



Ivett, a magyar bajnoknő

Fiatal kora miatt a budapesti műkorcsolya-Európa-bajnokságon még nem futhat ki a jégre Tóth Ivett, a visegrádi országok közös pozsonyi seregszemlájén azonban már bizonyított. *13. oldal*



Fotó: Vátrai Mihály



A MI KÁRTYÁNK

A jövő héttől már a Szent István téren nyíló irodában lehet személyesen igényelni, majd átvenni az elkészült Újpest-kártyát, amellyel számos kedvezményt vehetnek igénybe a helybéliek. *2. oldal*



NYÁR, ERZSÉBETTEL

Újpest Önkormányzata idén is pályázik az Erzsébet-programban meghirdetett „Mesés nyár” táborra, amelyen a tavalyi lehetőséghez hasonlóan 8–12 éves korú gyermekek vehetnek részt, ingyenesen. *3. oldal*



MEGELŐZNI A ROBBANÁST

A gázvezetékek kötelező felülvizsgálatát érdemes elvégeztetni a lakóknak, a társasházaknak egyaránt, a gázszivárgás pedig érezhető, oda kell rá figyelni és orvosolni, hogy ne legyen baj. *12. oldal*



TÁMOGATÓ BARÁTI KÖR

Első segítő akciójával az UTE Baráti Kör Schumann Péternek, az Újpesti Dózsa egykori, háromszoros magyar bajnok labdarúgójának ajándékozott egy elektromos rokkantkocsit. *13. oldal*



Az én városom, az én kártyám!

Hamarosan nyit az Újpest-kártya Iroda

Az utolsó simítások folynak a városközpontban található irodán, amely várhatóan már a jövő héttől már fogadja mindazokat, akik meg szeretnék rendelni az Újpest-kártyát. Az ingyenesen igényelhető okmány tulajdonosai kedvezményesen látogathatják meg az önkormányzati fenntartású kulturális-szabadidős intézményeket, illetve többféle engedményt vehetnek igénybe a rendszerbe belépő kereskedelmi és szolgáltató kártyaelfogadó helyeken.

Jövő héttől már nem az Újpest Márkaboltot, hanem a Szent István tér 6. szám alatt kialakított kulturált, tágas, modern Újpest-kártya Irodát kell felkeresniük az itt élőknek, akik személyesen, és nem az internet nyújtotta lehetőséggel szeretnék igényelni az önkormányzat újdonságát, a kedvezményeket biztosító városkártyát. Az elmúlt hetek azzal teltek, hogy felújították a korábban hosszú évekipendéglátóhelyként működő helyiséget, hogy alkalmassá tegyék a kliensek fogadására. A jelentős méretű ügyféltérrel kialakított iroda megnyitásának az ott élők is nagyon örülnek, hiszen mind funkciójában, mind pedig küllemében sokkal jobban beleillik a környezetébe és az egyre szépülő városképbe.

Az új iroda megnyitásáig azonban még az Újpest Márkaboltban adhatóak le a személyesen a kitöltött kártyamegrendelő lapok. Igaz, csupán néhány hete igényelhető az Újpest-kártya, de már most látszik, hogy hatalmas az érdeklődés iránta, így szinte biztos, hogy a kártyák átvételében pár nap csúszás várható.

– Úgy tudom, az első között voltam, aki kitöltötte az igénylőlapot. Elsősorban nem a kedvezmények miatt csatlakoztam, hanem azért, mert szeretem Újpestet, és jó dolognak tartom a városkártyaprogramot. Természetesen az engedmények is számítanak, annál is inkább, mi-

vel rendszeresen veszek igénybe újpesti szolgáltatókat, vásárolok helyi üzletekben, és az önkormányzati szabadidős intézményeket is gyakran felkeressük a családdal – osztja meg velünk *Hock Balázs*.

A kártyaelfogadó helyek közé jelentkezett a fiatal *Krekács házaspár*, akik elmondták: azt szeretik a városban, hogy erős a lokálpatriotizmus, az itt élők szívesen és sokszor fognak össze jó célok érdekében.

– Az Újpest-kártya-programhoz is azért csatlakoztunk, mivel úgy látjuk, hogy ez is egy pozitív, közösségépítő kezdeményezés. Azt gondoljuk, jó lenne, ha minél többen bekapcsolódnának a programba, mind az itt élők, mind a helyi vállalkozók részéről, hiszen úgy működhetne igazán jól a rendszer – vélekedik a bioterméket kínáló webáruházat üzemeltető feleség, *Krekácsné Detti*.

A Manó Módi másfél éve nyitotta meg üzletét a Lakkozó utcában, gyermekruházatot kínál.

– Állandó vásárlóink vannak, akikkel szinte baráti a kapcsolat. Ezért is indítottuk el törzsvásárlói programunkat, hogy kedvezzünk a hozzánk visszajáróknak. Az Újpest-kártya éppen egybevág a mi céljainkkal, és hasonlóan a helyieket szólítja meg, ezért is csatlakoztunk örömmel a kezdeményezéshez – teszi hozzá *Buzás Petra* üzlettulajdonos. G.R.



A hatvan-kilencedik évforduló

Újpesten hatvankilenc évvel ezelőtt, 1945. január 10-én ért véget a második világháború. A Megyeri úti temetőben január 10-én kora délután *dr. Hollósi Antal* országgyűlési képviselő helyezte el a város koszorúját az évforduló alkalmából a második világháború újpesti áldozatainak emlékművénél.



Fotó: Kálmán János



Tavalyi emlék Fonyódról

Újpest idén is csatlakozik az Erzsébet-programhoz

Újpest Önkormányzata idén is száz fővel pályázik az Erzsébet-programban meghirdetett, „Mesés nyár” elnevezésű táborra, amelyen 8-tól 12 éves korig vehetnek részt – a tavalyihoz hasonló feltételekkel – a gyerekek. A befizetendő önrésről és az utazás költségeiről ezúttal is az önkormányzat gondoskodik.

A Nemzeti Üdülési Alapítvány idén is meghirdette az Erzsébet-program – egyebek mellett – gyermekek táboroztatására kiírt pályázatait. A táborok a korábbi években több mint 250 ezer embernek szereztek életre szóló élményeket. Tavaly Újpest Önkormányzata száz fővel pályázott az Erzsébet-programban meghirdetett, „Mesés nyár” elnevezésű táborra, amelynek segít-

ségével száz nehéz helyzetű gyermek üdülhetett ingyenesen a Balaton partján, Fonyódon. Erre a nyárra is életre szóló élményeket kívánnak nyújtani a pályázat nyerteseinek.

Kinek az ügyességi versenyek, a bátorságpróba, másoknak az esti bulik, közös csínytevések jelentették az Erzsébet-tábor legszebb pillanatait az elmúlt nyáron.

– Nekem a kalandtúra volt a legizgalmasabb az összes program közül, a legfelejtethetlenebbre viszont a tábor közös nótájának, az Erzsébet-dalnak a próbája és a záróesti közös ének sikerült. Az nagyon szép volt! Mindannyian nagyon jól éreztük magunkat, és biztos, hogy soha nem felejtjük el ezt a néhány napot – mondta a záróünnepség után *Ádám*, az újpesti EGYMI tanulója.

Köztudott, hogy az önkormányzat tavaly óta már nem fenntartja az intézményeknek, így nem kötelessége a nyári táboroztatás biztosítása sem. Azonban a városvezetés úgy döntött, idén is megpályázza a „Mesés nyár” tábor a korábbi feltételekkel, száz fő részére, ezzel segítve azokat a gyerekeket, akik másképpen nem mehetnének el nyaralni. G.R.

Határidők

A harmadik évébe lépő Erzsébet-program keretében összesen 62 – ebből 4 szociális üdülési, 58 Erzsébet-tábor – pályázatot hirdetett meg a Nemzeti Üdülési Alapítvány. A fürdőjegypályázatra február 15-ig, a szociális üdülési pályázatokra február 28-ig, az Erzsébet-tábor kiírásaira március 20-ig lehet jelentkezni az erzsebetprogram.hu honlapon.



EGY KÉP – EGY MONDAT

Ovis csoportok keresik fel hét-ről hétre az újpesti piacot azal a céllal, hogy ismerkedjenek annak kereskedelmi és közösségi szerepével, majd a Lipóti Pékségben maguk is meggyúrják és a felnőttek segítségével kisüssék süteményüket.

Ötvös Csilla operaénekes és a Koncertmuzsika Zenekar teremtett zenéjével újévi hangulatot



Újévi fogadáson

Az összetartozás erejéről

Hagyományosan újévi fogadáson köszöntötte Újpest jeles személyiségeit – díszpolgárokat, Újpestért díjasokat, sportolókat, egyházi és közéleti személyiségeket, képviselőket – *Wintermantel Zsolt* január 10-én, pénteken este a Polgár Centrumban.

Az est a Koncertmuzsika Zenekar hangversenyével kezdődött, újévi koncerthez illően könnyed művek csendültek fel, így nem maradhattak ki Strauss, Kálmán Imre és Lehár művei sem. A zenekart *Gesztai Tamás* vezényelte, a koncerten közreműködött *Ötvös Csilla* operaénekes.

A hangversenyt követően *Wintermantel Zsolt* mondta el köszöntőjét. A polgármester összegezte az elmúlt év történéseit, eredményeit. Kiemelte az erős újpesti lokálpatrióta gondolkodás, az összetartozás fontosságát: – Ennek szellemében igyekezzünk olyan új hagyományokkal és kezdeményezé-

sekkel erősíteni az újpesti közösség összetartozását, mint az újévi fogadás, a szintén minden évben sorra kerülő Újpesti Párbeszéd, a Találkozunk többször! sorozat rendezvényei, az Újpesti Cseriti vagy az idén útjára induló Újpest-kártya program.

A polgármester beszélt arról, hogy eddig országgyűlési és fővárosi képviselőként is dolgozott, de a megváltozott törvények ezentúl erre nem adnak lehetőséget. Bejelentette, hogy az idei választásokon Újpest polgármesteri székéért méretteti magát:

– Nem árulok zsákmacskát, és már az új jogszabályok megalkotása előtt világossá tettem: én Újpestet választom. Az itteni polgármesteri tisztséget indoklok. Itt élek, újpesti vagyok, sokat kaptam ettől a várostól, és szeretnék még sokat tenni ezért a közösségért – mondta a város vezetője.

Az Újpest Díszpolgára cím 2013-ban újbóli életre hívásának huszadik jubileumát ünnepelte. 1993 óta harmincegy jeles személy vehette át az önkormányzat elismerését. Tavaly *Wintermantel Zsolt* felelevenítette a díszpolgárok elismerését és emléklappal köszöntötte őket. Az újévi találkozón a köszöntő után azok kapták meg az emléklapot – *Bíró Lóránt*, az újpesti Clarisseum plébánosa, *dr. Kapolyi László* akadémikus, *Keztyűs József* vállalkozó, továbbá *Schrammel Imre* Kossuth-díjas keramikus –, akik 2013-ban valamiért nem tudták átvenni. J. M.

Egyértelműen pozitív döntés a gyed extra

A gyed 1985-ös bevezetése óta most először lehet annak folyósítása mellett dolgozni, ami elősegíti az anyák visszatérését a munkaerőpiacra, ugyanakkor a részmunkaidős foglalkoztatásnak köszönhetően otthoni teendőiket is el tudják látni.

Dr. Hollósi Antal országgyűlési képviselő szerint jó, ha az édesanyák minél tovább maradhatnak a gyermekeik mellett, ugyanakkor – az új intézkedésnek köszönhetően – mégis el tudnak menni dolgozni. A képviselő szerint aki így tesz, annak jobb az esélyei a munkaerőpiacon, részmunkaidős foglalkoztatása esetén pedig mind az otthoni teendőkre, mind pedig a munkára jut ideje.

A gyed extra bevezetését az az adat is alátámasztja, miszerint 2013 első felében a gyesen lévő anyáknak mindössz-

sze hét százaléka dolgozott, noha a munkavállalásra 1982 óta – a 2006 és 2011 közötti időszakot leszámítva – időkorláttal van lehetőség. *Szalai Piroska*, a Nemzetgazdasági Minisztérium (NGM) miniszteri biztosa szerint ebből az is látható, hogy a gyermek kétéves korától járó gyes melletti munkavégzés lehetőségének önmagában nincs a munkaerő-piacot jelentősen élénkítő hatása, a mun-

káltatók számára ugyanis túl hosszú a kétévnyi kihagyás, ellentétben az egy évvel.

Dr. Hollósi Antal hozzátette: a kormány aláírásgyűjtésbe kezd a gyed extra megvédéséért, egyben érthetetlennek nevezte, hogy egy ilyen egyértelműen pozitív intézkedést miért érhetett bírálat. Az idén januárban bevezetett intézkedésekről az Országos Egészségbiztosítási Pénztár egyébként részletes útmutatót, „gyakorlati kisokost” tett közzé a honlapján. Az ott olvasható tájékoztató segítséget nyújt abban, hogy minden kismama megtalálja a 2014. január 1-jén életbe lépett jogszabály rendelkezései közül azokat, amelyek rá vonatkoznak.

Ezek közül fontos információ, hogy a gyed extrának köszönhetően 2014. január 1-jétől a gyermek egyéves kora után a szülő a gyermekgondozási díj (gyed), illetve a gyermekgondozási segély (gyes) folyósítása mellett is korlátlan időtartamban dolgozhat. A munkába állást nem kell bejelenteni a gyedet folyósító szervnek, csak a munkáltatót kell tájékoztatni arról, hogy a szülő a munkavégzés mellett a gyedet igénybe kívánja venni. Sőt az is kérheti a gyed folyósítását, aki korábban szüneteltette azt.

MOA-MTI



GYED-EXTRA

Mint ismert, a Tarzan Park 2013 júniusában nyitotta meg kapuit a közönség előtt. A Magyarországon egyedülálló családi játszópark különlegesen ötvözi a park és a játszótér fogalmát. Árnyas sétaútvonal mentén tematikus elrendezésben várnak felfedezésre az óriási játszótér játékaival, parkjában kényelmes padok és piknikterek váltják egymást, az egész család öröme.

Budapest vezetése ezt az innovatív elgondolást jutalmazta, amikor Budapest Márkává tette Magyarországon legnagyobb, tematikus játszóparkját. A Tarzan Parkot az Újpesti Vagyongazdálkodási Zrt, az Önkormányzat cége üzemelteti, és a téli időszakra tekintettel november óta épp „téli álmát” alussza. A park, amely tavasszal újra teljes gőzre kapcsol, immár használhatja a Budapest Márka emblémát is.



Budapest Márka lett a Tarzan Park

A 2013-ban alapított Budapest Márka díjat ítelték oda a Tarzan Parknak. A Budapest Márkát a fővároshoz köthető kiemelkedő termék, valamint szolgáltatás, kimagasló fővárosi kulturális-művészeti eredmény (például zenekarok, énekarok, színházak, múzeumok), továbbá a kimagasló fővárosi közszolgáltatások (egyebek mellett iskolák) elismerésére alapította a Fővárosi Önkormányzat.

A Budapest Márkát egész évben lehet adományozni, területenként évente legfeljebb tíz alkalommal. A díjazottakra a Fővárosi Közgyűlés tagjai tehetnek javaslatot. Az elismerés oklevéllel jár, továbbá az érintettek feltüntethetik termékükön, épületükön, üzletükön, hirdetéseikben és honlapjukon a kapcsolódó emblémát.



Balázs Ákos projektmenedzser ezt követően mágaról a program jellemzőiről és előnyeiről (1. keretes írásunkat) beszélt, kiemelve azt, hogy valamennyi helyszínen alkalmazkodnak az ott élők igényeihez.

Graciela Sbertoli, a norvég Oktatási és Tudományos Minisztérium Életen Át Tartó Tanulás Intézetének (VOX) nemzetközi együttműködésekért felelős igazgatóhelyettese kiemelte: ez a projekt más, mint az eddigiek, mert sok kezdeményezés a finanszírozás megszűnésével hirtelen elbukik, de ez a nemzeti igényekre formálva megvalósult.

Lars Alrø Olesen, a Modus Alapítvány alapítója kitért arra: hosszú folyamat eredményeként épült ki ez a hálózat, amely az alacsonyabban képzeteket juttatja lehetőséghez. Emlékeztetett arra is, hogy közel egy évszázada pontosan ugyanezzel a céllal építettek meg a központnak otthont adó, Klauzál utca 10. szám alatt lévő épületet. M. ORBÁN ANDRÁS

Tanulással nyitni a világra

Újpesten nyílt meg a második budapesti, egyben az ország ötvenedik Nyitott Tanulási Központja, amely 10-15 fős csoportoknak biztosít ingyenes tanulási lehetőséget, ezáltal elősegíti a hatékonyabb álláskeresést, a munkahelyek megtartását és a foglalkoztathatóság javítását.

A Klauzál utcában lévő újpesti tanulási központ a Szövetség az Életen Át Tartó Tanulásért nevű szervezet közel kétegy milliárd forintból megvalósuló TÁMOP-pályázatának keretén belül nyílt meg az ország ötvenedik ilyen intézményeként január 13-án.

Az eseményen részt vett Nagy István alpolgármester, valamint dr. Hollósi Antal országgyűlési képviselő is. Dr. Hollósi Antal a megnyitón hangsúlyozta Újpesten az alapításától fogva meglévő nyitott szellemiségét, a jelenkor áttekintésénél pedig azt mondta,

a kormány programjában kiemelt szerepe van a felzárkóztatásnak, amely a képviselő szerint egyébként hasznos és eredményes. Dr. Hollósi Antal végezetül hozzátette: az Újpesten megvalósuló képzés sok számára belépő lehet a munka világába.

Tove Skarstein, Norvégia magyarországi nagykövete kiemelte: a projektet támogató Norvégia, bár nem uniós tagállam, az EU egyik legszorosabb partnere, és jelentős szerepet vállal a csatlakozó országok felzárkóztatásában.

A PROGRAMRÓL

A Nyitott Tanulási Központ 10-15 fős csoportoknak nyújt ingyenes tanulási lehetőséget modern oktatási eszközökkel. Noha napi nyolcórás nyitva tartás az irányadó, a képzésben részt vevőkhöz igazodva akár délután fél öt után is kezdődhet foglalkozás. A tíz témakör között vállalkozásindításhoz, elhelyezkedéshez, hatékony és gyors ügyintézéshez szükséges ismeretek szerepelnek, de életvitellel, valamint digitális eszközökkel (okostelefon, táblagép) kapcsolatos képzések is indulnak.



Ahová generációk járnak vissza

Sorozatunk e heti része rendhagyó abból a szempontból, hogy a korábbiakkal ellentétben a vállalkozás székhelye ma nem Újpesten található. Korábban viszont tizenöt éven keresztül itt szolgált az autósokat, mint ahogy teszi ma is, mindössze pár lépésre a városhatártól, Rákospalotán. A Kvittung Gumi-Art tulajdonosa ma is Újpest kertvárosi részén él.

Kvittung József autószerelő és gumis szakember tősgyökeres újpesti. Itt született, ide nősült, és családi házukban, itt, a Telkes utcában indította el a nyolcvanas évek végén gumisműhelyét is.

– Autószerelőnek tanultam, és korábban a híres-hírhedt Röppentyű utcai autókereskedésben dolgoztam. Egy idő után kitaláltam, hogy saját lábra állok. Egy autószerelviz megnyitása ekkoriban elérhetetlennek tűnt számomra, ezért döntöttem



Kvittung József tősgyökeres újpesti

a gumisműhely mellett. A tömlő nélküli gumiabroncsok javításához szükséges képzést is elvégeztem, így került a repertoárra a gumiszerelés mellé a javítás is, majd emellé fontossá vált a futóműbeállítás, és így szépen csendesen mi váltunk Magyarország első versenyszervizévé. A hazai pályautók, -motorok, rali-, krosszjárművek gumijait mind mi szereltük a versenyeken. Olyan versenyzőknek szervizeltük a járműveit, mint *Ferjancz Attila, ifj. Tóth János* és a komplett hazai ralimezőny – mesél a fénykorról a szakember.

Az aranykorok a gigacégek megjelenése vetett véget, akiknek jelentős anyagi háttérük volt, és komoly tőkét tudtak árukészletbe, versenygumikba fektetni. Így maradt a közúti gépjárművek gumicseréje, javítása, egészen a kétezres évek közepéig. Egy céges változást követően azonban – pihenőövezet lévén a környék – az új telephelyengedélyt nem kapták meg a műhelyre, így szűnt meg a Telepes utcai szerviz.

– Újpesten olyan helyet kerestem, amely alkalmas lett volna közlekedés és forgalom szempontjából, úgy, hogy közben még a bérleti díj is kifizetődő. Két éve találtam ezt az Újpesthez közeli, de már Rákospalotán, a Vácduka téren található udvart, ahol a fiammal együtt újra elindítottuk a családi műhelyt – mondja Kvittung József, a jelenhez érve. – Ahogy nálunk, a fiam személyében is felnőtt egy új generáció, a vendégkör is fokozatosan bővül a korábbi kuncsaftok gyermekeivel, akik eleinte biciklijükkel, ma pedig már autóikkal jönnek hozzám. Vannak családok, amelyekből több generáció egyszerre jár ide, ez is a munkám szépségéhez tartozik – tette hozzá.

Az pedig már a lokálpatriotizmust és a kertvárosi szomszédok kapcsolatait erősíti, hogy az újpesti Telkes utca is megrendezi a saját Szomszédünnepét, amelynek egyik szervezője Kvittung József. G.R.

KVITTUNG GUMI-ART

1151 Bp., Vácduka tér 1. Tel.: 0630 252-8436

Tíz villamos – Különjárat (2.)

Gárdaütközet déli órán

Az múlt század hetvenes éveiben már csak minden második szombaton kellett dolgozni, és általában csak fél egyig ott tartózkodni, aztán mehetett mindenki isten hírével. Mi, magyarok, ha kisujjat kapunk, már fél kart akarunk, mert a havi kétszeri félnapos szombatot már „félnapos” péntek előzte meg. Az Újpesti Gépelemgyárban is.

A címbeli gárdaütközet egy nem szabad szombatos, napsütötte szombat kora délutánján folyt le a Totó vendéglő kerthelyiségében, ahova persze előbb fel kellett vonulni a gárdának. Fel is vonult! A „hívójel” már a gyárban felhangzott. Telefonon, és nagyjából így szólt: „Hazafelé egy sör?” Erre nem lehetett mást válaszolni, mint azt, hogy „legyen”. Legfeljebb lelkiismereti balasz gyanánt hol egyikünk, hol másikunk hozzátette: „De nagyon sietek, mert még vásárolni is kell, rám bízott néhány dolgot az asszony.” „Mi is sietünk” – hangzott az egyezség, de később kiderült, hogy annyira mégsem volt sietős.



Képünk illusztráció

A gárda a gyár Dugonics utcára néző bejárata előtt gyülekezett, legfeljebb igazolt hiányzók voltak. Az alakulat komótosan indult az Aradi utcán az Árpád út felé, mert már eldöntött, hogy a Totó kerthelyisége lesz az „egy sör” elfogyasztásának helyszíne. Az árnyékos oldalról csak a célegyenesben, a Fény mozinál ment át a túloldalra, és már el is tűnt a vendéglő kapualjának boltíve alatt. A kapualj végén balra át, kis jobbra át után már ott voltak az asztalok között. Körbe-körbe a falak melletti fedett, árnyékos lugas már tele volt, de közben, a napon azért akadt két összetolható vasasztal, piros-fehér kockás terítővel. Jólesett lehuppan-

ni a homokaljzatba süppedő vasszékekre, és várni a sörünkre. Szó szót követett, sör sört. Ennek arányában pedig megeredett a nyelvünk, és egy-egy fokkal hangosabbak is lettünk. Beszéltünk, olykor egymás szavába vágva, nyaralásról, kollégákról, kolléganőkről, fociról, fizetésekről és főnökökről, akik közül egyiket-másikat nem tartottuk a gépelemgyártás Napóleonjának.

Ezt hallotta meg egy négyes asztalnál magában üldögélő, középkorú férfi, aki nagyfröccsöt ivott, vagy hosszúlépést. Lassacskán. Ugyancsak lassan odafordult hozzánk, és átszólt:

– Ha olyan nagyra vannak magukkal, mondják meg, melyik országban van Waterloo!

Nálunk kitört a csend. Csak maradék söreink kortyolása volt hallható. Néztünk egymásra érettségikkel, főiskolákkal, tán egyetemmel is a hátunk mögött, de arról hirtelen egyikünknek sem volt halvány fogalma sem, hogy melyik országban van Waterloo. Az ismeretlen szomszéd hörpintett a poharából, majd szinte maga elé mondta:

– Belgiumban. Látják, nem biztos, hogy olyan nagyokosok, ha nagyokosnak tartják is magukat.

Feleletet egyikünk sem adott, kihörpintettük söreinket, véget vetettünk a szövegelésnek, és indult mindegyikünk vásárolni. Megjegyezve viszont örökre, hogy Waterloo Belgiumban van. RÉTI JÁNOS

Táplálkozunk a szervezet igénye szerint

Fogadalmak, fogyókúra

Az ÚKTV Családanya című műsorának idei első adásában egyebek mellett az ünnepek utáni helyes táplálkozásról, az egyik legkedveltebb újévi fogadalomról, a fogyókúráról beszélgettünk. A téma kapcsán vendégünk volt *Tóth Gábor* táplálkozástudós, okleveles élelmiszer-ipari mérnök.

Az ünnepek után sokan határozzák el, hogy fogyókúrába kezdenek. A táplálkozástudós szakembert arról faggattuk, mi a leghelyesebb diéta ilyenkor.

– Az a tapasztalat, hogy januárban nem kell külön kérni az embert, hogy kevesebbet egyen, hiszen ezt maga a szervezet is igényli. A test az ünnepi lakomák során telítődik cukorral, zsírokkal és szénhidrátokkal, így ilyenkor, az ünnepek

után ösztönösen is jön az igény, hogy kevesebbet együnk. Az emberi test ha néhány napig túl sok ételt kap, akkor ugyanis jelzi azzal, hogy csökken az étvágy. Éppen ezért egy egészséges emberi szervezetben a január a nyugalom ideje. Ilyenkor magában a természetben is nyugalom van. Az emberi szervezet is szeretné feldolgozni azt a sok élményt, kémiai ingert, amit kapott decemberben – tudtuk meg Tóth Gábortól.

A szakember hozzátette: ő nem hisz a rövid távú célokban, szerinte a megfelelő táplálkozás a legjobb fogyókúra. Az egészséges ételek között ugyanis rostban gazdag táplálékokat találunk. Tóth Gábor elárulta, nem a kenyeret kell kiiktatni, csupán a friss pékárut. A friss kenyérfélékből ugyanis sokkal többet meg tudunk enni egyszerre,



gyorsabb a felszívódása, egészen más az emésztése, ezért jobban hizlal.

– A pirítóst tovább tart megenni, és mivel az éhségérzetünk függ a rágások számától, így a jobban megrágott ételből kevesebbet fogunk fogyasztani. Ez a titka annak, hogy a levelek helyett a szilárd ételek jobban segítik az egészséges táplálkozást és a fogyást is. Tehát pusztán csak a rostos gabonák és a pirítós rendszeres fogyasztásával néhány hét, hónap alatt jelentős fogyást eredményezhet – hangsúlyozza a helyes étkezés alapjait az élelmiszer-ipari mérnök.

A szakember a helyes táplálékok közé sorolta még ezen túl a lenmagot, a zabpehelylisztet, a zöldségfélét, amelyek mind-mind segítik a fogyást. Tóth Gábor szerint a legfontosabb: figyelni a szervezet igényét, valamint többet rágni, és vízfelvevő

rostot tartalmazó tápanyagot enni, ami teltségérzetet tud kiváltani.

Ilyenek a pehelyfélék, a köles, a hajdina, a barna rizs, a nyers és félig párolt zöldségfélék. Ezek az ételek még azután is teltséget adnak, amikor már nincsenek a gyomorban.

A teljes interjú

megnézhető a www.ujpest.hu oldalon, az ÚKTV videói között.

G.R.

Utcáról utcára

Családias lakótelep

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

– Az Izzó utcának olyan a vonzása, mint a Tungstrom strandnak. Történetek, legendák övezik, és azt hiszem, mindenki tudja, hol is van Újpesten az Izzó-lakótelep. Az utcánk egyaránt utal az Egyesült Izzóra és a nagyvállalat által hajdanában a dolgozók számára épített lakótelepre is – mondja *Rády Judit*, a Szent János Apostol Katolikus Általános Iskola igazgatóhelyette-



se. – Majd két évtizede élek itt. Textiles leszármazottként Újpestenek eme részét nem ismertem, kislány voltam, amikor a lakótelep kinőtt a földből. A Magyar Pamutiparhoz közel, a Szent László téri, igazán emberléptékű házak egyikében nőttem fel – tudjuk meg. – Amikor lakást kerestem, a lelkem mélyén hasonlóra vágytam. Így jutottam el az Izzó utcába. Megnéztük a lakást és annak környezetét, s mindjárt úgy éreztem, ez kell nekem, és az Izzó utcába költözöm. Ennyi év után megértem azokat, akik tudatosan választják ezt a

telepet. Családias a környezet, nálunk például a lakók együtt szépitik védik a környezetet. Virágok, örökzöldek vidámítják az utcát, a lépcsőházakhoz vezető szakaszokat. Lakótelep, mégis zöldövezet, kertes. S családias is, közlelő-távrolóról ismerjük egymást. Ha a szomszédokkal összetalálkozunk, mindig találunk egy percet néhány emberi szóra. Azt már nem tudnám megbecsülni, hogy az egykori izzósok vagy az azóta beköltözők vannak-e többségben, hiszen múlnak az évek – hangzik a dicséret egy beköltözőtől.

Szalai Anikó a szomszédos utcából megerősíti a tanárnő mondatait, miszerint az Izzó utcának a rendezettség, a sok zöld növény, a jó elrendezésű lakások az erősségei. Ő is beköltöző, nem izzós leszármazott.

Egy idős házaspár felfedező sétát tart, nagyobb lakásukat szeretnék kisebbre cserélni.

– Kirepültek a gyerekek, ezért nézegetünk. Ma már nem Újpest „vége” ez a környék, a közlekedés is jó, nincsenek innen nézve sem távolságok – mondja István, akinek szavait osztja *Marika*, a felesége is. Mint megtudjuk, negyedszázada majdnem itt vettek lakást, egy izzós baráti házaspár szomszédságában. – Amit akkor elmulasztottunk, lehet, hogy most bepótoljuk – teszik hozzá. B.K.

Idézzük az Újpesti utcanevlexikont: Izzó utca (1974) a Baross utcától a Káposztásmegyeri út 19.-ig. Az elnevezés az Egyesült Izzó által épített lakótelepre (1967–1991) emlékeztet.

Autóteszt

Škoda Rapid Spaceback

– az új kategória

Új kategóriát teremtettek a tervezők a Škoda modellpalettáján, amikor megalkották a Rapidot, éket verve a Fabia és az Octavia közé. *Gyulai Kingával*, a Magyar Autóklub kiadványának, az Autóséletnek a főszerkesztőjével a Rapid Ambition 1.2 TSI modelljét teszteltük, amely jelenleg akciósan 4,5 millióba kerül a Škodák Palotájában.

– A Škoda Rapid első verziója a négyajtós szedán volt, ezt követte most az ötajtós kivitel. Milyenek találsz az autót?

– Mind a külső, mind a belső tere a letisztultság, az egyszerű vonalak jellemzik, stílusát mégsem mondhatjuk konzervatívnak. Külsőre fiatalos, sportos az autó, belső tere nincs túlbonyolítva, nagyon könnyű hozzászokni. Szinte mindent ugyanott találunk, mint a Volkswagen csoport másik két kisautójában, a Polóban vagy a Fabiában. A csoport ezt a modellt az alsó közép kategóriába szánta. A Fabiánál hat centivel szélesebb, az Octaviánál viszont tizeneggyel keskenyebb. A tengelytáv 2,6 méter, ami a hátsó ülésen utazóknak is kényelmes lábte-

ret biztosít. A csomagtartó alaphelyzetben 415 literes, ami picit több, mint a VW Golfé. Ezzel talán a legtagasabb kisautó a kategóriában.

– Milyen motorokkal választható a Rapid?

– Négyféle benzin- és kétféle dízelüzemű kérhető az autohoz. A 3,2 milliós alapkivitelbe a régi háromhengeres, 1,2 literes, 75 lóerős, pörgős kis szívómotor került, amelyet a Fabiából

már jól ismerünk. A másik hárombenzines motor viszont már turbós. Az újabb, négyhengeres 1,2 literes gép 86 és 105 lóerővel készült, a benzines csúcsmoделlbe pedig 1,4 literes, 122 lovas TSI motort szerelnek. Dízelmoделlben pedig 1,6 literes, négyhengeres kapható 90 és 105 lóerős kivitelben. Az általunk tesztelt 105 lóerős, ezerkettes TSI motor sportosan, dinamikus mozgatta a közel 1200 kg ösztömegű Rapidot. Nagyon gazdaságos a fogyasztása, hiszen városi forgalomban kicsit több mint hat literrel megelégedett. A váltója a Volkswagen csoporttól megszkott precíz, finom szerkezet, nagyon rövid utakat jár be a váltókar. Ehhez a motorhoz hatsebességes verzió jár, amivel országúton, autópályán a dízelekkel vetekedő fogyasztást érhetünk el.



Üveg tetővel is rendelhető a Spaceback, így még sportosabb, elegánsabb

Kütyüőrület a 2014-es CES kiállításon

Az új fejlesztésű televíziók, a legfrissebb okostelefonok, és táblagépek mellett a Las Vegas-i technikai expo minden évben tartogat hajmeresztő, vagy csak meglepő újdonságokat. Ezekből szemezgettünk.



AVEGANT GLYPH: FEJHALLGATÓ ÉS MONITOR

Az Avegant Glyph fantázianevű terméket nem csak fejhallgatóként használhatjuk, ahogy azt első pillantásra feltételeznénk, de VR (Virtual Reality=Virtuális valóság) szemüveggé is. Sőt,

+2 és -8 dioptria között gyengénlátók számára is használható. Akkumulátora sajnos mindössze 3 órácskát bír. A képet HDMI vagy MHL kapcsolaton keresztül képes tárolni. A CES-en bemutatott prototípus sorozatgyártása előtt az Avegant még január végén bemutató kampányt indít. Számíthatunk rá, hogy találkozunk még vele a hírekben. A fejmozgás követésére képes szemüveg egyébként várhatóan ősszel kerül a boltokba, 500 dollár körüli darabáron.



EYELOCK MYRIS: ÍRISZ-SCANNER A ZSEBEN

Ha a képen látható szerkentyű elterjedté válik, vége a jelszavak megjegyzése körüli szenvedésnek. A gyártó immár több éves tapasztalattal rendelkezik ezen a területen, és úgy döntött, az idén az otthon felhasználók felé fordul és fejlesztéseiben rájuk fókuszál. Ha minden jól megy, a jövőben bármilyen felületen elegendő lesz, ha ebbe a korai webkamerákhoz hasonlatos szkenerbe pillantunk, és az ujjlenyomathoz hasonlóan egyedi íriszünk alapján már azonosít is a számítógép. Nem is drágán: 200-300 dollárért.



DREAMWORKS DREAMTAB: TABLET GYEREKEKNEK

A DreamWorks számos animációs film után, ezúttal egy Android alapú tablettel kívánja szórakoztatni a legkisebbeket. A technikai részletek még nem ismertek, de az előzetes hírek szerint a táblagép 300 dollár alatti áron lesz majd kapható a szükséges kiegészítőkkel (fejhallgató, védőtok). A DreamWorks természetesen a saját tartalmainak megjelenítésére és népszerűsítésére szánja a kütyüt, amelyből egy 12 hüvelykes verziót is terveznek.



CSÖN(G) CSÖN(G) GYŰRŰ

Az okosgyűrű nemcsak jól néz ki, de azonnal megjeleníti a mobil különböző üzeneteit... az ujjunkon. H L L

– Milyenek találd a futóművet?

– Az autó úttartása stabil, mégsem kemény a felfüggesztés, a rosszabb útviszonyokat is szépen kiegyenlíti. Bár szűkebb kanyarokban az orra hajlamos a kitörésre, a kipörgésgátló ezt, hacsak ki nem kapcsoljuk, nagyon szépen korrigálja. Amennyiben kikapcsoljuk, készülünk komolyabb „gépészkedésre” a volánnal, amely egyébként nagyon kényelmes fogású, ebben a modellben bőrrrel kárpitozott.

– Női szemmel mit találsz benne szimpatikusnak?

– Nagyon sok benne a kényelmi eszköz. Rengeteg a tárolóhely: az ülés alatt találunk egy kis rekeszt a láthatósági mellényeknek, az első ajtók oldalzebeiben pedig már nemcsak egy térkép, hanem akár egy másfél literes palack is elfér. Az elöl és hátul utazóknak több pohár-, illetve telefontartót is kialakítottak. A visszapillantó tükrök fölött van egy szemüvegtartó,



Gyulai Kinga, az Autósélet főszerkesztője

és a hölgyek örömeire mindkét napellenzőben található sminktükör is. Talán ma már alaptartozék az USB-, illetve az aux bemenet, ezek ebben a modellben is megvannak. Apróság, de nagyon praktikus a Škodákból már korábbról ismert parkolócédula-tartó a szélvédő bal alsó sarkában. A csomagterben is sok a praktikus megoldás: csomagrögzítő hálók, apróbb rekeszek, illetve erős kampók a bevásárlótáskák felakasztásához, így sportosabb vezetés közben sem szabadulnak el a csomagok, nem borul ki a táskák tartalma. Az ülések kényelmesek, megfelelő oldaltartást biztosítanak. Rendkívül kényelmes a több szögben beállítható könyöktámasz, könnyen elérhető minden fokozatban a sebváltó kar. Ebben a felszereltségben már van kétfokozatú ülésfűtés is, ami igen jól jön fagyos reggeleken. A kezelőkapcsolók precízek, stabilan teszik a dolgukat.

– Az autó negatívumai?

– Picit fájlam, hogy a multifunkciós kormány csak a magasabb felszereltséghez jár. A hátsó ülések osztott támlái ledöntés után eléggé kiállnak a rakodófelületből, ami akadályozza a nagyobb tárgyak bepakolását.

– Kiknek ajánlanád az autót?

– Fiataloknak, kisebb családoknak. Azoknak, akik egy sportos, de gazdaságos autót szeretnének, hiszen a 3,2 milliós alapár mellé alacsony fogyasztás is párosul. Aki a feltűnőbb, extrásabb verziót választja a legerősebb motorral, üvegterővel, annak már mélyebben a zsebébe kell nyúlnia, mert az ára így eléri az 5,5 milliót.

A Škoda Rapid Spaceback-et az Újpesti Közéleti Televízió Barátunk, az autó című műsorának következő részében, január utolsó péntekjén ismerhetik meg közelebbről.

PRÓFUSZ JÓZSEF



Vathy Zsuzsa és a mesekönyvek iránt érdeklődő diáklányok

A Hétfejű Tündér új sorozatban

A Móra Könyvkiadó új Lázár Ervin-sorozata első két kötetének kiállítással egybekötött bemutatóját az íróról elnevezett újpesti általános iskolában tartotta nemrégiben. A varázslatos illusztrációkat a diákok is megcsodálhatták az aulában elhelyezett paravánokon.

Lázár Ervin *A Hétfejű Tündér* és *A Négyszögletű Kerek Erdő – Bikfi-Bukfenc-Bukferenc* című kötetét mutatta be január 6-án, a Lázár Ervin Általános Iskolában a Móra Könyvkiadó, amely új sorozatot indít az író életművéből. Az eseményen megjelent Vathy Zsuzsa, Lázár Ervin özvegye, de a gyerekek megismerkedhettek az új sorozat szerkesztőjével, Dávid Ádámmal, valamint az illusztrátorokkal: Molnár Jacqueline-nel és Buzay Istvánnal is. Az egybegyűlt iskolásoknak Dávid Ádám szerkesztő mesélt az illusztrációk megszületé-

séről, amelyet a gyerekek egy vetítés segítségével kísérhettek nyomon. Ízelítőül, zárásként felolvasott egy mesét az egyik könyvből fiatal közönségének.

Az író kapcsolata 1964-ben kezdődött a Móra Kiadóval, ekkor jelent meg *A kisfiú meg az oroszlánok* című kötete, amelyet 1992-ig további tíz könyv követett. Most, hogy ismét náluk jelennek meg Lázár Ervin meséi, egy új sorozatot indítanak.

– Azt gondoltuk, hogy a két legnépszerűbb mesegyűjteménnyel kezdjük. Az egyik *A Hétfejű Tün-*

dér, amely huszonkét mesét tartalmaz, a másik pedig *A Négyszögletű Kerek Erdő* meseregényből készült *Bikfi-Bukfenc-Bukferenc* válogatás, amelynek tartalma szinte teljesen megegyezik a Móra Kiadónál ugyanilyen néven évtizedekkel ezelőtt megjelent kötetével. Ez a kiadvány arról volt nevezetes, hogy ebben szerepeltek először együtt a meseregény szereplői – mondta Dávid Ádám szerkesztő.

A szerkesztő elárulta: még két további magyar nyelvű kötetet terveznek megjelentetni az idei könyvhétre, amellyel teljessé válik Dömdödöm és társainak története. A mesekötetek mellett egy képekönnyvsorozat is elindítanak, amelyben egy-egy rövidebb történet, mesenovella szerepel, amelyeket mindig más grafikus illusztrál. Az idei könyvfesztiválra angolul és németül is megjelennek a kiadványok, azaz összesen tíz idegen nyelvű könyv lesz elérhető Lázár Ervintől.

– Nagyon jó érzés látni, hogy a gyerekek a képeken és grafikákon keresztül éppen úgy bevezethetők a könyv tartalmába, mint a szövegen keresztül. Úgy tűnik, hogy ennek köszönhetően jobban élvezik és sokkal jobban meg is értik a szövegek lényegét – vélte Vathy Zsuzsa.

– Húsz éven keresztül jelentek meg Lázár Ervin-kötetek a Századvég kiadónál Réber László rajzaival, ami maga volt a csoda. A kiadváltás és a könyv formai változtatásai előtt kikértem Csukás István véleményét, aki úgy vélekedett: húsz év után mindenképpen érdemes változtatni formai, tartalmi dolgokon és a kiadón is. Jó, hogy esetleg más mesék, történetek legyenek összeválogatva, és az eddiegietől eltérő grafikával jelenjenek meg – mesél a Móra Kiadóval való régi-új kapcsolatáról Vathy Zsuzsa. G. R.

PÁRTHÍREK

FIDESZ INGYENES JOGI TANÁCSADÁS
Január 29-én, szerdán 18-tól 19 óráig ingyenes jogi tanácsadást tart az újpesti Fidesz – MPSZ. Helyszín: Fidesz-iroda (1042 Budapest, Árpád út 56.). Bejelentkezés: H–P 11-től 18 óráig a 369-0905-ös telefonszámon.

FIDESZ – MPSZ KÉPVISELŐI FOGADÓÓRÁK

Dr. Szabó Béla önkormányzati képviselő **január 27-én**, hétfőn 18-tól 19 óráig tart fogadóórát. Helyszín: 1042 Budapest, Árpád út 56. Tel.: 369-0905.
Németh Edit Éva és **Hladony Sándor Gyula** önkormányzati képviselők **február 3-án**, hétfőn 17-től 18 óráig tartanak fogadóórát. **Balázs Erzsébet** és **Ozsváth Kálmán** képviselők **február 3-án**, hétfőn 18-tól 19 óráig tartanak fogadóórát. Helyszín: Fidesz-iroda (1042 Budapest, Árpád út 56.). Tel.: 369-0905.
Jókay Attila, **Koronka Lajos** önkormányzati képviselők **február 10-én**, hétfőn 17-től 18 óráig; **Bartók Béla** önkormányzati képviselő **február 11-én**, kedden 18-tól 19 óráig tart fogadóórát. Helyszín: 1042 Budapest, Árpád út 56. Tel.: 369-0905

www.ujpestifidesz.hu



Tisztelt Barátaink!
 Irodánk minden pénteken 17-18 óra között tart nyitva. Kérjük Önöket, vegyék fel velünk a kapcsolatot, hogy minél hatékonyabban működhessünk együtt!
 Címünk: 1046 Bp., Szent László tér 7. Tel.: 06-70 372-3119, 06-70 381-8193

FOGADÓÓRA

Pajor Tibor önkormányzati képviselőnk fogadóórája: minden hónap első hétfőjén 18 órától a fenti címen.

Jobbik Magyarországért Mozgalom Újpesti Szervezete

www.ujpestijobbik.hu



FOGADÓÓRA

Szalma Botond önkormányzati képviselő, frakcióvezető (KDNP) minden hónap első hétfőjén, 18-19 óráig tart fogadóórát az Újpesti Kulturális Központ Lóverseny téri Közösségi Házában (IV., Lóverseny tér 6.)



MEGHÍVÓ
Lehet-e női miniszterelnök Magyarországon?

Az újpesti LMP fórumának vendégei **Szél Bernadett** országgyűlési képviselő és **Rákosi Judit** képviselőjelölt. Házigazda: **Pernecky László** önkormányzati képviselő.
 Ady Endre Művelődési Ház (IV., Tavasz u. 4.)
Január 24-én, pénteken 17.30 órától. Szeretettel várunk mindenkit!

FOGADÓÓRA

Pernecky László önkormányzati képviselő – Újpest, Lehet Más a Politika (LMP)
 Tel.: 06-20 390-0566
www.facebook.com/LMPujpest
 Újpesti LMP-iroda, 1041 István út 22., a Főposta mellett. Fogadóóra: Ne Ön jöjjön, hívásra én megyek el Önhöz!

ujpest.lehetmas.hu



KÉPVISELŐI FOGADÓÓRÁK

Farkas István önkormányzati képviselő előzetes telefonon történt egyeztetés alapján – a 06-20 518-7830-as telefonszámon – bármikor; **Belán Beatrix** önkormányzati képviselő előzetes telefonon történt egyeztetés alapján – a 06-1 369-4205-ös telefonszámon, hétköznap 14-től 17 óráig hívható – bármikor; **Szabó Gábor** önkormányzati képviselő előzetes telefonon történt egyeztetés alapján – a 06-1 369-4205-ös telefonszámon, hétköznap 14-től 17 óráig hívható – a megbeszéltek szerint, az MSZP Újpesti-Káposztásmegyeri Szervezeténél (1046 Bp., Nádor u. 1.) tartanak fogadóórát. **Horváth Imre** önkormányzati képviselő minden hónap első és második szerdáján 17 órától – előzetes bejelentkezés alapján a 06-20 466-8576-os telefonszámon – tart fogadóórát az Újpesti Csokonai Vitéz Mihály Általános Iskola és Gimnáziumban (1046 Bp., Börfestő u. 5–9.).

LÁTOGATÁS AZ ORSZÁGOS SZÉCHÉNYI KÖNYVTÁRBAN

A Természetjáró Kör következő programja **január 24-én**, pénteken lesz, az Országos Széchényi Könyvtárba megyünk. Gyülekező 10 órakor a könyvtár bejáratánál. A belépődíj 200 Ft. (A könyvtár a Budavári Palota F épületében helyezkedik el, a legegyszerűbben a 16-os busszal, majd a Dísz térről gyalogosan besétálva közelíthető meg az épület.)
 Programsorozatunk védnökei: **Kiss Péter** országgyűlési képviselő és **dr. Trippon Norbert** kerületi elnök.
 Mivel a csoportlétszám kötött, így előzetes regisztráció szükséges, amelyet a 441-5555-ös üzenetrögzítő számon kell megtenni **január 20-ig**, hétfőig. Azokat is várjuk, akik nem tudtak eljönni az előző kirándulásainkra, de szeretnének egy közösséghez tartozni, kimozdulni otthonról!
 MSZP Újpesti-Káposztásmegyeri Szervezete



FOGADÓÓRA

Az Újpestért Egyesület önkormányzati képviselőinek fogadóórái: **dr. Dabous Fáy** (5. evk) önkormányzati képviselő, a Káposztásmegyeri Településrészi Önkormányzat előjárója minden hónap 2. hétfőjén 17-től 18 óráig tartja fogadóóráját. Helyszín: Bp. IV., Hajlő u. 42–44., a TRÖK helyisége. **Páli József Pál** (1. evk.) önkormányzati képviselő minden hónap 2. hétfőjén 17-től 18 óráig tartja fogadóóráját. Helyszín: Homoktövis Általános Iskola.



ÚKTV – műsorajánló

Az évszakok, a nappalok és éjszakák váltakozása, a különféle frontok jelentősen befolyásolhatják közérzetünket, egészségünket. A **Pulzusban** ezen a héten a szezonális betegségekről beszélgetünk.

Döbbenetes és egyben példátlan időjárás sújtja az Egyesült Államokat. Lehet, hogy a HAARP program fordult létrehozói ellen? A **Konteóban** az időjárás fegyverkénti használatáról beszélgetnek a fagyban vacogó műsorvezetők.

Újpesti műsortükör

IDŐSZAKI KIÁLLÍTÁSOK ÚJPESTEN

- Inasévek. **Pekó Zsolt** festőművész kiállítása. Január 27-ig. *Iffjúsági Ház, Új Galéria*
- **Vándor Gábor** grafikus kiállítása. Január 26-ig. *Polgár Centrum, Újpest Galéria*
- **A Székely Bertalan Társaság** kiállítása. Január 26-ig. *Polgár Centrum, Újpest Galéria*
- **Gondi Magdi** és **Martin Ildikó** kiállítása. Megnyitó: január 28-án, 17 órakor. Megtekinthető: február 16-ig. *Iffjúsági Ház*
- **Az Igazgyöngy Művészeti Iskola** gyermekrajz- és festménykiállítása. Február 17-ig. *Karinthy Frigyes Művelődési Ház*

- **Dr. Lipovszky György** fotókiállítása. *Benkő István Református Általános Iskola és Gimnázium*

ÁLLANDÓ KIÁLLÍTÁS

- Két ezredév között. Fejezetek Újpest történetéből. Megtekinthető: keddtől péntekig naponta 10-től 17 óráig, szombaton 10-től 14 óráig, hétfőn és vasárnap zárva. *Újpesti Helytörténeti Gyűjtemény*

HETI AJÁNLAT

- Január 17., péntek
- GYERMEKES CSALÁDOKNAK
- 15.00: **Hangszerek varázslatos világa a MÁV Szimfonikusokkal.** Iskolabérlet 3. előadás. Ütőhang-

szerek és hárfa. *Ady Endre Művelődési Ház*

ZENÉS EST

- 20.00–24.00: **Görög est.** *Karinthy Frigyes Művelődési Ház*

Január 18. szombat

GYERMEKES CSALÁDOKNAK

- 10.00–12.00: **LovaZOO szakör.** *Rex Állatsziget*

EGÉSZSÉGMEGŐRZÉS

- 10.00–18.00: **Egészség hétvége** (vasárnap is) színes programokkal. *Aquaworld Budapest Élmenyfürdő*

KLUBOK, HOBBI

- 8.30: **A Bagoly Klub túrája a Budai-hegységben.** Előzetes jelentkezés: Megyeri Klub

ÉJSZAKA A KÖNYVTÁRBAN

- 17.00: **Fabók Mancsi** bábszínháza
- 21.00: **A Korai Öröm koncertje**
- 22.00: **Ingyenes beiratkozás, majd utcazenészek tánc háza.** *Király-könyvtár*

Január 19. vasárnap

CSALÁDI PROGRAMOK

- 10.30. **Kézműves délelőtt.** *Megyeri Klub*

ZENÉS EST

- 17.00: **Hétfői randevű.** Zenés est a Szilver zenekarral. *Ady Endre Művelődési Ház*

Január 21., kedd

- KISMAMÁKNAK
- 9.00–11.00: **Babajátszó.** *Iffjúsági Ház*

- 10.00–12.00: **Szoptatási tanácsadás.** *Lóverseny téri Közösségi Ház*

KLUBOK

- 15.00: **A Mozgássérültek Budapesti Egyesülete Újpesti Szervezetének klubnapja.** *Ady Endre Művelődési Ház*

CSALÁDI PROGRAMOK

- 10.30: **Hangszerek csodálatos világa a MÁV Szimfonikusokkal.** Óvodásbérlet, 3. előadás. Ütőhangszerek és a hárfa. *Ady Endre Művelődési Ház*

Január 23., csütörtök

- GYERMEKNEK
- 10.00: **Ovis Színház: Farsang.** A Budai Bábszínház előadása. *Iffjúsági Ház*

Derűs absztrakció

„Inasévek” címmel nyílt meg *Pekó Zsolt* önálló kiállítása az Ifjúsági Ház Új Galériájában.

A kiállítót nyolc éve köti könyvkiadói munkája Újpestehez, ezzel egy időben, 2006-ban kezdett el festeni, autodidakta módon. 2008 óta a Budai Képzőművész Stúdióban fejleszti rajztudását Bodonyi Ferenc szakmai irányításával. Pekó Zsolt két évvel ezelőtt csatlakozott az Újpesti Művészek Társaságához, melynek azóta is aktív tagja, az elmúlt években több csoportos és önálló kiállításon vett részt.

Főleg a dekoratív absztrakt kompozíciók foglalkoztatják, műveit sajátos színvilág jellemzi. Képeinek egy ré-

sze a kubizmus stílusjegyeit idézi, geometrikus, de egyéni, könnyedebb formarendszerrel. Szívesen kísérletezik különböző technikákkal is, egyik kedvelt témája pedig a szép női test.

Most megnyílt tárlata egyszerre összegzés és visszatekintés – az első nyolc „inasév” terméséből a fontosabb állomások figyelembevételével. Így egyaránt látható az annak idején első alkalommal kiállított képe csakúgy, mint a korábbi alkotótáborokban készült munkái; műtermi és szabadtéri alkotások változatos, sokszínű megoldások-



Pekó Zsolt művészetét *Szabó Tibor Benjámín* író méltatta a megnyitón

kal. *Szabó Tibor Benjámín* író megnyitó beszédében az alábbi szavakkal összegezte az alkotó eddigi munkásságát: „Megköszönöm *Pekó Zsoltnak*, hogy munkái közreadásával beenged bennünket a világába, és többször aláhú-

va rögzítem, hogy mennyire tiszteletet parancsoló számomra az, ahogyan a festészetet szakmának, mesterségnek, elsajátítandó tudásnak is tekinti.”

A kiállítás január 27-ig látogatható, 9-18 óráig. M.



Egy házi orvos fényképei

Természetfotókból nyílt kiállítás a tizedik tanévében járó *Benkő István Református Általános Iskola és Gimnáziumban* január 9-én. A képek készítője, *dr. Lipovszky György* – aki eredeti foglalkozása szerint házi orvos Nógrád megyében – ha éppen két falu között észrevesz valamit, rögtön megörökíti.

A kiállítást *Pavletitsné Egressy Mária*, az iskola igazgatónője nyitotta meg, aki az alkotó életútja mellett motivációit ismertette. *Dr. Lipovszky György* egyik gyerekkori példaképét követve készült orvosnak, szülőfalujában pedig életének olyan részévé vált a természet, hogy előbb édesapjától, majd az iskolai fotószakkörben tanult fényképezni, és eme tudását mára oly mértékig felfejlesztette, hogy 2011-ben Szegeden, 2013-ban pedig Budapesten is nyílt kiállítása.

– A fényképezéshez nem elég a technika, ismerni, szeretni, érteni kell a természetet, hallani a csend hangját – folytatódott a méltatás.

Dr. Lipovszky György egyébként egyben egy fotós baráti kör alapítója, e kör tagjainak pedig több külföldi kiállítása is volt már. A most megnyitott tárlat célja, hogy minél több ember rácsodálkozhasson a természet szépségeire, különösen itt, a lakótelepen.

Mint ismert: az iskola többféleképpen köszönti fennállásának tizedik évfordulóját; az ünnepi évnívó istentisztelet, a karácsonyi koncert, valamint a képkiallítás szintén ennek jegyében zajlott, zajlik.

(Bővebben: www.ujpest.hu)

M. Orbán A.

Ökumenikus imahét szeretetvendégséggel

Január 20. és 26. között mindennap 6 órakor kezdődnek azok az ökumenikus imaalkalmak, amelyekre az újpesti egyházak, felekezetek hívják esténként az újpestieket.

– Sokadik alkalom már, hogy év elején találkozunk egymással, ráadásul egymás templomában – emeli ki *Horváth Zoltán* katolikus plébános, Újpest díszpolgára, az ökumenikus imahét létrejöttének ösztönzője. – Az imahét központi témája az „együtt” gondolat, amely több jelentéssel bír. Jelzi egy közösség együttesét, s azt is, hogy amit lehet, együtt kell megoldanunk, a családban és adott esetben a városunkért is közösen kell munkálkodnunk a cél érdekében. Úgy gondolom, a hívőket megszólítják az ökumenikus imahét eseményei. Természetesen nem lehet elvárni, hogy mindenki a hét minden egyes napján részt vegyen az imaalkalmakon, de egy-egy elkötelezett magra most is számítunk. Mások egy-egy estét tudnak velünk tölteni. Abban bizonyos vagyok, hogy a többiek is léleekben ott lesznek, a háttérben imádkoznak.

Minden este az imaalkalmak után közös

agapé, szeretetvendégség lesz a helyi közösségi teremben, amely egymás megismerésének is kiváló alkalma. Minden jó szándékú embert szeretettel várunk, vallástól, felekezettől, világnézettől függetlenül – teszi hozzá *Horváth Zoltán*, az Egek Királynéja-főplébánia plébánosa. B.K.



Az imahét részletes programját az Újpesti Napló 2014/1. évi lapszámának 12. oldalán találja, valamint letölthető a www.ujpest.hu oldalról is.

Rendőrkézen

Jelzés nélküli autóval közlekedő nyomozók buktattak le egy gyanúsán viselkedő, fekete szatyorral közlekedő, kisteherautó-feltörésre specializálódott férfit az Attila utcában január 11-én éjjel.

A rendőrök először továbbhajtottak, majd visszafordultak, és keresni kezdték a gyanús járókelet, akit egy parkolóban, autók között fekvő találtak meg, viszont a szatyor már nem volt nála.

Igazoltatásakor azt mondta, sétálni indult, ám arra nem adott magyarázatot, miért fekszik a földön, és azt állította, nem volt nála a fekete zacskó. Utóbbit egyébként a rendőrök néhány méterre megtalálták, benne autófeltöréshez használt feszítőeszközök voltak.

A nyomozók szintén a környéken vettek észre egy feltört kisteherautót is, amelyből építőipari felszereléseket próbáltak eltulajdonítani.

A megtalált férfi kihallgatásakor a lopási kísérleten felül további hét kisteherautó-feltörést is-

mert be. A járművekbe ablakbetöréssel vagy -kiemeléssel, illetve zárfeszítéssel jutott be, és jellemzően mindannyiszor nagyobb értékű építőipari eszközöket (pl. ütvefúró, flex) tulajdonított el, amelyeket a XV. kerületben, bolhapiacra adott el. A többszörösen büntetett előéletű, börtönviselt újpesti férfi ezenfelül más alkalmakkor alumíniumlétrát, GPS-t, autórádiót is magával vitt, a rendőrség szerint nem zárható ki, hogy további kistehergépjármű-feltörések is a számlájára írhatók.

M. Orbán A.

Megelőzni a robbanást

Tizenhat lakás vált lakhatatlanná abban az Újpesten is hallható gázrobbanásban, amely a szomszédos XIII. kerületben történt a Gyermekek téren. A gázszivárgás észlelése, a vezetékek éves felülvizsgálata és a szén-monoxid-érzékelő ha nem is minden esetben előzi meg a bajt, segíthet elkerülni.

A Rokolya utcai kereszteződés közelében, a Gyermekek téren történt gázrobbanás eltüntette a társasház felső szintjét és a tetőteret. Az Országos Mentőszolgálat tájékoztatása szerint egy idős férfit súlyos égési sérülésekkel vittek kórházba. Tizenhat lakás



vált lakhatatlanná a robbanás miatt. Hét lakó a helyi önkormányzattól kért segítséget, amely szükséglakást biztosított számukra. A 14-es villamos egy darabig nem állt meg a Rokolya utcai megállónál.

Cserna Sándor közbiztonsági referens szerint egy ilyen robbanás bekövetkezése sok mindentől függhet, és ha nem is mindig megelőzhető (pl. szándékos), néhány dologra feltétlenül érdemes odafigyelni.

A gázvezetékek kötelező felülvizsgálatát a megadott időközönként érdemes elvégeztetni mind a lakóknak, mind pedig a társasháznak, és egy esetleges, folyamatosan érezhető gázszivárgást sem szabad figyelmen kívül hagyni.

– Érdemes nagyobb figyelmet fordítani a környezetünkben élők viselkedésére. Gyanús lehet például az olyan lakó, aki gázpalackot visz fel egy távfűtéses lakásba – tette hozzá.

Végül, de nem utolsósorban célszerű szén-monoxid-érzékelőt felszerelni, amely adott esetben akár életmentő is lehet.

MTI/MOA

Tájékoztatás díszdiploma igényléséről

Újpest Önkormányzata ebben az évben is ünneplés keretében szeretné átadni a **díszdiplomát** azon nyugdíjas pedagógusoknak, akik 50, 60, 65, illetve 70 évvel ezelőtt vették át diplomájukat, és legalább 30 évet tanítottak. **Aranydiploma** jár annak, aki **50 éve**, gyémántdiploma annak, aki **60 éve** szerezte diplomáját, **vasdiplomát a 65 éve**, **rubindiplomát a 70 éve** végzett kap.

Ezért kérjük azoknak a pedagógusoknak a jelentkezését 2014. február 15-ig, akik 30, 50, 60, 65, 70 éve szereztek diplomát, és a fenti feltételeknek megfelelnek.

A díszoklevél adományozáshoz szükséges dokumentumok:

- kérelem formanyomtatvány (letölthető);
- eredeti oklevél fénymásolata;
- rövid szakmai önéletrajz;
- igazolás 30 éves pedagógusi pályáról (munkakönyv fénymásolata vagy a volt munkahely igazolása).

A gyémánt-, vas- és rubinoklevelek igénylésénél az előzőleg kiadott díszoklevél fénymásolatát kell csatolni. Az igényléseket az Újpesti Polgármesteri Hivatal Ifjúsági, Sport-, Művelődési és Oktatási Osztályára (1042 Bp., István út 14. I. emelet 36; tel.: +36-1 231-3298) szíveskedjenek benyújtani, Kóródi Mariann osztályvezető asszony-nak címezve. *Dr. Molnár Szabolcs* alpolgármester

P Á L Y Á Z A T

Budapest Főváros IV. Ker. Újpest Önkormányzatának Polgármesteri Hivatala a közszolgálati tisztviselőkről szóló 2011. évi CXCV. törvény 45. § (1) bekezdése alapján pályázatot hirdet Budapest Főváros IV. Ker. Újpest Önkormányzata Polgármesteri Hivatala Pénzügyi és Számviteli Osztálya pénzügyi ügyintéző munkakörének betöltésére.

A közszolgálati jogviszony időtartama: határozatlan idejű közszolgálati jogviszony.

A foglalkoztatás jellege: teljes munkaidő.

A munkavégzés helye: teljes Budapest, István út 14.

A munkakörhöz tartozó főbb tevékenységi körök: analitikus nyilvántartások vezetése; egyeztetés a főkönyvvél; ügyfélkezelés, ügyfelekkel történő kapcsolattartás; nemzetiségi önkormányzatokkal kapcsolatos elszámolások ellenőrzése, érvényesítése és kontírozása.

A munkakör betölthetőségének időpontja: a munkakör a pályázatok elbírálását követően azonnal betölthető.

A pályázat benyújtásának határideje: 2014. január 28.

A pályázatok benyújtásának módja: elektronikus úton Szabó Tamás gazdasági főosztályvezető részére a szabo.tamas@ujpest.hu e-mail címen keresztül.

A pályázat elbírálásának határideje: 2014. február 7.

A pályázat publikálási időpontja: 2014. január 14. A pályázati kiírás megjelenik a Nemzeti Közigazgatási Intézet (NKI) kozigallas.gov.hu oldalán, továbbá a www.ujpest.hu weboldalon.

Budapest Főváros IV. Ker. Újpest Önkormányzatának Polgármesteri Hivatala a közszolgálati tisztviselőkről szóló 2011. évi CXCV. törvény 45. § (1) bekezdése alapján pályázatot hirdet Budapest Főváros IV. Ker. Újpest Önkormányzata Polgármesteri Hivatala Pénzügyi és Számviteli Osztálya főkönyvi könyvelő munkakörének betöltésére.

A közszolgálati jogviszony időtartama: határozatlan idejű közszolgálati jogviszony.

A foglalkoztatás jellege: teljes munkaidő.

A munkavégzés helye: 1041 Budapest, István út 14.

A munkakörhöz tartozó főbb tevékenységi körök: könyvelési feladatok ellátása, koordinálása; a 2014. évi számviteli átállás feladatainak koordinálása; a számviteli folyamatok ellenőrzése; a beszámoló készítésében való közreműködés; az államháztartás felé történő adatszolgáltatásokban való közreműködés.

A munkakör betölthetőségének időpontja: a munkakör a pályázatok elbírálását követően azonnal betölthető.

A pályázat benyújtásának határideje: 2014. január 28.

A pályázatok benyújtásának módja: elektronikus úton Szabó Tamás gazdasági főosztályvezető részére a szabo.tamas@ujpest.hu e-mail címen keresztül.

A pályázat elbírálásának határideje: 2014. február 7.

A pályázat publikálási időpontja: 2014. január 14. A pályázati kiírás megjelenik a Nemzeti Közigazgatási Intézet (NKI) kozigallas.gov.hu oldalán, továbbá a www.ujpest.hu weboldalon.

Tóth Ivett, a felnőtt magyar műkorcsolya- bajnoknő

Pozsonyban rendezték meg a visegrádi országok (Csehország, Lengyelország, Szlovákia és Magyarország) közös műkorcsolya-bajnokságát. A négy ország legjobb felnőtt versenyzői mérték össze tudásukat férfi, női, páros és jég tánc kategóriában.

Magyarország első ízben vett részt ezen a versenyen. Sokak számára ez a viadal egyben válogató is volt a budapesti Eb-re, illetve a Szocsiban megrendezendő téli olimpiára. *Tóth Ivett* számára viszont ilyen szempontból nem volt tétje ennek a bajnokságnak, hiszen fiatal kora miatt még sem az Eb-n, sem az olimpián nem indulhat.

A nők versenyén huszonöt résztvevő indult. A rövid programot Ivett tizenharmadikként mutatta be. Tripla-tripla kombinációja ezúttal csak tripla-duplára sikerült, de a tripla flip és a dupla axel is jó volt, így programját az ötödik legjobbnak értékelték. Ezzel sikerült a legjobb csoportba kerülnie. Kűrben az utolsó csoport első versenyzőjeként lépett jégre. Meggyőző programot mutatott be, négy tripla ugrással, harmonikus mozdulatokkal és szép forgásokkal. Összesítésben 131,07 pontot gyűjtött, és mindössze 0,84 ponttal maradt le a dobogóról, de a magyar bajnoki cím így is a mezőny legfiatalabb indulójának, az újpesti Tóth Ivettnek jutott. mac.hu/g



Az USC várja a mozogni vágyó újpestieket

Több mint harminc esztendeje működnek már az Újpest SC szakosztályai. *Pétery Pál* elnök lapunknak elmondta, hogy 2014-ben is várják a sportolni, mozogni szándékozókat a különféle foglalkozásokon. Az utánpótlás-nevelés a fő csapásirány, labdarúgásban, birkózásban, karatéban és leányröplabdában okítják az ifjúságot.

– Az egyesület, szem előtt tartva a tömegsport fontosságát, jó kapcsolatot ápol a Budapesti Szabadidő Szövetséggel, szinte valamennyi fővárosi rendezvényen részt vesznek tagjaink – mondta Pétery Pál.

A régi, jól bevált helyszínek mellett idén több új helyen is várják a sportolni vágyókat. Az ötven év feletti hölgyeket például szeretettel invitálják kondicionáló tornára a Nyár utca 42–44.-ben található szolgáltatóház edzőtermébe (hétfőn és csütörtökön 16–17 óra között). Az úgynevezett fitness tornára jelentkező nők és férfiak az Angol Nyelvet Emelt Szinten Oktató Általános Iskolában (Fóti út 66.) tréningezhetnek hétfőn, szerdán és csütörtökön 18.30 és 19.30 óra között.

A hat-tíz éves birkózni vágyó lányokat és fiúkat szintén az előbb említett iskolába várják, ahol hétfőtől péntekig (16–17 óra között) az emberpróbáló sportra készítik fel őket, játékos képességfejlesztéssel. gg



Schumann Péter már a tavaszi focirajtra készül

Az UTE Baráti Kör röviddel megalakulása után máris megszervezte első segítő akcióját, amelyben *Schumann Péternek*, az Újpest Dózsa egykori, háromszoros magyar bajnok labdarúgójának ajándékozott egy elektromos rokkantkocsit. A baráti kör a támogatók által befizetett összegekből finanszírozta a kocsit.

– **Mondhatjuk, hogy karácsonyi ajándékot kaptál az UTE Baráti Körtől?** – kérdeztük az egykori kiváló futballistát.

– Nem is kaphattam volna szebbet – mondta Schumann Péter. – Nagy segítségemre lesz a kis kocs, hiszen legalább ki tudok mozdulni a lakásomból.

– **Évekig játszottál az Újpesti Dózsában, abban a csapatban, amelyikkel háromszor is bajnokságot nyertél. Melyikre emlékszel a legszívesebben?**

– Nehéz a választás. Az elsöre is büszke vagyok, pedig csak epizodista voltam akkor még. Ráadásul egy olyan meccsen játszottam, amikor alaposan elpáholt bennünket a Pécs. Szerencsére a vereség belefért, így is a Dózsa lett a bajnok. A következő években aztán sokat játszottam *Törőcsik, Fazekas, Nagy Laci* vagy éppen *Fekete Laci* társaként. Nagyon jó csapatunk volt, szebbnél szebb és jobbnál jobb meccset játszottunk. Bejártam a világot is a Dózsával, rengeteg élménnyel gazdagodtam. Később még fociztam Vácott és Tatabányán is, de szeretettel gondolok vissza a Duna Cipő öregfiúk csapatára is.

– **Aztán jött egy apró seb a lábadon...**

– Nincs olyan focista, akinek ne törte volna fel a lábát a csuka. Én sem gondoltam másra, csak akkor mentem orvoshoz, amikor már tenyérynire nőtt a sebem. Kezelték, gyógyították, és megállapították, hogy érzékületem van. Sajnos tragédia lett a vége, elvesztettem az egyik lábamat. Borzasztó!

– **Szerencse a szerencsétlenségben, hogy a régi-ek, az UTE Baráti Kör tagjai nem feledkeztek meg rólad, segítő kezet nyújtottak.**

– Nagyon köszönöm Jurácsik Matyiéknak. A kocsival egyszerűbb lett az életem, bátrabban dugom ki az orrom otthonról. Alig várom már a bajnokság rajtját. Remélem, hogy a tavaszi idényben a Szusza-stadionba is kijutok. Szeretnék drukkolni a srácoknak, tapsolni a góloknak. Jó lesz visszatérni a Megyeri útra. G. G.

Tisztelt Hirdetőink!

A lakossági hirdetéseket az Újpesti Kulturális Központ Ifjúsági Házban működő Újpest Márkaboltnal vesszük fel. (1042 Bp., István út 17-19).
 Hirdetés felvételi napok: hétfőn: 10-17 óráig, szerdán: 10-17 óráig, csütörtökön: 10-17 óráig. Információ: 231-7070/113
 ● **Lakossági** apróhirdetéseket csak személyesen vesszünk fel!
 Díja: 945 Ft + áfa, azaz 1200 Ft/30 szó. **Vállalkozói** és méretes hirdetések feladása, árajánlatkérés: hirdetes@ujpestimedia.hu
 Részletes információ: www.ujpest.hu

Ingtatlan eladó

● Újpesten könnyen két lakású alakítható, 105 m²-es, egyszerű, világos, 3 szoba+amerikai konyha, nappalis, teljesen felújított, dupla komfortos, cirkós, szép ház sok extrával, csendes környéken, 390 m²-es parkosított kerttel eladó. l.a.: 33,9 M Ft, tel.: 06-30 845-9029

● Újpest kertvárosában eladó egy 120 m²-es, tetőtér-beépítéses, korszerű, hőszigetelt családi ház kis kerttel, garázzsal, csendes utcában, a közlekedés ki-tűnő. l.a.: 29,8 M Ft, tel.: 06-30 630-1265

Ingtant cserél

● 2+fél szobás, 75 m²-es önkormányzati lakásomat, 1+fél szobásra cserélném, ráfizetés nélkül. Kizárólag Újpesten, tel.: 06-20 985-8214

● Újpesti tehermentes 50 m²-es, másfél szobás, tégla öröklakást cserélek családi házra, vagy eladó 11,5 M Ft-ért. Keresek a IV-XIII. ker-ben, 70-90 m²-es, 3 szobás, jó állapotú házat 17 M Ft-ig. Tel.: 06-20 348-6625

Oktatás

● Matematikakorrepetálás. Minden szinten szinte minden. A lehetetlent hamar megoldjuk, de a csodára egy kicsit várni kell. Tel.: 06-1 360-1657, 06-20 927-0270

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

● Matematikakorrepetálást válll középiskolásoknak nagy gyakorlatl rendelkező tanárnő. Tel.: 06-30 618-0241

Régiség

● Almási Katalin vásárol magas áron készpénzért bútorokat, festményeket, karórát, zsebórát, falórát, dísz tárgyakat, porcelánokat, szobrokat, csillárt, könyveket, kitüntetést, régi pénzt, csipkét, bizsukat, borostyánt, ezüstöt, ékszer, mindenféle régi tárgyat. Teljes hagyatékot, díjtalan kiszállással hétvégén is! Tel.: 06-20 597-8280

● Földrajztanárról régi könyvet, térképet, képeslapot, katonai tárgyakat, régi pénz, játék, diafilm, jelvény, festmény, ezüst, porcelán, bútor, akár teljes hagyaték is érdekel. Lomtalanítást vállalok. Régi dolgait tegye pénzzé, azonnal fizetek! Tel.: 06-20 924-4123

Gondozás

● Megbízható – lehetőleg újpesti – házaspárral kölcsönös szimpátia esetén öröklési szerződést kötünk. Érdeklődő bemutatkozásukat a hajdu123peter@gmail.com e-mail címre várjuk.

Állást kínál

● Mellékhelyiség üzemeltetésére részmunkaidős, nyugdíjas alkalmazottat keresek azonnali munkakezdéssel, tel.: 06-20 270-7161

Szolgáltatás

● **ABLAKJAVÍTÁS, WWW.AJTOABLAKDOKTORHU, 20 éve vállalom igényesen, becsületesen fa- és műanyag ablakok, ajtók javítását, illesztését, záruk cseréjét, festését, szigetelését 1 év garanciával. Felmérés díjtalan! HORVÁTH ÁKOS, tel.: 06-70 550-0269**

● Kisebb-nagyobb benti, kinti **BURKOLÁSI MUNKÁK**, javítások, bontások, megbízható szakembertől. Korrekt áron, minden kerületben, hétfőig és ünnepnapokon is. Előzetes időpontegyeztetés: 06-30 219-1624

● Nyugdíjas asztalos **ASZTALOSMUNKÁT VÁL-LAL** javítást is. Fiókcserék, ajtópántok cseréje, tel.: 306-2023, 06-70 234-7759

● **REDŐNYÖSMŰHELYBŐL** rendelhet mindenfajta redőnyt, relaxgyártást, -javítást, -szerelest. Szalagfüggöny, szunyogháló, roletta, harmonikaajtó. Napellenző készítése, ponyvacseré, karnisszerelés. Főti út 45., tel.: 370-4932

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

Pedikűr

● Szakképzett pedikűrös várja kedves vendégeit kellemes környezetben, többéves tapasztalattal. Gyógypedikűr: tyúkszemkiszedés, benőtt köröm. Esztétikai: díszítés, lakkozás, ajándék talpmasszázs. Időseket Újpesten külön díjazás nélkül hozom-viszem. Mindent: 3600 Ft-ért. Tel.: 06-20 265-5732

Az ÚKTV adásrendje

A UPC új, digitális csomagjában is látható az Újpesti Közéleti Televízió műsora. A UPC előfizetői készülékükön az 501-es csatornán foghatják a helyi tv-adót. Az ÚKTV péntekenként 19 órai kezdettel közvetít négyórás műsort. Ismétlések: hétfőtől péntekig 7.00, 12.00, 19.00 óra, szombat–vasárnap 8.00, 13.00, 19.00 óra.

Újpesti mozgássérültek klubnapja

A Mozgássérültek Budapesti Egyesületének Újpesti Szervezete első klubdelutánját ebben az évben január 21-én, kedden 17 órától tartja az Ady Endre Művelődési Ház galériatermében. A klubnapon a Béres Alapítvány munkatársai tartanak előadást a Béres-készítmények jótékony hatásairól. Emellett tagdíjbefizetést is tartunk. A 2014-es évre a tagdíj 1700 Ft.

Minden klubtagunkat szeretettel várjuk! Zana Anita klubvezető

Duna nyelviskola Tanfolyamkezdés és szintfelmérés február 7. 17.30 -kor

Angol nyelvoktatás
Minden PÉNTEKEN
 17.30 -tól 19.30 óráig

500 Ft/ 
alkalom!!!

1042 Budapest, Árpád út 51-53
 IV. emelet, Árpád Point Irodaház
 Telefon: +3630/271-4662
 +3670/413-5077

DUNANYELVISKOLA.HU

IV. kerületi nyelviskola

Angol tanárt keres

Jelentkezés:
+3670/413-5077
+3630/271-4662

Duna nyelviskola

Nyitási AKCIÓ!!!

Angol nyelvtanfolyamaink

100 órás intenzív nyelvtanfolyam
 •4 hetes, heti 5x5 órás
 •Órakezdések: 8.30, 13.00, 17.30 óra

100 órás fél-intenzív nyelvtanfolyam
 •10 hetes, heti 2x5 órás
 •Órakezdések: 8.30, 13.00, 17.30 óra

50 órás hétfégi nyelvtanfolyam
 •10 hetes, heti 1x5 órás
 •Órakezdések: szombat 9.00, 14.00 óra

Az angol nyelvtanfolyamok indulási időpontja:
 február 03., február 17., március 03., március 17.
 Hétfégi tanfolyam: február 08., február 22., március 08.,

Beiratkozás: 2014. január 22.-től folyamatosan, reggel 9.00 órától este 19.00 óráig.

Cím: 1042 Budapest, Árpád út 51-53 IV. emelet, Árpád Point Irodaház
Telefonszám: +3630/271-4662
+3670/413-5077

További információ: DUNANYELVISKOLA.HU

KIPUFOGÓ KLINIKA

Kipufogó dobok, sportdobok készítése szerelése, javítása
 KIPUFOGÓK
 Katalizátorok garanciával.
MŰSZAKVIZSGA 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

JÓTÉKONYSÁGI RUHA AKCIÓ

A Budapest-Káposztásmegyeri Református Egyházközség jótékonyági ruhaakciót rendez a Böröndös utca 17. szám alatti református templomban **február 3-án**, hétfőn és **4-én**, kedden 10-18 óráig. Mindenkit várnak szeretettel.

Friss hírek, tudnivalók: [ujpest.hu!](http://ujpest.hu)

AZ ÚJPESTI SZENT ISTVÁN TÉRI PIAC-ÉS VÁSÁRCSARNOK HETI AKCIÓS AJÁNLATAI



Az Újpesti Piac aktuális ajánlatai:

- sörretek 140 Ft/cs-tól
- cukkini 350 Ft/kg-tól
- hegyes erős paprika 40 Ft/db-tól
- cékla 129 Ft/kg-tól
- sárgarépa 99 Ft/db-tól
- fejes káposzta 99 Ft/kg-tól
- lila káposzta 159 Ft/kg-tól

- kelkáposzta 199 Ft/kg-tól
- zeller 299 Ft/kg-tól
- burgonya 129 Ft/kg-tól
- karalábé 129 Ft/kg-tól
- fokhagyma 699 Ft/kg-tól
- narancs 239 Ft/kg-tól
- grépfrút 239 Ft/kg-tól
- mandarin 239 Ft/kg-tól
- citrom 199 Ft/kg-tól
- alma 168 Ft/kg-tól
- zsemle, kifli 10 Ft/db

Szeretettel várjuk kedves vásárlóinkat!

www.ujpest.hu/piac

JELENTKEZÉS A PIAC-PLACCRA

Január 16-tól újra lehet jelentkezni a Piac-Placc árusítóhelyeire a Piacfelügyelősegen, pár soros nyomtatvány kitöltésével, minden héten kedden délelőtt 9-től 12 óráig és csütörtökönként 12-től 16 óráig.

(x)

GONDOLKODTÁL-E MÁR VALAHA AZON, MIT TARTOGAT A JÖVŐ?

TUDOD-E HOGYAN LEHET FELKÉSZÜLNI AZ ELŐTTÜNK ÁLLÓ ESEMÉNYEKRE?

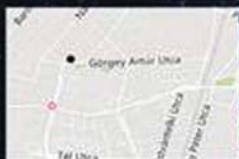
TALÁLJUNK VÁLASZOKAT EZEKRE ÉS MÁS MEGRAGADÓ KÉRDÉSEKRE EGYSZERŰ, GYAKORLATI MÓDON, IGEVERSRŐL-IGEVERSRÉ.

ISTEN AZ EMBERISÉGHEZ SZÓLÓ UTOLSÓ ÜZENETÉNEK (JELENÉSEK KÖNYVE 14. FEJÉZETÉNEK) MEGÉRTÉSE ÉLET ÉS HALÁL KÉRDÉSE. AHOGYAN E FÖLD TÖRTÉNELME A VÉGE FELÉ SIET TARTOZUNK MAGUNKNAK ANNYIVAL, HOGY MEGTUDJUK, HOGYAN IS KÉSZÜLJÜNK FEL AZ ELŐTTÜNK ÁLLÓ ESEMÉNYEKRE.

ELŐADÓ : MOLDOVÁN RICHÁRD

AZ ELŐADÁSOK HELYSZÍNE:

1042 BUDAPEST
GÖRGEY ARTÚR U. 10.



Előadássorozat minden
hétfőn és csütörtökön
18 órakor

Már 16 055-en kedvelik az Újpest-Káposztásmegyer [facebook](https://www.facebook.com/ujpest.kaposztasmegeyer) oldalt! www.facebook.com/ujpest.kaposztasmegeyer

Csatlakozz Te is az Újpestet látjolóknak dinamikus gyarapodó közösségéhez! Az Újpesti Közéleti TV-nek is van már Facebook oldala, amely szintén tetszésre méltó és egyre több tévés anyag elérhető rajta. Az ujpest.hu weboldalon szintén megnézhetők az ÚKTV riportjai.

ÚJPESTI NAPLÓ

Kiadó: Újpesti Sajtó Szolgáltató Nonprofit Kft. • **Ügyvezető igazgató:** Galbavi Monika • **Főszerkesztő:** Ditzendy Attila Arisztid • **Szerkesztő:** Bangha Katalin • **Munkatársak:** Antos Anna, Gazsó Rita, Gergely Gábor, Juhász Mátyás, M. Orbán András, Prófusz József • **Fotó:** Kozma István, Magyar Attila, Várai Mihály • **Irodavezető:** Csekóné Czeglédi Csilla • **Szerkesztőség:** Újpesti Kulturális Központ Ady Endre Művelődési Ház 1043 Bp., Tavasz utca 4., I. em. Titkárság: 785-0366. Újpesti Napló: 785-0566. ÚKTV: 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.kaposztasmegeyer

Hahóóó! Fotó!

Számos újpesti kisbabás családhoz látogatott már el az Újpesti Babaköszöntő Megérkeztem!-macija. Az önkormányzat ajándécsomagjában csupa hasznos ajándék, body, kistakaró, hűtőmagnes oltási naptárral, mappa, 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 küldjék be szerkesztőségünkbe. Örömmel tesszük



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



Hahó, Újpest! 2013. augusztus 16-án megérkezett **Rossel Bence**, 56 centiméterrel és 3665 grammal, édesanyja és édesapja legnagyobb örömeire. Nagyon örültünk a babaköszöntő csomagnak. Köszönjük!



Petró Anna Dorka vagyok, 2013. június 5-én, 3840 grammal és 59 centivel jöttem a napvilágra, szüleim legnagyobb örömeire. Köszönjük az ajándécsomagot, a lila takaró a kedvencem! A boldog szülők: *Molnár Johanna és Petró Gábor*



Talapa Márton vagyok, 2013. június 20-án születtem, 2100 grammal és 46 centivel. Szépen növekszem, lassan kinövöm az első bodymat. Szerencsére kaptam nagyobbakat is, köszönet érte!
Talapa család

Helytörténeti érdekességek

Ebben az esztendőben XXI. évfolyamába lép az önkormányzat támogatásával megjelenő Újpesti Helytörténeti Értesítő. A lokálpatrióták és a helytörténet iránt elkötelezett olvasótábor továbbra is negyedévenként veheti kezébe az ingyenes kiadványt, amelynek legfrissebb és korábbi lapszámait egyaránt megtalálhatók a www.ujpest.hu weboldalon is.

Az Újpesti Helytörténeti Értesítő szerkesztőbizottsága a napokban tartotta ülését, amelyen a 2014-es tématervekről hoztak döntést. Az újság és szerzői ezúttal is az újpesti évfordulókra, jeles személyek életútjára, ez ideig nem publikált, illetve kevésbé ismert tények megvilágítására helyezik a hangsúlyt. A négy lap mind egyikének vezérfonalát az 1914-ben, száz évvel ezelőtt kirobban első világháború újpesti vonatkozá-

sai adják, emellett írás jelenik meg többek között a káposztásmegyeri lóversenypályáról, ahol Erzsébet királyné, Sisi is gyakran lovagolt. Az első lapszámokban visszatekintenek Forgács Vilmosra, az Egyesült Izzó területén működő Orion gyár igazgatójára, aki Wallenberg egyik munkatársa volt. Az Újpesti Helytörténeti Értesítőben megemlékeznek egyebek mellett a száz esztendeje született és újpest alapító okiratát fellelő Neogrády

Lászlóról, az újpesti helytörténeti kutatás atyjáról, és a Magyar Pamutipar szintén kerek évfordulós egykori kultúrházáról.

Az Újpesti Helytörténeti Értesítő 2013. évi 4. lapszáma néhány nappal karácsony előtt jelent meg. Elérhető az Ady Endre Művelődési Házban, a Király-könyvtárban, illetve az Újpesti Helytörténeti Gyűjteményben. A folyóirat többek között Újpest színházi életéről, az Ady Endre Művelődési Ház múltjáról, Újpest sajtótörténetéről, a Fővárosi Vízművek újpesti létesítményeiről közöl érdekességeket. Az interjú rovatban egy ismert rádiós-

ról, a közlekedés történetét magánemberként kutató Komjáthy Zoltánról olvashatnak. B. K.



Szerelmesek, figyelem!

Az Újpesti Napló ebben az évben is segít a szerelmeseknek! Örömmel közvetíti február 13-án megjelenő lapszámának oldalain a Bálint-, azaz Valentin-napi üzeneteket. A néhány soros, névvel vagy jelígével ellátott üzeneteket a már megszokott módon várjuk a szerkesztőségbe.

Leveleiket február 6-ig a szerencsi.csilla@ujpestimedia.hu e-mailre, postán feladva vagy személyesen az Újpesti Napló címére (1043 Bp., Tavasz u. 4., Ady Endre Művelődési Ház) juttassák el.

Újpesti falinaptár 2014

A karácsonyi vásár újdonsága volt az 2014-es Újpesti falinaptár, amely 12 színes oldalon a város építészeti remekait és a megújuló városképet tárja elénk hivatásos fotográfusok és a várost felfedező tehetséges, díjnyertes hobifotósok alkotásaival. A falinaptárt továbbra is sokan keresik, így jelezzük, megvásárolható az Újpest Márkaboltban (Ifjúsági Ház, IV., István út 17–19.). Ára: 1200 forint.

