



Kezdődik az Újpesti Karácsonyi Vásár!

Advent kezdetét és a karácsonyhoz vezető utat jelzi az Újpesti Karácsonyi Vásár, amely november 29-től több héten át teremt lehetőséget a Szent István téren az ünnepi készülődésre.

2., 3., 11. oldal



TÉLI ELŐKÉSZÜLETEK

Az Újpesti Városgondnokság is készül az új évszakra. Még az igazi téli időjárás beállta előtt felkészítették a munkagépeket a havazásra, valamint ügyeleti rendet alakítottak ki, hogy váratlan helyzet ne fordulhasson elő.

5. oldal



KORIRA FEL!

November 29-én, az Újpesti Karácsonyi Vásárral egy időben nyitja meg kapuját a tavalyi ünnep „slágere”, a műjégpályája. A városháza melletti jég január 31-ig várja ingyenesen, gazdag programokkal a kori szerelmeseit, sőt, a Mikulást is.

11. oldal



RAJTUNK IS MÜLIK

Közbiztonsági kérdésekről tartottak nemrégiben lakossági fórumot a Káposztási Családok Egyesületének szervezésében a Megyeri Klubban. A meghívott vendégek számos hasznos bűnmegelőzési tanáccsal szolgáltak, amelyekből többet közre is adunk.

12. oldal



BIZTOS UTAZÓ

A Magyar Sportlövők Szövetségének elnöksége Péni Istvánt, a MOL tehetéstámogató programjának résztvevőjét az év legjobb férfi sportlövőjének választotta. Az ifjúsági olimpián arany- és bronzérmet szerzett újpesti sportoló már Rióra készül.

13. oldal

Adventre várva

Az ünnepi ajándékokat kínáló házban a karácsonyi díszek, gyertyák között apró, illóolajos üvegcsék sorakoznak. Olvasom a címkéket, az egyiken a felirat: **Advent**. Milyen lehet az advent illata? Otthon a párologtatóba csepegtetve narancsos, szegfűszeges, cseppet sem harsány, de karakteres illat tölti be a szobát.

Az advent „illata” találó. Szent Pál a második korinthusi levelében azt írja, „Krisztus jó illata vagyunk”, amikor az Isten ismeretét terjesztjük. A Biblia és saját személyes életünk a most megkezdődő advent idején számtalan példával szolgál.

Az úrvöetel, a várakozás ideje minden évben ránk köszönt. Aki hittel éli meg a karácsonyhoz vezető napokat, elcsendesedik, megerősödik hitében és a szolgáló szeretetben. S az ünnepvárás másként tervezők is áhítattal és felnőttként is gyermeki csodálattal néznek az adventi koszorú gyertyájának fényébe.

Az első gyertyát, a *hit* gyertyalángját vasárnap gyújtjuk meg az adventi koszorún. Egy lépéssel közelebb kerülünk karácsony ünnepéhez és egyben mérhetetlen sok teendőnkhez otthon és munkahelyünkön egyaránt. Ne legyen elcsépelet fogadalom, hogy ezen az ünnepvárásán már jut időnk minderre és mindenkire. Legyen így, s tegyük érte.



A karácsonyhoz vezető út kezdetét jelzi az Újpesti Karácsonyi Vásár is, amely hagyományosan több héten át teremt lehetőséget az elmélyedésre, a város adventi koszorúján a gyertyák együttes meggyújtására, a jótékonykodásra, személyre szóló ajándékok megvásárlására, a kulináris élvezetekre. Vagyis az ünnepi készülődésre, köztük a koncertekre, a lazításra vagy akár korcsolyázásra, a Mikulás üdvözlésére és a napjainkban is fontos találkozásokra, beszélgetésekre, örömteli várakozásra. Ezért indul a Találkozunk többször! programsorozat újabb epizódja a Szent István téren, a fényfenyő körül.

B. K.

Lakossági tájékoztató

Az Országos Katasztrófavédelmi Főigazgatóság a lakosság védelmének érdekében 2006 óta az ország több részére, veszélyes üzemek környezetébe monitoring- és lakossági riasztórendszert (MoLaRi) telepített. A MoLaRi rendszer a veszélyes ipari üzemek környezetében bekövetkezett súlyos balesetokról és azok hatásairól ad korai tájékoztatást. Újpesten a Tó utcában a Sanofi-Aventis Chinoin Zrt. és a Budapesti Erőmű Zrt. Észak-pesti Erőmű miatt, illetve a Váci úton a Messer Hungarogáz Kft. miatt található sziréna. A telepítési munkák során az elsődleges szempont az a lefedettség volt, amely az érintett lakosság szükség szerinti azonnali riasztását garantálja. A szirénák működését havonta ellenőrizni kell. A próba minden hónap első hétfőjén zajlik. Kivételt jelentenek azok a napok, amikor erre az időpontra nemzeti vagy egyházi ünnep esik, ebben az esetben a próbák időpontja a soron következő hétfő.

Valós veszélyhelyzet (riasztás) esetén a sugárzott szövegben NEM szerepel a „Figyelem, ez próba” kifejezés! Ebben az esetben a sziréna megszólalását követően be kell tartani a közölt magatartási normákat, valamint figyelemmel kell kísérni a katasztrófavédelem által közzétett tájékoztatókat.



Képnélküli illusztráció

Olvasóink mondták

Új rovatunkban hétről hétre Önöket is megkérdezzük a városban zajló eseményekről, ünnepekről, hétköznapiakról vagy épp az időjárásról. November 30-án advent időszaka kezdődik, így adott a kérdés: mit jelent Önnek a várakozás, hogyan készül karácsonyra?



Dóra Lászlóné Erzsébet

– Nálam a várakozás időszaka sok munkával telik otthon és a munkahelyen egyaránt. A család (lányaim és menyeim) összefog, segítenek a karácsonyi időszakban, készülődésben. Nappal dolgozom, este pedig sütőfőzök és készülök a másnapra, hogy a vevők mindenképp a legjobbat kapják. A december mindenképp a munkáé, az év többi részében pedig erre az egy hónapra készülök – mondja Dóra Lászlóné Erzsébet östernél.

Kép és szöveg: M. ORBÁN A.

A folytatás a cél

A nemrégiben megkezdődött, öt évre tervezett önkormányzati munkában dr. Dabous Fayez képviselő, a Káposztásmegyeri Településrészi Önkormányzat (TRÖK) korábbi elöljárója kapott újra lehetőséget. Terveiről kérdeztük.

– Miként értékeli a folytatás lehetőségét?

– Nagyon megtisztelőnek érzem, hiszen 2010 óta töltöm be ezt a posztot. Tősgyökeres káposztásmegyeri lakosként a bizalom jele az is, hogy a harmadik képviselői ciklusban segíthetem az önkormányzat, a választókerületem és Káposztásmegyer fejlődését. Köszönöm a lakosság szavazatait.

– A képviselőség és az elöljáróság társadalmi munka, ön elismert gyermekgyógyász szakorvos. Hogyan fér meg e kettő együtt?

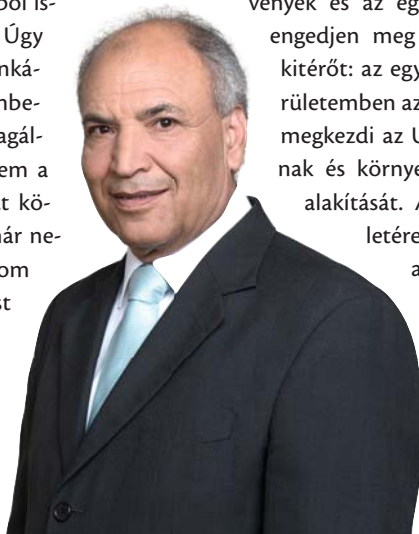
– Az Újpesti Szakorvosi Rendelőintézet Gyermekszakrendelőjében vagyok ultrahangos orvos, korábban a Madarász-kórházból ismernek az újpestiek. Úgy vélem, mindkét munkában közös, hogy az emberek problémáira kell reagálnom, ki kell érdemelnem a bizalmukat, és mindezt kiteljesítő időben. Mivel már negyedszázada hangolom össze e kettőt, most sem lesz probléma.

– Milyen céljai vannak?

– A TRÖK továbbra is véleményezi az önkormányzat min-

den, Káposztásmegyerrel kapcsolatos tervét, és természetesen alakítja is a lehetőségeket, például a civilszervezetekkel együtt. Ötéves időtávtáblában gondolkodva még mindig a fejlesztések kerülnek előtérbe, legyen az park, játszótér, illetve járdafelújítás, avagy a Farkas-erdő megkezdett rehabilitációja. Folytatjuk az óvoda- és bölcsődefelújításokat. Ebben a ciklusban megépül az intermodális közlekedési csomópont. A közbiztonság javítását térfelügyelő kamerák telepítése segíti. Nem maradhatnak el hagyományos rendezvényeink, a futó- és kerékpáros fesztiválok, a kulturális rendezvények és az egészségnapok. S engedjen meg egy képviselői kitérőt: az egyéni választókerületemben az önkormányzat megkezdte az Ugró Gyula sornak és környezetének az átalakítását. A TRÖK testületére térve, célom a fiatalítás. Erre máris egy példa Kámány Péter elöljáró-helyettesé választása.

B. K.



Kupakgyűjtés a Megyeri Klubban is

Sorozatunkban olyan vállalkozásokat, szervezeteket mutatunk be, amelyek segítik az Újpesti Cseriti kupakgyűjtő akcióját.



Gyűlnek a kupakok a Megyeri Klubban is

tással megvalósuló közösségi ház már működésének első pillanatától kezdve részt vesz az Újpesti Cseriti kupakgyűjtő akciójában.

– Sok család jár a Megyeri Klubba, és rendszeresen nagy mennyiségű PET-tető gyűlik össze – meséli Kovács Bence, az Újpesti Kulturális Központ vezetője. – Az újpestiek már megszokták, hogy az Újpesti Kulturális Központ valamennyi intézménye kupakgyűjtő pont.

A kupakkal idén a tizenkét éves, mozgáskorlátozott kislányt, Nórit segíthetik az újpestiek az önkormányzat jótekonysági szervezetén keresztül.

D.V.

Karácsonyi jótekonyság

Az önkormányzat jótekonysági szervezete, az Újpesti Cseriti az Újpesti Karácsonyi Vásár ideje alatt is várja a Szent István téren mindazokat, akik szeretnék szebbé tenni a nehéz sorsú gyermekek ünnepét. Az adományozók az otthon feleslegessé vált használt, de jó minőségű játékokkal segíthetik a karácsonyi készülődést. Az önkéntesek december 6-ától hétféigként a Cseriti Szent István téri 40-es faházában – szombatokonként 10–18 óra, vasárnapokonként 14–19 óra között – lesznek elérhetők. A játékokat hétköznapokon 10–18 óra között a szomszédos Újpest Márkabolt 10-es faházában várják, hogy minél több újpesti gyermeknek legyen szép karácsonya.

Az Újpesti Cseriti a játékokon túl továbbra is köszönettel fogad a vásár helyszínén, illetve banki átutalással pénzádományokat (számlaszám: 12010422-00208592-04500005), amellyel a jótekonysági szervezet rászoruló gyermekek felkarolását szolgáló programját segíthetjük.



Újpest karácsonyfája

Nyolc méter magas, 1,1 tonna és 8797 égő díszíti. November 21-én felállították Újpest karácsonyfáját, amely az Újpesti Karácsonyi Vásár hangulatos faházaival és a jégpályával együtt egész decemberben ünnepi hangulatot kölcsönöz a városháza mellett.



Utcáról utcára

Méltóság a névadó

Újpesten közel háromszáz elnevezett közterületet találunk. Sorozatunkban arról kérdezzük az újpestieket, tudják-e, kiről, miről kapta nevét az utca, ahol otthonuk található.

Az Újpesti utcanévlexikon a Nádor utcát említve nem ír utalást a névadóra, hiszen természetes, hogy ezúttal nem kire, hanem mire utal az elnevezés.

– Valószínű, hogy én sem gondolkodtam volna el ezen, ha nem kérdezel meg a cikksorozatban – mondja Géczi Erika világbajnok, olimpiai ezüstérmes magyar kajakozó, énekes, aki akusztikus gitáron is játszik, és a Nádor utca lakója. – Számomra az egyik legismertebb újpesti utca ez, amely több kilométer hosszan átsze-



li a városrészt. A *nádor* elnevezés ezúttal méltóságot jelent, a király helytartóját hívták így, államalapító Szent István királyunktól egészen 1848-ig volt használatos Magyarországon – sorolja az Örökség együttes tagja, aki nemrégiben Újpest dalának lemezre éneklésében és városnapi nagy sikerű színpadi bemutatásában is részt vett. – Zuglóban laktam, miközben szinte minden Újpesthez kötött. Akkoriban naponta a Népszigetre jártam, kajakedzőként gyerekekkel foglalkoztam. Emellett a Rockfort együttesben

énekeltem, s ekkor kezdtem közelebbi kapcsolatba kerülni a Kormoránnal is. Az együttes billentyűse, *Szűts Pisti* újpesti, a stúdiója is, amelyben számtalan lemezt vettünk fel. Meg sem lepődtem, amikor egyszer csak azt vettem észre, hogy itt keresek lakást. Meg is találtam egy kis kertet, belső udvarral a Nádor utca Fóti úthoz közelebb eső szakaszán. A Nádor utcai fák egymásra hajló lombkoronáinak látványa azonnal megfogott – idézi fel Erika a döntéshez vezető utat. Majd Újpest dalára terelődik a beszél-

getés. – Újpest dalához újpesti zenészeket kerestek, így kerültem a csapatba. Zola zenekarát már ismertem, de személyes ismeretségünket ennek a dalnak köszönhetem. A város dalát nagyon jó kezdeményezésnek tartom, mert a zene csodálatos dolog, összehozza az embereket, és jó lelki hatása mindenki előtt ismert – mondja az Örökség zenekarral legközelebb december 20-án az Erzsébetligeti Színházban karácsonyi koncertre készülő Géczi Erika.

Gaál Katalin úgy véli, nem embert, címet jelöl az utca elnevezése.

– Közel hatvan éve lakom itt, emlékszem, amikor kisgyermekként telente a Nádor utcában szánkón húztak a szüleim a Bucka utca irányába, térdig élő hóban. Autó nem zavarta a szánkózást az úttesten sem. Régóta más a helyzet, ezért is örülök az utca elején kialakított új körforgalomnak.

B. K.

Idézzük az Újpesti utcanévlexikont: Nádor utca 1908 (1946-ban határozatot hoztak az utca Tito utcára változtatásáról, de ezt nem hajtották végre), Deák Ferenc utca 12.-től a Fóti út 87.-ig

Kórustársakat vár a Civil Kórus

A 15 éves *Civil Kórus* sok szeretettel vár zenét szerető kórustársakat. Három szolamba várunk kortól függetlenül hölgyeket, akik kedvet éreznek heti egy alkalommal találkozni, szépeket énekelni egy vidám, jó hangulatú csapatban. Probáinkat hétfőnként 17.15-től 19 óráig tartjuk a Könyves Kálmán Gimnáziumban. Karnagyunk évek óta *Drexler Vajk*, ő zeneiskolai tanár, és a Madách Színházban is zongorázik. Repertoárunk nagyon széles skálán mozog: Bartóktól Kodályig, madrigálok, egyházi énekek, népdalok, vidám és komoly művek, alkalmi énekek (karácsony, farsang) stb. Fellépésre is vannak lehetőségeink. Jelentkezni, érdeklődni hétfőnként a próba elején lehet.

Újpesti Városvédő Egyesület, Civil Kórus



**Ön is ilyen
csillogó mosolyt
szeretne?**

Az MDC Dental Fogászati és Implantológiai Központban most **közel féláron** kínáljuk a cirkónium koronát!

mdcclinic.hu/akciok



MDC CLINIC
1047 Bp., Baross u. 99.
Tel.: (30) 519-8679;
(1) 231-0138

Friss hírek,
tudnivalók:
ujpest.hu



ÚJPESTI NAPLÓ

Kiadó: Újpesti Sajtó Szolgáltató Nonprofit Kft. • **Ügyvezető igazgató:** Klacsán Csaba • **Főszerkesztő:** Tallér Edina • **Szerkesztő:** Bangha Katalin • **Munkatársak:** Domján Vivien, Gergely Gábor, Juhász Mátyás, M. Orbán András, Prófusz József • **Fotó:** Magyar Attila, Svajer Barbara, Várai Mihály • **Irodavezető:** Csekőné Czeglédi Csilla • **Szerkesztőség:** Újpesti Kulturális Központ Ady Endre Művelődési Ház 1043 Bp., Tavasz utca 4., I. em. Titkárság: 785-0366. Újpesti Napló: 785-0566. ÜKTV: 784-3955, e-mail: szekesztoseg@ujpestimedia.hu • **Lapterv, nyomdai előkészítés:** K8 • **Nyomdai előállítás:** e-Print Magyarország Nyomdaipari Zrt. • **Terjeszti:** Feibra Kft., Tel.: 06-1-340-9921, E-mail: feibra@feibra.hu • **Print ISSN:** 2061-7283 • **Online ISSN:** 2061-7291 • *Megjelenik minden héten 43 500 példányban.* • Vállalkozói és méretes hirdetések feladása: hirdetes@ujpestimedia.hu • Kéziratokat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza. Közlés esetén fenntartjuk a szerkesztés jogát! • A megjelent meghívók és hirdetések tartalmáért felelősséget nem vállalunk. • **Részletes információk, hírek, tudnivalók:** www.ujpest.hu • **Csatlakozzon hozzánk!** www.facebook.com/ujpest.kapostasmegyer

Új járdák a kertvárosban is

A Megyeri városrészben található Tompa és Pintér József utca járdáit is újra cserélték. Lesüllyesztették a járdaszegélyeket is, így akadálymentesített lett mindkét utca.

– Az önkormányzatnál tervben volt, hogy mind a Pintér József mind a Tompa utcát újraaszfaltozza és a lakók közül is többen kérték a felújítást – mondja dr. Szabó Béla a terület önkormányzati képviselője.

A Tompa utcában már fák és bokrok nőttek a járdán, amitől lehetetlen volt rendesen közlekedni, a Pintér utca egy szakaszán pedig nem is volt járda.

– Itt lakunk a Pintér utcában és nagyon bosszantó volt már a járdánk állapota, nagyon örülünk, hogy biztonságosabban lehet közlekedni – mondja Bakos Izabella.

Szabó Béla elmondta, idén több mint 30 utcában került új aszfalt vagy térkő burkolat a járdákra, a munkálatok várhatóan tavasszal folytatódnak. D.V.



Bakos Izabella dr. Szabó Béla képviselővel beszélget a két megújult utca találkozásánál

„Újpesten két keréken”

Az Újpesten közlekedő kerékpárosok egyre jobb körülmények között közlekedhetnek. Évről évre javulnak a feltételek, de nagyon fontos lenne, hogy maguk a kerékpárosok is betartsák a rájuk vonatkozó szabályokat.

Az Újpesten közlekedő kerékpárosok egyre jobb körülmények között közlekedhetnek. Számos bicikliút és kerékpáros nyomsáv került kijelölésre és járműüket sem kell őrizenlül hagyniuk, hiszen a biciklitárolók, támaszok száma is folyamatosan



gyarapszik. Az elmúlt években szinte minden újpesti iskolához, óvodához, háziorvosi rendelőhöz, valamint az SZTK és a Tarzan Park elé is telepített biciklitárolókat az Önkormányzat, továbbá elkészült a kerékpáros átvezetés a Szilas-patak felet-

ti hídon az Ugró Gyula és az Óceán-árok utca között. A biciklis közlekedés feltételei a jövő évben is tovább javulnak. A felújítás alatt álló Görgy Artúr úton és Tél utca teljes hosszán kerékpársáv kerül majd kialakításra.

A javuló körülmények a kerékpárosoktól is több figyelmet és a szabályok fokozott betartását követeli. Elsődleges fontosságú szabály, amelynek betartására a kerékpárosoknak kiemelt figyelmet kell fordítaniuk, az a járdán történő kerékpározás. A KRESZ szabályai szerint amennyiben kerékpárút, vagy kerékpárnyom van kijelölve közúton, akkor nem szabad a járdán kerékpározni. Ha a fenti feltételek nem adóttak, járdán akkor is csak a gyalogosok akadályozása és veszélyeztetése nélkül, és max. 10km/h óra sebességgel lehet kerékpározni. Sok kellemetlenséget kerülhetünk el, ha kerékpáros és nem kerékpáros jobban figyel egymásra és mindenki a KRESZ szabályainak betartása mellett közlekedik. D. V.

Téli előkészületben

Az Újpesti Városgondnokságot már nem érheti váratlanul egy hirtelen jött havazás. Még a tél érkezése előtt felkészítették a munkagépeiket az önkormányzati fenntartású parkok és sétányok síkosság-mentesítésére, valamint ügyeleti rendet alakítottak ki.

– Javában folyik a lehullott lombok összegyűjtése a zöldterületeken és beszedtük a várost díszítő muskátlikat is – mondja Fejér János, a Városgondnokság főkertésze. – A hó eltakarításra két traktorkunk van, elől hótoló, hátul sósórozó adatperrel felszerelve. Ezen kívül három fűnyírótraktort alakítottunk át, szintén hótoláshoz. Az utakat környezetbarát sóval szórjuk majd fel. Ideiglenes, téli ügyeleti rendet is kialakítottunk, így felkészülve az időjárás okozta váratlan helyzetekre.

– A hólapátok, seprűk, a munkagépek és a Városgondnokságnál dolgozó kollégák is készen állnak arra, hogy havazás esetén mielőbb megtisztítsák a fenntartásunkban lévő utakat, járdákat, parki sétányokat. Idén is figyelünk az orvosi rendelők előtti utak síkosság-mentesítésére és megteszünk mindent, hogy ne történjenek téli gyalogosbalesetek – mondta Rádi Attila városüzemeltetésért felelős alpolgármester.

Rádi Attila hozzátette, számos újpesti járda burkolata megújult az elmúlt években, remélhetőleg ezekben az utcákban biztonságosabb lesz a gyalogos közlekedés, és a járdák hómentesítése is. D. V.



Hol van már a tavalyi hó?

Az Újpesti vasúti híd a Népszigeten ível át, és az esztergomi vasútvonal hídja.

A dorogi szénmedencében bányászott szenet gazdaságosan eljuttatni a pesti gyárakba és Magyarországot keleti részére a 19–20. század fordulóján gyakorlatilag csak vasúton volt lehetséges. A szállítási útvonal az Újpesti vasúti híd – azaz akkor még Északi összekötő vasúti hídnak nevezték – megépítésével mintegy száz kilométerrel lerövidült. Az 1894–96 között épült híd megalkotására kiírt pályázatot egy olasz cég nyerte, ám az acélszerkezetet magyar műhelyek gyártották. Újpest felől a híd akkori egységei, Iványi János Újpestért díjas építőmérnököt idézve: „A Váci úti gyalogos átjáró, a Váci út feletti rácsos tartó, a Váci út–parti pillér közötti rácsos tartó, az öbölág feletti (az egykori, körülbelül 1905-ben készült képslapon látható) rácsos tartók és a mederhíd hét, egyenként 92 méter fesztávolságú és az óbudai parti mezőben 20 méter fesztávolságú rácsos tartó.” Hozzáteszi: a mederpillérek alapozása az akkor új-

Újpest akkor és most LIV. rész

Sorozatunkban egykori újpesti városképeket, utcarészleteket szembesítünk a mával.

Az Újpesti (északi összekötő) vasúti híd



donságnak számító keszonos technológiával, a parti támaszoké szádfalkörülzárással történt.

A MÁV 1911-ben vette át a hidat az olasz cégtől, de a megnövekedett terhelési igények miatt 1932–35 között meg kellett erősíteni. A hidat a második világháborúban több légi csapás érte, majd 1944 decemberében a németek felrobbantották.

A helyreállításra 1954–55-ben került sor. Úgy tervezték, hogy a „K” rácsoszású mederági híd tíz-tizenöt évig fog „szolgálni”, s ebből több mint ötven év lett. Az újpesti mederági szakaszt teljesen újjá kellett építeni.

A hidat 2008-ban – háromhavi vágányzár mellett – cserélték. A mederági hidat a jelenlegi végleges

állapotra, az újpesti szakaszt „csak” felújították, de ennek során elbontották a mederági gyalogos feljárót. A hídra gyalog és kerékpárral egyaránt az Újpest vasúti megállótól, illetve a Bocskai utca felől lehet feljutni. A hídról készült új felvételiútkön látható az a változás is, ahogy a jelen óriásplakátjai színesítik az elénk táruló képet.

B. K.

A rovat tanácsadó szakértői: Szöllősy Marianne és Krizsán Sándor helytörténészek. Felvételek: Újpesti Helytörténeti Gyűjtemény és Várai Mihály. Sorozatunkat kövesse a www.facebook.com/ujpest.kaposztasmegyer oldalon is!

Tízsvillamos – különjárat

Jegyesek

Most nem arról a fiúról és lányról lesz szó, akik bal kezükön viselik a karikagyűrűt, jelezvén, hogy még nem házasok, de hamarosan meglesz az esküvő, hanem arról a helyzetről, amikor 1969 nyarán a BKV leszippantotta járműveiről a kalauzokat, és helyettük kis lyukasztóherkentyűket alkalmazott. Kilenc tagú négyzetrácsos ellátott vonaljegyek kerültek forgalomba (átszálló már nem volt), amelyeket a masina – beállításától függően – három helyen ki is lyukasztott. Na de melyik három helyen? Az volt a járat kódja, ezen állt vagy bukott a művelet!

Ettől kezdve az utazóközönség két táborra szakadt: bérletesekre és jegyesekre. A bérleteseknek könnyű

volt, utazgattak összevissza – na, jó, a pénzükért tehették –, a jegyesek meg lukasztottak, vagy éberrel figyelték, jön-e ellenőr, azaz mennyi esély van a bliccelésre.

Ez így volt szerte Budapesten, Újpesten és persze a 10-es villamoson is.

A jegyesek társasága további két részre oszlott: voltak, akik becsületesen lukasztottak, és voltak, akik azon törek a fejüket, hogy lehetne kivédeni legalább egy lukasztást. Azaz ne kelljen további használatra alkalmatlanná tenni. Tömören: hogy lehetne bliccelni?

Akadnak ötletek és hozzá módszerek is. Ilyen volt a korábban lukasztott jegyek összegyűjtése, felszálláskor az egyik használnak a próbalyukasztása fejjel lefelé, megismerni az aktuális kódot, majd hirtelen végignézni a régiiket, van-e köztük olyan, amelyik megegyezik az ott, akkor érvényessel.

De volt, aki csak betette a jegyét egy lyukasztóba, és várt, jön-e



ellenőr, vagy nem jön. Ha jött, lukasztott, és mire a „hatóság” odaért hozzá, már kezelt volt a jegye. Ha nem, leszállt, amikor eljött az ideje. Voltak, akik számolták, hogy egy hónapban mennyit nyertek a bliccelésen, és mennyit buktak az ellenőrökön.

Közülünk Vili, a klubvezető művészi szintre fejlesztette a műfajt. Mi

bérletesek voltunk, ő jegy nélkül utazott. Azt mondta, elvből nem fizet a BKV-nak. Minden hónapot megnyert az ellenőrökkel szemben! Kifogyhatatlan volt az ötletekből. Vagy fel sem szállt, mert már a megállóból látta, hogy fenn vannak az ellenőrök, vagy leugrott az utolsó pillanatban, ha látta, hogy épp felszállnak, és inkább megvárta a következő villamost vagy buszt.

Nekem az tetszett legjobban, amikor későn vette észre az „ellenfeleket”, akik le is csaptak rá, és kérték tőle a jegyet. „Azonnal adom” – mondta, és kotorászott a zsebében. „Van jegye egyáltalán?” – fogta szigorúbbra az ellenőr. „Természetesen.” Azzal elővett egy hatalmas marék kezelt jegyet a zsebéből. Lehetett vagy ötven-hatvan jegy. „Ezek között kell lenni... Csak találjuk meg.”

Az ellenőrök a megállóban leszálltak. Vili utazott tovább velünk.

RÉTI JÁNOS

A hónap zöldsége, a sütőtök

Tápértéke nagyobb, mint a spárgatöké. Fehérje-, rost- és zsírtartalma elenyésző, annál gazdagabb az A-, B1-, B2-, B3-, B6-, C-, E-vitaminokban, folsavban és pantoténsavban. Ásványi anyagok bő forrása is, magas kálium-, foszfor-, vas-, réz-, mangántartalma miatt. Kiemelkedő vérnyomáscsökkentő és vízajtó hatása is van. Az antioxidánsok és karotinoidok pedig megkötik a szabad gyököket, erősítik az immunrendszert, így hozzájárulnak a keringési betegségek és a daganatok megelőzéséhez. A tökmagolaj kedvező élettani hatású, hiszen omega-3 zsírsav van benne.



Felhasználja a cukrászipar és a konzervipar is, kedvelt bébiételek, ivólevelek készülnek belőle. Édeskés, de nem markáns ízű, így sokféle fűszert alkalmazhatunk hozzá, a belőle főzött leveshez vagy főzelékhez szerezcsendió, római kömény, koriandermag, rozsmaring, sáfrány, curry és gyömbér is illik. Krumplit kiváltó köret, püré is készülhet belőle. Édességként a hagyományos téli fűszerek, a gyömbér, a szerezcsendió, a fahéj, a szegfűszeg vagy a kardamom, a kókusztejsz, a vanília adhat aromát neki. Gyümölcsökkel is jól kombinálható.

Magja pörköelve finom és egészséges csemege, a tökmagolajat pedig salátákhoz használhatjuk.

A népi gyógyászatban máj-, vesebetegségek esetén alkalmazták, valamint hashajtóként és béltisztítóként, égési sérülések gyógyítására borogatásként használták. Rák-



megelőző hatású. Allergia és bőrpanaszok ellen is javallott.

Készíthetünk sütőtökturmixot. Hozzávalók: sütni való tök, barna cukor vagy méz, fahéj, gyömbér. Elkészítés: a megsütött tök húsát tegyük a turmixgépbe. Adjunk hozzá barna cukrot vagy pár csepp mézet, egy csipetnyi fahéjat és gyömbért. Alaposan mixeljük össze, és máris fogyaszthatjuk. Hígíthatjuk almalevel vagy teával.

LETTNER ANNAMÁRIA dietetikus

ÚJPEST
MÁRKABOLT

ujpest.hu/markabolt

ÚJ TERMÉKEK
KARÁCSONYI AKCIÓ

Találkozunk az Újpesti Karácsonyi Vásáron a 10-es faháznál!

ÚJPESTI SZAKORVOSI RENDELŐINTÉZET

EGÉSZSÉGDÉLUTÁN ÚJPESTEN

Ingyenes előadás-sorozat fiatalok és idősebbek részére az Újpesti Szakorvosi Rendelőintézet szervezésében; aktuális témák neves orvos szakemberek előadásában.

A december havi előadás témája: Drog és prevenció.

Előadó: *dr. Zacher Gábor* toxikológus.

Helyszín: 1042 Budapest, Árpád út 66., Polgár Centrum.

Időpont: **2014. december 5., péntek, 16 óra.**

A teremben a korlátozott számú ülőhelyeket érkezési sorrendben lehet elfoglalni. Minden érdeklődőt szeretettel várunk!

www.ujpestiszakrendelo.hu

Jótekonysági hangverseny

Jótekonysági hangversenyre hívja az érdeklődőket az Újpesti Baptista Harangzenekar **december 7-én 17 órára.** A helyszín az Újpesti Baptista Imaház, IV., Kassai utca. 26. Igézhirdető: *dr. László Imre*, Kárpátalján élő baptista lelkész. A hangverseny támogatói a kárpátaljai magyarok megsegítésére adhatnak adományokat.

A hangversenyt követően *Lantos György* festőművész Istenes énekek című kiállításának képeit lehet megtekinteni.



Önkormányzata

Ady Endre Művelődési Ház
6., 13. és 20., Szombat
9.30-12.45: "Színiújszáról kicsit másképp" -
Öze Lajos Művészeti Iskola drámajáték és
színiújszáró csoportok.
Ady Endre Művelődési Ház



Megtekinthető: december 8-jánig 8. Ifjúsági Ház

12., Péntek
18.00: Újpesti Művész Társaságának év végi kollektív kiállása.
Megtekinthető: december 12. - 31.
Nyitva tartás: Hétfő - Szombat: 10.00-18.00, Polgár Centrum - Újpesti Galéria

Sport

7., Vasárnap
16.30: DVTK - Újpest
DVTK Stadion

Hatvan felett

1., 8., 15. és 22., Hétfő
15.00-17.00: Újpesti Nyugdíjasklub
„Második tavasz” - hatvanon túl is aktívan
Polgár Centrum/Ady Endre Művelődési Ház

Táncház, Néptánc

2., 9., 16., Kedd
16.40-17.25: Ovis, kiskisülés néptánc - Játékos ritmusgyakorlatok, népi ünnepek, hangszerek és sok-sok vidám tánc.
Megyeri Klub

12., Péntek
20.00-23.00: Táncház - a Bem Néptáncgyűjtőssel. Belépő: 700 Ft.
Ady Endre Művelődési Ház

13., Szombat
17.00-18.30: „Szedéridás” Aprók Táncháza. Szeretettel várjuk hangulatos táncműködés az óvodás, kiskisülés korú gyerekeket és szüleit! A Táncházat Prekler Kata vezeti. Közreműködik: a Csobán zenekar.
Belépő: 600 Ft/16. 2 éves kor alatt a belépés díjtalan.
Lóverseny téri Közösségi Ház

14., Vasárnap
10.00-12.00: Gyermektáncház a Bem Néptáncgyűjtőssel.
Belépő: 700 Ft.
Ady Endre Művelődési Ház

Állatbarát
6., Szombat
10.00-15.00: Állatok Mikulása
Rex Állatsziget

13., Szombat
10-11.00: Állatgondozó szakőr:
Mangalica a nagyvilágban
Rex Állatsziget

20., Szombat
10.00-11.00: Lovazó szakőr:
A zebroid
Rex Állatsziget

A programok változtatásának jogát az intézmények fenntartják!

MIT HOL TALÁL

a Homoktövis Általános Iskola és a Megyeri Klub szervezésében.
5.: délután a vásár kezdete
6.: Adventi vásár, kézműves előlőtt, Mikulás-futás, Koncertek
7.: Adventi vásár, Mikulás, matiné kézműves előlőtt, délután családi fotózás.
Homoktövis Általános Iskola és környéke
RÉSZLETES PROGRAM: UJKK.HU

7., Vasárnap
10.00-11.00: Református istentisztelet. Minden kedves érdeklődőt, beleértve a kisgyerekes családokat, szeretettel várunk interaktív, kortárs dalokkal színesített istentiszteletre!
Megyeri Klub

11., Csütörtök
16.00-19.00: Káposztásmegyeri Karácsonyváros és Sütőverseny. Hangulatos műsor, kézművesek vására és hagyományos sütőverseny gyerekeknek, felnőtteknek.
Karinty Frigyes Művelődési Ház

13., Szombat
14.00-17.00: Karácsonyra hangolva. Karácsonyi játszóházra hangolva remek alkalom addik, a közelgő ünnepre való ráhangolódásra. Sült mézeskalács illata mellett télesem díszek elkészítésére van lehetőség: méhviaszgyertya-, karácsonyi ajándék-, mézeskalács készítés.
Belépő: 400 Ft/16.
Lóverseny téri Közösségi Ház

14., Vasárnap
11.00-12.00: Katolikus szentmise. Szeretettel várunk minden kedves érdeklődőt, beleértve a kisgyermekes családokat is.
Megyeri Klub

21., Vasárnap
9.00-10.00: Evangélikus istentisztelet. Elcsendesedés, erőgyűjtés, közösségi és egyéni spiritualitás.
Megyeri Klub

Színház
20., Szombat
19.00: Újpesti bérlet 3. előadása Szabó E. - Nagy I.: Barbara Ivancsics Ilona és színésztársai
Ady Endre Művelődési Ház

Egészségmegőrzés
3., Szerda
18.30-20.00: Stresszoldó Klub: Stressz oldása, önismerteti beszélgetés, játékos foglalkozás.
Megyeri Klub

10., Szerda
18.00-20.00: Egészségklub.
Megyeri Klub

Vigyázzon egészségére!

ÚJPESTI BABAKÖSZÖNTŐ csomag
Igenlyeje ingyenesen!
Részletek: ujpest.hu/babakoszonto
Decembertől, megújult csomagolással!

ÚJPESTI KULTURÁLIS KÖZPONT
www.ujkk.hu

Programok: Baba-mama torna, Baba-mama jóga, Baba-mama aerobik, Kismama jóga, Ringató, Babahordozó klub, Szoptatási tanácsadás.
Lóverseny téri Közösségi Ház

2., 16., Kedd
9.30-11.00: Babajátzó - játékos déliótt babáknak és mamáknak.
(6 hónapos kortól 3 éves korig).
Ifjúsági Ház

18-ig Kedd és Csütörtök
Manó torna.
9.30-10.15 (keddenként) és 16.30-17.15 (csütörtökönként): Vidám, játékos mozgásfejlesztő torna, különböző fejlesztő eszközökkel.
Megyeri Klub

3., 10., 17., Szerda
10.00-12.00: Babahordozó Klub. Várunk mindenkit, aki hordoz, vagy megismerkedne a hordozással. Aki kíváncsi mások tapasztalataira, élményeire és megosztaná a sajátjait.
Lóverseny téri Közösségi Ház

9.00-10.00 és 10.00-11.00: Csírbíró babatorna. Speciális tornaszettek, sok dall és mondókat alkalmazzunk, amelyeket egész testet átmozgató mozgáslatorokkal kísérünk.
Megyeri Klub

4., 11., 18., Csütörtök
10.00-12.00: KCS Baba-mama Klub. Játék, beszélgetés, közösségi élmény, befogadó jó társaság, kétéltente változatos témák.
Megyeri Klub

5., Péntek
10.30-12.00: Hargita utcai védnök. Baba-mama Klub - Interaktív előadások, tematikus beszélgetések.
Megyeri Klub

9., Kedd
10.00-12.00: Szoptatási tanácsadás. Az édesanyák csoportos beszélgetések keretében szoptatási szaktanácsadónak tehetik fel kérdéseiket minden hónap 2. keddjén. A foglalkozásokat Schneiderné Dikszegi Eszter pszichológus, szoptatási szaktanácsadó vezeti. Belépés díjtalan.
Lóverseny téri Közösségi Ház

ÚJPESTI BABAKÖSZÖNTŐ csomag
Igenlyeje ingyenesen!
Részletek: ujpest.hu/babakoszonto
Decembertől, megújult csomagolással!

ADY ENDRE MŰVELŐDÉSI HÁZ
1043 Budapest, Tavasz u. 4.
Telefon: 06-1 231-6000

KARINTHY FRIGYES MŰVELŐDÉSI HÁZ
1048 Budapest, Hajló u. 2-8.
Telefon: 06-1 380-6163, 06-1 380-6188

ADY ENDRE MŰVELŐDÉSI HÁZ
1043 Budapest, István út 17-19.
Telefon: 06-1 231-7070

POLGÁR CENTRUM – ÚJPEST GALÉRIA
1043 Budapest, Árpád út 66.
Telefon: 06-1 231-6000

IFJÚSÁGI HÁZ
1042 Budapest, István út 17-19.
Telefon: 06-1 231-7070

ADY ENDRE MŰVELŐDÉSI HÁZ
1043 Budapest, István út 17-19.
Telefon: 06-1 231-7070

ADY ENDRE MŰVELŐDÉSI HÁZ
1043 Budapest, István út 17-19.
Telefon: 06-1 231-7070

ADY ENDRE MŰVELŐDÉSI HÁZ
1043 Budapest, István út 17-19.
Telefon: 06-1 231-7070

ADY ENDRE MŰVELŐDÉSI HÁZ
1043 Budapest, István út 17-19.
Telefon: 06-1 231-7070

15.00-16.30: Milleniumi Földalatti Vasút nyomában c. vetélkedő 4-5. osztályosoknak
L. forduló: Amit a Milleniumi Vasútról érdemes tudni (előadás).
Ady Endre Művelődési Ház

9.-10., Kedd és Szerda
9.00-16.00: A karácsonyi várakozás hangulata elevenedik meg kézműves foglalkozás és játékos feladatok formájában óvodás és iskolás csoportok számára.
Ifjúsági Ház

13., Szombat
18.00-22.00: Káposztási Ifi Klub: Sok játék, vidámság, beszélgetés, jó társaság, új ismerősök, közös programok, valódi közösségi élmény.
Megyeri Klub

1., 15., Hétfő
10.00-12.00: Nyugdíjas Ifjak Klubja. Jó társaság, közösségi élmény, tapasztalatcserre, játék, beszélgetés, kulturális élmények.
Megyeri Klub

1., 8., 15., Hétfő
16.00-17.00 és 17.15-18.15: Kézműves Klub gyerekeknek. Különléte technikák és anyagok megismerése játékos formában. Az első időpont 5-7 éves korig lehet jönni, a másodikra 7 éves kortól.
Megyeri Klub

2., Kedd
18.30-20.00: Női Klub. Női fórum.
Megyeri Klub

2., Kedd
15.00-17.00: Újpesti Magyaral és Zenebarát Társaság – Mikulásváró, karácsonyi előzetes
Ady Endre Művelődési Ház

3., Szerda
15.00-17.00: „Újpesti lámpásai”. A Vakok és Gyengénlátók Közép-Magyarországi Regionális Egyesületének Újpesti szervezete
Ady Endre Művelődési Ház

9., Kedd
16.00-18.00: Káposztásmegyeri Nyugdíjas Klub - Káposztásmegyeri nyugdíjas kortár közössége kétéltente keddenként klubnap, házhoz küldi programjait: kirándulások, színház, mozi- és múzeumlátogatások, családi programok.
Lóverseny téri Közösségi Ház

12., Péntek
18.00-20.00: Kézműves Klub felnőtteknek - Regi és új modern kézműves technikák.
Megyeri Klub

16., Kedd
17.00-19.00: Mozgáskorlátozottak Újpesti Klubja.
Ady Endre Művelődési Ház

IFJÚSÁGI HÁZ
1042 Budapest, István út 17-19.
Telefon: 06-1 231-7070

POLGÁR CENTRUM – ÚJPEST GALÉRIA
1043 Budapest, Árpád út 66.
Telefon: 06-1 231-6000

ADY ENDRE MŰVELŐDÉSI HÁZ
1043 Budapest, István út 17-19.
Telefon: 06-1 231-7070

ADY ENDRE MŰVELŐDÉSI HÁZ
1043 Budapest, István út 17-19.
Telefon: 06-1 231-7070

ADY ENDRE MŰVELŐDÉSI HÁZ
1043 Budapest, István út 17-19.
Telefon: 06-1 231-7070

ADY ENDRE MŰVELŐDÉSI HÁZ
1043 Budapest, István út 17-19.
Telefon: 06-1 231-7070

ADY ENDRE MŰVELŐDÉSI HÁZ
1043 Budapest, István út 17-19.
Telefon: 06-1 231-7070

15.00-16.30: Milleniumi Földalatti Vasút nyomában c. vetélkedő 4-5. osztályosoknak
L. forduló: Amit a Milleniumi Vasútról érdemes tudni (előadás).
Ady Endre Művelődési Ház

9.-10., Kedd és Szerda
9.00-16.00: A karácsonyi várakozás hangulata elevenedik meg kézműves foglalkozás és játékos feladatok formájában óvodás és iskolás csoportok számára.
Ifjúsági Ház

13., Szombat
18.00-22.00: Káposztási Ifi Klub: Sok játék, vidámság, beszélgetés, jó társaság, új ismerősök, közös programok, valódi közösségi élmény.
Megyeri Klub

1., 15., Hétfő
10.00-12.00: Nyugdíjas Ifjak Klubja. Jó társaság, közösségi élmény, tapasztalatcserre, játék, beszélgetés, kulturális élmények.
Megyeri Klub

1., 8., 15., Hétfő
16.00-17.00 és 17.15-18.15: Kézműves Klub gyerekeknek. Különléte technikák és anyagok megismerése játékos formában. Az első időpont 5-7 éves korig lehet jönni, a másodikra 7 éves kortól.
Megyeri Klub

2., Kedd
18.30-20.00: Női Klub. Női fórum.
Megyeri Klub

2., Kedd
15.00-17.00: Újpesti Magyaral és Zenebarát Társaság – Mikulásváró, karácsonyi előzetes
Ady Endre Művelődési Ház

3., Szerda
15.00-17.00: „Újpesti lámpásai”. A Vakok és Gyengénlátók Közép-Magyarországi Regionális Egyesületének Újpesti szervezete
Ady Endre Művelődési Ház

9., Kedd
16.00-18.00: Káposztásmegyeri Nyugdíjas Klub - Káposztásmegyeri nyugdíjas kortár közössége kétéltente keddenként klubnap, házhoz küldi programjait: kirándulások, színház, mozi- és múzeumlátogatások, családi programok.
Lóverseny téri Közösségi Ház

12., Péntek
18.00-20.00: Kézműves Klub felnőtteknek - Regi és új modern kézműves technikák.
Megyeri Klub

16., Kedd
17.00-19.00: Mozgáskorlátozottak Újpesti Klubja.
Ady Endre Művelődési Ház

IFJÚSÁGI HÁZ
1042 Budapest, István út 17-19.
Telefon: 06-1 231-7070

POLGÁR CENTRUM – ÚJPEST GALÉRIA
1043 Budapest, Árpád út 66.
Telefon: 06-1 231-6000

ADY ENDRE MŰVELŐDÉSI HÁZ
1043 Budapest, István út 17-19.
Telefon: 06-1 231-7070

ADY ENDRE MŰVELŐDÉSI HÁZ
1043 Budapest, István út 17-19.
Telefon: 06-1 231-7070

ADY ENDRE MŰVELŐDÉSI HÁZ
1043 Budapest, István út 17-19.
Telefon: 06-1 231-7070

ADY ENDRE MŰVELŐDÉSI HÁZ
1043 Budapest, István út 17-19.
Telefon: 06-1 231-7070

ADY ENDRE MŰVELŐDÉSI HÁZ
1043 Budapest, István út 17-19.
Telefon: 06-1 231-7070

MIKULASSALI!

ÚJPEST MÁRKABOLT

ujpest.hu/markabolt



HALASSY OLIVER
VAROCSI USZODA

DECEMBERBEN IS VÁRJA ÖNT!

2014.09.01-től 9.00h-tól 15.00h-ig Hétköznapokon nyugdíjas vendégeink uszodabérletjé az árjegyzékben feltüntetethez képest további 25%-kal csökken.

NYITVA TARTÁS:
H-P: 6.00-20.00
Sz: 8.00-20.00
V: 8.00-17.00

www.haloujpest.hu

LÓVERSENY TÉRI KÖZÖSSÉGI HÁZ
1048 Budapest, Lóverseny tér 6.
Telefon: 06-1 380-6163, 06-1 380-6188

MEGYERI KLUB
1048 Budapest, Megyeri út 207/D
Telefon: 06-1 696-1642

IMPRESSZIUM Kiadó, lapnyerő, nyomdai előkészítés, terjesztés: Újpesti Sajtó Szolgáltató, Nonprofit. Kft.
Ügyvezető igazgató: Kicsán Csaba | Szerkesztőség: 1043 Bp., Tavasz utca 4., 1. em. | Megjelenik havonta 200 példányban.

Diákok írták

Ünnep a Csokonaiban

A Csokonai-napot minden évben az iskola névadójának születésnapján, november 17-én rendezik meg. Ekkor avatják fel az elsős és a kilencedikes diákokat.



Az ünnepség előkészületeit minden évben más osztály végzi. Idén miénk volt a feladat, így fél órával korábban érkezünk. A rendezvény pontosan nyolc óra körül kezdődött. A Himnusz közös eléneklése után az iskola énekkara lépett fel. Jó néhány népdal csendült fel, amelyeknek a szövege iskolai, vicces témájúra volt átírva. A hatás nem maradt el, sokan nevettek, tetszett nekik a műsor. Ezután következhetett az eskü, majd pedig minden új diák meg-

kapta az igazi „csokonaisságot” jelképező nyakkendőt. Az ünnepséget az igazgató beszéde zárta. Ezután mindenki a saját termébe ment, és elkezdődtek az ismeretterjesztő előadások.

Az idei év rendhagyó volt, eddig a diákok tartottak előadást, de most külsőket is hívtak. Én az osztály fiúinak nagy részével egy első világháborús előadásra mentem. Az ELTE egyik tanára, Antal Gábor tartotta a német Emden cirkálóról, amely a háború első évében példa nélküli sikereket ért el, főként az Indiai-óceánon. Az előadás nagyon jó volt, a tanár úr régi felvételeket és térképeket tartalmazó PPT-t rakott össze, a főbb személyek életrajzi adataival.

Ezután a többiekkel még benéztünk egy-egy előadásra, szétnéztünk az udvaron, ott szemrevételeztük a beállított tűzoltóautót és a tűzszerek kuttyás bemutatóját. Miután sehol sem találtuk a helyünket, meglátogattuk előadást tartó osztálytársainkat, majd továbbmentünk új előadásokat keresni. Egy tanárnő meglátott minket, és adott egy remek ötletet: a második emeleten ismertetést tartottak az eszperantó nyelvről és annak alapszavairól, könnyű nyelvtanáról, egyszerű szabályairól. Ezek alapján néhányan tényleg elgondolkodtunk azon, hogy ebből tesszük le a nyelvvizsgát.

A nap végén az iskola huszonöt éves múltjáról nézhettünk meg egy rövidfilmet.

PINTÉR BARNABÁS,

Csokonai Vitéz Mihály Általános Iskola és Gimnázium, 7. a osztály



Csokoládénap

Első alkalommal rendezte meg a Csokoládénapot az Ifjúsági Ház, óvodások és általános iskolások részére. Az eseményen az Óceán Tagóvoda, az Ambur Óvoda, a Szigeti József Általános Iskola és a Bene Ferenc Általános Isko-



la gyerkei vettek részt. A kóstolóval egybekötött foglalkozáson a csokoládé történetével is megismerkedhettek, majd négyes csoportokba rendeződve különféle állomásokon ügyességi feladatokat oldottak meg. A legjobbak ajándécsomagot kaptak, majd a megrajzolt Gombóc Artúr előtt készíthették el csoportfotóikat. T. L.



Micsoda buli!

November 21-én az Újpesti Kulturális Központ – Ifjúsági Házban a Thália Tanoda színészei telt ház előtt adták elő a *Made in Hungária* című zenés darabjukat. A pöttyös ruhák és kockás zakók idősza Demeter György rendezésében kelt életre. A nagy érdeklődésre való tekintettel Újpesten már a közeljövőben újra látható lesz a darab.



Jókedvű kacatoló

A Karinthy Frigyes Művelődési Ház immáron második alkalommal rendezett kacatolóvásárt, diákok részére. A Karinthy-iskola tanulói 25 asztalnál állíthatták ki megunt vagy feleslegessé vált portékáikat. Az eseményen ismét bebizonyosodott, hogy ami valakinek otthon már „kacat”, az másnak értékes és érdekes dolog. Nagyon sok kisgyermek hozott kisebb-nagyobb játékot: társast, matchboxot, focis kártyát, valamint különféle kézműves dolgokat. A tárgyakat és a „filléres” árat látva a jókedv, a nevetés volt a főszerep. T. L.



Családi programok előzetes regisztrációval

Hamarosan megnyílik az Újpesti Karácsonyi Vásár. December 6-ától színes gyermek-programok várják az újpesti aprónépet is.

FÉNYKÉP A MIKULÁSSAL

December 6-án, szombaton 10-től 13 óráig és 14-től 17 óráig **Mikulás-fotózás**.

Idén is ellátogat az Ifjúsági Házba (IV., István út 17–19.) a Mikulás, ismét találkozhatnak vele az újpesti gyerekek. Aki pedig jobban szeret beszélgetni, mint írni, annak listairás helyett lehetősége

lesz a Mikulás ölébe ülve elmondani a kívánságait. A beszélgetésről fénykép is készül, amelyet a gyerekek megkapnak emlékebe. A program csak újpesti gyerekek számára látogatható! A fényképezésre november 24-től lehetett regisztrálni. A nagy érdeklődést az is bizonyítja, hogy lapzártánk idején már majdnem az összes hely betelt.

BABASZÍNHÁZ

December 20-án, szombaton 10 órától 10.30-ig és 11 órától 11.30-ig: **Kezslábas Babaszínház** – Honti György társulatának előadása.

A Kezslábas előadás csecsemőknek és kisgyermeknek szól, 0-tól 4 éves korig ajánlott. Élőzenés, mondókás, bábozós kavalkád kutyussal, ci-

cussal és más állatokkal. A műsorban ismerős tárgyakból a gyerekek szeme előtt alakulnak ki a bábok. Házépítés, egerészés és macskazene, a végén közös játék. Szereplők: *Lőrincz Vera, Dunai Júlia, Szilvási Dániel*. Rendező: *Honti György* Jászai Mari-díjas színész, rendező, drámapedagógus.

A programon előzetes, ingyenes regisztrációt követően lehet részt venni. Jegyek korlátozott számban kaphatók november 24-től. A regisztrációhoz lakcímkártyára és személyigazolványra lesz szükség. Személyes átvétel az Újpest Márkaboltban (IV., Szent István tér 6.), a Lóverseny téri Községi Házban (IV., Lóverseny tér 6.), illetve a Megyeri Klubban (IV., Megyeri út 207/D).

Fel a korcsolyákat, Újpest!

Mindenki, aki szereti a téli sportokat, álmódzott már arról, hogy úgy fog suhanni a jégen, akár a filmekben. Nos, ha a valóságban nem is mindig sikerül ennyire kecsesen, azért az élményért megéri tenni a legsportosabb városban.

November 29-én, az Újpesti Karácsonyi Vásárral egy napon nyitja meg kapuját a tavalyi karácsonyi vásár „slágere”, a műjégpályája is. A városháza melletti terület egészen január 31-éig várja ingyenesen a jégko-

ri szerelmeseit. Hétköznap 9 és 14 óra között újpesti ovisok és sulisok veszik birtokba a pályát, majd az egyórás jégfelújítást követően, 15 órától mindenki csúszkálhat. Hétvégén 9 és 21 óra között lehet majd korizni.



KÜLÖN PROGRAMOK:

2014. november 29-én

17 órától ünnepélyes megnyitó, fellép a Revolution Ice Production

2014. december 6-án

15 és 21 óra között Korizz a Mikulással!

2014. december 20-án

15 és 21 óra között kívánságműsor

2015. január 17-én jelmezverseny

2015. január 23-án

pénteken 14 órától újpesti iskolások ügyességi versenye

ÜNNEPI NYITVA TARTÁS:

2014. december 24-én zárva

2014. december 25–26-án 12-től 21 óráig

2014. december 31-én zárva

2015. január 1-jén 12-től 21 óráig

A jégpályára a belépés ingyenes, kesztyű használata kötelező! Jégfelújítás mindennap 14 és 15 óra között. Kellemes korcsolyázást kíván Újpest Önkormányzata!

Hatékonyan a biztonságunkért

Közbiztonsági kérdésekről tartottak lakossági fórumot a Káposztási Családok Egyesületének szervezésében a Megyeri Klubban. A meghívott vendégek több hasznos bűnmegelőzési tanáccsal szolgáltak, amelyeket az alábbiakban adunk közre.

A fórum egyik meghívott vendége, Cserna Sándor közbiztonsági referens a összejövetel elején leszögezte: a közbiztonság fogalma túlmutat a rendőrség munkáján.

Hafner Sándor, az Újpesti Bűnmegelőzési Polgárőr Egyesület vezetője azt mondta: egyik lehetséges bűnmegelőzési védekezés, ha valaki polgárőrnek áll. Ezt abban az esetben is megteheti, ha csak közvetlen lakóhelyének a környékén szeretne járőrözni. Hafner szerint maga a láthatósági mellény is visszatartó erejű. Egyben mindenkit arra figyelmeztetett, tartózkodjon az önbíráskodástól.

Dr. Terdik Tamás alezredes, Újpest rendőrkapitánya rámutatott: noha a közbiztonság szubjektív fogalom, az itt élők Újpestet a teljes Budapestnél biztonságosabbnak érzik. Káposztásmegyerről kapcsolatban azt mondta: az M0-s jó menekülőútvonal a bűnelkövetők számára. A betörők-tárolófeltörők jelentős része éppen ezért nem újpesti, máshonnan érkezik, és gyorsan tovább is áll. Ahogyan a korábbiakban, most is elmondta: a jó szomszédi viszony és így egy „jelzőrendszer” is visszatartó hatású. Betörések ellen hatékony védelem lehet még a hevederzár. (Ezt ugyanis csak falbontással lehet feltörni, ami nagyon nagy zajjal jár, így nem próbálkoznak vele.)



A fórum meghívott vendégei számos jó tanáccsal szolgáltak

– A nyári időszakban zajlott gyorsulási versenyeket visszاسzorítottuk, az akciót folytatjuk. Az autótolvajokkal kapcsolatban fontos tudni, hogy a gyorsabban vihető autókkal próbálkoznak. A járműveket általában hamar szétbontják, darabjaikban értékesítik. Egy váltó- vagy kormányzár eltávolítása időt vesz igénybe, már csak a védelem láthatósága miatt is érdemes ezeket beszerezni – emelte ki.

Szerinte jó lehet még a GPS nyomkövető is, amelynek a segítségével találtak már meg ellopott autót.

Cserna Sándor ezenkívül még az autó- és lakásriasztók jelentőségére hívta fel a figyelmet. Utóbbiakkal kapcsolatban azt mondta, érdemes olyan távfelügyelettel foglalkozó céghez bekötetni, ahol a munkatársak baj esetén a lehető leghamarabb (negyedórán belül!) ott vannak. Újpesttel kapcsolatban megjegyezte: több mint ötven térfelügyelő kamerát helyeznek el városszerte; ezek jó minőségű képeket rögzítenek. Igény szerint még további elektromos figyelőket szerelnek fel, ezzel is növelve a közbiztonságot. (A kamerák ugyanis jelentősen visszاسzorítják a büntényeket.)

Kép és szöveg: M. Orbán András

A Coats Hungary Ltd, nagy hagyományokkal rendelkező multinacionális vállalat, mely ipari cérnák gyártásával foglalkozik. Termelési és Disztribúciós tevékenységünk támogatására keresünk jelentkezőket az alábbi pozícióba:

OPERÁTOR

Feladatok: Kiszerező területén levő gépek kiszolgálása.
Elvárások: gyártási területen szerzett gyakorlat, 3 műszakos munkarend vállalása

FESTŐÜZEMI OPERÁTOR

Feladatok: Területen levő automata festőgépek működtetése. Cérna festésével szárításával kapcsolatos feladatok ellátása (festőpartik felrakása, préselés). Festőprogramok indítása, működtetése
Elvárások: gyártási területen szerzett gyakorlat, 3 műszakos munkarend vállalása

RAKTÁROS

Feladatok:

- Ki- és beszállítással kapcsolatos feladatok ellátása átvétel, tétellezés csomagolás és ellenőrzés
 - Anyagmozgatás
 - Üzemszerek kiszolgálása
 - Göngyölegek begyűjtése és megfelelő tárolása
- Elvárások:
- multinacionális vállalatnál szerzett raktározási tapasztalat
 - magas emelésű targonca jogosítvány
 - pontos precíz önálló munkavégzés
 - felhasználói szintű számítógépes ismeret

Jelentkezni lehet önéletrajz beküldésével az ibolya.szabo@coats.com címen, valamint telefonon a 06/1 399 4335 számon.

Újpest Önkormányzatának
vállalkozásfejlesztési programja
keretében megjelenő támogatott hirdetés



Újpest Önkormányzata

Rendőrségi hírek

LEPCSŐHÁZBAN ÁRULT DROGOT, TIZENEGYEN BUKTAK LE

Egy káposztásmegyeri társasház lépcsőházában árult drogot napi rendszerességgel az a 25 éves férfi, akinél a házkutatás során több mint fél kilogramm marihuánát és egyéb kábítószeret találtak a rendőrök. Szintén a házkutatás során fog-

tak meg hét embert, akik kábítószer fogyasztottak a lakásban, további három személy pedig vásárlás után távozott, így futottak bele az egyenruhásokba. Összesen tíz fogyasztót és egy terjesztőt vontak eljárás alá a rendőrök.

AUTÓT AKARTAK FELTÖRNI

Két szlovák állampolgárságú férfi kísérelt meg feltörni egy kisteherautót nemrég a Deák Ferenc

utcában. Először a hátsó raktér ajtaját fészegették, majd járókelők vették észre őket, akik értesítették a rendőröket. Az egyenruhások a helyszín közelében egy bokor alatt zseblámpára és kesztyűre bukkantak, ezenfelül az elkövetők autójából járműfeltöréshez használt eszközök is előkerültek. Az aznap elfogott két férfi büntetést kapott.

MOA

P Á R T H Í R E K



Perneczky László önkormányzati képviselő – Újpest Lehet Más a Politika (LMP)
Tel.: 06-20 390-0566, E-mail: ujpest@lehetmas.hu
<https://www.facebook.com/PerneczkyLaszlo>
<http://ujpest.lehetmas.hu>

Újpesti LMP-iroda, 1041 István út 22., a Főposta mellett. Fogadóóra: Ne Ön jöjjön, hívásra én megyek el Önhöz!



MIKULÁS-TÚRA ISMÉT!

Rendhagyó kirándulásra várjuk ebben az évben is Önöket a káposztásmegyeri Farkas-erdőbe, december 5-én, pénteken egy kis meglepetéssel. Akinek kedve van, öltözzön be, „Mikulásokra és krampuszokra” számítunk – ahogy szoktuk, vagy viseljenek valami piros ruhadarabot. Persze jöhetnek „civilben” is. Gyülekező

10.00–10.15 óra között Káposztásmegyeren a 20/E busz Művelődési Központ megállójában.

Azokat is várjuk, akik eddig nem jöttek velünk kirándulni – egyszer el kell kezdeni –, de szeretnének egy közösséghez, baráti társasághoz tartozni, kimozdulni otthonról, és nem riadnak meg egy kis sétától, jókedvtől sem!

MSZP Újpesti-Káposztásmegyeri Szervezete



Forró újoncként is helytállt

Dárdai Pál szövetségi kapitány felfedezte az újpesti labdarúgót. Mi több, már a válogatottban is bemutatkozott a védőjátékos. **Forró Gyula** a szakemberek és a szurkolók szerint sem okozott csalódást. A futballista a finnek elleni bemutatkozása óta az oroszok ellen is magára húzhatta a válogatott mezét.

Forró Gyula a Finnország elleni Európa-bajnoki selejtezőn lépett először pályára a magyar labdarúgó-válogatottban. Az Újpest FC játékosa előtte megnyugtatta Dárdai Pált, ne aggódjon, minden rendben lesz.

– Ez azért túlzás. Annyi történt, hogy még a kezdés előtt szólt a kapitány, figyeljek, mert bármikor pályára kerülhetek. Mondtam neki, ne aggódjon, minden rendben lesz. Nagyon rá voltam hangolódva a mérkőzésre, éreztem, nem történhet baj. Bevallom, a meccs végére alaposan elfáradtam, pedig csupán bő fél órát játszottam. Ezzel együtt soha sem felejttem el a történeteket.

– Kívülről úgy tűnt, megilletődöttség nélkül szálltál be.
– Nem volt időm izgulni. Igyekeztem rögvést felvenni a tempót. Kaptam dicséretet a lefújást követően, ezúton is köszönöm, de én tisztában vagyok vele, hogy nem volt tökéletes a teljesítményem. Amikor visszanéztem a meccsről készült felvételt, a játékomban bőven találtam hibákat, egyszer-egyszer rosszul helyezkedtem, és az is előfordult, hogy eladtam a megszerzett labdát.

– Ne hallgassuk el, góltól is megmentette a csapatot.

– Halsti lövésénél jókor voltam jó helyen – mondja szerényen a védő.

– Beszéljünk egy kicsit az újpesti csapatról. Jól kezdtétek az idényt, évek óta nem állt a tabellán ilyen előkelő helyen a csapat.

– Sajnos a Kecskemét ellen két öngólt is vétettünk, és ez megpecsételte a sorsunkat. A vereséggel egy picit hátrább kerültünk a rangsorban, igaz, csak gólkülönbséggel előz meg a Fradi és a Debrecen. De nem szabad letörnünk, hiszen minden esélyünk megvan arra, hogy a bajnokság végére akár a dobogóra is felléphessünk.

– A Magyar Kupában címvédőként már a legjobb nyolc között vagytok. A Liga-kupában is továbbjutott a csapat. Tedd a szívedre a kezed, mi számotokra a fontosabb, a kupa- vagy a bajnoki szereplés?

– Természetesen mindhárom. Tilos rangsorolni. Nekünk ki kell szolgálnunk a közönségünket. Az Újpestnek minden meccsen győzelemre kell játszania, és akkor a végelszámolásnál eldől, hogy ez mire elegendő. (gergely)

Péni Isti már Rióra készülhet

A Magyar Sportlövők Szövetségének elnöksége Péni Istvánt, a MOL tehetségtámogató programjának részesét az év legjobb férfi sportlövőjének választotta. A nankingi ifjúsági olimpián arany- és bronzérmet szerzett újpesti sportolót beválogatták a felnőtt olimpiai válogatott keretbe, készülhet a Rio de Janeiro-i ötkarikás játékokra.

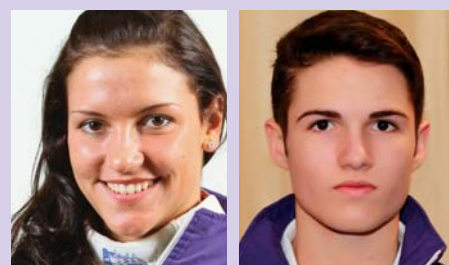


Péni István – sportlövői berkekben Isti – az elmúlt hetekben is remek formában versenyzett. A diákolimpia budapesti döntőjében a 40 lövéses versenyben új országos csúcst, 400 kört lőtt, ami az elérhető maximum. Komáromban, a Tesco Kupán 529,9 körrel új ifjúsági és junior országos csúcst lőtt, és 210,0 körös eredménnyel győzött.

November első két napján a horvátországi Splitben, a Salona DC-n a felnőttetek versenyében, rangos mezőnyben olimpiai érmeteket megelőzve első helyen végzett. Továbbutazva Szlovéniába, a maribori nemzetközi versenyen második lett az olimpiai és világ-bajnokokat felsorakoztató felnőttmezőnyben.

Alig egy hete Nyitrán, az Olimpiai Reménységek Versenyén előbb 630,4 körre javította országos csúcsát, és 208,1 körös döntővel győzött, majd vasárnap tovább javított: 631,3 kör lett az új országos csúcs, és a döntőben elért 207,3 körrel ismét megnyerte a versenyt.

Az már csak hab tortán, hogy a 2014-es felnőttmezőnyben elért eredményeivel, európai ranglistahelyezésével kvótát szerzett a nyári európai olimpiai játékokra Bakuba. (GG)



Újpesti Ifjú Csillagok

Az UTE Baráti Kör 2014-ben elhatározta, hogy ösztönözni kívánja az UTE fiatal versenyzőit, erősíteni szeretné bennük a lila-fehér színek iránti elkötelezettséget, ezért megalapította az „Ifjú Csillag” díjat.

A baráti kör a díj odaítéléséhez az UTE szakosztályainak vezetőit hívta segítségül, hogy jelöljenek egy fiút és egy lány versenyzőt, akik közül az eredmény sorok alapján választják meg a győzteseket. A jelölések beérkeztek, és a négytagú grémium László Luca kardvívót és Péni István sportlövőt tartotta érdemesnek arra, hogy az „Ifjú Csillag” díjjal jutalmazza. (g)

Tisztelt Hirdetőink!

A lakossági apróhirdetéseket az Újpest Márkablakban vesszük fel, a IV., Szent István tér 6. szám alatt. Hirdetés felvételi napok: hétfőn, szerdán, csütörtökön: 10-17 óráig. ● **Lakossági** apróhirdetéseket csak személyesen vesszünk fel! Díja: 945 Ft + áfa, azaz 1200 Ft/30 szó. ● **Vállalkozói** és méretez hirdetések feladása, árajánlatkérés: hirdetes@ujpestimedia.hu. Részletes információ: www.ujpest.hu

Ingatlan eladó

● Újpest-Városcapán eladó 68 m²-es, 2,5 szobás, világos, összkomfortos téglalakás, négyemeletes ház földszintjén. Teljesen felújítva. I.á.: 16,5 M Ft, tel.: 06-30 319-7760

● Eladó Gödön, fürdőközi, 60 m²-es családi ház, 311 m² telekkel. Ár: 14,6 M Ft, beszámítók 7 M Ft-ig kis lakást vagy családi házat cserébe, tel.: 06-30 520-5660

● Újpesten, Lahner György utcában 53 m²-es, 2 szobás, kertkapcsolatos, 2007-ben épült társasházban lakás eladó, tárolóval, teremgarázzsal. Fenntartási költség alacsony. I.á.: 20,9 M Ft, érdeklődni: 06-20 229-5565

● Elcserélném vagy eladnám budakeszi (Nagyszénás) zártkerti ingatlanomat. 585 m² telek, 30 m²-es téglapületek + melléképület, víz, villany van. A belterülethez legközelebb elhelyezkedő telek, lakókörnyezet ideális. IV-XIII. ker.-ben lakáscsere érdekel. Ár: 7,5 M Ft, tel.: 06-30 771-1186

● Eladom vagy elcserélem Városcapán, új építésű, amerikai konyha, 1. emeleti, liftes lakásom. Garázs, tároló megoldható. Irányár: 22,5 M Ft. Kérek 2 szobás, nagy konyhás, garázssal téglalakást, max. 1. emeletig, tel.: 06-20 230-3372

Albérlet kiadó

● Újpesten, Metróhoz 5 percre, nem dohányzó hölgy részére külön bejáratú szoba kiadó, fürdőszoba-használattal. 35 000 Ft, kaució nincs, tel.: 06-30 594-8624

Ingatlancsere

● Újpesti önkormányzati panel, IX. emeleti, 1/5 szobás, 35 m²-es, távfűtéses, (vízóra van) lakásomat elcserélném ugyanilyen lakásra, alacsonyabb emeletre. Metró, orvos, iskola, óvoda, piac közel van. Tel.: 06-20 263-0086

Oktatás

● Matematika-, fizikatanítás általános és középiskolások részére, nagy hatékonyással szaktanártól! Házhoz megyek! Tel.: 06-20 959-0134

● Matematika-, fizika- és kémiakorrepetálást vállalkoz. Házhoz megyek. Hétfőig is. Tel.: 06-70 554-1395

● Matematikakorrepetálás minden szinten, példacentrikusan, kedvezményes áron úgy, hogy még a matekot is megkedveli. Tel.: 06-1 360-1067, 06-20 927-0270

Régiség

● **BOROSTYÁN ÉKSZER FELVÁSÁRLÁSA 10 000-tól 100 000 Ft-ig.** Árany: 6500 Ft-tól, ezüst: 300 Ft-tól. Régi bútorokat, festményeket, órákat, porcelánokat, kerámiákat, dísz tárgyakat, régi pengőket, érméket, kitüntetések, bizsukot, teljes hagyatékot felvásárolok. Díjtalan kiszállítás, értékbecsülés. **Cím: V. ker., Szent István krt. 25.** Tel.: 06-20 914-0150

● Almási Katalin vásárol legmagasabb áron! Bútorokat, festményeket, órákat, dísz tárgyakat, porcelánokat, szobrokat, csillárt, hangszert, könyveket, csipkét, bizsukot, borostyánt, ezüstöt, kitüntetés, régi pénzt, kerámiákat, szőrmét, írógépet, régiségeket, teljes hagyatékot díjtalan kiszállással. Hétfőig is! Tel.: 06-20 597-8280

● Pappné Szilvia gyűjtő díjtalan kiszállással lakberendezési tárgyakat vásárol. Antik bútorokat, festményeket, órákat, ezüstöt, szobrokat, porcelánt, régi pénzeket, kitüntetések, csillárt, szőnyeget, bizsukot, ékszereket és mindenféle régiséget stb. és hagyatékot. Tel.: 06-1 293-1759, 06-70 942-0806, 06-20 465-1961

Garázs vásár

● Kirakodó vásár – garázs vásár! Vasárnap minden kedves érdeklődőt vár, akár eladni felesleges holmiját, akár olcsón szeretne értékes dolgokhoz hozzájutni. December 14-ig minden vasárnap 9-től 14 óráig. IV. ker., Főti út 58/a udvarán (Diegóval szemben), 06-30 408-8077

Bútor

● Szekrény sor – Harmónia –, 12 elemes, áthidalós, világos színű komód szép állapotban központban olcsón eladó, tel.: 06-1 369-7445

Állást kínál

● Újpesti gyermekorvosi praxisomba 4 órás munkaidőre asszisztentst keresek. Tel.: 3691-766, 06-30-529-9816

● Alkalmi munka. Jó fizikumú, agilis, nyugdíjas férfi munkatársat keresünk 63 éves korig. 24 órás szolgálat, heti 2-3 alkalommal. IV. kerületi munkahely. Tel.: 06-30 272-4823

Szolgáltatás

● **IKEA-típusú beépített szekrények, konyhabútorok, irodabútorok stb. mérete gyártása a legolcsóbban.** Pl.: könyvszekrény 228x80x28cm: 13 800 Ft. Igényes munka, rövid határidő, tel.: 06-30 368-1354

● Duguláshárítás, víz-, gáz-, fűtészerezés. Ázsók, csőtörések megszüntetése. Mosdók, vécék cseréje, tel.: 402-4330, 06-20 491-5089

● Kisebb-nagyobb burkolási munkák, javítások, bontások megbízható szakembertől. Korrekt áron, előre egyeztetett időpontban, tel.: 06-30 219-1624

● **REDŐNYÖSMŰHELYBŐL** rendelhet mindenfajta redőnyt, relaxgyártást, -javítást, -szerezést. Szalagfüggöny, szunyogháló, roletta, harmonikaajtó. Napellenző készítése, ponyvacseré, karnisszerelés, tel.: 370-4932

● **AJTÓ-ABLAK JAVÍTÁS!** Fa, műanyag nyílászárók szerelését, szigetelését, zárcseréjét, átalakítását vállalja asztalos. Ingyenes kiszállítás! Kiss Ernő, tel.: 06-30 447-4853

● Nyugdíjas asztalos asztalosmunkát vállal. Javítást is. Fiókcsere, ajtópántok cseréje, tel.: 306-2023, 06-70 234-7759

Masszázs

● Izomletapadások, fej-, nyak- és hátfájdalmak kezelése, teljes testmasszázs. Szakrendelőben (Csengery u. 25.; Vörösvári út 88-96.), az én vagy az Ön otthonában. Csipák Zoltán gyógymasszöről, tel.: 06-20 595-3057

Közös képviselő

● Aktuális vált a közösképviselet-váltás? Válaszra minket közös képviselőnek. Mi Újpesten az újpestiekért dolgozunk már több mint 20 éve. Amennyiben Önök is úgy akarják, mi máris megoldjuk a problémákat, és a teljes ügyintéztést vállaljuk. Tel.: 06-30 965-4844

Játékbolt

● Szeretné, ha játékvasárlás után is maradna pénze? Megnyitott Káposztásmegyert II-n a Sárpaták játékbolt! Új és használt játékok megfizethető áron! Cím: 1048 Bp., Sárpaták utca 3., az udvarban a játszótérnél. Tel.: 06-30 242-6826; Facebook: Sárpaták Játékház

Kereskedelmi egyesület OKJ tanfolyamokat indít Újpest Központban

- kereskedő ● vendéglős ● raktáros
 - logisztikai ügyintéző
- Tel.: 06-20-951-3357

MEGHÍVÓ

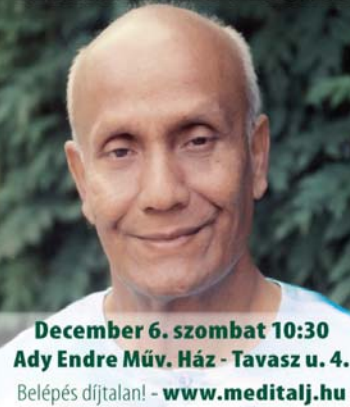
Az Újpesti Lengyel Nemzetiségi Önkormányzat minden érdeklődőt meghív a **2014. december 11-én 18 óra**kor tartandó közmeghallgatására.

Helye: Bp., IV., Nyár utca 40-42.

A Lengyel Nemzetiségi Önkormányzat képviselő-testülete és Priszler Györgyné elnök

MEDITÁCIÓ

ELŐADÁS A BELSŐ ERŐRŐL



December 6. szombat 10:30
Ady Endre Műv. Ház - Tavasz u. 4.
Belépés díjtalan! - www.meditalj.hu

KIPUFOGÓ KLINIKA

Kipufogó dobok, sportdobok készítése szerelése, javítása
KIPUFOGÓK
Katalizátorok garanciával.
MŰSZAKIVIZSGA ÁLLOMÁS
1141 Bp. Fogarasi út 189.
Telefon: 383-8055
1039 Bp. Árpád utca 23.
Telefon: 240-5603
<http://www.kipufogo.hu>
Nyitva: H-P: 8-17 óráig

SONOTHERÁPIA

Hazánkban a szív- és érrendszeri megbetegedések gyakorisága első helyet foglal el az egészségügy statisztikájában. A Sonoterápia egy új, fájdalommentes és mellékhatások nélküli gyógymód az érrelmeszesedés és érszűkület gyógyításában. Azon betegeknél is alkalmazható, akiknél már a műtéti megoldás is szóba kerül.

Az érszűkület tünetei többek között: járáskor görcsbe álló lábak vagy elnehezded, fáradó láb; hideg kezek, lábak; megterhelés okozta krónikus fájdalom a lábakban, szédülés, fülzúgás, feledékenység, elkeseredés. A kezdődő érszűkület az alsó végtagokban doppler vizsgálattal időben felfedezhető, a fent felsorolt tünetek előtt.

A gyengülő agyi vérkeringés miatt bekövetkező időskori elbutulás, és a szívkoronária erek beszűkülése miatt jelentkező mellkasi nyomás, kóros fáradékonyság, fokozatos legyengülés elkerülhető. Az érszűkület nem csak egy ponton támadhat, egyidejűleg kialakulhat az érrendszer különböző szakaszain is. A cukorbetegség végtagokat veszélyeztető hajszálér szövődményeinek megjelenése, a szenvedéssel, álmatlanul eltöltött éjszakák megelőzhetők. A Sonoterápia és a Bemer terápia (pulzáló mágneses terápia) alkalmazásával ez tapasztalható.



A Sonoterápia alacsony frekvenciájú, pulzáló hanghullámok alkalmazásával javítja az érszűkület, érrelmeszesedés által megviselt közérzetet. A kezeléseket szabadalommal védett készülék végzi. A kezelések tökéletesen egyénre szabottak, ugyanis a speciális rezgéseket frekvencia, intenzitás, idő vonatkozásában a betegre kapcsolt EKG és az azt elemző számítógépprogram felügyeli és biztosítja.

A Jobb Közérzet Napok keretében az Újpesti Sonoterápia Centrumban 11. 20. és 12. 20. között kedvezményes vizsgálat és felmérés - 3000 Ft. Nyitási kedvezmény a kezelésekre árából. Újpesti lakosoknak további kedvezmények.

Újpesti Sonoterápia Centrum
1045 Budapest, Ankara u. 35.
Telefon: (1) 360-3572, (30) 921-0530



Akciós ajánlatok péntektől péntekig,
november 28. és december 5. között!

Újpesti Piacnap – megéri!

Adventi szombatok étkei,
érkezik a Mikulás is

Akciós ajánlatok péntektől péntekig,
november 28. és december 5. között!

A NAGYCSARNOKBAN:

- az **Er-Si-Moon Kft.-nél** lucillus paradicsom 498 Ft/kg, lecsópaprika 298 Ft/kg;
- a **Sárgarépa Kft.-nél** télálló zsákos burgonya 55 Ft/kg, télálló zsákos hagyma 85 Ft/kg, sütőtök 99 Ft/kg, olasz narancs 199 Ft/kg.

A KISCSARNOKBAN:

- a **Ropogós Cseresznye Kkt.-nél** mandarin 198 Ft/kg, gála alma 198 Ft/kg, sörretek 150 Ft/csomag;
- az **Alfa-Mozaik Kft.-nél** füstölt első csülök 1190 Ft/kg, csirke-felsőcomb 690 Ft/kg, csirkeszárny 490 Ft/kg, pecsenyekacsa 990 Ft/kg, csirkemáj 590 Ft/kg, csipős lángolt kolbász 1300 Ft/kg.

**Figyelje, keresse
az „Akciós” zászló(ka)t!**
Az akció a készlet erejéig tart.
Újpesti Piac
– Friss, olcsó, közeli



December 6-án, szombaton reggel 9 órától a Mikulással és segítőivel találkozhatnak a gyerekek a piacon.



A négy adventi szombaton egy-egy piaci kifőzde kedvezményes áron várja ünnepi finomsággal a vásárlókat. A **november 29-i** szombaton a Lipótvár Étkezdében a Virágcsarnok oldalában birkapörkölt a menü.

SERDÜLŐ- KORÚ FIÚ VAGY LEÁNY	CSÁSZÁRI KINABAN FORÁNGU HIVATALNOK	CIPELTE HÁZI SZÁRNYAS	A PINCÉBE SZERB VAROS	MASINA EZEN A NAPON	ÁTDÓF IDEGEN FÉRFINÉV	BUBORÉKOS SZESZES ITAL MI? OROSZUL	HARMADIK ISMERETLEN JELE	VIDÉKI FELLEPÉSEK SOROZATA
PÜTHA- GORASZ MONDTA, 1. RÉSZ								B
LUDAS ... (FAZEKAS M.)				FOGYASZT			KÖRÜLBELÜL, RÖV.	
RÉGI TELE- FON ERME				LENGVEL PÉNZNEM			VOLT NÉMET ÁLLAM	
				AZ EGYIK FOSZTÓ- KEPZO	DÉLUTÁNI ÉTKEZÉS			
			LANT SZÉLE!		MARÓ ANYAG		NÉMET ASA	
					MAGAD		NEMESGÁZ	
KÖNYÖRGÉS, KÖLTŐIEN		FOLYADÉKKAL ELLÁTTA	ÜZLET		KIVÁGOTT FATÖRZS RÉSZE			KÉRDŐ SZÖCSKA
DÉL-AFRIKA GK. JELE		DUPLA NULLA			PARIPA			
ÓHAJTÓ, KIVÁNO	... DE JANEIRO MONDÁS 2. RÉSZÉ		KÍNAI SÜLYMÉRTÉK			SAJÁT KEZÜLEG, RÖV.	NAGYNÉNI, NÉMETÜL	POSTAFIÓK, RÖV.
			FORDÍTOTT KETTŐS BETŰ EGYEZKEDÉS		CSIKÓS ESZKÖZE			ORIGÓ JELE
								FÉL NÉMETÜL
		VESE, LATINUL		ELLENŐRZÉS, RÖVIDITVE	VÉGE, ANGOLUL	LÁTOM MASSAL- HANGZÓI	DISZNÓ HÍMJE FARMER MÁRKA	HIGANY VEGYJELE
... JÓZSEF (SZÍNÉSZ)	TÖRÖK ÉS LUXEMBURGI GK. JELE			ILJUSIN			TANGENS JELE	
NANO	GAZD-I TÁRS.						SÉRÓ	
							TOVA	
							EGYES SZÁM HARMADIK SZEMÉLY	AZ ELSŐ MASSAL- HANGZÓ AZ ABÉCÉBEN
MEGNÉZTE	M							

A keresztrejtvény be-
küldendő soraiban ez-
úttal is egy bölcséletet
rejtettünk el. A meg-
fejtéseket, kérjük, jut-
tassák el szerkesztőse-
günkbe **2014. decem-
ber 8-ig**. Levélcímünk:
Újpesti Napló szerkesztő-
sége, 1043 Budapest,
Tavaszi u. 4., Újpes-
ti Kulturális Központ
– Ady Endre Művelő-
dési Ház. A megfejté-
seket a szerkesztoseg@
ujpestimedia.hu e-mail
címen is fogadjuk. Kér-
jük, postacímüket in-
ternetes levelükben is
jelezni szíveskedjenek.
Az Újpesti Napló 2014.
november 13-i lapszá-
mában megjelent rejt-
vényünk helyes megfej-
tői közül **Bobák Bar-
bara, Kerek István,
Körösiné Tasler Judit,
Márton Mária Mag-
dolna** olvasóinknak
kedvezett a szerencse.
A nyertesek az Újpest
Márkablott utalványá-
it vehetik át. Nyere-
mnyükről levélben kap-
nak értesítést.

NOVEMBER 29. - DECEMBER 24.**SZENT ISTVÁN TÉR**

ÚJPESTI Karácsonyi VÁSÁR

INGYENES
JÉGPÁLYA A
VÁROSHÁZA
MELLETT!**NOV. 29.**

17.00:

JÉGPÁLYA MEGNYITÓ ÜNNEPSÉG:
REVOLUTION ICE PRODUCTION**MINDEN HÉTVEGÉN GYERMEKMŰSOROK, WORKSHOPOK,
KONCERTEK ÉS NEVES FELLÉPŐK!**

ADVENTI GYERTYAGYÚJTÁSI MŰSOR DECEMBER 6-TÓL MINDEN SZOMBATON DÉLUTÁN 17 ÓRÁTÓL!

DECEMBER 6.15.00: **KALÁKA** *19.30: **SUB BASS MONSTER****DECEMBER 7.**15.00: **PALYA BEA** *19.30: **MYSTERY GANG****DECEMBER 13.**15.00: **ESZTER-LÁNC** *19.30: **BALKAN FANATIK****DECEMBER 14.**15.00: **KATÁNG** *19.30: **SZEKERES ADRIEN****DECEMBER 20.**15.00: **KISKALÁSZ** *19.30: **MÁZS** - MÉSZÁROS ÁRPÁD ZSOLT
Az Operettszínház művésze**DECEMBER 21.**15.00: **SZALÓKI ÁGI** *20.00: **CARAMEL**

* - GYERMEKKONCERTEK ÉS MŰSOROK



A mi koszorúnk elkészítésében Levi és anyukája, Mónika volt segítségünkre a Szintia Virágüzletből. (IV., Munkásotthon u. 16.)

Készítsünk adventi koszorút!

Ezen a hétvégén gyűjtjük az első adventi gyertyát. Bár már csak pár nap van addig, még nem késő nekilátni saját készítésű adventi koszorúnknak. Mi is elkészítettük az Újpesti Napló szerkesztőségének.

A díszítésnek csupán a képzelet szab határt. Alapnak használhatunk mohát, szalmát vagy akár fenyőt. Bármilyen stílusú lehet a dekoráció. Az egyetlen, ami állandó, a négy adventi gyertya. Ha a hagyományokhoz ragaszkodunk, akkor három lila és egy rózsaszín gyertya lesz a karácsonyi asztalon, de bármilyen szín jól mutat.

D. V.

Hahóóó, Újpest!

Számos újpesti kisbaba családhoz látogatott már el az Újpesti Babaköszöntő Megérkeztem!-macija. Az önkormányzat ajándécsomagjában csupa hasznos ajándék, body, kistakaró, hűtőmágnes ol-tási naptárral, mappá, illetve pelenkacsomag található. A védőnők által átadott csomagot örömmel fogadják a kisgyermekes családok. Arra kérjük a büszke szülőket, nagyszülőket, fényképezzék le csemetéjüket újpesti bodyban, és a képet jpg formátumban küldjék be szerkesztőségünkbe. Örömmel tesszük közzé a kiska-



bákról készült fotókat – névvel ellátva – az Újpesti Naplóban, továbbá az ujpest.hu weboldalon és az Újpest-Káposztásmegyer Facebook-oldalon. E-mail címünk: szerkesztoseg@ujpestimedia.hu.

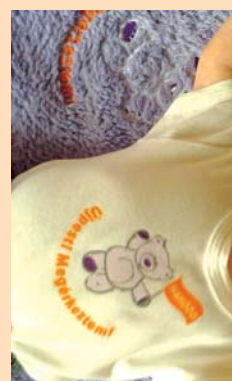


Küldöm kislányunk fényképét az önkormányzattól kapott újpesti bodyban, amelyet nagy örömmel fogadtunk. **Evelin** 2014. június 11-én született. Köszönettel: **Schmidtne Anita**



Örömmel mutatom be második kislányunkat, aki 2014. június 10-én látta meg a napvilágot, 3010 grammal és 56 centiméterrel. A **Deim Lorina** nevet kapta, nagyon örültünk a babacsomagnak, a takaró a kedvenc. Köszönjük!

A Deim család



Küldöm kisfiam, **Rigó Roland** fényképét. 2014. április 30-án született, 2630 grammal és 54 centiméterrel. Köszönjük a babacsomagot! **Ágnes**