

KRISZTINA MEGCÉLOZZA AZ OLIMPIÁT

Az UTE ökölvívó-szakosztály és a Madárfészek Akadémia közötti példaértékű sportszakmai kapcsolatnak köszönhetően ismét nagy sikert könyvelhetett el a lila-fehér klub. Beri Krisztina a női ökölvívó magyar bajnokságon nyert aranyérmet, ráadásul a torna legjobbjának is megválasztották. **BERI KRISZTINA** idén igazolt Újpestre. **13. oldal**



ÚJPEST ÖNKORMÁNYZATÁNAK HIVATALOS LAPJA • WWW.UJPEST.HU

ÚJPESTI NAPLÓ

INGYENES! MEGJELENIK MINDEN HÉTEN! • 2017. október 26., XI. évf., 29. szám

FOTÓ: KADÓCSA GYÜLLA



Emlékek tükrében



EZEN A NAPON FELTÁMADT A SZABADSÁG

Október 23-án, az 1956-os forradalom és szabadságharc hőseinek tiszteletére Újpest Önkormányzata ünnepi megemlékezést tartott a Városháza dísztermében. **3. oldal**



ŐSZI JÁRDAFELÚJÍTÁSOK

A lakossági igényeket szem előtt tartva eddig több mint ötven rossz állapotú járda újult meg. A felújítások ősszel is folytatódnak. **5. oldal**



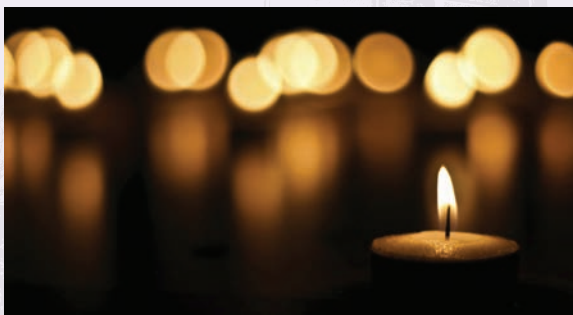
ÖKUMENIKUS IMAÁHÍTAT A FORRADALOM EMLÉKÉRE

Az Újpesti Városvédő Egyesület az 56-os forradalom és szabadságharc 61. évfordulójára és az újpesti áldozatokra emlékező ökumenikus imaáhitatra várta az újpestieket. **7. oldal**

Csend

Kopog a cipőd a betonon, és néha rugdosod az avart, mint egy közepesen rossz amerikai filmben. Mindig későn mész, ilyenkor már nincs akkora tömeg. A csend és a szürkület fokozza a filmesen közheyles hangulatot, ezen mosolygysz kicsit. Nincs ennél békésebb, mégis nyugtalanítóbb hely a világon, gondolod, és zavarodban fütyörészni kezdenél, de visszafogod magad, nem illik ide az ilyesmi, nem akarsz megbántani másokat. Olvasod a sírfeliratokat. Szívünkben őrzünk, emléked örökké él, sosem feledünk, mosolyod velünk marad, a legjobb édesapa. Csak a jó emberek halnak meg, vagy csak őket temetik ide, mondd magadnak némi iróniával, vagy csak úgy érdemes élni, hogy valaki azért a sírodra írasson valami ilyesmit, még ha az nem is feltétlenül igaz. Végre odaérsz. Kicseréled a vázában a már régen elszáradt virágcsokrot. Előveszed a táskádból a kisseprűt, és sepregetni kezded a leveleket a sírról. Banálisán hétköznapi mozdulatok ezek. Szöszmötölsz, minél később akarsz szembesülni a gondolataiddal, késlelteted az elszomorodást. Gyertyát gyújtasz és leülsz a sír melletti padra. Kibontod a kedvenc meztílbás cigarettáját, és rágyújtasz a gyertya lángjáról. Mindig ezt szívta, talán túl sokat, túl sokáig. Neked iszonyúan erős a talpas cigi, köhögysz, de azért szívod tovább. Behunyod a szemed. Homályosan látod csak az arcát. Koncentrálsz, tisztul a kép, de a hangját nehezen tudod felidézni, valahogy nem hallod tisztán. Furcsa, hogy csak vicces történetek jutnak eszedbe róla, a közös nevetések leginkább, fel is röhögysz hangosan a sötétben, a sírok között üldögélve. Aztán belegondolsz, hány olyan esemény, helyzet, perc volt az életedben, amikor elviselhetetlenül fájt, hogy már nincs veled. És eszedbe jut a pillanat is, amikor megtudtad, hogy meghalt. Nem hitted el, vele nem történhet ilyesmi, az lehetetlen, nem is értted az egészséget. Még most sem érted. Hiányzik. Már nem röhögysz, rágyújtasz még egy cigarettára. Biztosan csak magadat sajnálod, ki tudja, ő talán egy sokkal jobb helyen van most, és boldogan éli az öröklétet. Erősen hinni akarsz ebben, bár azt azért nehezen hiszed, hogy nélküled olyan nagyon jó lehet neki bárhol is. Most sem tudsz mit kezdeni sem a halállal, sem a gyásszal, körbenézel, teljesen besötétedett, csak a mécsesek világítanak mindenhol szépen, de borzongatóan. Indulnod kell. Túl nagy a csend.

J. M.



Jótekonyság időszaka

Bár az időjárás eddig nem volt érezhető, rohamosan közeledik az adventi és karácsonyi időszak. Ilyenkor minden arról szól, hogy hogyan lépjük meg szeretteinket és hogyan tegyünk még egy kicsivel több jót, mint az év többi részében. Az újpestieknek nem kell sokat gondolkodniuk. A jelszó: Újpesti Cseriti.

Városunk jótekonysági szervezete évek óta azon dolgozik, hogy a jótekonyság fogalmának széleskörű terjesztésével az újpesti közösség összetartozását elmélyítse, az egymásra való odafigyelést és felelősségvállalást erősítse. Az Újpesti Cseriti fő mozgatórugója a közösség ereje és a tudat, hogy a kis segítség is segítség. Így indult el 2012-ben a kupakgyűjtési akció, amellyel jelenleg már a hetedik kisgyereknek, Bendegúznak gyűjthetjük a PET-tetőket. Minden kupakkal segítünk Bendegúz családjának, hogy a kislífi autizmusával járó nehézségeket könnyebben áthidalják, és a fejlesztésekkel javítsanak állapotán.

A gyűjtőpontok listája az ujpest.hu/kupakgyujtes#gyujtopontok oldalon található.

Újpest Önkormányzatának jótekonysági szervezete szívből köszöni a segítséget, és továbbra is köszönettel fogad banki átutalással történő (számlaszám: 12010422-00208592-04500005) pénzadományokat, amellyel a jótekonysági szervezet a rászoruló gyermekek felkarolását szolgáló szabadidős és kulturális programokat segítheti!



Mindenszentek

Október vége és november eleje a visszaemlékezés időszaka. Nem csak 1956 hősei, de a hétköznapi hőseink, szeretteink előtt is tisztelgünk ebben az időszakban. Egy-egy szál virág és mécsesek jelzik, vannak, akiket sosem felejtünk.

Az Újpesti Városvédő Egyesület október 31-én 15 órakor a Megyeri temetőben, a katonák sírjainál tart megemlékezést. Újpest Önkormányzata nevében dr. Zsigmond Barna Pál alpolgármester helyezi majd el az emlékezés virágait.



Dr. Zsigmond Barna Pál, Nagy István alpolgármesterek és Tahon Róbert a város jegyzője tiszteleg a hősöknek

Ezen a napon feltámadt a szabadság

Október 23-án, az 1956-os forradalom és szabadságharc hőseinek tiszteletére Újpest Önkormányzata ünnepi megemlékezést tartott a Városháza dísztermében. Az Erkel Gyula Újpesti Zeneiskola növendéke, Gál Lea, valamint Krizsik Alfonz színművész műsora után a zsúfolásig megtelt teremben dr. Zsigmond Barna Pál, Újpest alpolgármestere tartott ünnepi beszédet.

A történelmi pillanatok jelentőségéről dr. Zsigmond Barna Pál azt mondta, a múlt században kevés olyan jelentőségű nap volt a magyarok, sőt egész Európa történelmében, mint 1956. október 23-a.

„Ezen a napon feltámadott a szabadság. Mi, magyarok feltámasztottuk. Október 23-án varázsütésre álltunk talpra. Néhány óra alatt megbukott a kommunizmus, megalakult a nemzetörtség, a munkástanácsok, újraéledtek a betiltott pártok, felállt az új kormány, kiléptünk a Varsói Szerződésből. Egyetlen hét alatt a Szovjetunió egyik tartományából újra nemzeti közösség, önálló állam lettünk. (...) Azon a napon összefogott, egy testté, lélekké vált a nemzet, és kiegyenlített minden számlát, adósságot, és olyan erkölcsi tőkét teremtett, ami egészen a mai napig a magyar büszkeség alapja. Kevés ilyen nap volt, ami ennyire tisztán, világosan és a maga fenségében egyszerűen állna a történelmünkben. (...) legyünk büszkék arra is, ünnepeljük a mai napon azt is, hogy újpestiek vagyunk! 1956-ban, októ-



ber 24-én az egész országban elsőként itt, az Egyesült Izzóban alakult Munkástanács, majd hamarosan megalakult az Újpesti Forradalmi Bizottság. Rövid időn belül megszervezték a város saját közigazgatását, az élelmiszer- és gyógyszerellátását, a dolgozók számára a béruk kifizetését. Saját fegyveres erőt állítottak ki, tagjaik részt vettek a kivégzésre ítélt politikai foglyok kiszabadításában. Egy ügyész később egyenesen úgy fogalmazott, hogy Újpest államként működött az államon belül. Ezzel vádolni próbált, mi viszont elismerésnek vesszük. Méltó és helyénvaló tehát, hogy minden esztendőben büszkeséggel emlékezzünk meg Kósa Pálról és 33 társáról, és fejet hajtsunk hét kivégzett mártírunk emléke előtt. Dr. Rajki Márton, Kósa Pál, Csehi Károly, Gábor László, Gémes József, Koszterna Gyula, S. Nagy Sándor. Azért áldozták életüket, hogy legyen magyar jövő, legyen újpesti jövő.”

A megemlékezés koszorúzással ért véget.

M.G.

(Dr. Zsigmond Barna Pál ünnepi beszédének teljes szövege az ujpest.hu oldalon olvasható.)

1956 emléke a cigányságnak is fontos

Tavaly a Magyar Forradalom és Szabadságharc 60. évfordulójára állítottak Emlékoszlopot Újpesten a Rácz Gyöngyi Közösségi Központban. Idén is ezen a helyszínen tartott megemlékezést az 1956-os cigány forradalmárok tiszteletére a Fővárosi Roma Nemzetiségi Önkormányzat, az Eötvös József Cigány – Magyar Pedagógiai Társaság és az Újpesti Cigány Nemzetiségi Önkormányzata.

Molnár István Gábor, az Újpesti Cigány Önkormányzat elnöke az ünnepségen elmondta: „A forradalomban a cigányságnak fontos volt a magyar szabadság. Kutatásokból tudjuk, hogy nem volt olyan felkelő csoport, amelynek ne lett volna cigány származású tagja.”



Csóka János Pál, a fővárosi Roma Önkormányzat elnöke pedig hozzáfűzte: „Újpest Budapest legtoleránsabb városa, ahol a cigányokat soha nem bántották, és ez nagyban köszönhető a város támogatásának. Külön öröm, hogy az újpesti cigányság történetét kutatni tudjuk.”

A megemlékezésen jelen volt dr. Zsigmond Barna Pál, Újpest alpolgármestere is.

Előadással készült az eseményre az Újpesti Cigányzenekar, László Mária és Hídvégi Balog Attila.

Az emlékezés koszorúzással ért véget.

M.G.



Elkezdődött az influenzaszézon

Az influenzavírusok cseppfertőzéssel, köhögéskor, tüszögéskor és beszéd közben keletkező légúti váladékcspepecskék által terjednek. A betegsége utaló panaszok hirtelen jelentkeznek, közösségek tagjai egyik napról a másikra esnek ágyba az influenza következtében. A helyi járványok néhány nap alatt is kialakulhatnak, az országos járványok akár 8-10 hétig is eltarthatnak.

Dr. Bátorfi István gyermekorvos kérdésünkre elmondta: az influenzavírust legkönnyebben közösségekben, iskolákban, óvodákban kapjuk el. Megelőzőként azt javasolja, hogy táplálkozzunk egészségesen, fogyasszunk sok vitamint, mert ez növeli a szervezet ellenálló képességét. Aki mégis megbetegszik, maradjon ágyban, sokat pihenjen, mézes teát és vitamint fogyasszon bőségesen.

LEGJELLEMZŐBB TÜNETEK

A hidegrázás vagy borzongás a betegség kezdeti tünete. Az első napokban gyakori a 39-39,5 fok közeli láz. Az egész testben, de leginkább a háttájon és az alsó végtagban sajgó fájdalom jelentkezik. További tünetei lehetnek: levertség, hányinger, végtag- és izomfájdalom, torokfájás,



mellkasi égő érzés, orrfolyás, száraz köhögés, könnyezés, kötőhártyagyulladás, hörghurut. Csecsemőknél, kisgyermeknél álmosággal, bágyadsággal, hasmenéssel jelentkezik a betegség.

KEZELÉS

Legfontosabb az influenza kezelésében, hogy a beteg maradjon ágyban, pihenjen, sok folyadékot igyon, és kerülje az erőfeszítéseket, így a panaszok általában 2-3 nap múlva elmúlnak. A hörghurut és a köhögés azonban 10 napnál hosszabb ideig is fennmaradhat, a légutak teljes gyógyulása akár 6-8 hétig is eltarthat. A fertőzés egyik legveszélyesebb szövődménye a tüdőgyulladás, de okozhat izomgyulladást, idegrendszeri gyulladásokat is.

A védőoltás célja, hogy védelmet nyújtson az influenza ellen. Az Egészségügyi Világszervezet adatai szerint a vakcinatörzsek és az adott járványt okozó törzsek kellő egyezése esetén az oltott egészséges felnőttek 70-90%-ában bizonyulnak hatékonyak a védőoltások.

MIT IS EGYÜNK ILYENKOR?

A helyes táplálkozás elengedhetetlen jó egészségi állapotunk fenntartásában. Az ételt alkotó értékes tápanyagok, vitaminok, ásványok nélkülözhetetlenek a szervezet regenerációjához, növekedéséhez és jó egészségi állapotához. Ilyenek a vitaminok, ásványi sók, aminosavak, egyes zsírsavak, víz és a kalóriák forrásai: szénhidrátok, zsírok, fehérjék.

A hús italok, gyümölcslevek segítenek lehűteni a duzzadt, száraz torkot, és megelőzni a kiszáradást. A pulykás szendvics sok fehérjét tartalmaz, könnyű megemészteni és nem túl fűszeres. Igyunk egy pohár zöldséglevet, melynek segítségével immunerősítő antioxidánsokat juttatunk szervezetünkbe. A csirkehúsleves tápláló és hidratáló étel influenza esetére, emellett segíti a gyógyulást és enyhe gyulladáscsökkentő hatása is van. A fokhagyma jó hatással van a légutakra, az immunrendszer erősítésével javítja szervezetünk ellenálló képességét. A gyömbér segít a gyulladások csökkentésében. A zöld és a fekete tea ajánlott betegség idején. A gőz segíti a légzést és a légutak tisztulását. Egy kis mézzel és citromlével keverve enyhíti a torokfájás okozta kellemetlen tüneteket is. A banán enyhíti a megfázással járó tüneteket, így a hányingert, a hányást és a hasmenést.

M.G.



IMMUNRENDSZER-ERŐSÍTŐ VITAMINOK

A-vitamin: hatékony antioxidáns, ezáltal növeli az immunrendszer ellenálló képességét.

B-vitamin komplex: a B-vitaminok részt vesznek az emésztésben és elősegítik az agyfunkciók megfelelő működését, immunrendszer-erősítőként is nélkülözhetetlenek.

C-vitamin: erős antioxidáns, elősegíti a kollagéntermelést, a vas felszívódását.

D-vitamin: csökkenti a gyulladásokat és segít elkerülni a fertőzéseket, megelőzi a keringési megbetegedések és a rák kialakulását, szabályozza a vércukorszintet, segíti a kalcium felszívódását.

E-vitamin: antioxidáns és immunerősítő hatásának köszönhetően, sejtszinten óvja a szervezetet a szabad gyökökkel szemben, így véd meg a daganatoktól.



Őszi járdafelújítások

Az elmúlt években városunkban látványos fejlődés és számos megújulás történt. A lakossági igényeket szem előtt tartva eddig több mint ötven rossz állapotú, balesetveszélyes járda kapott új, esztétikus burkolatot. Legutóbb a Mildenerger utca, valamint az Ősz utca járdái újultak meg. A felújítások ősszel is folytatódnak.

Még a tél beállta előtt biztonságos, könnyen tisztítható piros térkő kerül a Rozs utca mindkét oldali járdájára, valamint a Vetés utca Tungsram utca és Pálya utca közötti járdaszakaszára. A Vetés utcában az útpálya burkolatára is ráfér a rekonstrukció, így Újpest Önkormányzata – a járdákkal egy időben – annak felújításáról is gondoskodik.

A munkálatok előreláthatólag mindkét helyszínen október 30-án kezdődnek és december közepéig tartanak majd. U. N.

LEHULLÓ LEVELÉK

A Városgondnoksághoz a Szent István tér, a Király sétány, valamint a parkokon átvezető utak megtisztítása tartozik. Az úttestek és főútvonalak takarítását az FKF Zrt. végzi. Jelenleg a nagy mennyiségben lehullott levelek okoznak nehézséget a közlekedésben, ezért sem szabad elfelejteni, hogy a lakóházak, társasházak, magántulajdonok előtti közterület (zöldsáv és járda) tisztítása minden esetben az ingatlanulajdonosok, lakóközösségek feladata.



Eljárt felette az idő

Színdarabok, iskolai rendezvények, első fellépések otthona. Városunk kulturális életének egyik legfőbb központja. Ez volt az Ady Endre Művelődési Ház. Azért csak múlt időben, mert bár az épület még áll, de egyre kevésbé alkalmas a szerepére. Feladatainak nagy részét rövidesen átveszi a Szent István téren épülő új közösségi tér.

Mintha egy rég elhagyott épület falai között sétálnánk. Nem csak a hely hangulata, de állapota is erre emlékeztet. Üres, lelakott helyiségek, régi, sok éve aktualitásukat veszített cégtáblák.



Az épületrészeket összekötő hidakon már közlekedni sem lehet, életveszélyessé váltak. A gangra vezető lépcsők korlátai már csak „díszek”, mert a rozsva teljesen megette az épület tartószerkezetét. A korábban közösségi térként használt udvar a folyamatos takarítás és karbantartás ellenére is egyre lehangelőbb. Az „Ady” épülete már nem illeszkedik városunk egyre szebb és modernebb látképébe. D. V.



DIÁKOK ÍRTÁK

Ismét halloween a Berzében

Október 20-án délután ismét boszorkányok, szellemek és csontvázak özönlítették el iskolánkat. Nyolcadikosok érkeztek a környező általános iskolákból a hagyományos halloween napi vetélkedőnkre. A háromfős csapatok, összesen 63 gyerek, a vetélkedő megnyitóját felvonulták a jelmezeikben, és megmutatták a magukkal hozott faragott töklámpá-



saikat. A halloween eredetéhez és hagyományaihoz kapcsolódó rövid teszt kitöltése után kezdődtek az ügyességi feladatok. Nagyon igyekeztek, hogy a meglehetősen könnyen szakadó WC papírból bepólyázzák a csapat egyik tagját, a múmiát. Gesztenyét dobáltak bekötött szemmel. Voltak, akik a vödörbe is beletaláltak! Sokan, főleg a hosszú hajú lányok, megrettennek a következő feladattól, de a győzelem érdekében végül bevállalták az almaevést. Persze egy vízzel teli lavórból, hátra kötött kézzel. A plakátkészítés egy halloween parti meghívással egyszerűbb feladatnak tűnt, de csak addig, míg meg nem tudták, hogy a békésen rajzolható csapatokat egyenként elkísérjük a sikolyok folyosójára. Még szerencse, hogy a Berzében van egy jó kis alsorsori folyosó! Vérfagyasztó hangeffektusok közben, bekötött szemmel kellett a csapatoknak végigmenniük a folyosón, ahol mi, Berzések, természetesen, készségesen alkalmaztunk minden, a nyugalmuk megzavarására alkalmas eszközt. Mi remekül éreztük magunkat. A nyolcadikosok tetszésnyilvánításukat velőtrázó sikoltozásokkal fejezték ki. A végén mindenki túlélte, a takarításnál sem találtunk elalélt általános iskolásokat. Természetesen a vetélkedő végén a jutalmazás sem maradt el, és reméljük, amellyel jól érezték magukat, elviszik jó hírünket iskolájukba!

BODÓ RÉKA



Megbízhat bennünk

VIZSGÁLAT
GONDOZÁS
SZAKÉRTELEM

INGYENES HALLÁSVIZSGÁLAT ÉS PRÓBAHORDÁS
2017. OKTÓBER 26-TÓL NOVEMBER 10-IG

Várakozás nélkül, az ország 76 pontján kiváló audiológus szakembereinkkel és egyéni megoldásokkal várjuk Önt!
Látogasson el hozzánk!

KÉRJEN IDŐPONTOT MOST!

IV., Szent István tér 5.
Bejelentkezés: 06 1 951 76 22
amplifon.hu

amplifon
Hallásközpontok

KALANDOS
ŐRÍÁS
BIZTONSÁGOS

TARZAN Park

Őszi szüneti
KÍSÉRŐJEGYMENTES NAPOK
a Tarzan™ Parkban
október 28-tól november 5-ig
MINDEN NAP
egy megváltott gyerekjeggy mellé
egy felnőtt kíséző jegyre
INGYENES!

+25%
KEDVEZMÉNY
ÚjpestKártyával

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

Ökumenikus imaáhitat a forradalom emlékére

Az Újpesti Városvédő Egyesület az 56-os forradalom és szabadságharc 61. évfordulójára és az újpesti áldozatokra emlékező ökumenikus imaáhitatra várta az újpestieket október 20-án az Újpesti Evangélikus Templomba. Az eseményen Újpest Önkormányzatát dr. Zsigmond Barna Pál alpolgármester képviselte.

Solymár Péter Tamás evangélikus lelkész üdvözlő beszédében hangsúlyozta: – A társadalom minden rétege kivette a maga részét az 1956-os forradalomból – így az egyházak is. Imádságaikkal, segítségnyújtásukkal megosztásával sok-sok tekintetben jelen voltak. Ezért örömteli az a hagyomány, ami itt Újpesten él, hogy egy civil szerveződés és az egyházak együtt emlékeznek meg.



Dr. Hollósi Antal, Újpest díszpolgára, a Közművelődési Kör ügyvivője emlékbeszédében többek közt kifejtette: – Nekünk, emlékezőknek sosem szabad megfeledkeznünk azokról, akik a magyar nép szabadságáért áldozták fiatal életüket, vagy sokat szenvedtek a megtorlás különböző formáitól. Tisztelettel és hálával emlékezünk a forradalom és szabadságharc országos résztvevőire, az Újpesti Forradalmi Bizottság kivégzett tagjaira: Kósa Pálra, Gábor Lászlóra, Csehi Károlyra, dr. Rajki Mártonra, Gémes József-re, S. Nagy Sándorra és Koszterna Gyulára. Az ő bátorságuk legyen a példa napjainkban is, mert szabadságunk megőrzéséhez – úgy gondolom – sajnos szükség lehet erre a közeljövőben is.

Az újpesti felekezetek vezetői közül imát mondott Mészáros Kornél baptista lelkész, Molnár István, a Szent József Templom plébánosa, Solymár Péter Tamás evangélikus lelkész és Szigethy János, az Újpest-Újvárosi Református Egyházközség lelképásztora. Az eseményen ünnepi műsort adtak az Erkel Gyula Újpesti Zenei Alapfokú Művészeti Iskola tanárai és növendékei.

P.J.

Október a látás hónapja!

-20%



1046 Budapest
Fóti út 81.
Diego udvar
06 1 233 0404



A kedvezmény más akcióval össze nem vonható, készpénzre nem váltható. Komplet szemüveg vásárlása esetén érvényes és a végösszegeből kerül levonásra.

NE FELEDJE
ÚJRAVÁLTANI
SZERETTEI
SÍRHELYÉT!

TELJES ÉS RÖVIDÍTETT IDEJŰ
SÍRHELYÚJRAVÁLTÁSOKRÓL,
ILLETVE A RÉSZLETFIZETÉSI LEHETŐSÉGEKRŐL
ÉRDEKLŐDJÖN A TEMETŐIRODÁKON!



06 80 200 611
WWW.BTIRT.HU
INFO@BTIRT.HU

Ünnepi istentisztelet

500 évvel ezelőtt Luther Márton kifüggesztette a 95 tételét és ezzel reformok sorozatát nyitotta meg, amelyek kihatottak az élet minden területére. Átformálta az istentiszteleti életet a Szentíráshoz ragaszkodással és az anyanyelvi gazdagodással. A reformátor iránymutatása messze túlmutatott a teológia határain.

A reformáció nem csupán emlék számunkra, hanem olyan örökség, amellyel vele jár a megújulás. Ma is megtalálhatjuk azokat az értékeket, amelyek a jövő felé vezetnek minket! Ma talán a kiüresedés és a közönyösség ellen, vagy éppen a fogyasztói szemléletünk ellen kellene küzdenünk. Hálát adunk, és köszönjük az elődöket, és bátorítunk mindenkit a jézusi út járására!

Legyen ez az ünnepi megemlékezésünk közös gazdagodásunk kibontakozása!

Ünnepi istentiszteletünket október 31-én 18 órakor az Újpesti Evangélikus Templomban tartjuk (Lebstück M. u. 36.). Erős vár a mi Istenünk!

„Régi csoda, új teremtés”
Ezsaías könyve, 51. fejezet

SOLYMÁR GÁBOR ny. lelkész

Reformáció 500

Egyedül a **hit**
Egyedül **Krisztus**
Egyedül a **Szentírás**
Egyedül a **kegyelem**

egység
kereszt
mértékletesség
bizalom
szabadság
kisugárzás
lelkismeret

víz
megújulás
nyitottság
tapintat
bor

szentélet
megtérés
változás
irgalmasság
nagykorúság
kenyér
szóltár
könyvnyomtatás
bibliatanítás
anyanyelv
engedelmesség
békesség

ÚJPESTI PROGRAMAJÁNLÓ



Találkozzunk többször!
2017. november

ujpest.hu
uktv4
ujpest.kaposzlaszamegyer



Újpesti Önkormányzata bemutatja

MÁRTON-NAPI lámpás vonulás

November 11.

Gyülekező: 16.30-16.45 Semsey park Indulás: 16.45
Útvonal: Semsey park – Király utca – Szent István tér
17.00-tól a Lakkzó Tagóvoda és a Pécsi S. Ált. Iskola
Zizi Majorótté Csoportjának műsora a Szent István téren.

A rendezvényen a részvétel ingyenes, saját felkészítésű előadók, művészek, tanárok és programkiosztás jegyét.

2017. november 25. – december 24.
Szent István tér

Újpesti Karácsonyi Vásár

ÚJPESTI

JÉGPÁLYA

www.ujpest.hu
facebook.com/ujpestijegpalya

KELLEMEK KÖRCSOLYÁZÁST KÍVÁN ÚJPEST ÖNKORMÁNYZATA!

SZENT ISTVÁN TÉR

2017. NOVEMBER 25 – 2018. FEBRUÁR 18.

A pályán mindenki saját felkészítésére használhatja Kesztyű használatát kötelező! A szervezők a programokhoz jegyet nem árulnak!

Családi programok

2-3., csütörtök, péntek
10.00: Őszi ünnepség
Csütörtökön őszi ajándék készítése, pénteken ünnepségtestés.
Belépj: 500 Ft

4., szombat
10.00: Rajzfilmünnepep
4 éves kortól ajánlott.
A belépés díjtalan.

7., 14., 21., 28., kedd
10.40: Daloló - kórinthen hangulatu mondókázás, éneklés és játékok, Kodályi elvek szerint csak élő éneklő hangzék el fordulva- és hegedűs társaságban.
Születésnap: 3 éves kortól ajánlott.
Belépj: 1 alkalom (30 perc): 900 Ft,
5 alkalmas bérlet: 4000 Ft,
10 alkalmas bérlet: 7000 Ft

11., szombat
15.00: Carlo Collodi: Pinokkió mesejáték egy részben a Turay Ida Színház előadásában.
5 éves kortól ajánlott
Belépj: 1-9. sor: 2100 Ft, 10-15. sor: 1800 Ft,
16-19. sor: 1500 Ft

Ady Endre Művelődési Ház

10.00: Boribon kirándul! – A Nefelejcs Babbszínház előadása, Marek Veronika Boribon és Annipanni, valamint Boribon kirándul könyvei alapján készült vidám, zenés bábelőadás.
Az előadás óvodásoknak és kisiskolásoknak ajánlott.

Kismamák

2., 9., 16., 23., 30., csütörtök
10.00: KCSE Baba-mama Klub – játék, beszélgetés, közösségi élmény, változatos témák.
6 hónapos kortól 3 éves kortól ajánlott.
A belépés díjtalan.
Megyeri Klub

10.00: Újpesti Pelentka Klub – Modern, mosható pelenták bemutatása, tapasztalatszerzés, segítségnyújtás.
Születésnap: 3 éves kortól ajánlott.
A belépés díjtalan.

Lóverseny téri Közösségi Ház
6., 13., 20., 27., hétfő
9.00-9.30: 9.45-10.15: 10.30-11.00: Ringató.
A játékos foglalkozások kedvezően hatnak a kisgyermek zenei, érzelmi fejlődésére, mozgáskoordinációjukra és beilleszkedésére.
Születésnap: 3 éves kortól ajánlott.
Csaldai belépj: 800 Ft

7., 14., 21., 28., kedd
9.30: Babajátzó – játékos delfölt babáknak és mamáknak, 6 hónapos kortól 3 éves kortól ajánlott.
A belépés díjtalan.

10.30: Babaklub az új generációnak.
Várják mindazokat az anyukákat kislábakkal, akik szeretnének közösséggé tartozni, megosztanak örömeiket és tapasztalataikat egymással.
A belépés díjtalan.
Lóverseny téri Közösségi Ház
8., 15., 22., 29., szombat

Oktatás

4., 11., 18., 25., szombat
9.00, 9.30, 10.30: „Szinglászórol kiscit másképp”
Az Ore Lajos Művészeti Iskola drámajáték és színházas-kommunikációs képzése.
6-14 éves kor között ajánlott.
Belépj: 5600 Ft/4 alkalom

6., 13., 20., 27. hétfő
17.15: Kézmozgató-foglalkozás gyerekeknek
Héttől-hétre különféle technikákkal, anyagokkal ismerkedhetnek meg a gyerekek játékos formában.
Tanfolyam csoportlétszáma: min. 4 – max. 8 fő.
6-12 éves kor között ajánlott.
Belépj: 1200 Ft
Előzetes bejelentkezés szükséges!
csillanemaz@gmail.com/06-20-527-70-95
Megyeri Klub

17.00: Kerámia-tanfolyam felhőteknek
18 éves kortól ajánlott.
Belépj: 2200 Ft/alkalom

Ady Endre Művelődési Ház
7., 14., 21., 28., kedd
16.00: Formáld a jövőd - 5+1 alkalomból álló szóbeli felvételi elbeszélgetésre készítő foglalkozás
7-8. osztályosoknak
Belépj: 15000 Ft vagy alkalmanként 3000 Ft

Megyeri Klub
8., 15., 22., 29., szombat
16.30: Kerámia-tanfolyam gyerekeknek.
Az érdeklődők elsajátíthatják a hagyományos faekasság alapját, megismerkedhetnek a modern művészi technikák alkalmazásával.
6 éves kortól ajánlott.
Belépj: 1100 Ft/alkalom

Táncprogramok

2.-30., kedd és csütörtök
18.30: Pilates – A Pilates tornagyakorlatok segítségével megnö az izmok és az ízületek állóképessége, csökken a sérülékenységek, sérülés esetén gyorsabb a regenerálódásuk.
Ady Endre Művelődési Ház

3.-29., hétfő, szerda, péntek
19.00: Zumba – hatékony kardio és izomerősítő latin és nemzetközi stílusú tánc.
16 éves kortól ajánlott.
Belépj: 1300 Ft/alkalom/7900 Ft/hó

Ady Endre Művelődési Ház
6-29., hétfő és szerda
17.30: Kondicionáló torna.
20 éves kortól ajánlott.
Belépj: 900 Ft

Ady Endre Művelődési Ház
19., vasárnap
10.00: Gyermektáncház - Liba-bá! 3 éves kortól ajánlott.
Belépj: 700 Ft

Ady Endre Művelődési Ház

Ifjúság

9., csütörtök
14.00: Jelles Napok – Márton-nap
Táncház, kézműves-foglalkozás, a Márton-naphoz kötődő játékok, népszokások, és ismeretterjesztés. Jelenlétszám határánál: október 27. péntek 14.00
Belépj: 500 Ft

21., kedd
14.00: Diáfilmműb - A magyar népmesék szármány

HÉTVEGIMATINÉ GYEREKEKNEK

a Turay Ida Színház bemutatja:

PINOKKIÓ

MESEJÁTÉK
CARLO COLLODI

NOVEMBER 11. 15 óra

Újpesti Színház, Nagyszínpad

ÚJPEST SZÍNHÁZ JEGYUJJK.HU ÚJE

UPSTYLE

MINDIG FELJEBBI!



LOKALPÁTRIÓTA. ÉRTED?

UPSTYLE.UJPEST

1042 BP, SZENT ISTVÁN TÉR 6.

Benedek Elek meséivel ismerkedhetnek meg a gyerekek. 6-11 éves kor között ajánlott. Belépő: egyéni jegy 400 Ft, csoportoknak (15 főnél) 350 Ft
Ady Endre Művelődési Ház
24., péntek
15.00: 1. előadás Zeneudvar - Vidám Utazás a hangszerek és a muzsika világában a MAV Szinfonikus Kamarazenekar tagjaival.
A Kodály év tiszteletére Háy János című szvit zenéjével ismerkedik meg a gyerekekkel.
7 éves kortól ajánlott.
Béret ár: 3500 Ft, a jegy ár: 1000 Ft
Ady Endre Művelődési Ház

Színház

16., csütörtök
10.00: Ovis Színház – A rút kiskacsa az Ametst báb színház előadásában. Jegyek korlátozott számban kaphatók az előadás előtt.
Belépő: 1000 Ft
Ifjúsági Ház

17., péntek
14.30: Sulis Színház – Ludas Matyi a Szép Ernő Színház előadásában.
Jegyek korlátozott számban kaphatók az előadás előtt.
Belépő: 1000 Ft
Ifjúsági Ház

25., szombat
2. előadás (őzsi bérlet) 19.00: Saul O' Hara: Leszek az övegved - krimi komédia két részben az Élless-Szim előadásában. Belépő: 1-9. sor: 2500 Ft, 10-15. sor: 2200 Ft, 16-19. sor: 1900 Ft
Ady Endre Művelődési Ház

Klubok, hobbi

7. kedd
15.00: Újpesti Magyarok és Zenebarát Társaság. Népdalok, táncdalok, szonok, nóták és versek kedvelése.
50 éves kortól ajánlott
Belépő: 1500 Ft/félfév
Ady Endre Művelődési Ház

8. szerda
15.00: „ÚJPEST LAMPÁSAI” - a Vakok és Gyengénlátók Közép-Magyarországi Regionális Egyesületének Újpesti Szervezete
18 éves kortól ajánlott.
Belépő: 1500 Ft/év
Ady Endre Művelődési Ház

10., 24. péntek
16.00: Cri Du Chat Barát Társaság Közhazsnú Egyesület Klubja
Ady Endre Művelődési Ház

21. kedd
15.00: Mozgáskorlatoktól Újpesti Klubja.
18 éves kortól ajánlott.
Belépő: 1800 Ft/év
Ady Endre Művelődési Ház

Túra, Országjárás

5., vasárnap
Bagoly Klub Túra – Budai-hegység
6 éves kortól ajánlott.
A részvétel önkéntes.
Mogyeyi Klub

Ady Endre Művelődési Ház
17.00: Tudáska Fikília Tanoda. Szórakoztató, játékos, képességfejlesztő feladókra nagy csoportos óvodások és általános iskolások részére.
Belépő: 1200 Ft
Mogyeyi Klub

14., kedd
14.00: Arany János versmondó verseny általános és középiskolások diákok számára. 200. évfordulója alkalmából, a magyar nyelv napján.
Jelentkezési határidő: november 7.
Ady Endre Művelődési Ház

24., péntek
18.00: Kézmozgás Alkotóbar Fejlesztékek régi és modern kézműves technikákkal.
18 éves kortól ajánlott.
Belépő: 2500 Ft
Mogyeyi Klub

Sport

7., 14., 21., 28., kedd
19.00: Testbőrszto torna.
Ajánlott mindenkinek, aki szeretné viszonyerni vagy fenntartani gerince és izületi mobilitását, könnyebb mozgásra, fittebb alakra vágyik.
Belépő: 1200 Ft
Mogyeyi Klub

11. szombat
15.30: Vasas - Újpest FC
Szusza Ferenc stadion

18. szombat
15.30: Újpest FC - Honvéd FC
Szusza Ferenc stadion

25. szombat
15.30: Diósgyőr VTK - Újpest FC
Nagyerdői Stadion

JÉGKORONG
3. péntek
18.00: Dunaujvárosi Acélbírák - UTE
Dunaujvárosi jégcsarnok

5. vasárnap
18.00: DVTK Jégesszervek - UTE
Miskolci jégcsarnok

17. péntek
20.00: UTE - MAC Budapest
Újpesti jégcsarnok

26. vasárnap
18.00: MAC Budapest - UTE
Tuskecsarnok Budapest

Karitatív

13., hétfő
14.00: Vértadás Ifjúsági Ház

Piac

11., szombat
10.00: Márton-nap - Mátyásos kenyérről várják a vásárlókat.
Újpesti Piac

10.00: Rimató – Az énekes, játékos foglalkozások kedvesen hatnak a kisgyerekek energiáira, érteim fejlődésére, mozgáskoordinációjára és beilleszkedésére készítenek.
Születésüti 3 éves korig ajánlott.
Belépő: 800 Ft
Lóverseny téri Közösségi Ház

11., szombat
9.00: Babavilág, bababörze – bébi- és gyermekruhák, játékok, egyéb eszközök árusítása, kizárólag anyukák, kismamák, nagymamák részére.
Asztalfoglalás: csak személyesen, október 24-én kedden, 17 óráig (helyszámig alapján).
Díj: 1200 Ft / asztal

14., kedd
10.00: Szoptatási tanácsadás – Az édesanyák csoportos beszélgetések keretében szoptatási szaknőnővel tudhatnak meg a kérdéseiket.
A belépés díjmentes.
Lóverseny téri Közösségi Ház

17., 24., péntek
11.00: Hargita utcai védőnők Baba-mama Klub. Interaktív előadások, tematikus beszélgetések.
6 hónapos kortól 3 éves korig ajánlott.
A belépés díjmentes.
Mogyeyi Klub

Galériák, kiállítások

6., hétfő
18.00: Dreamland 2017 Greenland – Jesper Kunuk Edde és Jonas Jens Brogaard grönlandi fotóművészek fotókiállítása.
Megtekinthető: november 6 – december 3.
H-P: 9.00-18.00
Ifjúsági Ház – Aula

10., péntek
18.00: Érik a fény – Csala Illdikó restaurátor, fotóművész akvarell kiállítása.
Megtekinthető: november 10 – december 2.
H-Szo: 10.00-18.00
A belépés díjmentes.
Polgár Centrum - Újpest Galéria

17., péntek
„Kereszmeteszter” – A Műhely Művészeti Egyesület tevékenységéről ad áttekintést.
Megtekinthető: november 17 – december 9.
H-Szo: 10.00-18.00
A belépés díjmentes.
Polgár Centrum – Újpest Galéria

30., csütörtök
„Élet falun és városban” – gyermek rajzpályázat díjnyertes és legszebb alkotásainak kiállítása.
Megtekinthető: 2017. november 30 – 2018. április 15. H-P: 9.00-18.00
A belépés díjmentes.
Lóverseny téri Közösségi Ház

Hatvan felett

6., 13., 20., 27., hétfő
15.00: Újpesti Nyugdíjas Klub – Hatvanon túl aktív, azaz „a második tavasz”.
50 éves kortól ajánlott.
Belépő: 4500 Ft/félfév
Polgár Centrum

Belépő: 1000 Ft
Újpesti pályán 10% kedvezmény, előzetes jegyvásárlás esetén.
Mogyeyi Klub
18.00: Társasjáték Klub. A KSCE és az Intro Game játékbolt együttműködésében.
14 éves kortól ajánlott.
Bajlentekes szükeles:
társasjáték@kaposztascsaladok.hu címen.
A belépés díjmentes.
Mogyeyi Klub

12., vasárnap
10.00: Alma Együtttes - koncert
3 éves kortól ajánlott.
Belépő: 1-9. sor: 2300 Ft, 10-15. sor: 2100 Ft,
16-19. sor: 1900 Ft
Ady Endre Művelődési Ház

18., szombat
15.00: Brumi mad szünetnapja – zenés babjáték egy részben a Wieseródi Babaszínház előadásában.
3 éves kortól ajánlott.
Belépő: 1200 Ft
Polgár Centrum

25., szombat
15.00: Jótékonysági és családi fotózás. A Kaposztási Családok Egyesületének szervezésében. Regisztráció a családi fotózásra: fotozas@kaposztascsaladok.hu
Mogyeyi Klub

10.00: Családi látásó – Bábéleléssel, játékos tornával, csillámszereléssel készítenek és kézműves foglalkozással várják a kicsiket és nagyokat.
Belépő: gyerek 300 Ft, felnőtt 400 Ft, családoknak (4 fő) 300 Ft/fő, 1 éves kor alatt díjmentes.
Ifjúsági Ház

Zenés programok

5., 12., 19., 26., vasárnap
17.00: Hétfői randevő – Zenés, táncos esték a 60-as, 70-es és 80-as évek slágereivel.
Zene: Szilver zenekar és Anonymous Retro Band
50 éves kortól ajánlott.
Belépő: 900 Ft
Ady Endre Művelődési Ház

11. szombat
20.00: Retro buli. Fergereges buli a 70-es, 80-as és 90-es évek legjobb diszkóslágereivel.
Belépő elővetélen: 1500 Ft, a helyszínen aznap 1800 Ft
Ady Endre Művelődési Ház

17. péntek
18.00: Örmzene – Változatos zenei stílusok, színvonalas élőzene, köztelen hangulat.
Az Áldás Együtttes lemezbenemutató koncertje.
18 éves kortól ajánlott.
A belépés díjmentes.
Ifjúsági Ház

18. szombat
15.00: Zenés, táncos klubélelőben – táncos lábi, kikapcsolódásra vagy vendégekre.
Közreműködők: Kélemen István.
Belépő: 600 Ft
Lóverseny téri Közösségi Ház

A programok változásainak jogait az intézmények fenntartják!

További információk:
www.ujpest.hu
www.facebook.com/ujpest.kaposztasmegyeri

MIT HOL
TALÁL

A logóval megjelelt programok ÚjpestKártyával kedvezményesen vehetők igénybe.
www.ujpest.hu
www.facebook.com/ujpest.kaposztasmegyeri

ÚJPESTI
KULTURÁLIS
KÖZPONT
www.ujkk.hu

ADY ENDRE MŰVELŐDÉSI HÁZ
1043 Budapest, Tavasz u. 4.
Telefon: 06-1 231-6000
MEGYERI KLUB
1048 Budapest, Mogyeyi 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

LÓVERSENY TÉRI KÖZÖSSÉGI HÁZ
ÉS HOMOKTÓVIS KÖRNYEZETVEDELMI
OKTATÓKÖZPONT
1048 Budapest, Lóverseny tér 6.
Telefon: 06-1 380-6760

IMPRESSZIUM
Kiadó: Lapkény, nyomdai előkészítés, szerkesztés: Újpesti, Sajó, Szabolcsai, Nopcsai, Kó, Újgyezető igazgató: Kovács Bence | Szerkesztőség: 1045 Bp., Erzsébet utca 8. | Megjelenik havonta 200 példányban.



A Szent István téren!

NOVEMBER 19.-IG
MINDEN SZOMBATON ÉS VASÁRNAP!

ahol mindent megtalál...

részletek: ujpest.hu/piac

Újpesti
Önkormányzat

JEGYÉRTÉKESÍTÉS szeptember 11-től:
 Ady Endre Múvelődési Ház, 06-1-231-6000,
 ady.info@ujkk.hu
 Megyeri Klub 1048 Bp., Megyeri út 207/D.
 jegy.ujkk.hu



Hatalmas buli vár

ALMA EGYÜTTES KONCERT

ADY ENDRE MÚVELŐDÉSI HÁZ 1043 Bp., Tavasz u. 4.

NOVEMBER 12. vasárnap 10.00

JEGYÁRAK: 1-9. sor 2300 Ft, 10-15. sor 2100 Ft, 16-19. sor 1900 Ft,
 2 éves kor alatt ingyenes

HETÉVI MATINÉ GYEREKEKNEK

ÚJPESTI SZÍNHÁZ
 a Meseről Bábosház bemutatja

Bumi maci születésnapja
 ZENÉS BABAJÁTÉK

NOVEMBER 18. 15 óra
 Polgár Centrum

Jegyár: 1200 Ft

OK Oktatókollégium Magyarországon
 Oktatókollégium Magyarországon
 Oktatókollégium Magyarországon

A Homoktövis Óvoda egy fő óvodapedagógus munkakör betöltésére keres munkavállalót.

Foglalkoztatás jellege: teljes munkaidő
 A munkavégzés helye: 1046 Budapest, Homoktövis u. 102.
 Pályázati feltételek: felsőfokú képesítés, óvodapedagógus
 A pályázat részeként benyújtandó iratok, igazolások: fényképpel ellátott szakmai önéletrajz, végzettséget igazoló dokumentumok, érvényes erkölcsi bizonyítvány, munkakörre vonatkozó egészségügyi alkalmasság.
 Érdeklődni lehet: Dikács Attiláné óvodavezetőnél a 061-233-38-14 telefonszámon.
 A pályázat benyújtásának módja: elektronikus úton Dikács Attiláné részére az óvoda.homoktovis@gmail.com e-mail címre, vagy személyesen Dikács Attiláné részére, 1046 Bp., Homoktövis u. 102.
 Beküldési határidő: folyamatos

KAKUKK VENDÉGLŐ

NOVEMBERBEN ÚJRA LIBANAPOKKAL VÁRJUK VENDÉGEINKET!

Foglalja le asztalát most!
www.ujpestikakukk.hu
 1046 Budapest, Nádor u. 31.
 Tel.: 06 1 783 0175

Saláták másképpen

A saláta szó hallatán sok embernek az ecetes saláták jutnak az eszébe, mint az uborkasaláta, cékla, fejes saláta. A másik variáció a savanyított káposzta, paprika, csalamádé, vagy uborka. Azonban a salátáknak emésztést segítő szerepük van, nyersen sok előemésztő enzim található bennük. Az ecetes variációkból nem tudunk olyan sokat enni, mert marná a gyomrunkat.

Akkor milyen a jó saláta? Salátának fogyasztathatunk bármilyen nyers zöldséget aprítva, amit szeretünk. Fűszerezhetjük friss

zöldfűszerekkel: petrezselyem, zeller, kapor, kakukkfű, koriander. Hidegen sajtolt olajjal: lenmag, szőlőmag, tökmag, olíva, kendermag, repce. Ízesítőikkel: citromlé, lime-lé, balzsamecet. Fűszerekkel: só, öröltbors, római kömény, babérlevél.

Lereszelhetjük a hozzávalókat, például sárgarépa, zeller, retek, cukkini, karalábé. Erre csak kevés olajat, citromlevet csepepentünk, és a köretek mellé tálalhatjuk.



Kefir vagy joghurtizetéssel is készíthetünk salátát: jégсалáta, uborka, cukkini, kaliforniai paprika, póréhagyma, fejessaláta, sütőtök, kínai kel hozzávalókat laskára vágjuk. A kefirit elkeverjük a nekünk tetsző fűszerekkel, majd ráöntjük az alapanyagokra.

Majonézes saláta: Majonézt készítenek tojás, olaj, citromlé, mustár, só, bors hozzáadásával. Felaprítunk sárga paprikát, uborkát, retket, kápiapaprikát, zöld zellert, újhagymát, almát. Összekeverjük a hozzávalókat.

Töltött saláta: Karalábét, nagy paradicsomot, céklát, kanadai tökfőjet kikaparunk, vagy kaliforniai paprika belsejébe töltünk lereszelt zöldségeket, amiket ízesíthetünk kedvünk szerint.

A hozzávalók mind nyerssek, bennük van minden értékes tápanyag. Alkalmazhatunk magokat is a salátához: szezám-, napraforgó-, chia-, tökmag.

LETTNER ANNAMÁRIA dietetikus



FILMAJÁNLÓ

Árulók

A téma néha az utcán hever, néha a történelem-könyvben. Köbli Norbert forgatókönyvíró az utóbbiban hisz, csalthatatlan érzéssel ássa elő a magyar közelmúlt ismert vagy kevésbé ismert fejezeteit. Írt már megtörtént eseményen alapuló, századelői krimi (*Félvilág*), első világháborús túlélődrámát (*Szürke senkik*) és több olyan politikai thrillert, amely az átkosban játszódik (*A vizsga*, *Szabadság – Különjárat*, *A berni követ*).



Fazekas Péterrel közös új filmje, az *Árulók* is ezt a vonalat követi. 1948-ban járunk, abban az évben, amikor papíron még nem, de a gyakorlatban már átvette a hatalmat a kommunista párt. A rezsimnek legitimációra van szüksége, ebben segít a kor ismert írója, a Szovjetunióból hosszú idő után hazatérő Illés Béla. Egyik művében Alekszej Guszev történetét írja meg, aki az orosz hadsereg tisztjeként 1848-ban kritizálta az oroszok magyarországi beavatkozását, ezért a cár felakasztotta. Illés párhuzamot vont Guszev és Petőfi közé, ezzel is illusztrálva, hogy a szovjet nép valójában mindig is a magyarok barátja volt.

A történettel csak egy a bökkenő: semmi nem igaz belőle. Ezt persze nem sejtí Illés rajongva szeretett lánya, Tatjana (Starenki Dóra), aki színdarabot készül rendezni a hős Guszevről. Barátja, a történész végzettségű Gábor (őt kéri fel a főszerep eljátszására) azonban gyanút fog, és egy delegációval a Szovjetunióba utazik, hogy megtalálja az állítólagos mártír sírját.

Az *Árulók* nem csak attól izgalmas, hogy egy valós anekdotát mesél el (Guszevről még utcát is elneveztek, amely csak 1990-ben kapta vissza az eredeti nevét), de átélethetővé is teszi a szereplők dilemmáit. Hegedűs D. Géza ugyan kiválóan alakítja a rezsimet gátlások nélkül kiszolgáló író, de az igazi dráma az idealista Tatjanáé. Szívszorító látni, ahogy rádöbben: a rendszer és az életük is hazugságra épül.

BS

A film október 30-ig a mediaklikk.hu/video/arulok/ oldalon nézhető meg.



Az Ars Pannonica jó helyre került

A Magyar Festészet napján a Polgár Centrum Újpest Galériában helyet kapott a VII. Ars Pannonica Nemzetközi Képzőművészeti Tárlat. Dr. Balázs Péter köszöntötte a vendégeket, ezt követte dr. Zsigmond Barna Pál, Újpest alpolgármesterének köszöntője.

Az Ars Pannonica kiállítás 4 részből áll: tradíció (ember, tájbrázolás), organikus (képi), absztrakt figuratív (gépi nyelv), zene és művészet összefonódása. A tárlat célja a középgenerációs kortárs magyar és osztrák művészet kis szeletének bemutatása. A rendezvényen a fővá-



Kiállító művészek: Aknay János, Birgit Bachmann, Baksai József, Bakó Péter, Rudi Benéti, Uwe Bressnik, Dobos Éva, Foky Éva, Gaál József, Hús Zoltán, Kamper László, Karner László, Kovács Péter Balázs, Kónig Frigyes, Lányi Adrienn, Mészáros Szabolcs, Nagy Gábor, Nádas Alexandra, Olajos György, Oroszy Csaba, Romvári Márton, Serényi H. Zsigmond, Soós Nóra, Martin Steiner, Szócs Géza, Szántó Dezső, Szurcsik József, Mag. Robert Trsek, Varga-Amár László, Végvári Beatrix, Zászkaliczky Ágnes

rosi, dunántúli művészek mellett karintiai és bécsi művészek kapnak lehetőséget festészeti és grafikai alkotásaik bemutatására. A kiállítás hagyományt teremt és ápolja a jó kapcsolatokat a magyar és az osztrák nemzet között. A magyar és az osztrák képzőművészeti alkotások mellett megjelennek a kortárs újpesti alkotók is. A festményeken különböző világok jelennek meg tájképek formájában, többek között az újpesti táj is.

A kiállítás november 11-ig tekinthető meg.

M. G.



Jégpálya, forralt bor és kürtőskalács

Minden felnőttben ott lakik az a kisgyermek, aki télen lemegy a barátaival és szánkózik egy jót a közeli dombon, emlékszik arra, hogy az általános iskolában, nagyszünetben óriási hógolyócsaták folytak lányok és fiúk között. Ezeket az élményeket, mint minden jót, szeretné átadni a szülő a gyermekének.

Erre egy tökéletes alkalom eljönni a családdal együtt korcsolyázni a Szent István térre. Forralt bor, puncs, meleg tea, kürtőskalács, barátokkal, családtagokkal, kollégákkal, gyermekeinkkel töltött pillanatok. Ki tudja, lehet, hogy a karácsonyi csoda is megtörténik.



November 25-én nyitja meg kapuit Újpesten a tél hangulatát idéző szabadtéri jégpálya. A Városháza melletti terület egészen február 18-ig várja ingyenesen a jégkori szerelmeseit. A belépés ingyenes, de fontos tudni: mindenki saját felelősségére használhatja a pályát. A kölcsönzéstől jelképes összegért bárki bérelhet korcsolyacipőt, így azok is hódolhatnak a sportnak, akiknek nincs felszerelésük. Kesztyűről azonban mindenkinek saját magának kell gondoskodnia, amelynek használata kötelező a pályán. Kellemes korcsolyázást kíván Újpest Önkormányzata!

Ahogy megszokhattuk, a jégfelújítás mindennap 14 és 15 óra között lesz, tehát a korizni vágyók hétköznap 15 és 20 óra között, hétfőn pedig 9 és 14 majd 15 és 20 óra között vehetik birtokba a pályát. M.G.



Újpest Önkormányzata bemutatja

MÁRTON-NAPI lámpás vonulás

November 11.

Gyülekező: 16.30-16.45 Semsey park Indulás: 16.45
Útvonal: Semsey park – Király utca – Szent István tér

17.00-tól a Lakkozó Tagóvoda és a Pécsi S. Ált. Iskola Zizi Majoréte Csoportjának műsora a Szent István téren.

A rendezvényen a részvétel ingyenes és saját felelősségre történik. A szervezők fenntartják a programváltozás jogát!

ÚJPEST
AKN. SZÉPÉRTŐK-ÉLEN

ÚJPESTI JÉGPÁLYA

www.ujpest.hu
facebook.com/ujpestijegpalya

KELLEMES KORCSOLYÁZÁST KÍVÁN ÚJPEST ÖNKORMÁNYZATA!

SZENT ISTVÁN TÉR

2017. NOVEMBER 25 – 2018. FEBRUÁR 18.

NYITVATARTÁS (KÖZÖNSÉGGORCSOLYÁZÁSI):

2017. november 25-től 2018. január 1-ig:
HÉTFŐ-PÉNTEK: 15.00-20.00
SZOMBAT-VASÁRNAP: 9.00-14.00 ÉS 15.00-20.00

2018. január 2-től 2018. február 18-ig:
HÉTFŐ-CSÜTÖRTÖK: 15.00-19.00 PÉNTEK: 15.00-20.00
SZOMBAT: 9.00-14.00 ÉS 15.00-20.00
VASÁRNAP: 9.00-14.00 ÉS 15.00-19.00

(14-15 ÓRA KÖZÖTT JÉGFELÚJÍTÁS)

A jégpályát mindenki saját felelősségére használhatja! Kesztyű használata kötelező!
A szervezők a programváltozás jogát fenntartják!

Toma Dorinának jót tett a klubváltás

Felnőtt országos bajnoki címmel zárta a tűzfegyveres idényt **Toma Dorina**, az UTE 18 éves versenyzője. Kezdeti gyors sikerei után néhány éve hullámvölgybe került, ám idén újra rátalált jó formájára. Ebben edzője, Kissné Oroszi Edit is nagy segítségére volt.

A sportlövőknek a puskások 50 méteres összetett versenye a legbonyolultabb, legösszetettebb erőpróba. Királyszámnak is nevezik, hiszen nagy a távolság, és három különböző pozícióból kell egyforma pontossággal célózni. A legjobbak, a rutinos bajnokok többnyire éppen a nehézsége miatt szeretik.

– A felnőtt bajnoki címeknek nagyon örülök. Sok munkát végeztem, és ennek eredményeként, úgy érzem, életem legjobb szezonja volt az idei. Végre kijött belőlem az, amit tudok – mondta a nemrég lezárult tűzfegyveres versenyidényéről Toma Dorina.

Dorina három éve váltott klubot azért, hogy az UTE-ban Kissné Oroszi Edittel dolgozhasson. Korábbi jó eredményeit követően abban az időszakban kissé megakadt a fejlődésben, s most úgy tűnik, jó döntést hozott. Jót tett neki a környezetváltás.

– Az alapoktól újrakezdünk mindent Dorinával, szinte újraépítettük őt versenyzőként – mondta az edző. – Szerencsére példaértékű sportoló, borzasztóan szorgalmas, jó vele együtt dolgozni. Mindent megtesz, amit kérek, tudatosan készül a jövőre. Biztos vagyok benne, hogy mostantól a versenyeken is egyre jobban fog teljesíteni. Erre a felnőtt országos bajnoki címe a legjobb példa.

Kissné Oroszi Edit szerint tanítványa tanulóként ugyanolyan jó, mint versenyzőként. De hát a jónál is mindig lehet valaki jobb. Dorina pedig általában jobb szeretne lenni. A suliban és a lőtérben egyaránt.

– Tele vagyok energiával, tervekkel. Szeretnék kijutni a jövő évi juniorvilágbajnokságra, és természetesen a győri kontinensviadalon is jó lenne indulni – mondta a folytatásról Dorina, aki még két évig versenyezhet az utánpótláskorúak között.



Toma Dorina

Az oldalt összeállította: GERGELY GÁBOR



Krisztina megcélazza a tokiói olimpiát

Az UTE ökölvívó-szakosztály és a Madárfészek Akadémia közötti példaértékű sportszakmai kapcsolatnak köszönhetően ismét nagy sikert könyvelhetett el a lila-fehér klub. **Beri Krisztina a női ökölvívó magyar bajnokságon nyert aranyérmet, ráadásul a torna legjobbjának is megválasztották. Beri Krisztina idén igazolt Újpestre.**

– Meglehetősen későn, 26 évesen kezdtem bunyózni, bátyámat követtem az edzőterembe. Megtetszett a dolog, így ott ragadtam a teremben, amit nem bánok – nyilatkozta. – Sokat köszönhetek nevelőedzőimnek, Gájer Józsefnek és Somlai Miklósnak, Miklós a mai napig segíti a munkámat.

Krisztina életében akadtak buktatók, ki is hagyott néhány esztendő, de szerencsére visszatalált az ökölvívóterembe. Azóta nem is lehet más a célja, mint mondta, csak az olimpiai szereplés. Példaképe Erdei Zsolt, nem titok, miatta is döntött úgy, hogy beköltözik a Madárfészekbe. Edzéseit a fészekben és a klubban végzi, a versenyeken az UTE színeiben indul.

– Nagyon hamar vált otthonommá az UTE-pálya – mondta Krisztina. – Szeretek itt lenni, lassan már mindenki előre köszön, pedig ezen a téren én is igyekvő vagyok. Örülök, hogy a birkózók nagy családja is befogadott, hiszen sokat találkozunk, egymás mellett „lakunk”, edzünk.

Beri Krisztina gondol a jövőre is. Közéleti tervei között szerepel az angol nyelvvizsga, a távolabbi célja pedig, hogy az olimpia után edzőként segítse a feltörekvő ifjúságot.

Boldog születésnapot, Nagy László!

Az Újpest aranycsapatának csatára 1949. október 21-én, Buzsákon született. 1962-ben kezdett el futballozni a fonyódi labdarúgócsapatban. Három év múlva került a lila-fehérekhez, ahol pályafutásának legnagyobb sikereit élte át. Újpestiként került be az olimpiai válogatottba, és az 1968-as mexikóvárosi olimpián aranyérmes lett.

Nagy László 355 élvonalbeli mérkőzésen lépett pályára, 1969-ben lett először magyar bajnok, melyet a Dózsaival sorozatban hatszor megvédett. Összesen kilencszeres magyar bajnok, ötszörös MNK győztes (1969, 1970, 1975, 1982 és 1983-ban) és a Magyar Népköztársaság



Kupát megnyerő csapatban is szerepelt. A magyar válogatottban huszonöt alkalommal ölthette magára a címeres mezt.

Aktív játékosként szerzett szakadói diplomát a Testnevelési Főiskolán. Viszvonulása után első munkahelye régi klubja, az Újpesti Dózsa lett, melynek pályaedzője volt, majd a tartalékcsoportot készítette fel a mérkőzésekre. Több csapatnál is dolgozott vezetőedzőként, 1996-ban az Újpest FC-t irányította.

– Egész életemben a futball és a család volt számomra a két legfontosabb dolog. Azt gondolom, labdarúgóként mindent elértem, amit lehetett, kilencszer nyertem bajnoki címet és ötször Magyar Kupát, játszottam a Bajnokcsapatok Európa Kupájában, a Vásárosok Kupájában ezüstérmet nyertünk – nyilatkozta az UKTV stúdiójában az ünnepelt. – Játékosként és edzőként mindig arra törekedtem, hogy szórakoztassam az embereket és becsalogassam a nézőket a stadionokba

A 68 éves olimpiai bajnok ma már nyugdíjas. Mint mondta, igazából már nem is nagyon szeretne belefolyani a futballba, persze véleményét azért mindig elmondja a látottakról.

NOVEMBER 1. MINDENSZENTEK ÜNNEPE MUNKASZÜNETI NAP. FELHÍVJUK KEDVES VÁSÁRLÓINK FIGYELMÉT, HOGY A PIAC EZEN A NAPON ZÁRVA!



Az ÚJPESTI SZENT ISTVÁN TÉRI PIAC és VÁSÁRCSARNOK ajánlatai 2017. október 26. – november 1.



KACSCACOMB
Te-So Bt.-nél

2190 Ft
/kg



RÉGI SAVANYÚKÁPOSZTA
Dóka Erzsikénél

250 Ft
/kg



SÜTŐTÖK
Tóth Zoltánnál

250 Ft
/kg



SELYEMFŰMÉZ
Seben Gábor őstermelőnél

1900 Ft
/kg

Az esetleges szerkesztési vagy nyomdai hibákért felelősséget nem vállalunk. A képek csak illusztrációul szolgálnak.

TOVÁBBI HÚSAKCIÓK

A Virágcsarnok oldalában a Mátyás-Hús Kft.-nél minden sertéshús 1199 Ft/kg | csirkecomb 599 Ft/kg | csontos csirkemell 999 Ft/kg | csirkemellfilé 1199 Ft/kg | csirkeszárny, máj és zúza 499 Ft/kg | csirke far-hát 99 Ft/kg | házi zsír 499 Ft/kg | házi parasztkolbász 1399 Ft/kg | felvágottak széles választékban!

A Kiscsarnokban a Te-Só Bt.-nél kacsacomb 2190 Ft/kg | kacsazúza 1090 Ft/kg | egész tyúk 799 Ft/kg | sertészsír 550 Ft/kg | Pick téliszalámi 5090 Ft/kg | egész nyúl 2590 Ft/kg.

A Virágcsarnokban a Kedves Hentesnél lecsókolbász 780 Ft/kg | hajdúsági parasztkolbász 1099 Ft/kg | füstölt csemegezalonna 1099 Ft/kg | véres-, májashurka 1099 Ft/kg | házi parasztmájás 1380 Ft/kg.

TOVÁBBI ZÖLDSÉG- ÉS GYÜMÖLCSAKCIÓK

A Nagycsarnokban Tóth Zoltánnál sütőtök 250 Ft/kg | lecsópaprika 200 Ft/kg | citrom 600 Ft/kg | mandarin 300 Ft/kg | sárgarépa 200 Ft/kg | gyökér 380 Ft/kg | kelkáposzta 250 Ft/kg | minden alma 250 Ft/kg.

A Nagycsarnokban Dóka Erzsikénél régi savanyúkáposzta 250 Ft/kg.

MÉZ

A Nagycsarnokban Seben Gábor őstermelőnél akácmez 2200 Ft | vegyes virágméz 1600 Ft | selyemfűméz 1900 Ft.

EGYÉB AKCIÓK

A Pavilonsonon Eisler Györgynénél kétrészes gyermek téli overálók 5500 Ft/db | téli sapkák, farmernadrágok nagy választékban.

A Pavilonsonon Lukács Józsefnél divatos táskák nagy választékban.

A Pavilonsonon Mesics Katalinnál lámpára kötő géllak 800 Ft/db.

A Pavilonsonon Lipcsei Évánál télikabátok, szövetkabátok (magyar és olasz gyártmányú) átlag és nagy méretben kaphatók.

OKTÓBER 1-TŐL VASÁRNAPONKÉNT EGÉSZ HÓNAPBAN VÁRJA A GYEREKEKET A LUFIAJTOGATÓ PEPPINO BOHÓC!



ÚJ PIAC ÉS VÁSÁRCSARNOK ÉPÜL!

PIAC PLACC SZOMBATON ÉS VASÁRNAP AZ IDŐJÁRÁS FÜGGVÉNYÉBEN
AZ ÚJPESTI PIAC ÉS VÁSÁRCSARNOK MELLETT, A DUNA SÉTÁNYON.

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: Kovács Bence • Főszerkesztő: Tallér Edina • Felelős szerkesztő: Domján Vivien, • Munkatársak: Baski Sándor, Gergely Gábor, Juhász Mátyás, Profusz József • Fotó: Berki Bea, Domján Vivien, Várai Mihály • Irodavezető: Csekóné Czeglédi Csilla • Szerkesztőség: 1045 Budapest, Erzsébet utca 8, Titkárság: 785-0366.

Újpesti Napló: 06-70-398-8229. ÚKTV: 06-70-398-4206, e-mail: szerkesztoseg@ujpestimedia.hu • Lapterv, 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 őrizzük 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

EZ AZ ÜZLETHELYISÉG
ÖNRE VÁR!

MÁR
90%
KIADVA

ÚJPEST FEJLŐDIK

**PIAC ÉS RENDEZVÉNYKÖZPONT ÉPÜL
UTOLSÓ ÜZLETHELYISÉGEK KIADÓK!**



További információ: vasarcsarnok.ujpest.hu