



ÚJPESTI NAPLÓ

ÚJPEST ÖNKORMÁNYZATÁNAK HIVATALOS LAPJA

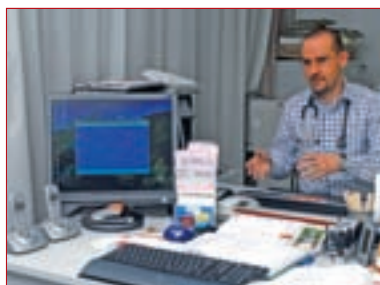
www.ujpest.hu

FOTÓ: HARKAI PÉTER



Közösen ünnepeltek Újpesten

A '48-as hősökre emlékeztek – 2., 3., 7. oldal



CSAK EGÉSZSÉG LEGYEN!

Újpest önkormányzata idén 30 millió forinttal támogatja a háziorvosokat, hogy korszerű körülmények között dolgozhassanak egészségünkért. 4-5. oldal



LESZ TARTALÉK

18 millió forinttal támogatja Újpest önkormányzata a Károlyi Sándor Kórház és Rendelőintézet laboratóriumának működtetését. 4-5. oldal



CÉLEGYENESBEN

Átalakul a Károlyi-szoborpark burkolata, növényzete, épül-szépül a környezet – az újpesti Főtér felújítási munkálatai a befejezéshez közelednek. 8. oldal



SÍREMLÉK-FELÚJÍTÁS

Horváth Viktor kőfaragó mester gondolt egy nagyot és önszorgalomból, saját kezűleg újította fel Lebstüch Mária huszárfőhadnagy síremlékét. 9. oldal



Emlékeztünk

Ünnepi műsorral emlékeztek meg az 1848-as forradalomról március 15-én Újpest városvezetői és lakói. Az ünnepség kezdetén a Felvidéki Rocksínház művészeinek előadásában csendült fel a Nemzeti dal, majd a Bem táncegyüttes kalotaszegi néptáncokat adott elő a Bivaly együttes kíséretében. A Szép Ernő Színház művészei – Boldizsár Tünde, Simó Krisztián, Bodor Géza és Szinovál Gyula – Nagy László, Weöres Sándor és Ady Endre műveit adták elő, végül az Erkel Gyula Újpesti Zeneiskola fúvós együttesének műsorát és a magyarok régi himnuszát hallgatták meg együtt a megemlékezők.

Dr. Derce Tamás, Újpest polgármestere ünnepi beszéde után – melyet az alábbiakban teljes terjedelemben közlünk – a résztvevők a Petőfi-szobornál elhelyezték a megemlékezés virágait.

TISZTELT ÚJPESTIEK, HÖLGYEIM ÉS URAIM!

„Nem vagyok próféta, nem tudom, hogy mi lesz. De öreg orvos vagyok, és meg tudom különböztetni a múlt betegséget a halálostól, s mi ez utóbbi előtt állunk.” E szavak Metternich kancellár ajkait hagyták el 1848 első hónapjaiban. A bomlás nem csak Európa nyugati felében, hanem a nyugati kereszténység legkeletibb részében,

Magyarországon is látható volt. Hosszú évek tehetségtelen országvezetése, az állami hivatalok

korruptiója, a szegények és gazdagok közötti különbségek egyre nagyobb mérvű növekedése, a magyar vállalkozók háttérbe szorítása a külföldiekkel szemben, a feudális jogrendszer, a nem létező, de oly sokszor emlegetett elavult, penészszagú, történelmi alkotmány, a kormány féktelen rendőrterrorja mind-mind előkészítői és kirobantói voltak 1848 magyar forradalmának.

Az azóta eltelt több mint másfél évszázad során az 1848-at méltatók szabadságharcunk történeiséből sokfajta tanulságot vontak le. Beszéltek az ember elidegeníthetetlen jogairól, a szabadságjogok széles skálájáról, a társadalmi fejlődés megállíthatatlanságáról, az emberek közötti egyenjogúságról. Profetikus szavakkal hivatkoztak és hivatkoznak még ma is, mint jogalapra, mint minden kezdetére, 48-ra, hogy onnan származik saját szabadságunk, szólásszabadságunk, törvény előtti egyenjogúságunk, a közteherviselés ideája, a magyar nemzeti hadsereg születése. 1848 sokféle ideákat hordoz magá-

ban. Mindenek előtt és mindenek fölött az együvé tartozás eszméjét, a közösen kivívott szabadság akaratát. Azt, hogy ez a nemzet egy és oszthatatlan. Ahogy Kossuth 48 márciusában mondta: „E nemzetnek szabadsága van, s minden tagja szabad akar lenni, mert 15 millió magyar teszi egészében a hazát és a nemzetet.” Azt az együvé tartozást, melyet csak száz évvel később 1956-ban élt meg ismét a nemzet.

De 1848 nemzeti önbesülésünk kifejeződése is. Annak nyilvánvalóvá tételé, s ha kellett, fegyverrel való kiharcolása is, hogy a magyar nemzet a korabeli Európa integráns része, államalkotó nemzet, melynek helye ott van az európai államalkotó népek sorában.

Szabadságharcunk valójában 1849 augusztusában, Világos síkján, a fegyverletétellel nem ért véget. Az 1848–49-es küzdelmünk két évtizeddel később 1867 nyarán, a kiegyezéssel zárult. S amit 1848–49-ben ideiglenesen elvesztettünk, azt a kiegyezéssel, 1867-ben megnyerte a nemzet. 1848 nélkül nincs 1867, és 1867 nélkül nincs polgári Magyarország, nincs az a hihetetlen és máig meg nem haladott társadalmi, gazdasági, politikai fejlődés, amely Magyarországot a feudális bezártságból a polgári Európába repítette. A kiegyezés teremtette meg azokat a lehetőségeket, melyeket a kor szülöttei megragadva, halhatatlanságot biztosítottak maguknak, s dicsőséget a magyar névnek. E kor szülötte és neveltje volt Munkácsy, Mednyánszky, Bartók, Kodály, Ady Teller Ede, Kármán Tódor, Szilárd Leó, Bay Zoltán Puskás Tivadar, Neumann János és mindazok a magyarok, akiknek a neve Európa és a világ kultúrájának meghatározó szereplői.

A történelmet nem csak átélő, hanem azt megérteni is akaró embernek, ha tetszik, ha nem, eszébe kell, hogy jusson a méltatlanul elfeledett gróf Tisza István, az egyik legnagyobb magyar miniszterelnök.

Az összehasonlítás magától adódik. 1848-tól 1867-ig két évtized telt el. 1990-től napjainkig ugyancsak két évtized telt el. 1848 és 1867 közötti két évtizedben születtek meg azok a jogi keretek, indultak el azok a gazdasági és társadalmi folyamatok melyek lehetővé tették, hogy a kiegyezés által megteremtődött új Magyarországot Európa élvonalába repítsék.

De ez a kor volt az is, melyben a politikai elit a hatalomtól, a vagyonától megrészegülve feledte alapvető feladatát: a nemzet szolgálatát, s amely ostoba önteltségével, gögjével készítette elő nemzetünk történetének legnagyobb tragédiáját: Trianont.

1989–90 történései nem a 48-as márciusi forradalom békés megismétlése volt. A két évtizeddel ezelőtt történt változás valójában egy második kiegyezés volt, amely eredményét tekintve 1867 torz másolata lett. A változás, a leköszönő politikai és az önjelölt új politikai elit kiegyezése volt. Bármennyire is fájdalmas, ki kell mondanunk, az 1990-ben hatalmat megragadó új elit csak rossz tulajdonságait örökölte 1867 nemzedékének. Hiányzott az ország vezetéséhez szükséges széles európai látókör, hiányzott a tehetség, s aki a szakma írott és íratlan követelményeit említeni is merte, azt egy legyintéssel s egy félmondattal elintézték mondván, „a szakmára való hivatkozás kommunista praktika”. Ez a mi „Antalli-örökségünk”!

Nemzetünk története Trianon óta nem más, mint egy folyamatos gazdasági és társadalmi válságsorozat, melyben az események, a problémák állandóan ismétlődnek. 1910-ben gróf Tisza István, a méltatlanul elfelejtett és pocskondiázott, meggyalázott miniszterelnök a következőket írta: „Minden téren züllésnek indultak az ország közállapotai. Társadalmunkat szociális és kisebbségi ellentétek szaggatják ellenséges táborokká, politikai súlyunk és hitelünk a nagyvilág szemében veszendőben van. Tehetetlen vergődésünket mind nyíltabb kárörömmel gúnyolják és használják ki a nemzet kisebb és nagyobb ellenségei. A nemzet beláthatatlan válság felé sodródik. Az utolsó órában vagyunk, foltozzuk be az elmúlt küzdelmek által beállott réseket, s építünk ott, ahol építeni lehet.” Mintha Tisza István ma is közöttünk élne.

Történelmünk olyan volt, hogy a nemzet hozzászólt: mások döntsenek helyettünk a mi sorsunkról. Így döntött felettünk 1541-ben Szulejmán, így döntöttek helyettünk a Habsburgok másfél évszázadon át. Úgy kötődöttünk a Német Birodalomhoz 1941-től, hogy cselekedeteinket már nem mi határoztuk meg. De döntöttek rólunk és helyettünk



1920-ban és 1947-ben Trianonban, és Párizsban és 1945-ben Jaltában. Amikor segítség kellett volna 1956-ban, az amerikai elnök a magyar forradalom hírére véletemet golfozni, s azt üzent a szovjeteknek, cselekedjenek belátásuk szerint.

2010 tavaszán Magyarországa rosszabb állapotban van, mint 1920 nyarának országa. Oktatási rendszerünk szétverve, egészségügyi rendszerünk szétverve, a parasztság, mint a nemzeti gazdaság egyetlen lehetséges értéktérítője, megszűnőben. A magyar termelői vállalkozói réteg az adó és adó jellegű terhek miatt folyamatosan haláltáncot jár. A jogrendszer zavaros, egymásnak ellentmondó, s akik számára készült, azoknak értelmezhetetlen. A korrupció felzabálja maradék erkölcsi tartásunkat, lezülleszti az államba és a demokráciába vetet hitet. A trianoni határokon túlra szakadt magyarokat, lerománozzuk, letótozzuk, szétverjük az egymáshoz tartozás érzését, tudatát. Autópályák kilométerei épültek, s közben más útjaink járhatatlanok. Az elmúlt évek országunkat Európa beteg emberévé tették. Első munkahelyes képviselők osztják a parlamentben az ígét, miközben az ország vezetése politikai kalandorok és ámokfutók kezébe került. Oly mélyre süllyedtünk, hogy a tisztességes ember legfőbb kötelességévé a nyilvánvalóra való rámutatás vált. Látnunk kell, hogy országunk beteg, súlyos beteg, zihálva kapkodja a levegőt, a végső órákban vagyunk.

Mi hát a teendő 2010 tavaszán, 1848 tavaszára emlékezve. Üzen nekünk valamit Petőfi és Széchenyi, Kossuth és Görgey 48-as nemzedéke? Kossuth egyszer azt írta Deák Ferencnek: „Ne vidd a nemzetet azon meredély szélére, ahonnan nincs többé visszaút”. 1848-ban a nemzet fegyvert ragadott, mert jogait, jogos érdekeit már másként nem tudta megvédeni, és saját sorsát maga irányította. Mi, 2010 nemzedéke nyolc év után azon meredély szélére értünk, amely felé, ha még egyet lépünk, nem lesz többé visszaút. Gondoljatok hát 1848 nemzedékére, és saját sorsunkat mi magunk irányítsuk.

Újpest, 2010. március 15.

Reformfolyamatot sürgetve

Kerületek egy kalap alatt

A rendszerváltozás két évtizedes történetének külön fejezetét alkotják az önkormányzatok. Az 1990-ben a közigazgatás és az államigazgatás fogalma elkülönült egymástól. Az önkormányzatok által végzett igazgatás, vagyis az önkormányzati igazgatás különvált az államigazgatás szervei által végzett igazgatástól, az államigazgatástól. Közel egy évtizede az önkormányzati igazgatás szükséges reformját emlegetik politikusok, a városok, kerületek vezetői. Újpest polgármestere azt az álláspontot képviseli, hogy az elkövetkezendő négy éves kormányzati és önkormányzati ciklusban konkrét előkészületekre lesz szükség a reform érdekében. Erről beszélgettünk ezen a héten dr. Derce Tamással.

– A közigazgatás tervezett reformja régóta várat magára. Vajon mi ennek az oka?

– Hat-hét évvel ezelőtt éppen az újpesti székhelyű Károli Gáspár Református Egyetem Állam- és Jogtudományi Kara szervezett a közigazgatás reformjáról tudományos konferenciát az újpesti városháza dísztermében, amelyen jogászok, közigazgatási szakemberek mellett számomra is lehetőséget nyújtottak arra, hogy gyakorló polgármesterként mondjam el a témáról véleményemet. Az előadók és a hallgatóság soraiban ülők véleménye egyértelműen volt: sokáig nem odázható el a folyamat. Nemcsak ez az egyetlen fórum tartotta szükségesnek a reformot. A követendőnek ítélt elővárosi koncepció gondolata a fővárosban is felmerült távolabbi célként, de elhalt a kezdeményezés. Már akkor is megfogalmazódott: felső szintű politikai akarat és több éves előkészítő munka kell ehhez.

– Miért fogalmazódott meg a reform gondolata?

– Budapest közigazgatási rendszere felett eljárt az idő, húsz év elegendő tapasztalattal járt. Bebizonyosodott, a korszerű, Nyugat-Európában már bevált modern közigazgatási gyakorlatot célszerű átültetni – a magyar sajátosságok, és a magyar gazdaság teljesítőképességének figyelembevételével – Budapesten is. De a világban szétnézve is tapasztaljuk, még az Amerikai Egyesült Államokban sincs öt olyan város amelynek lakossága 2 milliónál nagyobb. Budapest közigazgatási rendszere most a fővárosra és a kerületekre, vagyis 23 részre van osztva. Miközben ugyanolyan séma alapján dolgozunk, egymástól eltérő adottságú kerületek kerülnek azonos megítélés, egy kalap alá. A XVIII. kerületben például van mezőgazdasági ügyosztály, hogyan vethető össze ez a kerület az V. és az I. kerületek önkormányzataival? Újpesten két műemlék épület van, a Belvárosban, a Várban ennél sokkalta több.

– Az első ciklus végén járva az Ön kezdeményezésére jött létre a Külső Kerületek Önkormányzati Szövetsége, amely pont az eltérő adottságú önkormányzatok érdekérvényesítését vállalta fel.

– Már akkor is szükség volt erre, de azóta eltelt majd 16 év. Az érdekképviselőt bármennyire hasznos, ma már kevés. Az elővárosi rendszer modelljét érdemes végig gondolni, szerintem a külső kerületeknek a főváros elővárosait kell képezniük. A belső kerületek pedig a budapesti önkormány-

zatot képeznék. Erre találunk modellt Nyugat-Európában szép számmal. A hatáskör átrendezésére is szükség lenne. És a költségvetés újragondolására is, vannak ugyanis olyan feladatok, amelyek elsőbbséget kell, hogy élvezzenek, és nem a nyereségességre kell irányulniuk. Ilyen a városi közlekedés, a közművek működtetése, a csatornázás, a gáz szállítás. Amikor Podmaniczky Frigyes közel 140 éve létrehozta a Fővárosi Közmunkák Tanácsát és Budapest fejlesztése érdekében általános rendezési terveket alkotott, tudta, hogy a piac nem mindenható. Az önkormányzat sem gazdasági vállalkozás, azért jött létre, hogy biztosítsa az alapellátásban például az oktatást, avagy a személyszállítást, a vízvezeték kiépítését. Mászt mondok: egészen más hatáskörben működik, mégis markánsan szétválasztva a hivatal és az önkormányzat. Szövevényes a pénzügyi rendszer: nem tartom jónak, hogy például az Újpesten keletkező bevételeket – például az iparüzési adót a főváros osztja újra.

– Az elővárosi koncepció mellett időnként felröppen a hír, Újpest visszaszerezné hajdani városi rangját...

– Amit persze a bulvársajtó a kedvére forgat ki, és olvas a fejemre... Jómagam éppen annyit mondtam erről: nézzük meg, mi lenne a legjobb az újpestieknek. Miközben mindenki tudja, városrészünk ezernyi szállal kötődik a fővároshoz, s azt is gondolom, az újpestiek nem szavazták volna meg a leválást, még abban az esetben sem, ha sok pontban pozitív lett volna a vizsgálat eredménye. Az önállóság kettőssége ugyanis óvatosságra int. Egyfelől vonzó, hogy egy újpestnyi méretű város, mint például Győr, költségvetése közel duplája a miénknek, miközben Újpest az infrastruktúrát tekintve jobb helyzetben van. A nagyobb költségvetésből többet költethetnénk a kötelező alapfeladatokra és a szabadon választottakra. Ennek ellentmond, hogy a közlekedés, az egészségügy, az oktatás mind a fővároshoz is köt bennünket.

– Az egykori elővárosból – Újpestből – így lesz elővárosi javaslat?

– Az már bizonyos, hogy a 20 évre visszanyúló önkormányzati törvény változtatásra érett. Az a rendszer ami van, az már tarthatatlan. Korábbi vezetőtársam mondása nagyon találó, ezért is idézem: a luxemburgi jogszabályokat balkáni állapotokra alkalmazzuk. Ezért említetem, hogy a korszerű követelményeknek a magyar sajátosságokat is tükrözni kell. Jó példák erre a közbeszerzési jogszabályok, amelyek kizárják, hogy egy-egy munkára újpesti kisvállalkozások pályázzanak. Nemcsak a közigazgatási modellt kell újradolgozni, millió és egy esetben véleményeztetni. Szükség van arra is, hogy legyen az is része, hogy ne csak a politikának, hanem a végzettség, a gyakorlat is legyen követelményként jelen. Ma még szakmai tudás, végzettség nélkül is lehet valaki polgármester, de képviselő is. Vannak első munkahelyes képviselők is. Miközben a polgármesternek kevés a személyes döntési szabadsága, felelőssége kiterjed minden döntésre, a szavazógombot pártutasításra nyomó képviselők helyett is.

– Várható-e reformfolyamat elindítása?

– Szükségszerű lesz és az előttünk álló 4 év kell is az előkészítő munkához. Erre a kormánynak fel kell készülnie és a politikai akaratot ennek szolgálatába kell állítania. Azt gondolom, nem az a reformfolyamat, ha a képviselők számát csökkentenék. A javadalmazást lehet. A többi a demokráciát csorbítaná, és a kis létszámú döntéshozók az egykori tanács végrehajtó bizottságot mintáznák. Ezért mondom, hogy nagyobb teret a szakmának és a választhatóság kritériumainak. – B. K.

Fókuszban: újpesti egészségügy

Idén is támogatják a házi orvosokat

A korszerűbb és gyorsabb ellátásért

Dr. Trippon Norbert alpolgármester javaslatára úgy döntött a képviselő-testület, hogy 30 millió forinttal az idén is támogatja az újpesti házi orvosokat. Ennek egy részét működési kiadásai fedezetére, míg másik részét eszközbeszerzésre használhatják. Tavaly a kezdeményezés sikeresnek bizonyult, valamennyi családi- és gyermekorvos benyújtotta pályázatát.



A házi orvosok, azon túl, hogy a támogatás egy részét rezsiköltségeik kiegyenlítésére használták, többek között vérnyomásmérőket, testzsírmérőt és egyéb orvosi eszközöket vásároltak, valamint informatikai fejlesztéseket hajtottak végre.

– Nagy öröm számomra, hogy valamennyi házi orvos élt a pályázat lehetőségével, és remélem, hogy ez az idén is így lesz. Úgy gondolom, hogy

mindenki jól járt. Jól jártak az újpesti orvosok, akiknek lehetősége nyílt olyan eszközök beszerzésére, melyet a támogatás nélkül nem, vagy nehezen tudtak volna beszerezni, és jól jártak az újpesti betegek is, akik egy – egy orvosi műszer, vagy akár informatikai berendezés beszerzésének köszönhetően korszerűbb és gyorsabb ellátásban részesülhetnek – tudtuk meg a kezdeményezőtől, dr. Trippon Norbert alpolgármestertől.

„INFORMATIKAI FEJLESZTÉS, HOGY NE A VIZSGÁLATOKTÓL VEGYÉK EL AZ IDŐT”

Dr. Szabó Gergő, a Káposztás-megyér II-n található Sárpatok utcai rendelő házi orvosa informatikai eszközökre fordította a támogatást:

– Két évvel ezelőtt vásároltam meg a praxisjogot, s akkoriban néhány informatikai eszközt be kellett szereznem az induláshoz. Bár próbálunk minden pályázati lehetőséget megragadni, a tavalyi testületi döntés sokat segített abban, hogy a korábban megvásárolt eszközöket a

Lesz tartalék a rendszerben

18 millió forint támogatás laborvizsgálatokra

A Károlyi Sándor Kórház és Rendelőintézetben havonta 6 millió forintot költ laborvizsgálatokra. A költségek egy részét ugyan fedezik, de a finanszírozás módjából adódóan a vizsgálatok veszteséget jelentenek az intézménynek. Dr. Bocskai Tamás főigazgató segítségért fordult az Önkormányzathoz. A képviselő-testület úgy döntött, hogy 18 millió forinttal támogatja a vizsgálatokat.



A Károlyi Sándor Kórház és Rendelőintézet 200 ezer ember részére biztosítja a belgyógyászat, a sebészet, ideggyógyászat területén az aktív fekvőbeteg ellátást, az Észak-pesti régió teljeskörű traumatológiai ellátását valamint Újpest lakosai részére a járóbeteg szakellátást. Ez utóbbiba beletartozik a házi orvosok által kért laboratóriumi vizsgálatok elvégzése is. A vizsgálatokat azonban csak meghatározott volumenkorlátig finanszírozzák, e fölött csökken a támogatás mértéke. Erről kérdeztük Dr. Bocskai Tamás főigazgatót.

„NEM MINDENNAPI, HOGY AZ ÖNKORMÁNYZAT ILYEN DÖNTÉSEKET HOZZON ÉS SEGÍTSÉGET NYÚJTSON”

Dr. Bocskai Tamás főigazgató, mint mondta nagyra értékeli a gesztust. Úgy gondolja nem mindennapi, hogy egy önkormányzat ilyen döntéseket hozzon és segítséget nyújtson egy olyan intézménynek, amelynek még csak nem is fenntartója. Az intézkedés a házi orvosok munkáját nagymértékben segíti.

Az elmúlt években a laborvizsgálatoknál többször visszatérő dolog:

mire van keret, mire elég a pénz. Hol korlátozásról, hol megszorításokról beszélnek a betegek és a házi orvosok is. Nézzük a tényeket!

– A laborvizsgálatok témája egy kényes terület a gyógyító munkában, amelyet csak a kórház, vagyis a laboratórium, a házi orvos és a beteg együttműködése emelhet kölcsönös bizalom alapuló partnerkapcsolattá. Úgy gondolom, az együttműködés e hármas közt elengedhetetlen. Ezt a kérdést adminisztratív eszközökkel nem lehet kezelni. Nem tilthatom meg egyes vizsgálatok elrendelését, nem emelhetek számszerű korlátot, hiszen ezzel felülbírálnám a munkáját elhivatottan végző házi orvos kollégát, aki jól ismeri betegét. Ez nem is célom. Arra van lehetőségem, hogy folytassam azt a gyakorlatot, hogy minden hónapban tájékoztatom a házi orvosi praxist arról, mennyi vizsgálatot végeztünk el kérésére, majd záró mondatomban arra kérem, mérlegeljen, szükséges-e egy teljes vérvkép, vagy elég, ha 2-6 elem vizsgálatát végezteti el. Már ez is szakmai kérdéseket feszeget, miközben azt mondjuk, a gyógyításban nézzük az egész embert, hogyan döntünk el,

szükséges berendezésekkel, szoftverrel ki tudjam egészíteni. Nekünk, háziorvosoknak – ezt bizonyára minden páciensünk tapasztalja – rengeteg az adminisztrációs teendőnk az orvosi vizsgálatok mellett: TAJ-számok ellenőrzése, receptek nyomtatása, diagnózis megírása és rögzítése, s ezeket az adatokat érdemes korszerű, gyors számítógépekkel végezni, hogy ne az orvosi vizsgálatoktól vegyük el az időt. Csak egy példa: a recepteket – a rajtuk szereplő vonalkód miatt – lézer- vagy tintasugaras nyomtatóval lehet már csak kiállítani. Azt hiszem, minden háziorvosnak jókor jött a támogatás, bizonyára minden kollégám meg tudott vásárolni pár, a munkájukhoz elengedhetetlenül fontos eszközt, el tudta végezni a legszükségesebb felújítási munkálatokat. Nagyon örülök, hogy az újpesti képviselők idén is úgy gondolták, segíteni fogják az orvosokat, hiszen ebben az esetben újabb egészségügyi eszközök kerülhetnek a rendelőkbe. Terveink sze-

rint vérnyomás-monitort, pulzoximétert, új vérnyomásmérőt, illetve egy szemészeti és egy fülészeti vizsgálóeszközt fogunk idén megvásárolni.

„SZINTE MINDEN BETEGÜNK ÉSZREVETTE A VÁLTOZÁST”

Dr. Hegedűs Márta, a Liszt Ferenc utcai rendelő háziorvosa is pozitív tapasztalatairól számolt be az Újpesti Naplónak:

– A tavaly megítélt összegből végre meg tudtunk vásárolni egy új, 24-órás vérnyomás-monitort, aminek régóta szükségét éreztük, mivel a régi készülék elavulttá és javíthatatlanná vált. Ezt önéből nem, vagy csak nagyon nehezen tudtuk volna beszerezni, egy ilyen készülék több mint 300 ezer forintba kerül. A monitor mellett egy laptopot is tudtunk vásárolni; ez a beruházás a mindennapi feladatainkban segít, hiszen így munkatársammal sokkal hatékonyabban, gyorsabban tudjuk végezni a munkánkat, az adminisztrációs és egyéb feladatokat. A mara-



dék összegből a lámpatesteket újírtottuk fel, mondhatni, végre fényárban úszik a rendelőnk. Szinte minden betegünk észrevette a változást, és igen pozitív visszajelzéseket kaptunk tőlük. Nagyon örültünk a tavalyi támogatásnak és ugyanígy természetesen az ideinek is, hiszen a korszerűsítés, a modernebb, ezáltal hasznosabb egészségügyi készülékek beszerzése a betegek alaposabb, hatékonyabb kivizsgálását szolgálja.

Ennek érdekében idén egy új, korszerű, a számítógéppel is összeköthető EKG-berendezést terveztünk megvásárolni, és nagyon remélem, előbb-utóbb az akadálymentesítés is megvalósíthatóvá válik a rendelőnkben. Úgy tudom, nagyon kevés kerületben, városban kapnak a háziorvosok és gyermekorvosok ilyen támogatást, ezért nagyon hálásak vagyunk az újpesti képviselők döntéséért.



hogy például csak a cukorszintet, vagy csak a májfunkciót elemezze az általunk „Hitachi doktorként” emlegetett laborgép. Az elmúlt időszakban a laborvezető főorvosunk is végigjárta a háziorvosokat mind-ezek átbeszélésére.

– Számoljunk közösen! Milyen anyagi keret áll a laborvizsgálatok elvégzésére?

– A megértéshez néhány szót kell ejteni a finanszírozásról. A laboratóriumi vizsgálatok finanszírozási díja egy szorzat eredménye,

melynek egyik tényezője egy vizsgálatonként változó pontérték, a másik tényező pedig egy alapdíj. Ez utóbbi értéke jelenleg 1,46 Ft.

A laboratóriumi vizsgálatok finanszírozásának alapdíja azonban egy, az intézet részére pontszámában meghatározott volumenkorlát elérése után fokozatosan értéktelenedik és valahol 20 filléres nagyságrendnél állapodik meg. Január hónapban éppen 27 fillér volt.

A Károlyi kórház esetében ez a volumenkorlát 3,5 millió pont. Eddig fizet a biztosító 1,46 Ft alapdíjat. A 3,5 millió pont felett azonban egy pont értéke már csak 20-27 fillér.

A Károlyi kórház központi laboratóriuma által elvégzett, Újpest felnőtt lakosságát érintő laborvizsgálatok pontértéke havonta átlagosan 7-10 millió pont körül mozog, miközben a kórház 3,5 millió pont után kapja meg a teljes támogatást. E fölött csak azt a bizonyos 27 fillérrel számolt összeget.

Ezzel szemben a labornak havonta csak a reagensköltsége átlagosan 6 millióba kerül!

A háziorvosok által kért laboratóriumi vizsgálatok pontértéke át-

lagosan havi 3-3,5 millió pont, vagyis pontosan annyi, mint a kórház részére megállapított volumenkorlát.

Ugyanakkor laborvizsgálatokat nemcsak a háziorvosok kérnek, hanem a fekvőbeteg-ellátás, a járóbeteg szakrendelő orvosai, vagyis a kórházunk különböző egységei is. S talán az olvasónak is van olyan tapasztalata, hogy nemcsak háziorvosa javaslatára végeztet Újpesten laborvizsgálatokat, hanem abban az esetben is, ha más kerületben lévő egészségügyi intézménybe készül, akár egy napos sebészeti beavatkozásra, avagy egy korábbi beavatkozás kontrolljára. A kör ezzel bezárul, hiszen más kerületek is ezzel a gonddal szembesülnek. 22-es csapdája ez a javából.

– Mire elég az évi 18 millió forint, azaz havi másfél millió Ft-os támogatás? Az elmondottak után ugyanis nem lehet azt a kérdést megfogalmazni, hogy mennyivel lehet több laborvizsgálatot kérni?

– Valóban, a támogatás ellenére nem lehet több vizsgálatot kérni és továbbra is a megfontoltság kell, hogy irányítson bennünket, orvo-

sokat. Úgy fogalmaznék: akkor lesz a rendszerben tartalék, ha mindenki odafigyel a vizsgálatok indikációjára.

Az önkormányzati támogatás azonban más terület részére szabadít fel forrást. Más oldalról megvilágítva, az önkormányzattól érkező rendkívül gálans évi 18 millió forint, havi bontásra vetítve 1,5 millió forintnyi támogatás. Nagyságrendjét illetően megfelel a kórház egy havi átlagos gyógyszerköltsége 10%-ának. Óriási segítség!

HIRDETÉS

OKJ-S SZAKKÉPZÉSEK ÚJPEST KÖZPONTBAN

Egyéni és fizetési kedvezményekkel, ingyenes szolgáltatásokkal
RENDEZVÉNYBIZTOSÍTÓ ÓR (intenzív is)

BIZTONSÁGI ÓR, TESTŐR

További szakképzések: eladó (élelmiszer- és vegyiáru, lakás-textil és bútor, zöldség-gyümölcs) boltvezető, idegenvezető, elsősegély tanfolyam. Jelentkezés és információ: 06-30-557-1236

A képzés helye: BKIK Újpesti Kirendeltsége
(1042 Bp., Árpád út 56.)

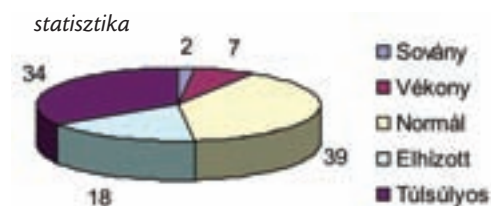


Életmódváltásra van szükség Súlyos a helyzet: kövérek vagyunk

Március 21-e a csillagászati tavasz kezdete. Lassan lekerül a nagykabát, vésszen közeledik a nyár, és ilyenkor kezdetét veszi a kilók elleni küzdelem. Szakemberek nem ajánlják a drasztikus fogyókúrát, nem hisznek a csodákat ígérő diétákban életmódváltást és rendszeres mozgást javasolnak.

KÖVÉREK VAGYUNK

A Szonda Ipsos 2007-i egészségszegmentáció-vizsgálatában mérte az emberek testtömeg-indexét is (a kérdőív kérte a magasság- és testsúlyadatokat). A kutatásból általános megállapításként az mondható el, hogy Magyarországon az átlagos testtömeg-index 25,9. Látványosan mutatja az ábra, és sajnálatos, hogy a magyar felnőtt lakosságnak valamivel több, mint fele túlsúlyos vagy elhízott.



A KÖVÉRSÉG VESZÉLYEI

Dr. Miskolczi Zsuzsannát, a Pozsonyi úti rendelő háziorvosát kérdeztük a súlyfelesleg okairól, és veszélyeiről.

– Leggyakrabban nem betegségek, hanem civilizációs ártalmak – azaz az egészségtelen táplálkozás, a mozgásszegény életmód, és a stresszfactorkok – miatt alakul ki a súlygyarapodás, és a túlsúly lesz a betegség. Vannak természetesen olyan állapotok, amelyek jelentős súlytöbbletet tudnak okozni, például a pajzsmirigy alulműködése, amely egy egyszerű vérvétel alapján kideríthető. Hogy mikor beszélhetünk túlsúlyról, azt különböző táblázatok alapján könnyen meghatározhatjuk, de javaslom, hogy szakorvos tanácsát is kérjük ki, hiszen ez az állapot egyéb betegségeket is

elindíthat. Komplex anyagcsere-zavar, köszvény, magas koleszterinszint, magas vérnyomás jelentkezhet. A has zsírszövetei miatt inzulinrezisztencia alakulhat ki, amely a cukorbetegség előzménye. A túlsúly különböző izületi és mozgásszervi problémákat is okozhat, rossz hatással van a vérkeringésre, így a szív állapotára is, de nem is csoda, hiszen jelentős terhet kell napról napra cipelnünk magunkon. Fulladósabbak leszünk, a folyamatos veritékezés miatt gombás betegségek is kialakulhatnak, és meg kell említeni a lelki hozadékot is: a rossz közérzettel járó kövérség rányomja a bélyegét az emberek hangulatára, depresszió, önbizalomhiány léphet fel. Megállapították, hogy súlyfelesleg esetén megnő a balesetek száma is. Sajnos az inzulin-elválasztási zavar miatt a nőknél meddőségi probléma is felléphet.

Sok diétás módszert találhatunk már szakkönyvekben vagy az interneten, amelyek segítenek abban az esetben, ha csak néhány kilótól kell megszabadulni. Tapasztalatom szerint azonban egyre több páciensem kér orvosi segítséget is a fogyáshoz, a helyes életmód kialakításához, amit helyesnek tartok. Először laboratóriumi vizsgálatra szoktam küldeni a fogyni vágyókat, hiszen a lelet rejtett problémát kimutathat. Érdekes megvizsgálni a pajzsmirigy állapotát, a női hormonviszonyokat, koponya röntgenfelvételt is szoktunk javasolni a hormonrendszer központi szabályozásának esetleges elváltozásai tisztázására. Ha minden vizsgálat negatív, nincs más hátra, mint a tudatos életmódváltás, a helyes fogyókúra megtalálása, és természetesen a rendszeres mozgás elkezdése. Őva inténék mindenkit attól, hogy rögtön intenzív sportba kezdjen, csak szépen fokozatosan: kezdetben hetente pár alkalommal gyalogoljunk, majd kocogjunk, és csak utána fogjunk bele a keményebb edzésekbe. Hamar meglátjuk, a megfelelő étkezés és mozgás során hamarosan nagyobb lesz a terhelhetőségünk, jobb lesz a közérzetünk, a kedélyállapotunk, az első kilóktól is hamar megszabadulhatunk, és ez a siker erőt fog adni a folytatáshoz is.

ÉLETMÓDVÁLTÁSRA VAN SZÜKSÉG

Györfi Tünde diabetológiai szaktanácsadó, a Szociális és Egészségügyi Intézmény egészségnevelője a helyes diéta megtalálásában segíti a hozzáfutókat:

– Amit legelőször ki kell hangsúlyozni: a diéta nem fogyókúra; annál sokkal komplexebb és összetettebb módszer. A diéta a korszerű, egészséges táplálkozást jelenti, a fogyókúra sajnos elég gyakran az egészséges élethez fontos anyagok mellőzését is magában foglalhatja. Ha hozzánk fordul valaki tanácsért, számos szempontot figyelembe kell vennünk: az illető életkorát, egészségi állapotát, betegségeit, esetleges ételallergiáját, és természetesen addigi életmódját is. Gyerekek esetében a szülőket is bevonjuk az életmódváltásba, hiszen szükség van a segítségükre. Mindig az adott élethelyzetből kell kiindulni. Egy vegetáriánus páciensnek nem állíthatunk össze húsból készült diétát, mint ahogy a húst fogyasztót sem

„kényszeríthetjük” a csupán zöldségből és gyümölcsből álló étrendre, de egy biztos, a diéta során előtérbe kell helyezni az egészséges, és egészségesen elkészített ételek fogyasztását.

Nem lehet természetesen a mozgást sem megúszni, de ezt is odafigyeléssel, óvatossággal szabad csak elkezdni. A megfelelő sportág is sok tényezőtől függ: a páciens egészségi állapotától, súlyfeleslegétől, állóképességétől. Nem javallott a magas vérnyomásban szenvedőnek például a súlyemelés, viszont egy jól beállított és kontrollált vérnyomás mellett a futás megengedett. Figyelembe vesszük a munkakört, a szabadidő mennyiségét is, ülő munka esetén lehet, hogy hetente néhány alkalommal jó a kardio-edzés, fizikai munkát végzők, a relaxálást is elősegítő úszást, vagy jógát végezhetnek. A legfontosabb a rendszeresség, és az óvatosság ebben az esetben is.

Manapság sokan elsősorban a testtömeg-indexüket figyelik, azaz a magasság és a testsúly arányát. Ez természetesen fontos adat, mégis leginkább a hascsípő körfogatra kell odafigyelni, hiszen az úgynevezett „alma típusú” pácienseknél a hasi zsírlerakódás miatt gyakrabban fordulhat elő anyagcsere-betegség, szívprobléma, cukorbetegség, és sajnos rák is, de tudni kell, megfelelő mozgással és életmóddal kiiktathatjuk ezt a rizikófaktorot.

Könnyebb, néhány napos diétába otthon is belekezdhetünk, komoly szakirodalma van ennek a témakörnek, mégis javaslom, hogy szakorvostól, dietetikustól, életmód-tanácsadótól kérjünk segítséget – különösen komolyabb egészségügyi probléma esetén –, hiszen csak így lehet megismerni a személyre szabott diétánkat. Nekünk, tanácsadóknak az az elvünk, hogy nagyon kevés ételt tiltunk, de legtöbbször a mértékletes és az ellenőrzött fogyasztást javasoljuk, és igyekszünk személyre szabott étrendet összeállítani, hiszen egy adott étel különböző hatást ér el más-más embernél. Megpróbáljuk megtalálni a kompromisszumot: mi az, amit javasolt elhagyni, mi az, amit érdemes elkezdni, legyen az étkezés, mozgás, vagy bármilyen életmódbeli változás.

KISZÁMOLHATJUK

$$\text{BMI} = \frac{\text{testsúly (kg)}}{\text{Testmagasság a négyzetben (m)}}$$

A testtömegindex a testsúly és testmagasság egyfajta arányszáma. A testtömegindex a legelterjedtebben alkalmazott mutatószám az elhízottság, vagy éppen soványság megítélésében. A kg-ban számított testtömeget kell elosztani a méterben mért testmagasság négyzetével. Az így kapott szám a testtömegindex. A testsúlymérést lehetőleg azonos körülmények között, reggel, éhgyomorra, vizelet- és székletürítés után, ruha nélkül érdemes végezni, mindig ugyanazon a mérlegen.

Értékelés: 35.0 fölött: súlyos elhízás, 30.0–34.9: elhízás, 25.0–29.9: túlsúly, 20.0–24.9: normál, 18.0–19.9: sovány



Közös megemlékezés a Görgey-szobornál

Az óvodásoktól az általános iskolás korosztályon át a középiskolásokig együtt ünnepelnek több újpesti intézmény diákjai március 15-e alkalmából a Görgey-szobornál. Az Újpesti Két Tanítási Nyelvű Műszaki Szakközépiskola, Szakiskola és Gimnázium diákjainak ünnepi műsorához – amelyet tanáruk, *Prófusz Magdolna* állított össze – a március 12-én megtartott ünnepségen a Leiningen óvodába járó kisgyermekek mondókákkal, énekkel csatlakoztak. *Paska Bernadett*, a Szigeti József Általános Iskola 4. b. osztályos diákja verset mondott, a középiskola diákjai pedig *Petőfi Sándor* életútján át – *Szopkó Lujza*, *Németh Eszter* 12. d. osztályos, *Szőke Richard*, *Meixner Richard* 10. f. –, valamint *Bugán Márton* 12. b. osztályos diák által alkotott szavalókórus segítségével idézték fel a forradalom és szabadságharc emlékét. Az iskola kórusa a *Klapka-indulót* énekelte. A résztvevők elhelyezték a megemlékezés virágait is, amelyhez nemcsak a szereplők, hanem a velük emlékező *Bajza József Általános Iskola* diákjai is csatlakoztak.

Szabadság, szerelem...

Ünnepség Petőfi megidézésével

Még az időjárás is idézte a szeszélyes, kora tavaszi 1848-as márciust. Eső, sőt, hó is hullott azokra a megemlékező diákokra, akik március 11-én a Megyeri úti temetőben nyugvó hősökre emlékeztek. Folytatva és ébren tartva a hagyományt, mely szerint minden évben *Lebstück Mária* huszárfőhadnagy sírja az újpesti oktatási-nevelési intézmények megemlékezésének színhelye, ez alkalommal a *Bródy Imre* Oktatási Központ diákjai szerepeltek. Az 1848-as eseményeket *Petőfi Sándor* életén keresztül mutatták be a diákok, a műsort a szabadság iránti vágy, az európai népek függetlenedését drámai erővel megjelenített képsorok fűzték egybe. Az ünnepi előadást a 11. d. – vagyis a gimnázium dráma tagozatos diákjai – vállalták, *Nagy*



Károly tanár úr segítségével. A szereplők *Bálint Tímea*, *Berta Balázs*, *Bozóki Barbara*, *Csuka Tamara*, *Dimitrov Daniella*, *Gaál Fanni*, *Herczeg Csilla Vivien*, *Hornyai Krisztina*, *Horváth Zsóka*, *Jánvári Klaudia*, *Joó Zsanett*, *Jovon Virág Viktória*, *Karácsony Szilvia*, *Latyák Balázs*, *Mátrai Teréz*, *Ördög Anita Ditta*, *Rábaközi Gergő*, *Strack Emese*, *Szőnyi Klára Judit*, *Tóth Marianna*, *Trautmann*

Laura, *Újlaki Hajnalka*, *Vandendriessche Edit* és *Varga Anett* voltak.

Az ünnepséget követően a jelenlévők *Lebstück Mária* huszárfőhadnagy az évforduló alkalmából felújított síremlékén elhelyezték a megemlékezés koszorúit. A megemlékezés *Éberl Nándor*, az 1848-as hős, diplomata, haditudósító sírjánál koszorúzással folytatódott.

Ünnepi koncert a díszteremben



Az *Erkel Gyula* Újpesti Zeneiskola művésztanárai, a zeneiskola énekkara, egykori és mai növendékei, valamint népdalköre folytatta március 15-én az újpesti Városháza dísztermében azt a szép hagyományt, hogy térítésmentes koncerttel örvendez-

tetik meg a nemzeti ünnep alkalmából a zeneszerető közönséget. Az ünnepi koncert ez alkalommal is teltházas volt, hiszen a Himnusz és a Szózat közös eléneklése közé foglalt műsorban olyan zeneművek csendültek fel, amelyeket örömmel hallgat a közönség. A népdalkör és az énekkar – *Bakó Judit* vezetésével – a hangszeres zenészek: *Sipos Gábor Feltóti Zsuzsanna*, *Nyiriné Lakatos Gabirella*, *Petrovics Anna*, *Dancsó Diána*, *Csalló Roland* és *Mezei Pál*, az énekművészek: *Hruby Edit*, *Mondok Yvett* a romantika korából merített amikor az 1848-as népdalokat *Schumann: Románc*, *Haydn: Rondo alla Ungherese*, *Doppler: Magyar Fantázia*,



Dvorzsak: Dal a Holdfényhez, *Chopin: c moll Nocturne*, *Scumann: Fantasiestücke*, *Erkel: Bánk bán* című operájából *Melinda áriáját* szötte a műsorba. Az est különleges élményét jelentette *Mezei Pál* zongorajátéka, aki az esten fellépők zongorakísérője volt, *Bartók: Szvit – op. 14* – szólaltatta meg, nagy sikerrel. Verset *Nagy Márton Ádám* szavalt.

– B. K.



Főtér-program 2009–2010.

Célegyenesben

A hosszúra nyúlt tél és a régen várt enyhülés után látványos változások indultak meg a Főtér-program idejének munkálatainak megkezdésével. Teljesen átalakul a Károlyi-szoborpark burkolata és növényzete, a Városháza épülete és a Károlyi István utca közötti területen megkezdődtek a szegély- és folyókaépítési, valamint a végleges burkolati munkák. Áthelyezésre került az István úti buszmegálló és taxiállomás, megkezdődtek az eredeti buszmegálló járdaburkolatának felújítási munkái.



ELVÉGZETT MUNKÁK

1. Felvonulás – ideiglenes közüzemek kialakítása, konténerek, szociális helyiségek elhelyezése – bontási munkák megkezdése, a terület körbekerítése, őrzés felállítása.
2. A megmaradó fák védelmének kialakítása, a forgalomterelési közlekedési táblák kihelyezése.
3. Húsbolt és BKV-pavilon elbontása.
4. A parkoló berendezések gyártása és szerelése, valamint a parkoló elkerítésére szolgáló U alakú korlátok leszállítása. A parkoló üzemszerűen működésének biztosítása.
5. A 80/100-as vízvezeték kiépítési munkái befejeződtek, a föld visszatöltése megtörtént.
6. A csobogó-vízgépház és a vízijátékok gépházának a szerkezetépítési munkái befejeződtek.
7. A vízgépházak szigetelési munkái elkészültek a földvisszatöltési munkákkal együtt.
8. A terület vízellátásának fogadására alkalmas akna szerkezetépítési munkái befejeződtek, a vízvezeték nyomvonalának kialakítása megkezdődött.
9. A templom új csatornárákötése elkészült a vízóraakna kialakításával együtt.
10. A katolikus templom vízellátásának kialakítása, új rákötéssel és visszatáplálással, valamint az új elektromos betáplavezeték lefektetése megtörtént.

11. A templom és a piaccsarnok közötti kiszolgáló út I. ütemének bontási és építési munkái befejeződtek, ezen terület további felhasználás céljára átadásra került. A piaccsarnok előtetőjének elbontása szintén elkészült.
12. A templom és a piaccsarnok közötti kiszolgáló út II. ütem bontási és építési munkái befejeződtek, ezen terület további felhasználás céljára átadásra került.
13. A piac-kiszolgáló utca bontási és építési munkái befejeződtek az ütemtervnek megfelelően a keramitos parkoló felőli merőleges ráhajítás miatt kialakított ún. „S” kanyar kivitelezési munkáival együtt.
14. A Duna-tengelyen a burkolati szegélyek elhelyezése, valamint a végleges burkolati munkák befejeződtek.
15. A pergola szerkezetépítési munkái folytatódtak, a felmenő falszerkezet elkészült.
16. A 400-as vízvezeték leágazó vezeték szakasz kialakítása megtörtént, annak érdekében, hogy a Duna-tengely burkolási munkái akadálytalanul folytatódhassanak.
17. A csobogók gépészeti vezetékhálózatának kiépítése befejeződött.



18. A terület vízellátásához szükséges vízvezetékek nyomvonalai kialakításának befejezése.
19. A Károlyi-szoborpark területének kitakarítása befejeződött.
20. A Szent István tér 1-4 sz. előtti NA100 GÖV vezeték kiváltása megtörtént.
21. A katolikus templom mellett elhelyezkedő ún. szimbolikus kerítés, illetve a kiülő támfal szerkezetépítési munkái befejeződtek, a főbejárat új kialakításának bontási és építési munkáival együtt.
22. Bontási munkák folytatása a téren.

JELENLÉGI MUNKÁLATOK

1. A Városháza épülete és a Károlyi István utca közötti területen megkezdődtek a szegély- és folyókaépítési munkák, a CKT hordozóréteg kialakításával valamint a végleges burkolati munkákkal.
2. Károlyi-szoborpark területének bontási és szegélyépítési munkái megkezdődtek.
3. Az NA400 GÖV vezeték kiváltási munkái – a keramitos parkoló melletti területen, valamint a Kemény Gusztáv utcában a József Attila u. csomópontjáig tartó szakaszon – befejeződtek, a burkolat helyreállítási munkák folyamatban vannak.
4. A Városháza főbejárata előtti parkoló északi felének burkolatbontási, folyókaépítési munkái megkezdődtek, CKT hordozóréteg kialakításával együtt.
5. Az elektromos nyomvonalak kialakításának folytatása a Károlyi szoborparkban valamint a Városháza épülete körüli területen. Az elektromos kábelek védőcsöveinek telepítése folyamatos.
6. A Városháza épületét körülölelő porphyrt burkolat elhelyezése folytatódott.
7. A vízijátékok szerkezetépítési munkái folytatódnak – a vízgépészet kivitelezési munkái megkezdődtek.
8. Az István úti buszmegálló és taxiállomás áthelyezésre került, az eredeti buszmegálló járdaburkolatának felújítási munkái megkezdődtek.
9. A Mády Lajos u. bontási munkái megkezdődtek.
10. A Templom u. és a Károlyi István u. kereszteződésében a szegélykorrekciós munkák megkezdődtek.

KÖZELJÖVŐ MUNKÁLATAI

1. A burkolási, szegélyelhelyezési munkák folytatása, komplettírozása.
2. A vízijátékok szerkezetépítési munkáinak befejezése, vízgépészeti munkák folytatása.
3. Elektromos nyomvonalak kialakítása, valamint a vezetékhálózatok kiépítésének folytatása. A végleges közvilágítási hálózat kiépítésének folytatása.
4. A Városháza épülete körüli területeken, a Károlyi szoborparkban a megkezdett munkák folytatása.
5. A Mády Lajos u. és a Templom u-i csomópont bontási-építési munkáinak folytatása.
6. A beépített elemek – pl.: padok, csobogók, ivókutak – építési munkáinak folytatása.
7. Bontott építési törmelékek folyamatos elszállítása.

Medvezsoltár

Április 1-én 18 órakor az Újpest Televízió stúdiójában, az Ady Endre Művelődési Központban kerül bemutatásra a Medvezsoltár című zenés vers- és táncszínház. Dóczy Péter színművész, illetve a „Mentés másként” együttes Nagy László költészetét hozza közel a nézőkhöz. **Dóczy Péterrel**, az előadás egyik megálmodójával és szereplőjével beszélgettünk.



– Nagy László fia, Nagy András 2007-ben, a költő születésének évfordulójára kért fel egy előadásra. Tulajdonképpen ebből született meg az egy évvel később megjelent hangskönyv ötlete is, melyen a költő kevésbé ismert verseit adom elő – mesélte Dóczy Péter. – Az előadásokon és a hangskönyvön is szereplő együttes két tagjával, Ivánovics Tündével és Fábri Gézával hamar megtaláltuk a közös hangot, mondhatni, egy nyelven beszélünk; ők ketten csodálatos zenei anyagot állítottak össze a versek-

hez. Nagy András segített a költő által készített grafikák, rajzok, kéziratok kiválasztásában, mely a hangskönyvet díszíti. Célunk az volt, hogy egyedi, különleges, a költészetet értő és szerető közönségnek szóló albumot és előadást hozzunk létre. A Katolikus Rádióban vettük fel az anyagot, a lemezbemutató előadásra 2008-ban, a Petőfi Irodalmi Múzeumban került sor.

– *Hogyan tudott felkészülni a hanganyag felvételére? Milyen segítségeket kapott?*

– Sokat olvastam Nagy László naplóját, írásait; beszélgettem fiával, akit régóta barátomnak is mondhatok. Ahogy említettem, Andrással együtt bábáskodtunk az anyag megszületésénél. Ötlemtünk volt arra is, hogy más nyelvekre is le kellene fordíttatnunk a verseket, de nagyon nehéz volna visszaadni a szavak ritmikáját, szépségét, dallamosságát, a magyar nyelv erejét.

– *Minden alkalommal más előadás születik meg?*

– Igen, hiszen az élő közeg sok mindent megváltoztat. Az előadóművész és a közönség mindig reagál egymásra. Sok helyre eljutottunk ezzel az anyaggal már: Magyarország számos városában, Erdélyben, Szlovénia és Szlovákia településein is sikert arattunk. Nagy László organikus költő volt, különleges, bensőséges kapcsolatban állt a természettel. A versek ritmikája, dinamikája, zeneisége számomra a gyökerekig hatol, ősi erőt, valamifajta sámánisztikus hangulatot érzek a szavakból,

különösen a Medvezsoltár című költeményében. Biztos vagyok benne, hogy ezt az erőt a közönség is megérzi. Az előadáson általam készített archív filmekből összeállított anyag szolgál a díszlet kiegészítésére, s a zene is közelebb viszi a nézőket a költeményekhez. A szavak, a zene és a képek egymást erősítik. Azt hiszem, a különböző korosztályokat is könnyebben tudjuk így megszólítani, hiszen ugyanannyi diák, mint felnőtt, vagy idős ember tekint meg az előadást, amely egyébként rengeteget kivesz belőlünk, de legalább ugyanannyit ad is. A Medvezsoltár például több mint tízperces vers, jelentős koncentrációt, odafigyelést és átélést igényel.

– *Hogyan hatottak, hatnak önre Nagy László versei? Megfejtette a titkukat?*

– Számomra Nagy László személyes üzenete az igazság folytonos keresése, az emberség, emberiség. Ritkán hallott, olvasott, előadott verseket választottunk a hangskönyvre, s ezeket mutatjuk be az előadás során is. A pásztoralbók, az Aszszony-fejű felleg, a Farsangi tükör-dal mind ilyen. A Harag című verse az '56-os emlékekre és személyes élményekre épül, az individuumok és a közösség találkozási pontját szimbolizálja, egymás megismerését, elfogadását jelenti számomra. A Szindbád című verset a költő hitvallásának érzem. De hogy mi volt Nagy László titka? Azt hiszem, a titkainkat igazán csak a jóisten ismeri. Az övét is. És ez így van jól.

– P. K.

Síremlékfelújítás – önszorgalomból



Horváth Viktor kőfaragó mester, akinek műhelye az újpesti Szondi utcában van, felújította Lebstüch Mária huszárfőhadnagy Megyeri úti temetőben lévő sírját. A 33 éves fiatalember igen szerény, nem kér és nem vár ennél az egyetlen mondatnál többet, nagyobb nyilvánosságot. – Újpest-megyeri kőfaragóként, saját önszorgalmam és elgondolkodásom nyomán tettem – mondja lapunk megkeresésére.

Győzködöm, beszélünk a készítéséről, hátha más számára is példa lehet a közösség érdekében végzett felajánlása. Így megtudom: a családban a felmenők között jó kezű mesterek, szorgalmas iparosok vannak, ám ő az

első, aki a kő megmunkálója, és a helyi közösség érdekében tett adakozásnak is ez az első, ám jól látható jele. Horváth Viktor úgy gondolja, nem tartozik a tehetős kőfaragók közé, tőle most annyi tellett, hogy mintegy 150 órás munkafolyamattal, a temetkezések utáni délutáni csendes órákban felújította a síremléket.

– Tudom, hogy a Megyeri temetőben nemzeti hősök, híres személyiségek nyugszanak, itt van például Éberl Nándor haditudósító, diplomata, az 1848–1849-es forradalom időszakának újabb hírességének nyughelye is. A másfél tonnás gránit obeliszok felújítására egyszemélyesen vállalkoztam volna, a költségek is hatalmasak lennének és nem egyszemélyes munka – mondja a fiatalember.

Pasche Lebstüch Mária, az 1848–49-es forradalom és szabadságharc főhadnagyának híres alakja, aki sok más csata mellett részt vett a branyiszközi és a kápolnai összecsapásban, ott volt Buda visszavételénél is. A személyéről kialakult képet a valóság és a legenda szálai egyaránt át-

szövik, már amiatt is, hogy férfiként harcolt. A bukás után hat hónapig az aradi várban raboskodott, ott szülte meg a fiát is. (Unokája, Jónák Gyula lesz később az újpesti hivatásos tűzoltóság megteremtője.) Jókai Mór regényt, Huszka Jenő operettet írt éltéről, így vált irodalmi alakká. Életének utolsó 12 évét – 1892-ben bekövetkezett haláláig – Újpesten, a fiánál, Jónák Pálnál töltötte. Lebstüch Máriát az újpesti régi temetőben temették el, amely az Apponyi, Tél, Diófa, utca és a villamosvonal és a vasúti töltés által határolt területen volt. A régi temetőt 1964-ig fokozatosan felszámolták, így került Lebstüch Mária sírja is a Megyeri temetőbe, a bejáratától a ravatalozóig tartó főút mentére, a 26-os parcellába.

– Nagyon sokan felfigyelnek a névfeliratot olvasva a sírra, még azok is, akik csak egy gyászszertartás idejére jönnek a Megyeri temetőbe – folytatja Horváth Viktor. – Az újpestieknek emlékezetében Lebstüch Mária nemcsak a szabadságarc egyik hőse, hanem több annál, az élő emlékezet ré-

sze. Ezt igazolni láttam, amikor a felújításba fogtam, ugyanis nagyon sokan megszólítottak, odajöttek hozzám, beszélgettünk. Tapasztaltam, hogy a márvány obeliszkre ráfér a felújítás. Üdvözlök a síremlék gondozását a helyiek. Mivel nekem a temető a munkahelyem, a kegyeleti kultúra nemesebítése, ápolása számomra természetes dolog. Saját lakóhelyemen ezt művelem, de osztom azt a véleményt is, mely szerint a temető nyitott történelemkönyv mindenki számára. Figyelemmel kísérem a Nemzeti Emlékhelyek és Kegyeleti Bizottság rendezvényeit a Farkasréti temetőben is. A Lebstüch-síremlék felújításához a kegyeleti bizottság főtitkáráról és természetesen a temető igazgatójától kértem engedélyt. Az igazgató úr támogatta a munkát, és a sírt befutó borostyánt is visszavágatta. A munkát egyedül el tudtam végezni, nem kellett a sírt szétszedni, az alapja ugyanis jó állapotban volt, a négy részből álló márvány obeliszket átcsiszoltam. Sajnos az obeliszken lévő dombormű rendbehozatalához már szobrász, vagy restaurátori kéz kell. Bizakodom: talán lesz, aki befejezi.

– B. K.



A firkától az önkifejezésig

Újpesten komoly hagyományai vannak a vizuális kultúrának, de nem csak az alkotóművészek körében. A pedagógusok segítségével a diákok kisiskolás kortól kezdve elsajátíthatják az alkotói látásmódot, és gyakorlatot.

Ezt bizonyítja az Árpád út 66. alatt található Újpest Galériában március 16-án megnyílt módszertani kiállítás is, melynek az Újpesti Pedagógiai Szolgáltató Központ a „Firkától az önkife-

jezésig – az alkotó gyermek” címet adták. A cím pontosan kifejezi a művészettel foglalkozó pedagógusok célját is: a rajzolás alapjainak, s emellett az alkotás, a kreativitás örömeinek magas színvonalú átadását. Több száz munkából válogatott a szakértő zsűri: csendéleteket, mese- és versillusztrációkat, különböző témájú alkotásokat küldtek be a gyerekek. Az alsós tanulók munkáit *Szarka Hajnalka*, a felsősökét *Sípos Endre* festőművészek bírálták el, s ahogy minden évben, az első helyezettek idén is részt vehetnek a fővárosi rajzversenyen, ahol az újpesti gyerekek rendszeresen rendkívül jól teljesítenek, rangos helyezéseket érnek el.

Ahogy a kerületi rajz munkaközösség vezetője, *Vincze Ágota* fogal-

mazott a kiállítás megnyitóján: egy-egy jól sikerült munka, és természetesen maga a tárlat is a gyerekek és a pedagógusok közös érdeme. A diákok szorgalma, a tanárok hosszadalmas munkája szülte meg azokat a gyönyörű alkotásokat, melyek március 28-ig díszítik az Újpest Galéria falait. Érdemes megnézni! – P. K.



A múltból a jelenbe

Helytörténeti verseny általános iskolás korosztálynak

Közel húsz éves hagyománya van annak, hogy az Újpesti Helytörténeti Alapítvány vetélkedő meghirdetésével ösztönzi arra az újpesti diákokat, hogy minél többet tudjanak meg lakóhelyük múltjáról és jelenéről. Páratlan évben a középiskolások, páros évben az általános iskolák csapatai mérkőznek meg egymással.



Ez is helytörténet: a károlyisok jelenete a Károlyi Kórházról

A március 5-én, az Újpesti Gyermek és Ifjúsági Házban megrendezett versenyen – amely a hagyományok folytatása mellett Újpest 170 évvel ezelőtti alapításának is emléket állított – hat csapat 5-8. osztályos diákjait buzdította *Balán Beatrix*, Újpest alpolgármestere, a zsűri elnöke. A játékos versenyen a legjobb szereplésre, szerencsés részvételre, valamint arra: őrizték meg a lakóhelyük iránti ér-

deklódést, hiszen ahhoz, hogy egy fiatal teljes életet éljen, szűkebb hazájáról mindent tudnia kell.

A vetélkedőre való felkészülést több hónapos kutató és feltáró, megismerő munka előzte meg, enélkül esély sem lett volna a pontszerzésre, ugyanis a felismerést, az előadást, valamint a szituációs feladatok megoldását egyaránt elvárta a zsűri (amelynek tagjai: *Szöllősy Ma-*

rianne, az Újpesti Helytörténeti Gyűjtemény vezetője, *dr. Kovács Ivánné*, az Újpesti Városvédő Egyesület Elnöke, *Bánhidi Edit*, az Újpesti Pedagógiai Szolgáltató Központ igazgatója, *Neufeld Györgyné*, a Polgármesteri Hivatal referense, és az elnöki tisztelet idővel átvéve *Mészáros Ferenc*, az önkormányzat kulturális tanácsnoka. A vetélkedő lebonyolításában *Rojkó Annamária*, az Újpesti Helytörténeti Értesítő főszerkesztője, valamint a játékmester: *Kerekes György*, a Újpesti Gyermek- és Ifjúsági Ház igazgatója segített.

A feladatok során a játékosok fantáziájára legalább annyira kíváncsi volt zsűri, mint a konkrét tudásra. Ügyesen megoldották a csapatok azt a feladatot, amelyben egy-egy kivetített fényképen látható újpesti épület nemcsak felismerniük kellett, hanem történetét – jelenetben – „elmesélni”. Betekinthettünk a Károlyi Kórház, az Újpesti Műszaki Szakközépiskola, a Szülőotthon, az Újpesti Uzsoda, a Városi Kórház és a Közművelődési kör, vagyis a mai a Polgár Centrum létrejöttének idejébe, a falak közt zajló eseményekbe. A versenyt színesítette többek között a virtuális séta a köztéri szobrok körül, egy-egy állítás – igaz, vagy hamis – csoportba sorolása. Az alig 14 évesek azzal is szembesültek, milyen embert próbáló feladat egy állásinterjú, kiváltképpen, ha Károlyi István gróf, a város alapítója keres személyesen mesterembereket, vállalkozó-

kat, tőkéseket a város fejlesztésére, akiket a versenyzők személyesítettek meg. Korabeli álláshirdetéseket szövegeztek a városrészben jellemző szakmák képviselői nevében. A diákok remekül szerepeltek, a középiskolás korosztály, sőt, sok újpesti felnőtt várostörténeti ismeretanyagát is túlszárnyalva oldották meg a feladatokat.

A versenyt a Károlyi István 12 Évfolyamos Gimnázium csapatának diákjai: *Balázs Bence*, *Blázy Márton*, *Kulcsár Nóra*, *Olajos Anita* és *Ruszkai Bálint* nyerte meg, felkészítő tanár: *Antos Gábor*. Második helyen az Angol Tagozatos Általános Iskola csapata végzett: *Farkas Nikolett*, *Fejes Sára*, *Hirmann Blanka*, *Láposi Kinga*, *Varga Marcell*. Felkészítő tanár: *Kalóné Romhányi Ildikó*. A harmadik helyen a Babits Mihály Gimnázium csapata: *Kovács Ádám*, *Mike Dániel*, *Nagygyörgy Péter*, *Németh Enikő* és *Temesi Bence* végzett, felkészítő tanár: *Balázs Gábor*. A dobogósok mögött a negyedik helynek a *Szigeti József Utcai Általános Iskola*, az ötödik helynek a *Szűcs Sándor Általános Iskola* és a hatodik helyezésnek az *Erzsébet Utcai Általános Iskola* csapata örülhetett. Minden győztes és helyezett csapattag értékes könyvajándékkal távozott, amelyet a versenyt meghirdető Újpesti Helytörténeti Alapítvány mellett az Újpesti Városvédő Egyesület, az Újpesti Közművelődési Kör, valamint Újpest önkormányzata ajánlott fel. – B. K.

Gordiusz és Zrínyi Ilona matematikaverseny

Több száz újpesti diák sikere

A XXI. Zrínyi Ilona és Gordiusz matematikaverseny II. körzeti eredményhirdetésének színhelye volt március 10-én a Babits Mihály Gimnázium, ahová több száz diákot, szüleiket és a felkészítő tanárokat vártak.

A bevezetőben elhangzott: a verseny első fordulóján 63 419 diák oldotta meg a verseny feladatait. A résztvevők közül 16 632-en a határon túlról érkező felvidéki, erdélyi, kárpátaljai és vajdasági diák volt. A IV., a XIII., és a XV. kerület diákjai által alkotott úgynevezett II. körzet 7 iskolájában 1 202 résztvevővel zajlott a verseny. Újpesten Babits, a Csokonai, a Károlyi gimnáziumok, az Újpesti Műszaki Szakközépiskola és Gimnázium, valamint a Gyermekház Általános Iskola, Szakközépiskola és Gimnázium biztosította a lebonyolítást. A területi verseny szervezője Földiné Veress Zsuzsanna, a Babits Mihály Gimnázium tanára volt. A több száz díjazottat lapunkban nem tudjuk külön-külön megemlíteni, így összeállításunkban az újpesti oktatási-nevelési intézményekben tanuló, a versenyben első helyezést elérő diákok nevét adjuk közre a felkészítő tanárokkal együtt. A díjátadók egyike Belán Beatrix alpolgármester volt.

Csapatverseny, szakközépiskolai kategóriában minden évfolyamon az Újpesti Két Tanítási Nyelvű



Szakközépiskola és Gimnázium csapatai nyertek: 9. évfolyamosok: *Simonyi Gergő, Dorogi Bálint, Balázs Tamás*. 10. osztályosok: *Drótos Péter, Kállai Zsolt, Léhárt Gergely*. 11. osztályosok: *Koblász Kolos, Bajai Gergő, Filip Ákos*. 12. osztályosok: *Simon Lajos, Kovács András, Korbel Sándor*.

Csapatverseny, általános iskolások: 3. évfolyamosok: 1. helyezés: Angol Tagozatos Általános Iskola: *Kovács Domokos, Kulcsár Zsolt, Pákozdi Kinga*. 4. évfolyamosok: 1. helyezés: Karinthy Frigyes ÁMK Általános Iskola: *Molnár Péter, Hegedüs Dóra, Pető Ádám*. 6. évfolyamosok: 1. helyezés: Babits Mihály Gimnázium: *Mérő Krisztián, Bazsó Sándor, Helli Gabriella*. 7. évfolyamosok: 1. helye-

zés: Babits Mihály Gimnázium: *Szöke Márton, Szalay Gábor, Miaveczi Balázs*.

Egyéni versenyek újpesti győztesei, a szakközépiskolások mezőnyében: 9. évfolyamosok: 1. helyezett: *Simonyi Gergő* Újpesti Két Tanítási Nyelvű Szakközépiskola és Gimnázium, felkészítő tanára: *Guber Tamás*. 10. évfolyamosok: 1. helyezett és a döntőben versenyezhet tovább: *Drótos Péter*, Újpesti Kéttanítási Nyelvű Szakközépiskola és Gimnázium, felkészítő tanára: *Nánási Gabriella*. A 11. és 12. évfolyamosok mezőnyében szintén az Újpesti Műszaki Szakközépiskola és Gimnázium diákjai a *Koblász Kolos* – tanára: *Kámán Ildikó* – illetve *Simon Lajos*, – tanára: *Vargáné Jankó Éva* lett az első.

Gimnáziumi kategória győztesei: 10. évfolyamosok: *Marton Andreea*, Babits Mihály Gimnázium, tanára: *Barina Johanna*. 11. évfolyamosok: *Tar Bence*, Babits Mihály Gimnázium, tanára: *Marton Sándor*. 12. évfolyamosok: *Marton Tamás* – aki a döntőben versenyezhet tovább, Babits Mihály Gimnázium, tanára: *Ferenczfi Magdolna*.

A Zrínyi-verseny legjobbjai: 3. évfolyam: 1. helyezés: *Kovács Domokos*, Angol Tagozatos Általános Iskola, tanítója: *Pappné Kormos Judit*. 4. évfolyam: 1. helyezett: *Molnár Péter*, Karinthy Frigyes ÁMK Általános Iskola, tanítója: *Konokné Gyetvai Márta*. 5. évfolyam: 1. helyezés: *Szandi Nándor*, Angol Tagozatos Általános Iskola, tanára: *Töriné Dargó Judit*. 6. évfolyam: 1. helyezés: *Mérő Kriszti-*

án, Babits Mihály Gimnázium, tanára: *Kazinczyné Darnai Erzsébet*. 7. évfolyam 1. helyezés: *Szöke Márton*, Babits Mihály Gimnázium, tanára: *Martonné Czemel Katalin*.

A Zrínyi Ilona Matematikaverseny legeredményesebb általános iskolája 2010-ben, Budapest II. körzetében az Angol Tagozatos Általános Iskola lett. Az iskola 6. alkalommal vette át a kupát.

A Gordiusz verseny legeredményesebb újpesti felkészítő tanárai: Marton Sándor, Babits Mihály Gimnázium, *Hackné Nyerges Rita*, Nánási Gabriella, mindketten az Újpesti Két Tanítási Nyelvű Műszaki Szakközépiskola és Gimnázium tanárai.

A Zrínyi verseny legeredményesebb felkészítő tanárai: Földiné Veress Zsuzsanna, Kazinczyné Darnai Erzsébet és Martonné Czemel Katalin, a Babits Mihály Gimnázium tanárai, valamint *Egerszegi Krisztina*, *Pappné Kormos Judit*, *Somogyváriné Polgár Zsuzsanna*, *Töriné Dargó Judit*, az Angol Tagozatos Általános Iskola tanárai, továbbá *Konokné Gyetvai Katalin*, a Karinthy Frigyes ÁMK Általános Iskola tanára lettek.



Veszíts el egy könyvet! – Világjáték

Világszerte sokasodik az elvesztett könyvek száma a nemzetközi bookcrossing játék jóvoltából.

A NAGY KÖNYVELVESZTŐ NAP

A játék magyarországi indulásának kétéves évfordulójára a kezdeményező orosházi Justh Zsigmond Városi Könyvtár tizenkilenc másik könyvtárral összefogva országos könyvelvesztőnapot szervezett. A *Fővárosi Szabó Ervin Könyvtár* az olvasást népszerűsítő, az olvasási kultúra elterjesztését szolgáló pályázati programjának részeként kapcsolódik a mozgalomhoz. 2010. március 25-én Budapest egész területén 50 szépirodalmi könyvet veszítünk

el, remélve, hogy értő olvasójukra találunk. A megtaláló jutalma az élményen túl az a lehetőség, hogy megtalálóból könyvelvesztő lehessen.

Tudnivalók a játékról:

www.bookcrossing.com,

veszitsel.konyvtar.hu, www.fsze.hu

Infó.: Király Könyvtár, tel.: 369-4979

A VESZÍTŐ A NYERŐ

Mindenki lehet megtaláló, olvasó és nem olvasó, felnőtt és gyermek, jó módú és szegény. Játékunk a lakosság

minden rétegének és életkori csoportjának tagjait szeretné elérni azzal az üzenettel, hogy olvasni élvezetes és érdekes élmény. A könyvet kedvelő emberekre használt megnevezések: olvasó, könyvmoly, könyvfaló, könyvbarát, könyvkukac. A könyvet nem kedvelő emberekre mondjuk: könyvrongáló, könyvpusztító, könyvkerülő, könyvön kívüli, nem olvasó.

ÉRDEKESSÉG:

A könyvdühönc, aki szenvedélyesen gyűjti a könyveket. A könyvdühöncöt nem érdekli, mi van a könyvében, a ritkaságra, különösségre vagy a menynységre pályázik. A történelem leghíresebb könyvdühöncé Richard Hebbel (1773–1833) volt, aki maga és

ügynökei révén félmillió könyvet szerzett meg, de sosem olvasta őket – írja Ráth Végh István. A könyv komédiája című könyvében.

LELŐHELYEK ÉS VESZTŐHELYEK

Olvasásra ajánljuk, ezért veszítjük el! Az első napon a könyvtárak hagyják el a könyveket. A veszítőhelyeket honlapunkról elérhető térképen jelöljük be az érdeklődők számára. A könyvek további útját a „veszíts el” – honlapon és blogján követhetjük nyomon. Híres „vesztőhelyek”: A kisköfalatti, a Kossuth utcai lottózó, ELTE-előadóterem, otthon a hallban, a székesfehérvári vasútállomás peronja, a piactéri hentesüzlet, a bokor és a Fő utcai telefonfülke.



AZ ADY ENDRE MŰVELŐDÉSI KÖZPONT PROGRAMJAI

KISHON: HÁZASSÁGLEVÉL

2010. március 27., 19 óra

Komédia két részben.

„Káprázatos!” Premier.

Szereplők: Besenczi Árpád, Fehér Anna, Kovács Mimi/Nemes Vanda, Lipics Zsolt/Gieler Csaba, Vidákovics Sziláven/Zöld Csaba, Sztankay Orsolya/Vertig Tímea. Rendező: Besenczi Árpád

ÚJPEST SZÍNHÁZ BÉRLET

3. ELŐADÁS

2010. április 10., 19 óra

Arthur Miller: Édes fiaim

OPERAPORTRÉK

2010. március 25., 18 óra

TEMESI MÁRIA – szoprán, és növendéke: *Bobanj Rebeka* 2. szoprán. Puccini: Tosca – Tosca imája, Puccini: Manon Lescaut – Manon áriája a 4. felvonásból, Händel: Rinaldo – Almirena áriája, Rossini: A sevillei borbély – Rosina áriája, Puccini: A fecske – Magda áriája. Zongorán közreműködik és a műsort vezeti: Köteles Géza. Belépő: 500 Ft

ZORÁN KONCERT

2010. április 7., 19 óra

Jegyár: 3800 Ft,

NAGY LÁSZLÓ: MEDVEZSOLTÁR

2010. április 1., 18 óra

Zenés vers és táncszínház

Szereplők: Dóczy Péter színművész és a *Mentés másként együttes* (Fábi Géza – koboz, Ivánovics Tünde – ének és Lipták Dániel – hegedű Tánc: Gyurka Fábián) Belépő: 500 Ft

„KATTINTS RÁ, NAGYI!”

A Budapesti Művelődési Központ ki-helyezett kurzusa! Felnőttképzési nyil-vántartási szám: 01-0294-04; AL-1738. Időtartama: 6 hét, heti 1 x 4, ill. 5 óra (25 tanóra) Foglalkozások: kedden, ill. szerdán vagy csütörtökön. Tematika: alapismeretek, az internet és használata, webböngészés, keresés a weben, elektronikus levelezés. Beiratkozás fo-lyamatosan, április 1., 10 órától az in-formációnál, jelentkezési sorrendben, a csoportonkénti létszámkeret hatá-

ráig (15 fő/csoport). Indítható: 3 cso-port. Kérjük, hozza magával nyugdíjas igazolványát! Részvételi díj: 1000 Ft.

„A JÓ BORNAK NEM KELL CÉGÉR”

2010. március 26., 15 óra

Tavaszköszöntő nótaműsor *Fejes Im-re* emlékére. Jegy ár: 900 Ft.

EURÓPA KULTURÁLIS

FŐVÁROSA PÉCS 2010

Az Európa Kulturális Fővárosa pro-gramsorozat alkalmával változatos és sokszínű programokkal várják az ér-deklőket. A rendezvényekről bővebb információt a www.pecs2010.hu hon-lapon valamint az Ady Endre Műve-lődés Központban tudunk nyújtani.

ÚJPEST GALÉRIA

Újpesti iskolák rajzpályázata március 28-ig, az Újpesti Lengyel Kisebbségi Önkormányzat szervezésében fotó ki-állítás március 28-ig.

www.adymk.hu



AZ ÚJPESTI GYERMEK- ÉS IFJÚSÁGI HÁZ PROGRAMJAI

BABA-MAMA KLUB

Március 30., 9.30-11 óra

Az otthon lévő anyukákat és a kö-zösségbe nem járó kicsiket várjuk klubunkba minden második ked-den. A belépés díjtalan.

SZÍNHÁZI ELŐADÁSAINK

Műsorváltás! Az Ovis-Sulis Szín-ház keretén belül március 26-án a Tavasztündér mosolya című darabot adja elő a Hókirálynő Mese-színpad. Jegy ára: 900 Ft/előadás. A Zeneszínház idei bérletes évadja március 25-én a Zabszalma Együt-tes Kakukk című műsorával fejező-dik be. Jegy ára: 900 Ft/előadás. A Vasárnapi Színház következő mű-sora március 28-án a Bob és Bobek, a Vaskakas Bábszínház együttes előadásában. Jegy ára: 1100 Ft/előadás.

TAVASZI MEGÚJULÁS

EGÉSZSÉGNAP

Március 27-én 10-17 óra között. Szeretettel várjuk mindazokat, akik kíváncsiak szervezetük állapotára, és szeretnének megismerkedni az egészség megőrzésének lehetőségei-vel. 10-14 óra között ingyenes álla-potfelmérés: vérnyomásmérés, test-zsírszázalék-mérés, vércukor- és

összcholesterinszint meghatározás, táplálkzási és életviteli tanácsadás, családtervezési tanácsadás 10-16 óra között: melanomaszűrés, csonttritkulás-vizsgálat, húgysav-szint-mérés, Helico-teszt, ortopédiai lábvizsgálat, hallásvizsgálat

Előadások: 11.30 óra: A fényterápia működéséről, hatásairól és haszná-lati tapasztalatairól. Előadó: Haász Endre, a Vitalcare fényterápia képvise-lője. 13 óra: Tavaszi megújulás kí-vül és belül, előadó: Horváthné Bo-ros Tünde. 14 óra: Magyar siker az egészségünkért – a Flavon-max ter-méksalád bemutatása.

Egész nap: Bemutató a Jókai Biocentrum szolgáltatásaiból. Ven-dégünk a Sahaja Jógaközpont, az Újpesti Lisztérzékenyek Egyesülete. Biotermékek, táplálékkiegészítők, gyógyhatású termékek bemutatója és vására. A rendezvényre a belépés díjtalan! Részletes információ a Böngésző programfüzetben, és a: www.ugyih.hu honlapon olvasható.

MESTERSÉGEK CÍMERE

Foglalkozásainkon a gyermekek kü-lönböző népi mesterségekkel, tevé-kenységgel ismerkedhetnek meg. A programra előzetes jelentkezés szükséges. Részletesebb információ a 399-7065-ös telefonszámon, illet-ve az ugyih@ugyih.hu e-mail címen kérhető.

FELHÍVÁS!

Otthonom, Újpest (Kedvenc helyeim) A kerületi általános és középiskolás tanulóknak hirdetjük meg rajzpályá-zatunkat, melyre a kerülethez kötő-dő alkotásokat várunk. Technika: szabadon választott. Méret: A/4 illet-ve A/3. Leadási határidő: április 12. Bővebb tájékoztató a 231-7082-es telefonszámon, és a www.ugyih.hu honlapunkon.

VÉRADÁS

2010. március 25-én 13-17 óráig. Ha Ön egészséges, elmúlt 18 éves, de még nem töltötte be a 60. élet-évét, és úgy érzi, hogy segíteni tud a rászoruló betegeken, jöjjön el a vér-adásra! „Adj vért, és ments meg há-rom életet!”

ÚJPESTI GYERMEK GALÉRIA

Március 22–április 4.

„ITT A TAVASZ!” B. Láng Ernesztin kiállítása. Megnyitó: március 22. 17

óra. A kiállítást megnyitja: Bertalan Tivadar Életmű-díjas képzőművész. Megtekinthető: minden nap 9-18 óra között.

www.ugyih.hu



A KARINTHY FRIGYES ÁMK PROGRAMJAI

BABAVILÁG – BABABÖRZE

Április 10-én, 9–13 óráig. Asztalfog-lalás: csak személyesen, március 22-én 9 órától. Díja: 1000 Ft/asztal. (1 m²). Minden érdeklődőt szeretet-tel várunk! Helyszín: KFÁMK Közös-ségi Ház

TAVASZI SZÜNET

Április 3-án, 10–13 óráig. Tojástartó kosárka és csuhé nyuszi készítés. Dí-ja: 500 Ft/fő. Helyszín: KFÁMK Fő-épület

AGYKONTROLL TANFOLYAM

GYEREKEKNEK

7-10 éveseknek: április 3., 10. 10-16 éveseknek júniusban. Díja: 18 000 Ft/fő. Részletes információ kérhető Pappné Sztupjanszky Zsuzsától a 380-6163-as telefonszámon. Helyszín: KFÁMK Főépület

CSÍ KUNG – TAI CSI TANFOLYAM ÉS GYAKORLÁS

A tanfolyamra teljesen kezdőket is várunk, a kapcsolódási lehetőség folyamatos. Foglalkozások: szerdán-ként 18.15–19.45 óráig. Díja: 5900 Ft/hó; diák és nyugdíjas bérlet ára: 4100 Ft/hó. Vezeti: Gervai Miklós András okleveles alternatív moz-gás- és masszázsterapeuta, Csi Kung – Tai Csi tanító, tel: 06-70-234-6599. Helyszín: KFÁMK Közös-ségi Ház

KIÁLLÍTÁS

Március 17–április 9: a Karinthy Fri-gyes ÁMK tanulóinak – „Tavaszi éb-redés” c. rajz- és fotópályázat kiállítá-sa. Helyszín: KFÁMK főépület, emele-ti galéria

ELŐADÓI EST A KÖLTÉSZET

NAPJA ALKALMÁBÓL

Április 14-én, 18 órakor Földes László HOBO József Attila: Nincs bocsánat című előadói estje. Belé-pő elővételben 1200 Ft/fő, a hely-színen 1500 Ft/fő. Helyszín: KFÁMK Közösségi Ház

www.karinthyamk.sulinet.hu



ITT AZ IDŐ!

Köszönjük mindazoknak, akik ajánlószervényükkel Dr. HOLLÓSI Antalt és WINTERMANTEL Zsoltot, a FIDESZ-KDNP képviselőjelöltjeit támogatták.

FOGADÓÓRÁK

Balázs Erzsébet; Hladony Sándor Gyula; Rádi Attila önkormányzati képviselők **április 5-én** 17-18-óráig tartanak fogadóórát. Helyszín: (1042 Bp., Árpád út 56.) Tel.: 369-09-05. **Bartók Béla április 6-án** 18-19 óráig; **Koronka Lajos április 8-án** 17-18 óráig tart fogadóórát. Helyszín: (1042 Bp., Árpád út 56.) Tel.: 369-09-05. **Nagy István április 6-án** 16-17 óráig tart fogadóórát. Helyszín: 1042 Bp., István út 11.

www.ujpestifidesz.hu



FOGADÓÓRA

Boruzs András frakcióvezető, egyéni képviselő (15. választókerület: Megyer-Székesdűlő) fogadóórája: Megyeri Úti Általános Iskola, minden hónap első hétfőjén 16.30-17.30. **Kovács Sándor** listás képviselő fogadóórája: Megyeri Úti Általános Iskola, minden hónap első hétfőjén 16.30-17.30.

www.szdszujpest.hu



AZ ÚJPESTÉRT EGYESÜLET KÉPVISELŐINEK FOGADÓÓRÁJA

Dr. Kató Balázs minden hónap második csütörtök 17–18 óra között. Helyszín: Munkásotthon utca 18. (Újpestért Egyesület helyisége) **Dr. Dabous Faye** minden hónap második csütörtök 17–18 óra között. Helyszín: Munkásotthon utca 18. (Újpestért Egyesület helyisége)



„ELMEGYEK

A MINISZTERHEZ”

Szeretettel meghívom Önt dolgozószobámba egy rendhagyó fogadóórára, **március 25-én** (csütörtökön) 14 órára. A minisztérium épületébe való beléptetés miatt előzetes bejelentkezés szükséges. Jelentkezni a 441-7947-es telefon-

számon lehet, március 24-ig minden hétköznap 8–12 óra között. (Az időpontok egyeztetése a jelentkezések sorrendjében történik.)

Kiss Péter országgyűlési képviselő

PARLAMENT-LÁTOGATÁS

Szeretettel meghívom önöket **március 26-án** 10:30 órától tartandó Parlament-látogatásra. A Parlament épületébe való beléptetés miatt előzetes bejelentkezés szükséges. Jelentkezni a 441-7947-es telefonszámon lehet, március 25-ig minden hétköznap 8 és 12 óra között.

Kiss Péter országgyűlési képviselő

TEADÉLUTÁN

Tisztelettel meghívom Önt és kedves családját **március 25-én** 17 órakor kezdődő Teadélutánra – egy rendhagyó fogadóórára –, melynek helyszíne: Újpesti Polgár Centrum (Árpád út 66.)

Várom szeretettel: **Csizmár Gábor országgyűlési képviselő**

„Mi itt vagyunk!”

SZÜLETÉSNAPI „KI MIT TUD?”

Szeretettel meghívjuk Önt és kedves családját a „Ki mit tud?” Pódium születésnapi ünnepségére – sok-sok meglepetéssel – **2010. március 24-én** 14 órai kezdettel a IV. kerületi Ady Endre Művelődési Központba (Tavaszi u. 4.). Fővédnök: **Kiss Péter, Csizmár Gábor** országgyűlési képviselők. A nagy érdeklődésre való tekintettel jegyeket kell igényelni. A jegyek átvételénél elsőbbséget élveznek azoknak van klubtagsági igazolványuk, vagy a KMT fellépői közé tartoznak. Jelentkezni az MSZP Újpesti-Káposztásmegyeri szervezetének irodájában (Nádor u. 1.), vagy telefonon a 272-0069-es számon lehet. Minden kedves érdeklődőt szeretettel várunk!

„Ki Mit Tud?” Klub szervezői

TAVASZKÖSZÖNTŐ / HÚSVÉTI CSALÁDI ÉS SPORTNAP

Sok szeretettel várunk minden kedves érdeklődőt **április 5-én** 10 órakor a Bogáncs utcai általános iskolá-

ba (XV. Bogáncs u. 51-53.) A résztvevők különféle sportágakban próbálhatják ki tudásukat: asztalitenisz, ügyességi verseny, kispályás foci. A kispályás foci esetében előzetes nevezés szükséges, melyre április 1-ig van lehetőség a 06-20/419-7828-as számon. Kispályás focinál két kategóriában: 18 év alatti és 18 év feletti 5+1 fős csapatok jelentkezését várjuk. A többi sportágnál elegendő a helyszíni regisztráció. A nevezés és a belépés díjmentes. A rendezvényre nem csak az aktív sportolókat várjuk, hanem a lelkes szurkolókat is, azaz mindenkit, aki egy jó hangulatú napra vágyik.

Családi napunkon lesz még „lucsoló-verseny” tojáskereső játék, nyuszisimogató, arcfestés, lufihajtogatás. „BOGRÁCSFÖZŐ”-versenyre is várjuk Önöket – az alapanyagról mi gondoskodunk –, melyre jelentkezni lehet április 1-ig a +3620/419-7828-as számon. Fővédnök: **Kiss Péter országgyűlési képviselő.**

MSZP Újpesti

Káposztásmegyeri szervezete

„KÁVÉHÁZI DÉLUTÁN” RENDEZVÉNYSOROZAT

Szeretettel meghívom Önt **március 30-án** (kedden) 17 órakor az Ady Endre Művelődési Központba (Tavaszi u. 4.). Vendégem: **Gergely Róbert** és táncosai. Jöjjen el, várom Önt! Jegyek ingyenesen átvehetők az MSZP Újpesti-Káposztásmegyeri szervezetének irodájában (Nádor u. 1.) vagy érdeklődni lehet telefonon a 272-0069-es számon.

Kiss Péter országgyűlési képviselő

NYÍLT NAP A HUHÁBAN

Öt éve került átadásra a korszerű füstgáztisztító rendszer és az átépített kazán a Fővárosi Hulladékhasznosítóban, közismert nevén HUHA-ban. Európa egyik legkorszerűbb üzemébe hívom Önöket **március 27-én** (szombaton) 10 órától. Találkozás a Hulladékhasznosító Mű (XV. Mélyfűró u. 10-12.) irodaépületének földszinti előadótermében. Megkö-

zelíthető a 125-ös autóbusszal. A látogatás során megtekintjük a korszerű füstgáz-tisztítási technológiai rendszert és az átépített kazánokat.

Kiss Péter országgyűlési képviselő

GITÁROSOK KLUBJA ÚJPESTEN

Egy olyan klub, ahol te is tanulhatsz, és tőled is tanulhatnak a gitár szerelmesei! Szeretettel várjuk a most alakuló klubunkba mindazok jelentkezését – kezdőket, haladókat, érdeklődőket –, akik szívesen vennének részt egy zenei közösség munkájában.

Ízelítőként: hangszer-történet, kottaismeret, összhangzattan, akkordok és fordításai, stílusgyakorlat, zeneelmélet. Figyelem: nem oktatás, csak konzultáció, a klubtagság ingyenes! Érdeklődni a 06/20-419-7878-as telefonszámon lehet H-SZ-P 10–15 óráig. Cím: Nádor u. 1.

CSALÁDI NAP

A Societas Újpesti Szervezete szeretettel vár mindenkit családi napjára **március 27-én**, szombaton 15 órától 18 óráig. Helyszín: Újpest, Nádor u. 1. Programunkban lesz lufihajtogatás, sok játék és móka.

www.mszpujpest.hu



A KDNP tisztelettel értesíti az újpesti választópolgárokat, hogy **Szalma Botond** képviselői fogadóóráját minden hónap első hétfőjén 18-19 óráig tartja a KDNP Templom u. 4. alatti helyiségében. Az esetleges kérdésekkel ezen az időponton kívül a kdnpujpest@gmail.com címen bármikor fordulhatnak hozzánk.



TISZTELT

SZIMPATIZÁNSAINK!

Köszönjük, hogy kopogtatócádulájuk átadásával, a kampányban való részvételükkel támogatták a Jobbik Magyarországért Mozgalmat. Önöknek köszönhetően **Pajor Tibor** képviselőjelöltünk elsőként adta le az indulásához szükséges ajánlószervényeket.

Jobbik Újpesti Szervezete

Győztesek és helyezettek

Az alábbiakban adjuk közre az Újpesti Pedagógiai Szolgáltató Központ összesítése alapján a kerületi számítástechnikai tanulmányi verseny

eredményét. A diákok neve és iskolájuk feltüntetése után zárójelben a felkészítő tanárok nevét közöljük.

1. helyezett: **Ruszi Bálint** (8. o.), **Károlyi István** 12 Évfolyamos Gimnázium (**Horváth Gy. Lugosi A.**), 2. **Szűcs Cintia** (8. o.), Német Tagozatos Általános Iskola (**Sulykos Lajos**), 3. **Kolyvek Vivien**

(8.o), Megyeri Úti Általános Iskola (**Szőnyi Zsuzsanna**), 4. **Szász Erzsébet** (8. o) Német Tagozatos Általános Iskola (**Sulykos Lajos**), 5. **Zsinka Bernadett** (7. o) Károlyi István 12 Évfolyamos Gimnázium (**Horváth Gy., Lugosi A.**), 6. **Salánki Sándor** (8. o) Angol Tagozatos Általános Iskola (**Szegfű Katalin**).

Ingatlan eladó

● **50 m²-es 1 + fél szobás újjépítésű lakás eladó, Munkásotthon u. 50-52. Tel.: 06 20 5 000 555**

● Egyedi fűtésű, kétszobás, 78 m²-es felújítandó öröklakás tulajdonostól eladó. **Jászai Mari tér 6. Ár: 22 Mft. Tel.: 06-70-421-6386**

● Tulajdonostól Újpesten eladó 80 m²-es önálló, betegrendés száraz családi ház 648 m²-es telken, **Szerűskert utcában**. Összkomfortos, csendes, napos, tágas udvar, garázs, melléképület, pince. Irányár: 34,9 Mft. Tel.: 06-70-318-63-59

● Eladó **Mogyoród, Kukukkhegy**, 18 km-nél 1167 m²-es telek kétszintes, 35 m²-es faházal, borospincével, fűrt kúttal, villannyal, gyümölcsfákkal, szőlőssel. Irányár: 7,5 Mft. Tel.: 06-20-540-6026, 370-2379

● Új családi ház **Dunakeszi-Alag lakóparkban** (Bp-től 6 km-re) 156 m² + garázs + terasz + pince + extrákkal, gyönyörű kerttel, tulajdonostól eladó. Irányár: 62 Mft. Tel.: 06-30-250-6560

● Újpesten, **Berda József utcában** 1,5 szobás lakás eladó. Nyílászárók, szőnyegpadló, burkolatok kicserélve. Fürdőszoba felújítva. Irányár: 7,5 Mft. Tel.: 06-30-316-3151, 306-8654

● Újpesten, a **Tinódi utcában** 35 m²-es gázfűtéses, vízőrás hárszsz tulajdonostól eladó. Saját kettérész, 8 m²-es tároló, tetőtér beépítési lehetőség. Irányár: 8,4 Mft. Tel.: 06-20-970-7228

● Újpest kertvárosában, a **Madách utcában** 96,5 m²-es felújított családi ház 618 m²-es telken tulajdonostól eladó (pince, 3 kamra). Irányár: 44,9 Mft. Tel.: 06-20-272-7766

● Eladó Újpesten, **Árpád úton** parkra néző, keleti, világos konyhás, 53 m²-es, 2 szobás, tehermentes panel. Felújított: erkély, ablakok, járólap, parketta, vízóra, biztonsági rács. Irányár: 9,3 Mft. Tel.: 06-20-518-7907

● **Újpesten-Megyeren** családi ház tulajdonostól eladó. Két különálló lakás, de egyben is megvásárolható! (2x30 m²). Ár: 6,9 Mft és 8,7 Mft. Tel.: 06-30-250-6560

● Újpesti Víztoronynál, **Laborfalvi utcában** magasföldszinti, alacsony rezsiű, világos garzonlakás részben felújítva eladó. Tel.: 06-70-417-9639

● Eladó a **Nagyvárad** Liget lakóparkban egy 62 m²-es, 2 és fél szobás, II. emeleti lakás. A lakáshoz zárt nagy udvar tartozik. Irányár: 21,3 Mft. Tel.: 06-20-975-6266

● **Izzó lakótelepen** magánzemélytől eladó egy 65 m²-es I. emeleti, két szoba-étközős, nem panel lakás. Irányár: 12,5 Mft. Ugyanitt 18 m²-es garázs is eladó 2,8 Mft-ért. Tel.: 06-70-297-6362

● **Újpesten, az Oxigén-ház mellett 54 m²-es új üzlet eladó, kiadó. Tel.: 243-2065, 243-1271**

● **Juharliget lakóparkban** 64 m²-es, 2,5 szobás, II. emeleti, parkra néző, újszerű lakás tulajdonostól eladó. 23,3 Mft. Garázs: 2 Mft. Bővebben: www.juharliget-lakas.blogspot.com. Tel.: 06-20-514-7571

● Újpestehez közeli hegyvidéki községben, **Vanyarcon** eladom, vagy újpesti ingatlanra cserélem cirkófűtéses, tehermentes, összkomfortos parasztházam termő gyümölcsösrel 300 nől panorámás területen. Irányár: 11,5 Mft. Tel.: 06-20-934-1573

● **Káposztásmegyer I-en** egyszobás, 37 m²-es erkélyes, jó állapotú VII. emeleti lakás sürgősen eladó tulajdonostól. Irányár: 7,4 Mft. Tel.: 06-20-396-2795

● Újpesten, **Nagyvárad** lakóparkban 2000-ben épült I. emeleti, kéterkélyes, 62 m²-es lakás eladó. Konyhában, fürdőszobában egyedi, beépített bútorok. Biztonsági felszerelések, cirkófűtés. Alacsony rezsi. Irányár: 20 Mft. Tel.: 06-20-3585-056

● **Újpest kertvárosában** eladó egy igényes kialakítású, teljes körűen felújított 74 m²-es földszinti lakás tulajdonostól. Parkolás az udvarban. Tujákkal övezett hátsó kerttel. Irányár: 24 Mft. Tel.: 06-20-329-1901

● Eladó Újpesten, a **Víztorony környékén**, 30 m²-es, földszinti, parkettás, vízőrás, konvektoros fűtésű lakás, azonnal beköltözhetően. Irányár: 6,6 Mft. Tel.: 06-20-925-4118

● Magánzemélyek! Az **Árpád Kórháznál** eladó egy 54 m²-es, kétszobás, világos konyhás, gardrób szobás, loggiás emeleti lakás. Irányár: 8,8 Mft. Tel.: 06-30-243-3411

● **Újpest kertvárosában** 580 m²-es saroktelken 250 m²-es, 6 szobás, 2 szintes (mindkét szinten összkomfort, légkondicionáló, riasztó), jó állapotú családi ház szuterénnel, két beálló garázzsal 49,9 Mft-ért eladó. A Nagyvárad Ligeti lakóparkban I. emeleti lakást beszámítunk. Tel.: 233-1645, 06-20-525-0216

● **Szilas lakóparkban**, háromemeletes társasház II. emeletén 2 + 2 fél szobás, 79 m²-es, cirkófűtéses, erkélyes lakás 2 m²-es tárolóval, teremgarázs beállóhellyel eladó. Irányár: 26 Mft (lakás, + 2,5 Mft) teremgarázs (külön-külön is megvásárolható). Tel.: 06-30-365-9336

● **Káposztásmegyer I-en** erdő mellett, keleti fekvésű, VIII. emeleti, teljesen felújított, egyedileg átalakított 2 + 2 fél szobás lakás eladó, vagy 2 szobásra cserélhető értékegyeztetéssel. Irányár: 14,8 Mft. Tel.: 06-70-940-23-84

Ingatlant cserél

● Elcserélném újpesti, **Tomori utcai** társasházban lévő 26 m²-es földszinti, gázfűtéses garzonom újpesti másfél szobás panellakásra, esetleg eladom. Irányár: 6,5 Mft. Tel.: 06-30-397-0001

Ingatlant kiad

● **IV. kerületben** 46 m²-es, 1 + fél szobás, gázfűtéses lakás csendes környéken 48 000 Ft + rezsiért kiadó. Jó közlekedés, alacsony rezsi. Tel.: 233-0771, 06-20-552-2625

● Újpesten, a **Rózsá utcában** 36 m²-es bútorozott, vízőrás, hangulatos kis lakás hosszútávra kiadó. Ár: 50 000 Ft + rezsi. 2 hónap kauciót kérek. Tel.: 06-20-581-3583

● **Rákospalotán**, családi házban egy szoba komfortos, gázfűtéses, bútorozott, különálló lakrésze csendes helyen kiadó. Kaució szükséges. Tel.: 306-0490

● Kiadó **Újpesten** egy 35 m²-es lakás fele egy személynek, vagy elcserélem kisebbre. Tel.: 06-70-321-7932

● Újpest, **Juharliget lakóparkban** 78 m²-es, három szobás, gépesített konyhás, klimatizált lakás hosszú távra, havi 100 000 Ft + rezsiért kiadó. Három havi kaució szükséges. Tel.: 06-30-260-0660

● Újpest belvárosában, a **Liszt Ferenc utcában** egy 48 m² alapterületű, kertre néző, 12 m²-es terrasszal rendelkező, cirkó-fűtésű lakás kiadó. Tel.: 06-30-9663-039

● Kiadó 32 m²-es helyiség (irodának is) a **Jókai utcában**, a metró végállomáshoz közel. Tel.: 06-20-426-6652. Ingatlanos ne hívjon!

Garázs

● **Újpest központban zárt garázs kiadó. Érdelklődni: 06 20 466 4952**

● **Újpest központjában**, a metró tövében, új ház teremgarázsában hely kiadó. Irányár: 14 000 Ft/hó. Tel.: 06-30-921-9679

Szolgáltatás

● **Szezon előtti kedvezmény!** KLÍMA telepítés, karbantartás, javítás garanciával. Tel.: 06-30-864-5544. Web: www.annauklima.hu

● **Autókarosszéria munka!** Törött, korrodált gépkocsik javítását, alvázvédelmét vállalom. Tel.: 06-30-932-8305

● **TÉVÉJAVÍTÁS azonnal, garanciával! (Orion, Videoton, ITT-NOKIA, Nordmende, Grundig, Vestel, Schneider). Tel.: 06-20-542-3529**

● Javítási, karbantartási munkák az Ön otthonában. Nyugdíjas ezermester vállalkozás, csillárok, karnisok felszerelését, elemes bútorok összeszerelését, egyéb házon belüli munkákat. Tel.: 369-5633, 06-20-247-3315

● Szobafestés, mázolás, tapétázás. Minőségi munka bútormozgatással, föliatalkarással. Korrekt árak, akár azonnali kezdéssel. Bodnár László, tel.: 06-20-442-9570, 369-6674

● **Redőnyök, reluxák, szalagfüggönyök gyártása, javítása. Szűnyogháló, napellenzők készítése. Cím: IV. ker., Fóti út 45. Tel: 370-4932**

Oktatás

● **Történelemből, biológiából** korrepetálást, érettségi felkészítést, valamint olasz nyelv oktatását, középfokú nyelvvizsgára felkészítést vállal diplomás középiskolai tanár Újpesten. Tel.: 06-30-389-7789

● **Matematika, sakk, eszperantó nyelv** oktatását vállalja matematikatanár-szakos egyetemi hallgató. Honlapcím: www.zrob.hu Tel.: 06-30-572-7416

● **Angol** nyelvtanítást vállalkoz minden szinten. Nyelvvizsgára, érettségire való felkészítést, korrepetálást, felzárkóztatást. Dolgoztatások előtt esetenkénti felkészítést is. Érdelklődni: 06-30-403-6244, vagy este: 417-3005

● **Matematikából, magyarból** korrepetálást, érettségire felkészítést vállalnak szakemberek. Tel.: 06-30-856-0975

Egészség

● **Leszoktatjuk a dohányzásról 1x-i biorezonanciás kezeléssel 7000 Ft, Újpesten a Görgey u-i nagy SZTK-ban. Bejelentkezés: 06-70-271-9867**

Üdülési jog

● **Külföldi és belföldi üdülési jogok adásvétel-és bérbeadás közvetítése. Eladná üdülési jogát? Hívja irodánkat: 1/769-0114, 83/769110, 30/460-5855, 70/776-0898 www.udulesijoginfo.net**

Állást keres

● 61 éves, most is dolgozó előnyugdíjas hölgy 9 éves gyakorlattal **adatfeldolgozást** vállalna RLB programmal dolgozó könyvelő mellett Észak-Pesten. Tel.: 06-20-374-8289

Állást kínál

● **Káposztásmegyeri vidám, forgalmas, szalombá fiatalos lendületű fodrász váltótársat keresek! Tel.: 06-70-220-0072**

● **Kertvárosi szépségszalonban fodrász, kozmetikus és manikűrös műszak kiadó. Tel.: 06-70-593-9099**

Vegyes

● Keveset használt, új állapotban lévő sztereo rádió, Philips magnó és két hangfal összesen 30 000 Ft-ért eladó. Tel.: 380-8234

● Luxusxivitelű bútoraim újonnan eladók! Szekrényorok, ülőgarnitúrák, gardróbok, ágyak, étkezőgarnitúrák. 10 000–30 000 Ft. Tel.: 06-20-235-7884

Könyv

● Megunt, kidobásra szánt könyveit boldogan elszállítom. Nem vagyok kereskedő. Tel.: 06-20 956-4084

Utazás

● **Április 10. Bécs-Schönbrunn: 7200 Ft; április 2. Gráz-Eggenberg: 8500 Ft; május 15. Máriazell: 8500 Ft; május 21–24. Pünkösdi bucsú: 49 900 Ft; május 29. Krasznahorka-Betlér: 6400 Ft; április 11. Izrael: 198 600 Ft + ill. Nyugdíjasoknak 5% kedvezmény. Pataki Edit, tel.: 413-1874.**

● **Húsvétoljon, Pünkösdőljön Zalakaroson, exkluzív apartman házakban! Információk: 06-30-3498-299. www.apartmanokzalaiaban.hu**

Régiség

● **Antikváriumunk készpénzért vásárol könyveket, könyvtárakat, képeslapokat, vitrintárgyakat, festményeket, hanglemezeket. Tel.: 332-0243**

Könyvelés

● **Közös képviselő, társasházi könyvelés, könyvvizsgálat, jogi-műszaki háttérrel, referenciával. www.kozos-kepviseilonk.hu. Tel.: 06-20-944-0094, 306-3382**

● **Mérlegképes képzéssel és referenciával rendelkező könyvelő, KFT-k, BT-k, egyéni vállalkozók teljes körű könyvelését vállalja Tel.: 06-20-946-7377**

Gyászjelentés

● Mély fájdalommal és megrendüléssel tudatjuk, hogy szeretett férjem, JÁNKA SÁNDOR ny. rendőr alezredes életének 51. évében 2010. március 11-én elhunyt. Temetése 2010. március 25-én 14 órakor lesz Újpesten a Megyeri úti temetőben. Egyben köszönetet mondunk mindazoknak, akik utolsó útjára elkísérik, sírjára a kegyelet virágait elhelyezik és mély gyászunkban osztoznak.

Gyászoló család

Táviratcím: Jánkáné Kántor Klára, 1048 Budapest Lakkozó u. 27. l/3.

VÁLLALKOZÓI ÉS MÉRETES HIRDETÉSEK FELVÉTELE AZ ÚJPESTI NAPLÓBAN
Szerencsi Csilla
Tel.: 06-70-503-5847
e-mail: szerencsicsilla@gmail.com

A lakossági apróhirdetés felvétele az Újpesti Média Kht. szerkesztőségében történik (Ady Endre MK, Tavasz u. 4., I. emelet).

Hirdetésfelvétel: **hétfőn:** 10-17 óráig, **csütörtökön** 9-16 óráig, **pénteken** 9-12 óráig. Az apróhirdetés díja bruttó 1000 Ft/25 szó/megjelenés. Hirdetését **e-mailen** is feladhatja: unhirdetes@gmail.com (kérjük, szíveskedjenek a kért megjelenési dátumokat, nevüket és postacímküket is megírni). Lapzártá: csütörtökön 14 órakor.

Valóra vált álom

A Testnevelés Tagozatos Általános Iskola tanulójaként már több híres sportolóval találkozhattam. Iskolánk folyosóján híres újpesti focisták lábnyomata, valamint *Janics Natasa* és *Igaly Diana* kéznyomata már megtalálható. Az osztályomat képviselve jelen lehettem, mikor példaképem, *Erdei Zsolt* olimpikon hozzánk érkezett.



Nagy izgalommal készülődtem a személyes találkozásra. Rajtot készítettem neki, és saját bokszesztyűmet hoztam be, hogy dedikálja. Kérdéseket is összeírtam. Arra voltam leginkább kíváncsi: mióta sportol. Miért hívják a ringben Madárnak? Marad-e cirkáló súlyú versenyző? Az egész délutánt vele tölthettük, minden kérdésünkre készségesen válaszolt.

Megtudtuk, hogy már kilenc éves kora óta versenyszerűen sportol, amatőr korszakából megszámlálhatatlanul sok érme van. A Madár elnevezés pedig onnan ered, hogy gyermekkorában táborozás közben a szobájába berepült egy madár és társaival együtt sikerült megfogni, szabadon engedni. Nemcsak kérdésekre válaszolt, bemutatott egy-két alapfogást is. Nagyon kedves, közvetlen és barátságos volt velünk. Ünneplő pillanat volt, mikor megtörtént a kéznyomat-vétel. A beszélgetés végén még arra is sor került, hogy a legálább százfőnyi összegyűlt diákságnak róla készült fényképre, pólokra autogramokat adott, és közös fényképek is készültek.

Számomra felejthetetlen élmény az együtt töltött, hangulatos délután. A legnagyobb öröm, hogy nekem is sikerült közös fényképet készíteni a híres sportolóval.

– Zsemle Alex, hetedik osztályos diák

TRAVEL MIX Neckermann

Árpád út 183-185.
A STOP.SHOP-ban

Bulgária	51.845,-
Htl.Zornitza *** reg. 7 éj	repülővel 06. 13.
Rodosz	64.225,-
Htl.Sophia**+ reg. 7 éj	repülővel 06. 15.
Tunézia	105.270,-
Htl.Albatros**** all inc. 7 éj	repülővel 07. 07.
Mallorca	92.645,-
Htl.Ondina*** félpnaio 7 éj	Repülővel 06. 05.
Az árak a reptéri illetéket nem tartalmazzák, amely 24.900,-	
Párizs	Snap/4éj 79.900,-
London	Snap/4éj 89.900,-

www.travel-mix.hu
Tel: 435-50-34; Fax: 435-5035
e-mail: info@travel-mix.hu
Nyitvatartás: Hétfőtől-Péntekig:
9-18, Szombat 9-14

Főtér Passzázs
LEGYEN ÖNÉ A TÉR!

ÚJPEST MEGÚJULÓ
FÖTERÉNEK ELSŐ
ÚJ ÉPÜLETE

Ajándék gépesített
konyhabútor!
Válasszon széles
lakáskínálatunkból!

Érdeklődjön értékesítőinknél:
0620/500-0555
06 1/272-0627
www.foterpasszazs.hu

ME Mészáros Értékesítő

otpbank

A PERÉNYI EGÉSZSÉG CENTRUM FEBRUÁR HÓNAPBAN IS VÁRJA A GYÓGYULNI VÁGYÓKAT!

Az EIS diagnosztikai rendszerével lehetőség van a szervezete aktuális állapotának felmérésére. Központunkban szakképzett orvosok várják Önt előre egyeztetett időpontban. Az állapotfelmérés díja 12 000 Ft. Március és április hónapban a vizsgálat mellé egy 5000 Ft értékű Biolabor kezelést adunk ajándékba. *

KERESSEN FEL MINKET, HA TUDNI SZERETNÉ:

- milyen betegségekre hajlamos
- milyen lehetőségei vannak a betegségek megelőzésére
- milyen az aktuális egészségi állapota
- milyen vitaminokra, ásványi anyagokra van szüksége a szervezetének
- milyen lehetőségei vannak a meglévő betegségek kezelésére
- mi okozza az állandóan visszatérő fájdalmakat
- mi okozza a panaszait (gyomorégés, puffadás, hasmenés, székrekedés)
- a stressz milyen elváltozásokat okozott a szervezetében
- milyen étrendbeli változtatásokra lenne szüksége

Az ár a következőket tartalmazza:

- orvos által felvett anamnézis (meglévő betegségek, hajlamok, panaszok)
- fájdalommentes, computer által vezérelt korszerű diagnosztikai vizsgálat
- precíz orvosi kiértékelés és konzultáció
- felmerülő kérdések megbeszélése
- természetes módszerek ajánlása
- életvezetési tanácsadás
- nyomtatott lelet a vizsgálatról, amit a páciens magával vihet

Diagnosztikai rendszerünk az alábbiakat állapíthatja meg:

- szív- és keringési rendszer, érhalózat állapota
- nyirokrendszer állapota
- az idegrendszer működése és terheltsége

- stressz szintje
 - a belső szervek működőképessége (máj, tüdő, vese)
 - a szervezetben lévő gócek, gyulladások feltérképezése
 - emésztőrendszer és gyomor állapota
 - sav-bázis egyensúly
 - daganatos betegségre való hajlam az aktuális állapot alapján
 - esetleges cukorbetegség kialakulásának kockázata
 - a szervezet ásványianyag szintje
 - az esetleges folyadékhiány, vagy -többlet
 - a szabadgyökök aránya a szervezetben
 - testösszetétel, zsírtömeg aránya
 - hormonális egyensúly
 - vércukorszint, koleszterin és a vérzsír értéke (vérvétel és tűszúrás nélkül)
- * A Biolabor kezelés készpénzre nem váltható.

Bejelentkezni az alábbi elérhetőségeken lehet: Tel: 30 663 9494, 30 663 9495;
E-mail: pecent@pecent.hu; Keressen minket az interneten is: www.pecent.hu.
Címünk: 1047 Budapest, Perényi Zsigmond u. 15. (x)

PERÉNYI EGÉSZSÉG CENTRUM

PECENT

Telefon: 06 30 663-9494, 06 30 663-9495
1047 Budapest, Perényi Zsigmond utca 15.

www.pecent.hu

modern, gyógyszermentes kezelések • állapotfelmérés • orvosi
diagnosztikai eljárás • kineziológia • asztrológiai tanácsadás
Bach-élettérkép • reflexológia • masszázs

KÖZLEMÉNY

MI JÖHET MÉG?

Két héttel ezelőtt egy engem lejáratni próbáló hír járta be a magyar médiát és nyilvánosságot. Világos számomra, hogy a személyem elleni támadás közvetve az MDF-SZDSZ pártszövetség által képviselt demokratikus közép létrejöttét akarja meg hiúsítani. Ellenfeleim nemtelen vádjai azonban úgy érzem, túlmentek a politikai csatározások normálisnak nevezhető határán, még napjaink közéleti viszonyai közepette is.

A megjelentekkel szemben az igazság az, hogy országos politikai szerepvállalásom miatt hagytam fel tavaly a közel 20 éve végzett civil foglalkozással, hiszen ennyi ideje dolgozom a közösségi

közlekedésben különböző beosztásokban. Szakterületem a munkaerő-gazdálkodás, melyből még évekkel ezelőtt szereztem főiskolai, majd egyetemi diplomát. 1989-2007 között végig a Volánbusznál dolgoztam, ezután helyezkedtem el a BKV-nál főállású munkavállalóként. Feladataimat határidőre, a szakmai elvárásoknak megfelelően teljesítettem, amit a közlekedési társaság közleményben is megerősített. Mindezek a tények nemcsak a családom és az ismerőseim, hanem a széles nyilvánosság előtt is mindvégig ismertek voltak.

A rendszerváltás óta vagyok a Szabad Demokraták Szövetségének tagja. 2009 nyarán a párttól felkérést kaptam a pártigazgatói, majd az országos kampányfőnöki tisztségre. Mivel úgy éreztem, hogy ez felelősségteljes és egész embert kívánó fel-

adat, végkielégítés nélkül, közös megegyezéssel megszüntettem a munkaviszonyomat a BKV-nál, és a választások idejére ideiglenesen felhagytam civil foglalkozásommal.

Ma Magyarországon minden, vagy majdnem minden önkormányzati képviselőnek van civil foglalkozása, szakmája, karriere. Nekem is. Politikai meggyőződéseim és szerepvállalásom miatt eddig is értek támadások, most azonban úgy látszik, a magánéletem, a munkám is hiba, szállka lett politikai ellenfeleim szemében. Remélem, hogy a választók nem az ellenem folyó rágalomkampány, hanem az évtizedes újpesti képviselői munkám alapján ítélnék meg a jövőben is.

Tisztelettel:
Boruzs András



Teaház
azoknak, akik igazi teára
és nyugalomra vágnak
Most jöjjön! Várjuk
Újpest István tér 3.
WWW.FARKASTEHAHAZ.HU

Dajka, gyógypedagógiai,
pedagógiai, kisgyermekgondozó
asszisztens képzés.
KASZA SZAKKÉPZÉS
Tel.: 276-5918
(Ny. sz.: 01-0064-04)

KANDAI ÉS OROSZ HOKICSA PATOK
ÉRKEZNEK BUDAPESTRE

Idén is megrendezi tavaszi tornasorozatát a Budapest Stars, ahogy 2004 óta mindig. Ezúttal kanadai, svéd, orosz, cseh és szlovák jégkorong-csapatok is érkeznek a négy korosztály számára rendezendő viadalra. Az előzetes nevezések szerint a március 26-28. között esedékes U14-es tornán 9 együttes lép pályára az Icecenter jégpályáján.

2010. március 24 - április 3.

cora
Ha fontos a jó ár...

Fót

Winny
Finomliszt
1kg
64 Ft

HB
Dobozos sör
0,5 l, 258 Ft
129 Ft

Egész Csirkecomb
589 Ft/kg

Parasztkolbász
kapható a csemege pultban
799 Ft/kg

Hónapos retek
1 csomó
99 Ft

Tejcsokoládé nyúl
60g, 1650 Ft/kg
99 Ft

Vásároljon a főt Corában 2010. március 24 - 2010. április 3. között és azonnali kedvezményt adunk!

A kupon felhasználásának módja:
- vágja ki, hozza magával a főt Corába a fenti árakhoz és fizetéskor kérje az ár a pénztárnál
- egy vásárlás alkalmával csak egy kupon használható fel
- blokkok beszerzése nem lehetséges

5 000 Ft feletti
vásárlás esetén
300 Ft azonnali
kedvezmény.

10 000 Ft feletti
vásárlás esetén
800 Ft azonnali
kedvezmény.

15 000 Ft feletti
vásárlás esetén
1500 Ft azonnali
kedvezmény.

Az akciós termékek kizárólag háztartási mennyiségben vásárolhatóak, kereskedelmi mennyiséget nem szolgálunk ki. Árunk az Áfát tartalmazza és a készlet erejéig érvényesek.

Egy mosollyal több