogatásokról – mondta a találkozón egyik résztvevője, Nagyné Bartos Éva, a Zuglói Cukorbeteg és Nyugdíjas Kézfogás Klub elnöke.

– Az alapítványok és a szervezetek képviselői találkoznak leginkább a kerület lakosaival, ezért is fontos, hogy részt vegyünk ezen a beszélgetésen – tette hozzá Vékony Csaba, a Közhasznú Alapítvány a Szegénység Ellen elnöke.

A kerekasztal-beszélgetést Sokacz Anikó civil és nemzetiségi tanácsnok szervezte. – A kerületben közel 160 civil szervezet, alapítvány, egyesület működik, amelyek szerteágazó tevékenységet folytatnak, fontos szerepet látnak el a kerületben. Azt szeretnénk, hogy egyre több szervezet kapcsolódjon be az önkormányzat életébe, és kölcsönösen segítsük egymás munkáját – mondta Sokacz Anikó, aki szeretné, ha minél többen felajánlanák a zuglói civil szervezeteknek adójuk 1 százalékát.

A kerekasztal-beszélgetésen szó volt pályázati lehetőségekről, a 2007-ben elkészült civil koncepció átdolgozásáról, illetve a tervek között szerepel a Civil Sarok kialakítása az önkormányzatban belül. A civil szervezetek remélhetőleg jobban bekapcsolódnak a kerület életébe, több megjelenési felületet kíván az önkormányzat biztosítani a számukra.

-bb-

## Közbiztonsági problématérkép készül

**Közbiztonsági szakemberek járják be Zuglót mind a tizenöt egyéni választókerületét az ott megválasztott önkormányzati képviselőkkel közösen. A Zuglói Közbiztonsági non-profit Kft. kezdeményezésére január végén indult program eredményeként hamarosan elkészülhet a választókerületek közbiztonsági problématérképe.**

A 8-as egyéni választókerület fideszes önkormányzati képviselője, Barabás Ferenc szerint a körzete összességében biztonságosnak mondható. Az ott lakóknak a legnagyobb problémát egy rossz helyen lévő buszmegálló okozza. Az Újpalotáról érkező gyorsjárat ugyanis nem áll meg a Cinkota út és a Csömöri út kereszteződésénél, ezért az emberek a vasúti sínen járnak át. Barabás hozzátette: a buszmegálló létesítése érdekében már kapcsolatba lépett a főváros illetékeseivel.

Kritikus a helyzet a Rákospatak utca 123-nál, ahol az illegális hulladéklerakót hajléktalanok lakják – ezt Pécsi Diána szocialista képviselő mondta el azon a közbiztonsági bejárásán, amit a 7-es számú vá-

lasztókerületben tartottak. Az úgynevezett „szemétutca” felszámolása kapcsán tárgyalások folynak az önkormányzat és a MÁV szakemberei között. A városrészben élők panaszkodnak arra, hogy a sportpályákon, játszótérekben sokan hangoskodnak éjszaka, ezért a jövőben gondoskodnak minden hasonló létesítmény esti bezárásáról. Lakossági kérésre bővíteni szeretnék a térfigyelőkamera-rendszert a körzetben.

A program ötletgazdája, Kovács-Csincsák László, a Zuglói Közbiztonsági non-profit Kft. ügyvezetője a képviselőkkel és a szakemberekkel együtt sikeresnek ítéli a közbiztonság javítását szolgáló kezdeményezést. A cégvezető szerint hamarosan elkészülhet a választókerületek közbiztonsági problématérképe is.

A további szemlék során, ahol szükséges, a katasztrófavédelem és a Zuglói Város-gazdálkodási Közzszolgáltató Zrt. városüzemeltetési osztályának munkatársait is bevonják, hogy közösen találjanak megoldást a felmerülő problémákra.

HZS-PD



Illegális hulladéklerakó a 7. sz. választókerületben

## Rászorulóknak segítettek

**Gulyással, kenyérrel és gyümölcssel, illetve tűzifával segítették a rászorulókat Zugló országgyűlési képviselői. Az akció nem egyedi volt: a szervezők azt ígérik, egész évben figyelnek a nehéz helyzetben lévőkre.**

Az ételosztás kezdete előtt fél órával már tömött sor állt az Örs vezér terén, ahol Zugló szocialista képviselői osztottak ebédet. Nemcsak egyedülálló, elesett embereket láttunk, hanem édesanyát gyerekeivel is. Az egyik férfi a szemközti házban szokott a lakóknak segíteni: takarít, időseknek segít cipekedni, és barkácsol, ha arra van szükség.

Évek óta így él, éjszakánként a hajléktalanszállásra költözik be. Egy másik, ősz szakállas férfiről pedig azt tudtuk meg, mivel



Ebédet osztottak az Örs vezér terén

hogy a következő alkalommal ruhát osztanak, majd ismét ételt. Azt reméli, példájukat más is követi, mert mint fogalmazott, sokan vannak, akik hetek-hónapok óta nem ettek meleg ételt. – Egyre több a szegény ember Zuglóban is, a rászorulóknak száma évről évre növekszik. Ezért nagyon fontos, hogy segítsünk – mondta a képviselő.

Tél végéig is kitart az a 20 mázsa tűzifa, amelyet Marczanek Vilmos és családja kapott Szatmáry Kristóf, Zugló 13-as számú választókerületének országgyűlési képviselőjétől és a Vitézi Rendtől. A rend budapesti törzskapitánya, Szatmáry László elmondta, egész évben támogatják a rászorulókat. A Vitézi Rend három éve végez karitatív tevékenységet, amelynek keretében ruhákat, játékokat, ételt és tűzifát visznek a rászoruló családoknak Budapest és Pest megye egész területén.

pr-flk



Tűzifát kapott a Marczanek család

## A Hotel Amadeus étterme, sörözője és a tél beköszöntével, hangulatos fűtött kerthelyisége továbbra is változatlan áron várja kedves vendégeit!

Fogyassza el ebédjét, vacsoráját hangulatos környezetben!

Minden hétfőn torkos hétfő, azaz 18.00 után **30% kedvezményt** adunk a fogyasztás végösszegéből!

**Keddenként** cigányzenével, bogrács partyval várjuk kedves vendégeinket!

**Szerdánként** grill est, ahol kellemes, lágy zongoraszó kíséretében kínáljuk grill specialitásainkat.

Céges rendezvények, családi összejövetelek esküvők lebonyolítását bízva szakképzett személyzetünkre és kérje személyre szabott kedvezményes ajánlatainkat!

**Hétköznaponként kétfogásos menü mindennap 12.00 és 15.00 között csak 990 Ft / fő áron,** kétféle menüsor közül választat, egy pohár limonádéval! **HÁZIAS ÍZEK!** Elfizetés esetén csak 890 Ft / fő/nap.

### Napi menü:

Február 13. péntek

Álföldi krumplogombóc leves

A: Túrós csusza pirított szalonnával  
B: Máglyarakás

Február 16. hétfő

Burgonyakrém leves ropogós bacon kockákkal

A: Mini töltött káposzta  
B: Tárkonyos sertésragu, rozsmaringos burgonyával

Február 17. kedd

Karalábéleves vajás galuskával

A: Fűszeres töltött burgonya, póréhagymás füstöltcsipet mártással  
Cseresznyés lepény  
B: BBQ csirkeszárny, hasábburgonyával, ecetes almapiprával  
Cseresznyés lepény

Február 18. szerda

Csibehúsleves, zöldséggel és tésztával

A: Sertéskaraj enyhén csipős bundában, petrezselymes rizzsel, házi kovászos uborkával  
B: Csirkemell friss paradicsommal és mozzarellával egybesütve, szerezcsendős burgonyapürével

Február 19. csütörtök

Könnýű zöldségleves csipetkével

A: Vajon futtatott zöldbabfőzelék, sült mini virslivel  
B: Vadas marha zsemlegombóccal

Február 20. péntek

Szegedi gulyásleves

A: Tejszínes húsos penne, füstölt sajttal  
B: Házi túrós derelye vaníliásodóval

**Erzsébet-utalványt, SZÉP kártyát, étkezési utalványokat elfogadunk!**

**Kedves Vendégeink!**  
**Február 19-én Torkos csütörtök.**  
**A la carte étlapunkról történő fogyasztás esetén a számla végösszegéből 50% engedményt adunk. Várjuk önöket sok szeretettel éttermünkben, és sörözőnkben.**

Február 23. hétfő

Zellerkrémleves fokhagymás croutonnal

A: Snidlinges, baconszalonnás aprócsenyé zöldmetélttel  
B: Fűszeres pulykacsikok, friss salátával, vajás petrezselymes burgonyával

Február 24. kedd

Erdei gyümölcskrémleves piskóta tallérral

A: Gyros tál tzazikival  
Házi almás rétes  
B: Hagymányos töltött paprika  
Házi almás rétes

Február 25. szerda

Bazsalikomos paradicsomleves

A: Zöldfűszerekkel pácolt sertésárja, friss lecsóval, korongburgonyával  
B: Grillezett pulykamell, mandulás sajtmártással, petrezselymes jázminrizzsel

Február 26. csütörtök

Májgaluskaleves

A: Gombapiprás háromféle gombából, galuskával, kovászos uborkával  
B: Magyaros rakott karfiol, friss tejfőlével

Február 27. péntek

Kunsági húsgombócleves

A: Milánói makaróni  
B: Rakott palacsinta



Március 2. hétfő

Spárgakrémleves sajtos chippsel

A: Brassói aprócsenyé, csemege uborkával  
B: Omlós fokhagymás filézett csirkecomb, petrezselymes burgonyával

Március 3. kedd

Csurgatótt tojásleves

A: Petrezselymes túróval töltött sertésborda, párolt rizzsel  
B: Söréztában sült csirkemell, vajás petrezselymes burgonyával, pikáns paradicsommártással

Március 4. szerda

Erőleves húsos fánkkal

A: Csirkemájjal töltött gombafejek, zöldfűszeres mártással, párolt rizzsel  
B: Vegyes nyársak, hasábburgonyával, friss salátával

Március 5. csütörtök

Tárkonyos pulyka raguleves

A: Zsenge paradicsomos káposzta, mini fasírtgolyókkal, Gyümölcstorta  
B: Sóska főzelék sült mini virslivel  
Gyümölcstorta

Március 6. péntek

Lencseleves, füstölt hússal

A: Gombás ravioli, tejszínes mártásban, reszelt füstölt sajttal  
B: Máglyarakás



1141 Budapest, Fogarasi út 123.  
Telefon: 06-1-220-4995, 220-9353  
hotelamadeus@hotelamadeus.hu  
www.hotelamadeus.hu



# Mi lesz veletek, mesterpedagógusok?

Ismét jelentős átalakítás alatt a hazai oktatási rendszer: a 14 fővárosi és 11 megyei pedagógiai intézet helyett pedagógiai oktatási központokat hoznak létre. Utánajártunk, hogyan érintheti ez Zugló köznevelését.

A köznevelési törvény decemberi módosításával országos szinten megszüntetik a pedagógiai intézeteket, és feladataik nagy részét április 1-jétől az Oktatási Hivatal egésze alatt újonnan megalakuló pedagógiai oktatási központok veszik át. A sok felmerülő kérdés közül az egyik: az így létrejövő nyolc megyei, két fővárosi és egy nemzetiségi központ hogyan birkózik majd meg a feladattal. A fővárosban nemrég közel 90 fő foglalkozott a tanulmányi versenyek, helyi szintű mérések, pedagógus-továbbképzések, szakmai tanácsadások és az egyéb oktatást segítő feladatok koordinálásával. A zömében mesterpedagógus szakemberek az intézetek megszűnése következtében várhatóan visszatérnek majd a tanítás világába, így áprilistól elenyésző számú tapasztalt szakember marad ezen a területen.



Zsugorodik az intézet, bizonytalan a tanárok sorsa

Zuglóban 2014. szeptember 1-jétől Budapest XIV. Kerületi Pedagógiai Szakmai Szolgáltató Intézet néven működik ismét önállóan a szervezet, amelynek jelenleg hét munkatársa van. Ők koordinálják – sok egyéb feladat mellett – a kerületi szintű szaktanácsadást, a tanulmányi versenyeket, a kerületi szakmai munkaközösségek munkáját, emellett szervezik a nagy múltra visszatekintő Zuglói Pedagógiai Napokat (idén március 16–20. között), a beiskolázást segítő Zuglói Szülőklubot (február 17-én és 24-én), valamint a sokéves hagyománnyal rendelkező Ovi Kupát. Szerkesztik a kerületi önkormányzati működtetésű köznevelési intézményeket bemutató Óvodahívogató és Iskolanyitogató

kiadványokat, illetve tervezték a hagyományos tanév végi Győztesek Gálájának megszervezését is, amelyen a kerületi, fővárosi, országos és nemzetközi versenyeken győztes tanulók vehették volna át az Aranyalbum kiadványt. Az intézet megbízott szakmai vezetője elmondta, hogy a kerületi tanulmányi versenyeket zömében az év első kétharmadára időzítették, így az intézet március 31-i megszűnéséig ezek a versenyek rendben lezajlanak.

A kiemelkedően szereplő diákok az oklevélüket és a jutalmukat a Zuglói Pedagógiai Napokon, illetve áprilistól az iskolájukban vehetik majd át, ám a továbbjutókat valószínűleg már a kerületi szakmai munkaközösségek vezetőinek kell az esetleges fővárosi, illetve országos fordulókra benevezniük. A jövő bizonytalan, mert az intézményrendszer átalakítása során nemcsak a diákok helyi versenyeztetése, hanem – sok egyéb mellett – a szaktanácsadás, a pedagógusok továbbképzési és a tanulói mérések rendszere is változni fog. Hogy ebben kinek milyen feladatai lesznek, egyelőre még nem tisztázott.

R. T.

# Rákszirom a Radnótiban

Sehol nincs olyan nagy vietnami kisebbség, mint a Radnóti gimnáziumban. Nem csoda, hogy Vietnami Kulturális Napot tartottak – mogyorós rizstésztaival, rákszirommal és változatos, szórakoztató programokkal.

Négy éve tartották az első vietnami nemzetközi napot az ELTE Radnóti Miklós Gyakorló Általános Iskola és Gyakorló Gimnáziumban. A hangulat akkor is és most is remek volt – mondta J. Tóth Judit, az angol-munkaközösség vezetője, a program egyik szervezője. – Ilyen erős kisebbségi közösséggel egyetlen oktatási intézmény sem rendelkezik. Az iskola 928 diákjából 58 vietnami.

A vietnami szülők örömmel és lelkesen csatlakoztak a pedagógusok kezdeményezéséhez, így már hónapok óta lázas munka folyt az iskolában. A szülők speciális ételeket készítettek, amelyekből az iskola emeleti aulájában kóstolót rendeztek. A tavaszi tekercsnek, a ráksziromnak és a mogyorós rizstészta hatalmas sikere volt. De legalább ilyen sikeres volt az a közel egyórás kulturális program



928-ból 58 vietnami diák

is, amely zsúfolásig megtöltötte az intézmény dísztermét. A rendezvény résztvevőit dr. Molnár Katalin igazgató mellett dr. Nguyen Thanh Tuan, a Vietnami Szocialista Köztársaság magyarországi nagykövete is személyesen köszöntötte. Elmondta, hogy a közelgő vietnami holdújév mellett egy 65 évvel ezelőtti esemény, Magyarország és Vietnam diplomáciai kapcsolatfelvétele is megalapozta az idei zuglói rendezvényt.

A Vietnami Kulturális Napon mindenki ízelítőt kapott a Távol-Kelet egzotikus hangulatából. A dobszóló, a bambusztánc, a különleges népviseletek és hangszerek nemcsak a vietnami vendégek, hanem az iskola nem vietnami többségének tetszését is elnyerték.

riersch

# Liszt és Comenius

A Liszt Ferenc Általános Iskola 2013 nyarán nyert támogatást a Comenius nemzetközi kapcsolatok 2013–2015 program keretében, amely A zene mozgatja Európát nevet viseli. A program célja elősegíteni, hogy a diákok megismerjék más országok kultúráját, tanulási lehetőségeit és szociális készségeit.

A programban hat ország vesz részt: Észtország, Finnország, Németország, Lettország, Olaszország és Magyarország, amelyek kis csoportok delegálásával táncon, zenén és művészeti ágakon keresztül mu-

tatják be saját országuk kultúráját. A főként a zeneoktatásban brillírozó Liszt Ferenc Általános Iskola tanulói és tanárai 2013 óta több országba utazhattak, ahol a partnerintézmények diákjaival találkozhattak, és tanítási órákon vettek részt. Idén tavasszal Olaszországba készül a csapat, ahol többek között a Comenius-himnusz megalkotása lesz a feladat. Tóthné Katona Zsuzsa, a projekt koordinátora elmondta, programjaik eddig nagy sikert arattak, a gyerekek rengeteg élményt szereznek, megismerik más népek kultúráját.



Emlék a korábbi versenyből

A nemzetközi projekt májusban ér véget, a zárórendezvény megtartását az iskola vállalta. – Ez lesz a fénypontja az egész programnak, nagyszabású rendezvényt tervezünk, nagy feladat áll előttünk – tette hozzá Salamon Attiláné, az intézmény vezetője.

-bb-

# Tornaterem saját erőből

A mindennapos testnevelés bevezetése minden intézményben komoly problémát okoz, mert nemcsak óraszám-emelkedéssel járt, hanem megoldást kellett találni az infrastruktúra hiányosságaira is.

A hagyományos iskolai tornatermek alkalmatlanok ennyi gyerek megmozgatására. Zuglóban több intézményben az MLSZ-szel együttműködve műfüves sportudvart épített az önkormányzat, ám ezek is csak ősszel és tavasszal használhatók. A problémát minden intézmény másként oldja meg.



Központi támogatás nélkül is van tornaterem

A Kaffka Margit Általános Iskolában a tanárok és a szülők az egykori alagsori szentárolót, majdraktárt alakították át kistornateremmé. A helyiséget kitakarították, majd

gumiszőnyeggel, tükörfóliával burkolták le, amivel nemcsak használhatóvá tették a helyiséget, hanem tágassá is varázsolták. Új szellőzőrendszert alakítottak ki, és a világítást is felújították. Az átalakítás nagy munka volt, de megérte, mert ma már nemcsak az iskola tanulói, hanem a tanítási időn túl bérlők is használhatják. Varga László igazgató elmondta, a kreatív átalakítást folytatni szeretnék, az alagsor folyosóján egy futópályát alakítanak ki, amellyel szintén sokat javulhatnának a testnevelés oktatásának feltételei.

Riersch Tamás

# Önállóságra nevelik a gyerekeket

A Mozgásjavító Óvoda, Általános Iskola, Egységes Gyógypedagógiai Módszertani Intézmény és Kollégium pedagógusainak a fejlesztés mellett a legfőbb céljuk, hogy az életre neveljék a náluk tanuló gyerekeket. Az intézmény alapítványi estjén összegyűlt pénzt is ennek érdekében használják majd fel.

A Zsótér Pál Alapítvány – hagyományteremtő szándékkal – tavaly rendezte meg az első estjét, így a program idén sem maradt el. Tánc, tombola színesítette a programot, amit vacsora zárt. A fellépők között volt a Jerry Lee's Rock'n'Roll Service, a Sixtones együttes, Sólyom Tamás és Szolnoki Péter. A szervezők csendes árverést is rendeztek, több mint 1,5 millió Ft gyűlt össze, ami több százezerrel meghaladja a tavalyi összeget. A bál bevételét speciális mozgásfejlesztő eszközökre és az iskola

tréninglakásának fenntartására fordítják. Utóbbi az intézmény diákjai számára szervezett egyik legsikeresebb program. A tanév közben felügyelőtanárral együtt laknak ott a gyerekek. – Mindent megteszünk, hogy az életre neveljük a tanulókat. Bevásárolnak, főznek, mosnak, és a szabadidős programjaikat is maguknak szervezik – mesélte az intézmény igazgatója, Locsmándi Alajos. Azt is megtudtuk, hogy többen vásároltak kétezer forintos téglajegyet, de ötszázezer forintos támogatás is érkezett.

Potos Rita



Támogatást gyűjtöttek az esten

# A HALLÁS NEM JÁTÉK



EZT LÁTTA  
A TV-BEN

Ingyenes hallásszűrést szervezünk és hallókészülék kipróbálási lehetőséget biztosítunk XIV. kerületi lakosok számára **2015. február 9-től 27-ig** az Amplifon Hallásközpontban. Bejelentkezéshez hívja a **06-1 220-1210-es** telefonszámot.

**Amplifon Hallásközpont**  
Budapest XIV., Örs Vezér tere 3.  
amplifon.hu

**amplifon**  
A hallásspecialista



# Három évre bezár a Szépművészeti



A felújításra váró Román Csarnok

**Február 15-től három évre bezár a Szépművészeti Múzeum felújítás miatt. A gyűjtemény legjelesebb 50 darabja a Magyar Nemzeti Galériába kerül.**

Az átalakítás legfőbb célja a II. világháború óta zárva tartó Román Csarnok felújítása. Az impozáns csarnok a háború alatt sérült meg, s csak részlegesen állították helyre.

A Román Csarnokot eredetileg gipszmásolatoknak tervezték, a román kort megidéző, historizáló fal-festéssel – mondta el lapunknak Baán László, a Szépművészeti Múzeum főigazgatója. A század elején

nem volt tévé, sem internet, és külföldre sem nagyon utaztak az emberek, a gipszmásolatokon keresztül találkoztak a művészettel. Ma más a helyzet: csak az eredetiért mennek el a múzeumba, s ezeket a megváltozott igényeket veszik figyelembe a felújítás során. A múlt század elejétől az 50-es évekig a Szépművészetiben volt a magyar anyag is, amit aztán szovjet mintára kioperáltak a gyűjteményből, és csináltak belőle egy önálló Nemzeti Galériát, ez a magyar művészetnek nem tett jót – véli Baán. A felújítást követően ez megváltozik, és a meg-

újult Román Csarnok is része lesz annak az állandó kiállítási térnek, ahol a középkori magyar anyag kiváló darabjait bemutatják.

– Ez a csarnok fogja adni a hangulatot, a miliót ezeknek a kiállítási tárgyaknak. Ezenkívül sokszor fogjuk használni rendezvényterként is a jövőben – mondta a főigazgató.

A Városliget átalakításának tervezett költségvetése 150 milliárd forint, amelyből idén 15 milliárd forint áll rendelkezésre. Ez az összeg tartalmazza a Szépművészeti Múzeum felújításának idei költségeit is.

A múzeum felújításával összefüggésben nem lesznek átcsoportosítások és elbocsátások sem – tájékoztatta lapunkat Lévy Zoltán, az intézmény sajtófőnöke. A dolgozók egy része márciustól a Magyar Nemzeti Galériában tevékenykedik, míg mások az intézmény Szondi utcai épületében vagy a múzeum környékén bérelt irodákban dolgoznak tovább.

A felújított múzeum 2018 elején nyitja majd meg kapuit, addig a múzeum tárgyalásokat folytat külföldi és vidéki kiállításokon való bemutatásokról is. (VR-BG)



Költöztetik a műtárgyakat

## Csángó bál a Petőfi Csarnokban



Fotó: MTI

Az új amerikai nagykövet és a köztársasági elnök a zuglói bálon

A XIX. Csángó Bálon a moldvai „babalátót” mutatták be a Petőfi Csarnokban. Az ünnepségen Áder János köztársasági elnök, az esemény fővédnöke köszöntötte a résztvevőket, köztük Colleen Bell új amerikai nagykövetet is, aki férjével együtt érkezett. A mintegy 100 csángó táncos Pusztinából, Magyarfaluból, Forrófalvából, Klézséről, Somoskáról és Gyimesből jött az évente megrendezendő bálra. VR



Részlet a szombati műsorból

## Javítja a koncentrációs képességet

**Külföldön jó ideje lelkesen használnak terápiás célra videojátékokat – erre figyeltek fel az Uzsoki Utcai Kórház szakemberei egy orvosi kongresszuson. Nem is késlekedtek az újszerű terápia meghonosításával.**

A speciális videojáték-terápiára három évvel ezelőtt figyeltek fel az Uzsoki orvosai. Azóta alkalmazzák az intézményben, egy alapítvány támogatásának köszönhetően jutottak hozzá a játékokhoz. Jakab Gábor, a neurológiai osztály főorvosa lapunknak elmondta, hogy mint külföldön, most már náluk is bizonyos tornagyakorlatok közé építik be a videoterápiát. Elsősorban a sclerosis multiplexben szenvedőknél alkalmazzák, de segít a stroke-on átesett pácienseken is.

Selmeczi Petrát három éve kezelik ezzel a játékkal: a húszperces gyógytornát követően levezetéképpen videojáték-terápiát alkalmaznak. A speciális eszközön lépdelve halad előre a pályán, ugrik át a gerendákon, hajol el a hógolyók előtt. Elmondta, hogy az egyensúlyérzékét és a koncentrációs képességét fejleszti,



Selmeczi Petra a videojátékkal

nagyban segíti állapotát. A sclerosis multiplexet 1999-ben diagnosztizálták nála.

– Azért szeretjük ezt a játékot, mert közben a páciens észre sem veszi, hogy fejlődik: erősödnek a végtagjai, javul az egyensúlyérzéke – magyarázta Kiss-Husztai Ágota gyógytornász. A játék szabadon megvásárolható, és a speciális terápia otthon is végezhető, de a hathatós alkalmazás érdekében az első használat előtt ki-fejezetten ajánlott szakember felkeresése.

## Marad a Királydomb

Az egyik kereskedelmi televízió híradójában lehetett arról hallani, hogy a Városliget átalakítása során eldőzernének a Királydombot. Karácsony Gergely polgármester az ügyben levélben kért tájékoztatást Baán László miniszteri biztostól, aki válaszában közölte: fel sem merült Királydomb lebontása, minthogy arra „sem indok, sem lehetőség nincs.”

## Műtét után kvalifikáció

**Megműtötték a tavalyi év vívónőjének választott Szász Emese könyökét. A zuglói sportoló emiatt két Világkupát kénytelen kihagyni, de remélhetőleg a májusban kezdődő kvalifikációs sorozatig szerepléseit nem befolyásolják sérülések.**

A 2010–11-es szezonban Szász Emese toronymagasan nyerte a Világkupát, majd egy rosszkor jött porcelánlásnak köszönhetően csak a legutolsó szalmaszába belekapaszkodva tudta a londoni olimpiai szereplés jogát kivívni. Most hasonló a helyzet, a tavalyi szezonban ugyanis ismét Emese volt a földkerekség egyik legjobb női párbajtőrvívója, de nemrég megint operálni kellett sérült könyökét.

– Szerencsére ezúttal csak kisebb – atroszkópiás – beavatkozásra volt szükség, amelynek a regenerációja is sokkal gyorsabb – nyugtatott meg bennünket a sportoló, aki az év első Világkupa-versenyét kénytelen volt itthonról követni. A kiváló sportoló nem véletlenül hagyta a műtétet erre az időszakra, a vívásban ugyanis csak május elején kezdődik az olimpiai kvalifikáció, neki addig kell majd ismét formába lendülnie. Eltökélt célja, hogy harmadszor is kijusson az olimpiára, s hogy harmadik nekifutásra végre érmet is szerezzen. R. T.



**Én a Vitalitásban hiszek!**

**A minőség mindenek felett!**

**vitalitasfogaszat.hu**

**1162 BUDAPEST, ATTILA UTCA 68.**

Hibátlan, szép mosolyra vágyik?

Könnyen, gyorsan, fájdalommentesen szeretne szebb fogakat?

Nekünk minden fogászati problémára van válaszuk!

100% mosolygarancia

**Vitalitás**

FOGÁSZATI KÖZPONT

**Katus Attila**

hatszoros világ- és kétszeres Európa aerobik bajnok, életmód szakértő ajánlásával

**SMILE ÚSZÓISKOLA**

**ÚSZÁSOKTATÁS**

2 éves kortól

**Zuglóban**

1149 Budapest, Vezér u. 151-155.

(Olajág Id. Otthona)

Turnusok: 4 hetes, 8 alkalmas ára: 9990.-

Hétköznapokon

Kis létszámú csoportok!

**Tel.: 06 30 527 0759**

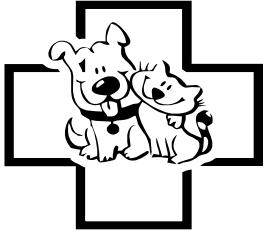
E-mail: smileuszoiskola@gmail.com

**www.smileuszoiskola.hu**

facebook



NATURVET



Állatorvosi Rendelő & Állatpatika

1147 Budapest, Balázs utca 31.

Nyitva tartás:  
Hétfő-Kedd és Csütörtök-Péntek: délután 15-19 óráig  
Szerda: de 10-12 óráig

ÁLLATPATIKA:  
Hétfőtől-Péntekig: 10-12 és 15-19 óráig  
(gyógyszerek, kullancs és bolhairtók, diétás tápok)  
Tel.: 220-4652 • 06 / 30 455-0256

Széleskörű szolgáltatással várjuk a kedves állattartókat és kedvenceiket

www.naturvet.hu

A kerületgondnokság elérhetőségei

Telefon: 06-70/681-08-20

E-mail: keruletgondnoksag@zugloizrt.hu

Hétfő–csütörtök 08.00–18.00-ig,  
péntek 08.00–14.00-ig.

Ingyenes fogyasztóvédelmi tanácsadás

A Budapesti Békéltető Testület ingyenes fogyasztóvédelmi tanácsadást tart minden hónap második keddjén 13–16 óráig a Budapest Főváros XIV. kerület Zugló Polgármesteri Hivatalában (1145 Budapest, Pétervárad utca 2.)

Ingyenes jogsegélyszolgálat

Dr. Szabó Tibor ingyenes jogi tanácsadást tart minden hétfőn 14–18 óráig a Budapest Főváros XIV. Kerület Zugló Polgármesteri Hivatalában (1145 Budapest, Pétervárad utca 2.). Előzetes bejelentkezés a Polgármesteri Hivatal Ügyfélszolgálatánál minden kedden a 872-9119-es vagy a 872-9241-es telefonszámokon.

Zuglói Szociális Szolgáltató Központ

Tel.: 06-1/383-83-36, 06-1/799-90-81

E-mail: gondozas@chello.hu

Szolgáltatásaink:

- szociális étkeztetés
- házi segítségnyújtás
- nappali ellátás – idősek klubjai
- jelzőrendszeres házi segítségnyújtás

Zugló egész területén állunk rendelkezésére.

Forduljon hozzánk bizalommal!

Hirdetmények

A Zuglói Városgazdálkodási Közszolgáltató Zrt. értékesítésre meghirdeti a 31268/180/A/57 hrsz.-ú, természetben Bp. XIV. Lócsei u.24-26. szám alatti ingatlan teremgarázsában található alábbi gépkocsi beállót:

| Cím                                         | Alapterület (m <sup>2</sup> ) | Minimálisan ajánlható vételár |
|---------------------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| G9, G11, G31, G34, G37, G41, G44, G46, G47; | 12                            | 1 096 654,- Ft + ÁFA          |
| G16; G24; G32; G33;                         | 12                            | 986.988,- Ft + ÁFA            |

Ajánlatot tenni vételárra lehet, a minimálisan ajánlható vételárat elérő vagy azt meghaladó összegre. Az ajánlatok benyújthatók 'Kérelem Bejelentő Űrlap' formanyomtatvány kitöltésével, mely személyesen átvehető a Zuglói Városgazdálkodási Közszolgáltató Zrt. Recepcióján (Bp., XIV. Pétervárad u. 11-17.) vagy letölthető a honlapunkról (www.zugloizrt.hu).

Az gépkocsibeállók megtekinthetők előzetes időpont-egyeztetéssel, a 469-8152-os telefonszámon.

A hirdetmény kifüggesztésre kerül Zuglói Városgazdálkodási Közszolgáltató Zrt. hirdetőtábláján és hivatalos honlapján (www.zugloizrt.hu).

**A hirdetményt kifüggesztette:**  
Zuglói Városgazdálkodási Közszolgáltató Zrt.  
Megújuló Zugló  
Zuglói Városgazda

Tájékoztatjuk Önöket, hogy a Zuglói Városgazdálkodási Közszolgáltató Zrt. vezetői kiemelt ügyekben személyesen is fogadják az ügyfeleinket.

Bejelentkezni a bejelentkező-úrlap kitöltésével lehet, melyet a www.zugloizrt.hu oldalról letölthetnek, vagy személyesen a Zuglói Városgazdálkodási Közszolgáltató Zrt. épületében (1145 Budapest, Pétervárad u.11-17.) található ügyfélpultnál átvehetnek. A kitöltött bejelentkező-úrlapot személyesen az ügyfélpultnál, elektronikusan a zugloizrt@zugloizrt.hu címre vagy faxon a 469-8108 telefonszámon lehet leadni. Az ügyintéző kollégáink az egyeztetés pontos időpontjáról értesítik a bejelentkező ügyfeleket.

| Dátum                                     | Név              | Divízió                       |
|-------------------------------------------|------------------|-------------------------------|
| Március 02.<br>Április 13.                | Baranyai Zsolt   | Városüzemeltetési Igazgató    |
| Február 20.<br>Március 13.<br>Április 10. | Csikó Melinda    | Ingtalangazdálkodási Igazgató |
| Február 27.<br>Március 27.<br>Április 24. | Kiss János Csaba | Műszaki Igazgató              |

## Értékesítésre meghirdetett önkormányzati tulajdonú ingatlanok

XIV. Kerület Zugló Önkormányzat tulajdonában álló nem lakás céljára szolgáló helyiségek és egyéb értékesítésre meghirdetett ingatlanok listája megtekinthető a <http://www.zugloizrt.hu/hirdetmenyek/> hivatalos oldalon, illetve a hirdetmény kifüggesztésre került Budapest Főváros XIV. Kerület Zuglói Polgármesteri Hivatal Ügyfélszolgálati Irodája hirdetőtábláján, valamint a Zuglói Városgazdálkodási Közszolgáltató Zrt. hirdetőtábláján.

## A Zuglói Városgazdálkodási Közszolgáltató Zrt. ügyfélfogadási időpontjai

|                                                                                                                          | Hétfő                                                                                                                                       | Szerda                                                                                                                      | Péntek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Délelőtt<br>(8.00-12.00)                                                                                                 |                                                                                                                                             | Behajtási iroda<br>(felszólítással és felmondással kapcsolatos ügyek)<br>0-s igazolások kérése<br>elidegenítési iroda 304/A | Ingtalangazdálkodási Igazgatóság<br><br>8.00–10.00<br>Értékesítési ügyek                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Délután<br>(12.00-16.00)                                                                                                 | Behajtási iroda<br>(felszólítással és felmondással kapcsolatos ügyek)<br><br>Bérlményekhez kapcsolódó<br>0-s igazolások kiadása 304/A iroda | Ingtalangazdálkodási Igazgatóság<br><br>Helyiség ügyek                                                                      | A fentieken túl, általános ügyfélszolgálat működik a Zuglói Városgazdálkodási Közszolgáltató Zrt. épületében a bejáratától jobb oldali pultnál<br>hétfőtől–csütörtökig 8.00–16.00 óráig és pénteken 8.00–13.00 óráig. Pénztári nyitva tartás: hétfőn 12.00–15.30, szerdán 8–15.30, pénteken 8.00–11.30, ebédidő 11.30–12.00 |
| 1145 Budapest, Pétervárad u. 11-17. • Postacím: 1590 Budapest, Pf. 184. • Telefon: 06 1 469 8100 • Web: www.zugloizrt.hu |                                                                                                                                             |                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

## Bérbe vehető önkormányzati tulajdonú helyiségek

Budapest XIV. Kerület Zugló Önkormányzat tulajdonában álló bérbe vehető nem lakás céljára szolgáló helyiségek, gépkocsi beállók és területek listája megtekinthető a <http://www.zugloizrt.hu/hirdetmenyek/> hivatalos oldalon, illetve a hirdetmény kifüggesztésre került Budapest Főváros XIV. Kerület Zuglói Polgármesteri Hivatal Ügyfélszolgálati Irodája hirdetőtábláján, valamint a Zuglói Városgazdálkodási Közszolgáltató Zrt. hirdetőtábláján.

## Értékesítésre meghirdetett, a Zuglói Zrt. tulajdonában álló ingatlanok

A Zuglói Városgazdálkodási Közszolgáltató Zrt. tulajdonában álló, értékesítésre meghirdetett ingatlanok listája megtekinthető a <http://www.zugloizrt.hu/hirdetmenyek/> hivatalos oldalon, illetve a hirdetmény kifüggesztésre került a Zuglói Városgazdálkodási Közszolgáltató Zrt. hirdetőtábláján (XIV. Budapest, Pétervárad u. 11-17.).

A Zuglói Városgazdálkodási Közszolgáltató Zrt. tulajdonában álló, a Budapest XIV. Lócsei út 24-26. szám alatt ingatlan teremgarázsában található, bérbe vehető gépkocsibeállók listája:

| Cím                                        | Alapterület (m <sup>2</sup> ) | Minimálisan ajánlható bérleti díj |
|--------------------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------|
| G9, G11, G31, G34, G37, G41, G44, G46, G47 | 12                            | 9.646,- Ft + ÁFA/hó               |
| G24, G32, G33                              | 12                            | 8.681,- Ft + ÁFA/hó               |

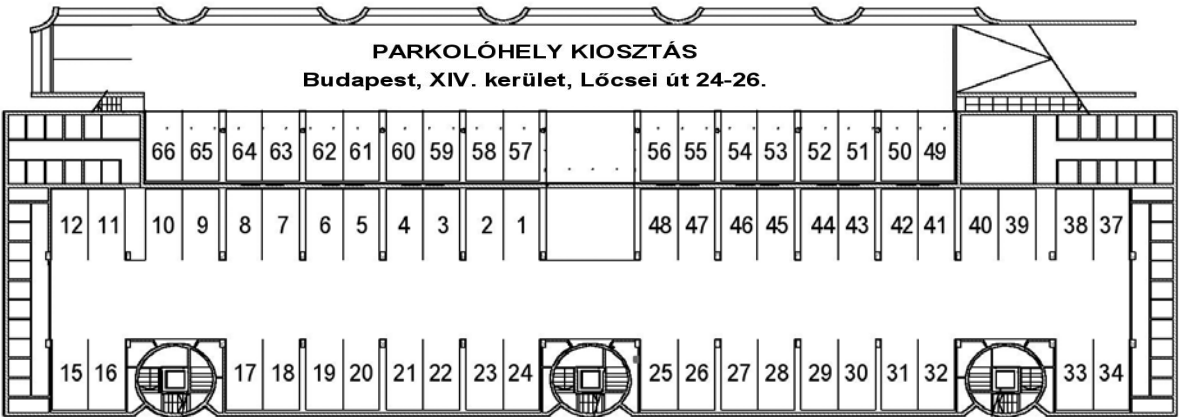
**Ajánlatot tenni havi bérleti díjra lehet, a minimálisan ajánlható bérleti díjat figyelembe véve.**

Az ajánlatok benyújthatók a 'Kérelem Bejelentő Űrlap' formanyomtatvány kitöltésével, mely személyesen átvehető a Zuglói Városgazdálkodási Közszolgáltató Zrt. recepcióján (Bp., XIV. Pétervárad u. 11-17.) vagy letölthető a honlapról (www.zugloizrt.hu).

A gépkocsibeállók megtekinthetők előzetes időpont-egyeztetéssel, a 469-8152-os telefonszámon.

A hirdetmény kifüggesztésre kerül a Zuglói Városgazdálkodási Közszolgáltató Zrt. hirdetőtábláján és hivatalos honlapján (www.zugloizrt.hu).

**A hirdetményt kifüggesztette:**  
Zuglói Városgazdálkodási Közszolgáltató Zrt.  
Megújuló Zugló  
Zuglói Városgazda





# Öttusa az Ovi Kupán Gemini-retroparti



A képen balról: Kutas József, a Játékszín Óvoda nyugdíjas testnevelője, Mizsér Attila olimpiai bajnok öttusázó, Martinek János, a Magyar Öttusa Szövetség főtitkára, kétszeres olimpiai bajnok öttusázó, Réczai Géza, a Magyar Öttusa Szövetség elnöke, Fábián László, MOB sportszakmai igazgatója és a Játékszín Óvoda ovisai

Több mint 200 gyerek versenyzett a hagyománnyá vált Ovi Kupán. A játékos feladatokat a szervezők az öttusa jegyében állították össze a Dr. Mező Ferenc Általános Iskola tornatermében.

Minden évben más sportág kerül a középpontba, az idei versenyt a Magyar Öttusa Szövetség támogatta. Elnöke, Réczai Géza elmondta, meglepődött, hogy több mint 200 óvodás vett részt,

ez fantasztikus teljesítmény a szülőktől, nevelőktől. Martinek János kétszeres olimpiai, négyszeres világ- és egyszeres Európa-bajnok öttusázó rendszeres résztvevője, lebonyolítója az Ovi Kupának, lapunknak így fogalmazott: – A legkisebb gyerekekkel kell megszerettetni a sportot, mert akkor az végigkíséri őket életük során.

A sportversenyt a Pedagógiai Szakmai Szolgáltató Intézet szervezte a Tücsöktanya Óvoda segítségével. – Az Ovi Kupa nagyon régi zuglói hagyomány, Tornatermi Dáridó néven indult, 2012 óta mindig valamely sportág volt a középpontban, akkor az olimpia kapcsán olimpiai sportágakat választottunk – mesélte Nagy Ildikó, a Pedagógiai Szakmai Szolgáltató Intézet szaktanácsadója.

A díjakat Mizsér Attila és Fábián László olimpiai bajnok öttusázó adta át. – A sport játék, és ha ilyen fiatalon megszeretik, akkor később is örömmel mennek el kocogni, úszni vagy kerékpározni – mondta Fábián László. Zugló polgármestere is jelen volt óvodás kislíával a versenyen. Karácsony Gergely azt mondta: – Nem az a legfontosabb, hogy ki nyer, hanem az, hogy közösen sportolnak, csapatban vannak, egymásra odafigyelve küzdenek. **-bb-**

Még két év, és nagy születésnap buli lesz – ígéri a Gemini, a Neoton és az Old Boys dobosa, aki épp most ünnepelte a 68. születésnapját. Igaz, csak szűk családi körben.

Bardóczi Gyula 1968 óta él Zuglóban. A IX. kerületben nőtt fel, ott lett belőle dobos, de zenészként korábban is sokat járt Zuglóban. A Danuvia Művelődési

Házban rendezett bulikat legalább olyan nosztalgiai emlegeti, mint a Budai Ifjúsági Parkban vagy a Taurus gumigyárban rendezett koncerteket.

– A zenélést sohasem lehet megunni. Jó értelemben vett áfium ez a szervezetnek, amelyre egy zenésznek örökké szüksége van. Persze a dobos legtöbbször csak háttérember, de én mindig szerettem a közönséget is bevonni a zenélésbe, ezért nekem mindig erősebb kapcsolatom volt a rajongókkal.

Egy-egy Old Boys-bulin még ma is bekebiálják: „Szép volt, Gemini Gyula!” Mert az a 14 év 1979-ig sok emberben mély nyomot hagyott.



Bardóczit gyakran csak „Gemini Gyulának” hívják a rajongói

– Sosem voltam csapongó típus, a Geminin, a Neotonon és az Old Boyson kívül mindössze a Kati és a Kerek Perc együttesben játszottam. Ugyanígy ragaszkodtam Zuglóhoz is, ahol egyszer letelepedtem, és amelyet azóta sem hagytam el.

A szülinapi bulik kapcsán szóba került az is, hogy a napokban retroparti lesz a Sugár üzletközpontban a Madarakkal is. Hogy életben tartsák a 60-as, 70-es és 80-as évek nosztalgiazenéjét.

A Bardóczi családban a dobolás apáról fiúra szállt, Gyula egyetlen fia, Gábor is dobos lett, aki szintén zuglóiaként jelenleg Szekeres Adrien zenekarában játszik.

**Riersch**

## Liftcserék három éven belül

Szigorították a liftek működésére vonatkozó biztonsági előírásokat. A módosított kormányrendelet értelmében 2020-ig felülvizsgálják a húsz évnél régebbi berendezéseket. Nem kis pénzébe, akár 5–10 millió forintjába is kerülhet egy-egy lakóközösségnek, ha új liftet kell beszerezni.

A Hungária körút 97–101. társasházaiban a közelmúltban újították fel a még 1973-ban beépített lifteket. A szerelést végző Honfi Gábor felvonószerelő, okleveles villamosmérnök elmondta, ez azt jelenti, hogy a szerkezeten belül kézi ajtó volt, ami már nem felel meg a szabványoknak. Ezért automata ajtóhajtást épített be. Juhász Piroska társasházi közös képviselő arról tájékoztatta a Zuglói Lapokat, hogy lakóépületenként három és fél millió forintba került a felújítás.

Egy új lift beépítése 5–10 millió forintba kerül, egy régi teljes körű felújítása, a biztonságtechnikai követelményeknek megfelelő korszerűsítése pedig szintén több millió forint.

A három év múlva életbe lépő szigorúbb biztonságtechnikai előírásoknak a ma még



Többmilliós kiadás a lakóházaknak

működő felvonók többsége szinte biztosan nem fog megfelelni, figyelmeztetett a Magyar Felvonó Szövetség elnöke. Apatini Kornél úgy fogalmazott, a 40-50 éve beszerelt, az akkori biztonságtechnikai előírásoknak megfelelő felvonók ma már nem elfogadhatók. Ezeknek a lifteknek a felújítását kívánja a rendelet szigorítani és kötelezően előírni. A szövetség kezdeményezte, hogy a jelenleg érvényben lévő biztonságtechnikai szabvány is legyen elegendő a jövőben.

**-hossu-**

## Olimpikonok hűtőkamrában

Magyar orvosok külföldi konferenciákon ismerkedtek meg a hűtőkamrás terápiával. A nagy hideggel sokkolt szervezetek sokkal jobban reagáltak az ízületi problémákra, mint normál körülmények között. Zuglóban létesült az ország eddig egyedüli hűtőkamrája.

Emlékeznek még 1987 telére? A mínusz 20 fokos fágyra? Gondolták volna, hogy ennek a hidegnek az ötszöröse még jótékony hatással is lehet a szervezetünkre?

A hűtőkamrák mindmáig egyetlen magyar változata Zuglóban hat évvel ezelőtt kezdte meg működését. Az eszközt nem kellett hirdetni, létezése és eredményessége szájról szájra terjedt.

Az eljárás lényege a bőrfelszín villámgyors lehűtése. Hatására fájdalomcsillapító és gyulladáscsökkentő folyamatok indulnak be a szervezetben. A 10-15 alkalommal megismételt kúra (a kezelése

–110 fokos kamrában 3-5 percig tartanak) gyógyító hatása akár fél évig is eltarthat. A hűtőkamrát ere-



A sportolók –110 Celsius-fokban regenerálódnak

detileg az ízületi betegségek kezelésére használták, de ma már ott tart az orvostudomány, hogy ez a módszer kiválóan alkalmas a sérülések megelőzésére és a sportolók regenerálódásának felgyorsítására is. Nem csoda, hogy az élsportolók többsége rendszeres vendég a zuglói terápiás központban. A londoni olimpiikonjaink közül 57-en próbálták ki a kezelést, és Szilágyi Áron, Kasza Róbert, Marosi Ádám, Berki Krisztián vagy Ungvári Miklós is sokat köszönhet ennek a módszernek.

Külföldön egyáltalán nem számít ritkaságnak a hűtőkamra. Az amerikai csodaúszónak, Michael Phelpsnek az otthonában is van ilyen, és a világ legnagyobb futballklubjainak öltözőjében szintén előfordul. Azt tapasztalják ugyanis a sportolók, hogy az edzéseket követő hűtőkamrás kezelés után a szervezet jobban bírja a terhelést.

**Riersch Tamás**

## SPORTHÍREK

### Három év után női kardbravúr

Negyedik helyen végzett a női kardválogatott a február eleji athéni Világkupán. Ilyen bravúrra legutóbb három éve voltak képesek a lányok. A csapat felét BVSC-s vívók – Várhelyi Anna és Várhelyi Kata – alkották, akik a görög fővárosban az egyéni versenyben gyengébben, a csapatviadalon azonban jól vívtak. A lányok a lengyeleket és franciákat verve jutottak a négy közé, ahol viszont az oroszoktól és az amerikaiaktól is vereséget szenvedtek. Ez utóbbi mérkőzésen a világbajnok ellen a bravúr is majdnem összejött, a meccs végére azonban elfáradtak Annáék, akiket aztán bedaráltak az amerikaiak. A negyedik helyezésük azonban így is bravúrnak számít.

### Triplázott a zuglói pingpongos

Január 23–25 között Budaörsön rendezték az asztaliteniszezők utánpótlás-Budapest-bajnokságát, amely az év első korosztályos ranglistaversenye volt. Az eseményen András Csaba, a BVSC-Zugló versenyzője kiemelkedett a mezőnyből, az U13-as korosztályban és a serdülők között is aranyérmet nyert. Ez utóbbi korcsoportban a malévos Both Olivérrel a páros versenyben is a dobogó tetejére állhatott.

### Új lakások eladó!

Komócsy utcában  
erkélyes: 66,73,84, m<sup>2</sup>-es  
teraszos: 66,103 m<sup>2</sup>-es  
Fűrés utcaban 61, 71,109 m<sup>2</sup>-es  
XIII. kerület, Petneházy utcában  
60, 70, 83 m<sup>2</sup>-es  
06/20 9345-940, [www.veritas.hu](http://www.veritas.hu)



# Táncolj, Törő!

Még hogy nincsenek véletlenek! Ha nem találkozom a Radnóti szülői munkaközösségének vezetőjével, Egressy Katalinnal, talán sohasem tudom meg, hogy Zuglóban lakik az egyik kedvenc drámaíró, Egressy Zoltán. És ha nem találkozom Zolival, az sem derült volna ki, hogy ugyanazokért a dolgokért és személyekért rajongtunk.

– Gyerekkoromban Törőcsik András képeivel volt kitapétázva a szobám. Fanatikus Újpest-rajongóként a mérkőzések tudósításait is albumba gyűjtöttem – nosztalgizott a népszerű író, én meg arra gondoltam, hogy a meccsjegyeket mind a mai napig egy Újpest-dobozba rakosgatom.

S hogy miért lett aktuális a közös lila-fehér múlt? Mert Zoli megírta végre azt, amit mi, átlagszurkolók csak nehezen tudnánk megfogalmazni. Azt, hogy miért rajongtunk Törőért, a lila-fehér színekért, s milyenek is voltunk a 70-es és a 80-as években.

– Rengetegszer láttam Törőcsiket, aki barátaival abba a belvárosi kocsnába járt sörözni, amely fölött laktam – mesélte Egressy Zoltán legújabb regényének, a Lila csík, fehér csík („Lila csík, fehér csík, világsztár a Törőcsik” – énekeltük anno a lelátón) apropóján. A könyv az idei könyvfesztiválra jelenik meg. Nagyjából akkor, amikor gyerekkorunk idolja éppen a hatvanadik életévét tölti be. Hogy milyen állapotban, na, ezt inkább hagyjuk!



Egressy Zoltán Törőcsikről írt könyvet

Törőcsik ezer szállal kötődött Zuglóhoz. A BVSC-nél nevelkedett, a Miskolci úti iskolába járt, és a legutolsó balesetéig itt lakott a kerületben. Évekig készültem, hogy egyszer majd felkeresem, de ebből valószínűleg már semmi sem lesz, én is úgy járok, mint a korábban szintén Zuglóban élő Egressy Zoltán, hogy sosem beszélek a példaképemmel. Ő legalább egy könyvet írt, egy sok fikciót is tartalmazó, személyes élményekkel teli regényt, amely Törő kapcsán a rajongásról, a felnőtté válásról, az elengedésről szól. A Lila csík, fehér csík nemcsak Újpest-szurkolóknak, hanem minden negyven-ötvenesnek ajánlott, aki a hetvenes, nyolcvanas években farmert és bakancsot hordott, hosszú haját viselt, és úgy tudott rajongani, ahogy Zolival mi rajongtunk Törőért.

**Riersch Tamás**

## Rekordmezőny a Molnár János-émlékversenyen



28 BVSC-játékos állt asztalhoz

Janika emlékére 20. alkalommal rendezték meg a nemzetközi fiú-asztalitenisz-utánpótlásversenyt. Öt korosztályban rekordmezőny, 17 ország 275 versenyzője állt asztalhoz.

1995. február 5-én korán reggel hat autóval indultak az országos ranglistaversenyre Salgótarjában – mesélte Herendi Iván, a BVSC-Zugló asztalitenisz-szakosztályának vezetője. – Az egyik autót idősebb Molnár János, Janika édesapja vezette. Mellette ült az édesanyja, Megyes Erika, mögöttük pedig két tehetséges fiú, a 13 éves Janika és a 8 éves Krisztián. Salgótarján előtt 18 km-rel az autó valószínűleg a jeges útburkolaton megcsúszott, lement az útról, és nekirohant egy fának. Az édesanyja a helyszínen az életét vesztítette, Janika a kórházba szállítás közben halt meg, az édesapa rendkívül súlyos sérüléseket szenvedett, de a csodával határos módon túlélte a tragédiát, Krisztián pedig nagy szerencséjére kirepült az autóból, mert így egy 25 cm-es koponyarepedéssel „megúsztta” a balesetet.

A BVSC 1995-ben rendezte meg az első emlékversenyt. Az azóta már felépült idősebb Molnár János, valamint a háromszoros serdülő Európa-bajnok Krisztián – aki ma már 28 éves, és az osztrák Stockerau csapatában játszik – mindig részt vesznek Janika emlékversenyén. A család ugyanis maga is díjat ajánlott fel a legjobban szereplő csapat számára.

Az idei verseny hagyományosan a BVSC Szőnyi úti létesítményében zajlott, ott, ahonnan 20 éve azon a februári hideg hajnalon végzetes útjára elindult a Molnár család. A résztvevők öt korosztályban küzdöttek meg, legnagyobb létszámban a szlovákok és a svédek érkeztek, utóbbiak a híres svéd asztalitenisz-gimnáziumból, Köpingből küldték el versenyzőiket. Spanyolok és norvégok először képviseltették magukat a Molnár János-émlékversenyen, ahol a teljes magyar utánpótlásmezőny – köztük 28 BVSC-játékos – is asztalhoz állt. A külföldi gyerekek Budapest nevezetességeivel is megismerkedhettek, de a legmeghatóbb pillanat kétségtelenül a február 7-i gyertyás megemlékezés volt. **R. T.**

## Láthatatlan sívelés

December vége óta heti rendszerességgel vak és gyengén látó emberek síelnek a zuglói Babos Síklubban. Az ötletgazda Balogh Zsolt parasíelő volt, aki szerette volna a sportágát minél több sorstársával megismertetni.

Vak és gyengén látó tanulók érkeztek a zuglói síiskolába. Nem gyerekek, hanem felnőttek, akik még soha nem síeltek. Mindegyikük mellett egy-egy oktató dolgozott, aki elsősorban a lécbiztonságot próbálta átadni mentortájkának.

– A LÁSS Egyesület tagjaiból áll a sícsapat – mondta Balogh Zsolt –, olyan emberekből, akik vagy egyáltalán nem látnak semmit, vagy csak foltokat. A síelést azonban így is élvezni tudják.

A zuglói síiskola ingyenesen biztosítja számukra a pályát, a felszerelést és az oktatókat is. Utóbbiak számára nagy örömet jelent, hogy olyan tanítványokkal foglalkozhatnak, akik nem vagy



Akárcsak az élsportolóknál, úgy oktatnak

csak alig látnak. Az oktatás emiatt főleg verbálisan történik, az oktató közvetlenül a vak síelő előtt megy, és folyamatosan adja neki az instrukciókat. Fábián Attila, a magyar parasi-válogatott edzője elmondta, hogy élsportolói szinten is hasonlóképpen folyik az oktatás, azzal a különbséggel, hogy a nagy sebességgel száguldó vak síelőnek szó szerint vakon kell bízni a vezetőjében. Utóbbi a háttára erő-

sített hangszóró és gégemikrofon segítségével folyamatosan adja neki az instrukciókat, a vak síelőnek pedig az információn kívül a hang iránya jelenthet némi támpontot.

A vak és gyengén látó felnőttek is eljuthatnak az átlagos síelő szintjére. Balogh Zsolt reméli, hogy előbb-utóbb vak és gyengén látó gyerekek is vesznek majd a bátorságot ehhez a sporthoz. **riersch**

## Rács mögött a rendőrgázoló

Jogerősen 12 év fegyházra ítélte a Fővárosi Ítéltábla azt a férfit, aki a 30 esztendőes zuglói rendőr zászlóst, Radovic Dusánt 2010-ben halálra gázolta a Baross téren.

A 35 éves, korábban hússzor elítélt P. Z. ittas és kábítószeres állapotban hajtott át egy piros lámpán a Bosnyák térenél. Pechére két rendőr egy civil autóban szemtanúja volt az esetnek. A következő lámpánál utol is érték a fekete színű BMW-t, amelyet ki akartak állítani a forgalomból. P. Z. azonban egy „Kapjatok el, ha tudtok!” kiáltással a gázra taposott, és menekülni kezdett. A hajszra így kezdődött, majd Zugló, Erzsébetváros és Kőbánya területén folytatódott. Az üldözésben több jármű vett részt, többek között Radovic Dusánéké is, akiknek a Baross térenél a metróépítésnek köszönhetően sikerült is a menekülőt megállítaniuk. A zászlós kiszállt, és gyalogosan a sarokba szorított BMW-hez indult. A sofőr azonban ismét a gázra taposott, és nagy erővel kitolott szorult helyzetéből. Eközben gázolta el a fiatal rendőrt,



Radovic Dusán-émlék hely a rendőrség kertjében

akit ráadásul még az egyik rendőrautónak is nekiszorított, majd továbbmenekült. Radovic Dusán ezt a manővert nem élhette túl. Kollégái megrendülten vették tudomásul társuk elvesztését, és elkeseredve folytatták a BMW üldözését. Az autót végül a Gubacsi úton sikerült megállítaniuk. A vezetőjét előállították, aki elismerte vétségét. A tárgyalás során végig azzal védekezett, hogy nem látta a gyalogos rendőrt, ezért nem lehetett szándékos a baleset. Az ügyészség

életfogytiglani börtönbüntetést kért, a Fővárosi Törvényszék azonban nem találta bizonyítottnak a szándékos emberölést, ezért tavaly májusban halált okozó közúti veszélyeztetés, illetve egyéb bűncselekmények elkövetése miatt első fokon 12 év fegyházzal sújtotta a vádlottat. Súlyosbításképpen azonban mind a feltételes szabadság lehetőségétől, mind pedig a további járművezetéstől megfosztották. Január 28-án másodfokon ezt a döntést hagyta jóvá a Fővárosi Ítéltábla. **-h-s**

## BÚNÜGYI KRÓNIKA

### Megfenyegette a mobil rendőrőrsöt

Január végén a kora délutáni órákban egy hölgy zaklatott hangon azt közölte a mentősök ügyeletén, hogy felgyűjtja a Pillangó utcai mobil rendőrőrs épületét. Az ügyelet azonnal riadóztatta a kerületi járőröket, akik a helyszínre siettek. A bevásárlóközpont parkolójában, szemben az őrszel, találtak is egy nőt, akit igazoltattak, és a zsebében kábítószergyánús anyagot találtak. Ezt követően előállították a kapitányságon, ahol kiderült, hogy ő volt a telefonáló.

### Megtalálták az elkóborolt idős lakót

Az egyik idősotthonból az esti órákban eltűnt egy 89 esztendőes

hölgy. Az intézet dolgozói szerint korábban is volt rá példa, hogy a gondozott személy elkóborolt az intézetből. A mostani helyzetet nehezítette, hogy az elmondások alapján nem az időjárásnak megfelelően volt felöltözve. Ez lehetett gyanús az Uzsoki kórház biztonsági őrének is, aki nem sokkal később felfedezte az intézmény kapujában toporgó idős hölgyet. Az őt leültette, majd értesítette a rendőrséget, így a néni rövid időn belül visszakerült az otthonba.

### Túlpörgött

Háromfős társaság molesztált járókelőket a déli órákban a Hungária körúton. Az egyikük egy férfiba is belekötött, de mivel az nem reagált a sértegetéseire, megpróbálta őt verekedésre készíteni. A 24 éves támadó azonban az

első ütésig sem jutott el, mert hirtelen rosszul lett, és összeesett. Az időközben kiérkező rendőröknek mentőt kellett hívniuk, mert a fiatalember elmondása szerint ismeretlen eredetű cigarettát szívott.

### Idegesítette az ellenőr

BKV-ellenőrrel keveredett vitába egy férfi a Bosnyák téren. A vita hevében többször úgy megütötte az ellenőrt, hogy az sérüléseket szenvedett. A hatóság kiérkezését követően többszöri felszólítás ellenére sem hagyta abba az ellenőr verését, ezért a rendőrök kénytelenek voltak a földre teríteni. A gyanúsított a kihallgatáson tagadta, hogy közfeladatot ellátó személy ellen erőszakot alkalmazott volna.



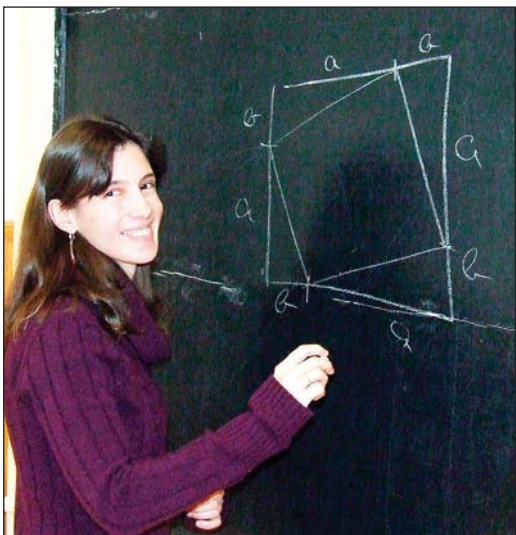
# Az egyenletekhez és a góllövéshez is ért

A Szent István Gimnázium matektanára nemcsak tanítási módszerének, hanem futballtudásának is köszönheti népszerűségét. Az MTK női futballszakosztályának alapítója, Molnár-Sáska Ildikó súlyos sérülése után újabb tervek szöveget.

A Szent István Gimnázium matematikatanára két fiútestvér mellett játszi könnyedséggel sajátította el a futballozás tudományát.

– Két fiútestvér mellett mi mást tehetne egy lány, mint hogy maga is megtanul focizni – avat be a kezdetekbe Molnár-Sáska Ildikó.

A két fiútestvérrel ellentétben a családból egyedülként igazolt labdarúgó lett. Előbb a László kórház és a Pepita Sárkányok csapatában rúgta a bőrt, majd az előző csapat átszervezésével megalapította az MTK női futballszakosztályát. A kék-fehérekkel a másod-, majd az első osztályú bajnokságban is sikerült aranyérmet nyernie. Aztán átpártolt a futsalosokhoz, a Fradi-



Siker a munkahelyén és a focipályán is

ban és az Univerzum együttesében is játszott, ez utóbbi csapattal pedig két bajnoki címet is nyert.

– 2002 óta tanítok az Istvánban, és 2005-ben szerveztem meg elsőseimnek az első futsaloktatást. 15 lánnyal kezdtem. A legkitartóbbakból később megalakítottuk a Galaxis NFE nevű csapatot, amellyel feljutottunk az NB I-be.

Ennek az utóda ma már BME FC néven szerepel a bajnokságban.

Molnár-Sáska Ildikó nem hagy ki egyetlen alkalmat sem, ha fociról van szó. Játszik a tanári csapatban, és gyakran beszáll saját diákjai mérkőzéseibe. A futball leghorrorisztikusabb sérülését elszenvedve maga is bizonyította, hogy a labdarúgás nem az úri kisasszonyok sportja.

– 2013 októberében az Astra ellen játszottunk bajnoki meccset, amikor egy előreívelt labdára elindultam, és közben ütköztem az ellenfél egyik játékosával.

Az eset következtében eltört az arc- és a halántékcsontom is, mindkét helyen fémekkel rögzítették a sérült részeket.

Sokáig csak speciális maszkban mert játszani, ma ismét a régi elánnal focizik. Sőt már az is megfordult a fejében, hogy újra belevág egy istvános női futsalcsapat építésébe.

**Riersch Tamás**

# Hatszeres tornász - 22 év verseny

Ha egy sportoló képes volt már olimpián, világ- és Európa-bajnokságon is kimagaslóan teljesíteni, akkor feltételezhetjük, hogy esélyes a 2016-os riói olimpián való részvételre. A KSI SE tornásza, Hídvégi Vid ilyen sportoló. Laufer Béla tanítványa az elkövetkezendő 15 hónapot az olimpiai részvétel kiharcolásának szenteli.

A 29 esztendő tornász ennyi idő alatt kvalifikálja magát Rióba két versenyen. Az októberi glasgow-i világbajnokságon lólengésben kellene a dobogón végeznie, 2016 áprilisában a riói tesztszereplés pedig összetettben az első 25 között kell majd teljesítenie.

– A képlet egyszerű, a két verseny valamelyikén kell kivínom az olimpiai szereplés jogát – mondta Vid. – A dolog viszont ennél sokkal nehezebb, hisz Berki Krisztián mellett több magyar tornász kacérkodik még ezzel a gondolattal. Az első legfontosabb lépés tehát a fenti versenyeken való részvétel jogának a kivívása lesz.

Sokat segíthetne Vidnek, ha már az áprilisi „tét nélküli” montpellier-i Európa-bajnokságon jól szerepelne, mert azzal a magyar



Vid lólengésben a legjobb

szövetség számára is jeleznie, hogy komolyan gondolja a riói kvalifikációt.

Vid 22 éve a KSI SE versenyzője, 3,5 éves angliai egyetemi tanulmányai alatt is folyamatosan edzésben és versenyben maradt. A hatszeres tornászok közé tartozik, legjobb eredményeit azonban lólengésben produkálta. Világ- és Európa-bajnokságon egyaránt 4. volt, a 2012-es londoni olimpián harmadik helyen jutott a fináléba, ahol egy rontás miatt végül csak a 8. helyen végzett.

**riersch**

# Lakótelepen síelnek

Monostori Attila több mint 20 évig a Jókai Mór, majdnem 20 évig pedig a Németh Imre Általános Iskolában tanított testnevelőként. Először 1974-ben szervezett síturát iskolásoknak a (cseh)szlovákiai Chopokra.

Egész családom Monostori Attilától, a kerületi testnevelési munkaközösség vezetőjétől tanult meg síelni. Népszerű oktató, nem csak a kerületiek ismerik, máshonnan is sokan járnak ide, Zuglóba a síiskolájába, amely több mint hatvan sífelszereléssel rendelkezik.

– Bárkit szívesen látunk a túráinkon, és nemcsak felszerelést biztosítunk ingyen, hanem még síelni is megtanítjuk – mondta Monostori Attila, aki egy röpké fejszámolással

kiszámolta, hogy az elmúlt negyven évben körülbelül 1500 embert tanított meg síelni.

A sítáborok, sítutak szervezése a Németh Imre iskolából indult. A testnevelők ugyanis azt szerették volna elérni, hogy a téli és a tavaszi táborokba olyan gyerekek menjenek, akik már tisztában vannak a sportág alapjaival. Így kezdődtek el az egynapos sítutak. A kezdőket Donovalyba, a haladókat a Chopokra vitték, amióta pedig már Magyarországon is lehetőség van



1500 embert tanított meg síelni

síelésre, főleg Mátraszentistvánon és Visegrádon hódolnak szenvedélyüknek. Az utóbbi pályáján 2010 óta kerületi versenyt is rendeznek. Ha az időjárás megengeti, február közepén tartják az idei megmérettetést.

**r-t**

# Snowboard felsőfokon

A snowboardsport nemrég kinevezett válogatott szövetségi kapitánya, Bekényi Ádám kerületünk egyik testnevelő tanára, aki legutóbb a XII. Téli Európai Ifjúsági Olimpiai Fesztiválon (EYOF) is feltűnt.

Január végén Ausztriában és Liechtensteinben rendezték az EYOF-ot. Az eseményen részt vevő kisszámú magyar csapatot a fiatal zuglói testnevelő tanár, Bekényi Ádám is elkísérte, aki ősz óta a snowboardválogatott szövetségi kapitánya. A Kaffka Margit Általános Iskola pedagógusa 2004 óta foglalkozik a snowboardosok erőnléti edzéseivel, így a hétvégei java részét Ausztriában tölti. 2008 óta azonban egyre többször hívják versenyekre is, amelyek a hétköznapi életük is komoly elfoglaltságot jelentenek számára. Az elmúlt években három Univeriadén, két világbajnokságon, két juniorvben és az ideivel együtt most már három Téli Európai If-

júsági Olimpiai Fesztiválon is részt vett. Kimaradt viszont a Szocsiban tavaly rendezett téli olimpia, amelyről legtehetségesebb versenyzője, Gyarmati Anna mindössze egyetlen apró helyezéssel maradt le. A sportoló azóta már kárpótolta őt, legutóbb a januári felnőtt-világbajnokságon a stíluskombinációban lett hatodik, amely helyezés a magyar snowboardsport eddigi legjobb eredménye.

Bekényi 2002 óta tanít a zuglói iskolában, ezzel egy időben a Testnevelési Egyetem mentor tanára is. A szövetségi kapitányi és a pedagógusi munkakör rendkívül fárasztó számára, valószínűleg egyszer választania kell majd, ám ő a 2018-as téli olimpiáig mindenképpen szeretne kitartani a civil foglalkozása mellett.

– Ha majd Anna vagy más sportoló kvalifikálja magát az ötkarikás eseményre, akkor a saját dolgaimon is el fogok gondolkodni – mondta



Bekényi Ádám menedzsel, tanít és versenyez

a fiatal testnevelő, aki nemcsak sportvezetőként, hanem aktív sportolóként is jó példát mutat a tanítványainak. Bekényi Ádám ugyanis amatőr futó, már számos maratoni versenyen részt vett, jelenleg barátaival ultramaratoni váltóversenyeken indul. Tavaly nyáron Ausztriában egy 24 órás versenyen szerepelt, idén pedig a bécsi maratoni, illetve a Győr–Budapest versenyen szeretne részt venni.

**R. T.**

# Leiskolázta a mezőnyt a zuglói diák

Makk Péter kedvence Rafael Nadal, de azért Federer tenyereseit is tanulja. A Móra Ferenc Általános Iskola hetedik osztályos diákja jó úton halad afele, hogy példaképei nyomdokába lépjen.

Tehetségét legutóbb a januári fedett pályás korosztályos magyar bajnokságon bizonyította, ahol a 14 évesek versenyében szettvesztés nélkül nyerte az egyéni és a páros versenyt is. Ez utóbbit a szintén BVSC-s Sallay Péter társaságában. Makk Péter nemcsak diákként és lakosként, hanem sportolóként is kötődik a kerülethez, köszönhetően annak, hogy csapata, az Apollo Tennis Team, illetve edzője, Morvai Árpád nemrégiben a BVSC-Zuglóhoz igazolt. A magyar bajnoki címet Péter vasutassportolóként szerezte, és remélhetőleg a jövőben is hasonló sikereket ér el.

A hazai versenyeken egyre ritkábban szereplő fiatalember a nemzetközi mezőnybe is belekóstolt. Az előző évben két negyedöntős helyezése is volt, idén azonban már vérmesebb reményekkel várja a soron következő holland, finn és szlovén versenyeket. Az edzője szerint a rendkívül tehetséges, nagyon motivált és cél tudatos fiatalember az elmúlt évben ren-

geteget fejlődött. A korosztályában a hetedik helyről toronymagasan az élre ugrott, és 2014-ben – alig 13 évesen – egy első osztályú férfi teniszezőt is sikerült megvernie, amely eredmény már szakmai körökben is nagy feltűnést keltett.

Peti a zuglói iskola nemzetiségi osztályában kezdte a tanulmányait, az utóbbi időben azonban a rengeteg edzés miatt kénytelen magántanulónként teljesíteni. Profi mentalitását jellemzi, hogy lépést tud tartani a társaival ezen a területen is. Morvai Árpád szerint az idei esztendő a kiugrás éve lehet, azaz már nemzetközi szinten is komoly eredmények várhatók tőle. Az egyik legkomplexebb magyar teniszező, a tenyere, a fonákja, a röptejátéka és a szervája is kiemelkedő. Persze jó pap is holtig tanul...

**-h-s**



Hetedik, de már első osztályú felnőtt-győzelme is van



## SZOLGÁLTATÁS

DUGULÁSELHÁRÍTÁS, VÍZ-, KÖZ-PONTI fűtésszerelés, ázások, csőtörések megszüntetése. Mosdók, WC tartályok cseréje. Ingyenes kiszállítás. Tel.: 402-4330, 06-20-491-5089

**FÉG gyártmányú gázkészülékek szakjavítása**  
Víz, gáz, fűtésszerelés garanciával!  
Hívható: 8-18 óráig  
Tel.: 383-5873, 06-20-912-6163

SZOBAFESTÉS, TAPÉTÁZÁS, MÁZOLÁS, parkettacsiszolás, laminált lerakás. Gyors kezdéssel, garanciával, referenciával. Tel.: 06-30-942-47-35 vagy 360-23-45 Pap Gábor kisiparos, www.festes-tapetazas.hu

VILLANYSZERELÉS, hibaelhárítás, kaputelefon telepítés, beléptető, síkmágnesek szerelése, villanytűzhely, bojlerjavítás, vízkötelenítés, VÍZVEZETÉK-, VÍZÓRASZERELÉS, vízóra-csere. Tel.: 260-48-70, 06-20-979-0624. Pungor

**TÉVÉJAVÍTÁS AZONNAL HELYSZÍNEN!**  
Villamosmérnök végzettséggel, garanciával. Digitális állás! Mindig-TV, dekóder beüzemelés!  
Tel.: 06-20-471-8871

KÁRPITOS javítást, áthúzást vállal. Tel.: 2212-392, 06-20-553-8582. XIV. ker. Nagy Lajos király útja 43/B. (Fogarasi sarok)

KÖMÜVES MUNKÁK, BURKOLÁS, festés, szigetelés, kémény, kerítésépítés kicsitől a teljes lakásfelújításig. Díjtalan kiszállítás. 10% kedvezmény. Tel.: 406-4095, 06-30-734-0411

LAKÁSFELÚJÍTÁS! SZOBAFESTÉS, TAPÉTÁZÁS, MÁZOLÁS, PARKETTALERAKÁS, parkettajavítás, parkettacsiszolás, vízszelvény, csempezés, villanszerelés, ajtó-ablakcsere, illesztés, kőműves-, lakatos- és asztalosmunkák, takarítás garanciával. Tel.: 202-2505, 06-30-251-3800

**ABLAK JAVÍTÁS!**  
www.ajtoablakdoktor.hu 21 éve vállalom kedvező árakon ablakok, ajtók javítását, illesztését, záruk cseréjét, festését, hőszigetelő üvegezését és szigetelését 1 év garanciával. Felmérés díjtalan. Horváth Ákos Tel.: 06-70-550-0269

ÜVEGEZÉS A HELYSZÍNEN IS. Hő, fény és biztonsági fóliázás. Nyílászárók utólag is szigetelése. Rész szállítók készítése. Tel.: 06-20-956-7241

KÁRPITOS VÁLLALJA MODERN és stílbútorok áthúzását borrel, szövettel. Ingyenes felmérés, szállítás. riederkarpitos@gmail.com; Tel.: 06-1-256-8285; 06-20-433-6289 Rieder György kárpitos

ZÁRSZERVÍZ VÁLLAL ASZTALOS munkát: ajtó- ablakillesztést, zárszerelést, küszöbkészítést, szigetelést, mázolás, pántok, zsanérok cseréjét és a legkisebb munkát is vállalom. Szigeti László, Tel.: 251-9483, 06-20-381-6703

AUTOMATA MOSÓGÉPEK javítását garanciával, rövid határidővel vállalom zuglói műhellyel. Marton Tamás technikus. Tel.: 221-1693 üzenetrögzítővel, Mobil:06-20-342-7898

**MINŐSÉGI MUNKÁVAL KEDVEZŐ áron vállalkunk: víz-, fűtésszerelést, szobafestést, mázolás, tapétázást, kőműves burkoló munkákat, parkettázást. ZUGLÓI MEGRENDELŐKNEK, NYUGDÍJASOKNAK KEDVEZMÉNY!** Tel.: 06-30-9524-725

DUGULÁSELHÁRÍTÁS! Azonnal is! 40 éves szakmai gyakorlattal, profi gépekkel. Vízvezetékszerelés. Társasházaknak, zuglói lakosoknak nagy kedvezmény. Zuglói víz-, gáz-, fűtésszerelés és lefolyószervíz. Tel.: 06-1363-3272, 06-30-951-7849

ZÁRLAKATOS GYORSSZOLGÁLAT! Zárnyitás, zárszerelés, betörésbiztos hevederzár-szerelés azonnal. Rácskészítés, kapuk, kerítések, galériák, egyéb lakatosmunkák. Tel.: 06-30-299-12-11

TAKARÍTÁS! FIATAL, MEGBÍZHATÓ HÖLGY kisebb-nagyobb takarítást, ablaktisztítást, vasalást vállal. Irodák és társasházak részére is! Gyors és precíz munkavégzés. Tel.: 06-30-294-2227

TELEVÍZÓJAVÍTÁS INGYENES KISZÁLLÁSSAL, garanciával a hét minden napján. Tel.: 405-3553, 06-20-9344-874

HA TUD OLYAN KIS MUNKÁT, amit más nem vállal, mi elvégezzük. Kőműves, burkoló, festő, asztalos, víz-szerelő szakemberek állnak rendelkezésre. Társasházak felújítását, karbantartását, konyhák, fürdőszobák felújítását vállaljuk. Tel.: 06-30-457-2666, 06-20-514-7876

**ZUGLÓI VÍZVEZETÉKSZERELŐ GYORSSZOLGÁLAT!** Dugulás elhárítás profi gépekkel, szerelvények javítása, cseréje, gázkészülékek javítása, csőtörés, hibaelhárítás azonnal. Gáz- és fűtésszerelés, javítás. 40 éves gyakorlattal. Tel.: 3633-272, 06-30-9517-849

FÜRDŐSZOBÁK, KONYHÁK FELÚJÍTÁSA, átalakítása! Csempeburkolás, kőművesmunkák, vízszelvény! Teljes lakásfelújítás! Anyagbeszerzéssel, garanciával! www.burkolomester.hu Tel.: 06-20-961-6153

VILLANYSZERELÉS, DIGITÁLIS KAPUTELEFON-TELEPÍTÉS, elektromos hálózatkiépítés és -felújítás. HAJDÚ VILLANYBOJLER javítás, vízkötelenítés garanciával. Érintésvédelmi felülvizsgálat, nyugdíjasoknak 10% kedvezmény. Tel.: 06-30-440-1586, 252-0813

HŰTŐSZEKRÉNYEK, fagyasztók, klímák, autoklímák javítását vállalom hétfőig is, garanciával! Tel.: 419-82-64, 06-70-211-77-60

KERÜLETI ÜGYVÉDI IRODA vállalkozás ingatlanszerződések peres és peren kívüli ügyek, társasházak jogi képviselőjének intézését. Tel.: 06-70-2745-371

## EGÉSZSÉG, ÉLETMÓD

FOGTECHNIKUSMESTER vállalkozás fogpótlások készítését, javítását garanciával. Fogfehérítő sablon és éjszakai harapásemelő készítése. Tel.: 252-40-67, 06-20-445-84-21. Petőfalvi, Ilosvai utca 25.

SAKKKÉPZETT 60 ÉVES GONDOZÓNÓ vállalkozás idősok otthoni ápolását. Bevásárlás, orvosi ügyintézés, autóval rendelek. Hívjon bizalommal! Tel.: 06-20-441-8651

GYÓGYPEDIKÚR! BENÓTT KÖRÖM, tyúkszem eltávolítása, kezelése. Házhoz megyek! Manikűr. Hétköznap és hétvégén! Ajándékutalvány vásárolható! Tel.: 06-30-319-1178

TP PSZICHOLÓGIAI INNOVATÍV TERAPEUTA segít gyermekek és felnőttek lelki problémáinak megoldásában, feldolgozásában. Rendelő: Örs vezér tere. Forduljon hozzám bizalommal! www.segitofigyelem.com Tel.: 06-20-973-8232

## REDŐNY, RELUXA

REDŐNYÓS MUNKÁK, gurtai csere, rövid határidővel! Redőny, reluxa, harmonika ajtó, szünnyogháló, szalagfüggöny-készítés, javítás. Tel.: 410-7924, 06-20-934-57-28

REDŐNY, RELUXA, STB... JAVÍTÁS, szerelés, garanciával, akár hétvégén is! Zuglói redőnyös. Tel.: 06-70-341-9489, 06-20-341-0043

## INGATLAN

KICSI EGYEDI FŰTÉSES téglá társasházi lakást, garzont vásárolna készpénz fizetéssel magánszemély. Házrész, alagsori nem. Tel.: 06-30-312-4650

MAGÁNSZEMÉLY, egyetemista lányának keres emeleti, felújítandó öröklakást, készpénzfizetéssel. Tel.: 06-20-496-6601

## OKTATÁS

NÉMET NYELVTANÁRNŐ oktatást, korrepetálást vállal, valamint felkészítést érettségire, nyelvvizsgára és külföldi munkavállalásra, a Bosnyák téren. Tel.: 221-2376, 06-30-959-6759

## KÖNYV

MEGUNT, KIDOBÁSRA SZÁNT könyveit boldogan elszállítom! Nem vagyok kereskedő! Tel.: 06-20-956-4084

## JÁRMŰ

AUTÓFELVÁSÁRLÁS KÉSZPÉNZ-FIZETÉSEL, ADÁS-VÉTELI szerződéssel. (roncs autót is) Házhoz megyünk, hétvégén is! Tel.: 06-30-253-2248

## TÁRSKERESŐ

Középkorú, de nem középszerű, tiszta, csinos, fiatalos asszony. TÁRSAT keres. Hasonlóan IGÉNYES, jó kiállású, egzisztenciával rendelkező, magas, max. 65 éves férfi személyében. Tel.: 06-30-449-3140

## MŰVÉSZET

KIEMELKEDŐ KVALITÁSÚ magyar és külföldi festmények vétele, eladása. Tel.: 06-30-949-29-00, email: nemes.gyula@nemesgaleria.hu

## RÉGISÉG

GÁBOR ESMERALDA BECSŰS műgyűjtőnő külföldi magas áron, helyszínen, készpénzért vásárol antik és modern festményeket, bútorokat (figurálisak előnyben) ezüsttárgyakat, aranyakat, elefántcsontokat, kardokat, asztali álló, fali- és karórákat, porcelánokat (Heren-di, Zsolnay) Kovács Margit, Gorka Géza, Kissróz Ilona, kerámiákat, szőnyegeket, bronz tárgyakat, kintünetéseket, teljes hagyatékot, értékbécsés, kiszállítás díjtalan. Életjáradéki szerződést is vállalkoz. Üzletünk: II. ker. Fő u.67. Tel.: 06-1/789-1693, 06-30-382-7020

ZSAZSA GALÉRIA azonnali készpénzért vásárol! Tört-, fazonarany 6500-12000 Ft-ig. Tört-, fazonézüst 150-800 Ft-ig. Továbbá: Antik bútorokat, festményeket, órákat, porcelánokat, pénzerméket és mindent ami régi! Valamint teljes hagyatékot! FIGYELEM! A Mézsárga borostyánt 500-1000 Ft/gramm áron vásároljuk. Várjuk szeretettel! 13. kerület, Hollán Ernő utca 4.; Tel.: 350-43-08, 06-70/884-4084; email cím: antikicko87@gmail.com

KOSSUTH GALÉRIA ANTIKIVITÁS vásárol magas áron BOROSTYÁN ékszerek 15.000-200.000 Ft-ig, antik bútorokat és ékszereket, festményeket, asztali-, fali-, zseb-, és karórákat, Herendi, Zsolnay, Meissen. stb., porcelánokat, Kovács Margit-, Hummel-, Gorka kerámiákat, bronz és ezüsttárgyakat, háború előtti katonai kintünetéseket, levelezőlapokat, képeslapokat, hagyatékot, tört és fog aranyat. Értékbécsés és kiszállítás díjtalan! XV. ker. Páskomliget u.8. (Vásárcsarnokkal szemben) Tel.: 06-1-708-2878, 06-20-358-8217

BOROSTYÁN ÉKSZER FELVÁSÁRLÁS 10.000 Ft-tól 100.000 Ft-ig. Arany 8500 Ft-tól, ezüst 350 Ft-tól. Órákat, bútorokat, festményeket, porcelánt, mindent ami régi. V. Kerület, Szent István krt. 25. Tel.: 06-20-9140-150

## EGYÉB

EMLEKMENTÉS! Régi, törött, kopott fotók felújítása, átalakítása. Negatívok, videók digitalizálása. Tarjánfotó, 1145 Thököly út 150., Ny: 10-18h; Tel.: 363-1170

FIATAL NŐ KÖTNE ÉLETJÁRADÉKI illetve eltartási szerződést idős hölgyekkel, urakkal és vállalkozással, bevásárlást, és mindenféle házimunkát. Tel.: 06-20-346-7677

Műtermünkben AZONNAL elkészülnek az igazolványképek, portrék és a digitális nyomtatás pendrive-ról, telefonról, tabletről. Tarjánfotó, 1145 Thököly út 150., Ny: 10-18h; Tel.: 363-1170

## Veritas Étterem

minden hétköznap 12-15 óra között  
éttermi árainkból -30% engedményt adunk!  
február 19-én Torkos Csütörtökön kedvezményes árákkal várjuk vendégeinket!  
Előzetes asztalfoglalás  
Telefon: 273-22-33, hotel@veritas.hu  
napi menü 790 Ft-tól (2 fogás)  
Bp. XIV. Mogyoródi út 8. • 06/30 864-6564  
www.hotelveritas.hu

## ÚJ HELYEN A HIRDETÉS-FELVÉTEL:

hétfőn  
12-16 óráig,  
szerdán  
9-12 óráig:

XIV.,  
Pétervárad  
utca 3.

Darabánt  
Judít

telefon:  
06 (70)  
681-0754

e-mail:  
info@  
zugloimedia.hu

A hirdetések  
tartalmáért  
felelősséget  
nem  
vállalunk!

A Zuglói  
Lapok  
terjesztése  
a megjelenést  
követő  
három  
munka-  
napon  
történik.

## CSEREPESHÁZ

1144 Budapest, Vezér u. 28/b  
T: 363-26-56  
www.cserepeshaz.hu

APRÓK TÁNCA- MAGYAR TÁNC HÁZ GYEREKEKNEK  
10.00 órától kézműves foglalkozás  
11.00 órától tánc ház  
Közreműködik a Mező együttes és Kovács Zsuzsanna néptánc oktató  
Február 22-én JÉGTÖRŐ MÁTYÁS  
Március 1-jén TAVASZELŐ  
Belépő: 500 Ft/fő

SZÍNHÁZ – FELNŐTTEKNEK  
A SPIRIT SZÍNHÁZ bemutatja:  
Popper Péter: A KARNEVÁL VÉGE – Életmese állatokról és emberekről  
Február 21-én 16.00 órától  
Szereplők: Professor: Perjés János, Színész: Malek Andrea, Kutya: Lili, Rendező: SPIRIT

Müller Péter: SZERETETKÖNYV  
SZÍNPAON – Zenés monológ, a szeretet fontosságáról  
Március 21-én 15.00 órától  
Szereplők: Színész: Papadimitriu Athina, Zenész: Kutik Rezső, Rendező: Perjés János

SPANYOL ROMÁNC – komolyzene könnyedén  
Április 18-án 16.00 órától  
Kutik Rezső gitár estje  
Belépő: 1.000 Ft/fő  
Jegyek elővételben is vásárolhatók.  
Bérlet ára február 21-ig: 2.700 Ft/fő/3 alkalom

DOKUMENTUM FILMKLUB  
Salamon András: NEMZETI DOKUMENTUMFILM /105 perc/  
Február 20-án 19 órától  
Vendégünk: a rendező és Katona Zsuzsa dokumentumfilm rendező  
Belépő: 500 Ft/fő  
KULTÚRKUPONNAL 200 Ft/fő

ZUGLÓI SMOOTH JAZZ KLUB  
HUSNULLINA REGINA ÉS A NEWBRAND

Február 27-én 19.30 órától  
Belépő: 1.000 Ft/fő

KIÁLLÍTÁS MEGNYITÓ  
„RÉSZ AZ EGÉSZBEN” címmel Lechner Ödön halálának 100. évfordulója alkalmából meghirdetett rajz- és fotópályázat nyertes képeinek kiállítása  
Február 27-én 19.00 órától  
Belépés: díjtalan!

Lipták Villa  
1146 Budapest, Hermina u.  
T: 220-67-77  
www.liptakvilla.hu

BVSC - ZUGLÓI ESTÉK  
Pódiumbeszélgetések, ismeretterjesztő előadások sportolók, közéleti szereplőkkel és borkóstolóval.  
Február 27-én 18.00 órától  
Részletek: www.liptakvilla.hu  
A belépés díjtalan.

CSALÁDI VASÁRNAPOK  
KORMOS KATA – a Meseerdő Bábszínház zenés bábjátéka  
Február 15-én 10.00 órától  
Az előadást kézműves játszóház követi.  
Belépő: 900 Ft/fő, 2.700 Ft/4 fő  
Jegyek a helyszínen válthatók.

LIPTÁK GALÉRIA  
SZEMBENÉZÉS  
Rét Tamás amatőr festőművész kiállítás megnyitója  
Február 20-án 18.00 órától  
A kiállítás megtekinthető március 17-ig.  
Belépés: díjtalan!

## Zuglói Ifjúsági Centrum

1145 Budapest, Uzsoki u.57  
T: 251-19-10  
www.zic.hu

ÍRÓ-OLVASÓ TALÁLKOZÓ  
Február 20-án 14.30-15.30 óráig Vidám, őszinte beszélgetés kamaszokkal kamaszágokról  
Vendégünk: Sohonyai Edit  
Előzetes jelentkezés szükséges!

„TALKING MOMMY CLUB”  
Angol társalgási klub anyukáknak, miközben a babák is játszhatnak.  
Csütörtök: 10.00-11.00 óráig  
Foglalkozásvezető: Majnár Éva  
Részvételi díj: 200 Ft/fő/alkalom.  
Jelentkezés: talkingmommyclub@gmail.com

## Zuglói Civil Ház

1144 Budapest, Csörtő park 12.  
T: 789-23-97, 799-90-67  
www.zuglocivilhaz.hu

CSENDŰL A NŐTA, SZÁLL A MUZSIKA

Zuglói Arany Páva Magyar nőta - népdalkör által rendezett nőtaest  
Február 20-án 16.00 órától  
Rendező: Páva János  
Belépő: 1.000 Ft

MÁTYÁS KIRÁLY VÁGYAI – Zenés történelmi színjáték a KORHINTA színház előadásában  
Február 27-én 18.00 órától  
Belépő: 800 Ft

TÉLBÚCSÚZTATÓ VIGALOM  
Február 28-án  
14.00 órától arcfestés, álarckészítés  
15.00 órától „Csodák Birodalmá” Larry Hypnox „Illúzió mester” bűvész előadása  
16.30 órától Magyar táncok a Buda Folk Band Zenekarral  
Belépő: 800 Ft



**-70% AKCIÓ 10N hallókészülékre**

Az akció 2015. március 15-ig vagy a készlet erejéig tart. Az akció részleteiről érdeklődjön audiológusánál.

+ ingyenes hallásvizsga és próbahordás

**A VILÁG EGYIK LEGKISEBB HALLÓKÉSZÜLÉKE**

- Természetes hangzás
- Modern technológia
- Könnyű kezelhetőség
- Részletfizetési lehetőség
- Szinte láthatatlan
- Kényelmes viselés

**GYSGY REHA Egészségcentrum**  
1149 Budapest, Pillangó u. 12. I/10

Bejelentkezés:  
06-30/509-5769 • 06-1/220-0823

Kérjük hozza magával hallókészülékének kiskönyvét és ezt a hirdetést amikor bejön hozzánk!

**Hallókészülék elem 49 Ft/db\***

A kockázatokról olvassa el a használati útmutatót, vagy kérdezze meg kezelőorvosát.

**Victofon**

AMÍG A KÉSZLET TART!



# Jó éve volt a Széchenyinek is

**Közel három és fél millió látogatójuk volt tavaly a budapesti fürdőknek. Az összeforgalom több mint harmadát a Széchenyi Gyógyfürdő és Uszoda tette ki. Egymillió-háromszáz ezren váltottak jegyet a létesítménybe.**

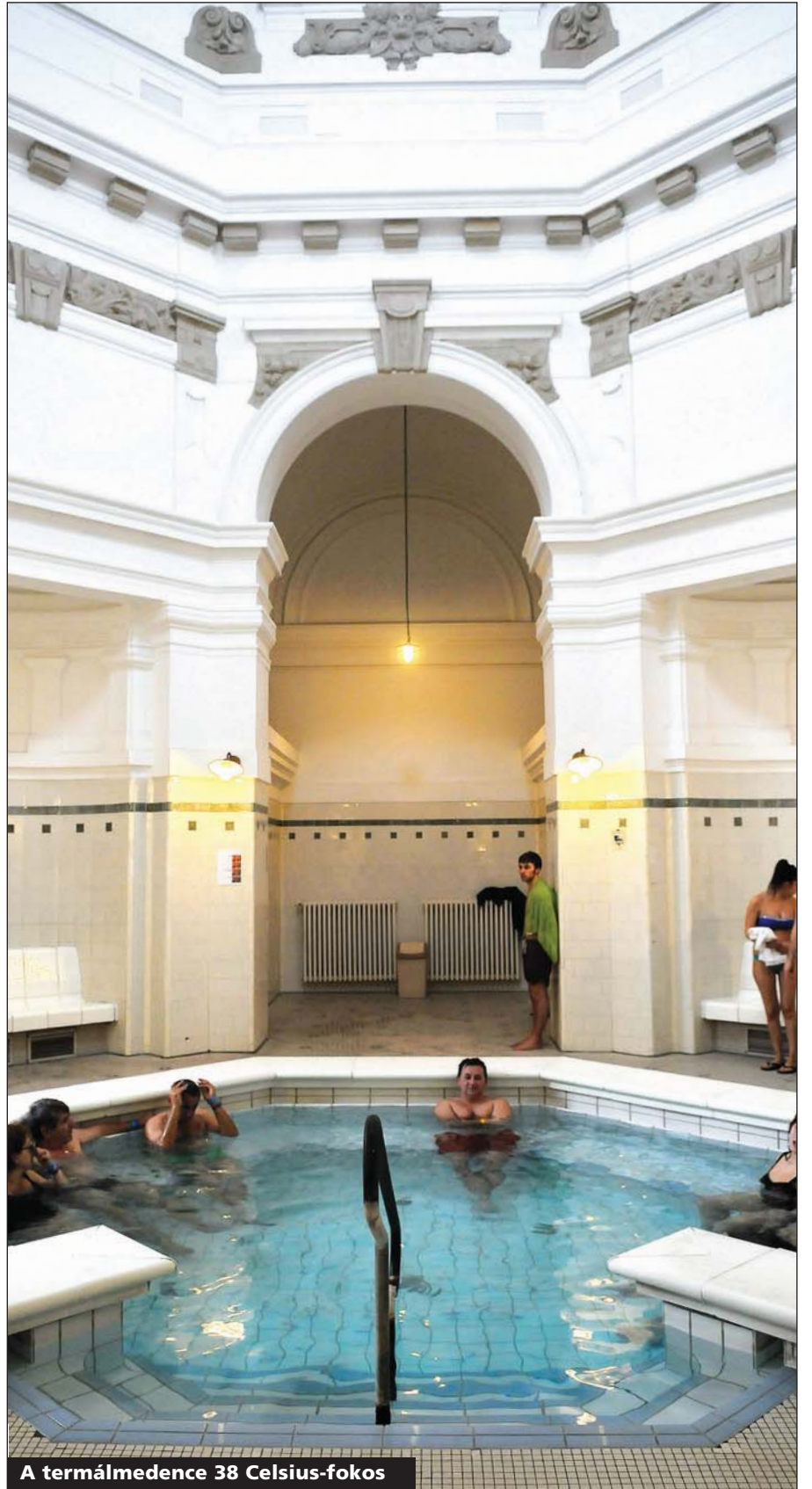
Van mire büszkének lenni, ha a víz gyógyhatásáról beszélünk, hiszen kiváló az ízületi bántalmak kezelésére, segít a műtétek utáni rehabilitációban. Czinege Szilvia, a Budapest Gyógyfürdői és Hévízei Zrt. értékesítési és marketingigazgatója azt mondta, a gyógyítás mellett ugyanilyen fontos a betegség megelőzése is. Tudatosan próbálják formálni az emberek szemléletét. – Ha valaki hetente vagy kéthetente eljön ide, olyan szinten regenerálja a szervezetét, hogy kitolódik az az időszak, amikor orvoshoz kell fordulni. A gyógyvíznek megvan az a gyönyörű hatása, hogy elsősorban a kemikáliák elhagyása mellett gyógyít, mi ebben hiszünk. Természetesen ha szükséges, terápiákkal kell kiegészíteni. Az állam által támogatott kezelések majdnem mindegyike megtalálható nálunk – mondta Czinege. Az ivókúra pedig a belgyógyászati megbetegedések gyógyításában segít, valamint az idegrendszerre is jótékony hatással van, stimulálja az agyat.



A törzsvendégek egyik kedvelt időtöltése



A fürdő egyik patinás terme



A termálmedence 38 Celsius-fokos

# Világpremier a Zeneakadémián

**Szenzációs világpremier volt a Zeneakadémián: először hangzott el zenekari kísérettel két Bottesini-darab. A Zuglói Filharmónia pedig sztárokkal lépett a színpadra.**

Giovanni Bottesinit nemcsak a 19. század egyik meghatározó olasz zeneszerzőjeként, hanem a nagybőgő egyik legnagyobb mestereként is számon tartja a zenei világ. Műveit ezen a premieren Medveczky Ádám Kosuth-díjas karmester vezényelte, a 60 éves Zuglói Filharmónia zenészei pedig másik két sztárt kísérték: Járdányi Gergelyt és Rácz Ödönt. Előbbi ismert Bottesini-kutató – húsz éve szerepel nagy sikerrel külföldi és hazai koncerteken. Bottesini összes művét lemezre vette Járdányi Gergely a Hungarotonnál, s amikor a lemezsorozat a végéhez ért, újabb kéziratokra talált. Pont ezt a két művet játszották el a premieren. Mivel a zeneszerző csak zongorás partitúrákat



Mester és tanítványa: Járdányi Gergely és Rácz Ödön

hagyott hátra, Járdányi hangszerelte mindkét kompozíciót Bottesini stílusában.

A művészek kiválóan tudtak együttműködni, hiszen a mester a konzervatóriumban és a főis-

kolán is tanította Ráczot. Járdányi Gergely maga is oktatott a Szent István Király Zeneművészeti Szakközépiskolában, és itt hozta össze a sors azóta ismertté vált tanítványával.

Rácz Ödön lapunknak elmondta: nagy megtiszteltetés számára, hogy újra régi mesterével játszhatott együtt. A zenész szerint a Zuglói Filharmónia finoman követte a játékukat. Kifejtette, hogy minden adott volt a sikerhez.

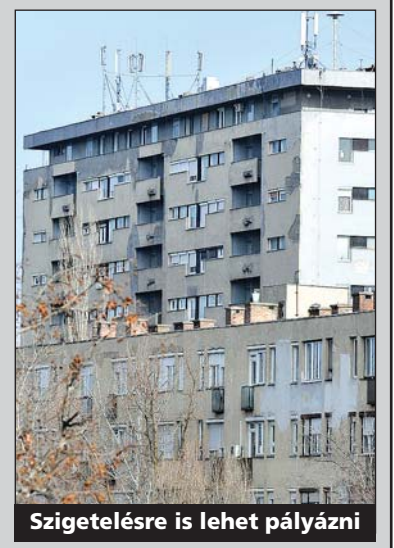
– Nagyon sokat fejlődött a Zuglói Filharmónia. Nekem nagyon jó érzés volt velük dolgozni, mert egy szólistának az a legnagyobb segítség, ha azt érzi, hogy szurkolnak neki. Ezúttal ez történt. – Rácz Ödön szerint előfordul, hogy a zenekar tagjai sokszor rutinszerűen próbálnak, és alig várják, hogy minél gyorsabban hazamehessenek. Nem így volt a Zuglói Filharmónia tagjaival, akik fegyelmezetten és szívből zenéltek. **Vida Rózsa**

## Az otthon melegéért

**Mintegy 10 milliárd forintos állami támogatási kerettel indul el a társasházi energiahatékonysági pályázat az Otthon melege program keretében. A programra nemcsak panelépületek, hanem társasházak is pályázhatnak. Az igényeket március 9-ig kell benyújtani.**

Idén már a több mint 4, de legfeljebb 60 lakásos panel- és téglalapítványú házak, lakásszövetkezetek közösségei is központi támogatáshoz juthatnak. A szigetelés és a nyílászárók cseréje mellett a fűtési rendszer korszerűsítéséhez, a megújulóenergia-alapú melegvíz-ellátás megvalósításához igényelhető támogatás – tájékoztatta a Zuglói Lapokat Vigh Antal Rókus, a Zuglói Városgazdálkodási Közszolgáltató Zrt. fejlesztési és beruházási csoportvezetője. A beruházás költségeinek maximum 50 százalékát lehet elnyerni, a vissza nem térítendő támogatási összeg lakásonként elérheti a 300-450 ezer forintot. A finanszírozás két ütemben zajlik: az elnyert összeg 95 százalékát a munkák befejeztével, míg 5 százalékát utólag, az energiamegtakarítás ellenőrzését követően fizetik ki. A pályázat egyik feltétele, hogy a lakások meg-

feleljenek a 2015. január 1-jétől szigorított energetikai követelményeknek. Amennyiben az adott épület jelenlegi állapotában nem éri el a C minősítési osztályt, előírás, hogy a kivitelezés befejezése után legalább C minősítésű legyen. A C kategóriás épületek besorolásának viszont a beruházás után legalább két minősítési osztállyal kell javulnia, és kizárólag megújuló energia felhasználásával valósulhat meg a fejlesztés. A pályázatot március 9-től lehet benyújtani, támogatás a rendelkezésre álló forrás kimerüléséig adható. **- hozsu -**



Szigetelésre is lehet pályázni



# A változékony időjárás hatása a szervezetünkre

Az utóbbi időben tapasztalt rendkívül változékony, szélsőséges időjárás hatással van az ember szervezetére. A hőmérséklet-ingadozás, az UV-sugárzás, a légnyomásváltozás, a frontok hatásai veszélyesek is lehetnek. Izomfájdalmakat, koncentrációképeséget zavart is okozhatnak. Hideg idő-

ben gyulladásos és reumás panaszok léphetnek fel, melegben pedig fejfájás, depresszió vagy akár szívroham.

Ezen időszak egyik leggyakoribb megbetegedése, a megfázás (nátha) a felső légutak vírusos megbetegedéseit jelenti, amelyek általában szövődménymentesek.

A vírusok cseppfertőzéssel terjednek, szinte járványszerű méretekben, annyira, hogy egy-két nap alatt egy-egy munkahelyen, gyermekközösségben már mindenkin jelentkeznek a korántsem kellemes tünetek: torokfájás, fejfájás, orrváladékozás, köhögés. Kezelésében az ágynyugalom, a megelőzés, a megfelelő réteges öltözködés, a higiénés szabályok betartása segíthet.

A rendszeres bőrápolás télen elengedhetetlen, mert a levegő relatív páratartalmának csökkenése miatt a bőr nem jut elég nedvességhez. A hidegben a pórusok összehúzódnak, kevesebb faggyú termelődik, ezért a kiszáradt terület kipirosodik, fészül, viszket. Helyes táplálásának kialakításához érdemes kozmetikus, bőrgyógyász tanácsát kérni.

**Prof. Dr. Révai Tamás PhD**  
igazgató főorvos, ZESZ



## Mérgek a konyhai polcról

**Valószínűleg mindannyiunk konyhájában fellelhető néhány olyan élelmiszer, amelyet elfogyasztva kutyánk súlyosan megbetegedhet.**

Ilyen termék a manapság egyre inkább elterjedőben lévő xilit vagy más néven nyírfacukor is. Ez egy édesítőszer, amelynek számtalan előnyös hatása van a finomított kristálycukorhoz képest (pl. cukorbeteg, fogyókúrások is fogyaszthatják alacsony glikémiás indexe miatt). Kutyák számára azonban halálos méregnek számít az emberétől eltérő biológiai hasznosulása miatt. Esetükben a xilit a vércukor napokig tartó drasztikus csökkenését okozza, kisebb dózisban pedig súlyosan májkárosító. A vércukor esése miatt kábultság és görcsök jelentkeznek, a megfelelő kezelés hiányában pedig el is pusztulhat kedvencünk. Egy 10 kilós kutya már egy gramm nyírfacukortól súlyos tüneteket produkálhat. Viszonyításként egy átlagos méretű sütemény akár 10-20 gramm (!) xilitet is tartalmazhat.



A csokoládé is súlyos veszélyt jelenthet kutyáinkra a benne lévő teobromin miatt. Ez az anyag a frekvencia lényeges emelésével okoz hatalmas megerhelést a szí-

vükre. Kisebb mennyiségben elfogyasztva hányás, hasmenés, remegés léphet fel. Általában véve elmondható a csokoládéról, hogy minél feketébb és keserűbb, annál mérgezőbb, mivel annál magasabb dózisban tartalmaz kakaóbabot és ezáltal teobromint is. Résen kell lenni, mert kutyáink szívesen fogyasztják ezt az édes-séget a magas zsírtartalma miatt.

A hagyma és fokhagyma is veszélyes háziállatainkra, mivel roncsolja a vörösvértesteket, ami által súlyos zavart szenved az oxigénszállítás. Végül fontos megemlíteni, hogy a szőlőt és a mazsolát is kerülni kell, mivel egyes kutyáknál súlyos veseelégtelenséget okozhat.

**Dr. Schuster Norbert**  
zugloallatorvos.hu

## Kétheti horoszkóp február 12-től

**Kos** – Érzékenyek, spirituálisak is lehetnek, mindenkinek segítenének, aki bajban van. Erejük teljében vannak, teremteni, alkotni szeretnének.

**Bika** – Meglephetik környezetüket gyorsaságukkal, lendületükkel, tetteikészségükkel. Nincs olyan, amit most ne tudnának elérni.

**Iker** – Legszívesebben „világá mennének”, s nincs is kizárva, hogy a munkájuk által egy tengeren túli utazásra lehetőség nyílik.

**Rák** – Érzelmek, hangulataik hatása alatt lehetnek, egyik végletből a másikba eshetnek. Pénzügyi vonalon bőség érkezik, amit legszívesebben egy tengeren túli utazásra költenének. Társuk nem biztos, hogy támogatni fogja, vitába keveredhetnek.

**Oroszlán** – Jobb most nem korlátozni őket semmiben, mert szabadságvágyuk akkora, hogy úgyis ki fognak törni!

**Szűz** – A társukkal való kapcsolatuk rendbetétele igencsak aktuális, hiszen ameddig tologatják, addig „hadiállapotok” lehetnek otthonukban.

**Mérleg** – Leginkább a munkájukban tudnak kibontakozni mosolygós lendületükkel, segítőkészségükkel. Igaz, lehetnek akadályok is, főleg a kollégáikkal, de velük is képesek megoldást találni.

**Skorpió** – Az anyagiak területén legyenek éberek, mert most becsaphatók! Ha ez mégsem sikerül, a csalódás ki-józanítóan tud hatni, ami új lendületet adhat.

**Nyilas** – Utaznának! A tengeren túlra, izgalmas, különleges helyekre, aminek a lehetősége nincs is kizárva. Szüleik, a család segítségére is számíthatnak ebben. Egy váratlan nagy szerelem is meglepheti.

**Bak** – Ha bizonytalanságot, talajtalanságot éreznek, ne csodálkozzanak! Valóban, most nem látható minden tisztán! Ám ha józanul próbálnak gondolkodni, racionálisan átlátni a helyzetüket, megoldást is találhatnak!

**Vízöntő** – A céljaikba befektetett pénz eredménye akár már most láthatóvá válhat. Igaz, ha nem figyeltek eléggé, lehet, hogy kevesebb pénz érkezik, mint amennyire számítanak.

**Halak** – Pénzügyi vonalon bőség érkezik, amit munkájukba, egészségük megőrzésébe is befektethetnek.

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

|                                 |                                      |                                         |                                     |                                     |                   |
|---------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------|
| 1                               | KISEBB SEB!<br>NOMINATIVUS, R.       | A SZOBÁBAN<br>KÉRDŐSZÓCSKA              | ROBERT DE ...<br>SZINÉSZ            | BIBLIAI SZEMÉLY<br>HOSSZÚ MORZSEJEL | KÁRTYAJÁTEK       |
| MÉTER JELE<br>ŐRIÁSKIGYÓ        |                                      | EZ EDDIG<br>VIZEZ HIGIT                 |                                     | DÖRÖGNI KEZDI!<br>MESE-ELEFANT      | Ö                 |
| TÁRS, PAJTÁS                    | 2                                    | BRIT ZENÉKAR V.<br>... DELON; FILMES    |                                     | RITKA BETŰ<br>FEKETE, ANGOLUL       |                   |
| INDIAI SAKKOZÓ<br>ELNÖK, RÓV.   |                                      | ALPESI LEGELO<br>KARIBI ORSZÁG          | AMERIKAI EX-ELNÖK<br>INDIAI PALINKA | OLDAL, RÓV.<br>AMERIKAI SZINÉSZ     |                   |
| ISTENHEZ FORDULÁS<br>ELINTÉZ    |                                      | CSEH ÍRÓ (BOHUMIL)<br>GYORSAN, SZAPORÁN |                                     | ÓLOM VEGYJELE<br>SZOMORUSÁG         | KIRGÍZIA FŐVÁROSA |
| PEKING LAKÓI<br>SUPERMAN JELE   | FŐVÁROSI SP.KLUB<br>IZLETES HUSÚ HAL |                                         | KIS TENGERŐBŐL<br>LIBAVÉLEMÉNY!     |                                     |                   |
| MÁR NEM LETEZO<br>SÜTŐ (NÉPIES) |                                      | RODOLFO (REZSŐ)<br>MUNKADÍJ             | VISEL-KEDIK<br>HOLNAPIG             |                                     |                   |
| AFRIKAI NEMZETEK KUPAJA, RÓV.   | E                                    | RENAULT-MODELL<br>HARMADIK BETŰNK       |                                     |                                     |                   |

A VGYKE látássérült gyógymasszőrei már három helyszínen, a **Zuglói Szakorvosi Rendelő Intézet** 1146 Bp., Hermina út 7. alagsor 17-ben 08:00-20:00 óráig, az **Uzsoki Utcai Kórház** 1145 Bp., Róna u. 192. "C" épület NaturSó Terápia Kft. helyiségében 12:00 - 16:00 óráig és a **Terézvárosi Egészségügyi Szolgálat** 1074 Budapest, Csengery utca 25. IV. em. 410. Hétfő: 8-16, Szerda 8-14 és Péntek 8-14 óráig várják a frissülni, gyógyulni vágyó vendégeket.

**Időpont egyeztetés:** **Kis Erika**  
**+36 70 77 33 988**

**Masszázs ára: 30 perc 2.500 Ft / alkalom**  
**Masszázs bérlet: 12.500 Ft / 5 + 1 alkalom gratis**

**Zuglói lakosoknak az első két helyszínen Zugló kártya használatával további 20 % engedményt biztosítunk.**

**ZUGLÓI LAPOK**  
következő számunk  
**2015. március 5-én jelenik meg.**  
**Lapzárta: február 25.**

**KIPUFOGÓ KLINIKA**  
KIPUFOGÓ, KATALIZÁTOR, FLEXIBIL  
MŰSZAKI VIZSGA  
1141. Bp. Fogarasi út 189. Tel: 383-8055  
1039. Bp. Árpád utca 23. Tel: 240-5603  
[www.kipufogo.hu](http://www.kipufogo.hu)

**TRIO+VET**  
ÁLLATORVOSI RENDELŐ  
1143 Bp., Ilka u. 14. Telefon: 221-6694  
hétfő-péntek: 8-12 és 16-20 óráig  
szombat: 8-12 óráig  
vasárnap: 19-20 óráig  
**Hívásra házhöz megyünk!**  
**Szolgáltatásaink:**  
• Veszttség és egyéb fertőző betegségek elleni védőoltások  
• Ivartalanítások és egyéb műtétek  
• Ambuláns betegellátás  
• Röntgen  
• Csipőízületi dysplasiaszűrés  
• Laboratóriumi vizsgálatok  
• Ultrahangos fogko-eltávolítás  
• Lakáson történő gyógykezelés  
• Korszerű állatorvosi tápok, gyógytápok árusítása  
• Éjszakai telefonügyelet

**AVIA aktuális ajánlat**  
Benzinkút és Shop

| üzemanyag   | bruttó ár (Ft/liter)* |
|-------------|-----------------------|
| Gold D      | 352.90                |
| Diesel      | 347.90                |
| Gold 95     | 343.90                |
| 95          | 333.90                |
| LPG autógáz | 202.90                |

Tisztább motor, nagyobb teljesítmény már az első tankolástól!

**Gold 95** **Gold Diesel**

XIV. ker. Gvadányi utca 65. nyitva: 6-20 h  
X. ker. Kerepesi út 89. nyitva: 0-24 h  
XVIII. ker. Üllői út 812. nyitva: 0-24 h

**AVIA** Ismerjük egymást.

\* A feltüntetett árak a hirdetés leadásakor kalkulált árak, ezért azok változhatnak!