



Szelektívkérdések

Az elmúlt években a Fővárosi Közterület-fenntartó Zrt. folyamatosan csökkentette a szelektív hulladékgyűjtők számát Zuglóban. Barabás Ferenc kerületgondnok, Szabó Rebeka alpolgármester és a Zuglói Zrt. képviselői felülvizsgálták a helyzetet az FKF Zrt. szakembereivel, és több változtatást kezdeményeztek. Hét gyűjtőpontot megszüntettek, a Kacsóh Pongrác útnál azonban visszahelyeztették a tartályokat. Az üvegyűjtő edények szinte mindenhol megmaradtak. **10. oldal**



Zuglói Filharmónia

A hagyományos bemutatókon túl tavaly új kezdeményezésekkel is várta az érdeklődőket a Zuglói Filharmónia. A bérletprogramok, a Tézene és a Teakoncertek mellett a fiatalokhoz is szóltak. A Felfedezőúton című sorozatukat hatezer diák látta. Az új kezdeményezések egyike a Téli bérlet, ennek előadásait a Pesti Vigadóban tartják. Idén terveznek filmzenekoncertet, a nagyhéten és mindenszentekkor pedig előadják a Requiemet. Fellépnek a Tavaszi Fesztiválon is. **11. oldal**

Zuglói Lapok

2016. február 11. ■ www.zuglo.hu ■ 26. évfolyam 3. szám **INGYENES KÉTHETI LAP**



Díjazott civilek

Február 1-jén adták át a Zugló Civil Szervezete elnevezésű díjat, amelyet négy szervezet és egy magánszemély érdemelt ki. Az elismerést az önkormányzati képviselők, az intézményvezetők és a civil szervezetek ajánlása alapján a képviselő-testület ítélte oda az 1956 Öröksége Alapítványnak, a Zuglói ILCO Egyesületnek, a Zuglói Kertbarátok Körének, a Zuglói Nyugdíjasok Egészségéért Sport Egyesületnek és Sebők Erzsébetnek, aki 15 évig vezette a soltvadkerti tábort. Sokacz Anikó civil és nemzetiségi tanácsnok idén létrehozta a Zuglói Civil Tanácsnok Elismerő Díjat is, amit Molnár Zsuzsanna civil referens vehetett át. A díjazottak oklevelet, plakettet és pénzjutalmat kaptak. **6. oldal**

Egészségmegőrző program indul a kerületben

Összefogott Zugló Önkormányzata, a Zuglói Egészségügyi Szolgálat, az Uzsoki Utcai Kórház és egy egészségügyi eszközöket gyártó cég. Céljuk, hogy az itt lakók minél tudatosabban éljenek, tevékenyen részt vegyenek egészségük megőrzésében, és eljárjanak a szűrővizsgálatokra. A kerületben a keringési rendszer betegségei, valamint daganatos és légzőszervi betegségek miatt hálnak meg a legtöbben, ezért ezekre kiemelt

figyelmet fordítanak a programban részt vevő orvosok. A Zuglói Egészségmegőrző Modell (ZEM) stratégiai megállapodását 2015. augusztus 24-én írták alá. A háromszintű program első szakaszában minden jelentkezőnek ki kell töltenie két kérdőívet. A második lépésben ezekből kiderítik, hogy a páciens hajlamos-e valamilyen betegségre. Ha úgy állapítják meg az orvosok, hogy az adott jelentkezőnél magasabb a rizikófaktor, akkor őt

folyamatosan ellenőrzik. A harmadik szint a konkrét panaszokkal küzdő páciensek kezelése. A modellben kiemelt szerepet szánunk a házi orvosoknak, akiknek többsége támogatja a kezdeményezést. Az érdeklődők regisztrálhatnak a ZEM hamarosan elkészülő weboldalán. A stratégiai partnerek azt szeretnék, ha a gyerekektől a nyugdíjasokig mindenki részt venne a programban. A Zuglói Egészségmegőrző Modell első lépéseként a képviselő-tes-

tület ingyenes szűrővizsgálatot biztosít a kerületi nagycsoportos óvodások számára a lisztérzékenység kiszűrésére. Ennek a betegségnek ugyanis – kezelés hiányában – olyan szövődményei lehetnek, mint a cukorbetegség, a pajzsmirigybetegség, a bőrképződés, daganatos megbetegedések vagy csontritkulás. Az önkormányzat által biztosított összegből 1000 gyerek vizsgálatát végezhetik el. A tervek szerint májusban indul a program. **3. és 5. oldal**

75 éves Sorki Dala Andor



Sorki Dala Andor képzőművészt, költő-tanárt Karácsony Gergely polgármester is felköszöntötte 75. születésnapja alkalmából. Az ünnepségen a művész egykori tanítványai, barátai, volt kollégái és tisztelői is részt vettek.

Karácsony Gergely jókívánságai után dr. Mészáros István Sándor, a művész-tanár egykori tanítványa, az ünnepség szervezője mondott köszöntőt. Úgy fogalmazott, Sorki Dala Andor nem csupán egy ember, hanem egy jelenség, egy szívbeli jószág, olyan pedagógus, akiből sajnos csak nagyon kevés van az egész földkerekségen.

A Zuglóban élő és alkotó Sorki Dala Andor a vendégeknél beszélt az életéről, pályafutásáról, és azt is elárulta, egész életében fontosnak tartotta az ugyancsak művész édesapja által megkezdett út folytatását, a palóc kultúra ápolását.

PD

Nyilvános nyilatkozatok

Zugló Önkormányzata február 1-jén nyilvánosságra hozta választott képviselői és tisztségviselői vagyonnyilatkozatát. A vagyon-, jövedelem- és gazdasági érdekeltségről szóló nyilatkozatok a zuglo.hu oldalon tekinthetők meg.

Törvényi kötelezettségüknek eleget téve Zugló polgármestere, alpolgármesterei, a kerület önkormányzati képviselői, valamint a bizottságok külső tagjai határidőre leadták 2015. évre vonatkozó vagyonnyilatkozatukat. Ezt számukra a helyi önkormányzatokról szóló 2011. évi törvény írja elő, amely szerint a képviselőnek megválasztásától, majd ezt követően minden év január 1-jétől számított harminc napon belül vagyonnyilatkozatot kell tennie. Aki ezt elmulasztja, – annak benyújtásáig – képviselői jogait nem gyakorolhatja, tiszteletdíjat, természetbeni jutalmat, költségtérítést nem kaphat.

PaD

Közünk van egymáshoz

A Soa fájalmát mutatja be a **Közünk van egymáshoz** című kiállítás, amit a holokauszt nemzetközi emléknapjához időzítve nyitottak meg a Zuglói Civil Házban. A kiállítás március közepéig látható.

– Erős érzelmekkel zaklat, hogy jobbak legyünk – jellemezte Tölgyesi Katalin szervező a kiállítók – Rónai Éva, Fehér László, Bálványos Huba, Kicsiny Balázs, Szüts Miklós, Vojnich Erzsébet, Roskó Gábor, Horváth Dávid, Raffay Béla, Szirtes András, Roskó Bea, Tillmann Hanna és Hollay Lóránt – munkáját.

Tóth Csaba, Zugló szocialista országgyűlési képviselője beszédében a holokausztot az

emberi civilizáció mélypontjaként jellemezte. – E tragédiát csak akkor tudjuk feldolgozni, ha őszinte válaszokat keresünk mindarra, ami történt – mondta. – A művészet segít a feldolgozásban és a megismerésben. Egy arc, egy kép, egy hangulat többet elmond a valóságról, mint ezernyi tankönyv. Főris Rita héber éneke után Karácsony Gergely polgármester azt hangsúlyozta, hogy „a civilizáció nem véd meg minket a barbárságtól. A civilizáció szövetét nap mint nap újra össze kell rakni, ha békében akarunk élni.”

Garay Klára, a Cserepesház ügyvezetője arra hívta fel a figyelmet, hogy a fővárosban Zuglóból hurcolták el a legtöbb zsidót.

(CsJ)



A kiállítás március közepéig látható a Zuglói Civil Házban

Molnár János-émlékverseny



A BVSC-Zugló Asztalitenisz Szakosztálya február 4–7. között rendezte meg a 21. Molnár János-émlékversenyt. A nemzetközi fiúutánpótlásversenyen 15 ország több mint 200 versenyzője állt asztalhoz.

A résztvevők a verseny harmadik napján hagyományosan gyertyás mementóval emlékeztek a névadóra, az 1995-ben, fiatalon, autóbalesetben elhunyt zuglói sportolóra. Az eseményen Karácsony Gergely, Zugló polgármestere is részt vett.

A megmérettetésre Horvátországból, Ír-

szágból, Izraelből és Katalóniából a kompplett válogatott érkezett. A zuglói sportolók közül a legjobb eredményt a KSI-s Terék Norbert, illetve a BVSC-s Bruckner Máté érte el. Terék Norbert a serdülők versenyét nyerte meg úgy, hogy a döntőben a BVSC-s András Csabát verte 3-2-re. Bruckner Máté az ifik között lett a legjobb, ahol András Csaba bronzérmes szerzett. Mellettük a szintén BVSC-s Juhász Márk U11-es és U12-es korosztályban is harmadik lett, míg a KSI-s Huzsvár Erik az U13-sok között lett bronzérmes. A legeredményesebb csapat címét 12 év után a BVSC-Zugló nyerte.

r.t.

Kibővültek a szakrendelések

Január óta obezitológiai és kardiometabolikus szakrendelésen is gyógyítják a betegeket a Zuglói Egészségügyi Szolgálat munkatársai. Az obezitológián – az Őrs vezér terén lévő szakrendelőben – a genetikai okok miatt elhízott pácienseket kezelik hétfőnként délután négy és hat óra között. A ZESZ orvosai szakmai kapcsolatban állnak a Magyar Obezitológiai és Mozgásterápiás Társasággal, ezért még hatékonyabban segíthetnek a betegeknek.

A kardiometabolikus szakrendelés a Hermina úton indul. Ott azokkal a szív- és érrendszeri panaszokkal küzdő páciensekkel foglalkoznak hétfőnként 13 órától 14 óráig, akiknek a gyógyszerektől nem javul az állapotuk, illetve alacsony marad a terhelhetőségük. A kardiológusokon kívül gyógytornász, dietetikus, pszichológus is segít a gyógyulásban.

Mindkét szakrendelésre beutaló szükséges. (pr)

Új aljegyzője van Zuglónak



A közelmúltban aljegyző nélkül maradt Zugló, mert a tisztséget betöltő Teimer Gábor egy másik munkahelyen magasabb beosztásba került. Az önkormányzat nyílt pályázatot írt ki a pozíció betöltésére, melyet Makranczi László nyert el. Hivatalát február 1-jétől tölti be.

– Eddigi pályafutásom során mindig a közigazgatásban dolgoztam – mondta a Borsod-Abaúj-Zemplén megyei Encsről származó Makranczi László. Hozzátette: pénzügyi alapképzettséggel rendelkezik. Az Államigazgatási Főiskolán 1985-ben szerzett diplomát igazgatásszervező szakon.

Tanulmányai után Baracsán helyezkedett el, ahol a községi tanács vb-titkára lett. A katonai szolgálatot követően Biatorbágyon folytatta pályafutását.

– Húsz évig voltam a település jegyzője – jegyezte meg Makranczi László.

2011-ben Telki önkormányzatának jegyzője lett, majd 2014-ben Százhalombattán vállalt állást, ahol területrendezéssel, beruházásokkal, iparpark- és városfejlesztéssel foglalkozott.

– Feleségem szintén a közigazgatásban dolgozik. A budaörsi önkormányzatnál az ügyvitelszervezési osztályt és az ügyfélszolgálatot vezeti – közölte az aljegyző.

Makranczi Lászlónak két felnőtt fia van, egyikük közigazdász, a másik közbeszerzési szakértő.

– A sport nagyon fontos része az életnek. Rendszeresen úszom és kerékpározom – nyilatkozta az aljegyző, aki mint mondta, erősen humán beállítottságú, a kultúra minden területe vonzó számára. Kedveli a színházat, a zenét és az irodalmat, de a képzőművészet is közel áll hozzá.

– Biatorbágyon lakom, ennek ellenére Budapestet és Zuglót is jól ismerem. A pályázat kapcsán alaposan felkészültem a kerületből, a jelentkezésem benyújtásában a vezetés összetétele és a városrész adottságai motiváltak – magyarázta Makranczi László, aki a jegyző szakmai munkájának segítése mellett abelső üzemelési osztály, az ügyfélszolgálati csoport és a hatósági osztály irányítását végzi.

– Zuglót sokrétű, sokszínű kerületnek látom, ahol hatalmas lehetőségek vannak – fejtette ki Makranczi. – Én ezek megvalósításához szeretnék a munkámmal hozzájárulni.

Papp D.

Zuglói Egészségmegőrző Modell – népegészségügyi program indul a kerületben

Összefogott Zugló Önkormányzata, a Zuglói Egészségügyi Szolgálat, az Uzsoki Utcai Kórház és egy egészségügyi eszközöket gyártó cég. Céljuk, hogy az itt lakók minél tudatosabban éljenek, tevékenyen részt vegyenek egészségük megőrzésében, és eljárjanak a szűrővizsgálatokra. A kerületben a keringési rendszer betegségei, valamint a daganatos és a légzőszervi betegségek miatt halnak meg a legtöbben, ezért ezekre kiemelt figyelmet fordítanak a programban részt vevő orvosok.

A közeljövőben induló internetes honlapon két tanácsadói felület is lesz. Egy gyógyszerésszel és Dr. Zuglóval is konzultálhatnak majd a program résztvevői.



A programról dr. Varga Péter, dr. Nagy András Csaba, Karácsony Gergely és dr. Révai Tamás tájékoztatta a háziorvosokat

A Zuglói Egészségmegőrző Modell (ZEM) stratégiai megállapodását 2015. augusztus 24-én írták alá. A háromszintű program első szakaszában minden jelentkezőnek ki kell töltenie két kérdőívet. A második lépésben ezekből kiderítik, hogy a páciens hajlamos-e valamilyen betegségre. Ha úgy állapítják meg az orvosok, hogy az adott jelentkezőnél magasabb a rizikófaktor, akkor őt folyamatosan ellenőrzik. A harmadik szint a konkrét panaszokkal küzdő páciensek kezelése. A modellben kiemelt szerepet szánunk a háziorvosoknak, akiknek többsége támogatja a kezdeményezést.

– Örülök ennek a programnak, hiszen nagyon fontos a megelőzés, de mindenekeelőtt szemlélet-, illetve életmódváltásra van szükség – jelentette ki dr. Kiss Irén, aki 43 éve dolgozik háziorvosként Zuglóban. – Prédikálhatok a betegeknek, hogy sétáljanak, kerékpározzanak, diétázzanak.

A rendelőben megígérik, hogy megfogadják a tanácsaimat, de végül nem változtatnak.

Élethosszig tartó modell

A stratégiai partnerek azt szeretnék, ha a gyerekektől a nyugdíjasokig mindenki részt venne a programban.

– Ez egy hiánypótló kezdeményezés. Azt gondoljuk, a prevenció akkor hatékony, ha egészen fiatal korban elkezdik – magyarázta dr. Nagy András Csaba, az Uzsoki Utcai Kórház kardiológiai osztályának főorvosa. – Ma Magyarországon nagyon sok az elhízott gyerek, belőlük később szív- és érrendszeri beteg lehet. Minél korábban rávezetjük őket a helyes életmódra, annál később lesznek panaszai. Az elmúlt 25 évben szinte semmi sem történt a megelőzés területén. Most egy olyan élethosszig tartó népegészségügyi modellt dolgozunk ki, amelynek keretein belül megismertetjük a zuglóiakkal az egészséges életmód elemeit.

Neten és papíron is jelentkezhetnek

Hamarosan elkészül a ZEM weboldala, ahol egy rövid regisztráció után két kérdőív segítségével kiszűrjük a közepes vagy magas rizikófaktorú jelentkezőket. A program kidolgozói azokra is gondoltak, akik

A program kidolgozói szigorúan betartják a hatályos adatvédelmi törvényeket. A regisztráltak adatait titkosan kezelik, azokat csak a betegek által meghatározott orvosok, hozzátartozók láthatják.

nem használnak internetet. A tervek szerint ők a háziorvosnál, gyógyszerterekben tölthetnék ki a papíralapú kérdőívet.

– Ez a modell alapját képező kockázatfelmérés. Az eredmények ismeretében emeljük a program kettes szintjére a betegeket: értesítjük a háziorvosokat, akik megteszik a szükséges lépéseket. Azokat, akiknél már megjelent valamilyen betegség, kiemelten gondozzuk, hosszú távon kezeljük – részletezte dr. Nagy András Csaba főorvos. – Zugló abban a szerencsés helyzetben van, hogy a kerületben remekül működik az alapellátás, a szakrendelés és a kórházi ellátás. Intézményünk számára szakmailag is nagyon fontos a ZEM, ezért álltunk a program élére. A Zuglói Egészségügyi Szolgálat koordináló szerepet tölt be a programban. Közvetít a háziorvosok, a szakrendelő és a kórház között. Az intézmény igazgató főorvosa, dr. Révai Tamás azt mondta, minden feltétel adott ahhoz, hogy a hatalmas összefogással létrejött, egyedülálló népegészségügyi modell segítségével megőrizzék a zuglóiak egészségét.

Automatikus mérőeszközök

Karácsony Gergely polgármester azt szeretné, ha a kerületben minden ember odafigyelne az egészségére, még akkor is, amikor nincsen panasza.

– A remekül működő Uzsoki-modellt is bevonjuk a rendszerbe, így a program országosan egyedülálló módon szűri majd ki a leggyakoribb betegségek miatt veszélyeztetett lakosokat – tette hozzá Karácsony. – Ez mindenki számára komoly lehetőségeket rejt. A program elindításához szükséges feltételek megteremtésére csaknem húszmillió forintot biztosít az önkormányzat.

– Ez egy mintaprogram is lehet. Ha beindul, akkor már hazai és uniós támogatásra is pályázhatunk, így akár még tovább is fejleszthetjük a modellt – folytatta a polgármester. – Ha jól működik a rendszer, az egészség tényleg az egészséges életmódról szól majd, nem pedig a betegségek kezeléséről. Ehhez azonban a zuglóiak közreműködésére is szükség van.

A ZEM működéséhez szükséges eszközöket (vérnyomás-, koleszterinszint-, vércukorszintmérő) az Omron-Promecom Kft. biztosítja. A tervek szerint ezek az egységcsomagok a kettes szinten lévő lakosokhoz kerülnek. A gépek pedig alkalmasak arra, hogy automatikusan továbbítsák a mért értékeket. Ehhez nem szükséges semmiféle otthoni számítógépes szoftver, az eszközök az orvosok által használt rendszerbe küldik az adatokat.

Potos Rita



Májustól szűrik a lisztérzékenységet a nagycsoportosoknál

Ájulás, rosszulétek, hasfájás, hasmenés, székrekedés, fogyás – néhány tünet, ami a lisztérzékenységre (gluténérzékenységre) utal. A betegségnek számos szövődménye lehet, ezért fontos a korai felismerés. A Zuglói Egészségmegőrző Modell első lépéseként a képviselő-testület ingyenes szűrővizsgálatot biztosít a kerületi nagycsoportos óvodások számára.

A Játékszín Óvodába négy lisztérzékeny gyerek jár. Étkezésükre kiemelten figyelnek, és a kicsik is tudják, mi az, amit mehetnek, és mi az, amit nem.

– Örülök a szűrésnek, mert nem mindig jut a szülők eszébe, hogy ez a betegség állhat gyermekük rosszulétei mögött – magyarázta Adamik Ildikó óvodavezető. – Ez egy nagyon jó lehetőség a zuglói családok számára.

Fanni sokszor elájult

Farkas Fanni 11 éves múlt, és bár az óvodában is voltak lisztérzékenységre utaló tünetei, csak 2013-ban diagnosztizálták nála a betegséget. A kislány élete akkor teljesen megváltozott.

– Amikor elmondták, mi a bajom, nagyon szomorú voltam. Nem ehettem azt, amit a többiek, az iskolában, a zsúrokon még egy ropit sem rágcshaltam el – mondta Fanni. – Nehéz volt átállni más ételekre. Régen nagyon szerettem a lángost, a palacsintát és a tejbegrízt, most már máshogy kell ezeket elkészíteni.

A 11 éves kislány szerint azonban jó oldala is van annak, hogy kiderült a betegsége: korábban sokszor elájult, de amióta gluténmentes élelmiszereket fogyaszt, ez megszűnt, és erősebb is lett. Ez azért is fontos, mert műkorcsolyázik, ahol lényeges a jó erőnlét. A helyes étrend hatására a növekedése is hirtelen megindult: míg Fanni korábban az utolsó előtti volt a tornasorban, ma már a közepénél áll. Mivel a betegség gyakran öröklődik, a kislány szüleit is megvizsgálták. Kiderült, hogy az édesanyja is beteg. A család élete a feje tetejére állt.

– A régi ételeink közül csak fehér kenyér és vaj van otthon, azokból is csak a férjem eszik – részletezte Hochstein Irén, az édesanya. – Nekünk arra is figyelniük kell, hogy ha megfogtuk a sima kenyeret, utána ne érjünk hozzá a gluténmenteshez, mert akkor



Farkas Fanni azt mondja, mióta életmódot váltott, jobb lett az erőnléte

A lisztérzékenyek szervezete nem tudja teljesen lebontani a glutént, ami a gabonák egyik összetevője. Ha valakinél nem diagnosztizálják időben a betegséget, elsorvadhat a vékonybélben lévő nyálkahártya, valamint a bélbolyhok, melyek a tápanyagok felszívódását biztosítják. A lisztérzékenységek két fajtája van. Az egyik autoimmun betegség, a másik pedig az, amikor valaki érzékeny a gluténra, de a tünetek nem olyan súlyosak.

már attól is rosszul leszünk a lányommal. Ha még az oviban kiderült volna Fanni betegsége, könnyebb lett volna az életmódváltás, ezért is örülök az önkormányzat szűrővizsgálatot támogató döntésének.

A fűszerek összetevőire is figyelni kell

Rozgonyi Zoltán alpolgármester családjának élete is megváltozott, amikor 2014-ben kiderült, kisfia lisztérzékeny. Bálint tízéves volt akkor, és csakúgy, mint Fanni esetében, eleinte azt gondolták, hogy a stressz, a szorongás miatt alakult ki a betegség. Bálint sápadt volt, étvágytalan, és folyamatosan fogyott.

– Szerencsére a diagnózis nem jelentett komoly megrázkódtatást a gyerekeknek – mondta lapunknak Rozgonyi Zoltán. – Eleinte sokszor elmondtuk neki, hogy ne egyen abból,

amivel megkínálják az osztálytársai, barátai. Most már ott tartunk, hogy a bulikban figyelnek rá, Bálint mit ehet, és mit nem.

Bár a családban senki más nem szenved a betegségben, mindenki nagyon odafigyel arra, hogy Bálint ételibe ne kerüljön glutén. Még a fűszerek összetevőit is elolvassák, és kiemelt figyelmet fordítanak a kirándulások, nyaralások megszervezésére, hiszen nem mindenhol kapni gluténmentes élelmiszert.

Egy csepp vérből kiszűrhető



Zugló képviselő-testülete egyhangúlag szavazta meg dr. Varga Péter előterjesztését, hogy ingyen biztosítsák a lisztérzékenységi szűrést az önkormányzati fenntartású óvodák nagycsoportosainak. – A vizsgálatot egy cég végzi majd, várhatóan májustól. A tapasztalatok alapján a szülők hatvan százaléka tölti ki a beleegyező nyilatkozatot. Keveset tudnak a betegségről, és nem is gondolják, hogy a látszólag egészséges gyerekük gluténérzékeny. Ennek a betegségnek olyan szövődményei lehetnek, mint a cukorbetegség, a pajzsmirigybetegség, a bőrképződés, dagados megbetegedések, csonttritkulás, vas- és kalciumhiány vagy a fejlődésben való visszamaradás, a nemi érés késése – magyarázta dr. Varga Péter, az egészségügyi bizottság elnöke. A vizsgálatot az óvónőkkel együttműködve egy mentőtiszt és egy védőnő végzi. Megszűrik a gyerekek ujjbegyét, és mindössze egy csepp vérből pár perc alatt kiszűrhető a betegség.

Ha egy gyerekről kiderül, hogy gluténérzékeny, tájékoztatják a szüleit, a pontos diagnózist pedig vérvétel és gasztroen-

terológiai vizsgálat után mondják ki. Élethosszig tartó diétával teljes értékű életet élhetnek a gyerekek. Ha betartják az előírásokat, tünetmentes lesz a betegség.

Az önkormányzat által biztosított összegből 1000 gyerek vizsgálatát végezhetik el. Ha a kerület fenntartásában lévő óvodákból nem jelentkeznek ennyien, akkor a magánóvodákba járó nagycsoportosok számára is felajánlják a lehetőséget. **Potos**

Emelt családi pótlék jár a lisztérzékeny gyerekek után, a beteg felnőtt pedig adóalapot csökkentő kedvezményre jogosult. Ennek összege idén havonta 5550 forint. A kedvezmény öt évre visszamenőleg igényelhető.



Kiránduláskor érdemes tiszta csomagolni, mert nem mindenhol lehet gluténmentes ételt kapni



Díjazták a civilek munkáját

Február 1-jén adták át a Zugló Civil Szervezete elnevezésű díjat, amit négy szervezet és egy magánszemély érdemelt ki. Az idén alapított Zuglói Civil Tanácsnok Elismerő Díjat pedig Molnár Zsuzsanna civil referens vehette át.

A Zugló Civil Szervezete elismerést az önkormányzati képviselők, az intézményvezetők és a civil szervezetek ajánlása alapján a képviselő-testület ítélte oda az 1956 Öröksége Alapítványnak, a Zuglói ILCO Egyesületnek, a Zuglói Kertbarátok Körének, a Zuglói Nyugdíjasok Egészségéért Sport Egyesületnek (ZNSE) és Sebők Erzsébetnek, aki 15 évig vezette a soltvadkerti tábort.

– Ez a díj dicsőség a csapatunknak – mondta Molnár Sándor, a Zuglói Kertbarátok Körének elnökhelyettese. – Arra törekszünk, hogy a kerület adottságait szem előtt tartva minél több családi kiskert legyen Zuglóban. Idén először megrendeztük a Kertünk kincsei elnevezésű programot, amely az óvodáskorú gyerekeknek szól. A kicsik játékos formában tanulhatták meg a kertészkedés alapjait, de narancs- és rózsalekvárt is kóstolhattak. Azt tervezzük, hogy hagyományt teremtünk a programmal, és egyre több óvodásnak mutatjuk be kertünk csodáit.

A tavaly tízéves fennállását ünneplő Zuglói Nyugdíjasok Egészségéért Sport Egyesület tagjai szinte mindig mozgásban vannak. A szervezet elnöke, Batáné Ruis Ilona lapunknak elmondta, a hét szakosztállyal működő egyesület nem kisebb célt tűzött ki idén, mint hogy Zugló két testvérvárosával, Alsórákossal és Csíkcsicsóval összefogva egy erdélyi körutazásra pályázzanak.

Az 1986-ban létrejött Zuglói ILCO Egyesület tagjai olyan emberek, akiket vastagbeldaganattal műtöttek, illetve sztómásakkal élnek. Rengeteg közös programot szerveznek, színházba járnak, kirándulnak, és bár tanácsokat is adnak egymásnak,

nem a betegséget állítják a középpontba. – Amikor először elmentem az egyesület foglalkozására, nagyon meglepődtem. Azt hittem, csupa elkeseredett sorstársal találkozom majd, de sok-sok vidám, nevetgélő embert ismertem meg – emlékezett vissza a csaknem harminc évvel ezelőtti benyomására Nagy Máténé, az egyesület tiszteletbeli elnöke.

Az 1956 Öröksége Alapítvány célja '56 eszmeiségének, történetének megőrzése és továbbadása. Az alapítványnak járó elismerést Szűcs Lászlóné elnök vette át. Hangsúlyozta, hatalmas öröm és nagy megbecsülés a díj, de szerinte az a korábbi vezető, Szécsi István munkáját dicséri, aki nagy lelkesedéssel vitte tovább 1956 eszmeiségét, a bajtársak emlékét.

A soltvadkerti tábornak nemcsak Zuglóban, de az egész országban nagy híre volt. Az intézményt 15 évig Sebők Erzsébet működtette.

– A civil szervezetek tagjaival is sokat kirándultunk, társasoztunk Soltvadkerten – elevenítette fel az emlékeit Sebők Erzsébet. – Azt sem felejttem el soha, amikor életemben először óvodásokat táboroztattam, és egyik este odajött hozzám egy picike lány. A haja két copfban volt, rám nézett, és megkérdezte, akkor most én vagyok-e a fő-fő-óó néni.

Sokacz Anikó civil és nemzetiségi tanácsnok idén létrehozta a Zuglói Civil Tanácsnok Elismerő Díjat is.

– Fontos, hogy elismerjük a kerületben működő szervezetek tevékenységét, de azokat is, akik magánemberként kimagasló, önzetlen, áldozatos munkát végeznek Zuglóért, a civilekért – mondta Sokacz Anikó.

– Nagyon jólesik, bár váratlanul ért az elismerés, hiszen az ember teszi a dolgát – nyilatkozta lapunknak Molnár Zsuzsanna civil referens, aki kiérdemelte az idén létrehozott díjat. – Meghallgatom a különböző szervezetek problémáit, odafigyelek rájuk, és segítek, ahol tudok.



Az ünnepségen a FourTunes Acapella szórakoztatta a közönséget

Szabó Rebeka alpolgármester ünnepi köszöntőjében kitért arra is, hogy a civil szervezetek közösséget teremtenek és építenek, hidat képezve a zuglóiak és a kerület vezetése között. Mint mondta, ezért nagyon fontos, hogy támogassák, megbecsüljék őket. – Zugló nagyon szerencsés helyzetben van, mert az egészségmegőrzéstől kezdve az állattartáson át a környezetvédelemig

szinte minden területet felölelnek a szervezeteink – magyarázta az alpolgármester. Az oklevéllel, plakettel és pénzjutalommal járó elismeréseket Szabó Rebeka, Sokacz Anikó és Tóth Csaba, Zugló MSZP-s országgyűlési képviselője adta át. A programon részt vett többek között Hajdu Flórián alpolgármester és Hevér László György önkormányzati képviselő is. **Potos Rita**



Molnár Zsuzsanna civil referens kapta a Zuglói Civil Tanácsnok Elismerő Díjat



A Zugló Civil Szervezete díjat átvették: Sebők Erzsébet, Batáné Ruis Ilona, Nagy Máténé, Szűcs Lászlóné és Molnár Sándor

A Puskás Ferenc Stadion metróállomás elfelejtett története

Az előző lapszámunkban útjára indított Zuglói séták keretében elsőként a lebontásra ítélt Petőfi Csarnok történetét eleveztük fel. Ezúttal a Puskás Ferenc Stadion metróállomáshoz látogattunk el, amelynek korábban Népstadion, majd Stadionok állomás volt a neve. A létesítményt 1950-ben szovjet mintára kezdték építeni, és a 2-es metró végállomásának szánták. Mire húsz évvel később elkészült, az eredeti tervektől eltérően szerepköre és kinézete is megváltozott.

Kontinensünk első földalatti vasútja 1896-ban kezdte meg működését Budapesten. A kisépítési üzembe helyezése után számos elképzelés született újabb metróvonalak létesítésére, azonban az építés megkezdéséig több mint ötven évet kellett várni.

Az első nekifutás

A kelet-nyugati irányú metróvonal (2-es metró) építéséről a minisztertanács 1950 szeptemberében határozott, amelyet – a szovjet példát követve – úgy kívántak kialakítani, hogy háború esetén lakossági atomóvóhelyként is funkcionálhasson.

A tervezést az Állami Mélyépítési Tervező Vállalaton belül létrehozott tervezőiroda 1949-ben kezdte meg. Az építkezés 1950-ben a Földalatti Vasút Vállalat égisze alatt az első ötéves terv legfontosabb beruházásaként indult. A megvalósításra 2,7 milliárd forintot szántak.

A szovjet instrukciók alapján folyó munka az ÁVH felügyelete mellett zajlott. A szakemberek világosan látták, hogy az építést kézi erővel nem lehet határidőre befejezni. A beígért fúrópajzs pedig nem érkezett meg a Szovjetunióból.

Nagy Imre miniszterelnökké történő kinevezése után a Minisztertanács gazdasági megfontolásból 1954 elején elrendelte az építés szüneteltetését, de a munkálatok – állagmegóvás címén – még év végéig folytatódtak. Ekkorra a beruházás 40 százalékkal készült el.

A Hungária körüti végállomás

A középperonos, négyvágányos, felszín alatti, Hungária körüti metróállomás terveit Nyiri István Ybl-díjas építész készítette el. A műtárgyat a két külső vágányra érkező gödöllői HÉV és a 2-es metró átszállóállomásának szánták. Az tervezték, hogy a HÉV-szerelvényeket majd a Keleti pályaudvar üzemi területén fordítják vissza. Ennek rámpáját az 1990-es évek végén a Kerepesi úti benzinkút építéskor számolták fel.

Az állomás függőleges falú munkagödörben épült, a négynyílású vasbeton szerkezetet a helyszínen készítették el. A földet három oszlopsorral támasztották alá, amelyek fedésére vörös márványt választottak. Az állomás keresztmetszete 30x7,5 méter lett. A végállomást Nyiri kétjáratosra tervezte. Ezek fölé két kupolával fedett, vörös márvány ablakkerettel ellátott, nagyméretű utascarnokot helyezett. Közéjük szabadtéri szökőkutat állított.

– Tízéves voltam, amikor a metrót elkezdték építeni. A Hungárián laktunk, sokszor elmentem az építkezés elé. Csak drótkerítéssel volt bekerítve, így be lehetett látni. Hatalmas gödröt ástak az állomásnak.



Az állomás peronjának látványterve



Építik a felszín alatti metróállomást

Emlékszem a két építményre, félgömböszerű teteje volt. Szerintem nem volt csúnya. Sokáig állt befejezetlenül, egyszer aztán elbontották, és ezeket a kockaépületeket rakták a helyükre – emlékezett vissza az állomás építésére Tollár Fodor Lajos nyugdíjas műszerész.

A pártvezetés az állomáson a népstadion sportesemények, illetve a HÉV-átszálló miatt rendkívüli utasforgalomra számított, ezért annak ideológiai alapú díszítésére rendkívüli hangsúly fektetett. Az épületben körplasztikákat, reliefeket, freskókat és mozaikképeket helyeztek el, amelyek a szocializmus nagyszerűségét, a honvédelem, a sport és a felszabadult élet szépségét hirdették.

A díszítőelemek elkészítésével a kor legnevesebb művészeit bízták meg. Buza Barna éremművésznek és Balázs István szobrászművésznek például a Szocialista honvédelem elnevezésű háromméteres kompozíciót kellett megalkotni, amelyet a zöld márvánnyal burkolt jegyváltócsarnok egyik lejárati oldalfalára szántak. Az épület díszítésén dolgozó szobrászok munkájának irányítását 1953-tól Medgyessy Ferenc kétszeres Kossuth-díjas szobrászművész végezte.

A nyugati kupolán körbefutó architráv 21 méter hosszú, Béke őrei című reliefsorozatának megvalósítására Ambrózy Sándor szobrász, restaurátor és Stöckert

Károly szobrász kapott megrendelést, ők a Magyar Néphadsereg életének jeleneit örökítették meg.

Az állomást két nagyméretű freskóval akarták díszíteni. Az erre kiírt pályázatot Bernáth Aurél kétszeres Kossuth-díjas festőművész és Szőnyi István Kossuth-díjas festőművész nyerte meg. Az egyenként 100 m²-es alkotást a belső lejárók pihenője fölé szánták. A felszín alatti peronon a sín párokat egymástól elválasztó pillérekre 18 darab 2,25x5,25 méteres mozaikkép felrakását tervezték. Ezek elkészítésére kilenc művészt, köztük Domanovszky Endre kétszeres Kossuth-díjas és Munkácsy-díjas festőt, Hincz Gyula festőt, Fónyi Géza Kossuth-díjas mozaikművészt, Kádár György Kossuth-díjas grafikust kértek fel. Az állomás keleti kupolája 1951 októberére, míg a nyugati 1952 augusztusára készült el.

Párthatározat a továbbépítésről

A 2-es metró befejezéséről 1959-ben az MSZMP VII. kongresszusa határozott. A kivitelezés 1964-ben kezdődött, ennek során a végállomást a Hungária körütről az Örs vezér terére helyezték át. Azt tervezték, hogy a megálló kihasználatlan vágányait később egy Kőbánya felőli szárnyvonalhoz csatolják. 1954-ben, a kivitelezés leállításakor az állomás 70 százalékos készenléti állapotban volt. A munkálatok újraindításakor megváltozott

szerepkörének megfelelően alakították át. Lebontották mindkét utascarnokot, helyükre a ma látható öt irodaépületet emelték. Ezek tervezése 1965-ben kezdődött. Az áttervezett állomás jellegtelen külsőt kapott, azonban felületeit értékes kőzetekkel vonták be. Az oszlopokat gercsei és süttöi édesvízi mészkővel, a padlózatot a Kola-félszigetről származó anortozittal burkolták.

Az Örs vezér tere–Deák tér közötti metrószakaszt Magyarország felszabadulásának 25. évfordulója alkalmából adták át. Az avatóünnepséget 1970. április 2-án a Népstadion állomáson tartották. Az eseményen Fock Jenő miniszterelnök vágta át a nemzetiszínű szalagot. A rendezvényen jelen volt többek között Sarlós István, a Fővárosi Tanács elnöke is. A vonalszakaszon a közlekedés másnap, április 3-án indult meg.

Az állomásnak az átadástól 2003-ig Népstadion, majd 2011-ig Stadionok, jelenleg pedig Puskás Ferenc Stadion a neve.

– Ha jól emlékszem, a teljes vonalat 1972 karácsonya körül adták át. Nagyon örültem neki, ugyanis Budán dolgoztam, a MOM-ban – mesélte Tollár Fodor Lajos. – A Népstadionnál felszálltam a metróra, épp csak belelapoztam a Népsportba, és máris a Délinél voltam. Addig az utazás naponta több órát vett igénybe.

Papp Dezső



A Béke őrei című reliefsorozat részlete

Zuglónak létfontosságú a parkolási rendszer bevezetése

Másfél hónap szünet után február 15-én kezdődik a parlament következő ülészsaka. Tóth Csabát, Zugló MSZP-s országgyűlési képviselőjét arról kérdeztük, milyen Zuglóval kapcsolatos törvények, előterjesztések várhatók. Tóth lapunknak arról is beszélt, hogy a kerületi képviselők politikai hozzáállásától függően miképp változhatnak a helyi fejlesztési lehetőségek.

– Milyen ügyek előkészítésével töltötte az elmúlt néhány hetet?

– A parlamenti ülészsakok közötti szünet nem azt jelenti, hogy az országgyűlési képviselőknek az alatt nincs dolguk. Már január elején megkezdtük az érdemi munkát. Mint a gazdasági bizottság alelnöke egy nagyon fontos konzultációra készültem. Február 2-án találkoztam az OECD (Gazdasági Együttműködési és Fejlesztési Szervezet) gazdaságot és fejlettséget vizsgáló bizottságának országtanulmányokért felelős vezetőjével, Alvaro Pereirával. Elkészítették a tagországokra vonatkozó gazdasági elemzéseket, és a hazánkkal kapcsolatos pontokat vitattuk meg. Ez alapján fogalmazzák meg májusban az ajánlásait, amiket mindenképpen érdemes figyelembe venni. Ez az elemzés határozza meg hazánk gazdaságának egész ideit, de kerületi szinten is lehet belőle következtetéseket levonni.

– Milyen észrevételeket tudna Zuglóban is hasznosítani?

– Az attól függ, hogyan alakul a helyi politikusok hozzáállása. Egyelőre azt látom, hogy a kerület az elmúlt másfél évet a papcsáki örökség súlya alatt nyögte, amitől nehéz megszabadulni. Ennek egy része, hogy az előző polgármester jobbkéze, Rozgonyi Zoltán ma is alpolgármester. Ő pedig, ahogy látom, kétarcú politikát folytat: a pártszempontokat próbálja érvényesíteni, nem a kerület érdekében politizál. Az utolsó testületi ülésen például egy Fidesz által országosan támogatott politikai nyilatkozatot akart megfogalmaztatni, ami nem önkormányzati feladat. A Zuglót érintő fejlesztések kérdésében ugyanakkor nem támogatja a polgármestert, sőt, úgy veszem észre, mindenáron próbálja megakadályozni az előrelépést. Az egyik legjobb példa erre, hogy frakciója legutóbb nem támogatta azt az előterjesztést sem, amely lezárta volna a fizetőparkolás bevezetéséhez szükséges jegykiadó automaták beszerzésére, szállítására és üzembe helyezésére vonatkozó közbeszerzési eljárás első szakaszát.

– **Több képviselő azt nem értette, hogy eredetileg a beruházás költségét egymilliárd forintban határozták meg, ám az illetékes bizottság mostanra 1,4 milliárd forintra becsülte. Az ellenszavazatoknak nem a költségemelkedés volt az oka?**

– Az egy álvita volt, nem emelkedett semmi. Az a baj, hogy a képviselők sokszor felkészületlenül mennek el az ülésekre. Ezáltal például nem tudtak különbséget tenni a közbeszerzés becsült értéke, a fedezet értéke és a beruházási célokban feltüntetett költségek között. Három külön fogalom, amiket összemostak, összekeverték. Úgy azonban nehéz vitatkozni, ha az érintettek nem néznek utána a részleteknek.

– **A fizetős parkolási rendszernek már-**



– **cius 1-jére üzembe kellene állnia, a legutóbbi szavazás változtat a határidőn?**

– Szerencsére a közbeszerzési eljárás ettől függetlenül nem állt le. Tavaly a testület arról határozott, hogy a közbeszerzés két szakaszos, nyílt eljárásban történjen meg. Az első, úgynevezett részvételi szakaszban megvizsgálják a pályázaton indulni szándékozó vállalkozásokat, hogy műszakilag, pénzügyileg megfelelnek-e a kiírásnak. Amelyik igen, csak az tud majd részt venni a második, ajánlattételi szakaszban. Az első szakasz már le is zajlott. A zuglói rendszer kiépítésére három piaci szereplő jelentkezett, de az egyik már a részvételi szakaszban kizárta magát, mert a felszólítás ellenére sem pótolta a hiányzó dokumentumokat. A testületnek most abban a kérdésben kellett volna döntnie, hogy kinek volt joga dönteni a szakasz lezárásáról, a testületnek vagy az illetékes bizottságnak. A képviselők azonban teljesen másról, a valójában meg sem emelkedett, félreértett költségről vitatkoztak, ezért az első szakasz lezárásáról végül nem határoztak. Márpedig a beruházás folytatásához legelőször erre van szükség. A határidők már biztosan csúsznak pár hónapot. Ez egyrészt sérti a közbeszerzési törvényt, így nagy valószínűséggel bírságot kap az önkormányzat. Másrészt amíg nem valósul meg a fejlesztés, rengeteg bevételről esik el a kerület. Havi 80-100 millió forintról beszélünk.

– **Ez mennyiben befolyásolja a most készülő költségvetést?**

– A bevételek közé már tavaly is beterveztük azt az összeget, amelyre a parkolási díjból számítottunk. 2016-ban is muszáj számolni vele, mert ez az egyik alapja a fejlesztéseknek. Parkolási bevételek híján az előző évben kevesebb forrás jutott beruházásokra, ami – valljuk be – meg is látszik a kerület állapotán. Ahhoz, hogy Zugló fej-

módosítottuk a szerződést. Bekerült egy fontos pont, miszerint december végéig megszületik az önkormányzat és a fejlesztő közötti megállapodás, hogy milyen feltételek mellett, milyen ütemben épül meg Zugló új közigazgatási központja. A polgármester nem tájékoztatott arról, hogy ez ne történt volna meg. Én tehát úgy tudom, van egy érvényes szerződés, amíg azt nem bontja fel valaki, addig azt kell alapnak tekinteni. A szerződésmódosításban egyébként rögzítettünk különböző, százezeres nagyságrendű kötbérigényeket is. Így abban az esetben, ha nem valósul meg a fejlesztés, a kerület érvényesítheti a követelését. Egy esetleges terület-visszavásárláshoz több milliárd forint szabad forrásra lenne szükség. Én viszont nem tudok arról, hogy Zugló rendelkezne ezzel.

– **A Thököly úti gyorsvillamos kialakítását támogatta a parlamentben, de a másik érintett kerület lakói tiltakoznak ellene. Így is megkezdik a munkálatokat?**

– Az újjalotai gyorsvillamos kormányzati beruházás, és több szakaszban valósul meg. Számunkra az a fontos, hogy a Keleti pályaudvar és a Bosnyák tér közötti közlekedést felgyorsítsa. Azzal, hogy a metrót nem hozták ki Zuglóig, nagy hátrány érte a kerületet, hiszen eltűnt számos, a földalattihoz kapcsolódó fejlesztési lehetőség. A gyorsvillamos még orvosolhatja ezt a helyzetet, ráadásul a kötött pályának köszönhetően csökkentheti a felszíni dugókat is. Tavaly kiírták a közbeszerzést, készülnek a tervek, úgyhogy szerintem határidőre, 2019-re be is fejeződhet a munka. Mivel alapvetően fejlesztéspárti vagyok, ezért ezt a beruházást is támogattam.

– **A Városliget felújítása kapcsán éppen azt nehezményezte, hogy nem kérdezték meg az embereket, és a munkálatokkal járó felfordulást is hátrányként említette. Ebben az esetben ezeket nem látja problémának?**

– A Liget-projekt nem pár ezer, hanem több százezer ember hétköznapiját érinti. Én hiszek a ligeti népszavazásban, mellette pedig azt gondolom, hogy a Thököly úti fejlesztéssel mindenki jól jár. A villamos szükségességét mindenki átérzi, aki naponta ott áll a dugóban. Budán, a fonódó kialakításával járó munkálatok is másfél-két évig megkeserítették az emberek életét, de most, hogy elkészült, már mindenkinek tetszik. A Városligetnél sem azt mondtuk, hogy ne épüljön semmi. Csupán azt szeretnénk, ha nem épületekkel zsúfolnák tele a területet, hanem arra törekednének, hogy még élvezhetőbbé tegyék a ligetet, megőrizve annak közparkjellegét. Ennek elérésére minden energiánkat bevetjük.

– **A következő parlamenti ülészsakban lesznek Zuglót érintő előterjesztések?**

– Nagyjából már látjuk, hogy a közeljövőben milyen törvények kerülnek a parlament elé, de azok egyike sem kapcsolódik Zugló életéhez. Éppen ezért a már biztosan megvalósuló beruházásokat kell a megfelelő mederbe terelni. A gyorsvillamoson és a Városligeten kívül még egy kormányzati projekt érinti a kerületet. Az új Puskás Ferenc Stadion építése. Utóbbi miatt is fontos a fizetős parkolóövezetek kialakítása, ugyanis egy-egy nagy rendezvény áldatlan állapotokat teremthet a környéken.

Forrai-Kiss Krisztina

lődjön, több bevétel kell. Aki nem támogatja a bevételek növelésére irányuló előterjesztéseket, annak nem fontos Zugló fejlődése. A Fidesz-frakció pedig nem csak a parkolási övezetekkel kapcsolatos folyamatot akasztotta meg. A Rákosfalva park felújítására benyújtott, átdolgozott javaslatot sem támogatták, pedig a kampányban büszkén hirdették az említett terület szebbé tételét. Szerencsére megvalósul a fejlesztés, mert a józan többség igennel szavazott.

– **Ígérték, hogy új bérházak, lakások épülnek a kerületben, az a beruházás hol tart?**

– Szintén a legutolsó ülésen került a testület elé az az előterjesztés, ami az önkormányzati üres telkek fejlesztéséről szólt. Azokon épülnének ugyanis olyan új ingatlanok, amelyekben az önkormányzat és a piaci vásárlók is kapnának lakásokat. Rozgonyi Zoltán frakciója ezt sem támogatta. Mindent leszavaznak, ami ingatlanfejlesztéssel kapcsolatos előterjesztés, ők azt mondják, nem kell több lakás a kerületbe. A kormány kiterjesztette a csokot (családi otthonteremtési kedvezmény), amitől mindenhol azt várják, hogy az építőipar meglódul, a helyi vállalkozók munkához jutnak. Ha a Fidesz ellene megy minden olyan elképzelésnek, amitől elindulhatna a lakásépítési program, a zuglói családok nem tudják majd igénybe venni az otthonteremtési kedvezményt. Valószínűleg a következő testületin is lesz ingatlanfejlesztési előterjesztés, reméljük, a jobboldali frakció változtat a hozzáállásán.

– **Tavaly azt mondta, soha ilyen közel nem volt a Mundo megvalósítása, nemrég azonban megjelent a sajtóban, hogy a beruházó visszalépett. Mi lesz a területtel?**

– Nekem nincs tudomásom arról, hogy a beruházó kifarolt volna. Tavaly nyáron

Hétvégenként színpadra lépnek az istvános tanárok

A Szent István Gimnáziumban néhány éve megalakult tanári zenekar, a The Teach Boys alapjai a karácsonyi közös gitározásokhoz, a tanáriban nőnap alkalmából előadott dalokhoz, illetve a tiszapüspöki táborúezésekhez köthetők. A 2012-es szülői alapítványi bálon is felléptek néhány számmal a zenélni tudó pedagógusok, és az első koncert sikerén felbuzdulva a folytatás mellett döntöttek. Ettől kezdve The Teach Boys néven játszanak a diákok előtt.



A Vasárnapi iskola című lemez után újabb albummal készül a The Teach Boys

A zenekar tagjai: Bóka Gábor (billentyűk), Hermes Zoltán (cajón, szájharmónika, ritmushangszerek, ének), Kovács Péter (akusztikus és elektromos gitár, ének), Lehr-Balló Máté (mandolin, cajón, akusztikus gitár, ének), Szecsódi Tamás Leó (elektromos gitár, ének) és Tuba László (basszusgitár). Eleinte többnyire iskolai ren-

dezvényeken, iskolanapokon, szülői bálkon, öregdiák-találkozón, évnyitó mókán, jótékonyági koncerten játszottak, majd az intézmény falain kívül is felléptek a diákok által kedvelt helyeken, mint a BackStage Pub, a Dürer Kert, illetve a városligeti Kertem. Az együttes idén újra komoly koncertre készül. A tervek szerint április 16-án ismét egy népszerű szórakozóhelyen lépnek fel. Első kislemezük, a három dalból álló Vasárnapi iskola nagy sikert aratott a diákok körében, akik már nagyon várják az újabb zenei anyagot. A tanári zenekar több új dallal rendelkezik, amelyeket hamarosan stúdióban is rögzítenek.

A The Teach Boys rendkívül népszerű a Szent István Gimnáziumban. Nem csoda, hisz azok a pedagógusok, akik délelőtt kelő szigorral és komolysággal oktatják a diákokat, délután vagy hétvégeken többek között Punnany Massif-számokat játszanak.

Riersch Tamás

Emlékmúzeumot alakítanak ki az iskola alapítójának, Varga Mártonnak



A Varga Márton Kertészeti és Földmérési Szakképző Iskola idén ünnepeli fennállásának 90. évfordulóját. A tantestület rendhagyó programokkal szeretné emlékeztetni a jubileumot.

– Az idei tanév mottóját Morus Tamástól kölcsönöztük – árulta el Pintér Karolina. – Így hangzik: „A hagyomány nem a hamu őrzése, hanem a láng továbbadása.” Ezzel az idézettel törekvéseinket szeretnénk szemléltetni. Az intézményt az 1906-ban kialakított 16 hektáros kertészet helyén alapította a székesfőváros akkori főkertésze, Varga Márton. Az iskola 1926-ban nyitotta meg a kapuit, akkor még a Mogyoródi út–Kövérlajos utca sarkán. Eleinte csak kertésztanoncokat képeztek, fokozatosan emelkedett középiskolai rangra az intézmény. Az iskola helye, illetve a tan gazdaság mérete a szomszédos lakótelep építése miatt változott. A rendszerváltás előtt Asztalos János nevét viselte az intézmény. Kovács Andrea egykori diák, jelenleg óraadó tanár kertészmérnökként diplomázott, és a szakdolgozatát Varga Márton munkásságából írta. Innen jött az ötlete, hogy a rendszerváltás után az alapító nevét

vegye fel az intézmény. A Varga Márton Kertészeti Szakképző Iskola 1972-től földmérési és térképész, 2008-tól pedig környezetvédelmi szakkal egészült ki.

– A szakmai megmérettetéseken diákjaink rendre az élményben végeznek. A parképítő versenyeken az első 15 helyezett közül 8-10 tanuló tőlünk való – mondta Pintér Karolina. A diákok nagy része a kerületi általános iskolákból érkezik. A kertész-pedagógusai

gyakran tartanak rendhagyó természetismereti órákat a japánkertben, a kaktuszházban, a vakok kertjében vagy az üvegházban. A zuglói szakképző iskola (leendő szakgimnázium) a Virágzó Zugló programban is részt vesz. A jubileumi év egy műhelymunkával kezdődött a japánkertben, amit különleges hangulatú dzsesszkoncert követett. A következő hetekben a tanulók megismerkedhetnek a pedagógusok iskolatörténeti kutatásaival, majd

következnek a hagyományos programok: a Tavasz virágnap (április 16–17-én), a Múzeumok Éjszakája és a Kulturális Örökség Napjai. Mindháromat a 90. évforduló jegyében szervezik meg. Az év fő rendezvénye a Varga Márton-gálaest lesz novemberben. Az iskolában kialakítanak egy Varga Márton-émlékmúzeumot, és Négy évszak a japánkertben címmel dokumentumfilm is készül arra az alkalomra.

R.T.



A diákok a Virágzó Zugló programban is részt vesznek

Szülői tájékoztató

Játékos előkészítő foglalkozásokat tart a Horvát Általános Iskola (1144 Budapest, Kántorné sétány 1–3.) a leendő elsősöknek és szüleiknek. Az érdeklődőket keddenként várják: február 16-án, 23-án és március 1-jén, mindhárom alkalommal 16.30–17.15 óra között. A foglalkozásokon a szülők és a gyerekek az alsó tagozatos tanítónőkkel ismerkedhetnek meg. Az iskola két nyílt órát is tart majd március 10-én.

Az előkészítőkre, illetve a nyílt órákra telefonon (+36 1 220 9381) vagy e-mailben (horvatiskola.bp@horvat.sulinet.hu) lehet jelentkezni.

Felülvizsgálták, hol van szükség szelektívtartályokra

Az elmúlt években folyamatosan csökkent a szelektív hulladékgyűjtők száma Zuglóban. A Fővárosi Közterület-fenntartó Zrt. ezt azzal indokolta, hogy időközben bevezették a házhoz menő szelektív gyűjtést, ami feleslegessé tette a korábbi tartályok többségét.

Zuglóban 2010 környékén még 68 szelektív hulladékgyűjtő pont volt, 2013-ra ez a szám 48-ra csökkent.

– Úgy vélem, a szigetek megszüntetése 2013 előtt sokszor átgondolatlanul történt – mondta Barabás Ferenc kerületgondnok. – Tapasztalataim szerint a közterületi szelektív hulladékgyűjtésre sok helyen

még mindig van lakossági igény. Tavaly ősszel Szabó Rebeka alpolgármesterrel, valamint a Polgármesteri Hivatal, a Zuglói Zrt. és az FKF Zrt. képviselőivel, szakembereivel felülvizsgáltuk a helyzetet, és több változást is kezdeményeztünk.

Hét meglévő gyűjtőpontot megszüntettek, a Kacsóh Pongrác út és a Rá-

kospatak utca sarkán viszont indokoltan találták a már korábban felszámolt szelektív hulladékgyűjtő edények visszahelyezését. Ezenkívül szinte minden helyszínen megmaradtak az üvegyűjtő tartályok, mert a háznál történő szelektív gyűjtésnél az üveges hulladék szelektálása még nem megoldott. A Vezér út–Egry utca sarkán az üvegyűjtő tartályokat meg is duplázták.

– A Csömöri út és a Cinkotai út sarkán egy másik pontra helyeztettük át a szelektívtartályokat, mert a korábbi helyükön az ürítés akadályozta a forgalmat – magyarázta Barabás Ferenc, és hozzátette, a tavalyi év végi átalakítással még nem zárult le a folyamat. A lakosságtól érkező véleményeket folyamatosan értékelik, és várhatóan néhány változást még kezdeményeznek azok alapján.

– A megszüntetést vagy az újratelepítést minden esetben komoly vizsgálatok előzik meg – mondta a kerületgondnok. – Nézzük egyrészt az adott tartályok kihasználtságát. Arra is törekszünk, hogy a kerületi gyűjtőedényeket lehetőleg csak zuglóiak vegyék igénybe. Másrészt figyeljük, mely gyűjtőpontoknál találunk illegálisan lerakott háztartási hulladékokat vagy lomot.

Zuglóban jelenleg 40 szelektív hulladékgyűjtő pont található, ám az átalakítások miatt ezek többsége már csak az üvegek tárolására alkalmas.

Riersch



Az üvegyűjtő konténerek szinte mindenhol megmaradtak, a Vezér út–Egry utca sarkán meg is duplázták azok számát



Zuglói Cserepes
Kulturális Non-profit Kft.

PROGRAMJAINK



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



Cserepesház

1144 Budapest, Vezér út, 28/b
T: 363-26-56 | www.cserepesahaz.hu

MAGYAR TÁNC HÁZ GYEREKEKNEK - APRÓK TÁNCA
10.00-11.00 kézműves foglalkozás
11.00-12.00 tánc ház
Február 14-én - Tyűkültetés napja
Február 21-én - Jégtörő Mátyás
Közreműködik a Mező együttes
Belépő: 500 Ft/fő

ÚJ! HANGVARÁZS KONCERTEK

Február 20-án 16.00 órától
POÉZIS EGYÜTTES
- megzenésített gyerekversek
ZENE, JÁTÉK, ÖRÖM
- családi, zenés foglalkozás Szedlacsek Katalin zenepedagógussal
HANGSZERKÉSZÍTÉS
- kézműves foglalkozás Somody Beáta iparművész vezetésével
Belépő: 1.300 Ft/fő, kultúrkuponnal 800 Ft/fő

MESESZÍNHÁZ - A RÚT KISKACSA

az Ametiszt Bábszínház zenés bábjátéka
Március 6-án 10.00 órától
Belépő: 900 Ft/fő, mely elővetelben is megvásárolható.

FILMKLUB - MINDENÜTT IDEGEN

- dokumentumfilm /58 perc/ (2007)
Február 19-én 19.00 órától
Rendező: Katona Zsuzsa
Vendégünk: Bognár Kata a Menedék Egyesület munkatársa és egy MEGLEPETÉS
A vetítés után Katona Zsuzsa dokumentumfilm rendező - klubvezető beszélget a vendégekkel
Belépő: 500 Ft/fő, kultúrkuponnal 300 Ft/fő

OLVASÓ CSAJOK KLUBJA

Irányított beszélgetés könyvekről - kötetlenül, csak nőknek!
Nemcsak klasszikusoktól, nemcsak „kékharisnyáknak”
Február 24-én 18.00-22.00 óráig
Belépődíj: 200 Ft/alkalom

ÚJ! TAI CHI

Hétfőn és szerdán 11.00-12.00 óráig

ZUGLÓI SMOOTH JAZZ KLUB PESTI SIKK

Február 26-án 19.30 órától
Belépő: 1.000 Ft / fő
A program a Nemzeti Kulturális Alap támogatásával valósul meg.



ÚJ! MESEMONDÓ MŰHELY

Kismamáknak, nagymamáknak, egyedül vagy 0-3 éves babákkal
Csütörtökönként 10.00-10.45 óráig

SZEREZZEN ÚJ LENDÜLETET JÓGÁVAL

Klasszikus jóga-foglalkozások
Szerdánként 10.00-11.30 óráig

PILATES

Hétfő 9.00-10.00 óráig
Szerda 10.00-11.00 óráig

SZÁMÍTÓGÉP KEZELÉS NYUGDÍJASOKNAK

Alapvető számítástechnikai, szövegszerkesztési, táblázatkezelési ismeretek, internet



Lipták Villa

1146 Budapest, Hermina út 3
T: 220-67-77, 06/70-675-6393 | www.liptakvilla.hu

GASZTRO VILLA

Február 12-én, 19.00 órától
„Húshagyott” falatok; helyben készítve, téli borokkal
Borászokkal és művészekkel színesített estek, különleges borokkal és azokhoz párosított étekkel.

LIPTÁK PÓDIUM

Február 13-án, 19.00 órától
Kállai R. Gábor: A vámkisasszony Monodrámája
Játssza: Czifra Krisztina
Március 19-én, 19.00 órától
Rusz Milán: Jávor Pali utolsó mulatása
Játsszák: Benkő Péter és Rusz Milán

LIPTÁK GALÉRIA

Március 9-én, 18.00 órától
ZUGLÓTÓL DÉL-ALFÖLDIG
Ókrós András grafikus, festőművész olajkiállítás
A kiállítás megtekinthető április 11-ig

CSALÁDI VASÁR NAP

Február 14-én, 10.00 órától
Máté Angi: Volt egyszer egy...
Az Aranyznamár Színház és a Kabóca Bábszínház előadása
Az előadást kézműves foglalkozás követi
Belépő: 900 Ft/fő, családi kedvezmény: 2.700 Ft/4 fő

Március 6-án, 10.00 órától

Bohócvárás
A Szép Ernő Színház előadása
Az előadást kézműves foglalkozás követi
Belépő: 900 Ft/fő, családi kedvezmény: 2.700 Ft/4 fő

Jegyek kaphatók elővetelben a nagyobb jegyirodáknak és a Lipták Villában, illetve a helyszínen az előadás előtt!

BABA-MAMA KLUB

SZÜLÉSRE FELKÉSZÍTÉS - beszélgetés a védőnővel
Február 24-én 10.15-12.15 óráig
Részvételi díj: 500 Ft/alkalom

OVIS ROCKY KEZDŐKNEK

Kedd 16.00-16.50 óráig
OVIS KYOKUSHIN KARATE
Kedd és péntek 18.00-19.0 óráig

BORKABINET

Csütörtök 18.00-19.30 óráig
FELNŐTT BALETT
Hétfő 16.50-17.50 óráig

CAPOEIRA

Hétfő és szerda 16.00-16.50 óráig
NŐI TORNA MINDENKINEK
Kedd és péntek 17.00-17.50 óráig



Zuglói Civil Ház

1144 Budapest, Csertő park 12.
T: 789-23-97799-90-67 | www.zugloicivilhaz.hu

VÁLLALKOZÓK FÓRUMA

Zuglói vállalkozókat érintő aktuális kérdések
Február 11-én 17.00-19.00 óráig

ARCÉLEK - Beszélgetés

PETRIK MÁRTA MAGDOLNA reiki mesterrel
Február 18-án 18.00-20.00 óráig

BARLANG BÜVÖS HANGJA

- a Korhinta színház előadása gyermekeknek
Február 19-én 10.00-12.00 óráig
Belépő: 700 Ft

TÁRSASJÁTÉK NEW YORKBAN

Az Élesszín előadása
Február 20-án 16.00-18.00
Belépő: 2.500 Ft,
nyugdíjasoknak és diákoknak: 1.500 Ft
(korlátozott számban)



Zuglói Ifjúsági Centrum

1145 Budapest, Újpesti út 57
T: 251-19-10 | www.zic.hu

FOTÓPÁLYÁZAT a Nemzetközi Klíma Nap alkalmából:
„IDEÁLIS KLÍMA ZUGLÓBAN OBJEKTÍV SZEMMEL”
című pályázatunkra fotókat várunk a
fotopalyazat@zic.hu e-mail címre.
Részletek: 06/70 673-86-96,
info.zic@cserepeskft.hu.

ÍRÓ-OLVASÓ TALÁLKOZÓ

- Mechler Anna ifjúsági író
és Hajba László illusztrátor
Február 24-én 14.30-15.30 óráig

CSOCSÓBAJNOKSÁG

Március 4-én 11.30-16.00 óráig
Két fős csapatok jelentkezését várjuk a zuglói középiskolából a
referens.zic@cserepeskft.hu email címre.

ÖNISMERETI INTERAKTÍV MŰHELY

Február 22-én 17.30-19.00 óráig
Belépődíj: 500 Ft/Fő
Kultúrkuponnal: 300 Ft/Fő

A programokra előzetes jelentkezés szükséges!

Sikeres évet zárt a Zuglói Filharmónia



Záborszky Kálmán karnagy, művészeti vezető elmondta, tavaly hatvankilenc koncertet adtak

A Zuglói Filharmónia a hagyományos bemutatón túl tavaly több új kezdeményezéssel is várta a komolyzene iránt érdeklődőket. Nagy közönségsikere volt a szokásos bérletprogramnak, az újdonságnak számító Téli bérlet sorozatnak és az Újévi koncertnek, valamint a fiataloknak szóló Felfedezőúton című előadásoknak.

– Az elmúlt évben 69 koncertet adtunk. Ezek között voltak már hagyományosnak

számító előadások, mint a Gaudeamus-, a Stephanus-, a Pastorale-sorozat vagy éppen a Tézene, illetve a nyugdíjasoknak szóló Teakoncertek, de új műsorokkal is szolgáltunk – nyilatkozta Záborszky Kálmán karnagy, a Zuglói Filharmónia művészeti vezetője. – Előadásaik iránt nem csak az idősebbek, a fiatalok körében is nagy az érdeklődés. A Magyar Táncművészeti Főiskola közreműködésével megtartott, Felfedezőúton elnevezésű zenés, táncos, vetített képekkel illusztrált koncertsorozatunkon csaknem hatezer diák vett részt.

A Filharmónia új kezdeményezéseinek egyike a Téli bérlet, amelynek előadásait a Pesti Vigadó dísztermében tartják. A változatos program során a hallgatóság Haydn-tól Britten-ig bebarangolhatja a 18–20. század zeneirodalmát.

– Szintén újdonságunk a Művészetek Palotájában megrendezett Újévi koncertünk, amelyen Bernstein, Gershwin és Holst műveivel léptünk a közönség elé – sorolta a művészeti vezető.

A Filharmónia bérleten kívüli meglepetésként mutatta be Horváth Gábor ve-

zényletével Bizet Carmen című operáját, amelyen a 68 tagú zenekar mellett 10 szólista, 80 tagú oratóriumkórus és 45 tagú gyerekkórus működött közre. Ezenkívül felléptek a Tavasz Fesztivál nyitónapján a Mátyás-templomban, illetve nyáron a Vajdahunyad várában.

– Minden koncertünkre nagyon odafigyelünk, hogy a lehető legjobban sikerüljön. Különösen eredményesek a gyermek- és ifjúsági hangversenyek, ezért rendkívül közel áll hozzánk a Felfedezőúton és a Pastorale-sorozat – fejtette ki Záborszky Kálmán, és hozzátette: a zene iránt érdeklődő, 10–18 év közötti fiataloknak szóló ifjúsági hangversenyek mindig rövid zenei betétekből állnak, táncokkal kísérve. A műsorvezető, Solymosi Tari Emőke filmvetítéssel és képekkel illusztrálja az elhangzottakat.

A Zuglói Filharmónia előadásain rendszeresen fellépnek a hazai komolyzenei élet kiemelkedő képviselői. Az elmúlt időszakban megfordult koncertjeiken vendégművészként többek között Kocsis Zoltán zongoraművész, Kossuth- és Liszt-díjas karmester, Baráti Kristóf Kossuth- és Liszt-díjas hegedűművész, valamint Schöck Atala operaénekesnő.

– A 2016-os programstruktúránk sokban hasonlít az elmúlt évihez – mondta az idei tervekről Záborszky Kálmán. – A hagyományos előadásaink mellett tervezzük filmzenekonzertet, nagyhéten és mindenszenteztek pedig előadjuk a Requiemet. Fellépünk a Tavasz Fesztiválon is. Itt a Pécsi Balett előadásában bemutatásra kerülő, Dubrovay László Faust, az elkárhozott című darabjához szolgáltatjuk a zenét **PD**

A Zuglói Filharmónia próbajátékot hirdet csellisták számára, melyet 2016. március 31-én 16.00 órától tartanak a Zuglói Zeneház Nagytermében. A zenekari állások kottái átvehetőek a Zuglói Zeneházban (1145 Budapest, Columbus u. 11.) a kottatárban, illetve a titkárságon minden hétköznap 8.00–16.00 között. A jelentkezéseket szakmai önéletrajz kíséretében a fenti címen személyesen vagy postai úton, valamint e-mailben az info@zugloifilharmonia.hu címre várják.

Rejtélyes jelek után kutat a Muzsikás frontembere

Hamar Dániel, a WOMEX-, Kossuth- és Liszt Ferenc-díjas Muzsikás együttes Zuglóban élő frontembere civilben geofizikus-úrkutató. Foglalkozásából adódóan többször járt már kedvenc országában, Indiában. Januárban ott ünnepelte 65. születésnapját is. Idén azonban még több utazás vár rá, ugyanis a Muzsikás együttesel világkörüli turnéra készülnek.

Hamar Dániel éppen egy napon született a Himnusszal. A jeles dátumot, január 22-ét 1989-ben a magyar kultúra napjává nyilvánították. Az ilyenkor szokásos Muzsikás-koncert azonban idén elmaradt, mert a frontember – feleségével együtt – Indiában töltötte az év első hónapját.

– India mindig is a kedvenc országom volt – mondta a zenész. – Már gyerekként sokat álmodoztam róla, köszönhetően A dzsungel könyve, a Riki tiki tévi és a 80 nap alatt a Föld körül című könyvek. Először a nyolcvanas évek végén jártam ott, egy zenei fesztiválon szerepeltünk a Muzsikással. Voltunk Delhi-ben, Kalkuttában, Bombayben és Púnában, de mindenhol testőrök vigyáztak ránk. Kint létünk alatt ugyanis több robbantás is történt Bombayben.

Az azóta eltelt 30 évben Hamar Dániel többször is megfordult Indiában. Egyrészt munkahelye, az ELTE TTK képviselőjeként, másrészt magánemberként.

– Az ELTE TTK geofizikus-úrkutatójaként a Föld körüli térség, az úgynevezett magnetoszféra kutatásával foglalkozom. Ez az



Hamar Dániel (jobb szélén) civilben geofizikus-úrkutató

a közeg, amely leginkább meghatározza földi létünket, hiszen az összes – éltető és káros – hatás ezen keresztül ér el bennünket. Egyik legismertebb szakmunkám is ehhez kapcsolódik: több kollégámmal az úgynevezett „whistler” jelenséget vizsgáljuk, azaz azt, mi okozhatja, hogy a széles-sávú rádiójeleket időnként egy-egy elnyújtott, füttyszerű hang zavarja meg. Sokáig

úgy vélekedtek, ez egy idegen civilizáció jeladása, ám bebizonyosodott, a magyarázat sokkal prózaibb: a Föld túlsó felén keletkezett villámok rádióhullámokat indítanak el, amelyek a magnetoszférán keresztül terjedve a bolygó innerső oldalán éles hangokat okoznak.

A 43 évvel ezelőtt alakult Muzsikás együttesre is nagy feladatok várnak

idén. Sanghajtól kezdve Wimbledon keresztül Torontóig sok helyre hívták őket. Folytatódik a filharmóniai sorozat is évi negyven koncerttel, illetve a rendhagyó énekórák évente hatvan iskolában. Hamarosán elkészül az a zenei mű is, amely a Muzsikásra és egy szimfonikus zenekarra íródik.

Riersch Tamás

Lépésről lépésre fejlődik a rákgyógyítás

Genetikai hibák kombinációja okozza a daganatos megbetegedést, amit ha időben diagnosztizálnak, ma már jó eséllyel gyógyítható. A tudományos módszerek alkalmazása és az orvosi felügyelet azonban nélkülözhetetlen.

– Azt tettem, amit az orvos mondott, eszembe sem jutott visszautasítani a kemoterápiát. Kihullott a hajam, émelyegtem, sokszor voltam rosszul, de megérte – mondta Ágnes, akit 2012-ben hasi panaszok miatt vizsgálták ki, végül petefészekrákot diagnosztizáltak nála. Megműtötték, túlelt hat kemoterápiás kezelésen, majd visszament dolgozni, ma pedig már nyugdíjas. – Azt javasolom mindenkinek, hogy járjon el a terápiára, és ha valamilyen szert, vitamint szeretne mellé bevenni, akkor szedje, de csak úgy, hogy szól róla az orvosnak. Én immunerősítőt vettem.

Ágnes, aki tagja a Magyar Rákellenes Liga Zuglói Alapszervezetének, úgy véli, a család után a közösség is meghatározó szerepet játszik a gyógyulásban.

Hasonlóan gondolja Ilcsik Józsefné is, aki szintén tagja a zuglói szervezetnek. Irénke férje tavaly halt meg rákban, ő maga pedig a szervezet aktív tagja. Sokat kirándulnak, nem gondolnak arra, hogy betegek. Ezenkívül havonta egyszer találkoznak a Hermina úti szakrendelőben, ahol tájékoztató előadásokon, tanácsadásokon vehetnek részt.

– Az a dolgunk, hogy javítsuk az életminőséget. Sokan jönnek el, ha pszichológust hívunk, vagy ha arról beszélgetünk, hogy milyen ételek, milyen mozgástípusok tesznek jót a daganatos betegeknek – magyarázta Füzy Mártonné, a Magyar Rákellenes Liga Zuglói Alapszervezetének elnöke.

– A szakmai előadásokra kevésbé kíváncsiak a tagjaink, mert így is sokat járnak orvosokhoz, nem akarnak még szabadidejükben is a betegségükről beszélni.



A gyógyuláshoz mindenképpen szükség van orvosi kezelésre

Ezért inkább színházba járunk, sétálunk, kirándulunk. Tavaly nagy segítség volt, hogy kétszázezer forint támogatást kaptunk az önkormányzattól, amiből el tudtunk menni négy napra Sümegre.

A daganatos betegségek gyógyításában lépésről lépésre halad előre az orvostudomány. A rák kialakulásában 350-400 gén játszik szerepet, ezért bonyolult és összetett probléma a betegség kezelése.

A kóros genetikai kód miatt eltűnik a sejt születésekor betáplált időzített sejtihalál, emiatt a sejt kontrollálatlanul szaporodik. Ebből alakul ki a daganat. Az áttétek képződésének mechanizmusa még most sem tisztázott, ráadásul azok viselkedése eltérhet az elsődleges daganatétól. A gyógyulás esélye

akkor a legnagyobb, ha korai stádiumban veszik észre. A betegek hatvan százaléka a sebészi beavatkozástól, húsz százaléka a kemoterápiától, sugárterápiától, szintén húsz százaléka ezek kombinációjától gyógyul meg.

– Oktalanság elutasítani a kemoterápiát. Kétségtelen, hogy vannak mellékhatásai, de ezek elhanyagolhatók ahhoz képest, hogy a mérleg másik serpenyőjében a gyógyulás van – magyarázta dr. Landherr László, az Uzsoki Utcai Kórház onkoradiológiai osztályának főorvosa. – Sok torz és rosszindulatú hír kering a kezeléssel kapcsolatban, ezért fontos, hogy ha bárkiben kétség merül fel, akkor azt beszélje meg az orvosával, mert ahány ember, annyi daganat, annyi féle kemoterápiás gyógyszer, különböző mellékhatásokkal, amiket mindenki másképpen visel.

Dr. Landherr László azt is elmondta, a molekuláris diagnosztikának köszönhetően tudják, hogy bizonyos típusú daganatok milyen gyógyszerre reagálnak. Ennek köszönhetően személyre szabott, célzott kezelést választhatnak. Hangsúlyozta, egyetlen klinikai vizsgálat sem bizonyította, hogy a betegég csupán lelki traumák miatt alakul ki. A főorvos nem hisz a spontán gyógyulásban és az alternatív szerekben. Mint fogalmazott, olyan még nem volt, hogy valaki orvosi kezelés nélkül gyógyult volna meg.

Potos Rita



Az első rákellenes világtalálkozást 2000. február 4-én tartották Párizsban. A résztvevők aláírták a Párizsi Chartát, ami világméretű összefogásra szólítja fel az embereket. Ennek emlékére február 4-ét rákellenes világnappá nyilvánította a kongresszus.

AZ ÉN TÖRTÉNETEM...

„A férjemmel és az unokákkal gyakran jártunk sétálni. Idővel egyre nehezebben értettem meg őket a zajos utcán, és sokszor a fejükhöz is vágtam, hogy motyognak. Eltávolodtunk egymástól, mert már nem tudtam részt venni a beszélgetésekben. Örülök, hogy ez mára megváltozott.”

V. Marika, 67 éves



TALÁN AZ ÖNÉ IS?

Ha magára vagy szeretteire ismer, látogasson el hallásvizsgálónkba!

AJÁNDÉKOZZA A HALLÁS ÉLMÉNYÉT!

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

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

AJÁNDÉK KÉZMELEGÍTŐ*

* Az akció a készlet erejéig, maximum március 11-ig tart. Az ajándék feltétele a díjmentes hallásvizsgálóra való részvétel és a hirdetés felmutatása.

Victofon
A HALLÁS SZAKÉRTŐJE



ZUGLÓI EGÉSZSÉGMEGŐRZŐ MODELL

Egészségklub indul!

A Zuglói Egészségmegőrző Modell részeként klubot indítunk, ahol a cukorbetegség és a magas vérnyomás megelőzése lesz a fő téma.



Dr. Bárdos György

Első alkalommal a stresszről fogunk beszélgetni **Dr. Bárdos György** egyetemi tanárral, az ELTE PPK Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézetéből. Arról lehet majd faggatni, hogy milyen következményei vannak a stressznek, mi az esélye, hogy krónikus betegségek alakulnak ki a tartós stressz hatására, és főleg, hogy hogyan lehet káros stressz nélkül élni.

Teával várunk minden érdeklődőt **február 24-én, szerdán 17:30 órakor a Zuglói Ifjúsági Centrumban (Uzsoki u. 57.)**

További információ: www.zem.zuglo.hu

Az FBI-tól tanult a zuglói helyszínelő

Az NCIS vagy A párizsi helyszínelők című televíziós sorozata a bűnügyi technikusokra irányította a figyelmet. A filmekben bemutatott rendőri munka ugyan jelentősen eltér a valóságtól, utánanéztünk, hogyan dolgoznak a kerületi szakemberek. Bujdosó Elek Zsolt zuglói rendőr őrnagy az ország egyik legtapasztaltabb helyszínelője.

– Az érettségi után vámkezelőként, majd az NSZK-ban építőipari szakmunkásként dolgoztam, miután hazajöttem, műtősként helyezkedtem el a kardiológiai intézetben – kezdte történetét Bujdosó Elek Zsolt, akinek nemrég Pintér Sándor belügyminiszter adott át jutalmat közel harmincéves munkájának elismerésül. – Szívmotoros technikusként akartam tanulni, de erre csak külföldön lett volna lehetőségem. Egy darabig vártam, majd bevoztam katonának, ahonnan a kiképzést követően átmentem a rendőrséghez. Ez 1987 őszén történt.

Bujdosó Elek Zsolt 1988-ban Zuglóban kezdte rendőri pályafutását. Egy évig járőr volt, ám éppen akkoriban kezdték újraszervezni a bűnügyi technikai területet, amelyre ő is jelentkezett. A Rendőrtisztviselői Főiskolán elvégzett három hónapos tanfolyam után az FBI magyarországi képzésén is részt vett, 2002-ben pedig a Pécsi Tudományegyetemen matematika-fizika tanári képzést szerzett. Sosem tanított, mint ahogy a röplabdaedzőség sem volt perspektíva számára, pedig 21 éven keresztül űzte ezt a sportot. Maradt bűnügyi technikus.

– A sorozatokban látottak csak részben hasonlítanak a munkánkra. A mi dolgunk a rabosítás, a fotózás, ujjlenyomatok és DNS-minta vétele, de természetesen a bűncselekmények helyszínén is mi rögzítjük



a nyomokat – magyarázta a zuglói helyszínelő. 1997. január 30-án az Ajtósi Dürer sor és a Dózsa György út sarkán lévő kínai étteremből érkezett bejelentés, amelyre Bujdosó Elek Zsoltot és egy rendőrtársát vezényelték ki. A két egyenruhásnak először egy másik helyszínre kellett mennie, ezért

későn érkeztek az étterembe. Az egyik mosdóban valaki kézigránát helyezte el, és a tulajdonos egyik rokona – a mellékhelyiség ajtajának kinyitásával – működésbe hozta azt. A két halálos áldozattal járó esetben Bujdosó Elek Zsolt helyszínelte.

Riersch Tamás

Rendőrségi hírek

Elájult a tolvaj

Január 23-án az egyik kerületi bevásárlóközpontban elájult az egyik látogató. A 42 éves férfi esés közben beverte a fejét a hűtőpult sarkába, és a seb erősen vérezni kezdett. Az alkalmazottak és a vásárlók is a sérült segítségére siettek. Közben felállították a földről, a nadrágjának zsebéből öt darab értékes parfüm esett ki. A férfi nem tudta megmagyarázni, hogy került hozzá a drága árucikkek, ám az üzlet biztonsági kamerái mindent rögzítettek.

Lebukott, mert visszatért

Három fiatalember január 27-én 16 óra körül az egyik Francia út melletti zajvédő falat graffitizte éppen, amikor megállt mellettük egy rendőrautó. A fiúk három irányba kezdtek menekülni, egyikük egészen a közelben lévő munkahelyéig szaladt. Miután megnyugodott, visszatért a helyszínre, mert autóját a Francia úton hagyta. Pechére még a rendőrök is ott voltak. Igazoltatták, majd a járművét is átvizsgálták, amiben festékszóró spray-ket, illetve graffitimintákat találtak.

Ügyetlen bűnözők

Január 28-án egy tankolni szándékozó férfi figyelt fel a Róna utcai töltőállomás közelében egy bűncselekményre. Két férfi egy ott parkoló kisteherautót tört fel, a jármű rakedőteréből pedig elloptak egy mosógépet. A háztartási eszközt nem messze elejtették. A két tolvaj észrevette a szemtanút, ezért menekülni kezdtek. Ám ezt is ügyetlenül tették, mert közben át akartak futni a Róna utca túloldalára, egyiküket elütötte a trolis. Őt a rendőrök elfogták, társa ellen pedig körözést adtak ki.

Jó színészek, de rossz szándékkal közelednek

A zuglói rendőrök elfogtak egy férfit, aki rovarirtónak kiadva magát több tucat embert károsított meg. Társasházakba csengetett be, és az ott lakóktól előleget vett fel a munkálataikra, amelyeket aztán sosem végzett el. A közelmúltban önkormányzati alkalmazottnak álcázott család is járta a kerületet, ezért a hivatal óvatosságra inti a zuglói lakosokat.

Január 29-én délelőtt, nem sokkal 10 óra előtt az egyik zuglói járőr a Nagy Lajos király útjának egyik házában, a hátsó bejáratnál egy gyanús férfit figyelt fel. A fekete sapkát és kabátot viselő ember a rendőrök láttára futni kezdett. A járőrök a Pákozdi téren érték utol, és igazoltatták. A férfinél nem volt fényképes dokumentum, a ruhájában azonban 16 darab, rovarirtásról szóló áfás számlát találtak. A számlákon minden esetben 3000 forint előleg szerepelt. Mint kiderült, a férfi húsz évvel korábban rovarirtási vállalkozóként dolgozott, majd festőnek állt. Utóbbi vállalkozása azonban nem volt sikeres, ezért inkább csalni kezdett. Régi számlakönyvével járta a házakat, és rovarirtást ajánlott a lakóknak. Minden esetben kisebb összeget vett fel előlegként, a munkát azonban sosem

végezte el. Októberben egy VII. kerületi vállalkozót, novemberben egy V. kerületi kávézót, januárban pedig több VII. kerületi lakástulajdonost károsított így meg. Zuglói elfogásakor elismerte, a Nagy Lajos király útjai háza is e célból akart bejutni. A férfi bevallotta, szándékosan kereste azokat a társasházakat, ahol sokan laknak, mert egy-egy ilyen épületben rövid időn belül több embert is be tudott csapni. Így tett korábban az Adria sétányon, a Pillangó utcában, az Ond vezér útján és az Őrs vezér tere környékén is.

– A férfi szakembernek tűnt, olyanokat tudott például az ágyi poloskáról, amit a laikusok azonnal elhittek – mondta az egyik sértett. Az elfogott férfiről feltételezhető, hogy a fentieknél jóval több embert megkárosított. Ennek vizsgálata folyamatban van. Nagy Sándor rendőr főhadnagytól, a zuglói kapitányság sajtóreferensétől megtudtuk, a fenti ügy meglehetősen ritka eset. A trükkös elkövetők inkább a sértettek hozzátartozójának adják ki magukat, s arra hivatkozva, hogy nagy bajban vannak, nagyobb összeget csalnak ki az áldozatoktól. Mostanában az önkormányzatot is többször felhasználták a csalásokhoz. Az elkövetők önkormányzati alkalmazottnak kiadva magukat hívják fel



A trükkös tolvajok mostanában önkormányzati alkalmazottnak adják ki magukat (illusztráció)

a gyanútlan áldozatokat, akiknek étkezési utalványt ígérnek. Az ehhez szükséges nyomtatvány kitöltésének ürügyével jutnak be a lakásokba, majd elterelik az idősek figyelmét, és meglopják őket. Éppen ezért nagyon fontos tudni, hogy a zuglói

önkormányzat a különböző juttatásokról szóló dokumentumokat sosem viszi hához. Minden kérelmet a Polgármesteri Hivatal ügyfélszolgálatán kell benyújtani, és a döntésről a hivatal mindig tértivevényes levélben értesíti a kérelmezőket. **R.T.**

Szolgáltatás

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

DUGULÁS ELHÁRÍTÁS, VÍZ-, KÖZPONTI fűtesszerelés, ázások, csőtörések megszüntetése. Mosdók, WC tartályok cseréje. Ingyenes kiszállás. Tel: 402-4330, 06-20-491-5089 2016 EGÉSZ ÉVES

ÜVEGEZÉSI AJTÓK, ABLAKOK, erkélyek, kirakatok üvegezése. Zuhanykabinok, üvegfalak, hőszigetelő üvegek beépítése. Gyorsan, tisztán, pontosan! Nagy Miklós Tel.: 06-30-2664-666

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

ABLAK JAVÍTÁS!
www.ajablakdoktor.hu 22 éve vállalom kedvező áron ablakok, ajtók javítását, illesztését, zárok cseréjét, festését, hőszigetelő üvegezését és szigetelését 1 év garanciával. Felmérés díjtalan.
Horváth Ákos Tel: 06-70-550-0269

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

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

MINŐSÉGI MUNKÁVAL KEDVEZŐ áron vállalunk: víz-, fűtesszerelést, szoba-festést, mázolást, tapétázást, kőműves burkoló munkákat, parkettázást. ZUGLÓI MEGRENDELŐKNEK, NYUGDÍJASOKNAK KEDVEZMÉNY! Tel: 06-30-9524-725

ÜVEGEZÉS minden fajtája a helyszínen is. Hagyományos ablakok hőszigetelő üvegre való átalakítása, utólagos szigetelése. BIZTONSÁGI hő és fényvédő fóliázás. RÉSSZELLŐZŐK készítése gáz engedélyhez. Tel.: 06-20-956-7241

DUGULÁS ELHÁRÍTÁS! Azonnal is! 40 éves szakmai gyakorlattal, profi gépekkel. Vívezetékcsere. Társasházaknak, zuglói lakosoknak nagy kedvezmény. Zuglói víz-, gáz-, fűtesszerelés és lefolyószervíz. Tel: 06-1-363-3272, 06-30-951-7849

ZÁRSZERVÍZ VÁLLAL ASZTALOS munkát: ajtó- ablakillesztést, zárszerelést, kűszöbkészítést, szigetelést, mázolást, pántok, zsanérok cseréjét! Szigeti László, Tel: 251-9483, 06-20-381-6703

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

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

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

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

FÜRDŐSZOBÁK, KONYHÁK FELJÚJÍTÁSA, átalakítás! Csempeburkolás, kőművesmunkák, vízszelzés, villanyszerelés! Teljes lakásfelújítás! Anyagbeszerzéssel, határidőre, garanciával! www.burkolomester.hu Tel.: 06-20-961-6153

GYAKORLOTT fodrász, idős hölgyek és urak hajvá-

FESTÉST, MÁZOLÁST, BURKOLÁST, parkettázást, kisebb asztalosmunkát és tetőjavítást vállalom, nyugdíjasoknak kedvezményrel. Takarítással és bútormozgatással. Tel: 06-30-422-1739

gását vállalja háznál. HÍVJON BIZALOMMAL! Tel.: 06-30-952-7363

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

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

VILLANYSZERELÉS, hibaelhárítás, kaputelefon telepítés, beléptető, sík- mágnesek szerelése, villanytűzhely, bojlerjavítás, vízkötelenítés, VÍZVEZETÉK-, VÍZORÁSZERELÉS, vízóracsere. Tel: 260-48-70, 06-20-979-0624

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

KÁDFELJÚJÍTÁS! NE CSERÉLJE LE régi kádját, a bon-tás árának töredékeért felújítjuk. www.kad-felujitas.hu Keressen minket a facebookon is: Kád-felújítás. Tel.: 06-20-529-4180

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

FESTÉS-MÁZOLÁS, BURKOLÁS, parkettázás, kőműves munkák. Pontos munka, kedvező árakkal. Tel: 06-30-315-93-64

LAKÁS FELJÚJÍTÁS! SZOBAFESTÉS, TAPÉTÁZÁS, MÁZOLÁS, PARKETTALERAKÁS, parkettajavítás, parkettacsiszolás, vízszelzés, csempezés, villanyszerelés, ajtó-ablakcsere, kőműves-, lakatos- és asztalosmunkák, takarítás garanciával. Tel: 202-2505, 06-30-251-3800

KERT-TELEKRENDEZÉS! Metszés, permetezés, fávágás, gyepesítés, térkövezés, kerítésépítés, reális áron. www.telekrendezes.hu. Tel: 06-1-781-4021, Mobil: 06-20-259-63-19

ÉPÜLET FELJÚJÍTÁS! Épületek teljes körű felújítása, térkö, homlokzatszigetelés, kőműves munkák, tetőjavítás, belső munkák, INGYENES ÁRAJÁNLAT! Tel: 06-1-781-4021, Mobil: 06-20-259-63-19

ASZTALOSMUNKÁK vállalása! Egyedi elképzelések megvalósítása! Ajtók, ablakok helyszíni javítása, passzí-tása, bútorok készítése, összeszerelése, zárok cseréje. Tel: 06-70-512-9743

Redőny, relaxa

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

REDŐNYÖS MUNKÁK, gurtni csere, rövid határidővel! Redőny, relaxa, harmonika ajtó, szúnyogháló, szalagfüggöny-készítés, javítás. Tel: 410-7924, 06-20-934-57-28

Oktatás

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

Gyógynövény-ismereti tanfolyam indul a Cserepesházban 2016 március elejétől!
Témakörök: legfontosabb vadon termő gyógynövényeink, gyűjtésük, hatóanyagaik, élettani hatásai és felhasználási lehetőségeik sok ötlettel, recepttel.
Érdeklődni a Cserepesházban vagy a gyogynovenysuli@gmail.com e-mail címen lehet!

Egészség, életmód

GYÓGYPEDIKÚR! MANIKÚR, BENÓTTKÖRÖM, tyúkszem eltávolítása, cukorbeteg lábak kezelése. Házhoz megyek! Hétköznap és hétvégén! Ajándékutalvány vásárolható! Tel: 06-30-319-1178

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

SZÉPÜLJ ZUGLÓBAN! Kosmetikai és luxus arckezelések professzionális termékekkel, most 1500 Ft kedvezményrel a hirdetés felmutatójának! Kövér Lajos utca 13. Tel: 06-30-353-8856

Jármű

AUTÓFELVÁSÁRLÁS KÉSZPÉNZFIZETÉSSEL, ADÁS-VÉTELI szerződéssel. (roncs autót is) Házhöz megyünk, hétfévégén is, ingyenes kiszállással! Tel: 06-30-253-2248

Számítógép

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

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

Régiség

ALMÁSI KATALIN VÁSÁROL értékbecsléssel legmagasabb áron bútorokat, festményeket, dísztárgyakat, porcelánokat, csillárt, hangszert, órákat, könyveket, csipkét, bizsukat, borostyánokat, kitüntetéset, írógépet, varrógépet, rádiót, tv-t, szőrmét, hagyatékot. Díjtalan kiszállással! Tel.: 06-20-597-8280

ANTIKVÁRIUMUNK VÁSÁROL régi és új könyveket, papír régiségeket-plakát, képeslap, térkép-CD-eket, hanglemezeket, DVD-eket. Kézpénzért. Tel.: 06-20-922-0001, 266-3277.

19-20. SZÁZADI magyar és régi külföldi festmények, műtárgyak vétele kézpénzért. Díjmentes értékbecslés. Tel: 06-30-949-29-00 Email: nemes.gyula@nemesgaleria.hu; NEMES GALÉRIA: 1024 Szilágyi Erzsébet fasor 3.

VEZÉR ANTIKVIKÁTÁSI helyszínen kézpénzért vásárolunk antik és modern festményeket, bútorokat, ezüst tárgyakat, kerámiákat: Gorka Géza, Kovács Margit, keleti tárgyakat, régi üvegeket, borostyánokat, katonai kitüntetéseteket. Herendi, Zsolnai, Meise-ni. Teljes hagyatékot. Képeslapokat, könyveket stb. XIV., Vezér út 148-150.; Tel.: 06-20-807-2906; 06-70-398-8851

Egyéb

EMLÉKMÉNTÉSI! Régi, törött, kopott fotók felújítása, átalakítása. Negatívok, videók, mozifilmek digitalizálása. Tarjánfő, 1145 Thököly út 150., Nyitva: 10-18h. Tel: 363-1170

ELADÓ Hebras írógép, Halina és Fuji FÉNYKÉPEZŐGÉP, MASSZIROZÓ-, felmosó-, porszívó gépek, kerámiák, bizsuk, lemezek, legó autók. Tel: 06-20-6140962.

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

ZUGLÓI KORI

A BOSNYÁK TÉREN

2016. február 28-ig



FEBRUÁR 14.
14:00 Gyerekek a jégen
15:00 Palinta Társulat

FEBRUÁR 21.
14:00 Gyerekek a jégen
15:00 Akropolis Compania

FEBRUÁR 28.
14:00 Gyerekek a jégen
15:00 A furfangos csizmadia – Tallián Mariann és Lázár Balázs színművészek előadása

A programot támogatja:  Budapest Fővárosi Önkormányzat, Zuglói Önkormányzat

 Zuglói Önkormányzat

 KNPK

 Zuglói Közösségsegély Alapítvány

 Zuglói Lapok

A pályát támogatja:  Zuglói Városgazdasági Közszolgálati Zrt.

A program szervezője:  Zuglói Cserepes Kultúra Non-profit Kft.

Védnök: **Tóth Csaba** országgyűlési képviselő

Hajdu Flórián alpolgármester

ÜLŐGARNITÚRÁK, SAROKGARNITÚRÁK KÉSZÍTÉSE MÉRETTRE, AUTÓKÁRPITOZÁS, ÁTHÚZÁS, JAVÍTÁS, RESTAURÁLÁS, TERVEZÉS.

06-70-5323-987 IL-VIPAG KFT. 1142. Ungvár u. 64-66.

www.butorokmeretre.hu

Bográcsozni hívják a szomszédokat

A Zuglói Sport- és Rendezvényszervező Non-profit Kft. 2012. május 21-én jött létre, de az utóbbi egy évben vált igazán ismertté a helyi lakosok körében. A tavaly januárban hivatalba lépett ügyvezető, Bátki László nem csak a már futó programokat színesítette, számtalan újdonságot is kitalált. Tavaly először volt például közösségi kerítésfestés, rendhagyó testnevelésóra és ötkarikás beszélgetés. Idén a szomszédünnepet is bevezetik.

– **Elégedett a Sport Kft. tavalyi teljesítményével?**

– 2015 a fejlődés, a fejlesztés és a sikerek éve volt. A hagyományos programjainkat megújítottuk, és új rendezvényeket is létrehoztunk. Kibővítettük szolgáltatásainkat a lakosság felé. Honlapunk tavaly júniusban indult, már most 350 ezernél jár a látogatottsága. Minden zuglói sporttal és rendezvénnyel kapcsolatos információ megtalálható rajta. Most készülünk megjelentetni az iskolai és a versenysport-egyesületeket, de a nyugdíjasoknak szóló lehetőségeket is hamarosan összegyűjtjük. Átnéztük a gazdálkodásunkat, és miután több helyen tudtunk spórolni, fejlesztettük az eszközparkunkat. Pingpongasztalokat, labdákat, sátrakat és padgarnitúrákat vásároltunk a telephelyekre. A Mogyoródi útra és a Kövér Lajos utcai pályára egy-egy defibrillátort is beszereztünk.

– **Melyik volt a legsikeresebb programjuk?**

– A nyári napközis tábor ugyan régi feladatunk, de mind időtartamában, mind programkínálatában megújítottuk. Nyolc helyett tíz héten át vártuk a gyerekeket. Az elmúlt években a tábor programjai között voltak fizetős és nem fizetős lehetőségek. Tavaly minden program ingyenes volt, így az összes táborozó eljutott a Medveparkba, az Elevenparkba és az állatkertbe is. Idén szeretnénk még tovább színesíteni a programkínálatot,



és célunk, hogy növeljük a részt vevő gyerekek aktivitását, egymás közti kommunikációját. Újdonságunk volt az interaktivitás is, mindennap fényképes élménybeszámolókat tettünk közzé a táborról.

– **Honnan jött az ötlet, hogy legyen zuglói szomszédünnep?**

– A Gasztrofesztivál sikerén felbuzdulva jutott eszembe. A lakótelepeken élőknek nincs lehetőségük szabadtéri főzőcskézésre, ráadásul az egy házban lakók alig ismerik egymást. A tavaszi I. Zuglói Szomszédünnepen megismerkedhetnek, barátságokat köthetnek, és finomakat ehetnek. Mindehhez mi biztosítjuk a helyszínt, a sátrakat, a padokat.

– **Milyen rendezvények lesznek még idén?**

– A hagyományos programokon kívül – mint a Sportfesztivál, a Kihívás napja, a Gasztrofesztivál, a Zugló Kupa vagy a nyári tábor – megismételjük a kerítésfestést is a Varga Zoltán Sporttelepen. Ta-

valy indítottuk el az ötkarikás beszélgetéseket, amelyekre híres sportolókat hívtunk meg. Ezt a havonta jelentkező programot szintén folytatjuk, a Zuglói Civil Ház mellett a Lipták Villában is. Továbbra is megszervezzük a tavaly november óta futó rendhagyó testnevelésórákat, amelyekre szintén neves sportolókat hívtunk meg. A Hajós Alfréd iskolában Szabó Gabriella, az Álmos Vezér iskolában Szász Emese, a Német Imre iskolában Kasza Róbert tartott már élménybeszámolót a diákoknak. Célunk, hogy a gyerekek róluk vegyenek példát.

– **A Mogyoródi úti sportpálya is tovább épül?**

– Jelenleg 15 sportágat lehet a Mogyoródi úti pályán üzni. Tavaly számos sport- és játzóeszközt (kosárlabdát, tollast, ping-pongütőt, rollert, kerékpárt, frizbit) helyeztünk ki, amelyeket személyigazolvány felmutatása ellenében bárki kölcsönözhet. Tervezünk oda egy nagy hirdetőablát,

amelyre minden rendezvényt és kerületi sportolási lehetőséget kifüggesztünk. A Mogyoródi úti sportpavilon közbeszerzését a napokban írják alá, nyár végére az is megépülhet. Lesznek kulturált vécék, zuhanyzók, öltözők, zárható szekrények és egy tükrös klubszoba is.

– **Nemrég a kft.-hez került a soltvackerti tábor üzemeltetése, ott terveznek változást?**

– Arra törekszünk, hogy az ott eltöltött idő változatosabban teljen a gyerekeknek. Lesznek új programok, és tematikus – természetjáró, kézműves, kerékpáros, színjátszós – heteket is bevezetünk. Célunk, hogy növeljük a tábor kihasználtságát. A gyerekeken kívül felnőtteket, civil szervezeteket, esetleg céges csapatokat is várunk oda. Évről évre szeretnénk meghosszabbítani az üzemelési időt. A végső cél, hogy egész évben használható legyen a tábor, de ahhoz a fűtést és a vizesblokkokat is fejleszteni kell. **Forrai-Kiss Krisztina**

Verhetetlen a BVSC 13 éves pingpongozója

Az idei Molnár János-émlékverseny legeredményesebb versenyzője, **András Csaba** idén debütált az NB I-ben. A BVSC-Zugló második csapatában az első fordulóban mind az öt mérkőzését megnyerte, és már 16 mérkőzés óta tart a veretlenségi szériája. A hetedik osztályos, 13 éves sportoló már a felnőttmezőnyben is megállja a helyét.

András Csaba hatévesen a Malév SC-ben kezdett pingpongozni. A nevelőedzője Varga László volt. 2012-ben, az akkori Molnár János-émlékverseny után igazolt a Szőnyi útra, ahol előbb Kriston Zsolt foglalkozott vele, az elmúlt másfél évben pedig már egy ötfős szakmai team – Tokaji Sándor, Molnár Krisztián, Jakab János, Marsi Márton és Lipovics Gyula – edzi a tehetséges sportolót.

– Csaba egy rendkívül szorgalmas és céltudatos versenyző – mondta Herendi Iván, a BVSC-Zugló Asztalitenisz Szakosztályának vezetője. – Olyan fiú, aki él-hal a pingpongról, ha nem edz vagy versenyez, akkor a számítógépen a sztárok játékát nézi, megpróbál tőlük is ellesni valamit.

Csaba tavaly 14 aranyérmet szerzett. Többek között 1 arany- és 3 ezüstérmet nyert a korosztályos országos bajnokságokon, amivel már hatszoros magyar bajnoknak

vallhatja magát. Emellett 2015 őszén veretlenül nyerte a sportág legjobbait felvonultató újonc és serdülő Top 12-t is. Idén a BVSC asztalitenisz-csarnokában rendezett Budapest-bajnokságon két aranyat szerzett, a Molnár János-émlékversenyen pedig ezüstérmes lett.

(riersch)



András Csaba tavaly 14 aranyérmet szerzett

APRÓHIRDETÉS DÍJTÁBLÁZAT

Alap	Kiemelt	KEDVEZMÉNYEK:
15 szóig	15 szóig	5-10 megjelenés 10% 11-15 megjelenés 15% 16-22 megjelenés 20%
2000 Ft + áfa	4000 Ft + áfa	
15 szó felett	15 szó felett	
szavanként	szavanként	Apróhirdetés-felvétel:(XIV. Pétervárad utca 3.) hétfőn 12-16 óráig szerdán 9-12 óráig
+100 Ft + áfa	+200 Ft + áfa	

AKCIÓ! AKCIÓ!

FEBRUÁR:

INGYENES

ÉRSZÜKÜLETMÉRÉS



SONOTERÁPIA CENTRUM

XIV. Örs vezér tere 16.

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

KIPUFOGÓ
KLINIKAKIPUFOGÓ,
KATALIZÁTOR, FLEXIBIL
MŰSZAKI VIZSGA1141 Bp. Fogarasi út 189.
Tel: 383-80551039 Bp. Árpád utca 23.
Tel: 240-5603

www.kipufogo.hu



HIRDETMÉNY

Budapest Főváros XIV. Kerület Zuglói Önkormányzata tulajdonában álló nem lakás céljára szolgáló alábbi ingatlant értékesítésre meghirdeti:

BUDAPEST FŐVÁROS XIV. KERÜLET ZUGLÓI ÖNKORMÁNYZATA TULAJDONÁBAN ÁLLÓ
NEM LAKÁS CÉLJÁRA SZOLGÁLÓ BÉRBE VEHETŐ HELYSÉGEK LISTÁJA

CÍM	TULAJDONI HÁNYAD	HELYRAJZI SZÁM	ALAPTERÜLET (MF)	RENDELTETÉS	KÖZMŰVESÍTETT- SÉG	MINIMÁLISAN AJÁNLHATÓ VÉTELÁR	MEGHIRDETÉS DÁTUMA	AZ AJÁNLATOK BÉRKÉZÉSÉNEK HATÁRIDÉJE
Thököly út 52.	1/1	32747/1/A/12	16	műhely	komfort nélküli	800 000 Ft	2016.02.01.	2016.03.02.
Telepes utca 80. fsz. R. IV.	1/1	31150/0/A/21	75	műterem	komfortos	4 800 000 Ft	2016.02.01.	2016.03.02.

Budapest Főváros XIV. Kerület Zuglói Önkormányzatának az önkormányzat vagyonáról, a vagyontárgyak feletti tulajdonosi jogok gyakorlásáról szóló 14/2004. (II.29.) számú rendelet 13. §-a alapján

(1a) a) Hirdetmény útján pályázat nélkül az összességében legelőnyösebb ajánlatot tevő részére – a szolgáltatás és ellenszolgáltatás értékarányosságának biztosításával - kell eladni az ingatlant, ha a forgalmi értéke nem éri el a bruttó 10 millió forintot, (1b) Lakásnak nem minősülő ingatlanok esetén az (1a) bekezdés szerinti értékesítésére vonatkozó hirdetményt a Zuglói Zrt. honlapján kell közzétenni (www.zugloizr.hu), és a Zuglói Zrt. hirdetőtábláján, valamint a Polgármesteri Hivatal hirdetőtábláján kell kifüggeszteni, jelezve a kifüggesztés pontos dátumát.

(1c) A hirdetmény tartalmazza a hasznosítani kívánt ingatlan címét és helyrajzi számát, alapterületét és közművesítettség fokát, valamint az eladási ár alsó határát.

(1d) Ajánlatot tenni a hirdetmény hirdetőtáblán történő kifüggesztésétől számított 30 napon belül lehet.

(1e) Amennyiben 30 napon belül nem érkezik ajánlat, az ingatlan az első érvényes ajánlatot tevő részére a Tulajdonosi és Közbeszerzési Bizottság döntése alapján értékesíthető/bérbe adható/egyéb módon hasznosítható.

Ajánlatot tenni vételárra lehet, a minimálisan ajánlható vételárát elérő vagy azt meghaladó összegre.

Az ajánlatok benyújthatók 'Kérelem Bejelentő Űrlap' formanyomtatvány kitöltésével, mely személyesen átvehető a Zuglói Város-gazdálkodási Köszolgáltató Zrt. Recepcióján (Bp., XIV. Pétervárad u. 11-17.) vagy letölthető a honlapról (www.zugloizr.hu).

Az ingatlanok megtekinthetők a 469-8152 telefonszámon történő előzetes időpont-egyeztetéssel.

A hirdetmény kifüggesztésre kerül a Budapest Főváros XIV. Kerület Zuglói Polgármesteri Hivatala Ügyfélszolgálati Irodája hirdetőtábláján, a Zuglói Városgazdálkodási Köszolgáltató Zrt. hirdetőtábláján és hivatalos honlapján (www.zugloizr.hu).

Lapunkat rendszeresen
szemlézi a megújult

OBSERVER

Zuglói Lapok

Impresszum

Budapest Főváros XIV. Kerület Zuglói Önkormányzatának lapja. • Megjelenik minden második csütörtökön 71.000 példányban. • A szerkesztésért felelős a Polgármesteri Hivatal Közkapcsolati és Információs csoportjának vezetője. • Szerkesztőség: 1145 Budapest, Pétervárad utca 3. • Telefon: +36 70 681 0754. • E-mail: zugloilapok@zuglo.hu. • Kiadó: Budapest Főváros XIV. Kerület Zuglói Polgármesteri Hivatal. 1145 Budapest, Pétervárad utca 2. • Felelős kiadó: Mravik Zsolt. • Lapterv: Gál László. • Nyomdai előkészítés: Székely Sarolta. • Nyomtatás: Országos Médiakezelő Kft., ügyvezető: Szilágyi Anita. • Terjesztés: Magyar Posta Zrt.

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 kétszoros Európa aerobic bajnok, életmód szakértő ajánlásával



VERSENYKÉPES DIPLOMA

a Budapesti Gazdasági Egyetem Külkereskedelmi Karán

- Színvonalas nemzetközi környezetben, a zöld XVI. kerületben
- Szaknyelvi képzés 12 nyelven
- Szaktárgyak idegen nyelven is
- Neves oktatók, széles nemzetközi kapcsolatok
- Jó közösség, színes, mozgalmas egyetemi élet

ALAPKÉPZÉSEK

Kereskedelem és marketing

Nemzetközi gazdálkodás

• angol és francia nyelven is

• szakirányú angol, francia és

német nyelven is

• kettős diploma lehetősége

Nemzetközi tanulmányok

Kommunikáció és médiatudomány

MESTERKÉPZÉSEK

Marketing

Nemzetközi tanulmányok

• angol nyelven is

Nemzetközi gazdaság és gazdálkodás

• angol nyelven is

Felsőoktatási szakképzések

Nemzetközi gazdálkodás

Kommunikáció és média

Szakirányú továbbképzések



18 57

BGE

KÜLKER – KITÁRUL A VILÁG!

Bővebb információ: www.uni-bge.hu/kkk

AVIA

üzemanyag

bruttó ár (Ft/liter)*

Diesel

Gold

287.90

Diesel

Silver

282.90

95

Gold

311.90

95

Silver

301.90

LPG

autógáz

186.90

Aktuális ajánlatunk
Benzinkút és ShopXIV. ker. Gvadányi utca 65.
nyitva: 6-20 h
X. ker. Kerepesi út 89.
nyitva: 0-24 h
XVIII. ker. Üllői út 812.
nyitva: 0-24 h

AVIA

Ismerjük egymást.

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