

MEGÁLMODTÁK, MEGTERVEZTEK ÉS VÉGHEZVITTEK

Lenyűgöző kitartással hatvannégy nap alatt áteveztek az Atlanti-óceánon a FarFarAway – Túl az Óperencián vállalkozás kajakosai, Kovácsik Levente és Szabó Norbert Ádám. Már nevük fémjelzi a világ leghosszabb, kajakkal teljesített távját, amelyet mindenféle külső segítség és közbeiktatott megálló nélkül teljesítettek. Vállalkozásukat Újpest Önkormányzata támogatta. 13. oldal



ÚJPEST ÖNKORMÁNYZATÁNAK HIVATALOS LAPJA • WWW.UJPEST.HU

ÚJPESTI NAPLÓ

INGYENES! MEGJELENIK MINDEN HÉTEN! • 2016. március 3., X. évf., 8. szám



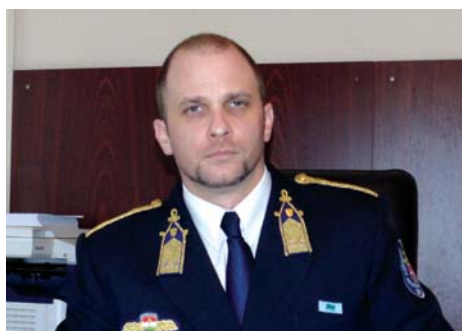
Karate Kupa és esélyegyenlőség

Írásunk a 6. oldalon



PÁLYÁZZATOK, DIÁKOK!

Újpest Önkormányzata felhívást hirdet. Pályázz, és legyél Újpest Kiváló Tanulója, Újpest Kiváló Diáksportolója, vagy nyerd el a Kiváló Diákközösségi Munkáért Díjat! 2. oldal



KÖZÖS SIKER

Tovább csökkent a bűncselekmények száma Újpesten. Horváth Szabolcs rendőr-alezredes értékeli az elmúlt évet. 12. oldal



ÚJPESTI BÜSZKESÉGÜNK DÍJJAL TÉRT HAZA

Vörös-vary Márton zongora- és hegedűművész a 22. Nemzetközi Fiatál Virtuózok Zongoraversenyéről a IV. díjat hozta el. 11. oldal

Don

Ötszáz kilométer. Ennyi a távolság Moszkva és Voronyezs között. Nem olyan sok, főleg autópályán, különbusszal, szóval nem egy nagy történet, gondolhatják. De ha hozzáteszem, hogy a buszunk egy tipikus, kényelmetlen városi kisbusz, amit csak néhány kilométeres utakra terveztek, a remek orosz autópálya meg önmagában is életveszély, pláne hogy természetes, muszka sofőrünk konkrétan bóbiskolt vezetés közben, akkor már talán alakul a sztori. Buszvezetőnk ugyanis hasztalan próbált ébren maradni kekszek ropogatásával, ablakon kihajolással, orosz lakodalmos muzsika bömböltetésével. Olykor békésen elszundikált. Egy elszánt, már-már megszállott újpesti fotós miatt keveredtünk ebbe a slamasztikába. Makacs eltökéltséggel maga köré gyűjtött egy történésből, újságíróból, tévéesekből álló kicsiny csapatot, közöttük engem, és e mancsafttal elutazott a Don folyó számunkra történelmileg rossz emléké kanyarulatához, hogy minél többet megtudjon az 1943 telén ott hősi halált halt nagyapja, dr. Bernolák Béla, újpesti orvos sorsáról, meglátogassa a Don-kanyarnál tömegesen elhunyt magyar katonák sírjait, és fényképekkel, dokumentumfilmmel, könyvvel tisztelegjen az emléküik előtt. Miközben olykor bátortalanul figyelmeztettük a zord muszkát a vezetés közbeni ébrenlét fontosságára, azzal vigasztaltuk magunkat, hogy a második magyar hadsereg katonái bizonyos rögzösebb úton jutottak el a Donhoz, és mi végül csodával határos módon ugyan, de túléltek a rettenetes ötszáz kilométert. Alkalmazkodva a helyi szokásokhoz, némi vodka segítségével próbáltuk feledni az élményt, majd a hírhedt folyó mentén napokon át jártuk be az egykori hadszíntereket, völgyeket, dombokat, ahol talán a háború óta nem jártak honfitársaink, városokat, amelyek az elmúlt évtizedekben történelmi fogalmakká lettek, temetőket, ahol vélhetőleg katonáink nyugszanak, és átértéztük a velünk ellentétben nem önként ideutazó újpesti tisztiorvos és sorstársai tragédiáját. Makacs fotósunk, nevezzük néven: nagyapjához hasonlóan Bernolák

Béla, pedig fényképezett rendületlenül, így később összejött a tárlat, elkészült a könyv, a film is, vagyis megemlékeztünk tisztességgel. Voronyezsi estéinken viszont már azon morfondírozott, hogy miként tudná Újpestet lefotózni minél különbözőbb perspektívából. Mert mégiscsak ez a szűk páttriája, ez érdekli igazán, hiszen itt él. Ahogy szíve szerint a nagyapja is itt élt volna. Kár, hogy erről nem ő döntött.

JUHÁSZ MÁTYÁS



Újpest kiváló diákjai

Újpest Önkormányzata különféle díjak elnyerésére szóló felhívást hirdet. A díjak adományozására bárki tehet javaslatot, így lehet a diák Újpest Kiváló Tanulója, Újpest Kiváló Diáksportolója, vagy megkaphatja a Kiváló Diákközösségi Munkáért Díjat!

Az Újpest Kiváló Tanulója Díj annak az általános- vagy középiskolai tanulóknak adományozható, aki az adományozás évében január 1-je és az adományozásra tett javaslat előterjesztésének időpontja között folyamatosan bejelentett állandó lakóhellyel rendelkezik Újpesten. Aki tanulmányi évei alatt kitűnő vagy jeles tanulmányi eredményt ért el. Kiemelkedő tanulmányi eredményével, példamutató magatartásával dicsőséget szerzett Újpestnek vagy iskolájának.

Az Újpest Kiváló Diáksportolója Díj annak az általános- vagy középiskolai tanulóknak adományozható, aki az adományozás évében január 1-je és az adományozásra tett javaslat előterjesztésének időpontja között folyamatosan bejelentett állandó lakóhellyel rendelkezik Újpesten. Kiemelkedő sportteljesítményével dicsőséget szerzett Újpestnek vagy iskolájának, magatartásával, tanulmányi és sportteljesítményével jelentős mértékben példát mutat diáktársainak.

Kiváló Diákközösségi Munkáért Díj annak az általános- vagy középiskolai tanulóknak adományozható, aki az adományozás évében január 1-je és az adományozásra tett javaslat előterjesztésének időpontja között folyamatosan bejelentett állandó lakóhellyel rendelkezik Újpesten. Meghatározó szerepet tölt be a diákközösségben, magatartása és szorgalma példaértékű a diáktársak számára, és legalább két éve folyamatosan részt vesz az iskolai diákközösség szervezésében, munkájában.

A javaslatához valamennyi díj esetében mellékelni kell a tanuló köznevelési intézménye vezetőjének ajánlatát. Az Újpest Kiváló Diáksportolója Díj esetében a javaslatához mellékelni kell továbbá – amennyiben nem ő a javaslattevő – a tanuló sportszervezete vezetőjének (képviselőjének) ajánlását. A javaslatokhoz más ajánlások is csatolhatóak. A javaslatokat az erre rendszeresített adatlapokon a szükséges melléletekkel ellátva egy eredeti példányban személyesen vagy postai úton lehet benyújtani.

Benyújtás határideje: **2016. március 31.**

Benyújtás helye: Budapest Főváros IV. ker. Újpest Önkormányzat, Polgármesteri Hivatal, Ifjúsági, Sport, Művelődési és Oktatási Osztály (1042 Budapest, István út 14. I. 37.)

A benyújtás módjáról részletes információt az ujpest.hu-n kaphatnak.



FIGYELEM!

Elszállítják a forgalomból kivont járműveket!

A forgalomból kivont, lejárt műszaki érvényességű, vagy forgalmi rendszámmal nem rendelkező járműveket a közterület-felügyelet elszállíttatja. A hatályos fővárosi és helyi rendeletek alapján ugyanis főútvonalon egyáltalán nem, mellékútvonalon érvényes közterület-használati hozzájárulás nélkül legfeljebb 15 napig tárolhatók ezek a járművek – figyelmeztet a közterület-felügyelet.

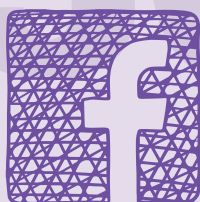
Az intézkedés célja, hogy a hatályos önkormányzati rendelettel és a társadalmi igényekkel összhangban hatékonyan tisztítsák meg az üzemképtelen és/vagy forgalomképtelen roncs gépjárművektől az utcáinkat. Sajnos előfordul, hogy az üzemképtelen gépkocsit tárolónak használják, de előfordult, hogy használaton kívüli lakókocsiba beköltöztek. A járművek elszállítását követően számos parkolóhely felszabadul a szabályosan parkolóknak számára.

Az önkormányzat felhívja az újpestiek figyelmét arra, hogy a tizenöt napnál régebben vesztegelő gépjárművek üzemmentartóival szemben az Újpesti Közterület-felügyelet közigazgatási eljárást indít, és amennyiben még ezt követően is közterületen marad a jármű, a tulajdonos költségére el is szállítatják azokat. Az elszállítás díja személygépkocsi vagy pótkocsija, továbbá motorkerékpár és pótkocsija, valamint segédmotoros kerékpár esetén 17 250 Ft. A közúti közlekedés szabályairól szóló rendeletben meghatározott, előbbieken nem említett gépjármű, vontató, lassú jármű vagy ezek pótkocsija esetén az előbbi költség háromszorosa, a jármű tárolásának díja pedig napi 1200 Ft.

A régóta veszteglő, esetleg rendszám nélküli járműveket a 231-3250 vagy a 06/70 452 05 90-es ügyfélszolgálati telefonszámokon, illetve írásban a kozterulet@ujpest.hu email címen lehet bejelenteni. MOA

Harmincezer

2010 novemberében hivatalos Facebook-oldala lett Újpestnek, 2012-ben idővonalra váltott. Virtuális sétánk ezt a fejlődést mutatta be két héttel ezelőtt. Események, fényképek, hírek, sztorik, bejegyzések, posztok, üzenetek, kapcsolatok, barátságok. Egyre csak nőttek. Mostanra 29 ezer látogatója van az oldalnak. Majdnem 30 ezer embert érnek el az újpesti hírek napi szinten.



2015 elején a szerkesztők úgy tervezték, az év végére az Újpest-Káposztásmegyer Facebook-oldal követőinek száma meghaladja a 28 ezres létszámot. A kitűzött cél sikerült, december végén már csak pár lájkoló hiányzott a 29 ezerhez. A dinamikus növekedés is jelzi, hogy a Facebook-oldal továbbra is a legfontosabb és legkedveltebb forrása Újpesten az aktuális kerületi híreknek és a kulturális eseményekről szóló tudósításoknak.

Már nagyon közel vagyunk a 30 ezerhez! Újpesté a legnépszerűbb közösségi oldal a fővárosban! Nyomjon egy lájkot Ön is, ha még nem tette meg! Újpest-Káposztásmegyer, lájkl! VG + BS



EGY KÉP, EGY MONDAT
Az Újpest-Központban régóta üresen álló, balesetveszélyes, aládúcolt épület bontása zajlik.



MEGEMLÉKEZÉS

Pusztító ideológia

A kommunizmus áldozataira emlékezett és emlékeztetett Újpest Önkormányzata február 25-én a Mártírok utca 58-as számú ház falán elhelyezett emléktáblánál. A városvezetés nem feledkezett el a Tanácsköztársaság kilenc újpesti áldozatáról sem, akiknek a Deák Ferenc utca 23-as számú ház falán található az emléktáblája.

Ezúttal dr. Törő Csaba docens, a Károli Gáspár Református Egyetem Állam és Jogtudományi Karának dékánja mondott beszédet. Mint mondta, a kommunizmus a világon mindenütt jelen volt és van, ez több mint eszme. Ideológia, egy olyan program, amit ténylegesen meg is valósítottak.

– Több változata létezett, ám mindenhol nyomort hagyott maga után, ahol valaha egyszer megjelent. A legrosszabb, hogy agresszióval is pá-

rosult, ám bármily elnyomónak is tűnt, néhány évtized után majdnem mindenhol összeomlott, a térségünkben pedig feladni kényszerült addigi formáját – fogalmazott a dékán.

Hozzátette, a kommunizmus után maradt súlyos sebek emlékek, leccék, addig, amíg emlékszünk rájuk. A kilábalás ebből a traumából több generáció múlva történik csak meg, épp ezért fontos, hogy az utódgenerációk ne csupán a történelemkönyvekből ismerjék meg a múltat.

A kommunizmus eszméjét egyébként hűen példázza Illyés Gyula: *Egy mondat a zsarnokságról* című műve, amelynek részletét Szinovál Gyula színművész, a Szép Ernő Színház vezetője adta elő.

A megemlékezés a koszorúzással zárult. Az önkormányzat nevében Wintermantel Zsolt polgármester, dr. Tahon Róbert jegyző és dr. Törő Csaba dékán helyezte el a kegyelet virágait. Utánuk több önkormányzati képviselő is koszorúzott. Kép és szöveg: M. Orbán András

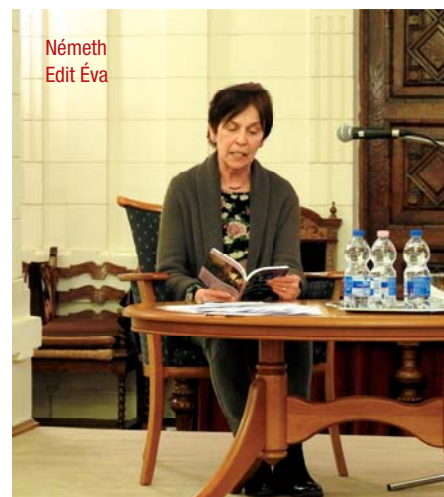
KOSZORÚZÁS A DEÁK FERENC UTCÁBAN IS

A Tanácsköztársaság kilenc újpesti áldozatáról sem feledkeztek meg. Nevüket Krizsik Alfonz színművész olvasta fel a Deák Ferenc utca 23-as számú háza előtt, ahol emléktáblájuk található. A polgármester itt is koszorút helyezett el.



FOTÓ: MOA

Görgényi Adél erdélyi származású újpesti irodalombarát és Renge Zsolt önkormányzati képviselő Wass Albert-művekből olvasnak fel



Németh Edit Éva

„Vannak emberek, akiknek az arcához hozzátartozik a nevetés”

Kilencedik alkalommal rendeztek kortárs költők verseiből határon túlra nyúló, több mint egy-napos felolvasást „25 órás Wass Albert felolvasó maraton a Kárpát-medencében és azon is túl” címmel. A kezdeményezéshez idén hatvannyolc helyszín, köztük Újpest is csatlakozott.

Wintermantel Zsolt polgármester felajánlásának köszönhetően a Városháza dísztermében tartották a felolvasást. Az irodalom népszerűsítéséhez, megismertetéséhez három önkormányzati képviselő, Németh Edit Éva, Renge Zsolt és Ozsváth Kálmán is csatlakozott. Az idei program 68 helyszínen zajlott. Az est – egy időben a kárpátaljai és erdélyi helyszínekkel – a magyar és a székely Himnusszal kezdődött.



Kötelező a tűzvédelmi előírás

Március végéig kell tűzvédelmi szabályzatot kifüggeszteniük azoknak a társasházaknak, amelyek ezt eddig nem tették meg. A határidő azért lett fontos, mert a hatályos szabályzatba ismét visszakerült a társasházakra vonatkozó előírás. A katasztrófavédelem bejelentés alapján, illetve rutinból is végez ellenőrzést.

– A március végi határidőnek azért van jelentősége, mert a hatályos tűzvédelmi szabályzatba ismét visszakerült a társasházakra vonatkozó előírás – emlékeztetett Peredi Krisztián tűzoltó alezredes, az Észak-pesti Katasztrófavédelmi Kirendeltség Hatósági Osztályvezetője.

Hozzátette, a katasztrófavédelem bejelentések és rutinszerű alkalmak során is végez ellenőrzést, egyes épülettípusoknál jobban kell számítani időszakos ellenőrzésekre. A tűz



emelelnél magasabbakat legalább két évente szemlézik, de a panelházakat is megnézhetik.

– Bejelentések esetében elsősorban a jelzett szabálytalanságot vagy hiányosságot nézik, de ha ezen felül észlelnek még valamit, azt is rögzítik. Amennyiben kiszabnak bírságot, azt társasházanként teszik – fűzte hozzá.

A balesetvédelem egyik fontos lényegi eleme a menekülő útvonalak biztosítása. Peredi Krisztiántól megtudtuk, az 1,2 méteres minimális folyósószélesség tekinthető az egységesen előírt minimumnak, amit minden esetben szabadon kell hagyni.

– A fennmaradó területen a mentést nem akadályozó, nem éghető tárgyakat el lehet ugyan helyezni. Tárolásra szolgáló fémszekrényeket viszont már nem – figyelmeztet Peredi Krisztián. Leggyakrabban zöldnövényt vagy kerékpárt hagynak a folyósókon, ezekre – ha a mentéshez rendelkezésre áll az előírt minimum szélesség, van is lehetőség.

M. ORBÁN ANDRÁS

MIT KELL TARTALMAZNIA?

Ahogy azt már egy korábbi cikkünkben írtuk, a szabályozásnak tartalmaznia kell a lakók tűzvédelmi szempontú kötelezettségeit. Ezeket az országos előírások alapján a közös képviselőnek, a lakószövetkezetnek vagy a tulajdonosnak kell kidolgoznia és közzétennie. A szabályozás kitér többek között a menekülő útvonalakra, a menekülés módszertanára (pl. tűz esetén a lift nem használható), riasztásra és a tűzoltóság értesítésére is.

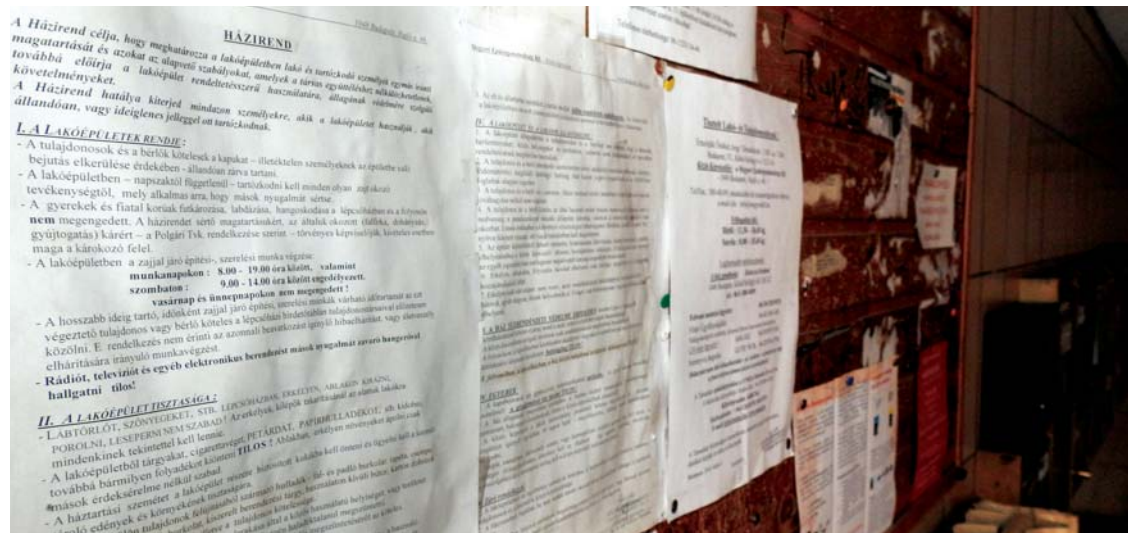
NEM MINDIG KELL ÚJ SZABÁLYZAT

A társasházaknak sok esetben nem is kell új szabályzatot alkotniuk, elegendő a meglévőt kiegészíteni, aktualizálni.

KIFÜGGESZTETT ÉS SAJÁT PÉLDÁNY

A több mint három ezer lakást tömörítő Berda József Lakásfenntartó Szövetkezet lakásonként saját példányt is kiadott a házirendből. Ha valakinek időközben elvész, vagy új lakó érkezik, kérhet újat a szövetkezetől.

Ezzel együtt sajnos nem mindig bizonyul elegendőnek a gondosság, ugyanis a házakban kifüggesztett aktuális hirdetményeket bármikor leszedheti egy-egy lakó. A házirend egyébként az általunk felkeresett berdás lépcsőházakban mindenütt megtalálható volt, sőt, a legtöbb helyen a többi hirdetménytől külön helyezték el és üveglap védi.





Tisztelet és tolerancia a tatamin



Nagy sikerrel rendezték meg a Megyeri úti Horváth István judocsarnokban az UTE Kai Sei Karate Kupát. A versenyre elsősorban a kezdő és az utánpótlás korú karatékákat várták, akik több százan el is fogadták a meghívást. A legapróbbak, a tizenévesek és az idősebbek is megmutatták, mit tanultak meg a klubedzéseken.

A versenyen a legnagyobb sikert a parasportolók, a kerekese székese karatésok bemutatója aratta. Gyakorlataikkal (kata) és küzdelmeikkel (kumite) bizonyították, hatalmas értéket képviselnek. Tőlük csak elszántságot, kitartást és önbecsülést tanulhat minden sportoló. GG



Rendhagyó énekóra

„Hej, Jancsika, Jancsika, mért nem nőttél nagyobbra, Dunáról fúj a szél.” Rendhagyó énekórán énekeltek együtt a Pécsi Sebestyén Ének-Zenei Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola diákjai és tanárai.

Az egész országot átfogó kezdeményezés érkezett Újpestre február 29-én. A Pécsi sulis valamennyi diákja a tornateremben gyűlt össze, ahol a Muzsikás együttes már várta őket.

– Több mint tíz éve, 2005 óta járjuk az országot és rendhagyó énekóra keretében szórakoztatjuk, játszva tanítjuk fiatal közönségünket – meséli Sipos Mihály, a zenekar vezetője. – Kezdetben csak budapesti iskolákba mentünk, de a program sikerének köszönhetően csatlakozhattunk a MOL Tehetségprogramjához. A cég támogatásával már országsszerte koncertezünk, eddig több mint négyszáz iskolában voltunk. D. V.



DIÁKOK ÍRTÁK

Károlyi Fesztivál 2016. február 27.

A Károlyi Fesztiválra minden osztály nagyon lelkesen készült. Rengeteget próbáltunk, és ennek meg is lett az eredménye. A mi osztályunk üveges és botos táncot adott elő. A címe Húshagyó bál volt. Az első próbákon elég nehéz volt az üvegekkel és a botokkal táncolni. Az előadáson viszont már mindenki ügyesen szerepelt.

Hirtling Lilla 4. c

Eleinte szerintem mindenkiben benne volt a természetes izgalom, ahogy bennem is. De minden egyes szereplő nagyon jó volt. Mindenki figyelt a szövegére, mozgására. Szinte biztos vagyok benne, hogy otthon mindenkit megdicsértek. Én a nagymamától egy gyönyörű virágcsokrot kaptam, anyuékól egy cukorkát. Azt a napot nagyon élveztem!

Nagy Réka 4. c

Nagyon izgalmas volt a készülődés. Majdnem minden nap próbáltunk. Szerintem megérte az erőfeszítés és a fáradozás. Most is nagyon jó

volt, mint minden évben. Szeretem a Fesztivált, mert megmutathatjuk, hogy hogyan tudunk színészkedni, táncolni és énekelni. Nagyon jó érzés volt, hogy ami humoros volt, azon az emberek nevettek. Nagyon örültünk, hogy idén is óriási tapsot kaptunk.

Rácz Lujza 4. c

A Fesztiválra nagy lelkesedéssel készültünk. A lányokkal üveges táncot gyakoroltunk. Az üveggel az elején nem volt könnyű táncolni, de sokat gyakoroltuk így a fellépésen már ügyesen tartottuk. Nagyon vártam, hogy színpadra léphessünk. Igen jól éreztem magam, mint minden fesztiválon.

Szabady Zsófia 4. c

Nagyon szeretem a Károlyi Fesztiválokat, ugyanis jól érzem magam a színpadon. Jó érzés, ha a szüleim és az osztályfőnököm, Hajni néni megdicsérnek. Boldog vagyok, ha nekünk tapsolnak a legtöbbit. Ilyenkor azt gondolom, de jó, hogy felléptem!

Harmati Anna Janka 4. c



Buzgón készültünk a Fesztiválra és ez szerintem meghozta a gyümölcsét. Öröm volt látni, hogy próbákon is és a színpadon is az osztályból nagyon sokan lelkesen táncoltak. Jó érzés volt a színpadon lenni, és nagyon sok az osztályban a tehetséges gyerek.

Simon Bertalan 4. c

Fesztiváli bonyodalmak: amikor az osztállyal elkezdtünk a Fesztiválra készülni, azt hittem, hogy oly egyszerű lesz. Hát nem! Mikor a színpadra léptünk, mindenki sok sikert kívánt a másoknak. Jó érzés volt újra az osztállyal színpadon lenni. Nagyon vártam, hogy a ritmusos taps a nézőtérről újra hallatszódjon. Örülök, hogy ilyen jól sikerült, és annak is örülök, hogy minden embernek tetszett.

Sebők Zsófia 4. c

Nagy izgalommal vártuk, hogy színpadra léphessünk. Aztán ott álltunk a függöny mögött. Megszólt a bemondó. Izgalmunk tovább fokozódott. Amikor kiderült, hogy nincs kábel a gitárhoz, nehezen, de megpróbáltunk nyugodtak maradni. Miután a probléma megoldottnak látszott, szétnyílt a függöny. Pato pengetni kezdte a gitárját, mi pedig ringatózva énekeltek a Rio, Rio című népdalt.

4. a osztály

HÉTVÉGI MATINÉ GYEREKEKNEK

Az ÚJPEST SZÍNHÁZ műsorán

a Noir Színház előadásában:

HAMUPIPŐKE

MESEJÁTÉK

Rendező: Iványi Árpád

2016.03.26. 15:30h

Újpest Színház, Nagyszínpad

Az előadás nem bérletes.

Jegyár:
1-9. sor: 1800 Ft
10-15. sor: 1500 Ft
16-19. sor: 1200 Ft

Jegyértékesítés:
jegy.ujkk.hu
illetve a helyszínen

Újpesti Kulturális Központ Nonprofit Kft. - Ady Endre Művelődési Ház
1043 Budapest, Tavasz utca 4. ☎ 1-231-6000
ujkk.hu • facebook.com/ujpestszinhaz • ady.info@ujkk.hu

Az ÚJPEST SZÍNHÁZ műsorán

TAVASZI BÉRLET II. ELŐADÁS

a Sziget Színház előadásában:

Petőfi Sándor - Kacsóh Pongrác:

JÁNOS VITÉZ

zenés játék

Rendező: Pintér Tibor

03.12. 19 óra

Újpest Színház, Nagyszínpad

Jegyértékesítés:
jegy.ujkk.hu
illetve a helyszínen

Újpesti Kulturális Központ Nonprofit Kft. - Ady Endre Művelődési Ház
1043 Budapest, Tavasz utca 4. ☎ 1-231-6000
ujkk.hu • facebook.com/ujpestszinhaz • ady.info@ujkk.hu

ÚJPESTI PROGRAMAJÁNLÓ



ujpest.hu



c/uktv4



ujpest.kaposztasmegyey

Találkozunk többször!

2016. március



Újpest

Önkormányzata

Túra, Országjárás

19., szombat

Bagoly Klub – Túra a környező hegyekbe.

6 éves kortól ajánlott. A részvétel ingyenes.

Bővebb információ: +36 1 696-1642

Megyeri Klub

Klubok, Hobby

3., szerda

15.00: „Újpest lámpásai” – a Vakok és Gyengéltelek Közép-Magyarországi Regionális Egyesületének Újpesti Szervezete.

Ady Endre Művelődési Ház

16., szerda

15.00: Mozgáskorlátozottak Újpesti Klubja

Ady Endre Művelődési Ház

Kismamák

1., 8., 22. és 29., kedd

9.30: Babajátzó – látékos délelőtti babáknak és mamáknak. 6 hónapos kortól 3 éves korig ajánlott. A belépés díjtalan.

Ifjúsági Ház

2. és 16., szerda

10.30: Babahordozó Klub – Várnak mindenki, aki hordozó vagy megismerkedne a hordozással.

Aki kívánsi mások tapasztalataira, élményeire és megosztására sajátját. 3 hónapos kor feletti gyermekekkel ajánlott. A belépés díjtalan.

Lóverseny téri Közösségi Ház

4. és 18., péntek

11.00: Hangita utcai védőnők Baba-mama Klub. Interaktív előadások, tematikus beszélgetések. 6 hónapos kortól 3 éves korig ajánlott. A belépés díjtalan.

Megyeri Klub

8., kedd

10.00: Szeptatási tanácsadás – Az édesanyák csoportos beszélgetései keretében szoptatási szakmácskádoknak tehettek fel kérdéseiket.

A belépés díjtalan.

Lóverseny téri Közösségi Ház

Minden hétköznap

10.00: Hancurka Baba-mama Klub – Barátságos környezet, közös játékok, színes programok.

6 hónapos kortól 3 éves korig ajánlott.

Tagdíj: 1500 Ft/félév.

Lóverseny téri Közösségi Ház

Minden hétfő

18.30: Kismamajoga a terhesség 13. hetétől a szülésig. Belépő: 1300 Ft

Lóverseny téri Közösségi Ház

MEGEMLEKÉZÉS

— Emlékezzünk együtt! —

MÁRCIUS 11. PÉNTEK 9.00

Megemlékezés Lebstücker Mária huszár főhadnagy sírjánál a Megyeri temetőben.

MÁRCIUS 15. KEDD 11.00

Az 1848–1849-es forradalom és szabadságharc hőseinek tiszteletére koszorúzással egybekötött megemlékezés.

Helyszín: Petőfi szobor, Deák Ferenc és Rózsa utca kereszteződése.

Újpest Önkormányzata hívja és várja a kerület polgárait!

ÚJPEST SZÍNHÁZ

a Sziget Színház bemutatja:

Petőfi Sándor – Kassák Pongrácz:

JÁNOS VITÉZ

zenés játék

Rendező: Pintér Tibor

03.12. 19 óra

Újpest Színház, Nagyszínpad

TAVASZI BÉRLET
II. ELŐADÁS



Jegyek
1-9. sor: 2200 Ft
10-15. sor: 1900 Ft
16-19. sor: 1600 Ft



Újpesti Kulturális Központ Nonprofit Kft. - Ady Endre Művelődési Ház
1043 Budapest, Tavasz utca 4. ☎ +1-231-6000
ujkk.hu • facebook.com/ujpestszinhaz • ady.info@ujkk.hu

Táncprogramok

11., péntek

20.00: Felelőtánc. Zene: Rójos zenekar

18 éves kortól ajánlott. Belépő: 700 Ft

Ady Endre Művelődési Ház

13., vasárnap

10.00: Gyermektánc. Húsvétváró

tojtászsítés. 3 éves kortól ajánlott.

Belépő: 700 Ft

Ady Endre Művelődési Ház

Minden hétfő

17.30: Street Dance Cardio – Disco és hip-hop

stílusú, táncos alakformáló és zsírégető tánc.

14 éves kortól ajánlott. Belépő: 1500 Ft

Lóverseny téri Közösségi Ház

19.00: Hagymányos hástánc és bellyfit

(hástánc és a fitness ötvözet). Belépő: 1200 Ft

16 éves kortól ajánlott. Belépő: 1200 Ft

Megyeri Klub

Minden hétfő és szerda

Családi programok

12., szombat

10.00: Macskanap – A Macskavilág

Alapítványjal és a ColorPlayvel egy nap a

macskák világában! Előadásokkal,

felelősközel, kézműves-foglalkozással és

örökbe fogadható cicákkal várunk minden

érdeklődőt. Belépő: gyerekek,

nyugdíjasok 350 Ft, felnőttek 450 Ft, családoknak

(4 fővel) 300 Ft/fő.

Ifjúsági Ház

19., szombat

10.00: Családi játszó – Húsvétvárás: húsvéti

figyelő, táncos alakformáló és zsírégető tánc.

foglalkozás, játékok és bábozás. Belépő:

gyerekek 300 Ft, felnőttek 350 Ft, családoknak

(4 fő) 300 Ft/fő, 1 éves kor alatt ingyenes

Ifjúsági Ház

26., szombat

15.30: Hétfégi matiné gyerekeknek.

Ifjúság

1., kedd

10.30: Zeneidő – MAV Szimfonikus Zenekar

Ismeretterjesztő ifjúsági hangversenysorozat.

Saint-Saëns: Az állatok farsangja

Belépő: 1000 Ft

Ady Endre Művelődési Ház

7., hétfő

14.00: Filharmonia Magyarország.

Amerikából jöttünk, közreműködik a Budapest

Ragtime Band. Belépő: 1000 Ft

Ady Endre Művelődési Ház

17., csütörtök

14.00: Dialektklub: A mesék világában.

6-10 éves korig ajánlott. Belépő: 300 Ft

Ady Endre Művelődési Ház

22., kedd

10.00: Virágvilág vetélkedő

Általános iskolás diákok és újpesti családok

részvételére. Belépés: ingyenes.

PIAC

ÚJPESTI

PIAC

a Szent István téren!

MINDEN SZOMBATON ÉS VASÁRNAP

TARZAN Park

SZEZONNYITÓ HÉTVEGE!

2016. március 12–15.

10.00–17.00

március 19–20.
10.00–17.00

március 24–31.
10.00–17.00

Egészségmegőrzés

Minden hétfő
18.30: **Hatha jóga** – Csökkenti a stresszt; javítja a testtartást, a koncentrációt; erősíti az izmokat; zsirogató, és fogyasztó hatású; javítja a vér- és nyirokeringést; méregtelenít. Kezdőket is várunk. 18 éves kortól ajánlott. Belépő: 1200 Ft
Lóverseny téri Közösségi Ház

Minden kedd
17.30: **Dinamikus gerinctorna** – Ajánlott az ülőmunkát végzőknek és az aktív sportot űzőknek egyaránt. 16 éves kortól ajánlott. Belépő: 1100 Ft
Megyeri Klub

Minden szerda
18.00: **Meridián-torna** – Könnyen elsajátítható, egyszerű, de speciális torna, célja az egészség helyreállítása és megőrzése. 18 éves kortól ajánlott. A belépés díjtalan.
Lóverseny téri Közösségi Ház

Minden szerda
18.00: **Tibeti hangtál-meditáció** – Migrénés fejfájás, izületi panaszok csillapítása, lazítás tibeti hangtálak segítségével.
18 éves kortól ajánlott. Belépő: 1400 Ft
Lóverseny téri Közösségi Ház

Minden csütörtök és péntek
18.15 (csütörtök), 9.00 (péntek)
Himalájai jóga – Fizikai és szellemi erőnlét növelése, izületi rugalmasságba tétel, koncentrációs képességek javítása.
18 éves kortól ajánlott. Belépő: 1600 Ft
Megyeri Klub

Vigyazzon egészségére!
Hatvan felett
1. és 22., kedd
16.00: **Káposztásmegyeri Nyugdíjas Klub.** Házon kívüli programok (pl. színház, moz). A belépés díjtalan.
Lóverseny téri Közösségi Ház

7. és 21., hétfő
10.00: **Nyugdíjas Ifjak Klubja** – 16 társaság, közösségi élmény, tapasztalatcsere, játékok, beszélgetés, kulturális élmények.
A belépés díjtalan.
Megyeri Klub

Minden hétfő
15.00: **Újpesti Nyugdíjasklub** – Hatvanon túl aktívan, azaz, a második tavasz!
Tagosági díj: 4500 Ft/félfév
Polgár Centrum

Minden csütörtök
8.30: **Nyugdíjas torna** – Alapos átmozgatás szempontúaknak. A belépés díjtalan.
Megyeri Klub

Sport

Minden hétfő és szerda
16.45 (óvodás), 17.30 (gyerekek), 18.30 (felniőt). **Aikido** – Különleges japán harcművészet. Belépő: 7000 Ft/hó.
Lóverseny téri Közösségi Ház

MERKŐZESEK
Labdarugás
5. szombat
15.30: **MTK Budapest – Újpest FC**
Illusztry Rudolf Stadion

9. szerda
18.00: **Haladás – Újpest FC**
Rohonczi úti stadion

12. szombat
15.30: **Újpest FC – Óbogyói VTK**
Szusza Ferenc Stadion

19. szombat
15.30: **Békéscsaba – Újpest FC**
Kórház utcai stadion

30. szerda
18.00: **Újpest FC – Pusztás Akadémia**
Szusza Ferenc Stadion

Röplabda
5., szombat
17.00: **UTE nők – TESE nők**
Tungsram SC

Zenés programok

1., kedd
15.00: **Újpesti Magyarád és Zenebarát**
Társaskör – Népdalok, táncdalok, szonettek, nóták és versek kedvelőinek. 50 éves kortól ajánlott. Tagosági díj: 1500 Ft/félfév
Ady Endre Művelődési Ház

4., péntek
18.00: **Örménye** – Fellép a Miskolci Bluegrass Band Family. A belépés díjtalan.
Ifjúsági Ház

13., vasárnap
15.00: **„Adj Uram Isten derűsebb jövőt!”**
Ünnepi nótaműsor. Belépő: 1200 Ft
Ady Endre Művelődési Ház

13., 20 és 27., vasárnap
17.00: **Hévígyi randevű** – Zenés, táncos estek, a 60-as, 70-es és 80-as évek slágereivel.
Zene: Silver zenekar és Anonymus Retro Band
50 éves kortól ajánlott. Belépő: 800 Ft
Ifjúsági Ház

24., csütörtök
18.00: **A várdzsló lánya: Mészáros Anita**
Mesés pantomim előadás felolvasással.
Csi Du Chat Barát Társaság szervezésében.
A belépés ingyenes. Előzetes regisztráció: +36 20/588-3004, criduchat@freemail.hu
Ady Endre Művelődési Ház

Oktatás

Minden hétfő
17.00: **Kerámia tanfolyam** felnőtteknek. 14 éves kortól ajánlott. Belépő: 2200 Ft
Ady Endre Művelődési Ház

16.00 és 18.30: **Robotika-tanfolyam.**
A programozás alapjainak elsajátítása.
9-14 éves korig ajánlott. Belépő: 1800 Ft
Megyeri Klub

Minden kedd és péntek
14.00: **Ovisul** – Iskola-előkészítő óvodásoknak és játékos óvós torna. 5-8 éves korig ajánlott. Belépő: 28 000 Ft/hó
Lóverseny téri Közösségi Ház

Minden szerda
16.30: **Kerámia tanfolyam** gyerekeknek. A hagyományos fazekasság alapjainak és a modern művészi technikáknak elsajátítása.
6 éves kortól ajánlott. Belépő: 1100 Ft
Ady Endre Művelődési Ház

Minden csütörtök
15.00: **Felnőttképzési Tanfolyamozó Szolgálat.**
Elhelyezkedési, pályaválasztási, tanulási nehézséggel küzdőknek segítségére a megfélemlítő tanácsadói helyettesítésében. Önálló információkeresés és személyes konzultáció csütörtökönként 15 és 19 óra között.
A belépés díjtalan.
Ady Endre Művelődési Ház

15.00: **Hevens Imre Gitanull** – Gitanoktatás újjagondolva. 8-18 éves korig ajánlott. Belépő: 1800 Ft
Lóverseny téri Közösségi Ház

16.00: **Alapfokú viseletvarró-tanfolyam**
felnőtteknek – Megismerkedhetünk a népi szabás és díszítés alapjaival: népi öltösművek mintaként, ingvállal és szoknya készítése. 20 éves kortól ajánlott.
Belépő: 1500 Ft+anyagköltség
Megyeri Klub

Minden péntek
16.00: **„Sznjárszról kicsit másképp”**
Az Óze Lajos Művészeti Iskola drámajáték és színhátszínház kommunikációs képzése. 14-28 éves korig ajánlott.
Belépő: 5000 Ft/A alkalom
Ady Endre Művelődési Ház

Minden szombat
9.00, 9.30 és 10.30: **„Sznjárszról kicsit másképp”** – Az Óze Lajos Művészeti Iskola drámajáték és színhátszínház kommunikációs képzése. 6-14 éves korig ajánlott.
Belépő: 5000 Ft/A alkalom
Ady Endre Művelődési Ház

Galériák, Kiállítások

3., csütörtök
Lego város és vasúti modell-kiállítás.
5-10 éves korig ajánlott. Belépő: 1200 Ft
Megyeri Klub

4., péntek
18.00: **Ghyczy György festménykiállítás.**
Megtekinthető: március 4. – április 8.
H-P: 9.00-18.00. A belépés díjtalan.
Ifjúsági Ház – Új Galéria

7., hétfő
17.00: **Hajrá, Olimpiai** – Gyermekrajz-kiállítás megnyitása és díjazás ünnepsége.
Megtekinthető: március 7. – április 15.
H-P: 9.00-18.00. A belépés díjtalan.
Ifjúsági Ház – Új Galéria

10., csütörtök
18.00: **Colosseum csoport kiállítása.**
A dunakanyari művészek modern, kortárs alkotásait mutatnak be. Kiállító művészek: Kubó Éva, Stotfried Zsófia, Magyar Miklós, Tusson-Berczeli Péter, Vincze József.
Megtekinthető: március 10. – április 2.
H-SZ: 10.00-18.00. A belépés díjtalan.
Polgár Centrum - Újpest Galéria

11., péntek
18.00: **Számító Deszka festő- és grafikuművész kiállítása** – korunk nagyvárosi emberének életérzését jeleníti meg a tuszajától az olajfestményig. Megtekinthető: március 11 – április 2. H-SZ: 10.00-18.00. A belépés díjtalan.
Polgár Centrum – Újpest Galéria

ADY ENDE MŰVELŐDÉSI HÁZ

1042 Budapest, Tavasz u. 4.
Telefon: 06-1 231-6000

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

IFJÚSÁGI HÁZ

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

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

IFJÚSÁGI HÁZ

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

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

ADY ENDE MŰVELŐDÉSI HÁZ

1043 Budapest, Tavasz u. 4.
Telefon: 06-1 231-6000

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

IFJÚSÁGI HÁZ

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

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

ADY ENDE MŰVELŐDÉSI HÁZ

1043 Budapest, Tavasz u. 4.
Telefon: 06-1 231-6000

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

IFJÚSÁGI HÁZ

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

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

ADY ENDE MŰVELŐDÉSI HÁZ

1043 Budapest, Tavasz u. 4.
Telefon: 06-1 231-6000

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

IFJÚSÁGI HÁZ

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

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

ADY ENDE MŰVELŐDÉSI HÁZ

1043 Budapest, Tavasz u. 4.
Telefon: 06-1 231-6000

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

IFJÚSÁGI HÁZ

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

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

ADY ENDE MŰVELŐDÉSI HÁZ

1043 Budapest, Tavasz u. 4.
Telefon: 06-1 231-6000

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

IFJÚSÁGI HÁZ

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

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

ADY ENDE MŰVELŐDÉSI HÁZ

1043 Budapest, Tavasz u. 4.
Telefon: 06-1 231-6000

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

IFJÚSÁGI HÁZ

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

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

ADY ENDE MŰVELŐDÉSI HÁZ

1043 Budapest, Tavasz u. 4.
Telefon: 06-1 231-6000

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

IFJÚSÁGI HÁZ

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

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

ADY ENDE MŰVELŐDÉSI HÁZ

1043 Budapest, Tavasz u. 4.
Telefon: 06-1 231-6000

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

IFJÚSÁGI HÁZ

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

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

ADY ENDE MŰVELŐDÉSI HÁZ

1043 Budapest, Tavasz u. 4.
Telefon: 06-1 231-6000

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

IFJÚSÁGI HÁZ

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

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

ADY ENDE MŰVELŐDÉSI HÁZ

1043 Budapest, Tavasz u. 4.
Telefon: 06-1 231-6000

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

IFJÚSÁGI HÁZ

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

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

ADY ENDE MŰVELŐDÉSI HÁZ

1043 Budapest, Tavasz u. 4.
Telefon: 06-1 231-6000

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

IFJÚSÁGI HÁZ

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

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

ADY ENDE MŰVELŐDÉSI HÁZ

1043 Budapest, Tavasz u. 4.
Telefon: 06-1 231-6000

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

IFJÚSÁGI HÁZ

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

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

ADY ENDE MŰVELŐDÉSI HÁZ

1043 Budapest, Tavasz u. 4.
Telefon: 06-1 231-6000

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

IFJÚSÁGI HÁZ

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

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

ADY ENDE MŰVELŐDÉSI HÁZ

1043 Budapest, Tavasz u. 4.
Telefon: 06-1 231-6000

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

IFJÚSÁGI HÁZ

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

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

ADY ENDE MŰVELŐDÉSI HÁZ

1043 Budapest, Tavasz u. 4.
Telefon: 06-1 231-6000

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

IFJÚSÁGI HÁZ

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

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

ADY ENDE MŰVELŐDÉSI HÁZ

1043 Budapest, Tavasz u. 4.
Telefon: 06-1 231-6000

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

IFJÚSÁGI HÁZ

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

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

ADY ENDE MŰVELŐDÉSI HÁZ

1043 Budapest, Tavasz u. 4.
Telefon: 06-1 231-6000

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

IFJÚSÁGI HÁZ

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

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

ADY ENDE MŰVELŐDÉSI HÁZ

1043 Budapest, Tavasz u. 4.
Telefon: 06-1 231-6000

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

IFJÚSÁGI HÁZ

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

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

Indiai ízek

Az indiai konyha jellegzetességét a különleges alapanyagok és fűszerek adják.

A leggyakrabban használt **alapanyagok** a ghí (tisztított, szűrt vaj), csicscriborsó, liszt, kukoricaliszt, barna liszt, hegyes erős paprika. Sokféle zöldséget, gyümölcsöt használnak és egyszerre sokfélét. Az ételekben sokszor együtt van a gyümölcs és a zöldség.

A jellegzetes ízeket a **fűszerek** adják, amit általában serpenyőben megpirítanak, és utána porrá törlik. Ezek: a kurkuma, a gyömbér, a sáfrány, a kömény, a római kömény, az ánizs, a csípős piros paprika, a fekete bors, a koriander, a lepkeszegmag.

Használnak **magokat**: mandula, mogyoró, diófélék. Ezeket is megpirítják.

Zöldfűszerek: petrezselyemlevél, zellerlevél, korianderlevél, fehérreteklevél.

Jellemző az erős, sós és édes ízek együttes alkalmazása úgy a főzött, mint a sült ételknél egyaránt.

Sok **paratát** (lepényféle) készítenek különféle fűszerekkel vagy burgonyával, az alapanyag mindig liszt, ghí, joghurt vagy tej.



Ezeket külön kisütik ghíben, vagy palacsinta-sütőben, vagy megtöltik zöldségekkel.

Szopai pillasz: 8 dl liszt, 2 kiskanál feketebors, 3 kiskanál cukor, 2 evőkanál ghí, tej. Dolgozzuk össze a hozzávalókat annyi tejjel, hogy tömör tésztát kapjunk. Letakarjuk, 40 percig állni hagyjuk. Utána 3-4 mm vastagra kinyújtjuk, és rombusz alakúra felvágjuk. Forró, bő ghíben pirosra sütjük.

Kókuszkenyér: 1 dl liszt, 2 dl kókuszreszelék, 3 evőkanál cukor, 1 evőkanál ghí, só, víz. A száraz hozzávalókat összekeverjük, belemorzsoljuk a ghít, és vízzel közepes keménységű tésztát gyúrunk. Kivajazott kenyérfórmába tesszük, és előmelegített, forró sütőben aranybarnára sütjük.

A ghí helyett használhatunk vaját, de olajat semmiképpen sem!

LETTNER ANNAMÁRIA
diétetikus

1000 Ft/fő kedvezmény a hosszú hétvégén a Visegrádi utcai Trófea Grill Étteremben!

2016.03.12. és 15. között minden kedves Vendégünknek, aki ezt a hirdetést bemutatja érkezéskor recepciónkon, **1000Ft/fő kedvezményt adunk ünnepi árunkból!** (5999Ft/fő helyett 4999Ft/fő)

Asztalfoglalás: **06/1 270 0366**

Since 2000
RESTAURANT
ÉTTEREM
TRÓFEA GRILL
XIII. kerület
Visegrádi utca
50/a

A Lehel térnél!

Korlátlan étel-, ital- és koktélfogyasztás fix áron!

www.trofeagrill.net

Az akciók nem összevonhatók!



FILMAJÁNLÓ

A nagy dobás

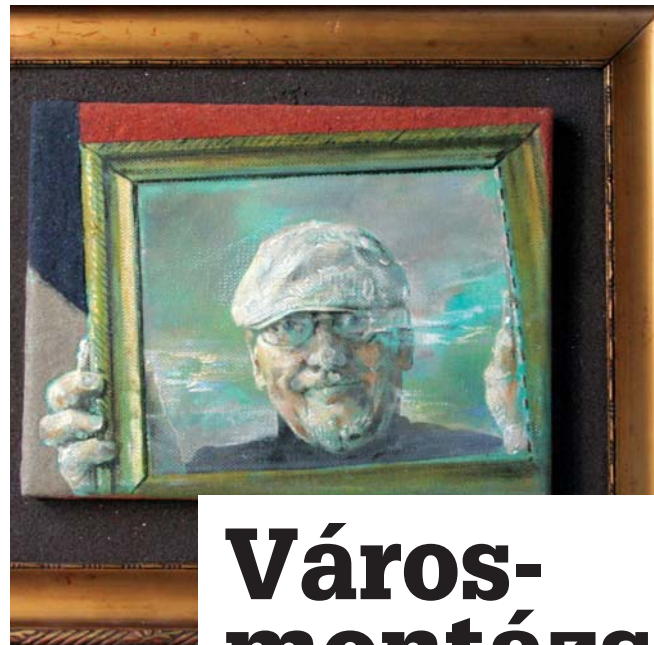
Toxikus kötvény, hedge fund, shortololás – ilyen gyanús és érthetetlen kifejezésekkel találkozva 99%-unk villámgyorsan csatornát vált, lapoz, vagy elbóbiskol. Szégyenkezni persze nincs okunk, hiszen még az érintettek közül sem értik sokan, mit jelentenek ezek a fogalmak. Mesélni azonban muszáj róluk, mert mindannyiunk életét meghatározzák: a 2008-as világgazdasági válság valahonnan innen indult ki.

De hogyan lehet elmagyarázni szórakoztatóan ezeket a már-már követhetetlennek tűnő banki manipulációkat? A korábban vígjátékokban utazó Adam McKay rendező a humor és a satíra mellett döntött, a főbb szerepeket alakító Christian Bale, Brad Pitt, Ryan Gosling vagy Steve Carell jelenléte pedig arra szolgál, hogy a nehéz témától idegenkedő nézőket becsalogassa a moziba.

A nagy dobás azokat a pénzügyi szakembereket mutatja be, akik már évekkel a válság kirobbanása előtt rájöttek, hogy be fog dőlni a rendszer, de ahelyett, hogy figyelmeztették volna a közvéleményt, megpróbáltak nyereszkedni a várható bukáson. A néző ezen a ponton persze már rég elveszítne a fonalat, ha időnként nem szólna ki a filmből egy-egy híresség, hogy a történetet megállítva elmagyarázza a kulcsfogalmakat.

McKay és társai szórakoztatva próbálnak felvilágosítani, és ez a közszolgálati missziójuk egyenesen az Oscar-gáláig röpitette őket, ahonnan végül „csak” a legjobb adaptált forgatókönyv díjával távoztak, de ettől még *A nagy dobás* egyértelműen a tavalyi és az idei év egyik legfontosabb filmje.

BS



Városmontázs

Szántó Dezső képzőművész kiállítása március 11-től április 2-ig tekinthető meg az Újpest Galériában.

Érdeemes elmenni, ugyanis a látvány és az élmény mellett a művész a kiállítás időtartama alatt, minden csütörtökön 16-tól 18 óráig szeretettel várja az érdeklődőket egy kötetlen beszélgetésre, ingyenes tárlatvezetésre.

A *Városmontázs* című kiállítás megnyitója március 11-én, pénteken 18 órakor lesz. Az eseményen közreműködik Csabai János színművész és természetesen a művész maga, az egykor „Kondor Béla emlékéremmel” kitüntetett Szántó Dezső is ott lesz.

V.G.

Újpesti büszkeségünk ismét díjjal tért haza

Vörösváry Márton zongora- és hegedűművész most tért haza a 22. Nemzetközi Fiatal Virtuózok Zongoraversenyéről, melyet Zágrábban rendeztek meg 2016. február 10. és 14 között.

A kétfordulós versenyben egyedüli magyarként az újpesti büszkeség a IV. díjat hozta el. Márton mindkét fordulóban nagy sikert aratott a virtuóz darabokkal. Liszt Ferenc transzcendens etűdjei közül játszotta a Mazeppát és Johannes Brahms-tól a *Variációk egy Paganini témára* című művet.



Márton a versenyen az V. (19-24 éves korosztály) kategóriában indult. A kétfordulós versenyen ebben a kategóriában nyolc országból 12 ifjú zongorista vett részt. Magyarországot az egész megmérettetésen egyedül az újpesti művész képviselte. Az első fordulóban 4 művet játszott. (*Chopin*: c-moll „Ócean” etűd, Liszt: d-moll Mazeppa című transzcendens etűd, *J.S.Bach*: c-moll Prelúdium és Fúga BWV 847, és egy kötelező kortárs horvát zeneszerző, *Bobić*: Carnival etűd No. 5) A döntőben 40 perc terjedelemben *Beethoven* Op. 2. No. 3 C-dúr négytételes szonátáját és *Brahms Variációk egy Paganini témára* című művét adta elő nagy sikerrel. A héttagú nemzetközi zsűri döntése alapján Vörösváry Márton a IV. díjat szerezte meg.



Kortárs kiállítás Miles Davis emlékére

A fáraó tánca címmel nyílik kiállítás Miles Davis emlékére a Polgár Centrum – Újpest Galériájában.

A Colosseum csoport modern kortárs kiállításának megnyitója március 10-én, csütörtökön, 18 órakor kezdődik a Polgár Centrumban. A Békefi András grafikusművész, Kovács Jocó, Kubó Éva, Magyar Miklós és Szotfried Zsófia festőművészek, továbbá Vincze József szobrászművész munkáiból készült kiállítást egészen április 2-ig látogathatják az érdeklődők.

V.G.



Közös siker

Tovább csökkent a bűncselekmények száma Újpesten. A számok egész Budapesten mérséklődtek tavaly. Ez azonban nem csupán a rendőrség munkájának, hanem a társszervekkel való együttműködésnek és a lakosság bizalomnövekedésének is köszönhető.

A mutatók és a lakossági visszajelzések alapján a 2015-ös év eredményesnek tekinthető – mondta lapunknak **Horváth Szabolcs** r. alezredes, Újpest rendőrkapitánya.

EGYÜTTMŰKÖDÉSEN ALAPULÓ SIKER

– 2015-ben stabilabbá vált a közbiztonság az azt megelőző esztendőhöz képest. Noha ennek megteremtése alapvetően rendőri feladat, Újpesten nagy ereje és szerepe van az együttműködésnek. Az önkormányzat anyagi és erkölcsi támogatást nyújt, a két polgárszervezet rendezvények biztosításában és közös járőrszolgálatokban vesz részt. Ugyancsak együttműködünk a közterület-felügyelettel, (egy rendőr – egy közterület-felügyelő járőrpáros), valamint a lakosság is partner a közbiztonság növelésében – sorolja Horváth Szabolcs.

NAGY SEGÍTSÉG A TÉRFIYELŐ

Az önkormányzat által telepített, rendőrségen elhelyezett térfigyelő-rendszernek köszönhetően nem csupán a kamera látóterében észlelt cselekmények elkövetőit kapták el a rendőrök. Az elektronikus figyelőrendszer az utólagos felderítésben is segített már. A térfigyelő-rendszerre külön reagálóegységet állítottak az újpesti egyenruhások: a heti plusz százhusz órában működtetett járőrszolgálat kifejezetten a kamerák által látottaknak jár utána.

SZÁMOKBAN IS MÉRHETŐ

– Újpest számai ebben a formában közös sikernek mondhatók, a környezet is ideális arra, hogy összefogással stabil eredményeket érjünk el – húzta alá Horváth Szabolcs r. alezredes.

Kiemelte, csökkent a vagyoni elleni bűncselekmények száma. Csaknem feleannyi rablás, betörés, járműlopás, illetve -feltörés történt tavaly, mint 2015-ben. Ez egyébként a munkáját kiválóan végző, elhivatott állomány érdeme is, akik differenciált intézkedéseikkel például jól szűrik, kik azok, akik bűnelkövetési szándékkal érkeznek Újpestre.

A csökkenő bűnesetekkel párhuzamosan nőttek a felderítési mutatók, az eredményesség pedig a betörések esetében volt a leglátványosabb: több elkövető került rendőrkézre, mint 2014-ben.

BIZALMON ALAPULÓ LAKOSSÁGI KAPCSOLATOK

Az újpesti rendőrség nagy hangsúlyt fektet a bűnmegelőzésre, valamilyen formában szinte minden újpestihez eljutnak. Lakógyűléseken vesznek részt, nyugdíjasoknak tartanak előadásokat, látogatókat fogadnak, drogprevenciót működtetnek és iskolarendőrként is jelen vannak a város életében. A bizalmat, hitelességet jól mutatja, hogy Papiné Mészáros Melinda r. főtörzsőrmestert Budapest egyik legjobb iskolarendőrének választották – a fővárosban ketten nyerték el ezt a címet. Szintén a kapcsolatépítést, megelőző tevékenységet szolgálja a Házhoz megyünk program, a civil szervezetek közül pedig a Káposztási Családok Egyesületével (KCSE) kiemelkedő az együttműködés. Az egyenruhások fontos jelzéseket kapnak a KCSE-től, ők pedig cserébe tanácsokkal látják el a családokat.

BŰNMEGELŐZÉS UTÁN ÉRTÉKMEGTARTÁS ÉVE

A 2015-ös esztendő meghirdetetten a bűnmegelőzés éve volt, emellett sor került a kapitányság épületének homlokzat-felújítására. Horváth Szabolcs az idei évvel, célokkal kapcsolatban úgy fogalmazott, mindig adóhatnak olyan feladatok, amikor extra teljesítményre van szükség, de a rendőrök felkészültek a feladatra. A tavaly elért eredményeket és az Újpesten oly sokszor megmutatkozott csapatszellemet, együttműködést szeretnék megőrizni. Idén a balesetek számát szeretnék lejjebb szorítani, és tovább bővítenék szolgálati tevékenységüket. Reagálóképességük továbbra is kiváló, ajtjuk pedig idén is éjjelnappal nyitva áll minden újpesti előtt.

Kép és szöveg: M. Orbán András

ÓRIÁS KALANDOS BIZTONSÁGOS

SZEZONNYITÓ HÉTVÉGE!

**2016. március 12-15.
10.00 – 17.00-ig**

MÁRCIUSI NYITVA TARTÁS:
2016. március 19-20. • 10.00 – 17.00-ig
2016. március 24-31. • 10.00 – 17.00-ig

UjpestKártyával
25% KEDVEZMÉNY

1046 Budapest, Tábor utca 26-28.
www.tarzantpark.hu

“Baba - hívogató” a Viola óviban!

Sok szeretettel várunk minden 1^{1/2} - 3 éves korú gyermeket és szüleit havonként megtartandó éneklős, mondókázós, hangszeres baba-mama klubunkba.

- Ha szeretné, hogy gyermeke szakképzett pedagógusok révén ismerkedjen meg a magyar népi játékokkal, mondókákkal,
- ha kérdése van gyermeke fejlődésével kapcsolatban,
- ha szeretné megismerni óvodánk szellemiségét,
- vagy csak szívesen járna közösségbe gyermekével, akkor mi tárt kapukkal várjuk!

Foglalkozások időpontja:
2016 február 11.
2016 március 10.
2016 április 7.

Kérjük, hogy lehetőség szerint jelezzék részvételi szándékukat, hogy mindenki számára biztosíthassunk megfelelő számú eszközt. Jelentkezést megelőző nap 12:00-ig.

Elérhetőségeink:
Cím: 1042 Budapest, Viola u. 11-13
Tel.: 06 1 369 9513
E-mail: info@violaovoda.ujpest.hu

A részvétel ingyenes!

Megálmodták, megtervezték és véghezvitték

Lenyűgöző kitartással hatvan-négy nap alatt áteveztek az Atlanti-óceánon a FarFarAway – Túl az Óperencián vállalkozás kajakosai, Kovácsik Levente és Szabó Norbert Ádám. Már nevük fémjelzi a világ leghosszabb, kajakkal teljesített távját, amelyet mindenféle külső segítség és közbeiktatott megálló nélkül teljesítettek. Vállalkozásukat Újpest Önkormányzata támogatta.

Harmadjára sikerült a nagy álom. A két elszánt kajakos korábban kétszer is nekivágott már az emberpróbáló kihívásnak, de a nem minden igényt kielégítő technika, az apróbb hibák miatt nem jutottak messzire a spanyolországi partoktól. A hajósok cseppet sem tekintik kudarcnak a kezdeti sikertelenséget. Sőt!

– Ma már azt mondom, kellett a két sikertelen próbálkozás, legalább felszínre kerültek a hiányosságok – mondta Kovácsik Levente. – Még szerencse, hogy a partoktól nem messze kellett feladnunk, hiszen rossz belegondolni, mi is történhetett volna velünk az óceán kellős

közepén. Sokat tanultunk az esetekből, s a tapasztalatokat fel tudtuk használni a nagy úton.

Érdekességként említették, hogy az út legnehezebb részének azokat a napokat tartották, amikor a rajttól eleveztek a Kanári-szigetekig.

– Többször is úgy gondoltam, ha egyszer kikötünk a szigeteken, kiszállok a Keléből (a hajó neve, a szerk.) és feladom – jelentette ki Szabó Norbert Ádám. – Álmomban sem gondoltam volna, hogy ennyire nehéz lesz a rövidebbik út. Hatalmas szél, felkorbácsolt hullámok, vihar, hideg és minden rossz összeesküdött ellenünk. De, érdekes, amint kikötöttünk és belekezdünk a nagy út előtti javítgatásokba, a felszerelések ellenőrzésébe, minden kisimult, már alig vártuk az indulást.

A magyar kajakosok, akiket Újpest Önkormányzata is segített céljuk elérésében, hatvan-négy napot eveztek egyhuzamban, míg nem Ádám meglátta Antigua szigetét.

– A kétszemélyes hajóban általában egyszerre csak egyikünk evezett – vette át a szót Levente. – Ez természetes, hiszen valamikor pihenni is kellett, és egyszerre ez képtelenség volt, mert akkor nem haladtunk volna egy centimétert sem. Szóval, ritkán találkoztunk a fedélzeten, talán ezért is bírtuk ki egymással a hosszú utat – mondta nevetve.



(A beszélgetés teljes terjedelmében megtekinthető az UKTV műsorában).

Elmesélték még, hogy cápakalandjuk is akadt – szerencsére megúszták. Viszont hiába követte rengeteg hal a hajójukat, egyet sem sikerült kifogniuk, pedig milyen jó lett volna egy kis kiegészítés a már-már utálatig egysíkú konzervkajákhoz.

– A legfélelmetesebb talán az volt, hogy hetekig nem találkoztunk semmilyen hajóval – mondták szinte egyszerre. – Csak víz és víz mindenfelé.

– Az egyik reggelen, amikor éppen én voltam soron az evezésben – mesélte Ádám – egyszer csak megpillantottam egy kiemelkedést a horizont szélén. Nem akartam hinni a szememnek, alig mertem szólni Leventének. Aztán egyre közelebb kerülünk a szigethez, és valamikor késő este kikötöttünk Antiguán, ahol már vártak bennünket. Nagy volt az öröm, bár egy kissé labilisnak tűnt a föld a talpunk alatt, és nem az elfogyasztott pezsgó hatására. G. G.

Gyurta Gergely úszhat a nyíltvízi kvótáért

Világbajnoki erősségű mezőny gyűlt össze a FINA 10 km-es nyíltvízi úszó világbajnokság második állomásán, Abu-Dhabiban. Az amerikaiakat leszámítva a kazanyi vb valamennyi távjának összes érmese elindult a viadalon. Az olimpiai selejtezős indulási jogot kivívó Papp Márk (10. hely) és az újpesti Gyurta Gergely (14. hely) szereplése kiválónak mondható. A setubali versenyen a tíz legjobb úszó szerezhett kvótát, de országonként csak egy.

– Összességében életem egyik legkönnyebb versenye volt, már ami az iramot illeti – nyilatkozta Gyurta. – Az utolsó két bójánál iszonyatos nagy verekedés zajlott, de szerencsére sikerült kikerülnöm szinte mindent. A végén viszont tényleg kaptam egy óriási rúgást. Úgy gondolom, az egész versenyt kontrollálni tudtam, vagyis amiért kijöttem, azt sikerült megvalósítanom, most már egyértelműen Setubal és az olimpiai kvalifikáció a legfontosabb, és remélem, a hátralévő hónapokban még jobb formába kerülök.

Gyurta Gergely az ötvenméteres medencében 400 méter vegyesen és 1500 méter gyorsan már teljesítette az olimpiai szintet. sport24/gg



Mohamed Aida jószolgálati nagykövet

Átérzi a ritka betegségekben szenvedők sorsát, s minden tőle telhetőt megtesz értük Mohamed Aida, az UTE olimpikon vívója. Az Európa-bajnok törvívó a Ritka és Veleszületett Rendellenességgel Élők Országos Szövetsége jószolgálati nagyköveként próbál segíteni. Nem véletlen, hogy érzékeny a témára, hiszen a kislánya, Olívia (6) Williams-szindrómával született, s társai sorsát is szíven viseli a sportolónő.

– Mintegy 7000 ritka betegséget diagnosztizáltak eddig, s ezek Magyarországon nagyjából 600 000 embert érintenek. Több mint a felük kisgyermek, így nagyon sokunknak fontos ez a témakör – hívta fel a figyelmet Mohamed Aida.

A riói olimpiai részvételért küzdő vívó évek óta tagja a szervezetnek, s nem tagadja, rengeteg segítséget és tanácsot kapott, hogyan tud mindent megtenni gyermeke gyógyulása érdekében.



FOTÓ: MURRAY GÁBOR

– A nagyobbik lányom Williams-szindrómával született, az idegrendszere lassabban fejlődik. A levegővétellel és az evéssel kapcsolatos mozgások összehangolása jelentett neki problémát a világra jötte után. Emiatt sokat voltunk kórházban, és rendszeresen megyünk kontrollra manapság is – árulta el Aida, jelezve, egy ritka betegség kezelése nagyon sok erőfeszítéssel jár.

– Az elmúlt időszakban rengeteget javult Olívia állapota minden téren, s ez annak is köszönhető, hogy megfelelő szakemberek foglalkoznak vele – tette hozzá. – Ez nekem is sok pluszfoglaltságot ad, vannak napok, amikor a két edzés között folyamatosan valamilyen programon veszünk részt vele. Az édesanyám is segít, így a gyerekek mellett a sportkarrieremre is tudok koncentrálni.

forrás: blikk.hu/g

Tisztelt Hirdetőink! A lakossági apróhirdetéseket az Újpest Márkaboltban vesszük fel, a IV., Szent István tér 6. szám alatt. Hirdetésfelvételi napok: hétfőn, szerdán, csütörtökön: 10-től 17 óráig. Lakossági apróhirdetéseket csak személyesen vesszük fel! Díja: 945 Ft + áfa, azaz 1200 Ft/30 szócik.

Vállalkozói és méretes hirdetések feladása, árajánlatkérés: hirdetes@ujpestimedia.hu. Részletes információ: www.ujpest.hu

Ingatlan eladó

● Újpesten eladó családi ház, Baross u 76/b, 429 m² telek. 120 m²-es, 4 szobás, összközműves, tehermentes, 65% bővíthető. Ép. 1960, sarokház, melléképület, pince. l. á.: 37.2 M Ft. Tel.: 06-70 318-6359

● Újpesten, Bajza József u. 59. alatt, kétgenerációs családi ház eladó. Saroktelek, 1986-os ép., 120 m² + 24 m² tetőtér, kis ház, 40 m² szuterén. l.á.: 72 M Ft, 550 m² telek. Tel.: 06-70 318-6359

● Eladói Tulajdonostól 1,5 szobás, 34 m²-es, X. emeleti, panorámás, átlagos állapotú örökklakás, zuhanyzós, új vízórakkal! Stop-Shopnál, csendes helyen, jó közlekedéssel. l.á.: 11.5 M Ft. Ingatlanosok ne hívjanak! Telefon: 06-20 570-4778

● Eladói tulajdonostól 1,5 szobás, III. emeleti, téglá örökklakás Újpesten, vagy kisebb családi házra cserélhető, értékegyeztetéssel. Ingatlanosok ne hívjanak! Tel.: +36 20 250-1133

● ELCSERÉLEM 71 m²-es panellakásomat (nyílászárók kicserélve, légkondi stb.) értékkelőnőbözettel, nagyobbra. Csak Újpest és Káposztásmegyer érdekel. Ingatlanközvetítők kíméljenek. Mobil: 30-498-3582.

Oktatás

● Matematika- és fizikafelkészítést vállalok. Tel.: 06-70 220-7758

Régiség

● BOROSTYÁN-KORALL ÉKSZEREK felvásárlása 30.000 Ft-tól 300.000 Ft-ig/db! Arany 8500 Ft-tól, ezüst 350 Ft-tól. Régi bútorokat, festményeket, Herendi, Zsolnay, Gorka, Hummel, Meissen, Kovács Margit dísztárgyakat, asztali-, fali-, álló- és karórákat (nem műkődött is), bronz, fa és ezüst tárgyakat, képeslapokat, kitüntetések, érmét, pengőt, katonai eszközöket. Teljes hagyatékot készpénzért! Díjtalan kiszállítás, értékbecslés. V. ker. Szent István Krt. 25. szentistvanart25@gmail.com, tel.: 06-20-914-0150

● Papírpénc-felvásárlás! Forgalmából kivontak! Német márka, osztrák schilling, holland gulden, spanyol peso, belga frank, svéd korona, portugál escudo (PTE), pengő, érmék, 40-es évektől forint stb. Készpénzért. V. ker. Szent István krt. 25. H-P 10-16-ig, Tel.: 06-70-608-6082

● Mindennemű régiséget vásárolok díjtalan kiszállással. Készpénzért bútor, festményt, csillárt, porcelánt, órákat, kerámiát, szőnyeget, könyvet, kitüntetést, jelvényt, katonai és háborús tárgyakat, bizsut, borostyánt, híradástechnikát, CD-DVD-t, hanglemezt, ezüst tárgyakat, ékszer, alpakát. Pintér Nikolett, tel.: 06-1 466-8321, 06-30 973-4949

● Bélyeget, papírt és fémpénzt, papírrégiséget, könyveket, porcelánt, kitüntetést, egyéb régiséget vásárolunk és aukcióra átvesszünk. Cím: VI. Andrásy út 16. Nyitvatartás: H-SZ: 10-17-ig, P: 10-19-ig. Tel.: 317-4757

● Vásárolok régi könyveket, képeslapot, jelvényt, kitüntetést, iratot, térképet, fémpénzt, papírpénzt, játékot. Bármilyen régi vagy retró tárgyat. Antik ezüst, festmény, ékszer, borostyán, bútor is érdekel. Teljes hagyatékát megveszem. Lomtalanítást vállalok. Tel.: 06-20 9244-123

Szolgáltatás

● KLÍMATELEPÍTÉS, karbantartás, javítás garanciával. Ingyenes helyszíni felmérés! 06-30-931-7486, www.annauklima.hu

● REDÓNYÓSMŰHELYBŐL rendelhet mindenfajta redőnyt, relaxagyártást, -javítást, -szereleést. Szalagfüggöny, szünyogháló, roletta, harmonikaajtó. Napellenző készítése, ponyvacseré, karniszerelés. tel.: 370-4932

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

● Gépjármű-vizsgáztatás! Autókarosszéria-munka! Törött, korrodált gépkocsik javítását, alvázvédelmet, fényezését vállalom. Tel.: 06-30 932-8305

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

Közös képviselő

● Társasházi közös képviselő megbízhatóan, referenciákkal újpesten. www.kozoskepiselelo.hu, tel.: 06-70-338-6723; 396-7016

Állást kínál

● Újpesti építőanyag-telepre keresünk „B” kategóriás jogosítvánnyal férfi munkatársat, fizikai, eladói munkakörbe. (Targoncavizsga előnyt jelent!) Fizetés: nettó 110-140 ezer Ft/hó, tel.: 390-6001; 06-30-210-2675

● A Családi Ingatlan Centrum IV. kerületi irodájába ingatlanreferenst keresünk. A betanulási idő alatt fizetést biztosítunk. Ha felkeltettük érdeklődését, fényképes önéletrajzát az allas@csic.hu e-mail címre várjuk.

Festmény

● 19-20. századi magyar és régi külföldi festmények, műtárgyak vétele készpénzért. Díjmentes értékbecslés. Tel: 06-30-949-29-00 Email: nemes.gyula@nemesgaleria.hu. Nemes Galéria: 1024. Szilágyi Erzsébet fasor 3.

Pedikúr-masszázs

● Izomlazítás, becsípődések, fájdalmak megszüntetése. Sarokpedések, tyúkszemek, gombás, benőtt körömök, bőrkeményedések kezelése, körömpótlás, benőtt körömök- nél körömszabályozás. UV lámpás cipőfertőtlenítés. Újpesti SZTK II. em. 207. Nyitva tartás: Hétfő: 9-től 15, szerda: 9-17 óráig, tel.: 06-30 526-2923



KIPUFOGÓ KLINIKA

Kipufogó dobok, sportdobok készítése szerelése, javítása

KIPUFOGÓK

Katalizátorok garanciával.

MŰSZAKIVIZSGA ÁLLOMÁS

1141 Bp. Fogarasi út 189.

Telefon: 383-8055

1039 Bp. Árpád utca 23.

Telefon: 240-5603

http://www.kipufogo.hu

Nyitva: H-P: 8-17 óráig

Az Újpest-Kertvárosi Szent István plébánia atemplomában urnahely megváltására van lehetőség.

Érdeklődni lehet a plébánián.

1046 Budapest, Rákóczi tér 4-8.

Tel.: 369-0393

P Á R T H Í R E K



FIDESZ-MPSZ KÉPVISELŐI FOGADÓÓRÁK

Németh Edit Éva, Hladony Sándor Gyula önkormányzati képviselők **március 7-én**, hétfőn 17-től 18-óráig tartanak fogadóórát. **Renge Zsolt, Oszváth Kálmán** képviselők **március 7-én**, hétfőn 18-tól 19-óráig tartanak fogadóórát. Helyszín: Fidesz Iroda (1042 Budapest, Árpád út 56.) Tel.: 369-09-05. **Jóky Attila** önkormányzati képviselő **március 14-én**, hétfőn 17-től 18 óráig, tart fogadóórát. Helyszín: (1042 Budapest, Árpád út 56.) Tel.: 369-09-05. **Jánszkyné Ulman Mária, Bartók Béla** önkormányzati képviselők **március 8-án**, kedden 18-tól 19 óráig tartanak fogadóórát. Helyszín: (1042 Budapest, Árpád út 56.) Tel.: 369-09-05.

www.ujpestifidesz.hu



Tisztelt Barátaink! Irodánk minden pénteken, 17 és 18 óra között tart nyitva. Kérjük Önöket, vegyék fel velünk a kapcsolatot, hogy minél hatékonyabban működhesünk együtt! Címünk: 1046 Bp., Szent László tér 7. Tel.: 06-70-372-3709 www.ujpestijobbik.hu, e-mail cím: ujpest@jobbik.hu

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

Helyreigazítás: az előző lapszámunkban tévesen közöltük a Jobbik Újpesti Szervezete rendezvényének hirdetését. A helyes hirdetés az alábbiakban olvasható:

VALÓDI NEMZETI KONZULTÁCIÓ

Mi meghallgatjuk az Ön véleményét címmel rendezvénysorozatot indítottunk, melynek keretében fontos kérdésekről beszélgetünk az Újpesti Önkormányzat jobbikos képviselőjével, bizottsági tagjaival, meghívott vendégekkel. Aktuális témánk: **Az oktatás helyzete.** Eredményes nevelés, oktatás folyik az újpesti iskolákban? Szükség van-e intézményfenntartó központokra, vagy a volt SZDSZ által képviselt teljes liberális oktatás a megoldás? A Jobbik javaslata: nemzeti oktatáspolitikai. Jöjjön el, mondja el a véleményét Ön is!

Időpont: **2016. március 4. (péntek), 17 óra.** Helyszín: Jobbik Iroda, 1046 Bp., Szent László tér 7. Minden érdeklődőt szeretettel vár a Jobbik Újpesti Szervezete és **Pajor Tibor** önkormányzati képviselő.



Pernecky László önkormányzati képviselő, Újpest – Lehet Más a Politika (LMP) (36) +20 / 39 00 566, e-mail: ujpest@lehetmas.hu, www.facebook.com/Pernecky.Laszlo Újpesti LMP Iroda – István út 22, a Főposta mellett. Fogadóóra: ne Ön jöjjön, hívásra én megyek el Önhez!



KÉPVISELŐI FOGADÓÓRÁK

Dr. Trippon Norbert önkormányzati képviselő (1. vk.) minden hónap második csütörtökén 17 órától a Homoktövis Általános Iskolában (1046 Bp., Homoktövis u. 100.)

Belán Beatrix önkormányzati képviselő minden hónap első péntekén 17-től 18 óráig. Helyszín: MSZP Újpesti-Káposztásmegyeri Szervezet frakcióhelyiségében. A fenti fogadóórákra előzetes bejelentkezés szükséges a 06 1 369 4205 vagy a 06 20 419 7869 telefonszámon!

Dr. Barrel Zoltán önkormányzati képviselő (2. vk.) minden hónap első szerdáján 17-től 18 óráig. Helyszín: Csokonai Vitéz Mihály Általános Iskola és Gimnázium (1048 Budapest, Bőrfestő utca 5-9.) Előzetes bejelentkezés és időpont egyeztetés a 06 30 400 9297 telefonszámon lehetséges!

ORSZÁGGYŰLÉSI KÉPVISELŐI FOGADÓÓRA

Horváth Imre országgyűlési képviselő fogadóórát tart minden hónap első csütörtökjén (**március 3-án**) 13 órától a Képviselői Irodában (IV. Kiss Ernő u. 3. (P+P Irodaház) a 4. emelet 418-as szobában. Bejelentkezés vagy más időpont megbeszélése a 06-30-458-9929-es telefonszámon.

INGYENES JOGSZÉLYSZOLGÁLAT

Március 10-én és március 24-én, 17 órától ingyenes jogsegélyszolgálat – tanácsadás – igénybevétele van lehetőség előzetes bejelentkezés alapján. Bejelentkezni a 30/458-9929-es telefonszámon lehet. Helyszín: Képviselői Iroda; IV. Kiss Ernő u. 3. (P+P Irodaház). **Horváth Imre** országgyűlési képviselő

NŐNAPI DÉLUTÁN

Szeretettel meghívjuk Önt hagyományos nőnap délutánunkra, **március 16-án** (szerdán) 15 órára az Ady Endre Művelődési Központba (IV. Tavasz u. 4.). Vendégünk lesz Bokor János notaénekes és Sillga Miklós. A rendezvényre – a szokásos módon – jegyet kell igényelni, melyet az MSZP frakció kerületi irodájában lehet átvenni (IV. Nádor u. 1.) munkanapokon 14.00 és 17.00 között.

MSZP Újpesti-Káposztásmegyeri Szervezete

TEADÉLUTÁN – KÖTETLEN FOGADÓÓRA

Tisztelettel meghívom Önt **március 9-én**, szerdán 17 órakor kezdődő Teadélutánra, Káposztásmegyerre, a Közösségi Házba (Löwensy tér 6.). Beszélgetésünk témája: **Az Európai Unió jövője.** Vendégünk **Hegy Gyula** újságíró, korábbi európai parlamenti képviselő lesz.

Horváth Imre országgyűlési képviselő



A Demokratikus Koalíció Újpesti Szervezete tájékoztatja a lakosságot, hogy irodánk minden kedden 15 és 18 óra között és minden szerdán délelőtt 10 és 12, délután 14 és 18 óra között nyitva tart. Várunk minden érdeklődőt. Telefon: 06 70 347 1040 Cím: 1042 Bp., Árpád út 19.

KÉPVISELŐI FOGADÓÓRA

Berényi Erzsébet önkormányzati képviselő (Demokratikus Koalíció) minden hónap második hétfőjén 16 és 19 óra között fogadóórát tart a DK Újpesti szervezete frakcióhelyiségében. Cím: 1042 Budapest, Árpád út 19. Bejelentkezés: 06 70 347 1040, e-mail: Budapest11@dkp.hu, dkujpest.hu.novodev.hu

LAKOSSÁGI FÓRUM

A Demokratikus Koalíció Újpesti Szervezete **2016. március 11-én**, 17 órakor az Újpesti Polgár Centrumban (1042. Budapest, Árpád út 66.) AZ OKTATÁS SZABADSÁGA címmel lakossági fórumot tart. Vendégünk **Niedermüller Péter** a Demokratikus Koalíció alelnöke, Európai Parlamenti képviselő és **Arató Gergely** volt oktatási államtitkár. Minden érdeklődőt szeretettel várunk.



FOGADÓÓRA

dr. Dabous Faye (5. sz. vk., Újpestért Egyesület frakció) Fogadóóra: minden hónap második hétfőjén, 17 és 18 óra között. Helyszín: Káposztásmegyeri Településszervezői Önkormányzat (1046 Bp., Hajló u. 42-44.)

FORGALMIREND-VÁLTOZÁS A SZENT ISTVÁN TÉREN

Érvényes: 2016.02.15 - 03.13.

AZ ÉPÍTKEZÉS IDEJE ALATT A RÉGI PIAC MINDEN NAP ÜZEMEL!
HÉTFŐ-PÉNTEK: 6⁰⁰-17⁰⁰
SZOMBAT: 6⁰⁰-14⁰⁰
VASÁRNAP: 7⁰⁰-14⁰⁰

A VÁSÁRLÓK SZÁMÁRA FENNTARTOTT KERÁMITOS PARKOLÓ FOLYAMATOSAN ÜZEMEL.

A SZENT ISTVÁN TÉR - TEMPLOM UTCA - KÁROLYI ISTVÁN UTCAI CSOMÓPONT A GÉPJÁRMŰ-FORGALOM ELŐL ELZÁRVA, BEHAJTÁS CSAK ÁRUSZÁLLÍTÁS CÉLJÁBÓL.

A VIRÁGCSARNOK FELŐL A GYALOGOSFORGALOM BIZTOSÍTOTT.

A JÁRDA MINDKÉT OLDALON IDŐSZAKOSAN LEZÁRVA, GYALOGOS-KÖZLEKEDÉS A PIAC FELÉ AZ ÚTTESTEN.

ÚJ PIAC
Állandó építési terület

Aktuális információk: ujpest.hu/piac


Az építkezés ideje alatt a gépkocsiforgalomban időszakos torlódásokra, sávrészekre, felpályás útlezárásokra lehet számítani.

Kérjük, a piac megközelítéséhez vegyék igénybe a BKK tömegközlekedési járatait:
Metró: M3 Villamos: 12, 14 Busz: 30, 30A, 230, 120, 220, 96, 104, 104A, 204 A 147 busz módosított útvonalon közlekedik.

Lego város és Vasútmodell kiállítás

2016. MÁRCIUS 3-6.

Az 1-es Villamos Klub rendezésében



Ady Endre Művelődési Ház
1043 Budapest, Tavasz utca 4.

csütörtök - péntek: 9-19 h szombat: 10-18 h vasárnap: 10-17 h

Gyermekjegy (2 évestől): 500 Ft, Felőtt (18 évestől): 700 Ft
Családi jegy: 2200 Ft, Csoportok (min.10 fő): 400 Ft/fő
Csoportoknak ajándék falinaptár!

Az ÚJPESTI SZENT ISTVÁN TÉRI PIAC és VÁSÁRCSARNOK ajánlatai 2016. március 3-9.

HÚSVÉTI ELŐKÉSZÜLTEHEZ: 1199 Ft /kg

KÖTÖZÖTT SONKA
Mátyás-Hús Kft.-nél csak kedden

JONATÁN ALMA
Ropogós Cseresznye Kkt.-nál

999 Ft /kg

FÜSTÖLT CSEMEGESZALONNA
Kedves Hentesnél csak szerdán

298 Ft /kg

290 Ft /kg

GYÖKÉR
Tomahatsch Bélánál

A képek csak illusztrációt szolgálnak.

TOVÁBBI HÚSAKCIÓK

A Virágcsarnok oldalában a Mátyás-Hús Kft.-nél csak kedden hagyományosan füstölt termékek húsvétra: füstölt tarja 1899 Ft/kg | parasztlapocka 1199 Ft/kg | szívsonka 1999 Ft/kg | parasztszonda 1699 Ft/kg | füstölt csülök 1399 Ft/kg | minden sertéshús 899 Ft/kg | egész csirkecomb 599 Ft/kg | alsó csirkecomb 499 Ft/kg | csirkeszárny 399 Ft/kg | csirkemellfilé 1199 Ft/kg | csirkemáj 499 Ft/kg.

A Virágcsarnok oldalában a Kedves Hentesnél csak szerdán sertéscomb, sertéslapocka, sertésstarja, sertésdagadó és sertésoldalas 999 Ft/kg | sertéskaraj 1150 Ft/kg | hajdúsági lángolt kolbász 999 Ft/kg | tokaszalonna 999 Ft/kg.

A Nagycsarnokban a Duna-Muhari Bt.-nél csak vasárnap sertéscomb, sertéslapocka, sertésoldalas, sertésstarja 999 Ft/kg | csirkeszárny 579 Ft/kg | csirkecomb 699 Ft/kg | faros csirkecomb 599 Ft/kg | pulykaszárny 699 Ft/kg | pulykanyak 769 Ft/kg.

TOVÁBBI ZÖLDSÉG- ÉS GYÜMÖLCSAKCIÓK

A Nagycsarnokban Tomahatsch Bélánál paradicsom 290 Ft/kg.
A Nagycsarnokban a Sárgarépa Kft.-nél burgonya 160Ft/kg.
A Kiscsarnokban a Ropogós Cseresznye Kkt.-nél idared alma 198 Ft/kg | aszaltszilva 1980 Ft/kg.

Vasárnap is várjuk kedves vásárlóinkat 7-14 óráig, délelőtt 10-12 óráig lufihajtogató bohóc szórakoztatja a gyerekeket.

PIAC-PLACC MINDEN SZOMBATON ÉS VASÁRNAP A DUNA-SÉTÁNYON!

ÚJ PIAC ÉS VÁSÁRCSARNOK ÉPÜL!

AZ ÉPÍTKEZÉS IDEJE ALATT A RÉGI PIAC MINDEN NAP ÜZEMEL. A FORGALMIREND-VÁLTOZÁST KÖVESSE AZ UJPEST.HU/PIAC OLDALON.

ÚJPESTI NAPLÓ

Kiadó: Újpesti Sajtó Szolgáltató Nonprofit Kft. • Ügyvezető igazgató: Klacsán Csaba • Főszerkesztő: Tallér Edina • Munkatársak: Baski Sándor, Domján Vivien, Gergely Gábor, Juhász Mátyás, M. Orbán András, Profúsz József, Viland Gabriella • Fotó: Berkó Bea, Várai Mihály • Irodavezető: Csekőné Czeglédi Csilla • Szerkesztőség: Újpesti Kulturális Központ Ady Endre Művelődési Ház 1043 Bp., Tavasz utca 4., I. em. Titkárság: 785-0366. Újpesti Napló: 785-0566. ÚKTV: 784-3955, e-mail: szerkesztoseg@ujpestimedia.hu • Laptver, nyomdai előkészítés: K8 • Nyomdai előállítás: e-Print Magyarország Nyomdaipari Zrt. • Terjesztő: 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 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 • Csatlakozzon hozzánk! www.facebook.com/ujpest.kaposztasmegyere



KIHAGYHATATLAN PILLANATOK

Újpest a legjobb téma

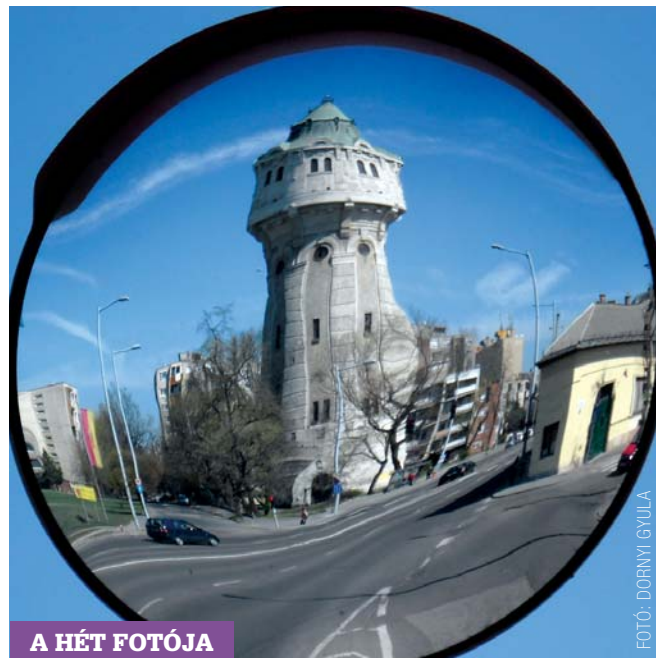
Ezt mondják azok a fotósok, akik sorra küldik a jobbnál-jobb képeket facebook oldalunkra és az Újpesti Sajtó Kft által kiírt fotópályázatra is. A képeket itt is bemutatjuk, így egyre többen látják Újpestet a fotósok lenszójén keresztül.

Bernolák Béla neve nem csak Újpesten ismert. Fotóit a látogatók megcsodálhatták már országwide több kiállításon, és külföldön is. Pest, Buda, Óbuda egyesítésének száznegyvenedik évében, a magyar kultúra napján nyílt meg a tősgyökeres újpesti fótós, *Budapest blendén át* című fotókiállítása az Újpesti Károlyi István Általános Iskola és Gimnázium galériájában, ahol három újpesti kép is helyet kapott. Ennek a kiállításnak a képeit bemutatták már Moszkvában, Bukarestben, és most Kazahsztánban készül belőle a legújabb tárlat.

Bernolák Béla az édesapjától örökölte a szakmát és a tehetséget. 1987-ben még analóg gépen gyakorolt, majd a '90-es években már digitális formában készített fotókat a számára fontos pillanatokról, helyekről, emlékekről. 2013 augusztusában egy újabb történet vette kezdetét a fótós életében. „Összegyűlt egy baráti társaság. A beszélgetés iránya a második világháborúra terelődött, azon belül is a Don-kanyarra. Ekkor jött az ötlet, hogy meglátogathatnánk a központi katonai temetőt Oroszországban, Rudkinóban. A látogatás apropóját az adta, hogy nagypapámat, dr. Haraszi Bernolák Bélát ott temették el. Ő Újpest tisztiorvosa volt, akit 1942 októberében vittek ki a frontra katonarvosnak. A dokumentumok alapján 1943. január 12-én kapott halálos lövést Osztrogorzsk falunál. Elkezdtem a nagypapám után kutatni az interneten. Nagy szerencsémre a fellelhető adatok mellett édesanyám otthon megtalálta a frontról a nagymamának és a fiának írt leveleit, képeslapjait” – meséli Bernolák Béla.

Az Újpesti Sajtó Kft. segítségével az utazásról film, könyv és fotókiállítás is készült. Ezt a kiállítást a művész kiegészítette a II. világháborús magyarországi katonai szovjet emlékművekkel. Az Oroszországi Föderáció Nagykövetsége Magyarországon támogatta a munkát és a kiállítás Oroszországban és Magyarországon, több helyen is látogatható volt.

Újpest blendén át a címe annak a képanyagnak, melyet a művész 37 méter magasról fotózott a IV. kerületi Hivatásos Tűzoltóparancsnokság közreműködésével. Bernolák Béla jelenleg egy filmben gondolkodik Újpestről, melynek alapját az a felvétel adta, amely több, mint 110 éve készült a városról. A rengeteg terv között még szerepel egy újabb könyv, fotó-, és filmanyag, melyet a Szent István téri templomról készíti a művész. „Újpest a legjobb téma.” VG



A HÉT FOTÓJA

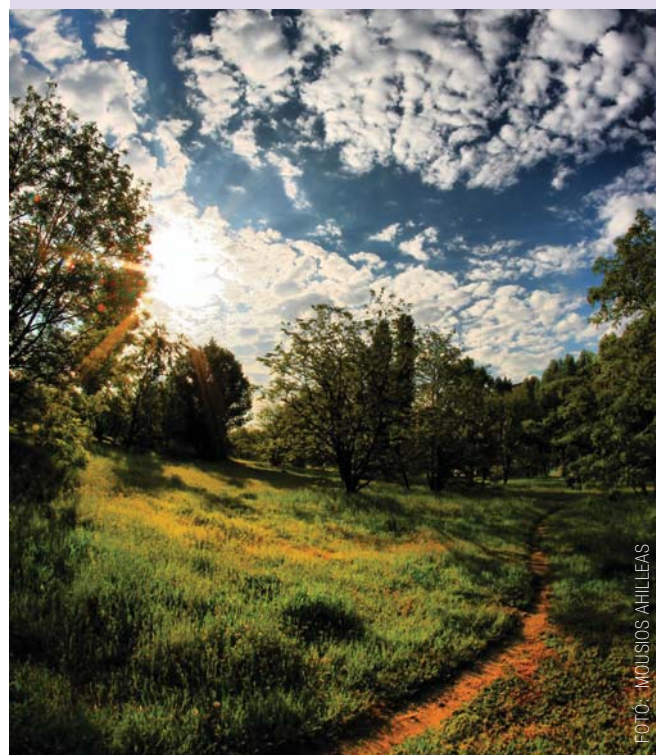
FOTÓ: DORNYI GYULA

Újpest, ahogy az újpestiek látják!

Szeretsz fotózni? Örökítsd meg a város életét, hogy a te képed legyen „A hét fotója!”

Várjuk az újpesti témájú fényképeket az ujpestifoto@gmail.com címre. Technikai megkötések nincsenek, mobiltelefonos fotóval ugyanúgy lehet pályázni, mint profi géppel készített kompozícióval. (A nyertes műveket később akár ki is állíthatjuk, vagy felhasználhatjuk az Újpesti Sajtó Kft. kiadványaiban, ezért érdekes legalább 2 megabyte-os képfájlt küldeni.)

A hét képet vasárnap hirdetjük ki és tesszük közzé az Újpest-Káposztásmegyer Facebook-oldalon, de akár ide, az Újpesti Napló soron következő számába is bekerülhet.



FOTÓ: MOLNÁRS AHILLEAS