



## Gyermeki örömök!

Élénk érdeklődés kísérte az önkormányzat nyárbúcsúztató gyermekprogramjait.

– 7. oldal, 16. oldal



### ÖKOPARK ÉPÜL A KIRÁLY UTCÁBAN

Magyarországon egyedülálló projektet indított az önkormányzat: a Király utcában ökoparkot létesít újrafelhasznált anyagokkal és környezet-hoz illeszkedő növényzettel. – 2. oldal



### DINAMIKUS FEJLŐDÉS INDUL ÚJPESTEN

A képviselő-testület döntésének köszönhetően elkezdődhetnek azok a fejlesztések, amelyeket már régóta terveznek és akarnak az újpestiek. – 4. oldal



### DEPÓNAK HASZNÁLJÁK A MEGYERI TEMETŐT

Elviselhetetlen zaj és porfelhő kíséretében hatméteres földkupacot hordtak a Megyeri temetőbe. Az önkormányzat intézkedett az eredeti állapot helyreállításáról. – 5. oldal



### SPORT- ÉS EGÉSZSÉGNAP KÁPOSZTÁSMEGYEREN

Káposztásmegyeren sport- és egészségnapot rendeznek szeptember 24-én, szűrésekkel, életmód tanácsadással, futó-, kerékpáros- és főzőversennyel. – 3., 12., 13., 14. oldal



Énekes madarak költöznek a lakótelepre

# Ökológiai park a Király utcában

Egyedülálló projektet valósít meg az újpesti önkormányzat a Király utcában az idősek otthona és a gyógy-szertár mögötti területen: ökológiai parkot hoznak létre. Amit lehet, újrahaznosítanak az anyagokból, a fel-frissített zöld környezetet körülte-kintően alakítják ki és madárprogra-mot indítanak.

– Az Ökológiai Parknál, ha egyszerűen tekintjük, az újrahaznosítás kerül előtérbe – mondja *Dezsényi Péter*, a projekt vezetője. – A szóban forgó lakótelepi park szinte minden elemét, legyen az épített vagy növényi rész, meghagyjuk, felújítjuk, megifjítjuk vagy újrahaznosítjuk. Nem lesznek benne drága, látványos térplasztikák, magas költségű, színezett vagy más import burkolatok vagy design-bútorok. Rendkívül hangsúlyos volt a park használói-



nak feltérképezése, a velük való egyeztetések, a különböző életkorú és helyzetű társadalmi csoportok érdekeinek megfelelő, egymást nem zavaró helyszínek, funkciósmák kidolgozása. Légifotókon feltérképeztük a zöldfelületi taposásokat, ezeken a helyeken burkolatok készülnek majd a gyalogosoknak. A gépkocsi forgalmat is úgy fogjuk korlátozni, hogy ezután valóban csak a legfontosabb, üzemeltetési feladatú gépek és járművek érhessék el a parkot – mondta lapunknak a projektvezető.

## MIT CSINÁLNAK?

- Nem selejtezik le a régi utcabútorokat, hanem felújítják. Lesznek újak is, ahol kevesebb jelenleg a pad és a hulladékgyűjtő.
- A régi ping-pong asztalok új funkciót kapnak, új helyen, ülőfelületek lesznek a sportpálya melletti részen. Az alattuk lévő vastag betonburkolatot ledarálják, ebből lesz az új burkolatok alatti alépítmény.
- A növényzetet megifjítják, kiegészítik, csak az elpusztult néhány egyedet távolítják el.
- A régi homokozó faanyaga már nem újrahaznosítható a parkban, de fűtőértéke még van, ezért arra rászorulók kapják meg tűzifaként.
- A park növényzete, gyepe továbbra is extenzív, azaz nem öntözött. A legújabb európai trendek szerint olyan növényeket telepítenek, amely az átlagnál jobban tűrik a csapadékhiányos időszakokat. Egy öntözött park üzemeltetése két és fél, háromszorosa egy extenzív felületnek.
- Megteremtik az életfeltételeit számos madár – így énekes madarak – vissza- illetve betelepülésének is. Ehhez megfelelő összetételű és intenzitású növényzetet alakítanak ki, odúkat, etetőket és itatókat helyeznek el. Üzemeltetésüket a helyi közösségekre, a közeli nyugdíjas otthonra, óvodára és iskolára bízák, számos ismeretterjesztő táblát helyeznek ki.



## Start előtt a népszámlálás!

**Többéves előkészítő munkát követően célgyenesbe ért az október 1-től október 31-ig tartó, 2011. évi népszámlálás. A census előkészítése az ütemtervnek megfelelően zajlik.**

Elkészült, tesztelés alatt áll a kérdőívek internetes kitöltését biztosító elektronikus adatbeviteli rendszer. Jelentős fejlesztésként valósult meg az összeírás végrehajtásában közreműködők – jegyzők, felülvizsgálók, területfelelősök, stb. – munkáját segítő informatikai alkalmazás, a monitoring rendszer. E rendszer segítségével napról napra nyomon követhető az összeírás állása. Jelenleg is tart az oktatók oktatása, vagyis azok képzése, akiknek feladata a népszámlálásban résztvevő mintegy 40

ezer számlálóbiztos felkészítése. A számlálóbiztosok oktatása szeptemberben veszi kezdetét. A számlálóbiztosokat a települési/kerületi jegyzők alkalmazzák, toborzásuk augusztus végére zömében befejeződött.

Az idei népszámlálás – amely szám szerint a 15. a hazai censusok sorában – két tekintetben is az első. Ez lesz az első olyan átfogó nép- és lakásszámlálás az országban, amelyet az Európai Unió tagállamként hajtunk végre, de első lesz az idei census azért is, mert – a [www.enepszamlalas.hu](http://www.enepszamlalas.hu) honlapon keresztül – először nyílik mód a kérdőívek elektronikus kitöltésére.

Az összeírás időszakát megelőző napokban, szeptember végén, a számlálóbiztosok minden háztartásba eljuttatnak egy azonosító- és egy belépési kódot. Ezek segítségével lehet a kérdőíveket interneten kitölteni, október 1. és október 16. között. A kérdések helyes megválaszolását a programba épített magyarázatok segítik. A KSH azokra is gondolt, akik nem rendelkeznek internettel, de mégis szeretnék on-line visszajuttatni a kitöltött kérdőíveket. Nekik lehetőségként több nyilvános közintézmény, pl. könyvtárak, faluházak, stb. internet kapcsolódási helye áll rendelkezésre az ország számos településén. Ezekben a helye-

ken az adatvédelem teljes biztosítása mellett nyílik lehetőség a népszámlálási kérdőívek számítógépes kitöltésére. Fontos, hogy az egy lakásban lakó személyekről szóló kérdőíveket tehát vagy interneten vagy papíron kell kitölteni.

Hazánkban ez év októberében csaknem 40 ezer számlálóbiztos közel 5 millió címet keres fel a népszámlálás lebonyolítása érdekében. A számlálóbiztosok sorszámmal ellátott hivatalos okmánnyal kötelesek igazolni, hogy megbízásuk e munkára szól. Az igazolvány a garancia arra, hogy az illető a lakásba kizárólag a népszámlálás miatt szándékozik bejutni. A lakosság védelmében a népszámláláshoz bármilyen módon kapcsolható bűncselekmények, szabálysértések megelőzése érdekében a Központi Statisztikai Hivatal és az ORFK együttműködési megállapodást kötött.

A lakosság tájékoztatása, a népszámlálás népszerűsítése, a valós válaszadásra ösztönzés érdekében együttműködési megállapodások sora született meg a KSH és az országos kisebbségi önkormányzatok, az egyházak, a fogyatékkal élőket képviselő szervezetek, valamint a Magyar Könyvtárosok Egyesülete között.

A népszámlálással kapcsolatos részletes információk a [www.nepszamlalas.hu](http://www.nepszamlalas.hu) oldalon érhetők el.



3 az 1-ben Káposztásmegyeren

## Mozgás, egészség, kulináris élvezetek

A szeptember 24-i Egészség és sportnapon, melynek Káposztásmegyer, a Karinthy Frigyes ÁMK, valamint a Kósa Pál sétány ad otthont, sport- és egészségnap, továbbá főzőverseny várja az újpestieket. Reggel 9-kor rajtol az Újpesti Futó- és Kerékpáros Fesztivál idei II., őszi fordulója.



**A** Karinthy Frigyes Általános Művelődési Központ főépületébe 10.00-16.00 óráig egészségnapra várják az újpestieket. Ízelítő a gazdag programból: vércukor-, koleszterin-, vérnyomás-, testsúly-, és magasságmérés, szakorvos tanácsai különböző betegségekre, érzékszervek vizsgálat, csontsűrűség vizsgálat, urológiai PSA és helicobaktérium szűrés, allergiás, légúti betegségek kérdőíves előszűrése, és a sort hosszan folytathatnánk. A programot

kiegészíti még több szervezet – például a Családsegítő és Gyermekjóléti, Védőnői Szolgálat, az Őszi Fény Gondozási Központ tanácsadása. A szervezők várják a véradókat is, 9.00-13.00 óráig. (A részletes programról a lapunk 10. és 14. oldalán olvashat.)

Nem hiányozhat a programból a szabadtéri főzést kedvelők versenye, akik ezúttal káposztából készült ételeket főzhetnek. Előzetesen 20 csapat jelentkezését várják. (A sportversenyek felhívása a 13., a főzőverseny felhívása a 10. oldalon.) Azok, akik

nem fáradtak el eléggé a sportversenyen, focikupában jeleskedhetnek, vagy indulhatnak az Újpesti Fekvenyomó Bajnokságon, továbbá a családi vetélkedőkön.

Az Egészség és sportnap szervezői: a Káposztásmegyeri Településrész Önkormányzat, a Karinthy Frigyes ÁMK, valamint Újpest Önkormányzat Polgármesteri Hivatalának Gyermek, Ifjúsági és Sport Osztálya. Fővédnök: Wintermantel Zsolt polgármester. Kiemelt támogató az újpesti Sanofi-aventis/Chinoin.



## Őszi takarítások

Az Újpesti Városgondnokság Kft. folyamatosan karbantartja a közterületeket, az intézmények és a lakóövezetek játszótereit. A Liget Óvodában a napokban kicserélték a homokot, a Hajló utcában pedig, őszi kertészeti munkákat végeztek. A Pozsonyi úti lakótelepet a lehullott levelektől szabadították meg, ahol jó szolgálatot tett a lombporszívó és a lombsöpörű is.



## Vigyázzunk a kisdíjakokra!

Elkezdődött az iskolaév, ezért a rendőrség megkéri az újpesti gépkocsivezetőket, hogy fokozott figyelemmel közelítsék meg az iskolák környezetét, mert sohasem lehet tudni, mikor lép a gépjárművek elé egy kisiskolás a parkoló autók közül. Az utakon az iskolakezdés miatt több gépjármű is közlekedik, ezért megnő a balesetek bekövetkezésének az esélye.

Az újpesti rendőrkapitányság munkatársai a tanévkezdés óta, becsengetés előtt és kicsengetéskor a forgalmas utakon lévő az újpesti általános iskolák előtt teljesítenek szolgálatot és segítik a gyerekek átkelését – a polgárrsággal együttműködve. Felvételünk a Karinthy Frigyes ÁMK Általános Iskola előtt készült.





Uszoda és új szakrendelő épülhet, megújul a piac és környezete

## Dinamikus fejlődés indul Újpesten

Megkezdődhetnek azok a fejlesztések, amelyeket az újpestiek már hosszú ideje várnak. A képviselő-testület külső forrás bevonásáról határozott, illetve az SZTK átvételével kapcsolatos döntéseket hozott.

**A**z újpesti képviselőtestület több mint kétharmados többséggel, 13 igen szavazattal elfogadta azt a javaslatot, amely a „Hajrá Újpest!” városfejlesztési programban szereplő, a kerület életét hosszútávon meghatározó fejlesztésekhez, beruházásokhoz külső források bevonását teszi lehetővé. Ennek értelmében a képviselőtestület meghatározott fejlesztési célokra fordítandó költségvetésről döntött 5 milliárd forint értékben. Minderről szeptember 13-án, rendkívüli ülésen határoztak a képviselők.

### TÁMOGATÁS GYEREKEKNEK

Nagy István alpolgármester előterjesztését mind a 21 jelen lévő képviselő támogatta. Eszerint új szociális támogatás bevezetéséről döntött a képviselő-testület. Azokra a gyerekekre vonatkozik, akik 2011. szeptember 1-je után születtek, legalább egyik szülőjük egy éve újpesti lakhellyel rendelkezik, az egy főre eső jövedelem nem haladja meg a mindenkori öregségi nyugdíj háromszorosát.

### SZTK ÚJPESTI KÉZBEN

A Görgey úti szakrendelő átvételével kapcsolatban is döntött a képviselő-testület. Az SZTK-t októbertől veszi saját kezelésébe az önkormányzat, az önként vállalt feladatra megalapította nonprofit gazdasági társaságát. A cég ügyvezetésével dr. Varga Józsefet, az Újpesti Önkormányzat Szociális és Egészségügyi Intézményének igazgatóját bízták meg.

A fejlesztések indítása annak köszönhető, hogy Újpest ismét biztos pénzügyi és gazdasági lábakon áll, ellentétben a múlt őszi választások utáni helyzettel, amikor az új városvezetésnek 900 milliós hiánnyal kellett szembesülnie a költségvetésben.

A fejlesztések megfelelnek azoknak az elvárásoknak, amelynek az itt élők már több mint egy évtizede hangot adtak, valamint kifejezésre juttattak az Újpesti Párbeszédben. Ilyen a saját új uszoda építése, a járóbeteg-ellátás átvétele a fővárostól, a régi SZTK felújítása, egy új szakrendelő felépítése. A városvezetésnek szándékában áll folytatni a Szent István tér és a Piac környékének megújítását is.

– U. N.



Az intézmények rekonstrukciója után most az utakon a sor

## Egymást érik a felújítások

Új aszfaltszőnyeget, buszmegállókat, járdát, füvesített parkolókat kap a Fóti út az ősszel, és még további öt újpesti útszakasz rekonstrukcióját végzik el.

A nyár során az Újpesti Önkormányzat intézményeiben végzett felújításokról sorozatban tudósítottunk, a hely szűke miatt sajnos nem tudunk az összes rekonstrukcióról beszámolni. Tavasszal közterületet pásztázó kamerák felhelyezéséről, járdaépítésről, csatorna rekonstrukcióról, útburkolati jelek újrafestéséről, a piac környéki új parkolási rendről és számos útfelújításról adtunk hírt. Ősszel minden korábbinál több útsza-



kasz kap új aszfaltborítást Újpesten. Elsőként a Fóti úton láttak munkához.

A munkák ideje alatt a buszközlekedés változatlan útvonalon halad, a meglévő megállókat 100 méteres körzeten belül érinti az építkezés. A felújítandó szakaszokon haladó autósoktól nagyobb figyelmet kérnek, 100-200 méter hosszban jelzőörs irányítás segíti a forgalmat.

A közelmúltban a szakemberek a Megyeri út Szilas patak – Külső Szilágyi út közötti szakaszán végeztek útfelújítási munkálatokat. Még idén sor kerül az Erdősor, a Rózsa, a Sporttelep és Farkaserdő utca egy-egy jelentősebb szakaszának felújítására.

### Fóti úti ütem

Az ütemterv szerint október 14-ig 2,5 kilométeres szakaszon felújítási munkák folynak a Fóti út – XV. kerületi szakaszon. Ennek során a Megyeri úttól a Baross utcáig tartó első, mintegy 450 méteres szakaszon a régi, tönkrement pályaszerkezet elbontása, majd új pályaszerkezet kiépítése történik, két réteg aszfalttal. Az útfelújítással érintett további szakaszon szintén két réteg aszfaltot terít a kivitelező, ezzel egy időben új, kiemelt szegélykövek kerülnek mindkét útszélre. Kialakítanak egy bazaltbeton, továbbá 11 erősített pályaszerkezetű buszmegállót is. A felújítandó útszakaszon átépül a járda és gyeplépcsős ráccsal kövezett parkolókat is építenek.



Hat méter magas lerakó a Megyeri temetőben

# Kegyeleti depó Újpesten

Nagy a felháborodás az Izzó lakótelepen élők körében, miután a Megyeri úti temetőbe a közelmúltban jelentős mennyiségű földet, törmeléket, zúvalékokat szállítottak, amelynek magassága eléri a hat métert. A környéken, ahol iskola, óvoda is van, szállt a por, a teherautók zaja kora reggel felverte a nyugalmat. Az újpesti önkormányzat intézkedett a helyzet megszüntetése érdekében.

**A** mint arról helyszíni felvételeink is tanúskodnak, a teherautók hatalmas porfelleget hagyva maguk mögött szállították oda a különböző összetételű anyagot. A fuvarozással és a lerakással azt követően hagytak fel, hogy szerkesztőségünk érdeklődött a Budapesti Temetkezési Intézet Zrt.-nél arról, mi történik a temetőben. A BTI a fővárosi önkormányzat 100 százalékos tulajdonú cége a Budapesti Városüzemeltetési Központ Zrt.-hez tartozik, ahonnan a következő magyarázatot kaptuk. „A területen egész évben magas a vízállás, és a mocsaras

környezet megszüntetése érdekében a BTI Zrt. engedélyezte termőföld, sóder, homok és töltésföld tárolását, deponálást határozott idejű szerződéssel.”

Rádi Attila városüzemeltetésért felelős alpolgármestertől megtudtuk, az ügyben a főépítési iroda, a közterület-felügyelet is eljárta, a BTI állításával szemben a következőt állapították meg: „A 2003-ban és 2009-ben készült légi felvételeken is látszik, hogy az adott terület nagy része száraz, bokrokkal, fákkal benőtt, füves terület és nem mocsár.” A helyszíni szemle során 2-6 méter magas terepfeltöltést, földdeponálást tapasztaltak, ami nem felel meg az épített környezet védelméről szóló törvénynek. Ez kimondja, hogy a különböző területek, köztük a burkolt és zöldfelületek is csak jellegük szerinti rendeltetésüknek, a vonatkozó hatósági előírásoknak és engedélyeknek megfelelő módon használhatók. Márpedig az építőanyag tárolása nem felel meg a kegyeleti céloknak.

„Az igazgatási főosztály nem jogerős határozatában elrendelte a temető funkciójától eltérő használat megszüntetését, a deponált föld elszállítását és az eredeti állapot helyreállítását” – tudtuk meg az alpolgármestertől.

A határozat indoklásában az is olvasható, hogy a temető működtetője gazdasági szempontokat tartott szem előtt, amikor a területet bérbe adta a földlerakást végző vállalkozásnak. Az ügyben kerestük dr. Trippon Norbertet, újpesti szocialista politikust, a BTI felügyelő bizottságának elnökét, aki lapzártánkig nem válaszolt.



## Nagy György mérnök és felesége:

– Azért szeretjük az Izzó lakótelepet, mert itt jó a levegő. Aránylag mesz-

sze esnek az épületek a forgalmasabb utaktól. Egyik oldalon a Megyeri temető, másikon a Farkas-erdő van. Mindketten allergiától szenvedünk, a feleségemnek súlyos asztmája is van. Júniusban, amikor elkezdték idehordani a temetőbe a földet, vagy mit, (nem tudjuk, hisz a színe alapján biztosan nem termőföld) még hozzánk, a tizedik emeletre is feljött a por. Bezárt ablakok mellett fulladoztunk. Végzett bármilyen hatóság vizsgálatot, hogy milyen por-terhelés éri az itt lakókat? Ráadásul volt, hogy reggel 7-kor kezdték a munkát és este 7-ig folytatták. A teherautók 5 percenként hozták az anyagot, egy kanalas munkagép pedig egész nap terítette. Volt, hogy szombaton is dolgoztak. Amikor 2008-ban idehordták a metró-sittet, éjszaka is dolgoztak. Akkor a lakók feljelentették őket, és abbahagyták ezt a tevékenységet. Úgy látszik, most újra megengedték nekik.

## Vogl Antalné nyugdíjas:

– 25 évvel ezelőtt, amikor ideköltöttünk, valóban volt itt a temető hátsó részén egy laza talajú terület. Állítólag, amikor Káposztásmegyér II-es ütemét építették, feltöltötték az ott folyó patakot és annak a vize keresett és talált erre utat. Aztán feltöltötték a terület egyik részét és akkor már nem állt meg itt a víz. Amikor 2008-ban idehordták és 1,5 m vastagságban elplanírozták a 4-es metró építéséről idehordott darált betont, teljesen fel-

száradt a talaj. Úgyhogy nem értem, miért kellett most még 6-7 méter magasan rátölteni ezt a sított, vagy mit. Engem rettenetesen megijesztett az a zaj, amikor elkezdték ezekkel a nagy billenős teherautókkal idehordani a törmeléket. Hatalmasakat döng a plató hátsó lengőajtaja, amikor leönti az anyagot a sofőr, és a mázsás vasajtó visszacsapódik. Először azt hittem, leszakadt valami a házról. Nekem ebben a temetőben nyugszik a férjem és a fiam is. Depót akarnak itt fenntartani? Miért nem parkosítják inkább? Már az sem szép látvány, hogy a régi kerítés hulladékát, a szétbontott sírokat és a temető szemetét itt tartják, most meg még sitt lerakó is lesz? Felháborító!

## Horváth Mónika pedagógus:

– Felháborító az az arcatlanság, hogy bizonyos vállalkozók milyen áron akarnak anyagi hasznot szerezni mások kárán. Nem érdekli őket, hogy itt temető van, lakótelep, iskola és óvoda is. A Szűcs Sándor Általános Iskolában a gyerekeket kiemelten a környezet védelmére tanítják, ehhez képest mit látnak? Törmelékhegyet. Fák, bokrok helyett. Nem beszélve a Dalos óvodáról, ahol a széljárás miatt a picik is szívják ezt a port, amely ki tudja, honnan származik, milyen anyagból van? A ház előtti parkolóban az autókat egy nap alatt belepi a por. Itt több játszótér is van. Ha az autók így néznek ki, mit szívhatnak be a kisgyerekek, a lakók?

Milyen lehet egy temetés, ahol a gyászolók a könnyeik helyett a port nyelik, a gyászbeszéd helyett a munkagépek zaját hallgatják. Cinikus, embertelen, felháborító hozzáállás, bárki is engedélyezte ezt... – U. N.



## Por, zaj, szennyezés

*A deponálás miatt keletkező szennyeződésről gyökeresen eltér a BTI és az ott élők véleménye.*

BTI: „A távolságon kívül nagy mennyiségű élő növényzet biztosítja, hogy zaj és porártalom a környezetet ne terhelje, illetve a tárolt anyagok a környezetre nem jelentenek veszélyt. A mocsaras terület szaga és a rovarok mennyisége jelentett komoly környezeti terhelést, míg a BTI Zrt. a föld deponálása során ezt meg nem szüntette. Ezzel a tevékenységgel a BTI Zrt. az ott élő lakosok szempontjából az élet minőségét nem károsítja, inkább pozitív hatással bír.”



**Tisztelt Újpesti Polgárok! Újpest Önkormányzata a kerületben elszállítandó és ártalmatlanítandó hulladék mennyiségének csökkentése és a zöldfelületek tápanyag-utánpótlása biztosítása érdekében 2011 évben lakossági**

### KOMPOSZTÁLÁSI AKCIÓT

hírdet.

Az Önkormányzat az akció keretében térítésmentesen bocsátja rendelkezésre a komposztáláshoz szükséges anyagokat, ingyenes tájékoztató és oktató előadásokat szervez.

Az akció keretében lakóközösségek és egyéni érdeklődők jelentkezését várjuk 2011. október 7-éig.

Városi létünk velejárója, hogy a keletkező hulladék gondos szervezetést és nagy költséget igénylő módon kerül el a termelőds helyéről – a háztartásokból és a munkahelyek egy részéről – az ártalmatlanítás helyszínére, ahol rendezett módon lerakásra kerül. A szelektív hulladékgyűjtéssel a kommunális hulladék egy része hasznos alapanyag lehet, a szervezett egyéb hulladékgyűjtési és hasznosítási lehetőségek a hulladékdudvarokban további értékes részt mentenek meg szemtünkökből.

A szerves hulladék jelenleg kommunális hulladékba kerülő jelentős része komposztálással hasznos anyaggá alakítható, mégpedig nagyon egyszerű, „háztáji” módszerekkel, kevés eszköz-, és anyag-felhasználással. Kérjük, jelentkezzenek a felhívásra, adják le igényüket az akcióban való részvétellel. Az akció során tájékoztató előadáson választ kaphatnak kérdéseikre, szakképzett, tapasztalt oktatók pedig megtanítják Önöknek a házi komposzt-készítés mikéntjét.

Az akció során megtapasztalhatják, hogy

- valóban lehetséges a családi házak és a társasházak számára komposztálással csökkenteni az elszállítandó hulladék mennyiségét,
- valóban lehetséges hasznos, a zöldfelületek, a növények számára értékes tápanyagot adó humuszt termelni a háztartásunk közelében,
- ez a technológia a környezetet nem szennyezi kellemetlen szaggal,
- kicsi kertben is elfér a komposztáló edény,
- ha nincs kertünk, akkor is komposztálhatunk,
- akár egyedül is hozzáláthatunk,
- bárki megtanulhatja, hogyan kell komposztálni.

Az igényléshez szükséges nyomtatvány rendelkezésre áll a Polgármesteri Hivatal Ügyfélszolgálati Irodáján (1042 Budapest, István út 15.), valamint ügyfélfogadási időben a Városüzemeltetési Főosztályon (1042 Budapest, István út 14. fszt. 16.) illetve a [www.ujpest.hu](http://www.ujpest.hu) honlapon megtalálható és letölthető.

A kitöltött nyomtatványt az alábbi módon juttathatják el hozzánk:

- személyesen átadható a Polgármesteri Hivatal Ügyfélszolgálati Irodáján (1042 Budapest, István út 15.), illetve ügyfélfogadási időben a Városüzemeltetési Főosztályon (1042 Budapest, István út 14. fszt. 18.),
- postai úton beküldhető a Budapest Főváros IV. Kerület Újpest Önkormányzata Polgármesteri Hivatal Városüzemeltetési Főosztály Városüzemeltetési és Környezetvédelmi Osztály (1042 Budapest, István út 14.) címre,
- faxon elküldhető a 231-3149 faxeszámra,
- elektronikusan megküldhető Földházi Júlia számára a [foldhazi@ujpest.hu](mailto:foldhazi@ujpest.hu) e-mail címre.

Amennyiben lakóközösség kíván az akcióban részt venni, úgy kérjük, adják meg a kapcsolattartó nevét, elérhetőségét. A technológia elsajátítására díjmentes előadást szervezünk. Az előadás pontos időpontja a jelentkezők számától függően kerül megrendezésre, 2011. október hónapban. A komposztáló edények átvétele 2011. október végéig megtörténik.

Az akcióval kapcsolatban kérdéseikkel szíveskedjenek Földházi Júlia parkügyi ügyintézőt keresni (tel.: 231-3101/144).



Újpest Önkormányzata



## Magyar dal kondérral, könyvvel



A Magyar Dal Napját az Újpesti Magyar Dal és Zenebarát Társaság egy órás műsorral köszöntötte a Lecsőfesztiválon (7. oldal) az Újpestért-díjas László Mária vezetésével szeptember 10-én. Egy más után csendültek fel citeraszóval az ismertebbnél ismertebb nóták, dalok. Együtt énekeltek a közösség a fellépő asszonyokkal.

A Magyar Dal Napja alkalmából a Király Könyvtárban is felcsendült a muzsika. A bibliotékában, ahol rendszeresen a komolyzenei koncertek, szólóestek, ezen a délelőttön a könyveket kölcsönzőknek jelentett kellemes meglepetést, hogy az Erkel Gyula Újpesti Zeneiskola növendékei zenéltek.

(Bővebben: [www.ujpest.hu](http://www.ujpest.hu))

## Zöld berkek Újpesten

Folytatjuk a *Legszebb erkélyek* című pályázatunk 12 nyertes pályamunkájának bemutatását. A győztesek az Újpest Ajándékboltba szóló vásárlási utalványt és emléklapokat nyertek.



Szalay Katalin, Szigeti József u.



Tarnai Éva, Szilaspaták sor





## Gyermeki örömök a nyár végén

A Találkozzunk többször! programsorozat folytatásaként nyárbúcsúztató gyerekprogramokkal várta az önkormányzat az érdeklődőket szeptember 10-én. Délelőttől kora délutánig a MagicBox játékbolt szórakoztatta a publikumot, majd 14 órától az Ady Endre Művelődési Központ udvarán követték egymást a produkciók.

Vidám zenére, különböző korú óvodás és kisiskolás gyermekek léptek színpadra: a Helen Doron újpesti nyelviskola nebulói pillanatok alatt meggyőztek bennünket arról, játékosan még a nyelvtanulás is könnyebb. Hőfehérkét táncosok váltották: a DoKaDance Stúdió növendékei.

Doma Kata néptánc-színházi táncművész, művésztanár ezúttal a kicsiket hozta magával. A mese sem hiányozhatott, a színpad mögötti nagy fák árnyékába invitálta az *Utcaszak* a családokat. A hűst

adó lombkoronák alá szőnyegek, azokra kispárnák és gyerekek kerültek.

A tizedik évét ünneplő *Harsányi Gábor* Kommunikációs Stúdió növendékei örökzöld operett slágerekkel, musical részletekkel szórakoztatták a közönséget.

A Gyermeki örömök program csúcspontjaként *Farkasházi Réka* színművész dalban szólította meg zenekarával lelkes publikumát.

(Részletes tudósítás [www.ujpest.hu](http://www.ujpest.hu), képek: *ujpest-kaposztasmegeyer facebook oldalon*)



## Játék és varázslat

Varázsnapot ígért a MagicBox játékbolt, amely idén második alkalommal tárta ki kapuját a látogatók előtt. Nem a vásárlás volt az elsődleges cél, hanem a játék. A belépő, éppen úgy, mint tavasszal, egy megunt, de még használható játék volt. A kisgyermek azzal, hogy lemondtak egy korábbi játékukról, bebocsátást nyertek a játékparadicsomba. Az ajándékba hozott játékok nemsokára az újpesti óvodásokhoz kerülnek.

## A Lecsófesztivál ízei

Lecsófesztivállal búcsúztatta a lassan tovatűnő nyarat az Újpesti Piac- és Vásárcsarnok.

60 kilogramm zöldpaprikát, 30 kilogramm paradicsomot, 15 kilogramm hagymát osztott ki a kereskedőknek a Piacfelügyelőség, akik ezúttal is szó szerint apait-anyait beleadtak, kedvük szerint ízesítettek, keverték, nyestek, aprították, főztek, majd beszolgáltatták a forró ételt. A kondérok, lábosok ez után számot kaptak, és harcba indultak a 2006-ban alapított vándorkupaéért. (A végeredményről következő lapszámunkban tudósítunk.)

A sok vidám és jóllakott ember láttán a Nap is kiragyogott a szürkeségből: szeptember 10-én délelőtt a Lecsófesztiválon minden étel elfogyott.

Bővebben: [www.ujpest.hu](http://www.ujpest.hu)





# Program-naptár

szeptember 15-től 21-ig

## IDŐSZAKI KIÁLLÍTÁSOK

- **11.00-18.00:** Játékonysági kiállítás a Szőnyi István Szabaddiskoláért. **Szeptember 15-től október 2-ig.** Újpest Galéria.
- **11.00-18.00-ig:** Ungvárról jöttünk. Képzőművészeti kiállítás **szeptember 16-tól október 2-ig.** Kiállítók: *Ljudmila Korzs* – Ragyko festőművész, *Leszja Korzs* festőművész, *Bogdan Korzs* szobrászművész, *Tarasz Korzs* fotóművész. Az Újpesti Ukrán Kisebbségi Önkormányzat és az Újpest Galéria programja. *Újpest Galéria*
- A Károlyi István 12. Évfolyamos Gimnázium első osztályos tanulóinak kiállítása. Megtekinthető **szeptember 16-ig.** *Károlyi Galéria (Erzsébet u. 69.)*

## ELŐZETES

- **Szeptember 23-október 20-ig:** A sokszínű ősz. A Káposztásmegyeri Foltvarró Klub kiállítása. *Karinthy Frigyes ÁMK, Főépület Galéria*
- **Október 3-16-ig:** Mentés másként. *Dr. Király Péter* kiállítása. *UGYIH, Gyermek Galéria*

## Szeptember 15., csütörtök

### TANÁCSADÁS

- 15.00-18.00:** Felnőttképzési Tájékoztató Szolgálat – konzultáció. *Ady MK*
- 15.00-17.00:** Pályaorientációs és pályakorrekciós tanácsadás. *Ady MK*

### KLUB

- 16.00:** A Mozgássérültek Budapesti Egyesületének Újpesti Szervezete klubnapja. Ea.: *Dr. Andrassy Gábor* kardiológus. Ingyenes vérnyomásmérés. *Ady MK*

### ÉLETMÓDPROGRAM

- 18.00-19.30:** Az egészséges életért. A Felfedezések Alapítvány programja. Csengei Károly előadása: Reménytelenség érzése? Depresszió? Előadás előtt ingyenes testzír- és vérnyomásmérés. A belépés díjtalan. *UGYIH*

### NYELVTANULÁS

- 16.30-17.15:** Ovi angol, haladó. Induló. *KFÁMK Főépület*
- 17.30-18.30:** Angol kezdő, haladó beiratkozás *ADY MK*

### BALETT, JAZZBALETT, TÁNC

- 20.00-21.30:** Flamenco. *UGYIH*
- 18.30-19.30:** Zumba. *KFÁMK KH*
- 19.00-20.00:** Törzsi hastáncoktatás. *KFÁMK KH*
- 17.30-19.00:** Társastánc, gyermek, induló. *KFÁMK Főépület*

### KISGYERMEKES CSALÁDOKNAK

- 9.30-10.30:** Zenebölcsis. *UGYIH*
- 8.30-9.30:** Baba-mama torna. *KFÁMK KH*

### TORNA, MOZGÁS, JÓGA, HARCMŰVÉSZET

- 9.00-10.00:** Torna időskorúaknak. *Ady MK*
- 9.00-10.00:** Senior torna. *KFÁMK KH*

- 19.00-20.30:** Hatha jóga. *KFÁMK Főépület*
- 18.00-19.00:** Capoeira. *KFÁMK KH*
- 20.00-21.30:** Yohimi Ju-Jitsu, felnőtt. *KFÁMK Főépület*

## Szeptember 16., péntek

### KISGYERMEKES CSALÁDOKNAK

- 9.00-10.00:** Ringató. Induló. *KFÁMK KH*
- 15.30-16.15:** Ovis tánc. *KFÁMK Főépület*

### TORNA, MOZGÁS, JÓGA, HARCMŰVÉSZET

- 16.00-17.30:** Akrobatikus torna. *KFÁMK KH*
- 18.30-19.45:** Hatha jóga. *KFÁMK KH*
- 17.30 és 18.30:** Kondicionáló torna. *Ady MK*

### VÁSÁR, BÖRZE

- 9.00-12.00:** Ruhavásár. *UGYIH*

### KISMAMÁKNAK

- 18.00-19.30:** Kismama jóga. *KFÁMK KH*

### BALETT, JAZZBALETT, TÁNC

- 16.00-17.00:** Hip-Hop. *UGYIH*
- 17.00-19.00:** BEM Néptáncgyűttes foglalkozásai. *Ady MK*
- 16.30-21.00:** Földházi Tánciskola. *UGYIH*
- 14.30-15.30:** Versenytánc Klub. *KFÁMK Főépület*
- 16.30-18.00:** Társastánc, gyermek. *KFÁMK KH*
- 18.00-19.00:** Társastánc felnőtt, haladó. *KFÁMK KH*

### ÉJSZAKAI SPORT

- 20.00-02.00:** Éjszakai ping-pong. *KFÁMK KH*

## Szeptember 17., szombat

### A KULTURÁLIS ÖRÖKSÉG NAPJAI

- 11.00-17.00:** Óshonos magyar állatok és magyar kutyafajták. *Állatsziget*
- 14.00-18.00:** Látogatás az Újpesti Zsinagógában. *Berzeviczy u. 8.*
- 19.00-22.00:** Csillagvizsgáló. A csoportok 30 percenként indulnak az épület bejáratától. *Könyves Kálmán Gimnázium*

### NYITOTT TEMPLOMOK ÉJSZAKÁJA

- 18.00-22.00:** „Tiszta családokért a Család Évében”. Részletes program előző lapszámunkban. *Káposztásmegyeri Szentháromság Plébánia.*

### ZENI KURZUS

- 9.00-12.00:** Liszt Ferenc egyházi kóruszeneje. Az Adorate Művészeti Egyesület programja. *Ady MK*

### ÉJSZAKAI SPORT

- 20.00-02.00:** Éjszakai ping-pong. *KFÁMK KH*

## Szeptember 18., vasárnap

### A KULTURÁLIS ÖRÖKSÉG NAPJAI

- 10.00-16.00:** Újpest története és jelentős személyiségei. Látogatás az újpesti Városházán. Csoportok szükség szerint, de legfeljebb 30 percenként indulnak. Vezetők: *Iványi János, Hirman László* helytörténeti kutatók. *Városháza*
- 10.00-17.00:** Az óshonos magyar állatok és a magyar kutyafajták. *Állatsziget*
- 12.00-18.00:** Látogatás az Újpesti Zsinagógában. *Berzeviczy u. 8.*

### VERSPÓDIUM

- 17.00:** Örökség. Bencze Ilona műsora. *Újpesti Polgár Centrum*

## ZENÉS DÉLUTÁN, EST

- 17.00-21.30:** Hétvégi Randevű. A '60-as, '70-es, '80-as évek zenéjével, a Szilver zenekarral. *Ady MK*

## Szeptember 19., hétfő

### BALETT, JAZZBALETT, TÁNC

- 16.00-16.45:** Ovi néptánc. Induló. *KFÁMK Főépület.*
- 17.00-18.00:** Magyar néptánc. Ovisoknak. *UGYIH*
- 18.00-19.00:** Hastánc, Fakhr Eldin-Balogh Cecíliával. *UGYIH*
- 19.30-21.00:** Salsa. *UGYIH*
- 16.45-17.45:** Hip-Hop Dance tanfolyam. *KFÁMK Közösségi Ház*
- 16.00-17.00:** Hip-Hop. *UGYIH*
- 17.00-22.00:** BEM Néptáncgyűttes foglalkozásai. *Ady MK*

### KISGYERMEKES CSALÁDOKNAK

- 9.30-10.15:** Manó torna. *KFÁMK KH*
- 16.00-17.10:** Ovi torna. *KFÁMK Főépület*

### TANÁCSADÁS

- 15.00-17.00:** Pályaorientációs és pályakorrekciós tanácsadás. *Ady MK*

### KÉZMŰVÉSSÉG

- 9.00-12.00:** Foltvarrók. *KFÁMK KH*
- 17.00-21.00:** Kerámia. *Ady MK*

### TORNA, MOZGÁS, JÓGA, HARCMŰVÉSZET

- 16.15-19.00:** Akrobatikus torna. *KFÁMK Főépület*
- 17.30-20.00:** Aikido, gyermek, felnőtt. *KFÁMK KH*
- 18.30-19.45:** Hatha jóga. *KFÁMK KH*
- 19.00-20.00:** Harci fitness. *KFÁMK Főépület*
- 20.00-21.00:** Eskrima. *KFÁMK Főépület*
- 17.00 és 18.00:** Kondicionáló torna. *Ady MK*

### TANFOLYAM

- 17.45-22.00:** Digitális fotó. *UGYIH*

## Szeptember 20., kedd

### BÖRZE

- 14.00-18.00:** Középkoroké XXI. Börzéje. Szeptember 23-ig. Megnyitő: 14 óra. *UGYIH*

### KISGYERMEKES CSALÁDOKNAK

- 8.30-9.30:** Baba-mama torna. *KFÁMK KH*
- 16.15-17.00:** Zeneovi. *KFÁMK Főépület*
- 16.30-17.15:** Ovi angol, kezdő. Induló. *KFÁMK Főépület*

### TORNA, MOZGÁS, JÓGA, HARCMŰVÉSZET

- 9.00-10.00:** Torna időskorúaknak. *Ady MK*
- 18.00-19.00:** Capoeira. *KFÁMK KH*
- 16.00-17.30:** Yohimi Ju-Jitsu, gyermek. *KFÁMK Főépület*
- 20.00-21.30:** Yohimi Ju-Jitsu, felnőtt. *KFÁMK Főépület*

### BALETT, JAZZBALETT, TÁNC

- 17.00-17.45:** Balett. *KFÁMK KH*
- 19.00-20.00:** Zumba. *KFÁMK KH*
- 19.30-21.00:** Salsa. *UGYIH*

## Szeptember 21., szerda

### BÖRZE

- 10.00-18.00:** Középkoroké XXI. Börzéje. **Szeptember 23-ig.** *UGYIH.*

## TANÁCSADÁS

- 15.00-17.00:** Pályaorientációs és pályakorrekciós tanácsadás. *Ady MK*

### KISGYERMEKES CSALÁDOKNAK

- 16.00-17.10:** Ovi torna. *KFÁMK Főépület*

### ZENE

- 16.00-17.00:** Zene sulis. Induló. *KFÁMK Főépület*

### KÉZMŰVÉSSÉG, MESE

- 16.00-17.00:** Varázsdoboz. *KFÁMK Főépület*

### BALETT, JAZZBALETT, TÁNC

- 18.00-20.00:** Hastánc, Fakhr Eldin-Balogh Cecíliával. *UGYIH*
- 16.45-17.45:** Hip-Hop és Dance tanfolyam (1-4. osztályosoknak). *KFÁMK KH*
- 17.00-17.45:** Tulipán gyermek néptánc. *KFÁMK KH*
- 17.00-22.00:** BEM Néptáncgyűttes foglalkozásai. *Ady MK*

### TORNA, MOZGÁS, JÓGA, HARCMŰVÉSZET

- 9.30-11.30:** Női kondicionáló torna, kisgyermek foglalkoztatással. *KFÁMK KH*
- 16.15-19.00:** Akrobatikus torna. *KFÁMK Főépület*
- 17.00 és 18.00:** Kondicionáló torna. *Ady MK*
- 17.00-18.00:** Gyógytorna. Induló. *KFÁMK Főépület*
- 18.00-19.00:** Kondicionáló- és gerinctorna. Induló. *KFÁMK Főépület*
- 18.00-20.00:** Aikido. *KFÁMK KH*
- 19.00-20.00:** Harci fitness. *KFÁMK Főépület*
- 20.00-21.00:** Eskrima. *KFÁMK Főépület*

## VÉRADÁS

Ugye már Ön is tud róla? Véradó nap lesz az Újpesti Gyermek- és Ifjúsági Házban, 14-18 óra között az alábbi időpontokban: **szeptember 15., október 17., november 3., december 12.** A regisztrációhoz fényképes igazolvány, lakcímkártya valamint TAJ-kártya szükséges.

## ÁLLANDÓ KIÁLLÍTÁSOK ÚJPESTEN

**Újpesti Helytörténeti Gyűjtemény:** Fejezetek Újpest történetéből. A kiállítás megtekinthető – vasárnap és hétfő kivételével – naponta 10.00-17.00 óráig, szombaton 10.00-14.00 óráig.  
**KFÁMK Főépület:** Karinthy Frigyes emlékkiállítás  
**KFÁMK Közösségi Ház:** Maklári Péter fotóriporter Hollókó c. fotókiállítása

## MIT HOL TALÁL?

- **Ady Endre Művelődési Központ:** 1043 Bp., Tavasz u. 4. Tel: 231-6000
- **Újpesti Polgár Centrum – Újpest Galéria** 1043 Bp., Árpád út 66. Tel: 379-3114
- **Karinthy Frigyes ÁMK Főépület:** 1048 Bp., Hajló u. 2-8. Tel: 380-6188, 380-6163
- **Karinthy Frigyes ÁMK Közösségi Ház:** 1048 Bp., Lóverseny tér 6. Tel: 380-6760
- **UGYIH:** Újpesti Gyermek- és Ifjúsági Ház, 1042 Bp., István út 17-19. Tel: 231-7070



## Ezt ajánljuk



### GYERMEK TÁNC HÁZ

Az Ady Endre Művelődési Központ, a Bem Néptáncgyűttes táncosai vezetésével, élőzenés tánc házat szervez, amelyre szeretettel várnak minden játszani, táncolni, énekelni szerető kis- és nagygyermeket. A gyermek tánc ház idei első összejövetelét **szeptember 25-én**, vasárnap tartják 10.00-12.00 óráig. A belépők ne lepődjenek meg: mindjárt egy vásári forgatagba érkeznek. A tánc házat kézműves foglalkozás egészíti ki, csuhézás lesz, a tánchoz tekerő adja a talpalávalót. A belépő: 500 forint.



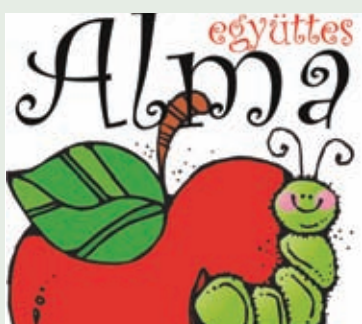
### CSALÁDI MATINÉ ÉS JÁTSZÓHÁZ

Tíz éve működő családi program: interaktív bábelőadás, amelyet játszóház követ. Ez alkalommal a Bundás bocsok kalandjai című bábelőadásra invitál a Tekergő Bábszínház. A két kicsi, szeretni való medvebocs, medve mamával érkezik, Ugri mókus és Róka Robi társaságában. A kalandok után a gyermekeket és szüleit játszóházba és kézműves foglalkozásra várják. Helyszín: Karinthy Frigyes ÁMK Közösségi Ház, időpont: **szeptember 24., 10-12 óráig**. Belépő az előadásra: 800 forint. Kétéves kor alatt ingyenes.



### SZÍNHÁZBA IS BÉRLETTEL

Októbertől négy előadás megtekintésére invitálja önöket az Újpesti Színház. A színház három saját előadását, valamint egy vendégtársulati fellépést ajánl bérletben, melynek ára: 8000, és 7000 forint. Az előadások: **október 1-jén:** Gyurkovics Tibor: Nagyvizit, tragikomédia, **október 29:** Harsányi-Gyarmati-Siliga: Pesti srácok musical, **november 12:** Sarkadi Imre: Elveszett paradicsom, színmű, **december 17:** Katona Imre: Csíksomlyói magyar passió, misztériumjáték, zenével. Az Evangélium Színház és a Forrás Színház közös produkciója. Bérletek az Ady Endre Művelődési Központban személyesen és telefonon – 231-6000 – egyaránt rendelhetők. Az előadások bérleten kívül is megtekinthetők.



### ALMAZENE

Ki ne ismerné a fergeteges hangulatot teremtő Alma Együttest? Gyermekek és szülei egyaránt élvezik zenéjüket, humorukat. A zenekar ismét Újpestre készül, **október 8-án**, 10 órára a Karinthy Frigyes Általános Művelődési Központ Főépületébe. Mivel a gyermekkoncerten a telt ház előre borítékolható, jegyek csak elővételben válthatók, **szeptember 20-tól**, hétköznaponként 8.00-tól 17.30-ig, két helyszínen, a KFÁMK közművelődési csoportjánál, valamint a Közösségi Házban.



### OVIS-SULI SZÍNHÁZ

Ebben az évadban is folytatja óvodásoknak és alsó tagozatos kisiskolásoknak ajánlott színházi előadásorozatát az Újpesti Gyerme- és Ifjúsági Ház. **Október 7-től január 13-ig** több társulat műsorát ajánlják. A sort **október 7-én**, 14.30-kor a Hébe-Hóba banda nyitja a Vacka Rádió dalaival. A következő alkalmon Szinovál Gyula színművész társulatának, Hevesi Imre zenekarának, továbbá a Görbe Tükör Színház produkciójának örülhetnek a gyermekek. Bérletek már vásárolhatók.

### BIZTOS RANDI

Vége a nyári szünetnek, ismét Hétvégi Randevúra hívja vasárnaponként az Ady Endre Művelődési Központ a zenés, táncos esték kedvelőit. A nosztalgia esteken a hatvanas, hetvenes, nyolcvanas évek zenéjét játssza a Hétvégi Randevú állandó zenekara, a Szilver. A rendszeresen visszatérő vendégeknek klubtagsági kiváltását ajánlják, mellyel a belépő 800 forint. Az egy alkalomra szóló jegy 1000 forint. Baráti társaságoknak érdemes asztalt foglalni, amelyre a 231-6000 telefonszámon van lehetőség.



### SZTÁRNEVETTETŐK

Kabaré hétfőn. A régi, klasszikus kabarék világába kalauzolja vissza havonta egy alkalommal a nézőket az Újpesti Gyerme- és Ifjúsági Ház. A négy előadásból álló nevetető

sorozat időpontjai: **október 10., november 14., december 12. és január 16.** Elég egy pillantást vetni a fellépők neveire – Beregi Péter, Heller Tamás, Defekt Duó, Forgács Gábor, Ihos József, Nádas György, Nyertes Zsuzsa – láthatjuk, sztárnevetetők „veszik kézbe” a publikumot. Kezdes: 19.00 órakor. Jegyek szeptember 19-től vásárolhatók, 1500 forintért.



### A ZENE VILÁGNAPJÁN

Hódolva a hagyományoknak, s egyúttal folytatva azokat, spontán örömmel hívunk minden zeneszerető újpestit a Karinthy Frigyes ÁMK Főépületébe **október 7-én**, pénteken 10 órára. A rendhagyó énekórának a Zene Világnapja és Liszt Ferenc születésének 200. évfordulója alkalmából lehetünk részesei. Fellépnek a Tűzoltó Zenekar fúvósai. A belépés ingyenes.



### OLIMPIAI ÉVBE LÉPÜNK

A Londonban rendezendő olimpiai játékok apropóján 5 forduló, egyéni jelentkezést igénylő kvízzjátékokra hívja az Újpesti Gyerme- és Ifjúsági Ház az általános iskolák felső tagozatosait és a gimnazistákat. Az újkori olimpiai történetét felölelő játék feladatlapjai **október 3-tól** tölthetők le a [www.ugyh.hu](http://www.ugyh.hu) honlapról valamint a [www.facebook.com/ugyh](http://www.facebook.com/ugyh) oldalról. A legeredményesebb résztvevők áprilisban vetélkedőn vehetnek részt, amelyen értékes és hasznos nyeremények találnak gazdára. Bővebb infó: UGYIH



# ÚJPEST ARCA 2011

Köszönjük az Újpest Arca Szépségverseny valamennyi indulójának, hogy jelentkeztek versenyünkre, továbbá családtagjaiknak. Köszönet illeti a szakmai segítségért *Móra Emese* koreográfust és *Nagy Brigitta* szervezőt, aki a versenyzők gondját viselte.



I. kategória, lányok, korosztály: 10-14 év (balról jobbra): Bolla Dzsenerfer, Illés Klaudia, Opitz Kitti, Sárai Gréta, Szabó Blanka, Sztrahia Brenda. II. Kategória, fiúk: Bálint Gergő, Jókay Bálint, Molnár Krisztián, Popovics Ádám, Tasnádi László III. Kategória, lányok, korosztály: 15-20 év: Csonka Krisztina, Gabaj Zsófi, Kánisz Cintia, Tasnádi Petra, Tóth Alexandra, Zavaros Anna

## FELHÍVÁS

**Tisztelt Szülők!** 1999. január 1.–1999. december 31. között született lány gyermekek részére a méhnyakrákot és nemi

szervi szemölcsöt okozó Humán Papilloma Vírus (HPV) megelőzésére szolgáló védőoltások beadásának korábbi megjelent időpontjai az alábbiak szerint változnak:

1. oltás időpontja: **2011. november 14–18.** 2. oltás időpontja: **2012. január 16–20.** 3. oltás időpontja: **2012. május 21-25.**  
*Nagy István* alpolgármester

## P Á R T H Í R E K



### INGYENES JOGI TANÁCSADÁS

**Szeptember 21-én**, szerdán 18.30-19.30 óráig ingyenes jogi tanácsadást tart az újpesti Fidesz – MPSZ. Helyszín: Fidesz Iroda (1042 Bp., Árpád út 56.) Bejelentkezés: H-P: 11.00-18.00-ig a 369-09-05-ös telefonszámon.

### FIDESZ – MPSZ KÉPVISELŐI FOGADÓÓRÁK

**Dr. Szabó Béla** önkormányzati képviselő szeptember 26-án, hétfőn 18.00-19.00 óráig tart fogadóórát. Helyszín: (1042 Bp., Árpád út 56.) Tel.: 369-09-05. **Németh Edit Éva; Hladony Sándor Gyula** önkormányzati képviselők **október 3-án** hétfőn 17.00-18.00 óráig tartanak fogadóórát. **Balázs Erzsébet, Oszváth Kálmán** önkormányzati képviselők **október 3-án**, hétfőn 18.00-19.00 óráig tartanak fogadóórát. Helyszín: Fidesz Iroda (1042 Bp., Árpád út 56.) Tel.: 369-09-05. **Jókay Attila, Koronka Lajos** önkormányzati képviselők **október 10-én**, hétfőn 17.00-18.00 óráig tartanak fogadóórát. Helyszín: (1042 Bp., Árpád út 56.) Tel.: 369-09-05. **Nagy István** önkormányzati képviselő **október 4-én**, kedden 16.00-17.00 óráig tart fogadóórát. Helyszín: Polgármesteri Hivatal II/68. **Bartók Béla** önkormányzati képviselő **október 11-én** kedden 18.00-19.00 óráig tart fogadóórát. Helyszín: (1042 Bp., Árpád út 56.) Tel.: 369-09-05

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



### FOGADÓÓRA

**Pajor Tibor** önkormányzati képviselő fogadóórája: minden hónap első hétfőjén, 18-19 óra között, a Szent László tér 7. alatt.



**Szalma Botond** önkormányzati képviselő, frakcióvezető (KDNP) fogadóórája – lakossági kérés alapján – 2011. novemberétől új helyen, minden hónap első hétfőjén, 18 órától 19 óráig kerül megtartásra a Karinthy Frigyes ÁMK Közösségi Házában (Lóverseny tér 6. sz.)

### LAKOSSÁGI FÓRUM

**Szalma Botond** (KDNP) **2011. október 4-én**, 18 órától lakossági fórum keretében beszámolót tart az első esztendőben végzett önkormányzati munkájáról. Helyszín: Karinthy Frigyes ÁMK Közösségi Ház. (Lóverseny tér. 6.) Minden választópolgárt szeretettel várunk. *KDNP Újpesti Szervezete*



**Perneczky László** önkormányzati képviselő (LMP), Fenntartható Fejlődés tanácsnok fogadóórája: előzetes egyeztetés alapján. Tel.: +36-20-390-0566. E-mail: [ujpest@lehetmas.hu](mailto:ujpest@lehetmas.hu)



### IDŐSEK NAPI KÖSZÖNTŐ

Szeretettel meghívjuk önt az Idősek Világnapja alkalmából megrendezésre kerülő hagyományos műsoros délelőttünkre **szeptember 27-én**, 10 órára, az Ady Endre Művelődési Központba (IV. Tavasz u. 4.).

Jegyeket személyesen lehet átvenni az MSZP irodájában (IV. Nádor u. 1.) szeptember 19-től, 13-16 óra között. Találkozásunkig is üdvözlettel: **Dr. Trippon Norbert** MSZP Újpesti-Káposztásmegyeri Szervezetének elnöke, **Kiss Péter** országgyűlési képviselő

### MSZP KÉPVISELŐI FOGADÓÓRÁK

**Farkas István** önkormányzati képviselő: előzetes telefonon történt egyeztetés alapján – a 06 20 518 7830-as telefonszámon – **bármikor. Belán Beatrix** önkormányzati képviselő minden hónap **első péntekén** 17 órától, **Szabó Gábor** önkormányzati képviselő minden hónap **első hétfőjén** 17-18 óráig az MSZP Újpesti-Káposztásmegyeri Szervezeténél (1046 Bp., Nádor u. 1.) tartanak fogadóórát. **Horváth Imre** önkormányzati képviselő minden hónap **első szerdáján** 17 órától tart fogadóórát a Csokonai Vitéz Mihály 12 Évfolyamos Gimnáziumban (1046 Bp., Bőrfestő u. 5-9.).

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



Az Újpestért Egyesület önkormányzati képviselőinek fogadóórái: **Dr. Dabous Fayez** (5. evk.) önkormányzati képviselő, a Káposztásmegyeri Településrészi Önkormányzat elöljárója, minden hónap **2. hétfőjén**, 17-18-ig tartja fogadóóráját. Helyszín: IV. Hajló u. 42-44., a TRÖK helyisége. **Páli József Pál** (1. evk.) önkormányzati képviselő, minden hónap **2. hétfőjén** 17-18-ig tartja fogadóóráját. Helyszín: Budapest, IV. Hajló u. 42-44., a TRÖK helyisége.



„A művészetekkel Újpesten kötöttem örök barátságot”

## Példaképeink szobrása

Mihály Gábor szobrászművészt immár harmadik alkalommal kérte fel a kiváló újpestieket megörökítendő bronz dombormű, s emléktábla készítésére az Újpesti Közművelődési Kör. A Munkácsy-díjas szobrászművész, aki a főiskolán Mikus Sándor és Somogyi József mesterek tanítványa volt, örömmel vállalta Plósz Sándor jogtudós megmintázását. Újpest központi hely az életében.

– A szomszédos Rákospalotán nevelkedtem, ott is érettségiztem a Dózsa György Gimnáziumban, voltak újpesti barátaim. A művészetekkel Újpesten kötöttem örök barátságot, a Nagybányai Nagy Zoltán vezette Művészkör meghatározó szerepet jelent pályámon. Innen ered az újpesti képzőművészekkel való, mai is meglévő ismeretségem, többükkel jó barátságom. Jó ideig sportoltam, birkóztam az Újpesti Dózsában.

– Miként fogadta Plósz Sándor portréjára a felkérést?

– Egy alkotóművész számára egy megbízatás mindig örömteli. Számomra egyben jelzi, hogy a kör tag-

jai nemcsak az elkészült alkotásokat fogadták be, hanem, mint mondták, megbízható vagyok a határidők tekintetében is. Dr. Plósz Sándor jogtudós megmintázásával ugyanazon korba tértem vissza, mint Pállya Celesztin, és dr. Semsey Aladár megformálása során.

– Mi segítette a portré megmintázásában?

– Az alkotó képekre, emlékekre hagyatkozok, hiszen ilyen időtávlattól általában nincs már kortárs, olyan ember, aki személyesen ismerhette a megmintázandó személyt. Plósz Sándor arcképe segítségemre volt. Olyan portré volt a célom, amelyben benne van



Mihály Gábor idén júniusban köztársasági Elnöki Érdemérmét vett át Schmitt Pál államfőtől

a kor figurája, a jellemző öltözet, hajviselet és az a karakteres megjelenés, ami az embert jellemezte.

– Lesz-e folytatás?

– Az Újpesti Közművelődési Kör minden bizonnyal készen áll a szép hagyomány folytatására, főleg ha mecénások is segítik. Bizakodó vagyok, talán lesz még arra alkalmam, hogy alkotásaim Újpestre kerüljenek. – B. K

Aktuálisabb, mint valaha a Gyurkovics-darab

## Nagy siker a Nagyvizit

Az Újpesti Városnapok alkalmából színház bemutatóval rukkolt elő az Ady Endre Művelődési Központ Újpest Színháza. Az Újpest Színház az országban elsőként és mindjárt bemutatóval kezdte az új színházi évadot, folytatja sikersorozatát.

Zúfolásig megtelt az Újpest Színház nézőterére augusztus 27-én este, amikor Gyurkovics Tibor klasszikus darabját, a Nagyvizit mutatták be. Nagyszerű színészi alakítások tették feledhetetlenné az előadást.

A mű megjelenítése a rengeteg sajátos, nyílt és rejtett komikus lehetőség miatt virtuóz, kihagyott előadásmódot igényel. Bár a darabban lehetőség nyílik a féktelen komédiázásra, mégsem tanácsos átlépni egy bizonyos, jó ízlésbeli határt, hogy a darab egészen végigvonuló, hol jobban, hol kevésbé felszínre törő tragikuma ne váljon a komédiázás áldozatává. Ezt maximálisan sikerült megvalósítani az előadáson.

Dózsa László érdemes művész, a darab rendezője több okot is felsorol, amiért erre a műre esett a vá-



### Diagnózis az emberségről

Gyurkovics Tibor a Nagyvizit 1978-ban írta, és a mű azonnal hangos sikert aratott. A tragikomédia ereje abban rejlik, hogy emberi esendőségünkön túl, egész világunkat, annak pszichológiailag is jellemezhető mozgásait mutatja be. A szó szoros értelmében vett nagyvizit tulajdonképpen csak egy aprócska részlete a műnek, a darab egésze maga egy nagyvizit, diagnózist állítva fel emberségről, gyarlóságról, hősiességről, egyszerűségről és kiszolgáltatottságról.

lasztása. A legfontosabb talán az, hogy Gyurkovics Tibor most lenne nyolcvanöt éves, tehát az író előtt is tiszteleg a színház. Másrészt: ma talán aktuálisabb a mű, mint valaha.

A bemutatót hosszas próbák előzték meg, s mint Harsányi Gábor Jászai Mari-díjas, érdemes művész utalt rá, annak ellenére rendkívüli koncentrációt igényelt a szerep, hogy statikus darabról van szó.

A Gyurkovics-életút felelevenítése után a nézőtérre megszólalt a tangóharmonika. A Fazekast játszó Rusz Milán játszott rajta, közben bohócokról énekelt (jó értelemben utalva a komédiásokra, Gyurkovicsra, és Dózsa városligeti kintornás emlékeire). Aztán a színész fellépett a színpadra és belépett a darabba, ahol várta őt az ágya és a három szobatárs.

A betegek dialógusai alatt hol halkabban, hol hangosabban kacagott a közönség. A rejtett keserőségek csak később csapódtak le a nézőkben. Harsányi Gábor zseniálisan játszotta a fecsegő Badari főszerepét, egyetlen pillanatra sem lépte át azt a bizonyos ízlésbeli határt. Lorán Lenke, Dóka Andrea, Nyári István, Rusz Milán, Lippai László, Agárdi László, és a kisebb szerepeket alakító színészek is kitétek magukért. Dózsa László a szereplők kiválasztásánál ráértett, hogy kikhez illik a szerep, és jó érzékkel, finoman irányította a művészeket.

– Á.T.

A legközelebbi előadás október 1-jén lesz.

Már 6519-en kedvelik az újpest-kaposztasmegyer [facebook](#) oldalt! Csatlakozz Te is az Újpestet lájkolók dinamikusan gyarapodó közösségéhez. Az Újpesti Közéleti TV-nek is van már Facebook oldala, amely szintén tetszésre méltó és egyre több tévés anyag elérhető rajta. Az újpest.hu weboldalon szintén megnézhető az ÚKTV riportjai!



## ORIENTAL SPA

wellness és fitness központ  
Luxus és Elegancia elérhető áron



### Őszi wellness akciók!

Fitness és wellness bérletek, masszázs, arc- és testkezelések  
hétköznap már **30%, 40%, 50%** kedvezménnyel!

Nyílt napok szeptember 28-30.

Oriental Spa- és Fitnessközpont  
Oriental Spa and Fitness Centre  
c/a H-1044 Budapest, Ives út 16.  
t/lp +36 1 2313 693  
e info@orientalspa.hu  
w www.orientalspa.hu



ORIENTALSPA

## Káposztásmegyeri Főzőverseny

Felhívjuk a tisztelt újpesti, káposztásmegyeri, szabadtéri főzést kedvelő, vállalkozó kedvű lakosok figyelmét, hogy a hagyományoknak megfelelően a 2011. szeptember 24-i Káposztásmegyeri Egészség- és Sportnapon káposztából készült ételek főzőversenyét hirdetjük meg!

A főzőversenyre az első 20 csapat nevezését tudjuk elfogadni. A csapatok létszáma: 4-6 fő. Biztosítjuk: tűzrakó hely, tűzifa, 1 db asztal, 2 db pad, 2 kg marha- vagy sertéshús. A felsoroltakon kívül a főzéshez szükséges eszközöket és alapanyagokat mindenki hozza magával! Helyszíni regisztráció, alapanyagok átvétele 7 órától, zsűrizés 12 órakor. További információ és jelentkezés: a Karinthy Frigyes Általános Művelődési Központ Közművelődési csoport irodájában. (1048 Budapest, Hajló u. 2-8.) Telefon: 3806-163, 3806-188/131, 132, email: kozmuv3@karinthyamk.sulinet.hu. Jelentkezési határidő: **2011. szeptember 20.**  
Káposztásmegyeri Településrészi Önkormányzat

## Német nyelvtanfolyam indul

Az Újpesti Német Kisebbségi Önkormányzat felnőtt kezdő és/vagy haladó német nyelvtanfolyamot szervez. Jelentkezés, beiratkozás: **2011. szeptember 26 és 28-án**, 17-19 óra között az Újpesti Német Kisebbségi Önkormányzat helyiségében. (1042 Budapest, Nyár utca 40-42.) Érdeklődés az alábbi telefonszámon: 06-1-390-4150 – a fenti időpontban. Minden jelentkezőt szeretettel várunk.  
Újpesti Német Kisebbségi Önkormányzat

## Információs est

**2011. szeptember 27-én**, 17-18 óráig Információs Estet tartunk a népszámlálással kapcsolatban.

Helye: Újpesti Német Kisebbségi Önkormányzat, 1042. Nyár u. 40-42.

Pappné Windt Zsuzsanna ÜNKÖ elnök

Ha fontos  
a jó ár!

# cora

F ó t

www.cora.hu

## Vásároljon a fóti Corában

**2011. szeptember 22 – 2011. szeptember 28. között és AZONNALI kedvezményt adunk!**

**A kupon felhasználási módja:**

- vágja ki, hozza Magával és fizetéskor kérjük adja át a pénztárosnak
- egy vásárlás alkalmával csak egy kupon használható fel
- blokkok összevonása nem lehetséges
- fix áras termékekre a kupon nem érvényesíthető (pl: cigaretta, feltöltőkártya)

2011. szeptember 22 – 2011. szeptember 28. között

Ha fontos  
a jó ár!

# cora

F ó t

**5 000 Ft feletti**  
vásárlás esetén  
**300 Ft azonnali**  
kedvezmény.

2011. szeptember 22 – 2011. szeptember 28. között

Ha fontos  
a jó ár!

# cora

F ó t

**10 000 Ft feletti**  
vásárlás esetén  
**800 Ft azonnali**  
kedvezmény.

2011. szeptember 22 – 2011. szeptember 28. között

Ha fontos  
a jó ár!

# cora

F ó t

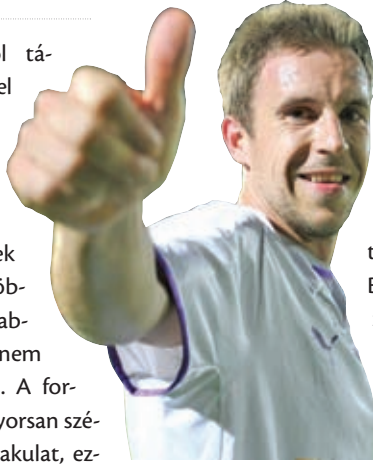
**15 000 Ft feletti**  
vásárlás esetén  
**1500 Ft azonnali**  
kedvezmény.



# Az első győzelem

Az OTP Bank Liga 8. fordulójában az Újpest FC 4-1-re verte az újonc Pécsset.

A meccs elejétől támadólag lépett fel az Újpest, amely két szöglet utáni szituációból is eredményes volt. A lila-fehérek ezt követően is többet birtokolták a labdát, de helyzetig nem igazán jutottak el. A fordulást követően gyorsan szépitett a vendég alakulat, ez-



zel ismét nyitotta a találkozót. A pécsiek ezután is sokkal többet kezdeményeztek, helyzeteik is voltak, ennek ellenére a lila-fehérek Kabát Péter büntetőjével végleg eldöntötték a három pont sorsát, a végén még Rajczai Péter is betalált.

*Zoran Szpiszjak:* – Az első féldőben jól játszottunk, lehetett volna több gólos is a különbség, de a futballban felesleges a kihagyott helyzetekről beszélni, csak az értékesített helyzetekről... A második játékrészben a Pécs gólja megfogta a csapatot, 20-25 percig ellenfelünk volt fölényben, és szerencsénk volt, hogy nem kaptunk több gólt. Az utolsó 20 percben végül újra megtaláltuk a ritmust és eldöntöttük a mérkőzést. Ezért dolgoztunk az elmúlt hetekben. A győzelem mindig jól esik és sokat jelent egy csapatnak, játékosaim önbizalmát is biztosan növelte a három pont megszerzése, de továbbra is kemény kell dolgoznunk és mérkőzésről mérkőzésre javulnunk. (mti-ufc)



## Versenykiírás az Újpesti Futó- és Kerékpáros Fesztivál őszi fordulójára

**A program fővédnöke:** *Wintermantel Zsolt*, Újpest polgármestere.  
**Rendezői:** Budapest Főváros IV. kerület Újpest Önkormányzata, Káposztásmegyeri Településrészi Önkormányzat. **Szervezője:** Újpesti Polgármesteri Hivatal Gyermekek, Ifjúsági és Sport Osztálya  
**Időpont:** 2011. szeptember 24.

**Helyszín:** Budapest IV. ker. Újpest, Káposztásmegyer  
**Megközelíthető:** Újpest központból a 220-as és a 20E jelzésű autóbuszzal, valamint a 14-es villamossal.

**Gyülekezés és helyszíni nevezés:** A Karinthy Frigyes ÁMK és a Babits Mihály Gimnázium közötti füves területen.

**Táv:** Mini futás: 1,6 km – elsősorban óvodások és kisiskolások részére, Maxi futás: 4,3 km, Kerékpáros futam: 8,6 km

**Rajt helye:** Óceánárok u. (Óceán Óvoda). Cél helye: Farkaserdő utcában (Babits Mihály Gimnázium mellett) útszakasz) **Rajt időpontja:** Mini futás: 9 órakor, Maxi futás: 10.15, Kerékpározás: 11.15

**Útvonal:** Mini futás: Óceánárok u. – Farkaserdő – Farkaserdő u., rossz idő esetén: Óceánárok u. – Hajló u. – Nádasdy K. u. – Tóth Aladár u. – Farkaserdő u. Maxi futás: Óceánárok u. – Megyeri út – Homoktövis u. – Farkaserdő – Farkaserdő u. Rossz idő esetén az erdő körüli útvonalon. Kerékpározás: Óceánárok u. – Megyeri út – Külső Szilágyi út – Homoktövis u. – Farkaserdő u., 2 kör

**Nevezés és részvétel:** A sporteseményen mindazok a futók és kerékpárosok részt vehetnek, akik a határidőig jelentkeznek, a kiírási szabályokat elfogadják, egészségi állapotuk és kerékpárjuk műszaki állapota lehetővé teszi az indulást. A Futó- és Kerékpáros Fesztiválon mindenki csak saját felelősségére vehet részt. A helyszínen orvosi vizsgálat nincs, a rendezvény egész ideje alatt egészségügyi ügyelet (mentő) biztosított. Felhívjuk a Futó- és Kerékpáros Fesztiválon résztvevők figyelmét a közlekedési szabályok betartására.

**Nevezés rendje:** Előzetesen nevezni lehet az Újpesti Gyermekek és Ifjúsági Ház (István út 17-19.) I. emeleti irodájában szeptember 13-án keddtől szeptember 19-én hétfőig az alábbi időpontokban: hétfőn 9-17.30-ig, kedden és csütörtökön 9-től 16 óráig, szerdán 9-től 17 óráig, pénteken 9-től 12 óráig. A verseny napján a helyszínen mindhárom versenyszámra 8 órától az adott versenyszám indításáig lehet nevezni.

**Nevezési díj (versenyszámonként):** Előzetes nevezés: 500 Ft/fő, helyszíni nevezés a verseny napján: 1000 Ft/fő. Minden benevezett résztvevő emblémázott pólót kap. A pólók átvehetőek a nevezéskor. A távot teljesítő résztvevők a beérkezés után frissítőt kapnak.

**Díjazás:** A benevezettek között értékes tárgyjutalmakat sorsolunk ki tombola formájában. A mini futáson résztvevők tombolasorsolása kb. 9.30 órakor, a maxi futáson és a kerékpározáson résztvevők tombolasorsolása kb. 12.30 órakor lesz a színpadon. A díjakat átadja *Wintermantel Zsolt*, Újpest polgármestere és *dr. Dabous Fayez* előljáró. Fődíj: egy gyermek, illetve egy felnőtt MTB kerékpár.

A csoportos nevezési lapokon szervezőként és kísérőként megnevezett személyek között is kisorsolunk egy MTB kerékpárt. A kisorsolt tárgyjutalmakat csak azok kaphatják meg, akik a rendezvény helyszínén a sorsoláskor azt személyesen át tudják venni. Ha a kisorsolt személy nem jelentkezik, ugyanarra a tárgyra új számot sorsolunk ki.

A 2011. évi két eseményen, az óvodai és iskolai gyermeklétszámhoz viszonyított arányban, a legnagyobb létszámmal részt vevő újpesti oktatási intézmények sportszervásárlási támogatásban részesülnek az alábbiak szerint, a szeptemberi program után:

I.	II.	III.	IV.	V.	VI.
140000	120000	100000	90000	80000	70000
VII.	VIII.	IX.	X.		
60000	50000	40000	30000		

Az intézményi értékelésnél a résztvevők létszámába csak az előzetesen – a nevezési határidő lezárásáig – benevezett személyeket számítjuk bele. Az óvodák esetében a tagóvoda létszámát is figyelembe vesszük a részvételi arány megállapításánál. További információ a Polgármesteri Hivatal Gyermekek, Ifjúsági és Sport Osztálya telefonszámán: 231-3177 kapható. *Versenyrendezőség*

## NAGYI-IDŐ



sebb új csont képződik, mint amennyi lebomlik, vagy maga a csontlebontás gyorsul fel, illetve a kettő gyakran együttesen is jelentkezhet.

### A KIVÁLTÓ OKOK

A csontritkulásnak számos oka lehet. Vannak, akik örökletesen hajlamosak a betegségekre, elősegítheti a betegség kialakulását a nem megfelelő, kalcium- és D-vitamin-szegény táplálkozás, a hormonháztartás zavara, vagy a testmozgás hiánya. Csontjaink a 30-as éveink elejére érik el maximális tömegüket; éppen ezért fontos, hogy fiatal korban megfelelő táplálkozással és testmozgással elősegítsük a minél magasabb „csúcs-csonttömeg” kialakulását.

### FIGYELMEZTETŐ JELEK

A porózussá vált csontok már rendkívül enyhe traumát követően is eltörhetnek; jellemzően gyakori a csukló-, felkar- és csigolyatörés, idősebb korban a combnyaktörés. Ha a csigolyák teste összeroppan, a testmagasság akár 10-15 centiméterrel is csökkenhet, és gerincgörcsből, púp alakulhat ki. Ez komoly fájdalommal, mozgáskorlátozottsággal és az állóképesség csökkenésével járhat.

### MEGELŐZHETŐ- E?

Kalcium- és D-vitamin-dús (tej, tejtermék, olajos magvak, halfélék, zöldségek, ásványvizek) táplálkozás, valamint az aktív testmozgás már gyermek- és ifjúkorban elősegíti, hogy felnőtt korra a lehető legnagyobb „csúcs-csonttömeg” alakuljon ki. Idősebb korban célszerű a rizikófaktorok megléte esetén a házi orvos, osteoporosis centrum felkeresése.

(Az újpesti Sanofi-Aventis honlapja nyomán)

## A láthatatlan csontvesztés

A felmérések szerint minden harmadik 50 éven felüli nő, és minden nyolcadik 50 éven felüli férfi csontritkulásban szenved. Az öregedés azonban nem jár feltétlenül együtt az oszteoporózis kialakulásával. A csontritkulásban több csontszövetet veszítünk, mint amennyi ugyanannyi idő alatt újraképződik. Ennek eredményeképpen a csontok meggyengülnek, ritkábbá, porózussá és törékenyen válnak. Mivel a csontvesztés nem látható és nem érezhető, a csontritkulás anélkül is kialakulhat, hogy tudomásunk lenne róla.

### MEGBOMLÓ EGYENSÚLY

A közhiedelemmel ellentétben a csont nem egy élettelen váz, hanem a szervezet többi szövetéhez hasonlóan egy folyamatos változásban és egyensúlyban levő struktúra. Állandóan megújítja önmagát, a régebbi csontszövet elbomlik, és helyére új kerül. Csontritkulás esetén ez az egyensúly bomlik meg: vagy keve-



## Ingtatlan eladó/kiadó

● Újpest kertvárosban, Megyeri 580 m<sup>2</sup>-es saroktelken, 5 szobás, 2 szintes (mindkét szinten összkomfort, klíma, riasztó) jó állapotú családi ház, szépen gondozott kerttel, 2 beállós garázzsal 41,99 MFt-ért eladó. A Nagyváradligeti lakóparkban cserét beszámítunk. Tel: 06-1-233-0849, 06-20-525-0216

● Újpesten az Erkel utcában, I. emeleti, 34 m<sup>2</sup>-es, szoba-konyha-spejzes, gázkonvektoros, felújított lakás tulajdonostól 6,3 MFt-os irányáron eladó. Mellette lévő helyiséggel bővíthető. Tel: 06-30-298-6999

● Újpesten lévő 37 m<sup>2</sup>-es lakásomat eladnám vagy elcserélném értékegyeztetéssel, egy 56 m<sup>2</sup>-es, I. emeleti, erkélyes, jó állapotú lakásra. Nem túl régi sorházi lakás is érdekel! Panel nem! Ingatlanos kíméljen! Tel: 06-1-369-9781

● Tulajdonostól eladó 69 m<sup>2</sup>-es, 2+2 félszobás, Árpád úti, VIII. emeleti panel örökklakás, részben felújított, járólapos, loggiás, új radiátorok, panelprogram hamarosan és a metrónál 1 kishozza kiadó. Ár: 9 MFt, tel: 06-70-353-6716, 06-20-570-4778

● Tulajdonostól 100 m<sup>2</sup>-es családi ház eladó Újpesten a Szerűskert utcában, 648 m<sup>2</sup>-es összközműves telken. Azonnal költözhető tehermentes. Ház előkertes, betongerendás, száraz, bővíthető, cirkófűtéses, tágas, napos, csendes. Irányár: 31 MFt, Tel: 06-30-349-0579

● Vác mellett, Csörögön 200 négyzetméteres építési telken eladó 16 m<sup>2</sup>-es teljesített ház, ásvány, víz, villany, csatorna van, gáz a telek előtt. Ár: 2,9 MFt, tel: 06-20-312-0254

● Eladó/kiadó igényes érdeklődőnek, új építésű, 45 m<sup>2</sup>-es, 2 szobás, kertkapcsolatos, udvaron parkoló + garázs. Ingatlanközvetítőnek ne hívjanak! Tel: 06-20-426-6652

● Újpest kertvárosában, a Madách utcában 96,5 m<sup>2</sup>-es családi ház, tulajdonostól eladó. 618 m<sup>2</sup>-es telken, pince, 3 kamra. Irányár: 43,5 MFt, tel: 06-70-293-6719

● Eladó a Homoktövis lakópark csendes utcájában 74 m<sup>2</sup>-es, 2 erkélyes, parkra néző lakás, saját tárolóval és udvari gépkocsi beállóval. Tel: 06-1-230-6425, 06-30-729-0564

● Eladó és kiadó Újpesten jó közlekedéssel, csendes környezetben, 2 szobás, összkomfortos, családi ház (telek, udvar, beépített előtér, gazdasági épület). Tel: 06-30-392-4030

● Eladó Újpest Szent László téren, téglalapítású ház III. emeletén, 52 m<sup>2</sup>-es, egyedi fűtésű, 1,5 szobás, tehermentes örökklakás. Ár: 13,8 MFt, tel: 06-20-933-1370, 06-20-330-8399

● Gyönyörű fekvésű, 800 négyzetméteres, gyümölcsfákkal, szőlővel teli telkemet, kis téglaházzal (víz, villany, fűtés). Nagyoroszi falu szélén eladom. Egész évi gyümölcs biztosítva. I.á.: 2,8 MFt, tel: 06-30-609-9681, 06-30-292-2634

● Újpesten 31 m<sup>2</sup>-es, gázkonvektoros lakás, csendes környéken, azonnal költözhető eladó. I.á.: 6,9 MFt, tel: 06-30-921-0838

● Tulajdonostól Újpesten, az Irányi utcában két különálló, tehermentes, azonnal költözhető szoba-konyhás lakás, egymás mellett külön vagy együtt eladó. 23 m<sup>2</sup>: 4,5 MFt; 22 m<sup>2</sup>: 4,5 MFt-os irányáron. Tel: 06-70-318-6359

● Eladnám vagy elcserélném XVI. kerületi, Tekla utcában, gyönyörű 2 szobás, nagy konyhás, erkélyes, kertvárosi lakásom 11,3 MFt. Kiseb értékegyeztetéssel 7-8 MFt-ig érdekel. Tel: 06-30-609-9681

## Ingtalant kiadó

● Újpest kertvárosában kiadó 70 m<sup>2</sup>-es, felújított, alacsony rezsiű szuterénlakás, csendes üzleti tevékenység vagy lakás céljára, havi 80 000 Ft bérleti díjért. Tel: 06-20-914-7956

● Metróhoz közel, Újpesten, kisméretű örökklakás, bútorozottan azonnal kiadó vagy eladó, galériás. Tel: 06-1-369-5224

● Egy szoba kiadó jó közlekedéssel 45 000 Ft-ért rezszel együtt. Tel: 06-70-601-1147

● Külső-Szilágyi úton 36 m<sup>2</sup>-es lakás bútorozva kiadó. Szép, rendezett, tiszta házban. Tel: 06-20-414-0152

● Keveset otthon tartózkodó főbérletnél csak nőnek, nagyszoba (20 m<sup>2</sup>-es), nagyon olcsón, alku nélkül, rezszel együtt 38 000 Ft-ért kiadó! 1 havi kauciót részletben is lehet! tel: 06-30-345-6713

● Izzó lakótelepen 60 m<sup>2</sup>-es, 2 szobás, teljesen felújított, IV. emeleti lakás kiadó. Érd: 06-70-583-4334, ár: 60 000 Ft/hó + rezsi

● Újpest zöldövezetben 90 m<sup>2</sup>-es, 3 szobás, 60 m<sup>2</sup>-es, 2 szobás családi ház kettő gépkocsi beállóval egyben kiadó. Érd: 06-70-583-4334, ár: 130 000 Ft/hó + rezsi

## Ingtalant cserél

● Újpesti 71 m<sup>2</sup>-es, 2+1 fél szobás, étkezős, önkormányzati lakásomat cserélném 2 szobásra. Fűtés távfűtés, mérőóra van felszerelve. Különbözetet kérek. Tel: 06-20-263-0086

## Garázs

● Önálló 21 m<sup>2</sup>-es garázs bérleti joga átadó a Böröndös utcában. Víz, villany van. Tel: 06-30-966-5260

## Szolgáltatás

● Redőnyök, relaxák, szalagfüggönyök gyártása, javítása. Szünyogháló, kalapellenzők készítése. IV. ker., Fóti út 45. Tel: 06-1-370-4932

● Dugalélhárítás, víz, gáz, központi fűtésszerelés, mosdók, wc-tartályok cseréje, vizórak cseréje. Tel: 06-1-402-4330, 06-20-491-5089

● Villanyzerelési munkák kapcsolók, dugaljok, csillárak, biztosíték táblák és egyéb más villanyzerelési munkálatok. Gyors és megbízható, akár hétvégen is. 20 éve a lakosság szolgálatában. Tel: 06-20-959-7581

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

● Nyugdíjas asztalos, asztalos munkát vállal. Javítást is. Fiókcserék, ajtópántok cseréje. Tel: 06-1-306-2023, 06-70-234-7759

● Klíma szezonvégi kedvezménnyel! „A” kategóriás hűtő-fűtő klímaberendezés beszerelve 110 000 Ft. Tel: 06-30-864-5544, www.annauklíma.hu

## Oktatás

● Angol tanítást vállal minden szinten tapasztalt angol nyelvtanár. Egyéni, kiscsoportos oktatás, sikeres nyelvizsgára felkészítés barátságos környezetben, metrő közelben. Tel: 06-20-235-3664

● Matematika, sakk, eszperantó nyelv oktatását vállalja matematika tanár szakos egyetemi hallgató. Honlap cím: www.zrob.hu, tel: 06-30-572-7416

● Matematika, fizikaoktatás általános és középiskolások részére, nagy hatékonysággal szaktanártól! Hához megyek! Tel: 06-20-959-0134

● Matematikából, magyarból korrepetálást, felvételi-re, közép- és emelt szintű érettségire felkészítést vállal szaktanár házaspár. Tel: 06-30-856-0975

● Angol tanítást, korrepetálást vállal kezdőknek és haladóknak, érettségire, nyelvizsgára felkészítés. Tel: 06-70-775-3493

● Angol nyelvtanítást vállalom minden szinten. Nyelvizsgára, érettségire való felkészítést, korrepetálást, felzárkóztatást. Dolgozat írások előtt esetenkénti felkészítést is. Érdeklődni: 06-30-403-6244, vagy este: 06-1-417-3005

● Egyetemi diplomával rendelkező tanárnő korrepetálást nyelvizsgára való felkészítést vállalom német nyelvből. Tel: 06-20-203-8683

● Tanulási nehézségek oldása, diszlexia – diszkalkulia kezelése, korrepetálás, vizsgákra felkészítés minden tantárgyból 8-18 éves korig, egyénre szabott módszerekkel. Tel: 06-1-230-6425, 06-30729-0564

● Francia nyelv tanítása, nyelvizsgára felkészítés, nyelvizsgázató tanárnál, minden szinten. Érdeklődni a 06-20-225-4817-es telefonszámon lehet.

## Számítógép

● Pentium 4-es számítógép monitorral. Kompletten, szép állapotban eladó. Internetezéshez, irodai munkára. Játékokhoz kitűnően használható. Igény esetén házhoz is szállítom és beüzemelem. Ár: 20 000 Ft, tel: 06-20-374-6616

## Állást keres

● Nyugdíjas hölgy, vasalást vagy gyermekfelügyeletet vállalom. Tel: 06-20-570-1384

## Régiség

● Kézpénzért veszünk bútorokat, festményeket, órákat, dísz tárgyakat, csillárakat, porcelánokat, szobrokat, hangszereket, kitűntetéseket, könyveket, bizsukat, ékszereket, tört aranyat, csipkéket, régi játékokat, képeslapokat, teljes hagyatékokat, díjtanulmányokkal. Tel: 06-30-308-9148

## Vegyés

● Használt könyveket vásárolok kézpénzért, magán-személyként. Porcelánokat, bútorokat, régiségeket, műszaki cikkeket stb... Díjtanulmányokkal. Hívjon bizalommal. Tel: 06-30-525-5275, 06-70-234-2523

● Újpest vonzáskörzetében gondozatlan kiskertjét rendben tartanám, természetesen cserébe. Minden megoldás érdekel. Leinformálható újpesti család. Tel: 06-70-614-3421

## Születésnap



● Endrődy Balásznak sok boldogságot kívánunk 8. születésnapjára!

*Anya, Apa, Nagyszülők*

**Tapasztalattal és referenciával rendelkező társasházkezelőt keresünk** állandó munkakörbe. Érdeklődni: Újpest Kft., Barkóczy Marietta kezelési igazgatónál. Tel: 30-606-8562

## HIRDETÉSFELVÉTEL az Újpesti Naplóban és az ÚKTV-ben

**A vállalkozói és méretes hirdetések felvétele hétfőn 9-16, szerdán 9-16, csütörtökön 9-15 óráig.** (Ebédszünet: 12-13) Hirdetéseiket a [hirdetes@ujpestimedia.hu](mailto:hirdetes@ujpestimedia.hu) címen is feladhatják.

**A lakossági hirdetéseket hétfőn 9-17, szerdán 9-16, csütörtökön 9-15 óráig** vesszük fel. Díja bruttó 1000 Ft/25 szó. Csak személyesen az Ady Endre Művelődési Központban (Tavas u. 4., I. emelet) várjuk hirdetítőinket. Tel: 06-1-785-0366.

**Részletes információt a [www.ujpest.hu](http://www.ujpest.hu) weboldalon olvashat!**

## Legyél néptáncos!

A Bem Táncegyüttes felvételt hirdet gyermek és ifjúsági néptánc csoportjaiba. A gyermek csoportba várják az óvodás, illetve az általános iskolás korú, táncolni szerető gyerekeket. Az ifjúsági csoportba a felső tagozatos és középiszkolási fiatalokat. Próbanapok: hétfő és szerda 17-19 óráig. Helyszín: Ady Endre Művelődési Központ. Bővebb információ: Gyermek csoport: Kádár Gyöngyvér (06-70-456-8235) Ifjúsági csoport: Kis-Demeter Erika (06-70-321-0625).

[www.bemfolk.hu](http://www.bemfolk.hu), [art@bemfolk.hu](mailto:art@bemfolk.hu)

## Tanfolyamok, képzések

**A Kereskedelmi és Iparkamara Újpesti Kirendeltségének (1042 Bp., Árpád út 56.) folyamatosan induló tanfolyamai.**  
**Nyári akció, tanfolyam + tananyag + vizsgadíj = 41 500 Ft.**

- Biztonsági őr (vagyondőr, testőr)
- Fegyvervizsga

Tanfolyamszervező: 06-30-552-3938

**Kereskedelmi képzések:** 8 általános iskolát végezettek számára:

- Élelmiszer- és vegyiáru eladó
- Vendéglátó eladó

**Szakk munkások részére:**

- Boltvezető

**Érettségizettek részére:**

- Kereskedelmi ügyintéző

Tanfolyamszervező: 06-20-951-3357

## KÁPOSZTÁSMEGYERI EGÉSZSÉG- és SPORTNAP

2011. SZEPTEMBER 24.

Helyszín: Káposztásmegyer, Kósa Pál sétány és a Karinthy Frigyes ÁMK (Budapest, IV. ker. Hajló u. 2-8.)

A rendezvény fővédnöke: WINTERMANTEL ZSOLT Újpest polgármestere

Mindenkit szeretettel várunk! Dr. DABOUS FAYEZ előljáró

KÁPOSZTÁSMEGYERI TELEPÜLÉSRÉSZI ÖNKORMÁNYZAT

Program:

**ÚJPESTI FUTÓ- és KERÉKPÁROS FESZTIVÁL II. FORDULÓ**  
9-12 óráig

## EGÉSZSÉGVÉDELMI PROGRAMOK

10-16 óráig

- Vércukor-, koleszterin-, vérnyomás-, testsúly-, és magasságmérés
- Szív- és érrendszeri betegségek megelőzése: szakorvosi, diétás tanácsadás
  - Diabetológiai tanácsadás
- Allergiás, légúti betegségek kérdőíves előszűrése, tanácsadás, inhalációs eszközök bemutatása
- Emésztőszervi betegségek kérdőíves előszűrése, tanácsadás
  - Érszűkület vizsgálat
  - Csontsűrűség vizsgálat
  - Ultrahang vizsgálat
- Felöltöttek részére komputeres szemvizsgálat
- Mozgásszervi tartási rendellenességek megelőzése gyógytornával
- Bőrgyógyászati szűrővizsgálat
  - Hallás vizsgálat
  - Urológiai PSA és helicobakterium szűrés
- Családsegítő és Gyermekjóléti, Védőnői Szolgálat, Őszi Fény Gondozási Központ tanácsadása
- Mozgássérült Egyesület tájékoztatója
  - Madarász Gyermekkorház Gyermekkor Alapítvány bemutatkozása
  - Vértadás 9-13 óráig

– Szerződés (ellenjegyzést nem igénylő) készítése, előzetes és utólagos véleményezése  
– Hatóságok (TB., állami- és önkormányzati) előtti eljárásokban ügyintézés, beadványok szerkesztése, tanácsadás  
– Tulajdoni lap beszerzése rövid határidővel, előzetes bejelentkezés alapján.  
Tel: 06-30/552-3938



## Az Újpesti Piac- és Vásárcsarnok heti árai

Termék	Kereskedői ár	Östermelői ár	Termék	Kereskedői ár	Östermelői ár
Tojás	20 Ft-tól	33 Ft-tól	Főzőtök	148 Ft-tól	180 Ft-tól
Burgonya	100 Ft-tól	60 Ft-tól	Brokkoli	300 Ft-tól	400 Ft-tól
Vöröshagyma	168 Ft-tól	200 Ft-tól	Zöldbab	320 Ft-tól	380 Ft-tól
Fejessaláta	100 Ft-tól	150 Ft-tól	Fejtőbab	480 Ft-tól	450 Ft-tól
Retek	80 Ft-tól	120 Ft-tól	Fejeskáposzta	68 Ft-tól	120 Ft-tól
Újhagyma	80 Ft-tól	120 Ft-tól	Vöröskáposzta	180 Ft-tól	200 Ft-tól
Alma	168 Ft-tól	250 Ft-tól	Kelkáposzta	98 Ft-tól	180 Ft-tól
Spenót, sóska	600 Ft-tól	700 Ft-tól	Uborka	200 Ft-tól	260 Ft-tól
Paradicsom	128 Ft-tól	240 Ft-tól	Málna	1200 Ft-tól	1300 Ft-tól
Paprika	198 Ft-tól	300 Ft-tól	Eper	1400 Ft-tól	1200 Ft-tól
Erőspaprika	40 Ft/db-tól	50 Ft/db-tól	Füge	60 Ft/db-tól	80 Ft/db-tól
Koktélparadicsom	900 Ft-tól	500 Ft-tól	Őszibarack	250 Ft-tól	280 Ft-tól
Sárgarépa / cs.	100 Ft-tól	200 Ft-tól	Nektarin	350 Ft-tól	280 Ft-tól
Gyökér	200 Ft-tól	300 Ft-tól	Szőlő	260 Ft-tól	280 Ft-tól
Zeller	150 Ft-tól	200 Ft-tól	Kukorica	50 Ft-tól	80 Ft-tól
Karalábé	100 Ft-tól	180 Ft-tól	Körte	340 Ft-tól	300 Ft-tól
Karfiol	160 Ft-tól	249 Ft-tól	Szilva	180 Ft-tól	200 Ft-tól
Padlizsán	300 Ft-tól	350 Ft-tól	Sütőtök	198 Ft-tól	200 Ft-tól
Cukkini	250 Ft-tól	250 Ft-tól	Görögdinnye (import)	180 Ft-tól	-
Patisszon	280 Ft-tól	250 Ft-tól	Sárgadinnye	248 Ft-tól	300 Ft-tól

Forrás: Piacfelügyelőiség

NAGYON NAGY	IZLETES	FÉNYKÉP	TISZTÁL-KODIK	NEM VALÓDI	SZEMÉTDOMB URÁ	HÁZ KÖZEPE!	RITMIKUS SPORTGIM-NASZTIKA	HALK ELLENTÉTE
PUBLILIUS SYRUS MONDTA, 1. RESZ		NAGY KATALIN	SPORT-FOGADÁS	AZ ELSŐ ÚRHAJÓS	HÁTRA FÉLÉ HALAD		SINE ANNO	L
TITOKZATOS				HORDÓ-MÉRTÉK		FÖGGŐ-FOLYÓSÓ		
			KETTŐZVE, AZ EGYIK VÁROSUNK STRONCIUM	FRANCIA			TALJÁN	KETTŐS BETŰ
MESEBELI LÉNY		CSOMÓ, SZÁMOS		USA DIN		FAFŰVŐS HANGSZER		BASSZUS JELE
PARIPA		BECÉZETT ETELKA		REND ELEJE ÉS A VÉGE!		KÖZTERÜLET		
			NÓZI		... AZ ŐPE-RENCIÁN			SAJÁT KEZÜLEG
			BECÉZETT EDWARD		BONYO-DALOM			SZÁZAD
MINDIG, NEMETŰL	A HARMADIK ISMERETLEN JELE	... VAGY ADDIG			AZ EGYIK ŐSVEZÉR			RÁDIUSZ
		NANO			FELPERES TESZI			KÉP, KÉPMÁS
AZ EGYIK TÖRPE				KÖZPONTI ÉGITEST		KÖSZÖNÉS-FELE		
				IRÁNYÍTÓ-SZÁMA: 2683		ÉSZAKI ÉS DÉLI IS VAN		
FOGGAL ÓROL	ÁCSOROG	IRODAI KAPOCS	ŐSZ UTÁN KÖVETKEZIK	KICSINYÍTÓ KÉPZŐ	VOLT, VAN, ...			MELLÉKNÉV, RÓV.
				AUTÓS TANINTÉZET	KÖTŐSZÓ			
		TANTÁL		FIATAL NÖVÉNYI HAJTÁS			TETEJÉRE	
		TUPOLJEV, RÓV.					NÁTRIUM VEGYJELE	BELÜGY-MINISZ-TÉRIUM
TALON				SIEMENS JELE	SVÁJC FŐVÁROSA			ANGOL GK. JEL
MONDÁS 2. RÉSZÉ				KELET	LÁZ VÉGE!			LITER
E								

A keresztrejtvény beküldendő soraiban ismét egy bölcséletet rejtettünk el. A megfejtéseket kérjük, juttassák el szerkesztőségünkbe 2011. szeptember 26-ig. Levélcímünk: Újpesti Napló szerkesztősége, 1043 Budapest, Tavasz u. 4., Ady Endre Művelődési Központ. A megfejtéseket a szerkesztoseg@ujpestimedia.hu e-mail címen is fogadjuk. Kérjük, postacímüket internetes levelükben is jelezni szíveskedjenek. Ez évi 30. lapszámunkban megjelent rejtvényünk helyes megfejtést beküldő Olvasói között újpesti emblémával ellátott ajándéktárgyakat sorsoltunk ki. A nyertesek: Fróna Béla, Fülöp Zoltán, Kerschner Kálmán, Vass Antal. A nyeremények átvételéről postai úton küldünk tájékoztatást.

## ÚJPESTI NAPLÓ

Kiadó: Újpesti Sajtó Szolgáltató Nonprofit Kft. • **Ügyvezető igazgató:** Tóth Sándor • **Főszerkesztő:** Zsidai Péter • **Szerkesztő:** Bangha Katalin, Ádám Tamás  
 • **Fotó:** Horváth Dávid, Várai Mihály • **Irodavezető:** Szerencsi Csilla • **Szerkesztőség:** Ady Endre Művelődési Központ, 1043 Bp., Tavasz utca 4., 1. em. Telefon: 785-0366, fax: 785-0466, e-mail: szerkesztoseg@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 42 000 példányban.* • Hirdetésfelvétel a hirdetes@ujpestimedia.hu e-mail címen • Kéziratokat nem őrünk 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](http://www.ujpest.hu) • **Csatlakozzon hozzánk!** [www.facebook.com/ujpest.kaposztasmegy](https://www.facebook.com/ujpest.kaposztasmegy)





## Gyermeki örömök Újpesten

Gyermeki és szülői örömről egyaránt árulkodó pillanatok az újpesti önkormányzat Gyermeki Örömök című rendezvényén.



További képek az interneten:  
[facebook](https://www.facebook.com/ujpest.kaposztasmegyer)  
 ujpest.kaposztasmegyer