



Fiatalít a polgárőrség

Tagtoborzó és a polgárőrséget népszerűsítő kampányt indít a fiatalok körében a Budapesti Polgárőrség. A Kalandvágyból felelősség elnevezésű programra szülői engedéllyel már a 14. életévüket betöltött fiatalok is jelentkezhetnek. Az érdeklődők a későbbiekben nemcsak polgárőrként, hanem rendőrként, hivatásos vagy önkéntes tűzoltóként is vállalhatnak közösségi szolgálatot. Jelenleg Budapest területén 327 ifjú polgárőr tevékenykedik.

13. oldal

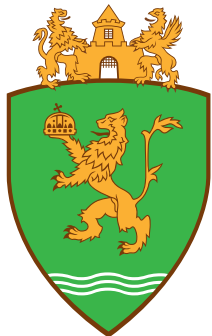


A Matulától Párizsig

Bánfalvy Ágnes ma is abban a Mogyoródi úti házban lakik, ahol felnevelkedett. Lapunknak adott interjújában visszaemlékszik gyermekkorára, arra, ahogy Helmecki tanár úr bajlódott vele az Őrnagy utcai iskolában, és az első tapsviharra, amit produkció nélkül érdemelt ki. Az Abigél című film hatalmas hazai sikert hozott számára, Dunai Tamás azonban már a főiskolán kiolvasta a tenyeréből, hogy Párizsban és Los Angelesben is nagy karrier vár rá.

8. oldal

Zuglói Lapok



2015. szeptember 24. ■ www.zuglo.hu ■ 25. évfolyam 16. szám

INGYENES KÉTHETI LAP

TERVEZETT PARKOLÁSI ZÓNÁK

ELSŐ LÉPCSŐ:

a Dózsa György út - Állatkerti út - Állatkerti körút - Hermína út - Ajtósi Dürer sor - Stefánia út és Ifjúság útja által határolt terület

MÁSODIK LÉPCSŐ:

a Vágány utca - Francia út - Kerepesi út és Dózsa György út által határolt terület

HARMADIK LÉPCSŐ:

az Őrs vezér tere - Bánki Donát u. - Padlizsán utca és Kerepesi út által, valamint az Őrs vezér tere - Kerepesi út - Vezér utca és az Ond vezér útja által határolt terület



Parkolóövezetek kedvezményekkel

A képviselő-testület megalkotta a Zugló területén várakozó és az üzemképtelen járművek tárolására vonatkozó rendeletét, amely várhatóan 2016. március 1-jén lép életbe. Az éves várakozási díj összegét az adott területen egy órára fizetendő díj kétszázötvenszeresében állapították meg, az egy órára vonatkozó várakozási díjról később döntenek. A fizetős övezetekben élő zuglóiak ház-

tartásonként két járműre kapnak kedvezményes várakozási engedélyt, az első, illetve a teljesen gáz- vagy elektromos üzemű második autók ingyen állhatnak meg. A zuglói székhelyű vagy telephelyű vállalkozások 50 százalékos parkolási díj-kedvezményt kaphatnak a 3500 kilogrammnál nem nagyobb össz tömegű járművekre. A kerület egészségügyi ellátásában résztvevő szakem-

berek egyhuzamban két órát várakozhatnak majd fizetés nélkül. A lakossági és egészségügyi várakozási kártya kiváltási díja 2000, míg a vállalkozásoké járművenként 5000 forint lesz. Karácsony Gergely polgármester hangsúlyozta, a későbbiekben pontosítani lehet, hogy milyen kedvezmény illesse meg a zuglóiakat, és valószínű, hogy a most kijelölt zónákon kívüli területekre is ki kell terjeszteni a

fizetős övezetet. Tóth Csaba, Zugló MSZP-s országgyűlési képviselője azt mondta, a parkolási díjakból jelentős bevétele származik majd a kerületnek. Rozgonyi Zoltán alpolgármester hozzátette, sok autó várakozik az utcákon azért is, mert a telkeken belül kevés parkolóhelyet alakítottak ki, ezért a kerületnek az építési előírások betartatására is jobban oda kell figyelnie.

3. oldal

Folytatódik a tanszergyűjtés



Sok zuglói gondolta úgy, hogy csatlakozik a tanszergyűjtési akcióhoz. Ennek köszönhetően több, a kerületben élő, hátrányos helyzetű család juthat nagyon olcsón vagy ingyen iskolai eszközökhöz. Füzetek, ceruzák, tollak, radiórok, szövegkiemelők, festékek, zsírkreták, iskolatáska, tornacipő – egyebek mellett ezekkel gyarapodott a Magyar Vöröskereszt zuglói adományboltja – tudtuk meg Bohácsné Vilimek Ágnesztől, a Magyar Vöröskereszt Budapest Fővárosi Szervezet XIV. kerületi vezetőjétől. Csaknem két hete indított tanszergyűjtési akciót Szabó Rebeka alpolgármester (alsó képünkön). Sokan gondolták úgy, hogy segítenek. – Nagyon köszönjük a sok eszközt. A felajánlásoknak hála, több zuglói családnak tudunk segíteni, hiszen a bolti árnál jóval olcsóbban vagy akár ingyen is megkaphatják a tanszereket. Egy iskolakezdésítámogatás-kérelm kapcsán jutott eszembe a gyűjtés. Sajnos az a család nem kaphatott segítséget, pedig szükségük lett volna rá. Ezért kerestem fel az adománybolt vezetőjét, hogy indítsuk el közösen az akciót – mondta lapunknak Szabó Rebeka, aki füzeteket, írószercsomagot vitt a boltba. Sőt az önkormányzat dolgozói egy táska régi tankönyvet is felajánlottak. A kezdeményezést eredetileg iskolakezdési akciónak szánták, de látva, hogy sokan akarnak segíteni, az akció folytatódik. Így a rászoruló családok év közben is könnyen pótolhatják a füzeteket, írószereket. A Bosnyák utca 3. szám alatt található adományboltba szerdától péntekig, tíz órától tizennyolc óráig várják a tanszereket és egyéb felajánlásokat. (P. R.)



Pótolják a kivágott fákat



A Mogyoródi úti sportpálya szélén található 183 nyárfából 24-et ki kell vágni, s ezeket többek között a gasztrofesztiválon használják el. A többi fát pedig fiatalítják: visszavágják, ritkítják, gallyazzák.

– Húsz-huszonöt éve nem gondozta senki a Mogyoródi úti sportpályánál lévő fákat. Ezért sok kiszáradt, meggyengült. Sajnos huszonnégyet ki is kell vágni – mondta lapunknak Bárti László, a Zuglói Sport- és Rendezvényszervező Non-profit Kft. ügyvezetője. Hozzátette azt is, hogy két független szakértői vélemény alapján folyik a munka szeptember 14-től. – Már életveszélyes volt a pálya környéke, hiszen a száraz gallyak sokszor le is törtek. Több fának kiszáradt a csúcsa, ezért visszavágják, ritkítják a lombkoronájukat. Arra

is ügyelünk, hogy a terület fasor jellege megmaradjon – emelte ki az ügyvezető.

– Egyik legfontosabb célunk, a kerület zölddebbé tétele, a zöld felületek gondos ápolása. Sajnos vannak olyan esetek, amikor ki kell vágnunk a fákat. A kivágott nyárfák olyan öregek és betegek, hogy az emberek biztonságát is veszélyeztetik. Természetesen gondoskodunk a pótlásról – magyarázta lapunknak Szabó Rebeka alpolgármester. Az önkormányzat a kerületben élőkkel együtt szeretné eldönteni, hogy milyen fakkal pótolják a kivágott növényeket. Zugló Facebook-oldalán várják a javaslatokat. Sokan diófát vagy gyümölcsfát látnának szívesen. A beérkezett ötleteket figyelembe véve szakértő dönt majd.

A kivágott fákat tüzelőnek használják a Zuglói Jótékonyági Gasztrofesztiválon. (ZL)

Joghallgatók a rendőrségen

Egyre több civil ruhás fiatal látni a BRFK XIV. kerületi rendőrkapitányságán. A fiatalok két-három havonta váltják egymást, és a legtöbb azzal az ígérettel távozik a Stefánia úti épületből, hogy hamarosan vissza is tér.

– A kapitányságnak 2013 óta jó az együttműködése a Károli Gáspár Református Egyetem Állam és Jogtudományi Karával – mondta Nagy Sándor István főhadnagy, a zuglói kapitányság sajtóreferense. – A hallgatók itt végezhetik közigazgatási szakmai gyakorlatukat. Csala Bianka, Egyed Emese és Fischer Adrienn (képünkön) július óta tölti 120 órás gyakorlatát a rendőrségen. Mindhárman azért választották a zuglói kapitányságot gyakorlatuk helyszínéül,

mert az egyetemen jókat hallottak róla. – A korábban itt gyakorlatozó hallgatók mesélték, hogy Zugló kiváló tanulótér, mert nagy terület, sok különböző részből áll, és emiatt nagyon sokféle esettel találkozhat az ember – mondta Csala Bianka. – Elsősorban az iratkezeléssel, az adminisztratív munkákkal és a nyomozati cselekmények lebonyolításával ismerkedünk meg, de mindhármunk számára a legizgalmasabb terület a kihallgatás metodikájának megismerése volt. A rendőrségen tapasztaltak alapján döntöttek úgy, hogy mindhárman civil nyomozóként kezdik karrierjüket. A zuglói kapitányságon megszokott vendégekné számító egyetemisták a 120 órás gyakorlat lejárta után általában csak nehezen tudnak visszatérni az előadóterembe. (RT)



Akcióban a Honvéd-könyvtár

Mintegy 70 ezres könyvtárral dicsekedhet a Stefánia Palota – Honvéd Kulturális Központ könyvtára. Ősszel akciót hirdetnek tagságuk bővítésére. A kulturális központ vezetője, Aranykovács Andrea lapunknak elmondta, október 5–9. között bárki térítésmentesen iratkozhat be egy évre a könyvtárukba. Ezenfelül ingyenes babaolvasójegyet is igényelhetnek 3 éven aluliak számára. Meghirdetnek egy decemberig tartó kvízzjátékot is könyvtári tagjaiknak Nyáry Krisztián Igazi hősök – 33 magyar című könyve alapján. A játék részleteit a www.bphkk.hu-n, valamint a Honvéd Kulturális Központ Facebook-oldalán találhatják meg a könyvbarátok. CsJ.

Új műfüves pálya épült



A Németh Imre Általános Iskola volt az első zuglói intézmény – több mint tíz évvel ezelőtt – amelynek udvarán műfüves sportpálya készült. Az akkori beruházást az intézmény névadójának fia, az olimpiai bajnok gerelyhajító, Németh Miklós finanszírozta. A létesítmény azonban az évek alatt tönkrement, és az elmúlt évtizedben a sportudvari igények is jelentősen megváltoztak. Zuglóban ma már az iskolák fele modern műfüves sportlétesítménnyel rendelkezik a Magyar Labdarúgó-szövetség pályaeépítési programjának (opp) és az önkormányzat támogatásának köszönhetően. A Németh Imre Általános Iskola a már meglévő, régi pálya miatt sokáig kimaradt a programból, ám ezen a nyáron a műfüvessportudvar-építési hullám a Lengyel utcai iskolát is utolérte. Az MLSZ által kijelölt kivitelező néhány hét alatt megépítette a 20x40 méteres, palánkkal körbevett és világítással felszerelt műfüves pályát, amelyet hivatalosan a szeptember 19-i családi napon adták át a diákoknak. – Nagyon örülünk az új pályának – mondta Vison-tainé Tiborcz Márta igazgatónő –, amit az iskolánkban nagy hagyománya van a labdarúgásnak, melyet a régi pályán már nehezen tudtunk megoldani. Így viszont az új tanévben új testnevelővel, új pályával és új lendülettel kezdődhetnek az edzések. A szeptember 19-i családi napon a pálya ünnepélyes használatbavétele mellett számos más érdekes program várt még az Adria-lakótelep család-jaira. Karate-, rendőrségi és tűzoltó-bemutatók mellett aszfaltrajzverseny, kutyatanoda, önvédelmi tanfolyam és kerékpáros ügyességi játék is színesítette a programot. Riersch

Fizetős parkolók: zuglóiaknak kedvezménnyel



A képviselő-testület szeptember 17-i rendes ülésén megalkotta a Zugló területén várakozó és az üzemképtelen járművek tárolására vonatkozó rendeletét, amely várhatóan 2016. március 1-jén lép életbe. Az előterjesztést valamennyi képviselő megszavazta.

A testület az éves várakozási díj összegét az adott területen egy órára fizetendő díj kétszázötvenszeresében állapította meg. Az egy órára vonatkozó várakozási díjat – a fővárosi tapasztalatok figyelembevételével – a későbbiekben határozzák meg. Parkolójegyet automata vagy mobiltelefon használatával lehet majd váltani. A fizetős övezetekben élő zuglóiaknak az önkormányzat háztartásonként két járműre ad ki kedvezményes várakozási engedélyt. Az első, illetve a teljesen gáz- vagy elektromos üzemű második autók ingyenesen parkolhatnak. Minden egyéb má-

sodik autó után a jármű környezetvédelmi besorolásától függő parkolási díjat kell fizetni az alábbiak szerint: az éves lakossági várakozási díjból az Euro 3-as motorral rendelkező járművekre 30 százalékos, az Euro 4-esekre 50 százalékos, a hibrid üzemű vagy Euro 5-ös erőforrásúra 70 százalékos kedvezmény jár.

Az önkormányzat 50 százalékos parkolási díj-kedvezményt ad a zuglói székhelyű vagy telephelyű vállalkozásoknak az általuk üzemben tartott, 3500 kilogrammnál nem nagyobb össztömegű járművekre.

A zuglóiak egészségügyi ellátásában részt vevő háziorvosok, gyermekorvosok, ezek asszisztensei, a védőnők, a szociális házi gondozást végzők, valamint az otthoni szakápolási szolgálatok megjelölt járművei ellátási körzetük fizetős zónájában egyhuzamban két órát várakozhatnak díjmentesen.

A lakossági és egészségügyi várakozási kártya kiváltási díja 2000, míg a vállalkozásoké járművenként 5000 forintba kerül.



Karácsony Gergely, Zugló polgármestere (PM)

A fizetős parkolás zuglói bevezetése elkerülhetetlen, azt már nagyon várják azok a lakosok, akik nem tudnak a saját házuk előtt megállni. A szomszédos kerületekben szinte már mindenhol fizetős a parkolás, azért sok nem zuglói itt teszi le az autóját. A fizetős rendszer bevezetéséről már az előző városvezetés döntött, és a folytatásról is teljes egyetértés alakult ki a képviselő-testületben. A szakmai részleteket illetően pedig még számos kérdésről kell egyeztetnünk. A későbbiekben pontosítani lehet, hogy milyen kedvezmény illesse meg a zuglóiakat, és az is biztosnak látszik, hogy a most kijelölt parkoló zónákon kívüli területekre is ki kell terjeszteni a fizetős parkolást. Erről folyamatosan egyeztetünk a fővárossal, aminek a hozzájárulása nélkül nem tudjuk bővíteni a fizetős övezeteket. A lényeg, hogy most végre elindul a várva várt folyamat.



Rozgonyi Zoltán alpolgármester (Fidesz-KDNP)

A fizetős parkolás bevezetése várhatóan megoldja mindkét körzetben az akut parkolási gondokat, azonban borítékolható, hogy a fizetni nem akarók más helyet keresnek. Már most is van egy-két újabb terület, ahol a helyiek nem tudnak parkolni az idegenektől. Ezért döntöttük el, hogy megteesszük az előkészületeket a fizetős zónák kibővítésére. A parkolási gondokat fokozza Zugló túlépítettsége. Rendkívül sok autó várakozik az utcákon, mert az építetők a telkeken belül nem alakítottak ki elegendő parkolóhelyet. A jövőben az építési előírások betartására sokkal jobban oda kell figyelni, különben az idegen autósok átparkolásától függetlenül tovább fog növekedni a közterületeken várakozó gépkocsik száma, mert az úthálózat változatlanul hagyása mellett Zuglóban további nagy lakótelepek kialakítása várható.



Tóth Csaba, Zugló MSZP-s országgyűlési képviselője

A most elfogadott rendelet az alapja annak, hogy a kerületben a fizetős parkolás bevezethető legyen. Zugló ezen a területen jelentős késésben van, a várakozás már szinte valamennyi szomszédos kerületben díjköteles. Ennek a következménye, hogy a fizetni nem akarók, főként a közlekedési csomópontok környékén, P+R parkolónak használják Zuglót, megkeserítve ezzel az itt élő emberek életét. Ígéretünknek megfelelően a fizetős várakozási övezetek bevezetésével véget vetünk a jelenlegi kaotikus parkolási helyzetnek. Ezen túlmenően a parkolási díjból jelentős bevétele származik majd Zuglónak, amit fejlesztésekre lehet fordítani. A fizetős várakozási zónákban élő helyi lakosoknak a díjköteles parkolás bevezetése nem jelent majd pluszkiöltséget.

A parkolási rendszer üzemeltetését a Zuglói Közbiztonsági Non-profit Kft. fogja végezni. Hajdu Flórián alpolgármester (MSZP) mint előterjesztő arra kérte képviselőtársait, hogy változtatás nélkül fogadják el

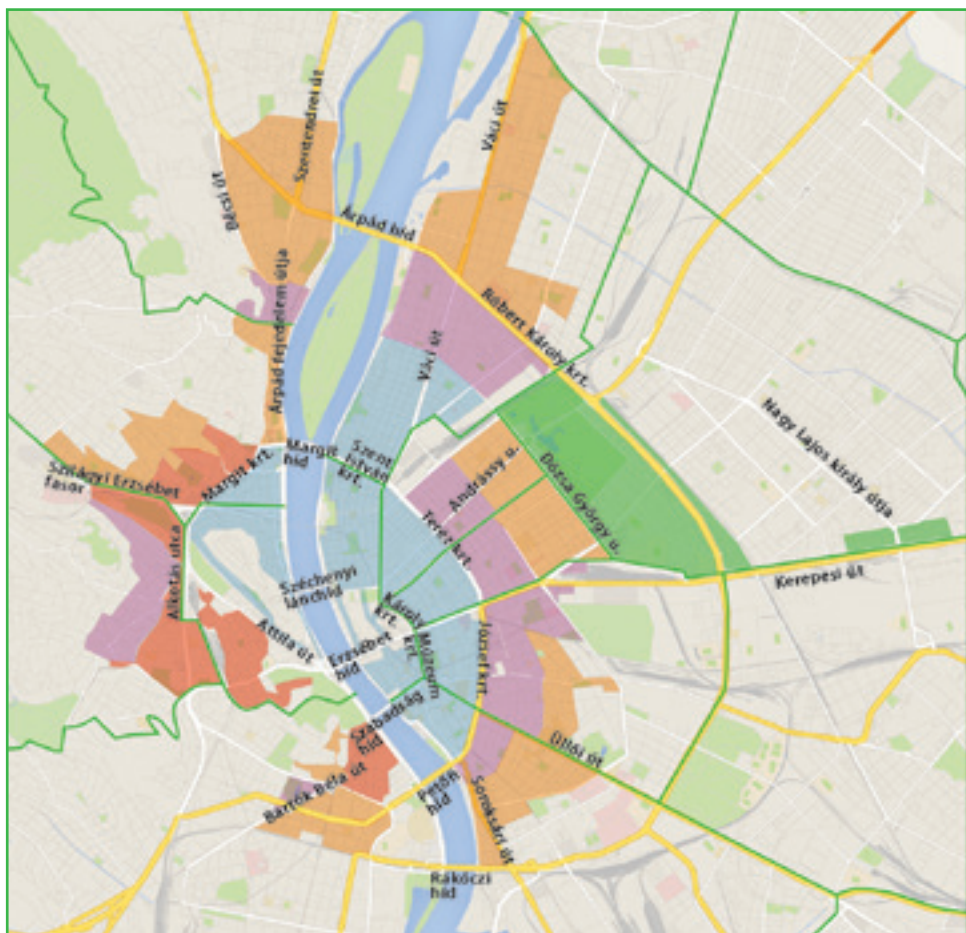
a megvalósítás elindításához szükséges betérjesztést. A rendelet módosítására vonatkozó indítványokat a frakciók a későbbiekben tegyék meg. A módosítási javaslatot pedig csak akkor vigyék a testület elé, ha megtörténtek az egyeztetések és kialakult az egységes álláspont.

Zugló jegyzője, Hoffmanné dr. Németh Ildikó megerősítette, a rendelet a folyamat elindulást szolgálja, a megvalósításhoz a képviselő-testületnek még több jogszabályt el kell fogadnia. Közbeszerzési pályázatot kell kiírni a parkolóórák beszerzésére, telepítésére. Az önkormányzatnak meg kell állapodni a fővárossal a városligeti parkolási díj megosztásáról. A grémiumnak dönteni kell a technikai, műszaki feltételek biztosításáról.

Lévai Sándor képviselő (MSZP) arra hívta fel a figyelmet, hogy a végleges rendeletben rögzíteni kell a Zuglóban munkát vállalók, az intézményekben dolgozók, albérlésben lakók, ideiglenes lakcímmel rendelkezők és az életvitelszerűen itt élők parkolási feltételeit is.

Barta Ferenc, Zugló főépítésze kifejtette: kezdettől világos volt, hogy az Örs vezértéri parkolási övezet kicsi, de a határok kitolását sem a főváros, sem a BKK nem támogatta. A bővítés csak akkor jöhet szóba, ha a jelenlegi zónák már működnek, és a mérések azt igazolják, hogy az övezeten kívüli területen a parkolók telítettsége meghaladja a 70 százalékot.

Papp Dezső



PARKOLÁSI ZÓNÁK BUDAPESTEN

-  440 Ft/óra
-  350 Ft/óra
-  265 Ft/óra
-  175 Ft/óra
-  Tervezett zuglói parkolási zónák

BŐVEBBEN:
www.nemzetimobilizetes.hu/articles/view/parkolas-zonak

Térképünk tájékoztató jellegű.



Tisztségviselők

Polgármester



Karácsony Gergely
során következő fogadóórájára folyamatos bejelentkezés a <http://www.zuglo.hu/karacsony-gergely-polgarmester/> címen.

Alpolgármesterek



Hajdu Flórián
polgármesteri hivatali fogadóórájára előzetes bejelentkezés az alpolgármesteri titkárságon, a **06-1-872-9457** telefonszámon. Fogadóóra időpontja: Minden hónap első **kedd 14:00-15:00 óra, Polgármesteri Hivatal, 1145 Budapest, Pétervárad utca 2.**



Szabó Rebeka
során következő fogadóórájára folyamatos bejelentkezés a <http://www.zuglo.hu/szabo-rebeka-2/> címen.



Rozgonyi Zoltán
polgármesteri hivatali fogadóórájára előzetes bejelentkezés az alpolgármesteri titkárságon, a **06-1-872-9228**-as telefonszámon és a rozgonyi@zuglo.hu e-mail címen.

Jegyző



Hoffmanné dr. Németh Ildikó
Bejelentkezés polgármesteri hivatali fogadóórájára a jegyzői titkárságon, a **06-1-872-9171**-es telefonszámon.

Aljegyző



Teimer Gábor
Bejelentkezés polgármesteri hivatali fogadóórájára az aljegyzői titkárságon, a **06-1-872-9164**-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

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.zugloizr.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.

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.zugloizr.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 Zuglói Zrt. tulajdonában álló ingatlanok

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

Önkormányzati képviselők

Megválasztott képviselők



Cseke Vanda
Fidesz-KDNP

Polgármesteri Hivatal

Telefonon történő előzetes bejelentkezés alapján.
Telefon: 06-70-426-2112
e-mail: csekevanda@zuglo.hu



Tildy Balázs
Fidesz-KDNP

Polgármesteri Hivatal

Telefonon történő előzetes bejelentkezés alapján.
Telefon: 06-20-395-5557
e-mail: balazs.tildy@gmail.com



Sági Attila
MSZP-
Összefogás Zuglóért

Meseház Óvoda,
bejárat az Őrnagy utca
felőli gazdasági bejáraton

Minden hónap első kedd 15:00-17:00
Telefonon történő előzetes bejelentkezés alapján.
Telefon: 06-70-436-0762



Kovács Balázs
Fidesz-KDNP

Polgármesteri Hivatal

Telefonon történő előzetes bejelentkezés alapján.
Telefon: 06-20-215-1245
e-mail: kovacsbalazs@zuglo.hu



Erdős Dóra
Fidesz-KDNP

Polgármesteri Hivatal

Telefonon történő előzetes bejelentkezés alapján.
Telefon: 06-30-586-5559
e-mail: erdos.dora@fidesz.hu



Bihary Zoltán
Fidesz-KDNP

Polgármesteri Hivatal

Telefonon, vagy e-mailen történő előzetes egyeztetést követően.
Telefon: 06-70-624-46-75
e-mail: bihary@zuglo.hu



Pécsi Diána
MSZP-
Összefogás Zuglóért

Munkácsy Mihály Ált. Isk.,
Csáktornya park 1.

Október 06. 17:00 órától
Telefon: 06-70-436-0775



Barabás Ferenc József
Fidesz-KDNP

Fidesz Iroda
Bp., Cinkotai u. 92.

Minden hónap első hétfő 17:00-20:00
Telefon: 06-30-987-4011
e-mail: barabas08vk@gmail.com



Szabó Rebeka
PM

Polgármesteri Hivatal

Folyamatos bejelentkezés a
<http://www.zuglo.hu/szabo-rebeka-2/>
címen.



Hajdu Flórián
MSZP-Együtt-PM-DK-
Összefogás Zuglóért

Móra Ferenc Ált. Isk.
Újváros park 2.

Minden hónap első kedd 16:00-17:00
Telefon: 06-70-260-0795



Hevér László György
MSZP-
Összefogás Zuglóért

Rákosfalva Park 1-3

Minden hónap első péntek 15:00-17:00
Telefon: 06-70-436-0768



Sokacz Anikó
MSZP-
Összefogás Zuglóért

Rákosfalva Park 1-3

Minden hónap első péntek 15:00-17:00
Telefon: 06-70-436-0776



Sógor László
MSZP-
Összefogás Zuglóért

Polgármesteri Hivatal

Telefonon történő előzetes bejelentkezés alapján.
Telefon: 06-20-978-3725, 06-70-436-0766
e-mail: sogor.zuglo.mszp@gmail.com



Dr. Varga Péter
Fidesz-KDNP

Polgármesteri Hivatal

Telefonon történő előzetes bejelentkezés alapján.
Telefon: 06-20-250-6469
e-mail: vargapdoktor@gmail.com



Lévai Sándor
MSZP-
Összefogás Zuglóért

Kaffka Margit
Általános Iskola
1148. Kaffka Margit köz 2-6.

Minden hónap első csütörtök 17:00-18:00
Telefon: 06-70-436-0763
e-mail: levai.sandor@zuglo.hu

Listás képviselők



Barta János
LMP

Telefonon történő előzetes egyeztetés alapján.
Telefon: 06-30-263-4961
e-mail: barta.janos.lmp14@gmail.com
<http://zoldzuglo.blog.hu>



Czeglédi János
Jobbik

Budapest, Komócsy u. 5.

Telefonon történő előzetes egyeztetés alapján.
Telefon: 06-70-379-9102
e-mail: czeglledi.janos@jobbik.hu



Felkai Tamás
MSZP-
Összefogás Zuglóért

Polgármesteri Hivatal

Telefonon történő előzetes bejelentkezés alapján.
Telefon: 06-20-404-2416, 06-70-436-0765



Gyügyei Attila
Fidesz-KDNP

Polgármesteri Hivatal

Telefonon történő előzetes időpont-egyeztetés alapján.
Telefon: 06-30-524-9069
e-mail: gyugyeiattila@fidesz.hu



Rozgonyi Zoltán
Fidesz-KDNP

Polgármesteri Hivatal

Előzetes bejelentkezés az alpolgármesteri titkárságon, a **06-1-872-9228**-as telefonszámon és a rozgonyi@zuglo.hu e-mail címen.



Várnai László
CivilZugló Egyesület

Telefonon történő előzetes időpont egyeztetés alapján
Telefon: 06-70-436-0767
e-mail: varnai.laszlo14@gmail.com
www.varnailaszlo.blog.hu

A Zuglói Városgazdálkodási Közszolgáltató Zrt. ügyfélfogadási időpontjai

	DÉLELŐTT (08.00-12.00)	DÉLUTÁN (12.00-16.00)
HÉTFŐ		Jogi Csoport kintlévőség-kezelés 12.00-15.30 felszólítással és felmondással kapcsolatos ügyek 0-s igazolások kérése díjbeszedési iroda 304/A.
SZERDA	Jogi Csoport kintlévőség-kezelés felszólítással és felmondással kapcsolatos ügyek 0-s igazolások kérése díjbeszedési iroda 304/A.	Ingatlan gazdálkodási Osztály Bérlménygazdálkodási ügyek (nem lakás céljára szolgáló helyiségek, telkek)
PÉNTEK	Ingatlan gazdálkodási Osztály 08.00-10.00 Értékesítési ügyek (nem lakás céljára szolgáló helyiségek, telkek)	
A fentiekben túl, általános ügyfélszolgálat működik a Zuglói Városgazdálkodási Közszolgáltató Zrt. épületében a 2. emeleten, 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.zugloizr.hu

Tájékoztatjuk Önöket, hogy a Zuglói Városgazdálkodási Közszolgáltató Zrt. vezetői kiemelt ügyekben személyesen is fogadják az ügyfeleinket. Bejelentkezni a bejelentkező űrlap kitöltésével lehet, melyet a www.zugloizr.hu oldalról letölthetnek vagy személyesen a Zuglói Városgazdálkodási Közszolgáltató Zrt. épületében (1145. Budapest Pétervárad u.11-17.) található ügyfélpultnál átvethetnek. A kitöltött bejelentkező űrlapot személyesen az ügyfélpultnál, elektronikusan zugloizr@zugloizr.hu címre, vagy faxon a 469-8108 telefonszámon lehet leadni. Az ügyintéző kollégáink az egyeztetés pontos időpontjáról értesítik a bejelentkező ügyfeleket.

DÁTUM	NÉV	OSZTÁLY
október 5. november 2.	Baranyai Zsolt	Városüzemeltetési Osztályvezető
október 1. november 2.	Szölösi Zsolt	Ingatlan gazdálkodási Osztályvezető
október 7.	dr. Csikos Tibor	Jogtanácsos
szeptember 25. október 30. november 27.	Várbiro András	Ingatlanüzemeltetési Osztályvezető

Az önkormányzat ügyfélfogadási rendje

ÁLTALÁNOS ÜGYFÉLFOGADÁS (PÉTERVÁRAD UTCA 2.) TELEFON: 872-9000, 872-9100	
hétfő	13.30-18.00
szierda	8.15-16.30
péntek	8.15-11.30
Előzetes időpont-egyeztetés legfeljebb négy hétre előre telefonon: 8729-392 • www.magyarorszag.hu • www.zuglo.hu • személyesen az okmányiroda recepcióján.	

A kerületgondnokság elérhetőségei

Telefon: 06-70/681-08-20
E-mail: keruletgondnoksag@zugloizr.hu
Hétfő-csütörtök 08.00-18.00-ig,
péntek 08.00-14.00-ig.

Az okmányiroda ügyfélfogadási rendje

Tájékoztatjuk Tisztelt Ügyfeleinket, hogy okmányirodánkban az ügyfélfogadás előzetes időpontfoglalással és napi sorszám kiadásával, ún. sorban állással történik. A napi sorszámmal rendelkező ügyfelek várakozásának csökkentése érdekében, 2015. június 15-től a jelenlegi nyitva tartási időn belül a két ügyintézési mód egymástól elkülönül.

	Kizárólag előzetes időpont-foglalással	Kizárólag sorban állással
HÉTFŐ	7.00 – 10.00	10.00 – 17.00
KEDD	17.00 – 20.00	10.00 – 17.00
SZERDA	08.00 – 11.00	11.00 – 17.00
CSÜTÖRTÖK	15.00 – 18.00	08.00 – 15.00
PÉNTEK	12.00 – 17.00	8.00 – 12.00

Eltérések: Népeség-nyilvántartási, ügyfélkapu regisztráció, diákigazolvány és hatósági (visszavont forgalmi engedély és vezetői engedély) ügyekben, valamint az elkészült okmányokért időpontfoglalás nélkül, a teljes ügyfélfogadási időben lehet ügyet intézni.

Kizárólag előre lefoglalt időpontban történő ügyintézésre van lehetőség állampolgársági, egyéni vállalkozással, valamint a mozgáskorlátozottak parkolási igazolványával kapcsolatos ügyekben. Időpontfoglalásra a www.magyarorszag.hu honlapon túl lehetőség van az okmányiroda recepcióján személyesen vagy telefonon. Telefonszám: 872-9271 és 872-9392. Állampolgársági ügyekben az időpontfoglalás csak az ügyintézőnél, a 795-8546 telefonszámon lehetséges. Tájékoztatjuk a sorban állással ügyet intéző ügyfeleinket, hogy a napi sorszámkiosztása a helyi kapacitásokhoz mérten, és az ügyintézők leterheltségének függvényében történik. Rendkívüli ügyfelforgalom esetén előfordulhat a sorszámosztás átmeneti szüneteltetése.

Őszi ülészak: intézményfejlesztési stratégia készül

A nyári szünet utáni első képviselő-testületi ülésre szeptember 17-én került sor. A parkolózónák kiépítésére vonatkozó előterjesztés megszavazásán túl napirendre került a zuglói intézmények és a közterületek felújítását ismertető, 2019-ig tervezett stratégia is.

– Ilyen átfogó intézményi és városfejlesztési terv eddig nem volt a kerületben – mondta lapunknak Baracska Gábor, a Zuglói Városgazdálkodási Közszolgáltató Zrt. vezérigazgatója. – Ez a stratégia olyan iránymutatást ad 2019-ig, amelynek az a célja, hogy következetesen és az anyagi források, lehetőségek figyelembe vételével, bizonyos fontossági sorrendet kialakítva meghatározzuk a felújítások, a fejlesztések és a beruházások menetrendjét. Miután a testület elfogadta, nekünk, vagyongazdálkodóknak az a feladatunk, hogy biztosítsuk minden intézmény hatékony üzemeltetését, s ezzel is élhetőbbé tegyük Zuglót.

– A városatyák egyebek mellett döntöttek arról, hogy Zugló csatlakozik a 2016. évi Bursa Hungarica Felsőoktatási Önkormányzati Ösztöndíjpályázathoz. A testület a feladat megvalósítására 8,5 millió forintot biztosított. Ebből az „A” (már hallgató)



A testületi ülés elején Karácsony Gergely polgármester elismeréseket adott többek között a zuglói kötődésű sportolóknak. Az elmúlt időszakban elért kimagasló sport eredményéért elismerő oklevelet kapott: Bara Alexandra kajakos, Kapás Boglárka úszó, Szabó Gabriella kajakos, Szász Emese vívó, Bernek Péter úszó, Kasza Róbert öttusázó, Tóth Krisztián cselgáncsozó, Vasbányai Henrik és Mike Róbert kenus.

és „B” (leendő hallgató) kategóriába tartozóknak egyaránt havonta 1500 és 6500 forint közötti támogatást nyújt. Emellett

a képviselők elvi döntést hoztak a Meseház Bölcsődében keletkezett viharkár végleges felszámolásáról, a Zuglói Civil

Ház zöldtetőjének eredeti tervek szerinti helyreállításáról és a Csörtő park 5–22. környezetének felújításáról. **(PD/CSJ)**

Parkolópályán a Kék Óvoda területének visszavásárlása



Nyár elején elbontották a több éve üresen álló Kék Óvoda épületét, a területet pedig befűvesítették, egyik felén fizetős parkoló nyílt. A környékbeliek egy része örül, de van, akinek nem tetszik a mostani állapot sem.

A 90-es évek óta elhagyatott, időnként hajléktalanok lakta Rákosfalva parki épületet tulajdonosa nyár elején lebontotta, majd bérbe adta a területet, ahol egy hónapja fizetős parkoló nyílt.

– A 90-es évek végén a mostani tulajdonos úgy vásárolta meg az ingatlant, hogy ott valamilyen oktatási célú intézményt üzemeltet majd – magyarázta Tóth Csaba, Zugló MSZP-s országgyűlési képviselője. – Ebből nem lett semmi, az épület állaga pedig egyre romlott. Korábban ezért érkeztek lakossági panaszok. Most azzal kerestek meg a környékbeliek, hogy úgy tudják, illegálisan működtetett parkoló üzemel a helyszínen, és zavarja őket az ezzel járó megnövekedett forgalom és hangzavar. Megnéztük, más kerületekben milyen feltételekkel lehet ilyen vállalkozást működtetni: kérnek közlekedési terveket a be- és kihajtásra, de még az is elő van írva, hogy parkoló autónként hány fa telepítése szükséges. Nagy baj, ha ebben

a kerületben ez nem így működik – akkor változtatni kell a szabályozáson. Az önkormányzatnak egyébként továbbra is feltett szándéka, hogy visszavásárolja a területet. Az előző önkormányzat már meg egyezett a vételárban, a költségvetésbe is betervezték, de a tulajdonos annak négy-szeresét, 250 millió forintot kér a területért. Mi is tárgyaltunk vele év elején, kapott egy ajánlatot, de arra azóta sem reagált. Rozgonyi Zoltán alpolgármester hozzátette, az előző önkormányzati vezetés konzultációt kezdeményezett a visszavásárlásról és a hasznosítási elképzelésekről. A zuglóiak megerősítették az önkormányzat vezetőinek terveit: támogatták a visszavásárlási szándékot és egy tornacsarnok, valamint egy pihenőkert létrehozását. – A választások időszakában nem jutott idő a tárgyalások befejezésére, az már erre a testületre maradt – tájékoztatta lapunkat Rozgonyi Zoltán alpolgármester. – A parkolóval kapcsolatban azonban hoztam még nem érkezett panasz.

Sokacz Anikó, a körzet MSZP-s önkormányzati képviselője viszont még aláírást is gyűjtött a parkolót ellenző lakosok körében. Mint mondta, több mint százan fejezték ki nemtetszésüket.

– A lakók közérzetét zavarja a parkoló, mert az autók okozta por miatt szellőztetni

is nehezen tudnak – részletezte. – A terület mellett lévő iskola vezetőinek sem tetszik, mert az intézmény távolugrópályája a közelben van, és a gyerekeknek friss levegőre lenne szükségük. Más kerületben egy ilyen vállalkozást komoly rendeletek szabályoznak, magam is csodálkoztam, hogy Zuglóban minden további nélkül működtethető ilyen parkoló, pedig például az egy helyen nyíló ki- és bejárata már nem is csak magántulajdon, a közterületet is érinti. Két hete, amikor elkezdtem utánanézni, még bejelentve sem volt, lehet, hogy az érdeklődésem hatására tettek eleget ennek a kötelezettségüknek.

Varga Pálné, aki néhány háztömbbel távolabb lakik, a parkoló miatt esetleg megnövekvő forgalomtól és a sűrű kipufogó gáztól tart. – Félek, hogy azok is ide állnak majd, akik nem a környéken laknak – fejtette ki véleményét az asszony. – A régi épület tényleg nagyon ronda volt, de jobb lenne egy játszótér a helyén.

Gombó Erika a terület egyik oldalán, a Rákosfalva park 5. alatt álló, tízemeletes házban lakik, a földszinten. Azt mondja, ő nem érez kipufogó szagot, és zajt sem hall.

Mióta megnyílt a parkoló, még a ház előtt álló autók is nagyobb biztonságban vannak, mert a kerítés mögötti rész be van kamerázva, és éjszakai is mindig van ott egy őr – tette hozzá a lakó.

A parkolót működtető vállalkozó, Szentesi Zsolt pedig azzal érvelt, hogy 21.30-tól reggel hatig nincs is náluk forgalom, ráadásul folyamatosan konzultálnak a környékbeliekkel.

– Eddig csak pozitív visszajelzéseket kaptunk, a lakók örülnek, hogy végre rend van a területen, és a rendőröktől is úgy tudom, azóta nincsenek panaszos bejelentések, mióta itt vagyunk – hangoztatta Szentesi. – Betartunk minden szabályt, eleget tettünk a bejelentési kötelezettségnek, ráadásul gon-

dozzuk is a nem hasznosított részét a teleknek. Kéthetente nyírjuk a fűvet, ápoljuk a kerítést, és havat is takarítunk majd a járdákon. A terület jelenlegi tulajdonosa, a Rózsatóke Ingatlanhasznosító Kft. ügyvezetője, dr. Asbóthné Alvinczy Katalin megerősítette, megkeresték a visszavásárlással kapcsolatban, de konkrét ajánlatot egyszer sem kapott.

Legutóbb Tóth Csabával és Hajdu Flóriánnal tárgyaltam, akiknek ősszel elmondtam, hogy rugalmas vagyok az eladás-sal kapcsolatban, adjanak egy ajánlatot – közölte a Rózsatóke Kft. ügyvezetője. – Ajánlat azóta sem érkezett, ezért magam vettem kézbe a terület sorsát. Mivel a lakosok azon panaszát, hogy a romos épület csúnya, és hajléktalanok lakta, megalapozottnak gondoltam, lebontattam az ovit. Hogy a terület ne heverjen paragon, bérbe adtam a telket. Folyamatosan ellenőrzöm az ott működő vállalkozást, jövő héttől az odatelepített kamerák képét is látom. Nem értem, milyen pluszaját okozna ott a parkoló, hiszen a fizetős rész közvetlen szomszédságában is autók állnak, ráadásul a közeli főúton egész nap nagy a forgalom. Karácsony Gergely polgármester ugyanakkor hozzátette, ha a lakókat mégis zavarja, indíthatnak birtokvédelmi eljárást. Alapvetően hibás döntésnek tartom, hogy 97-ben az önkormányzat eladta a területet – mondta Karácsony Gergely. – Továbbra is szeretnénk visszavásárolni, de egyelőre nagy a szakadék a tulajdonos és a mi elképzelésünk között. Pedig mindenképp nagy költséggel jár a tulajdonos számára a fenntartás, hiszen – bár az építményadót már kikerülte azazal, hogy lebontotta az épületet – jövőre szeretnénk bevezetni a telekadót, amely leginkább az ilyen ipari méretű, üres ingatlanokat érinti majd. **(Fk)**

Az alvás minősége határozza meg az egészséget

Ingyenes szűrővizsgálatokkal, diabétiкус termékek kóstolójával várta az érdeklődőket a Zuglói Cukorbeteg és Nyugdíjas Kézfogás Klub, valamint a Zuglói Vesebeteg Egyesület.

– Azért dolgozunk, hogy minél több segítséget nyújtsunk a cukorbetegeknek. Sok kisgyereket, fiatalít is érint a probléma, ezért jó lenne, ha a szűrővizsgálatokon ők is részt vennének. Sokan szégyellik a betegségüket, pedig nem kell – mondta a Zuglói Lapoknak Nagyné Barthos Éva, a Zuglói Cukorbeteg és Nyugdíjas Kézfogás Klub elnöke. Gémes Katalin fél éve tagja a klubnak. Nem azért csatlakozott, mert beteg, hanem mert egészségügyi végzettsége van, és segíteni akar. Szerinte nem elég az, ha szűrővizsgálatokra jár az ember, az is fontos, hogy, ha kiderül valakiről, hogy cukorbeteg, akkor betartsa az előírt utasításokat, például a diétát.

Az alvászavarokról beszélt dr. Ádám Ágnes, az Örs vezér terén lévő hypertóniai szakrendelés osztályvezetője. Hangsúlyozta, az alvás minősége határozza meg az emberek egészségét. Az Uzsoki Utcai Kórház nefrológusa, dr. Fejes Réka pedig arra hívta fel a figyelmet, hogy a cukorbetegség és a vesebetegség szorosan összefügg. dr. Révai Tamás, a Zuglói Egészségügyi Szolgálat igazgató főorvosa támogatásáról biztosította a civil szerve-



zeteket. A rendezvény fővédnökeként Rozgonyi Zoltán alpolgármester az egészségmegőrző civil szervezetek fontosságára hívta fel a figyelmet, hiszen hasznos információkkal, szűrővizsgálatok szerve-

zésével segítik a betegeket. Hangsúlyozta, a kerületvezetésnek is fontos a városrészben élők egészsége, ezért is indították el a Zuglói egészségmegőrző modellt. Hasonlóan gondolja Sokacz Anikó civil- és

nemzetiségi tanácsnok is. Mint mondta, az önkormányzat minden segítséget megad számukra, hogy folytathassák tevékenységüket.

Potos Rita

Kerti kincseket láthattak az ovisok



Kertünk kincsei címmel szervezett programot óvodásoknak a Zuglói Kertbarátok Köre. A Zuglói Civil Házban többek között a mustkésztés technikájával és a virágültetés rejtelseivel ismerkedhettek meg a gyerekek.

– Pattogatott kukoricával vártak minket, és azt is megmutatták, hogyan készítik azt. Bent pedig lepréselték, ledarálták a szőlőt, és ittunk mustot – mesélte Kertai Levente, a Zuglói Tihany Óvoda egyik nagycsoportosa. Ovis társa, Csordás Vivien Kiara pedig azt is elmondta, volt egy állomás, ahol préselt növényekből készítettek képet. Büszkén mutatta, hogy a vékony, zöld vonalak végére virágok kerültek, a talaj pedig mákszemekből áll. – Nagyon örültünk ennek a lehetőségnek. Nemcsak a gyerekek

lelkesek, de mi, óvónők is – jegyezte meg Somogyvári Tiborné óvodapedagógus. – Fontos, hogy ovisaink a gyakorlatban is lássák, hogyan kell ültetni, vagy miként készül a must.

Az egész napos programon négy kerületi és egy nagykovácsi óvoda vett részt. A szervezők célja a játékos ismeretterjesztés volt. Több állomást alakítottak ki. Volt olyan, ahol arra hívták fel a kicsik figyelmét, hogy ne használjanak zacskót, palackos víz helyett pedig csapvizet igyanak. A gyerekek azt is megtudhatták, milyen íze van a narancsvagy a rózsalekvárnak, és azt, hogyan kell dughagymát, virágmagot ültetni.

– Rajzversenyt is hirdettünk, a nyertesek oklevelet, egy cserép rozmaringot és egyéb ajándékokat kaptak – tette hozzá Várfoi Tibor, a Zuglói Kertbarátok Körének elnöke.

(pr)

„CIVILEK UCCÁJA”

2015. október 3-án 14.00 órától
a Zuglói Civil Háznál

Civilek utcája – jó hangulatú, zenés ismerkedés civil szervezetekkel.
Bemutatkoznak Zugló civil szervezetei. Tevékenységük, céljaik és aktivitásuk.
Miben segíthetnek nekem? Hogyan kapcsolódhatok be a működésükbe?

Helyszín: 1144 Budapest Csertő park 12.

Zenei programok:

14.00: Összefogás tánccsoport - Apácashow
14.30: Torzonborz zenekar
15.30: Acapella együttes
16.30: Sound of Spirit Énekegyüttes
17.30: Népi cigányzenei együttes
Tuka Károly és Boros Mátyás vezetésével

Fővédnök: Tóth Csaba, Zugló országgyűlési képviselője
Védnök: Sokacz Anikó képviselő, civil tanácsnok

Pest „Rózsadombja”

Budapest Székesfőváros Törvényhatósági Bizottsága 1935. február 13-án rendkívüli közgyűlésén döntött arról, hogy létrehozza a főváros XIV. kerületét Rákosváros elnevezéssel. Pár évvel később az új kerület a pesti oldal legdinamikusabban fejlődő városrésze lett.

A városrész története természetesen nem a kerületté alakítással kezdődött, múltja sokkal messzebbre nyúlik vissza. A régészeti leletek azt mutatják, hogy már a legrégebbi időkben is éltek itt emberek. A mai Zugló a középkorban lakatlan, erdős, mocsaras vidék volt. A tatárjárás idején, 1241. március 17-én kisebb csata dült a városrész területén. Sejbán kán könnyűlovasai a Városligetnél a Rákos-patak ingoványos öntési területére csalták Ugrin érsek katonáit, és a magyarok zömét lenyilazták.

Zugló első épülete

Zugló a Rákos-patak mentén húzódó Rákos-mezőn 1286 és 1540 között tartott országgyűlésekkel írta be nevét a történelemkönyvekbe. Itt választották Magyarország kormányzójává Hunyadi Jánost. Innen indultak 1458-ban a köznemesek és katonák Szilágyi Mihály vezetésével, hogy királlyá kiáltásuk ki Mátyást, és innen indultak el Dózsa György hadai is.

A török hódoltság idején a fában gazdag Rákos-patak környéke sivár területté vált. Pest ugyanis többször leégett, és az újjáépítéshez szükséges faanyagot innen termelték ki.

Mária Terézia királynő erdősítési rendeletére fákat ültettek a mai liget területén és annak környékén. Ezt a területet később Városerdőnek nevezték el, és kedvelt kirándulóhely lett. A területet előbb Witsch Rudolf, majd később Nebbien Henrik francia származású kertész nagyra törő tervei alapján kezdték parkosítani.

A Városerdő két alkalommal is menedékkül szolgál a pestieknek. Először az 1838-as nagy pesti árvíz idején az emberek a liget magasabban fekvő területeire menekültek. Másodszor 1849-ben Buda ostroma idején. Miután Hentzi generális lövetni kezdte Pestet, a belvárosban élők a Városligetbe költöztek, ahol hevenyészett

sátrakban várták ki, amíg a honvédsereg elfoglalta a várat.

Zugló első háza – Oláh Elek vízgyógyintézete – 1838-ban épült, amit Bartl János kávéház-tulajdonos kibővített és átalakított. 1842. október 10-én rakták le a mai Herminamezőn József nádor fiatalon elhunyt apáca lánya, Hermina Amália főhercegnő emlékére emelt Hermina-kápolna alapkövét. A kápolnát 1856-ban Scitovszky János esztergomi érsek szentelte fel, a szertartáson Liszt Ferenc vezényelt.

A dinamikus fejlődés évei

A főváros terjeszkedésével a terület egyre népszerűbbé vált. Az első villák 1850 körül épültek a mai Hermina út környékén és az Ajtósi Dürer sor elején. 1880 táján indult meg Zuglóban a nagyarányú út- és lakásépítés. Az 1890-es években már szép házak álltak a Thököly úton és az Erzsébet királyné útján. A századfordulón kezdett beépülni a Bosnyák tér környéke is.

1872-ben költözött a Bartl fogadóba a Bethesda Diakonissza Közkórház (Bethesda Gyermekkórház), amely 50 sebészeti, belgyógyászati és négy gyermekgyógyászati ágygal kezdte meg működését. 1873-ban nyílt meg az Erzsébet Nőiskola (Teleki Blanka Gimnázium), 1879-ben kezdődött meg a tanítás az Ipartanodában (Petrik Lajos Szakközépiskola).

Komoly lökést adott Zugló fejlődésének az 1885-ben megrendezett Országos Általános Kiállítás és az 1896-ban itt megtartott millenniumi ünnepségsorozat. Az események kapcsán jelentősen átalakították a Városligetet. Itt épült fel a honfoglalás ezeréves évfordulója időszakában a Budapest arculatát döntően meghatározó Történelmi Épületcsoport (Vajdahunyad vár), a Hősök tere, a Közlekedésügyi Csarnok (Közlekedési Múzeum), a Széchenyi fürdő (jobb felső képünkön), a Múcsarnok, a Szépművészeti Múzeum, az Iparcsarnok, a millenniumi földalatti vasút egyik szakasza és a diplomatanegyed villái.

A gyorsan fejlődő városrészben a lakóházak mellett egyre több ipari létesítmény nyitotta meg kapuit. 1893-ban létesült a Magyar Fonciere és Asztaloskellékek Gyára. 1894-ben alakult meg a Hungária Országos Magyar Vajkiviteli Rt., valamint a Csillár-



gyár Rt. 1895-ben kezdte meg működését a Zsolnay-féle Porcelán és Fayancegyár Rt. 1905-ben alapították a mai Reanal Finomvegyszergyár Zrt. elődjét, a Galenus Gyárat, amely 1933-tól a Bayer gyógyszercég magyarországi gyártóbázisa volt Magyar Pharma Gyógyáru Rt. néven.

Az első világháborút követően a kerület tovább városiasodott, jelentős számú bérház épült, tovább gyarapodtak ipari üze- mei. Az 1930-as évek közepén a lakosság száma elérte a 67-68 ezer főt.

Új kerület született

1935-ben Budapestet tíz helyett 14 kerületre osztották. Ekkor alakították meg a VI., VII. és X. kerületekből leválasztott területen a XIV. kerületet. Budapest Székesfőváros Törvényhatósági Bizottsága 1935. február 13-án délután fél hatkor a városházán rendkívüli közgyűlést tartott. Az ülés 2. napirendi pontja dr. Farkas Ákos tanácsnok előterjesztése, „az új XIV. kerületi előljáróság felállítása” volt. A közgyű-

lés úgy döntött, hogy „az új közigazgatási kerületet a polgárok óhajához híven Rákosváros néven nevezi el”. A kerület önálló közigazgatási egységként 1935. október 1-jén kezdte meg működését. A városrész Nagy-Budapest kialakításáig viselte a Rákosváros nevet, 1950-ben Zugló lett.

A XIV. kerület megalakítása óta sokat változott, megszenvedte a történelem viharait. Szobrait ledöntötték, helyükre új „hősök” emlékműveit állították, majd azokat is eltávolították. A kerület némelyik épülete még ma is magán viseli a fegyveres harcok nyomait. A Városliget ékessége, az Iparcsarnok 1944-ben bombatámadás áldozata lett. A Regnum Marianum-templomot 1951 őszén a Rákosi-diktatúra rombolta le. 1956. október 23-án este a világ Zuglóra figyelt, ahol a feldühödött tömeg ledöntötte a zsarnokság és politikai elnyomás jelképét, a Sztálin-szobrot. A kerületben 1953-ban indult meg a nagyarányú lakásépítés. Elsőként a Kerepesi úti lakótelep épült meg. Ezt követte a Thököly úti, az Erzsébet királyné útjai, a Vezér utcai, az Egressy téri, a Nagy Lajos király útjai, a Kacsóh Pongrác úti, a Füredi utcai (bal alsó képünkön), a Mogyoródi–Jerney-lakótelep. Ezek alapjaiban megváltoztatták a városrész kinézetét, társadalmi összetételét, felszámolták a korábban méltán híres boltkertészeteket. 1980-ban Zuglóban nyitották meg az ország első, nyugati módon felépített üzletközpontját, a Sugár áruházat, ami ma is működik. Hosszas vajúdas után 1989-ben adták át a Paskál strandot.

A rendszerváltást követően Zugló ipari üzemeinek jelentős része bezárta kapuit. Fejlődése hosszú ideig stagnált, a város pénzügyi nehézségekkel küzdött. Az elmúlt időszakban azonban sikerült stabilizálni a kerület költségvetését, és számos fejlesztés megvalósult. Zugló lakossága napjainkig folyamatosan gyarapszik. Ez annak tudható be, hogy befektetési céllal nagyon sok lakás épült. A kerület kertvárosi jellege pedig vonzza a lakásvásárlókat.

Papp Dezső



Az első pukedlitől az Abigélen át a világot jelentő deszkákig



Generációk nőttek fel az Abigél című négyrészes filmen, amely Szabó Magda azonos című regényéből készült 1977-ben. Az országhatár közelében lévő bentlakásos, szigorú, kálvinista intézetben, a Matulában játszódó történet pedig halhatatlanná tette a szereplőket. Sok más mellett az Abigél forgatása és népszerűsége is szóba került azon az interjún, amelyet Torma Piroska alakítójával, Bánfalvy Ágnes színművésszel készítettünk.

– Ha azt mondom, hogy Zugló, mi jut először az eszébe?

– Minden. A szüleim, a családom, a gyerekkorom és az otthonom. Szerencsére ez utóbbtól nem kerültem távol, hisz mind a mai napig abban a Mogyoródi úti házban élek, ahol felnevelkedtem.

– Szép gyerekkora volt?

– Igen. Mivel én voltam a család legfiatalabb tagja – a nővéreim 11 és 12 évvel idősebbek nálam –, mindenki engem kényeztetett. Örömmel gondolok vissza az iskoláimra, ahol kiváló pedagógusoktól

tanulhattam. Emlékszem, mennyit bajlódott velem Helmeczi tanár úr az Őrnagy utcában, hogy megtanítsa magasat ugrani, de nagyon szép emlékeket őrzök a középiskolás korszakomból is: Viktor András osztályfőnökömnek és Simon Mária orosztanáromnak egyaránt nagy szerepe volt abban, hogy színésznő lettem.

– Tegyük is mindjárt hozzá, hogy az a bizonyos középiskola a Dózsa György úti Kállay Éva Egészségügyi Szakközépiskola volt, amely nem éppen színészetre nevelte a növendékeket.

– Azért ebbe az iskolába íratlak be, mert az édesanyám a nővéremhez hasonlóan belőlem is orvost szeretett volna faragni. Szerencsére hamar kiderült, hogy nem az egészségügyi pályán fogok majd érvényesülni, mindenesetre az iskolában és a kórházi gyakorlatokon tanultak jó leckét adtak nekem, amit még az Abigélben is kamatoztatni tudtam.

– Mikor dönt el, hogy a színészi pályát választja?

– Azt hiszem, már 3 éves koromban. A család éppen otthon volt, és a tévét nézte, amikor én a másik szobában sírni kezdtem. Az anyám átjött, hogy

megnézze, mi a baj. Én a földön fekve hisztiztem, állítólag azért, mert nem sokkal korábban az ajtóban pukedliztem, és senki sem figyelt rám. Az anyám nagyon jó pedagógus volt, nem vigasztalt, hanem azt mondta, hogy ismétlem meg a meghajlást. A többieknek meg nem engedte, hogy kinevessenek. Az első taptot tehát produkció nélkül érdemeltem ki. A következő lépcsőfok az Őrnagy utcai iskolában volt, ahol 6 és fél évesen egy karácsonyi műsort kellett felkonferálnom, s mivel a műsorban játszó gyerekek közül többen is visszaléptek a szerepléstől, mindnyájukat én helyettesítettem, így egy egyszemélyes Bánfalvy-show-t láthatott a közönség.

– Mikor és hogyan találkozott az Abigéllal?

– 23 éves koromban, egy hajnali időpontban. Akkor hozta ugyanis a futár a forgatókönyvet a lakásunkra, amit Zsurzs Éva rendező küldött nekem. Miután elolvastam, beleszerettem Torma Piroskába, és úgy éreztem, ezt a szerepet nekem találták ki. Szerencsére Zsurzs Éva is így érezte, és ennek egy életre szóló élmény lett az eredménye.

– A hazai sikerek ellenére miért ment külföldre?

– Mert kíváncsi voltam. Látni és tanulni akartam. Meg egyébként is ez volt beleírva a sorskönyvembe. Még a főiskolán Dunai Tamás azt jóslta nekem a tenyeremből, hogy 27 évesen külföldre fogok menni. Nem vicc, ez pontosan így történt.

– Párizs, New York, Los Angeles kellő tapasztalatot szolgáltatathatott Önnek.

– Leginkább azt, hogy minden befektetett munka előbb-utóbb megtérül. Párizsban például Jean-Luc Godard rendezőnek egy válogatáson spontán elénekeltam két francia dalt, amelyeket egy pesti darabhoz tanultam. A helyzet annyira képtelen és komikus volt, hogy Godard azonnal megduplázta a gázsimat. De ugyanilyen véletlennek köszönhettem, hogy a Los Angeles-i California State Universityn színészmesterséget taníthattam. Mert tízezerből csak egyszer fordul elő, hogy az egyetemi telefont pont a dékán veszi fel, igaz, ehhez az egy esélyhez legalább egyszer próbálkoznia is kellett.

– Nagyon nagy rendezőkkel és színészekkel dolgozhatott együtt. Milyen volt a viszonya velük?

– Szerencsére engem itthon is és külföldön is szerettek a nagyok. Mindegy, hogy Jean-Luc Godardnak, Tony Scottnak, Hanna Schygullának, Michel Piccolinak, Isabelle Huppertnek, Nastassja Kinskinnek, Scarlett Johanssonnak, Robert Redfordnak, Brad Pittnek vagy éppen Huszárik Zoltánnak, Dajka Margitnak, Ruttkai Évának, Major Tamásnak, esetleg Tímár Péternek hívták az illetőt, én mindegyikükkel jóban voltam, és nagyon szép emlékeket őrzök róluk.

– 2007 óta már saját, Cházár András utcai színiiskolájában tanítja az utódokat (alsó képünkön). Mi az, amit leginkább szeretne átadni nekik?

– Hivatalosan színészetet tanítok nekik, de én ezt csak úgy hívom, hogy az utcára, vagyis az életre neveltem őket. Mert a mai világban már nem elég tehetségesnek lenni, hanem azt kamatoztatni is tudni kell.

– Alapító tagja a Szeretjük Zuglót Egyesületnek, mely a helyi közéleti embereket fogja össze. Ez is egy fontos szerep az életében?

– Hajjaj! Képzelve el a 16 éves Bánfalvy Ágit, aki két amatőr színész társával, Gálfi Lacival és Müller Péter Sziámival ott ül a nagy dramaturg, színházi rendező Müller Péter zuglói lakásában, és áhitattal hallgatja a Mester szavait. Aztán sok-sok év után ugyanez a Bánfalvy Ágnes az egyik alapító tagja lehetett ennek a nemes vállalkozásnak. Hát mi ez, ha nem egy fényes karrier? **Riersch Tamás**





Most
nyisson
nálunk
számlát!

OTP Bizalom ajánlat

Új ügyfeleinket a **kedvezményes OTP Bizalom ajánlattal** várjuk, amennyiben nálunk nyitott bankszámlájukra rendszeres jövedelem* érkezik:

0 Ft

- számlavezetési díj 6 hónapig*
- elektronikus tranzakciós díj 6 hónapig*
- jutalékmentes értékpapír vételi lehetőség 2 hónapon keresztül**

Érdeklődjön a zuglói fiókunkban!
(Nagy Lajos kir. útja 19–21.)

Akciós időszak: 2015. június 22. – 2015. december 31.

Részletes feltételek: www.otpbank.hu

06 1/20/30/70 366 6666 • 06 40 366 666

A tájékoztatás nem teljes körű.

*Amennyiben legalább 100 000 Ft összegű jövedelem átutalása érkezik az OTP Bankhoz, 6 hónapig elengedjük a számlavezetési díjat, valamint 100 000 Ft-ig az elektronikus tranzakciós díjat.

Az akció kizárólag olyan új ügyfelekre vonatkozik, akiknek a megelőző 3 hónapban nem volt OTP Banknál vezetett számlájuk, és felnőtt számlacsomagot nyitnak (Jump, Tempo, Net). Prémium Plusz számla nyitása esetén az elvárt jövedelem OTP Bankhoz történő átutalása életkortól függően 200 000 Ft vagy 350 000 Ft.

**Új ügyfelek számára akciós jelleggel a számla megnyitását követően 2 hónapon keresztül elengedjük az értékpapírszámlához kapcsolódó tranzakciós vételi jutalékot. Az akció minden értékpapírszámlán és csatornán végrehajtott vételi tranzakcióra vonatkozik, azon ügyfelek esetében, akiknek 2015. június 22. és december 31. között Bizalom ajánlatot értékesít a bank, és az értékpapírszámla is megnyitásra kerül.

A további részletes tájékoztatásért és tanácsadásért forduljon bizalommal ügyintézőinkhez vagy foglaljon időpontot a 06 1 3 666 388-as számon. A termékek, szolgáltatások és akciók részletes feltételeit és díjait a bankfiókban és az online oldalon megtalálható vonatkozó üzletszabályzatok, azok mellékletei, és a vonatkozó hirdetmények, kondíciós listák tartalmazzák.

Olimpiai roadshow az iskolákban

A riói olimpiára szeretné ráhangolni az iskolákban a gyerekeket a **Zuglói Sport és Rendezvényszervező Non-profit Kft. A Találkozás olimpikonjainkkal** című előadás-sorozat keretében példaképeket állít a diákok elé.

– Szeretnénk minél több iskolába eljuttatni az olimpikonokat – mondta Rátonyi Gábor, a Sport és Rendezvényszervező non-profit Kft. sporttanácsadója, aki a 2004-es athéni olimpiát követően már ötletgazdája volt egy ilyen zuglói olimpiai roadshow-nak. – Ebben az internet és televízió uralta világban nagyon is szükség van arra, hogy a kiemelkedő teljesítményeket példaképpül állítsuk a gyerekeink elé, és jövőre már a személyes ismeretség alapján is szurkolhatnak a zuglói olimpikonoknak, akikből remélhetőleg minél több lesz majd Rióban. 2012-ben összesen 20 (paralimpikonokkal együtt) sportoló képviselte a kerületet. Közülük Berki Krisztián, Szabó Gabriella és Kókény Roland aranyérmet nyert, Tóth

Dávid, Kulifai Tamás és Paumann Dániel tagja volt az ezüstérmes férfi kajak négyesnek, Módos Péter birkózó harmadik lett, Tóth Ildikó, Csabai Dóra és Kisteleki Hanna oroszánrészt vállalt a női pólócsapat negyedik helyének kivívásában, Joó Abigél súlyos sérülése miatt „fél lábbon” is ötödik tudott lenni cselgáncsban, Kapás Boglárka gyorsúszó 800 méteren országos csúccsal hatodik lett, Hídvégi Vid egy rontás miatt nyolcadik lett a lólengés döntőjében, Kasza Róbert pedig a férfi öttusázók versenyében 12.-ként ért célba.

A Találkozás olimpikonjainkkal című program a tanév végéig minden hónapban más iskolát érintene.

– A zuglóiak nevében évente egyszer vendégül látjuk a Magyar Olimpiai Bajnok Klubját – tette hozzá Rátonyi Gábor. Az idén a Zuglói Civil Házban lesz november első szerdáján 17.30-kor a rendhagyó kerekasztal-beszélgetés a kétszeres aranyérmes Nagy Tímeával és Magyar Zoltánnal.

Riersch

Világklasszis kémikus



Kovács Dávid Péter májusban Örményországban, a nyáron pedig Azerbajdzsánban győzedelmeskedett kémiaiából. A zuglói diák Cambridge-be is készül, de nem hagyja ki a versenyeket Törökországban és Pakisztánban sem.

A Mengyelejev Nemzetközi Kémia Diákolimpián, Jerevánban, 15 ország rangos versenyén a Szent István Gimnázium 12. évfolyamos diákja, Kovács Dávid bronzérmes lett. A tavalyi kémia-OKTV-n elért negyedik helyezése pedig esélyt adott számára, hogy nyáron a Mengyelejev féle versenyen is rangosabb, Nemzetközi Kémiai Diákolimpián részt vegyen.

A magyar kvartett tagjaként Azerbajdzsán fővárosában, Bakuban 74 ország kémikusával vetélkedett.

– Előbb egy ötórás írásbeli teszt, majd egy szintén ötórás laborgyakorlat várt ránk – mesélte Dávid. – A verseny első 35 helyezettje kapott aranyérmet, én a 26. helyen

végeztem. A magyar csapat emellett egy-egy ezüst- és bronzérmes is szerzett.

Mit ér egy Nemzetközi Kémiai Diákolimpia aranyérme? A hazai egyetemi felvételi rendszerben semmit. A maximális plusz száz kreditpontot ugyanis már az OKTV 1–10. helyével megszerezhetik a diákok. Enélkül pedig nem is mehetnének a nemzetközi versenyre. A külföldi egyetemeken azonban jó pontnak számít az ilyen siker, márpedig Dávidnak eltökélt szándéka, hogy Cambridge-ben folytassa tanulmányait. A sikeres szereplést azért itthon is értékelik, a győztesek ugyanis egy éven keresztül állami ösztöndíjat kapnak. Dávid profitált a szép sikerből: sikeresen megpályázott egy izraeli konferencián való részvételt, ahol 15 Nobel-díjas tudós előadását hallgathatta meg. Ezen kívül kvalifikálta magát a jövő évi Mengyelejev-versenyre, Törökországban. A jövő nyári Nemzetközi Kémia Diákolimpiáról sem mondott még le, amely Pakisztánban lesz.

R. T.

A császár öccse is megnézte a zuglói japánkertet

90 éve építtette Varga Márton iskolaigazgató Zugló egyik legszebb kertjét, amely egyben Magyarország első japánkertje is volt. Akkoriban a kert Európában is újdonságnak számított. Olyannyira, hogy még Hirohito császár öccse, Takamacu herceg is felkereste 1931-ben. Most először pedig nyílt napot szerveztek az érdeklődők számára.

Az 1926 és '28 között létesített japánkertről érdekes történetet mesélt el Gódorné Hasenauer Zita pedagógus, aki az elmúlt években komoly kutatásokat végzett a japánkertek eredetéről.

– Takamacut a kertben lévő teaházban látták vendégül, de mivel az iskolában akkoriban még csak fiúk tanultak, őket öltöztették be teát felszolgáló gésáknak. A rendezvény végén elárulták a titkot a hercegnek, aki nemcsak elnézte, hanem kifejezetten örült annak, hogy ennyire a kedvében akartak járni.

A herceg később több növényt is küldött a zuglói kertnek Japánból. Sajnos ezek mára kipusztultak, de a szakiskola tanárainak és diákjainak köszönhetően néhány növény utódja még ma is virágzik.

– A kertet folyamatosan ápolták, de valójában Varga Márton óta senki sem értett a japánkertekhez – tette hozzá Gódorné Hasenauer Zita. – A mi kertünk ugyanis a régi japán kultúrát idézi, egy olyan létesítmény, amely ma már a szigetországban is ritkaságnak számít.



Japán 1867-ig a világtól el volt zárva – társadalmi és kulturális életét tekintve is. A XIX. század második felétől nyitott kaput a világra. Európába például ennek köszönhetően érkeztek meg a porcelánok, a tusrajzok, és alakultak ki a japánkertek kultusza. Ezzel egy időben a tradicionális japán kultúra is megváltozott. A zuglói japánkert azonban még az ez előtti korszak

ot idézi és őrzi. Két évvel ezelőtt egy néves japán kertépítő mester, Ogava Kacuaki is felkereste a kertet, és olyan történeteket mesélt, amelyekről Varga Márton utódainak fogalmuk sem volt.

– Ogava Kacuaki szerint a kertünkben található köveknek jelentésük van, s ahhoz, hogy ezt megértsük, az egész kertet átláthatóvá kell tennünk – magyarázta Gódorné.

A zuglói japánkertbe szeptember közepén nyílt napot szerveztek. Szakemberek irányításával nemcsak a növények eredetével ismerkedhettek meg a látogatók, hanem maguk is kertészkedhettek. Munka után pedig abban a teapavilonban fogyaszthattak el frissítőt, amelyben 84 évvel ezelőtt Takamacu herceg is teázott.

Riersch Tamás

Ne csak hétvégén bringázzunk!



Péksüteményekkel, meleg kakaóval és ajándékokkal várták a kerületben a kerékpárral közlekedőket a Bringás reggeli napján. Zugló önkormányzata idén is csatlakozott a Magyar Kerékpárklub kezdeményezéséhez, amely az autódöntés világnapjához kapcsolódik.

A biciklisek láthatósági pántot és kulcsot is kaptak a Thököly út–Stefánia út kereszteződésében lévő kerékpárútnál. A szervezők szeptember 22-én reggel fél nyolctól kilenc óráig várták azokat, akik kerékpárral járnak iskolába, munkába. Schieborné Szűcs Emőke elmondta, ő rendszeresen részt vesz a Bringás reggeliken, tavasszal például a Béke téren volt. Szerinte fontos felhívni a figyelmet arra, hogy a biciklis közlekedés egészséges és környezetbarát. Szima László is jó ötletnek tartja a megmozdulást, zuglóiaként

pedig különösen örül, hogy a kerület vezetése figyelmet fordít a kerékpárosokra.

– Van autóm is, de ha tehetem, biciklivel járok munkába. Tudom, sokan félnak attól, hogy ez a közlekedési forma veszélyes, de a barátaimnak is mindig azt mondom, ki kell próbálni – érvelt Szima László.

A programon részt vett Karácsony Gergely polgármester és Szabó Rebeka alpolgármester is. A kerület vezetője elmondta, hogy hamarosan elkészül egy kerékpáros koncepció, aminek első fázisa a problémák feltárása lesz. – Önmagában az infrastruktúra fejlesztése nem elég, párba kell állítani a szemléletformálással. Tudniuk kell az embereknek, hogyan és hol biciklizhetnek biztonságosan. Nekünk pedig arra is figyelniük kell, hogy megfelelő kerékpártárolókat alakítsunk ki – magyarázta a polgármester, aki csakúgy, mint Szabó Rebeka, kerékpárral érkezett a Bringás reggelire.

Potos




F E L H Í V Á S

VIRÁGZÓ ZUGLÓ 2015 PROGRAM

Budapest Főváros XIV. kerület Zugló Önkormányzata 2015-ben ismét meghirdeti a Virágzó Zugló Programot.

A Program célja, hogy Zugló Önkormányzata és a zuglói lakosok közösen hozzák rendbe, tegyék virágzóvá a lakóházukhoz tartozó előkertet, utcafrontot.

A Programra olyan magánszemélyek és lakóközösségek jelentkezését várjuk, akik vállalják, hogy részt vesznek lakhelyük utcafrontjának, előkertjének virágosításában és az elkészült terület további gondozásában.

A Programban résztvevő lakosoknak az Önkormányzat térítésmentesen biztosítja az elültetendő cserjéket és virágpalántákat, valamint az ültetéshez szükséges felszerelést.

Jelentkezési lap a www.viragzozuglo.hu oldalon keresztül letölthető vagy személyesen átvehető a Polgármesteri Hivatalban ügyfélfogadási időben. Jelentkezni kizárólag zuglói lakcímmel rendelkező magánszemélyek és lakóközösségek tudnak a viragzozuglo@zuglo.hu e-mail címen vagy postai úton. A borítékra kérjük ráírni: **Virágzó Zugló 2015.**

Szabó Rebeka
Virágzó Zugló Programért felelős Alpolgármester

Budapest Főváros XIV. Kerület
Zugló Önkormányzat Polgármesteri Hivatala

>>> 1145 Budapest,
Pétervadás utca 2.

Részletes tájékoztató
és további információ
kérhető:

06 30766-7866
www.zuglo.hu

Húszévesek a Malackák



Az idén jubilál a Malacka és a Tahó zenekar: a hazai underground egyik emblematikus együttese 20 éve alakult.

– Az 1995–96-os tanévben jött létre a zenekarunk, és az első koncertünk május 3-án volt a Teleki Blanka Gimnázium dísz-

termében – mesélte Borovitz Tamás (jobb felső képünkön), az együttes frontembere. – Az első és a második koncertünk is telt házas volt, még a csillárokon is lógtak. Pedig akkor a frissen alakult zenekarnak még saját száma sem volt. A tagok - Borovitz Tamás, Barkóczy Balázs, Kemény Márton, Garics Krisztina és Dombi Csaba - az Európa Kiadón, a Bizottságon és a Sziámin nőttek fel. Első zenei próbálkozásait ez határozta meg. – Nagyjából három év után szétment a banda, csak én maradtam. Az új tagokkal már a saját hangzásvilágunkat alapoztuk meg – tette hozzá Borovitz Tamás. Az együttes nevét Benjamin Hoff Malacka és a Tao című könyve ihlette. A szövegre az ironia és a játékoság, a zenére pedig az alternatív rock és a jamaikai ska stílus a jellemző. A húsz év alatt a Szigeten pél-

dául 11 fellépésük volt, csaknem mind telt házas. Mostanság kevesebb a koncert, de a jubileumra lemezzel és fellépéssel is készülnek. A mai fiatalok számára ismertebb, Három Kismalac nevű háromfős zenei formáció a Malacka és a Tahó kamaraváltozata. A soktagú zenekar ugyanis nem fért volna el a Dumaszínház színpadán. A Három Kismalac pedig a televízió és a stand-up comedy jóvoltából hamar népszerűvé vált. – Ahogy mi is, úgy az elmúlt húsz évben a zenei mondanivalónk is sokat változott. Megpróbálunk valódi üzeneteket is megfogalmazni a dalainkban – tette hozzá Borovitz. Talán kevesen tudják, hogy az utóbbi évek egyik legnépszerűbb sorozatának, a Munkaügyeknek a főcímdalát is a Malackák írták. A filmsorozat is jubilál idén, már az ötödik évad indul, ennek öröme a zenekar a főcímdal klipjét is elkészítette.

R. T.



Cserepesház

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

MAGYAR TÁNC HÁZ GYEREKEKNEK – APRÓK TÁNCA

Ősz köszöntő szeptember 27-én
10.00-11.00 kézműves foglalkozás
11.00-12.00 tánc ház

Hagyományörző szüreti mulatság
október 4-én. 10.00-13.00 nép-
szokások, szüretkor használatos
eszközök bemutatása, szőlő prése-
lése, must készítése, bürökduda és
madáríjesztő készítése a Kenderkőc
Népi Játsszóház közreműködésével.
11.00-12.00 tánc ház a Mező
együttessel és Kovács Zsuzsanna
néptánc oktatóval

Belépő: 500 Ft

A program a Nemzeti Kulturális
Alap támogatásával valósul meg



MESESZÍNHÁZ GYEREKEKNEK

A NÉGY VÁNDOR - zenés bábjá-
ték a Portéka Színpad előadásában
Október 11-én 10.00 órától

HÓFEHÉR ÉS RÓZSAPIROS

- büröndös játék bábokkal a Batty
Színház előadásában
November 15-én 10.00 órától

A FURFANGOS KRAMPUSZ

- Mikulás-váró mese a Maskara
Társulat előadásában
December 5-én 16.00 órától

Belépő: 900 Ft / fő
Október 11-ig a bérlet ára: 2.500
Ft / fő / 3 alk.

CSALÁDI BARKÁCS KÖR

Október 10-én 10.00-13.00 óráig
Népmesék hősei, fahasítás, síkbáb
kialakítása mesetörténet alapján.
Belépő: 500 Ft / fő

RELAXÁCIÓ (lazítás)

Október 1-től csütörtökönként
15.00-16.00 óráig

LASSÚ MOZGÁS az egészségért
Október 1-től csütörtökönként
16.30-17.30 óráig

A TELJESSÉG JÓGÁJA

- A JÓGA TELJESSÉGE

Október 1-től csütörtökönként
18.00-19.30 óráig

Jelentkezési határidő:

szeptember 28.

SZABÁS-VARRÁS

Kezdő: október 1-től csütörtö-
könként 17.00-20.00 óráig
Haladó: október 2-től pénteken-
ként 17.00-20.00 óráig



Lipták Villa

1146 Budapest,
Hermína út 3
T: 220-67-77,
06/70-675-8393
www.liptakvilla.hu

CSALÁDI VÁSÁRNAP

MASZMÓK A TENGERTÚLON

Október 11-én 10.00 órától
A Picaro Művészeti Produkciós
Műhely zenés mesejátéka
Belépő: 900 Ft / fő, 2 700 Ft / 4 fő

SZENESNEK ÁLL A VILÁG

Október 10-én 19.00 órától
Szenes Iván slágerei Nagyvárad
Erzsébet és Vasicsek János előa-
dásában élő zenekari kísérettel.

BABA-MAMA KLUB

Szeptember 30 -án- 10.15-12.15 óráig
Az immunrendszer felkészítése –
Schussler sókkal
Részvételi díj: 500 Ft / alkalom

ÚJ! VARÁZSLATOS

HANGTÁLAK

– HANGMASSZÁZS

Péntekenként:
16.00 –17.00 óráig

ÚJ! LIPTÁK STÚDIÓ

„Színház csak addig van, amíg
az ember hisz a játékban.”

Komplex színjátékos foglalkozás
10-99 éves korosztály részére.
Október 13-tól keddenként
15.30-17.00 óráig és
17.00-18.30 óráig

ÚJ! BORKABINET

Borismereti kurzus alapoktól a
kulturált kóstoláig
Szeptember 24-től csütörtö-
könként 17.00-18.30 óráig vagy
szombatokonként 14.00-16.00
óráig

ÚJ! BOSZORKÁNYKONYHA

Tematizált főzőkurzusok és az
étkezésekhez köthető etikett
Október 15-től csütörtökön-
ként 17.00-18.30 óráig (páros
héten)
Október 10-től szombatokonként
14.00 – 16.00 óráig (páratlan
héten)

ÚJ! FELNŐTT BALETT

Hétfőnként 16.50-17.50 óráig

AKROBATIKUS

ROCK AND ROLL

Október 2-től péntekenként
15.50-16.50 óráig
Előzetes jelentkezés szükséges!

NŐI TORNA

Keddenként 17.00-17.50 óráig
Péntekenként 17.00-17.50
óráig



Programjaink Budapest Főváros
XIV. Kerület Zuglói Önkormányzatának
támogatásával valósulnak meg.

Zuglói Szociális Szolgáltató Központ

Tel.: 06-1/383-8336, 06-1/799-9081

E-mail: gondozas@chello.hu

Szolgáltatásaink:

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

Zugló egész területén állunk rendelkezésére.
Forduljon hozzánk bizalommal!

Megjelenések és lapzárták

Lapszám	Hirdetési lapzártá	Megjelenés
17.	szeptember 30.	október 8.
18.	október 14.	október 22.
19.	október 28.	november 5.
20.	november 11.	november 19.
21.	november 25.	december 3.
22.	december 9.	december 17.

Apróhirdetés-felvétel
(XIV., Pétervárad utca 3.):
hétfőn 12-16 óráig
szerdán 9-12 óráig

Kereteshirdetés-
felvétel
infotv-hirdetés:

telefon: 06 (70) 681-0754
e-mail: info@zugloimedia.hu

Zuglói Lapok

Impresszum

Megjelenik minden második csütörtökön, 71 000 példányban • Szerkeszti a Zuglói Médiaszolgáltató Kft. • Felelős szerkesztő: Csernyánszky Judit • Szerkesztőség: 1145 Budapest, Pétervárad utca 3. • Telefon: +36 70 681 0754 • E-mail: info@zugloimedia.hu • Kiadó: Zuglói Városgazdálkodási Közszolgáltató Zrt. 1145 Budapest, Pétervárad u. 11-17., telefon: +36 1 469 8103 • Felelős kiadó a Zrt. vezérigazgatója • Lapterv: Gál László • Nyomdai előkészítés: Székely Sarolta • Nyomtatás: Országos Média-kezelő Kft., Ugyvezető: Szilágyi Anita • Terjesztés: Magyar Posta Zrt. • Kéziratokat, fényképeket nem őrzünk meg és nem küldünk vissza.

Vérszegénység társulhat a krónikus betegségekhez

A kor előrehaladtával sokaknál kialakul valamilyen krónikus megbetegedés. Ezekhez gyakran vérszegénység is társul, ami jelentős életminőség-romlással járhat.

A krónikus betegségek miatt kialakult vérszegénységnek három fajtája van. Az egyik, amikor az alapbetegség befolyásolja a vérképzést. Az is előfordulhat, hogy a betegség kezelése közben alakul ki, és az is, hogy szövődményként jelentkezik a vérszegénység.

– Nálam egy rutinvérvételkor derült ki, hogy baj van. Először azt hittük, hogy vésszesen vashiányos vagyok, de a háziorvosom, dr. Pecze Károly tovább vizsgált. Akkor diagnosztizáltak a csontvelődaganatot – jegyezte meg Harashti Lászlóné. Azt mondta, össejtjei nem termelik megfelelően a vér összetevőit. Ezért



két-három havonta vérátömlesztést kap, és rendszeresen gyógyszert is szed. A 78 éves asszony betegsége ellenére pozitívan gondolkodik.

– Hiszem, hogy rám még szükség van, és abban is bízom, hogy Isten megsegít – magyarázta Harashti Lászlóné.

A betegek többségénél jelentős lelki terhet jelent a krónikus betegségekhez társuló vérszegénység. Romlik az életminőségük, fáradékonyabbá válnak, csökken a koncentrációs képességük, szédülnek, fáj a fejük, gyengék, aluszékonyak. Ezek miatt pedig idegesekké, ingerlékenyekké válnak. A környezetük számára is megterhelőek lehetnek. Dr. Pecze Károly az orvosok felelősségét hangsúlyozta, mert - mint mondta - nem mindegy, hogy vashiányos vérszegénységgel kezelik a beteget, vagy krónikus betegség miatt kialakult vérszegénységgel. **(potos)**

A korai diagnózis a gyógyulás egyik feltétele

Ha valakinél régebben rákot diagnosztizáltak, nagyobb valószínűséggel volt gyógyíthatatlan, mint napjainkban. Ma már olyan megelőző, diagnosztikai és gyógyító technológia áll az orvosok rendelkezésére, amelynek köszönhetően a rákot nem kell halálos betegséggént kezelni. Ennek azonban van egy feltétele, mégpedig hogy a páciens együttműködő legyen.

Mindannyian tehetünk azért, hogy lehetségeink szerint egészségesen éljük le az életünket. Az egyik fontos tényező, amire mindenkinek figyelnie kell, az egészséges életmód, a másik pedig a szűrővizsgálatok látogatása. A korán diagnosztizált daganatos betegségek nagy része ugyanis gyógyítható.

Tüdőszűrés: A tüdőrákos esetek nyolcvanhárom százalékáért a dohányzás felelős. A megelőzés érdekében legjobb el sem kezdeni a füstölést, ám, ha ezzel már elkéstünk, minél előbb le kell szokni a cigarettáról. Ehhez lehet segítséget találni az uzsoki.hu weboldalon. Évente kell időt szánni a tüdőszűrésre, amelyről a háziorvos adhat felvilágosítást.

Nőgyógyászati rákszűrés: 18 éves kortól évente szükséges nőgyógyászati szűrésre menni, amelynek során az orvos citológiai mintát vesz, amit laboratóriumba küld vizsgálatra. Rákra vagy gyulladásra utaló jeleket keresnek. A szűrés alkalmával az orvos áttapintja a mellket is, ez a mellrák-szűrés egyik lépése.

Emlőrák-szűrés: A manuális vizsgálaton kívül negyvenöt éves kor felett három évenként javasolt a mammográfiai vizsgálat.

Bőrrák-szűrés: Figyeljük meg anyajegyeinket, változik-e színük, formájuk, állaguk! Érdemes évente egyszer bőrgyógyászhoz fordulni, aki speciális mikroszkóppal is átvizsgálja a gyanús területet.

Vastagbél-, végbél daganatok szűrése: ha a rokonságban volt, aki vastagbél-daganattal küzdött, javasolt évente egy székletvizsgálatot végeztetni, valamint szükség esetén öt évente vastagbél-tükrözésre menni.

Prostata-szűrés: negyven éves kor felett minden férfinak ajánlott urológus szakorvosnál prostata-szűrést végeztetni, és évente kérni a vér PSA szintjének vizsgálatát.

(Uzsoki Utcai Kórház)

Balatonlellén nyaralhattak az Uzsoki dolgozói



fotó: H. Szabó Sándor

Nem mindennapi felajánlást kapott az Uzsoki Utcai Kórház. Egy cég és az intézmény összefogásának köszönhetően ingyen nyaralhattak a hátrányos helyzetű dolgozók Balatonlellén.

A szociálisan rászoruló, gyerekeiket egyedül nevelő, a munkájukban kiemelkedő teljesítményt nyújtók nyaralhattak térítésmentesen egy lellei apartmanban, amelyet az üzemeltető kft. ügyvezetője ajánlott fel. – Nagyon ritka, hogy valaki önzetlenül segít másokon. Ezért is volt fontos, hogy az első tíz család után folytatni tudtuk az üdültetést – mondta Viziné Molnár Anna, az Uzsoki Utcai Kórház ápolási igazgatója. – Keresve a további lehetőségeket, egy pályázaton megnyertük a családbarát munkahely címet, amelyhez 1,5 millió forintot is kaptunk. A kft. félpanziós ellátást biztosított, mi pedig egymillió forintot fordítottunk a további költségekre. Így csaknem negyven család nyaralhatott.

Czimbalekné Pámer Erzsébet műtősnöt váratlanul érte a felajánlás. Nagyon örült, mert még sosem nyaralt együtt a gyerekeivel. A férje 10 éve meghalt, azóta egyedül neveli a fiát és fogatékos kislányát.

– Szinte felfoghatatlan, hogy együtt lehetünk. Sosem tudtam volna ezt így megoldani. A főnökeim abban is segítettek, hogy lejussunk a Balatonra. Sőt a helyettesítést is megoldották, pedig kevesen vagyunk. Visszakaptam a hitemet. Tudom, hogy megéri tisztességesen, becsületesen dolgozni, és hogy vannak még jó emberek – mondta Erzsébet, akit nagyon meghatott az önzetlen felajánlás. Tóth Balázs, az üdültető cég ügyvezetője pedig azt mondta, mi sem természetesebb ennél. Úgy gondolja, a társadalmi felelősségvállalásnak még van hová fejlődnie Magyarországon, ezért ahol tud, segít. Elmesélte, évekkor ezelőtt az Uzsoki Utcai Kórházban műtötték az édesapját, és mint fogalmazott, európai színvonalú ellátást tapasztalt.

2013-ban a kórház vezetése már segítette az ott dolgozó szülőknek, biztosították a munkavállalók gyerekeinek nyári táboroztatását. Ennek lehetőségét tavaly és idén is megteremtették, hiszen a program egyre népszerűbb. Az önkormányzat pedig mind a három évben támogatta az intézményt, amely idén – pályázati pénzből - fél millió forintot fordított – erre a célra.

P. R.



ÉRSZŰKÜLET?
Van megoldás!

Érszűkületkezelés most akciós áron!

ÖRS VEZÉR TERE 16.

**Tel.: 220-4641
20/349-4277**

AKCIÓ! AKCIÓ!

OKTÓBER

INGYENES

ÉRSZŰKÜLETMÉRÉS



SONOTERÁPIA CENTRUM

XI. Örs vezér tere 16.

Tel.: 220-4641, 20/349-4277

Tizenéveseket is várnak a polgárőrséghez

Tagtoborzó és a polgárőrséget népszerűsítő kampányt indít a fiatalok körében a Budapesti Polgárőrség a szeptemberben kezdődő Kalandvagyból felelősség elnevezésű akcióval.

A tagtoborzást a polgárőrsegről szóló jogszabály módosítása teszi lehetővé, amely engedélyezi, hogy a 14. életévüket beöltött fiatalok szülői engedéllyel polgárőrök legyenek. A „Kalandvagyból felelősség” elnevezésű tagtoborzó programot Steiner Attila, a Budapesti Polgárőrség alelnöke ismertette. Mint mondta, Budapesten jelenleg 150 ezer 14 és 25 év közötti fiatal él, őket

szeretnék megszólítani. A kampány első sorban online és közösségi médiafelületen folyik majd, azonban a személyes találkozót is fontosnak tartják, ezért már számos budapesti középiskolát és felsőfokú oktatási intézményt felkerestek.

– A fiatalok megszólításával a társadalomban jelen lévő közömbösség ellen is szeretnénk tenni – jelentette ki Steiner. Kardos Pál, a Budapesti és Agglomerációs Polgárőr Szervezetek Szövetségének elnöke kiemelte, a szerződést aláíró szervezetek nem csak a klasszikus bűnmegelőzés területén dolgoznak szimbiózisban. Az együttműködési megállapodást azért is tartja fontosnak, mert az érdeklődő fiatalok

a későbbiekben nemcsak polgárőrként, hanem rendőrként, hivatásos vagy önkéntes tűzoltóként is vállalhatnak közösségi szolgálatot. Jelenleg Budapesten 327 ifjú polgárőr tevékenykedik. Megjegyezte: az otthoni mintát követve 15 éves fia és 17 éves lánya is jelentkezett polgárőrnek. Az együttműködési szerződést Varga Ferenc tűzoltó dandártábornok, a Fővárosi Katasztrófavédelmi Igazgatóság igazgatója, Kardos Pál, a Budapesti és Agglomerációs Polgárőr Szervezetek Szövetségének elnöke és Bucsek Gábor rendőr dandártábornok, Budapest rendőrfőkapitánya látta el kézjeggyével.

PaD



Bűnügyi krónika

Bokrokat és autókat rongált

A Rózsavölgyi térre riasztották a kerületi rendőröket szeptember 7-én. A helyszínre érkező járőr a tanúktól azt az információt kapta, hogy egy férfi két bozótvgó késsel vagdalkozott az utcán, és nemcsak a környező bokrokat, hanem a parkoló autókat is megrongálta. Az egyik járműben mintegy 250 ezer forintos kárt okozott. A rendőrök átfésülték a környéket, és a kapott személyleírás alapján nem messze a helyszíntől meg is találták a férfit, aki a járőrök szemelátára megpróbálta egy telefonfülke alá rejteni a két machetet. A rendőrök előállították a férfit, és felfegyverkezve elkövetett garázdaság vétségének gyanújával eljárást kezdeményeztek ellene. Információink szerint a férfit a bíróság gyorsított eljárásban négy évre felfüggesztett két év börtönbüntetésre ítélte.

Csoportos garázdaság az ABC-ben

Két italozó férfit szólított fel távozásra szeptember 13-án 20 óra tájban az egyik zuglói ABC tulajdonosa. Ez a fellépés azonban csak olaj volt a tűzre, mert a két férfi előbb trágár módon szidalmazni kezdte a tulajdonost, majd az egyikük egy teli sörösdobozzal is megdobta. A három férfi dulakodni kezdett, aminek végül a tulajdonos felesége vetett véget. Ezután a két sértett beült az autójukba, de a két férfi több kővel is megdobta a járművet. Erre a tulajdonos kiszállt a kocsiból, és ismét dulakodni kezdett a két férfival. A verekedésnek a helyszínre kiérkező járőrök vetettek véget, akik csoportos garázdaság vétségének gyanúja miatt mindhárom férfi ellen vizsgálatot indítottak.

A legerősebb katasztrófavédő

Zuglóban erős lábakon áll a katasztrófavédelem, köszönhetően a helyi erők szakértelmének, az infrastruktúrájának és a szervezetségnek. No meg Pollák Imre tűzoltó hadnagynak, a XIV. kerület katasztrófavédelmi megbízottjának, akiről nem túlzás azt állítani, hogy a legerősebb katasztrófavédelmi szakember.

– Fiatalkoromban konditermekbe jártam, ahol nagyon megtetszett az erőemelés és a fekvenyomás – mesélte Pollák Imre. – Öt éven át az Attila Fitness SE színeiben versenyeztem, fekvenyomásban és erőemelésben országos junior bajnok voltam, az előbbi sportágban pedig még a válogatott keretbe is bekerültem.

A zuglói katasztrófavédelmi megbízott 2012 nyarán – már a Nemzeti Közszolgálati Egyetem hallgatójaként – sportágot váltott, és „erős ember” lett.

– Azért is tetszett meg ez a sportág, mert valamennyi erősportot összefogja – indokolta döntését.

A sportág Amerikából indult, majd Európá-

ban is népszerűvé vált. Magyarországon a 80-as évek közepétől Fekete László révén vált ismertté (kamion- vagy autóbushúzás, traktorgumi- vagy farönkemelés, hordópakolás stb.). Azóta folyamatosan bővül a sportág tábora, ma már az országban több edzőterem is a versenyzők rendelkezésére áll.

– Természetesen ezek a termek nem rendelkeznek olyan eszközparkkal, mint az amerikai vagy a nyugat-európai termek. Mi sok feladattal csak a versenyeken találkozunk, ennek ellenére észrevehető a fejlődés a sportágban – tette hozzá Pollák Imre hadnagy, aki a kisebbik súlycsoportban, 105 kg-ban, versenyez. Tavaly az országos bajnokságon ötödik volt, év közben pedig sikerült megnyernie egy versenyt. Szigorú étrendet követve, ehhez hatszor kell étkeznie naponta a mindennapi edzések mellett. Szerencsére a munkáját össze tudja egyeztetni a sporttal, és a munkahelyén is tolerálják a hobbiját. Pollák Imréhez hasonló erős emberekre ugyanis a katasztrófavédőknek is nagy szükségük van.

Riersch T.





Szolgáltatás

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

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

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

VILLANYSZERELÉS, hibaelhárítás, kaputelefon telepítés, beléptető, sík- mágnesek szerelése, villanytűzhely, bojlerjavítás, vízkötelenítés, VÍZ-VEZETÉK-, VÍZÓRASZERELÉS, vízóracseré. Tel: 260-48-70, 06-20-979-0624.

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

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

KÖMŰVES MUNKÁK, BURKOLÁS, lapostető szigetelés, egyéb szigetelési munkák, kémény, kerítésépítés kicsitől a teljes lakásfelújításig. Díjtalan kiszállás. 10% kedvezmény. Tel: 406-4095, 06-30-734-0411

LAKÁSFELÚJÍTÁS! SZOBAFESTÉS, TAPÉTÁZÁS, MÁZOLÁS, PARKETTERAKÁS, parketta-javítás, parkettacsiszolás, vízszelérés, csempézés, villanyszerelés, ajtó-ablakcsere, illesztés, kőműves-, lakatos- és asztalosmunkák, takarítás garanciával. Tel:202-2505, 06-30-251-3800

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

LAKATOS MESTER GYORSSZOLGÁLAT! Zárnyitás, zárszerelés azonnal. Rácsok, kapuk, kerítések, galériák készítése, egyéb lakatosmunkák. Tel: 06-30-299-12-11

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

TÁRSASHÁZAK KÖZÖS KÉPVISELETÉT vállaljuk nagy gyakorlattal, jogi, műszaki háttérrel! Tel: 06-1-222-8561, 06-30-966-5751; petszol@gmail.com

HA TUD OLYAN KIS MUNKÁT, amit más nem vállal, mi elvégezzük. Kőműves, burkoló, festő, asztalos, vízszelérő szakemberek állnak rendelkezésre. Társasházak felújítását, karbantartását, konyhák, fürdőszobák felújítását vállaljuk. Tel: 06-30-457-2666, 06-20-514-7876 11

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

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

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

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

ZUGLÓI VÍZ-, GÁZ-, központi fűtésszerelő mester vállalja készülékek, berendezések javítását, karbantartását, cseréjét. Teljes körű kivitelezési munkákat és duguláselhárítást.
Tel: 06-30-956-8540, 06-1-220-5185

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

KÖLTÖZTETÉS, FUVAROZÁS! Gyors ügyintézással, precíz munkavégzéssel. Igény szerint kartondobozok. 10%-os hétvégi kedvezmény. Tel: 06-70-2144-235, 06-1-280-2542

KÁDFELÚJÍTÁS! NE CSERÉLJE LE régi kádját, a bontás árának töredékéért felújítjuk. Tel.: 06-20-529-4180

KÁRPITOS BÚTOROK FELÚJÍTÁSA asztalosmunkával, széles szövetválasztékkal. Konyha- és beépített szekrények méretre készítése. Tel.: 06-1-416-7412; 06-30-940-63-42

FESTÉST, MÁZOLÁST, BURKOLÁST vállalok, nyugdíjasoknak kedvezménnyel. Falfestés 400 Ft/nm, mázolás 1500 Ft/nm, burkolás 1500 Ft/nm. Tel: 06-30-422-1739

APRÓMUNKA? NEM PROBLÉMA! Asztalos munkákat vállalom: javítások, bútor- összeszerelés, polcok, kisbútorok készítése. Tel.: 06-30-664-8684, Varga László

VÍZSZERELÉS, VILLANYBOJLEREK VÍZKÖTELENÍTÉSE, javítása, csapok, szifonok, WC-csészek, WC-tartályok cseréje javítása. Mosó-, mosogatógépek bekötése. Tel: 06-30-447-3603

TELJES KÖRŰ KÖNYVELES, bérszámfejtés, NAV előtti képviselet. Tel.: 06-1-466-9412

KERTFENNTARTÁS: LOMBELTAKARÍTÁS, FÜNYÍRÁS, sövénynyírás, metszés, mulcsozás, gyepszellőztetés. Szakszerűen, igényesen, legálisan. Tel.: 06-30-578-4394

ESZTERGÁLYOS, KÖSZÖRŰS MUNKÁT vállal zuglói műhely. Kis- és nagy szériát, egyedi darabokat, lakossági munkát egyaránt. Tel.: 06-20-9351-288

Redőny, relaxa

REDŐNY, RELUXA, napellenző stb... szerelése, javítása, garanciával! AJÁNDÉK SZÚNYOGHÁLÓ minden megrendeléshez! Zuglói redőnyös. Tel.: 06-70-341-9489, 06-20-341-0043

Ingatlan

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

ZUGLÓI, 3 SZOBA, ÖSSZKOMFORTOS, III. emeleti, szép, téglá építésű öröklakás, parkos környezetben eladó. 17 Mft. Tel.: 06-20-344-0131

ERZSÉBET KIRÁLYNÉ ÚTJÁN, 3 emeletes társasházban, a Mexikói úthoz közel ELADÓ egy 53 nm-es, téglá építésű, felújítandó öröklakás. Külön gépkocsibejáró, garázs megoldható. lá.: 17 M Ft Tel.: 06-31-322-5982

KÉSZPÉNZZEL VÁSÁROLOK 20-60 nm-es, felújítandó lakást, házrész, házat. MAGÁNSZEMÉLY! Lőrincz Péter. Tel.: 06-70-383-5004

Könyv

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

KÖNYVEK VÉTELE. Tel.: 06-20-923-4677

Oktatás

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

MATEMATIKA, FIZIKATANÍTÁS általános és középiskolások részére, nagy hatékonysággal szaktanártól. Házhoz megyek! Tel: 06-20-959-0134

ANGOLOKTATÁS gyakorlott, diplomás tanárnál. Társalgás már kezdő szinten. Eredményes felkészítés bármely vizsgára. Tel: 383-0461, kacka@t-online.hu



ANGOLÓRÁK ZUGLÓBAN! Diplomás nyelvtanár-nő vállal korrepetálást, valamint továbbtanulásra, vizsgákra való felkészítést. Tel.: 06-20-225-5260

ALSÓ TAGOZATOSOK RÉSZÉRE korrepetálást és gyermekfelügyeletet vállal nyugdíjas tanárnő. Tel.: 06-30-693-1754

GONDOLKODÁSKÖZPONTÚ, ALAPOS, barátságos légkörű MATEMATIKA oktatást, felkészítést vállal szaktanár középiskolásoknak, felsősöknek, 24 éves gyakorlattal. Házhoz is megyek! Tel.: 06-20-580-2758

Egészség, életmód

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

DR. SÁRAY ANDREA fogszakorvos rendel hétfő-szerda délután, kedd-csütörtök délelőtt. Címe: 1148 EGRESSY ÚT 73/C. 5. lépcs. fsz. 1. Tel.: 06-1-252-8234

ADAMOV ANNA TERMÉSZETGYÓGYÁSZ, REFLEXOLÓGUS, akupunktőr, spirituális gyógyító, cupping terápia. XIV. Erzsébet királyné 11. Minden betegséget gyógyítok. Tel: 220-8165, 06-30-450-0821

Állás

GYAKORLOTT, MEGBÍZHATÓ, NEMDOHÁNYZÓ hölgy, takarítást-vasalást vállal, rendes családdoknál, referenciával. Tel.: 06-30-254-0862

Számítógép

COMPUTER KLINIKA- számítógép javítás, karbantartás, bővítés, vírusirtás, telepítés ingyenes kiszállással. Hívjon bizalommal! Tel: 06-30-857-26-53

SZÁMÍTÓGÉPEK JAVÍTÁSA helyszínen, hétfő-gén is. Vírusirtás, tanácsadás, telepítések, alkatrészcsere garanciával. Ingyenes kiszállás. Aradi Zoltán. Tel.: 06-70-519-2470 Email: szerviz@szerviz.info

Régiség

VEZÉR ANTIKVITÁS helyszínen készpénzért vásárolunk antik és modern festményeket, bútorokat, ezüst tárgyakat, kerámiákat: Gorka Géza, Kovács Margit, keleti tárgyakat, régi üvegeket, borostyánokat, katonai kitüntetések. Herendi, Zsolnai, Meiseni. Teljes hagyatékok. Képeslapokat, könyveket stb. Vezér út 148-150.; Tel.: 06-20-807-2906; 06-70-398-8851

KOSSUTH GALÉRIA ANTIKVITÁS vásárol magas áron BOROSTYÁN ékszereket 15.000-200.000 Ft-ig, antik bútorokat és ékszereket, festményeket, asztali-, fali-, zseb-, és karórákat, Herendi, Zsolnai, Meissen-i.stb., porcelánokat, Kovács Margit-, Hummel-, Gorka kerámiákat, bronz és ezüstdísz tárgyakat, háború előtti katonai kitüntetések, levelezőlapokat, képeslapokat, hagyatékokat, tört és fog aranyat. Értékbecslés és kiszállás díjtalan! XV.ker. Páskomliget u.8. (Vásárcsarnokkal szemben) Tel: 06-1-708-2878, 06-20-358-8217

ZSAZSA GALÉRIA gyűjtői áron vásárol! Antik ezüst: 175-500 Ft. Brilles ékszer: 50.000-1.000.000 Ft. Továbbá: Törtaranyat, ezüst, fogaranyat, festményeket, porcelánokat, márkás kar- és zseborákat, dísz tárgyakat és teljes hagyatékok! KIEMELT AJÁN-LATUNK! Borostyán és korall ékszerek, akár 250.000 Ft. Mi mindent megveszünk, várjuk Önt! 13. kerület, Hollán Ernő utca 4.; Tel.: 06-70/884-4084, 350-43-08; email cím: antikicko87@gmail.com

ALMÁSI KATALIN VÁSÁROL legmagasabb áron bútorokat, festményeket, dísz tárgyakat, porcelánokat, csillárt, hangszert, könyveket, csipkét, biszukat, kitüntetést, írógépet, varrógépet, rádiót, tv-t, szőrmét, hagyatékok. Díjtalan kiszállással! Tel.: 06-20-597-8280

Egyéb

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

ÉLETJÁRADÉKI SZERŐDÉST KÖTNÉK idős hölgygel vagy úrral, havi járadékfizetéssel vagy egyszeri fix összeggel ingatlanért. Ügyvédi közreműködéssel. Hívjon bizalommal! Tel: 06-30-3222-850

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

ELTARTÁSI SZERZŐDÉST KÖTNE idős emberrel magyar, becsületes 54 éves nő, Budapest és környékén összeköltözéssel, gondozással is. Kert előny. Tel.: 06-70-646-9422

DIPLOMÁS, FIATAL HÁZASPÁR, eltartási vagy életjáradéki szerződést kötne idős hölgygel vagy úrral. Tel.: 06-30-965-0495

KULTURÁLIS PROGRAMAJÁNLÓ		
Lipták Villa 1146 Budapest, Hermina út 3. T: 220-67-77, 06/70-675-8393 www.liptakvilla.hu	A SAMODAI JÓZSEF ZUGLÓI HELYTÖRTÉNETI MŰHELY aktuális kamaratárlatairól információk a www.liptakvilla.hu weboldalon! Bővebb információ: www.liptakvilla.hu	Zuglói Ifjúsági Centrum 1145 Budapest, Uzsoki u.57 T: 251-19-10 www.zic.hu
CSALÁDI VASÁRNAPOK „Az égig érő fa” - Magyar Mese Napja. Szeptember 27-én 10.00 órától. Játékos foglalkozások a mesék varázsában.	Zuglói Civil Ház 1144 Budapest, Cserő park 12. T: 789-23-97, 799-90-67 www.zugloicivilhaz.hu	Állatok Világnapja – Október 2-án 14.30 órától. Bemutatók az Ázúr Kutyaiskola, közös interaktív foglalkozás segítő kutyákkal. Hurrá Péntek! Minden pénteken 14.30-19.00 óráig várjuk a napközis csoportokat és a zuglói középiskolásokat! Kínálat: sakk-sakk-oktatás, társasjáték klub, pingpong, csocsó, táncklub, kézműves foglalkozás. Előzetes jelentkezés szükséges!
HUSZÁR KALANDOK EGY NAPBAN Október 4-én 10.00 órától Kézműves alkotások, zenés műsorok 1848-49 jegyében.	INOTAI ANDRÁS - nyitások a külpolitikában - nyitások a külgazdaságban. Silver Akadémia előadássorozata Szeptember 25-én 16.00 órától.	A PROGRAMOKON A RÉSZVÉTEL INGYENES!
XI. ZUGLÓI BÁBFESTIVÁL Október 10-én 10.00 órától Zuglói óvodák, iskolák műsora, vendégcsoportok az ország minden tájáról és visszatérő határon túli vendégeink közreműködésével.	IDŐSEK VILÁGNAPJA Október 1-jén 15.00 órától	ZUGLÓ 80: HALAS ISTVÁN FOTÓKIÁLLÍTÁSA Október 2-án 18.00 órától.
MOZI MONTÁZS Nemzetközi mozifilmek vetítése budapesti forgatási helyszínekkel Október 9-én 19.00 órától Rövid útmutató a vetítések előtt.		

Rióban is bokszolna Ancsin

2012-ben, Londonban – az olimpiák történetében először – már a női ökölvívók is bemutatkozhattak. Hazánk sportolói erről ugyan lemaradtak, de Ancsin Katalin, a KSI SE bokszolója arra készül, hogy Rióban már magyar versenyző is a kötelek közé léphessen.

– Januárban Kazahsztánban rendezik a világbajnokságot – mondta Ancsin Katalin –, amely az egyetlen lehetőség lesz a kvalifikáció megszerzésére. Az olimpián három női súlycsoport szerepel a programban, köztük az enyém is, az 51 kg. Ebben kell az első 12-ben, illetve a négy legjobb európai között végezni. Úgy gondolom, ha sikerül a felkészülésem, akkor ott lesz a helyem az olimpiai csapatban. A hátralevő néhány hónapban mindent megteszek ezért.

A női ökölvívás fiatal sportágnak számít, ám ennek ellenére a magyar bokszolók már több világ- és Európa-bajnoki érmmel rendelkeznek. Ancsin Katalin a tavalyi bukaresti Európa-bajnokságon lett bronzérmes, amely eddig a legjobb nemzetközi eredménye volt.



– Mindig is vonzottak a küzdősportok, de az édesanyám hallani sem akart arról, hogy én másokkal „verekedjek”. Ezért, mint a lányok többsége, tornázni jártam, majd tíz év után sportakrobatikára, később kíváncsiságból teniszre váltottam – mesélte a KSI bokszolója –. Az ökölvívásba 23 évesen csöppentem bele. Előbb az University Boxing Clubban edzettem, majd 2010-ben átöttem a KSI-be, ahol idősebb Balzsay Károly és Törtely Ferenc irányítja az edzéseimet.

Öt évvel ezelőtt Kata volt az első női bokszoló a KSI-ben, azóta szerencsére jó pár lány kesztyűt húzott már. A klub legeredményesebb női ökölvívója azonban továbbra is Ancsin Katalin, aki a tavalyi Eb-bronza mellé az uniós bajnokságokon is nyert már egy ezüstöt és két bronzérmes, illetve a 2010-es világbajnokságon negyedöntős (végül ötödik) volt.

– Az elején sokan furcsállották, hogy bokszolok, de, amikor jönni kezdtek az eredmények, mindenki nagyon büszke volt rám – tette hozzá Katalin –. Az édesanyám, aki mindig is nagyon féltett, például az első Budapest-bajnoki címem óta az első számú szurkolóm lett.

RT

Kozák és Lőrincz: a Mi iskolánk bajnokai



Nagy hagyománya van a tantermek elnevezésének a Csanádi Árpád Általános Iskola, Sportiskola, Középiskola és Pedagógiai Intézetben. Utoljára – jó pár éve ennek – Zsivóczy Gyula olimpiai bajnok kalapácsvetőről neveztek el az egyik földszinti tantermet. Idén ismét feltámasztották ezt a régi hagyományt, köszönhetően a Magyar Olimpiai Bizottság, a Magyar Diáksport Szövetség és egy festékgyár közös kezdeményezésének.

A Mi iskolánk bajnoka program lényege, hogy olimpiakonok megneveznek egy-egy iskolát, melynek a tornatermet társadalmi munkában felújítják, cserébe az iskola arról a sportolóról nevezi el a termet. A londoni olimpián két aranyérmet nyerő kajakos, Kozák Danuta (képünkön) és a birkózók között ezüstérmet szerző Lőrincz Tamás egyaránt egykori iskoláját, a Csanádit nevezte meg, s mivel az intézménynek két tornaterme is van, mindkettőt felújították. A szeptember eleji névadó ünnepségre

Kozák Danuta szinte a repülőtérről esett be az iskolába, néhány nappal korábban ugyanis még a riói előlimpián vett részt (és Szabó Gabriellával párban nyert is a kajak kettesek 500 méteres versenyében). Lőrincz Tamás viszont a névadó ünnepséggel egy időben még Las Vegasban, a birkózó-világbajnokságon szerepelt, így ő csak az interneten keresztül tudta megköszönni a méltató szavakat.

– Nagy megtiszteltetésnek érzem, hogy a volt iskolámban rólam nevezték el a tornatermet – mondta Kozák Danuta az ünnepségen –, csodálatos éveket töltöttem itt, nagyon jó tanároktól tanulhattam, akiknek egész életemben hálával tartozom. Zuglóban nem csak a Csanádiban neveztek el tornatermet sportolóról. Korábban a Dr. Mező Ferenc és a Kaffka Margit Általános Iskola tornaterme is híres emberekről kapta nevét. Az előbbinek Martinek János olimpiai bajnok öttusázó, az utóbbinak pedig Szabó Gabriella olimpiai bajnok kajakos lett a névadója.

Riersch

Alexandra büszke arra, hogy nem olimpiai sportágban lett világbajnok

Bara Alexandra, a KSI SE 27 esztendőes kajakosa is tagja volt annak a csapatnak, amely a Győrben rendezett Maratoni Kajak-Kenu Világbajnokságon, a 26 kilométeres távon aranyérmes lett. Mórocz István tanítványa a tizenhatszoros világbajnok és tízszeres Európa-bajnok Csay Renátával ült egy hajóban.

– Az én számom az utolsó napra maradt, és látva a többiek sikereit, alig tudtam kívánni, hogy ránk kerüljön a sor – mondta a KSI SE 27 esztendőes kajakosa, Bara Alexandra (képünkön), aki Csay Renátával párban a 26 km-es páros számban lett aranyérmes. – Óriási élmény volt a hazai közönség és a családom, a barátaim előtt versenyezni, s régóta nagy vágyam volt, hogy egyszer itthoni világversenyen is bizonyíthassak.

Alexandra az egyike azon sportolóknak, akik a KSI SE „kincseshányójából” kerültek ki, és akik sikereik ellenére is az anyasportágjuknál maradtak.

– Még az általános iskola alsó tagozatában ismerkedtem meg a kajakozással. Akkoriban az iskolával egyiken héten úszni, a másikon meg kajakozni jártunk. A legközelebbi csónakház a KSI-é volt, így ott ültünk először hajóba.



A rendhagyó testnevelésórából aztán egy életre szóló kapcsolat lett. Alexandra ugyanígy az általános iskola felső tagozatában és

a középiskolában is kitartott a sportág mellett. A kitartásának pedig meglett az eredménye: már 2005-ben aranyérmet nyert

az ifjúsági maratoni Európa-bajnokságon. – Próbálkoztam sík vízi kajakozással is, U23-as Európa-bajnokságokon kétszer is tagja voltam a női kajak négyesnek, melylyel egyszer ötödikek, egyszer pedig harmadikok lettünk. A sík vízi válogatókon mind a mai napig rajthoz állok, mert szeretek versenyezni, de a profilom a maratoni kajakozás marad.

Még pontosabban a női kettes, mert Alexandra 2013-ban ült egy hajóba a sportág nagy ikonjával, a tizenhatszoros világbajnok és tízszeres Európa-bajnok Csay Renátával, s azóta alig találtak legyőzőre. – Az első komolyabb versenyünk a 2013-as világtétő volt, amelyen első lettünk. Tavaly a vébét, idén pedig az Európa-bajnokságot, illetve a hazai rendezésű világbajnokságot is sikerült megnyernünk. Bara elmondta azt is, tisztában van azokkal, hogy az ő sportága jó ideig nem lesz olimpiai szám.

– Magamban már lemondtam az olimpiáról, de a tévé képernyője előtt ülve mindig szurkolok sík vízi csapattársaimnak – tette hozzá Alexandra –. Úgy vélem azonban, csak kevés embernek adatik meg, hogy egy nem olimpiai sportágban világ- és Európa-bajnokságot nyerhessen. Erre különösen büszke vagyok.

Riersch Tamás



ÉRTESÍTÉS

A településfejlesztési koncepcióról, az integrált településfejlesztési stratégiáról és a településrendezési eszközökről, valamint egyes településrendezési sajátos jogintézményekről szóló 314/2012. (XI. 8.) Korm. rendelet 30.§ (8) bekezdése és 31.§ (4) bekezdése alapján értesítem, hogy Budapest Főváros XIV. Kerület Zugló Önkormányzatának Képviselő-testülete 2015. szeptember 17-én megtartott ülésén a kerület új településfejlesztési koncepcióját és új integrált településfejlesztési stratégiáját elfogadta. A dokumentumok elérhetőek a www.zuglo.hu honlap nyitóoldalon és a Városfejlesztési Osztály „Településfejlesztési Koncepció és Integrált Településfejlesztési Stratégia 2015” főcímhez tartozó hírei között is.

Budapest, 2015. szeptember

Tisztelettel:
Karácsony Gergely
polgármester

Jázmín Divatház

Olcsó, minőségi
női, férfi, gyermek divatárak
és cipők óriási választékban,
valamint lakástextilek,
konyhai kiegészítők
1500négyzetméteren!

Cím:
XV/ker., Nagy Lajos király útja 135/A
(Volt Diego áruház)

Nyitvatartás:
H - P: 9 - 19,
Sz: 8:30 - 14

Folyamatos akciókkal
várunk mindenkit!
Szeptember 16-tól
minden termékünkre
10% kedvezmény
egyes termékekre
20 - 30%!

Tájékoztató jellegű!

Aktuális
termékeinket
és akcióinkat
keresse
Facebook
oldalunkon!

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 válaszunk!

Katus Attila
hatszoros világ- és kétszeres Európa aerobik bajnok, életmód szakértő ajándékos!

Vitalitás
FOGÁSZATI
KÖZPONT

HIGH CARE
CENTER ZUGLÓ

OKTÓBER 10-én
/szombaton/

ŐSZI NYÍLT NAP
a HIGH CARE
KOZMETIKÁBAN!

kedvezmények
újdonságok
ajándék kezelés

A részleteket figyelje web-lapunkon:
www.highcarezuglo.hu

Bejelentkezés:

1149 Budapest, Vezér utca 147/B
Tel.: 06 1 814 3345 • E-mail: highcare14ker@upcmail.hu

**Őrzött
PARKOLÓ**
nyílt!

XIV.ker. Rákosfalva park 6-8.

havi parkolási díj
9000.- Ft-tól!

INGYENES szolgáltatásaink:
- porszívó-, kompresszor-használat
- szélvédő mosás, akkumulátor-töltés

tel: 06-70/621-3066

1	AMPER JELE CSEN, LOP	BETEGES KÖHÖGÉS HALADÁS KÖZBEN	PANASZ, ZOKSZÓ KOMPUTER TÁROLÓJA	OLASZ VÁROS	IMAHÁZ, TEMPLOM
VAK-MERŐSÉG MEGMAR					
					2
SZÜLŐ-FÖLD KÖLTŐI SÚLY!		BARANYAI KÖZSÉG VÖRÖS-VASÉRC			
			BAMAKO A FŐVÁROSA MERENG		
BÁLVÁNY-KÉP INDIÁN NYÁR				A MAGYAR FBI IN MEDI-AS ...	
		GEO-METRIA HELYISÉG ALJA			
ÉSZAK JELE ÁLTATÁS	DIÉTA-TÍPUS SZEMÉRE HÁNY				DÁMA, RÖV. TÖRÖK KARD
				JUTALOM ELEJE! ILLETŐ	
SPANYOL KIKÖTŐ-VÁROS FÉRFINEV				KILMER ... BEDI; SANDOKAN	
			NŐI NÉV OROSZ FÉL-SZIGET		
LÓDULJ, ERIDJ INNEN!		KARIMÁS FEJFEDŐ FRANCIA VONAT			
		TRINIDAD ES ... ORSZÁG NE BÁNTSI!			
FŐVÁROSI VÁLLALAT	AZ EGYIK EGYHÁZ				
HIRTELEN TEKER					

AKCIÓS ÉRSZÜKÜLET SZŰRŐVIZSGÁLAT

szeptember 30-án és október 7-én 12.000 Ft helyett csak **3.000 Ft!**

Érszükület okozza rossz közérzetét?

- feszítő fájdalom séta közben • éjszakai lábgörcs • fülzúgás
- alvászavar romló memória • ingadozó vérnyomás

CSOMAG TARTALMAZZA:

- számítógépes érszükületmérés
- érfalrugalmasság mérés
- véroxigénszint mérés
- rizikófaktor becslés %-osan

BEJELENTKEZÉS:
XVI. ker. János u. 18.
Tel.: 405 1718 H-P 8-16 óráig

Aktuális ajánlatunk
Benzinkút és Shop

**Tisztább motor,
nagyobb teljesítmény
már az első tankolástól!**

Gold Gold
95 Diesel

Próbálja ki!

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

Ismerjük egymást.