

RÁKOSPALOTA / PESTÚJHELY / ÚJPALOTA

2020. JÚLIUS 16.
X. ÉVFOLYAM 13. SZÁM

FLETképek

www.bpxv.hu  <https://www.facebook.com/budapest15kerulet>

XV. KERÜLET KÖZÉLETI LAPJA



FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

Biztonságosabb
utakon

Megnyíltak
a pályázatok

Vidám nyári
táborok



FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

Tevékeny folytatás



Csaknem négy hónapnyi szünet után újra összeült a képviselő-testület június 30-án. A képviselők 16 napirendet tárgyaltak meg. Az ülést kivételesen Tóth Imre alpolgármester vezette, mivel Cserdiné Németh Angéla polgármester egészségügyi okokból nem tudott részt venni az értekezésen.

Az ülés kezdetén köszöntötték dr. Kevvári Edit aljegyzőt, aki ebben a minőségében először volt jelen, bár már április óta a polgármesteri hivatalt erősíti. Egyperces néma felállással emlékeztek meg a közelmúltban elhunyt kerületi díszpolgárokról, Papp Barnabásról és Szécsy Istvánról, valamint Budapest díszpolgáráról, Bálint Györgyről. Ezt követően a Civil Szervezetek Elismerő Oklevél átadása következett, amit idén az ÖTHÉT Egyesület kapott. Az oklevelet Tóth Veronika és Tóth Imre alpolgármesterek adták át Makai Ferencnek, az egyesület elnökének.

A protokolláris bejelentések után megkezdődött a napirendek vitája. A grémium új rendeletet alkotott az egészségügyi alapellátási körzetekről. Mint elhangzott, ez több okból is indokolt. A kerületi védőnők kérték a védőnői körzetek átcsoportosítását, mivel egyes körzetek között aránytalan az ellátottak száma. Dr. Zsigmond Anikó házi gyermekorvos 2018 júniusában bejelentette nyugdíjba vonulását, de praxist nem sikerült értékesíteni, ezért annak felosztása vált indokoltá. Így a XV/5.-GY/R. gyermekorvosi körzetet a Rákos út és az Arany János utca vonalán négy részre osztották fel, melyeket a velük érintkező körzetekhez csatoltak.

Az Egészséges Budapest Program keretében a Hősök útja 1. és 3. alatt található rendelők felújításáról és megvalósításához szükséges kiegészítő forrásról is döntött a testület. Az épületek külső felújítása során az elavult ajtókat, ablakokat korszerű, hősziget-

telt üvegezésű nyílászárókra cserélik, a homlokzatok a jelenleg érvényben lévő energetikai követelményeknek megfelelő módon hőszigetelést kapnak, azok településképi előírásoknak megfelelő színezése és a lapos tetők felújítása is megvalósul. A belső átalakítás keretében átépítésre kerülnek a válaszfalak, megtörténik a belső ajtók, padló- és falburkolatok, lakatos- és faelemek cseréje, valamint korszerűsítik a teljes elektromos hálózatot és gépészeti rendszert. A program része a rendelők közvetlen környezetének rendezése, különös tekintettel a két épület közötti részre.

A képviselő-testület arról is határozott, megbízza Palocsai Béla képviselőt, hogy az Erdőkerülő utcai hajléktalanhelyzet mielőbbi rendezése érdekében felvegye a kapcsolatot az érintett ingatlanok tulajdonosaival, és velük egyeztető tárgyalásokat folytasson. Remények szerint a hajléktalanok által okozott, évek óta fennálló problémák megoldására nyílnak ezzel lehetőségek.

A legnagyobb és leghevesebb vita az utolsó napirendi pont miatt alakult ki. A Palocsai Béla és Gyurkó Dániel képviselők (Mindenkori Tizenötödikért-frakció) által jegyzett előterjesztés az önkormányzatokat érintő elvonásokkal kapcsolatos tiltakozó nyilatkozat elfogadására buzdított. A nyilatkozat aláírói tiltakoznak a 2021. évi költségvetés „önkormányzatokat sújtó elvonásai” miatt, azaz a 2,5-szeresére emelt szolidaritási hozzájárulás és az elvont gépjárműadó ügyében.

A mintegy egyórás vita során a Fidesz-frakció képviselői azzal érveltek, hogy a nyilatkozat nem másra, mint politikai haszonszerzésre irányul. Mint mondták, a baloldali képviselők a járványhelyzetet kihasználva akarják félrevezetni az embereket. Emléztettek arra, hogy az Orbán-kormány 2010 után mintegy hatmilliárdos adósságátvállalással segítette a XV. kerületi önkormányzatot, másfél mil-

liárd forintot adott volna a rákospalotai szociális célú városrehabilitációra – amiről a jelenlegi kerületvezetés lemondott –, valamint az Egészséges Budapest program keretében egymilliárd forintot biztosít kerületi egészségügyi fejlesztésekre. A Fidesz-KDNP szerint emellett eltörpül a koronavírus-járvány miatt közös tehervállalásból kerületünkre jutó rész.

Cserdiné Németh Angéla levelében – amit Tóth Imre tolmácsolt – leírta: az iparűzési adóból több mint egymilliárd forintot vonnak el, a gépjárműadó teljes elvételével 230 millió forintot, a szolidaritási hozzájárulás 2,5-szeresére emelésével pedig további 1,4 milliárd forintot venne el 2021-ben a XV. kerülettől a kormány. Hiába nő a kötelezően ellátandó feladatok állami normatívája, nagyon komoly összegettől esik el az önkormányzat,

és a polgármesteri hivatal finanszírozása is veszélybe kerülhet. Kitért a járvány elleni védekezésre is, amely több váratlan kiadással is járt, s ami várhatóan összesen 276 millió forint kiadással zárul majd.

A napirendhez hozzászólt Hajdu László országgyűlési képviselő is, aki elmondta: „A kormány által a parlament elé beterjesztett 2021-es állami költségvetés valamennyi állampolgárt sarcolja. A kormány az ellenzéki többségű testületeket szeretné ellehetetleníteni, de a lakók, a magyar adófizetők lesznek ellehetetlenítve.”

A napirendet végül 15 igen és 4 nem szavazat mellett fogadta el a testület.

Jónás Ágnes

(A testületi ülések élőben és felvételtől is teljes terjedelmükben megtekinthetők az onkormanyzativ.hu és a bpxv.hu honlapokon.)



ILLUSZTRÁCIÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

Megnyílt a bérlakáspályázat

A XV. kerületi önkormányzat meghirdette a tulajdonában lévő lakások szociális alapon történő bérbeadására vonatkozó pályázatát.

A nyílt pályázat 9 darab felújított (komfortos-összkomfortos) lakás 5 év határozott időre szóló bérleti jogának elnyerésére szól.

A pályázat nyilvános, azon bárki részt vehet, aki a kiírt feltételeknek maradéktalanul megfelel.

Beadási határidő: **2020. július 31. (péntek) 12 óra.**

A pályázatokat kizárólag személyesen vagy meghatalmazott útján az önkormányzat ügyfélszolgálatán (1153 Budapest, Bocskai u. 1–3.) lehet leadni. A szükséges anyagok letölthetők az önkormányzat honlapjáról: bpxv.hu, ahol minden fontos információt megtalálnak az érdeklődők.

Elismert köztisztviselők

A Közszolgálati Tisztviselők Napja alkalmából június 29-én apparátusi értekezlettel kezdődött a nap a polgármesteri hivatal dísztermében. Az eseményen Tóth Imre alpolgármester és Dr. Filipz Andrea jegyző több kitüntetés és elismerést is átadott a hivatal dolgozóinak.

FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ



Nagy Andrea | Az Év Köztisztviselője a vándordíjjal

A 2002-ben alapított Az Év Köztisztviselője vándordíjat a hivatal dolgozóinak szavazata alapján idén Nagy Andrea, az Adóügyi Osztály ügyintézője kapta.

A kerület jegyzője a tartosan kiemelkedő munkát végző, felsőfokú végzettséggel rendelkező köztisztviselőket címzetes vezető főtanácsosi, a középiskolai végzettségű köztisztviselőket pedig címzetes főmunkatársi címmel jutalmazhatja. 2020-ban címzetes vezető főtanácsosi címben részesült Franka-Simon Bernadett, a Szociális és Egészségügyi Osztály ügyintézője, Homa Gabriella, az Igazgatási és Ügyfélszolgá-

ti Osztály vezetője, valamint a Rendészeti Osztály megbízott vezetője, Megyesiné Enyedi Anikó, az Adóügyi Osztály ügyintézője, Sipos Gábor, a hivatal főépítész, Varga Klára, a Szociális és Egészségügyi Osztály referense és Venczel Ferencné, az Igazgatási és Ügyfélszolgálati Osztály ügyintézője. Címzetes főmunkatársi címet vehetett át Botosné Kulik Gizella, az Igazgatási és Ügyfélszolgálati Osztály ügyfélszolgálati ügyintézője, Madej Éva, a Jegyzői Iroda Központi Iktató Csoportjának

iratkezelési ügyintézője és Morvai Tamásné, a Polgármesteri Kabinet titkársági ügyintézője.

Dr. Filipz Andrea Jegyzői Dicséretben részesítette Csábráki Lászlót, a Jegyzői Iroda gépkocsivezetőjét és Szabó Máriát, a Rendészeti Osztály segédfelügyelőjét.

A polgármesteri hivatalnál megszakítás nélkül 20 és 25 évet eltöltött köztisztviselők a Közszolgálatáért Oklevelet vehették át és a 30 éves jubileumi jutalom is gazdára talált. (rt)



Példamutató pedagógusok

Az önkormányzat az idei évben sem feledkezett meg az óvodapedagógusokról, s bár az egészségügyi helyzet június első vasárnapján még nem tette lehetővé a személyes találkozást, pár hét csúszással mégiscsak ki lehetett osztani az elismeréseket.

A járványhelyzet enyhülésének köszönhetően Cserdiné Németh Angéla polgármester személyesen gratulálhatott Haskó Józsefnek

(Újpalotai Összevont Óvoda) és Kátainé dr. Kovács Viktóriának (Hétszínvirág Összevont Óvoda), akik Az Év Óvodapedagógusa díjat kaptak, illetve Molnárné Busi Krisztinának (Rákospalotai Összevont Óvoda), aki pedig Az Év Óvodai Munkát Segítő Alkalmazottja elismerésben részesült.

Ezenkívül kiosztották a jubileumi elismeréseket és hűségjutalmat is, valamint a nyugállományba vonulókat is köszöntötték. **Ék**

Rendhagyó egészségügyi ünnepség

A koronavírus-járvány sok mindent megváltoztatott. Többek között a bevált protokollokat is. Az önkormányzat hiába rendelkezik arról, hogy évről évre elismerésben kell részesítenie a tanárokat, a köztisztviselőket vagy az egészségügyi dolgozókat, a jelenlegi egészségügyi helyzet miatt minden esetben le kellett mondania a díjazottak méltó megünnepléséről.

A július 1-jei Semmelweis-napot is csak szűk körben tartották meg a Rákos úti szakrendelőben, ahol Tóth Veronika alpolgármester tolmácsolta a kitüntetésben és jutalomban részesített egészségügyi dolgozóknak a kerület köszönetét.

A rövid ünnepségen az Év Szakorvosa díjat dr. Molnár Dóra főorvos vehette át, aki immár 15 esztendeje a



Semmelweis-nap | Jutalom az elhivatott szakembereknek

Dr. Vass László Egészségügyi Intézmény Kardiológiai Osztályának oszlopos tagja, egyszer már kiérdemelte a kerület legjobb orvosának járó elismerést.

– Csakis jó asszisztensekkel és jó kollégákkal lehet egy ilyen sikert elérni – mondta az év szakorvosa. – Igyekszem a jövőben is úgy dolgozni,

hogy a betegek is értsék, mi történik velük.

Az Év Egészségügyi Szakdolgozója Melykó Irén intézményvezető-asszisztens lett, aki immár 37 éve tagja a Rákos úti szakrendelő szakmai stábjának. A veszélyhelyzet idején példakősen szervezte a védőeszközök beszerzését és a szűréseket.

– Ezt a munkát csak úgy lehet végezni – mondta –, ha az ember szereti a betegeket, és szereti, amit csinál. Ha újra kezdeném a pályámat, biztos, hogy ismét az egészségügyben helyezkednék el.

Az Év Háziorvosa dr. Barónai Anna, a Kossuth utcai háziorvosi rendelő felnőtt-háziorvosa lett, aki belgyo-

gyász szakorvosként kezdte a pályafutását, majd 1987 óta gyógyítja háziorvosként a rákospalotai betegeket. Háziorvosi munkája mellett immár 22 éve a Rákospalotai Leánynevelő Intézetben is tevékenykedik. 2013 óta nyugdíjasként látja el a feladatát. Az Év Háziorvosa díjat négy évtizedes orvosi munkájáért és példamutató életútja elismerésül kapta.

Az Év Háziorvos Szakdolgozója, Szilvási Józsefné szintén 1987 óta dolgozik a XV. kerület egészségügyi ellátásában.

A díjakon kívül a 25, 30 és 40 éves jubileumi elismerések is gazdára találtak, és a hűségjutalmak mellett a nyugdíjba vonulókat is köszöntötték, valamint Polgármesteri Dicséretben részesítettek két háziorvost a Semmelweis-nap alkalmából.

Riersch Tamás

Megszépült a Budai II. Stadion

A Budai II. László Stadion alagsorában 2018 júliusában, a Magyar Súlyemelő Szövetség edzőtermének kialakításával szinkronban kezdődött meg a mosó-szárító helyiség, valamint a férfi- és női öltözők kivitelezése. A munkálatok alatt, 2018 augusztusában az alagsori helyiségek külső fala átázott, indokoltá vált a szigetelés mielőbbi elvégzése, melyre a fenntartó önkormányzat az állagmegóvás érdekében engedélyt adott.

Még az év októberében a helyi Gazdasági Működtetési Központ (GMK) megbízta az LH TERV Mérnöki Szolgáltató Kft.-t az alsorsori falak utólagos szigetelésének és a csapadékvizek épülettől való távoltartásának megtervezésével. A tervek novemberre elkészültek, de a kivitelezésre kiírt első közbeszerzési eljárás 2018-ban meghiúsult, mivel a beérkezett ajánlat meghaladta a rendelkezésre álló keretösszeget. A 2019 elején indított újabb közbeszerzési eljárás ugyan sikeres volt, de a kerületnek nem volt elfogadott költségvetése, ezért nem lehetett a pályázat nyertesével szerződést kötni – tájékoztatta lapunkat Mona Péter, a GMK műszaki igazgatója.

A tervek alapján 2020 februárjában a GMK szerződést kötött a Palota Art-Ép 013 Kft.-vel a szigetelési munkák elvégzésére. A kivitelezés szakszerű-



Szinkronban folytak a munkák | Külső-belső korszerűsítés

ségének felügyeletére műszaki ellenőrt bíztak meg.

Az építkezés során az épület alagsorral rendelkező szárnyánál körben a meglévő járdát elbontották, a határoló falak alsó szigetelése alatt 20 centiméteres mélységig munkaárók készültek a szigetelés elkészítéséhez szükséges szélességben. Az eredeti szigetelést védő fal elbontását követően a meglévő függőleges falszigetelést levették. A vízszintes falszigetelések a falak alatt és a körbemenő vasbeton koszorúk alatt a fal síkjáig történt visszavésés mellett megmaradtak. A falfelület megtisztítása után az új szigetelés fogadására lábazati cementvakolattal egyenletes, sima felület készítették

– avatott be a munka részleteibe a műszaki igazgató.

Az újonnan kialakított falszigetelés 2 réteg 4 mm vastag modifikált bitumenes, üvegszövet betétes, hegeszthető szigetelőlemez. A függőleges falszigetelést 20 centiméterrel a vízszintes falszigetelés síkja alá vezették le. A függőleges falszigetelés mechanikai sérülések elleni védelme és az épület hőszigetelési paramétereinek javítása érdekében 5 centiméter vastag Austrotherm hőszigetelő táblákat helyeztek be.

Az épület két hosszoldalán épített új járdába teljes hosszban horganyzott acélráccsal fedett folyókat építettek, melyből a csapadékvizet PVC-cső-

vekből kialakított csatorna vezeti a futballpálya felőli oldalon egy újonnan kialakított, földdel takart szikkasztóba, a főbejárat felőli oldalon a közeli csatornaaknába. A futballpálya felőli oldalon a járda mellett szegély készült, mely megakadályozza a futópálya sarkjának bemosódását a járdára.

Mint megtudtuk, a kivitelezés során szükség volt pótmunka megrendelésére, ugyanis kiderült, hogy az épület sportpálya felőli oldalán a fal és annak alapozása nincs egy síkban, a betonlapot egykor zsaluzás nélkül, az alapárók kibetonozásával készítették. Ennek következtében körülbelül 25 méter hosszban az alap oldalfelülete egyenetlen volt. Szigetelést ilyen felületre nem lehetett készíteni. Ezért a kiálló betonlap teljes hosszában az egyenetlenségeket megszüntető, mintegy 40 centi széles és 40 centiméter magas peremet alakítottunk ki, amelyre a szigetelés megbízhatóan rávezethető és rögzíthető – mondta el Mona Péter.

A szigetelési és ahhoz kapcsolódó kivitelezési munkák a szerződés szerinti határidőre, 2020. május 26-ára elkészültek, a műszaki átadás-átvétel megtörtént.

A kivitelezés bruttó költsége 19 millió 406 ezer forint, mellyel a helyiségek komfortnövelése mellett egyúttal statikai szempontból biztosítottá vált az épület jövőbeni felújításának sikeressége. **(jónás)**

Sebességkorlátozás: védett övezet

Rákospalota csendes, forgalomlassított utcái válhatnak még nyugodtabbá egy új intézkedéssel.

A Cserba Elemér út és a Toldi sarkán kezdték meg a Városgazdálkodási Főosztály és a Répszolg Kft. megbízásából felfesteni azokat az útburkolati jeleket, amelyekre a 30 kilométeres sebességkorlátozással védett övezet még biztonságosabbá tétele miatt van szükség.

„Itt, a Régi Főti út és Szentmihályi út közelében a 30-as övezet utcáit menekülőútként használják a két forgalmas úton közlekedők. Mindennaposak a torlódások a reggeli és a délutáni órákban, míg a Cserba Elemér út és a Vécsey utca sarkán, valamint a Cserba Elemér úton és a Fazekas sornál havonta történnek balesetek. Ezért megoldásra van szükség, és körülbelül egy évvel ezelőtt kezd-



30-cal biztonságosabb | Időtálló felfestések

ményeztem, hogy a 30-as övezetet jelző táblák mellett az úttestre nagy, a sebességkorlátozásra figyelmeztető jelek kerüljenek” – mondta a helyszínen Deschelak Károly (Mindenki

a Tizenötödikért), Rákospalota ezen részének, a 4-es választókerületnek a képviselője.

Tavaly már némi forgalomszervezéssel sikerült tompítani az au-

tók okozta terhelésen, de reggel és délután azért még bőven maradt az itt élők „átjáróház érzése” – sok száguldozó autóval. Mindenhol megtalálhatók a 30 kilométer/óra korlátozásra figyelmeztető táblák, ezek azonban a tapasztalatok szerint nem elegendőek.

A Régi Főti út – Wesselényi utca – M3 – Rákosmező utca határolta területen belül összesen 13 helyen festik fel a 30-as jeleket. A munkák során műgyantát visznek fel az aszfaltra, ez a mélyebb résekbe is beszívódik, így sokkal időtállóbb lesz, mint a sima felfestés – gyakorlatilag csak az aszfalttal együtt lehet eltávolítani az útjeleket.

Deschelak Károly elmondta, a rendőrségtől már ígéretet kapott arra, hogy szeptembertől sebességméréssel is ellenőrzik a 30-as korlátozás betartását. **Cs. B.**

Biztonságos találkozási pont

Hivatalosan is átadták a Sződliget utca – Fő út – Pázmány Péter utca találkozásánál a felújított kereszteződést július 3-án. Az „új forgalmi renddel” remélhetőleg növelni tudják a gyalogosok biztonságát.

– Régóta húzóda probléma volt ez – mondta Tóth Imre alpolgármester. – Nagyon sok baleset történt itt, a gyalogosok átkelése is nehéz és veszélyes volt. Most első körben bruttó 16 millió forintból a Sződliget utcából érkezők átkelését tettük könnyebbé a járdaszíjzettel és a zebra kialakításával. Ezzel azonban korántsem zárul le ez a fejlesztés, hisz rövid időn belül szeretnénk a Karácsony Benő parkban található játszótér és sportpálya megközelítését is megkönnyíteni.



Felújított kereszteződés | Bodó Miklós, Lukács Gergely és Tóth Imre

Az említett csomópont két körzet határán található, így az átadáson Lukács Gergely (1. számú választóköri)

és Bodó Miklós (3. számú választóköri) önkormányzati képviselő is hivatalos minőségében volt jelen.

– A csomópont kialakítása már a 2019-es költségvetésben szerepelt volna – mondta Lukács Gergely –, ám az ismert okok miatt ez a fejlesztés, sok más egyéssel együtt, átcúszott az idei évre. Megpróbáltuk minél előbb rendezni ennek a résznek a helyzetét, amely nagyon sok lakost érint. A közeli vasútállomás miatt is fontos volt az átalakítás, mert több diák is vonattal közlekedik a Dózsa György Gimnázium és Táncművészeti Szakgimnázium és az otthona között.

– Ez a kereszteződés csak az első lépés volt a környék rendezési tervében – tette hozzá Bodó Miklós. – Az önkormányzat ugyanis már betervezte a park felújítását is, illetve ebben a ciklusban remélhetőleg a Deák utcai rendelő is megépülhet majd.

R. T.

Térkövezés, zöldesítés



Király Csaba



Kossuth utca | Több mint tíz új parkoló



Szilvágyi László

Két újabb helyszínen fejeződtek be a munkálatok a kerületben. Július 7-én előbb az Énekes utca közelében, ezt követően pedig a Mézeskalács tér szomszédságában mutatták be a legújabb fejlesztéseket.

Az Énekes utca – Szövőgyár utca sarkán levő épület mögötti területen egy, a lakosság által használt név nélküli utat tisztítottak meg.

– A bozót túl nagy volt, a szilárd burkolat hiánya pedig különösen esős időszakban jelentett sok problémát az itt élőknek – mondta Szilvágyi László, a terület önkormányzati képviselője. – Ezenkívül a túl nagyra nőtt fák miatt a közvilágítás sem volt tökéletes, amely az esti órákban szintén nehezítette a közlekedést.

A területrendezés során a bozóto-

kat, fákat levágták, a rossz állapotú padokat lecserezték, az utat pedig térkövezték, amit a környéken élők is szívesen vettek. Mint ahogyan örültek annak is, hogy a Kossuth utcai parkolóban sikerült több mint tíz új parkolóhelyet kialakítani. Ezzel pedig lehetővé vált, hogy az iskola előtti sétányt tehermentesítsék majd az autósforgalomtól.

– Ezzel még korántsem fejeződtek be a fejlesztések. A Szövőgyár ovi mellett levő betonozott terület hasznosítására a lakosság segítségét kértük. Eddig két javaslat jött: egy mini KRESZ-park a kisgyerekeknek, illetve egy sütögetős, piknikezős helyszín a környékbeli családoknak. Ugyancsak a lakosság segítségét kértük ahhoz is, hogy a Kossuth utcai parkolóépítés során kivágott három

fát hol pótoljuk. Ahogy azt ígértük, minden kivágott fa helyett hármat ültetünk, tehát jelen helyzetben kilenc fa helyére várjuk a Kossuth utcaiaktól az ötleteket.

A július 7-i bejárás a Törökszegfű téren folytatódott, ahol semmit sem betonoztak le, hanem pont az ellenkezője történt, a régi, már használaton kívüli mini KRESZ-park betonaljzatát felszedték, és befűvesítették a területet.

– A tér és a környék felújítása több ütemben zajlik – mondta Király Csaba önkormányzati képviselő. – Először a sportpálya kapott a korábbi fémrács helyett zajkímélő labdafogó hálót, illetve ehhez kapcsolódik a volt KRESZ-park befűvesítése is. A második ígéretünk, mely teljesült, a Szechenyi út – Kolozsvár utca találkozásának

baleset-mentesítése. Az ide kihelyezett jelzőlámpa már tesztüzemmódban van, hamarosan a hivatalos átadásra is sort kerítünk. Harmadik fejlesztésünk pedig a Mézeskalács téren kialakított 16 állásos parkoló volt, mely szintén ezekben a hetekben valósult meg.

Király Csaba elmondta, a következő ütemben a Törökszegfű és a Mézeskalács téren is több asztallal egybekötött padot helyeznek majd ki, hogy a környéken élő idősebb lakók bevásárlás, séta közben megpihenhessenek.

– A Mindenki a Tizenötödikért frakció nevében azt ígérhetem, hogy a kerületi fejlesztéseket a jövőben hasonló lendülettel folytatjuk majd – zárta le a két bejárást Tóth Imre alpolgármester.

R. T.

Nyári napközis jókedv

A koronavírus-járvány alaposan felborította életünket. Szinte mindent, a munkánkat, a szabadidős elfoglaltságainkat, a magánéletünket, a sportolási szokásainkat és a hobbijainkat is át kellett gondolnunk és át kellett alakítanunk. Ilyen változásra kényszerült az önkormányzat is, annak érdekében, hogy a szokásos nyári gyermekfelügyeletet biztosítani tudja a rákospalotai, pestújhelyi és újpalotai családok számára.

FOTÓK: XV MÉDIA, NAGY BOTOND



– Az idei napközis táborunkat egy előzetes felmérés is indokolta – mondta Reiszné Naszádi Magdolna, a helyi polgármesteri hivatal Népjóléti és Intézményfelügyeleti Főosztályának a vezetője. – Ebből kiderült, hogy a korábbi évek adataihoz hasonlóan 150-170 gyerek felügyeletével számolhatunk majd a nyáron.

A karantén miatti bezártság és az online oktatás következtében nyárra sok családban alaposan elfáradtak a gyerekek. Az önkormányzat számukra szervezte meg június 29. és augusztus 19. között hagyományos napközis táborát. Amelyet a vírus kialakulásának és terjedésének megakadályozása érdekében még az eddigieknél is jobban szigorítottak.

– Három helyszínt – a Czabán, a Szent Korona és a Hartyán Általános Iskola épületét – jelöltük ki, ahol a többségében kerületi pedagógusokból álló táborvezetők és animátorok kisebb csoportokban tudnak foglalkozni a gyerekekkel. Az első hetek adatai igazolták az előzetes várakozásainkat (160-170 fő turnusonként). Érthető módon alapvető eljárás, hogy minden táborozónak egészségesnek kell lennie, amit reggel, a táborba való belépéskor hőmérővel magunk is ellenőrizzük. Ezenkívül minden táborhelyszínen egy védőnő is tartózkodik, így ha valakinél betegség gyanúja merülne fel, azonnal tud intézkedni. A szülők egyik tábor területére sem léphetnek be, a gyerekeket a kapuban adják le, és ott is kapják őket vissza. A tábor területén kézfertőtlenítőket helyeztünk ki, a csoportok vezetői pedig rendszeresen figyelmeztetik a gyerekeket ezek használatára. A helyiségeket és az eszközöket naponta többször takarítjuk, így biztosítva higiénikus környezetet minden táborozónak – mondta a főosztályvezető.

A járványhelyzet a programok összeállítását is befolyásolta. Míg a korábbi években számtalan



külsős helyszín kínált élményeket a kerületi gyerekeknek, addig idén a táborozók egyszer sem hagyták és hagyják majd el a bázisukat.

– Vannak állandó programjaink – ilyen például a Palota Tehetségfejlesztő Egyesület sorozata, a Testvériség SE edzőinek játékos focis edzései, a pólófestés, a lufihajtogatás és a csillámtetováálás –, amelyek felváltva minden táborhelyszínen rendszeresen megjelennek. Ezenkívül azonban a táborvezetők és a csoportvezetők, animátorok kreativitására van bízva, hogy mivel próbálják színesíteni a gyerekek hétköznapjait. Az első két hét tapasztalatai azt mutatják, hogy a táborban dolgozó pedagógusok megoldják ezt a helyzetet. Erről árulkodnak többek között a szülőktől

visszajövő pozitív vélemények is – tette hozzá a főosztályvezető.

Az önkormányzat az idei napközis táborát is ingyenesen biztosítja a gyerekek számára. Csak azoknak a résztvevőknek kell fizetni a napi háromszori étkezésért, akik a tanítási időszakban is fizetősek (normál étkezés 529 Ft/nap, diétás étkezés 794 Ft/nap). Tehát, a táborban is azokat a kedvezményeket lehet igénybe venni, mint az iskolai étkeztetés során. A három táborhelyszínt bejárva azt tapasztaltuk, hogy az iskolai környezet sem okoz problémát a gyerekeknek. A tornatermek, földszinti tantermek, ebédlők, az udvarok és műfüves sportpályák használata ugyanis jó és rossz időben egyaránt számtalan lehetőséget biztosít a szabadidő tartalmas eltöltésére. **R. I.**



Diákélet az Eötvös utcában | Indul a programkavalkád

Új helyen a GYIÖK

„Bár az idei nyár nem a megszokott módon alakul, de kihozzuk belőle a legtöbbet” – olvasható a XV. kerületi diákönkormányzat (GYIÖK) közösségi oldalán.

A világjárvány jócskán átszabta a fiatalok terveit, azonban egy percre sem tétlenkednek, hiszen hatalmas elánnal vették birtokba az új székhelyüket. Gábor Balázs, a helyi GYIÖK diákpolgármestere elmondta: már a vírushelyzet előtt megkapták az Eötvös utcában az ifiházat, ahová most be is költözhettek,

és egy napközis táborral avatták fel az új környezetüket.

A tréninggel egybekötött képzésen a csapatépítő feladatok mellett középpontba került a drogprevenció is. Kormos Adrienn ifjúsági referens, a KEF kerületi koordinátora és Balog Fruzsina, az önkormányzat GYIÖK-segítője büszkén nyilatkozta, hogy a diákok lelkesen készülnek a Szenvedélyes napra. A felvilágosító előadásokat ők tartották, ezzel is ösztönözve egymást, hogy magabiztosan szerepeljenek nagyobb közönség előtt is. **B. I.**

Kerületi nyári táborok A-tól Z-ig

A koronavírus-járvány miatt a megszokottnál kicsit később, de annál nagyobb szeretettel várják a Csokonai Kulturális Központ (CSKK) nyári táborait a gyerekeket. A részletekről Bezerédi Erika igazgatót kérdeztük.

– Mennyiben változtatott a koronavírus-járvány a Csokonai nyári táboroztatási szokásain?

– Az eredetileg tervezetthez képest kevesebb, de még így is 42 táborral várjuk a gyerekeket július 13. és augusztus 28. között a CSKK intézményeiben. Vidéki, szálláshelyhez kötött táborokat nem szervezünk idén és a sok utazást igénylő napközi táborok is elmaradnak most, ezeket kockázatosnak ítéltük, ezért lemondunk róluk.

– Milyen biztonsági intézkedéseket tesznek az intézmények a gyerekek egészsége érdekében?

– Telephelyeinket nagy gondossággal mellett nyitottuk újra és a táborokhoz is egy sokkal szigorúbb egészségvédelmi protokollt vezetünk be, mert szeretnénk, ha a nyár a felhőtlen kikapcsolódásról szólna minden táborozó gyerek számára. Különös gondot fordítunk a folyamatos fertőtlenítésre, az étkeztetés szabályai és – lehetőség szerint – a biztonságos távolság betartására is, bár aki már látott gyerektáborot, az tudja, hogy ez szinte



FOTÓ: XV. MÉDIA, NAGY BOTOND

lehetetlen, de azért megpróbáljuk. Éppen ezért létszámlimitet vezetünk be, ezzel is elkerülve a zsúfoltságot, így viszont hamarabb be fognak telni a táborok, ezért időben kell jelentkezzen, aki nem akar lemaradni!

– Milyen tábori kincsekkel várják idén a gyerekeket?

– Igen színes és változatos tematikus táborokkal készültünk idén is: a környezetvédelemtől az informatikáig, a mozgásostól az alkotótáborig, a termé-

zettudományos kísérletezőtől a sütő/főző táborig, a kincskeresőtől a történelmi játékon át a társasjáték táborig minden megtalálható a palettán.

– Van-e idén valami újdonság?

– Abszolút újdonság a Csodálatos kísérletek természetismereti tábor a Kikötőben, a Kincskereső tábor a Múzeumban, az Öt elem környezetvédelmi tábor a Kozák téren vagy a Geronimo Stilton nyomozós kalandtábor az Uszokban.

– Milyen korosztálynak szólnak a táborok? Változtak-e az árak a korábbi évekhez képest?

– Ezek a táborok az iskolás korosztálynak (6–18 év) szólnak, őket várjuk elsősorban házaikba. A táborok díját nem emeltük idén sem, 2700–27 000 forint között mozognak az árak, az ellátás is ennek megfelelően egy ebédetől a két-háromszori étkezésig többféle lehet. Az azonos helyen és időben táborozó testvéreknek idén is kedvezményt biztosítunk!

Mindenhol szakképzett oktatók, pedagógusok és a CSKK művelődésszervezői foglalkoznak a gyerekekkel, biztosítva a színvonalas elfoglaltságot. A részletes tábori kínálatot megtalálhatják a honlapunkon és Facebook-oldalainkon, tájékozódjanak és jelentkezzenek minél előbb a www.csokonaikk.hu oldalon! Fontos, hogy idén csak online jelentkezésre van mód!

JÁg

Csokonai Kulturális Központ nyári táborai

CSOKONAI MŰVELŐDÉSI HÁZ

1153 Bp., Eötvös utca 64–66.
T.: 06 1 307 6191

Számítógépes tábor

Tábor dátuma: 2020. 07. 20–24.
Részvételi díj: 19 000 Ft/hét

Tánc-tábor

Tábor dátuma: 2020. 07. 27–31.,
2020. 08. 03–07.
Részvételi díj: 19 000 Ft



Társasjáték tábor

Tábor dátuma: 2020. 07. 27–31.,
2020. 08. 03–07.,
2020. 08. 24–28.
Részvételi díj: 19 000 Ft

Kézműves tábor

Tábor dátuma: 2020. 08. 03–07.,
2020. 08. 24–28.
Részvételi díj: 19 000 Ft/hét

KIKÖTŐ IFJÚSÁGI KÖZÖSSÉGI SZIGET

1156 Bp., Száraznád utca 5.
T.: 30 8658 6087



Menőmatika tábor

Tábor dátuma: 2020. 07. 20–24.
10–18 éves kockáknak és

kevesebb kockáknak egyaránt
Részvételi díj (háromszori
étkezéssel): 23 000 Ft

Capoeira Espirito Livre tábor Oláh Krisztiánnal

Tábor dátuma: 2020. 07. 27–31.
6 éves kortól minden
vállalkozó szelleműnek Oláh
Krisztián vezetésével
Részvételi díj (háromszori
étkezéssel): 25 000 Ft

Csodálatos kísérletek

Tábor dátuma: 2020. 08. 3–7.
Varázslat
természettudományokkal
9–14 éveseknek.
Részvételi díj (háromszori
étkezéssel): 25 000 Ft

Önvédelmi Minitábor

Tábor dátuma: 2020. 08. 26–28.
6–60 éveseknek
Részvételi díj (háromszori
étkezéssel): 16 000 Ft

KOZÁK TÉRI KÖZÖSSÉGI HÁZ

1154 Bp., Gábor Áron utca 58/c.,
T.: 06 1 410 5536

Ötvös tábor

Tábor dátuma: 2020. 07. 20–24.
Fémműves foglalkozások a
barokk jegyében 12 éves kortól.
Részvételi díj (háromszori
étkezéssel): 22 000 Ft

Pszt, a mester alkot! (Művész-tábor)

Tábor dátuma: 2020. 07. 27–31.
Alkotótábor 7–14 éveseknek.
Montázsolunk, textil festünk,
kódexet készítnék és régi
tárgyakat gondolunk újra!
Részvételi díj (háromszori
étkezéssel): 24 000 Ft



Varázslatos mesetábor

Tábor dátuma: 2020. 08. 03–07.
Meseszöveg, játék, kacagás
7–14 éveseknek.
Részvételi díj (háromszori
étkezéssel): 24 000 Ft

Öt elem tábor

Tábor dátuma: 2020. 08. 24–28.
Környezetvédelem
gyerekszemmel 7–14 éveseknek.
Részvételi díj (háromszori
étkezéssel): 20 000 Ft

PESTÚJHELYI KÖZÖSSÉGI HÁZ

1158 Bp., Szűcs István utca 45.,
T.: 06 1 410 7168

Ballet tábor I., II.

Tábor dátuma: 2020. 07. 20–24.,
2020. 08. 03–07.
4–10 éveseknek
Részvételi díj (kétszeri
étkezéssel): 25 000 Ft

Mókatábor II. III.

Tábor dátuma: 2020. 07. 20–24.,
2020. 08. 03–07.
6–12 éveseknek.
Részvételi díj (kétszeri
étkezéssel): 24 000 Ft



Szobrocskáim – átváltozós tábor!

Tábor dátuma: 2020. 07. 27–31.
6–13 éveseknek
Részvételi díj (kétszeri
étkezés): 24 000 Ft

Mozgolódó tábor

Tábor dátuma: 2020. 08. 03–07.
3–10 éveseknek
Részvételi díj: 25 000 Ft

Varázslatos alkotótábor

Tábor dátuma: 2020. 08. 24–28.
4–8 éveseknek
Részvételi díj (kétszeri
étkezéssel): 24 000 Ft

Tánc- és alkotótábor

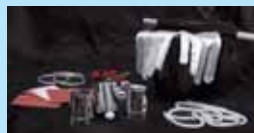
Tábor dátuma: 2020. 08. 24–28.
6–14 éveseknek
Részvételi díj (kétszeri
étkezéssel): 24 000 Ft

Időutazó új kalandokkal

Tábor dátuma: 2020. 08. 24–28.
6–12 éveseknek
Részvételi díj (kétszeri
étkezéssel): 24 000 Ft

ÚJPALOTAI KÖZÖSSÉGI HÁZ

1157 Bp., Zsókvár u. 15.,
T.: 06 1 410 0836



Bűvész-tábor

Tábor dátuma: 2020. 07. 20–24.

8 éves kortól

Részvételi díj (ebéddel): 18 000 Ft

GeronimoStilton nyomozós kaland- és drámatábor I. II.

Tábor dátuma: 2020. 07. 27–31.,
2020. 08. 10–14.
6–11 éveseknek (1–5. osztály)
Részvételi díj (ebéddel): 18 000 Ft

Kanga tábor a Zöld klubban

Tábor dátuma: 2020. 08. 03–28.
Baba-mama tábor a Kanga
Klubban 0–5 éves gyerekeknek.
Részvételi díj: napijegy:
800 Ft, havibérlét: 2700 Ft

Ritmikus gimnasztika tábor II.

Mozogni vágyó kis- és
nagylányoknak 4–12 éves korig.
Tábor dátuma: 2020. 08. 24–28.
Részvételi díj (ebéddel): 19 000 Ft

RÁKOSPALOTA, PESTÚJHELY ÉS ÚJPALOTA HELYTÖRTÉNETI GYŰJTEMÉNYE

1158 Bp., Pestújhelyi utca 81.
E-mail: mail@rakospalotaimuzeum.hu
T.: 06 1 419 8216

Kincskereső Napközi Tábor, RP Múzeum

Tábor dátuma: 2020. 07. 20–24.
7–14 éves gyerekeknek, akik
érdeklődnek a népi kultúra
és a helytörténet iránt.
Részvételi díj (háromszori
étkezéssel): 15 000 Ft

A táborokról további információ a honlapunkon található, illetve jelentkezni csak online lehetséges a www.csokonaikk.hu oldalon.

ÖTHÉT-ből első

A rendkívüli egészségügyi helyzet miatt némi csúszással, a június végi testületi ülés előtt kapta meg a Civil Szervezetek Elismerő Oklevél díjat az Összefogás Tisztább Humán-sabb Élhetőbb Településért (ÖTHÉT) Egyesület.

Ezt az elismerést 2012 óta ítéli oda az önkormányzat olyan, a kerülethez köthető civil szervezetek, kisközösségi szerveződések részére, amelyek önkéntes alapon, a közjó javára, legalább két éve aktívan működnek és szakmailag kimagasló tevékenységet végeznek a kerületben.

– Nagy megtiszteltetés ez számunkra, közel tízéves működésünk folyamán az első rangos visszajelzés – mondta Makai Ferenc, az egyesület elnöke. – Ez a díj azonban nemcsak motivációt, hanem még nagyobb felelősséget jelent majd nekünk. A továbbiakban is úgy kell szolgálunk a ke-

rületet és az itt élő embereket, ahogy az egy ilyen kitüntető díjjal elismert egyesülettől el is várható.

Az ÖTHÉT Egyesület 2011 óta működik, azóta elkötelezett közvetítője a környezetvédelemnek, a fenntartható fejlődésnek, a szociális gondoskodásnak és a rászorulóknak segítségének. Az egyesület megkerülhetetlen szereplője a kerületi civil életnek, olyan akciókkal hívja fel magára a figyelmet, mint a Szegben, Zöldebben Palotán, ami a kerület zöldítését szolgálja, a betűk szeretetét népszerűsítő Olvasni Jó, az Okos Ember Nem Szemetel a Többinek Meg Tilos, ami a köztisztaságot szolgálja. Ezenkívül az idősek bevásárlását könnyítő Segítek hazavinni és a rászorulóknak támogatását a környezet-tudatossággal összekapcsoló Gyűjts az életért! kampány. Mindemellett ne feledkezzünk meg arról sem, hogy az egyesület nagy szerepet vállal a legkisebnek szemléletformálásában



Makai Ferenc | Élmezőnyben a civilek között

is, mert a XV. kerület életének üde színfoltja Pingvin Pityu, az egyesület kabalája, aki a gyerekeknek szervezett események, a kerületi Föld napja vagy éppen az Állati Jó Családi Nap kedvelt főszereplője.

– Az elmúlt tíz évben sok helyre eljutottunk. A határon belül és kívül is megpróbáltuk méltó módon képviselni

a kerületet. A nevünkhöz fűződik többek között Európa első PET-palackból épített faluja Mezőberényben, mi honosítottuk meg a „vakbarát” szelektív hulladékgyűjtést is, és számos egyéb kezdeményezés. A jövőben pedig szeretnénk hasonló intenzitással részt venni a városrész társadalmi életében – mondta Makai Ferenc. (riersch)

Juniális – felpezsdült Újpalota

Az Árendás köz június 27-én megtelt étellel és gyermekszivajjal. A Nagycsaládosok Újpalotai Egyesülete ugyanis juniálisot tartott, ahol a főszerep a gyerekeké volt.

A rendezvény teljesen felpezsdítette a környéket, a karantén után a családoknak

minden bizonnyal felüldülés volt a szabadban tölteni a hétvégét. Igazi nyári hangulat: főzés, kreatív foglalkozások, arcfestés, elsősegélynyújtás. A számos program mellett a kalandvágyó gyerekek még operatőrünk kameráját is kipróbálták! B. I.



FOTÓK: XV MÉDIA, NAGY BOTOND



POLGÁRMESTER ÉS ALPOLGÁRMESTEREK ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI



Cserdiné Németh Angéla
polgármester
Fogadóóra telefonos egyeztetés alapján.
+36 1 305 3260
nemeth.angela@bpxv.hu



Tóth Imre
alpolgármester
Fogadóóra telefonos egyeztetés alapján.
+36 1 305 3244
toth.imre@bpxv.hu



Tóth Veronika
alpolgármester
Fogadóóra telefonos egyeztetés alapján.
+36 1 305 3284
toth.veronika@bpxv.hu



Dr. Matlák Gábor
társadalmi megbízatású alpolgármester. Fogadóóra telefonos egyeztetés alapján. +36 1 305 3106
matlak.gabor@bpxv.hu
csernak.janos@bpxv.hu

KÉPVISELŐK ELÉRHETŐSÉGEI



1. sz. vk. **Lukács Gergely**
(Mindenki a Tizenötödikért)
+36 70 371 7978
lukacs.gergely@bp15.hu



2. sz. vk. **Szilvágyi László**
(Mindenki a Tizenötödikért)
+36 30 768 0993
szilvagy.laszlo@bp15.hu



3. sz. vk. **Bodó Miklós**
(Mindenki a Tizenötödikért)
+36 70 382 6160
bodo.miklos@bp15.hu



4. sz. vk. **Deschelák Károly**
(Mindenki a Tizenötödikért)
+36 30 571 4121
deschelak.karoly@bp15.hu



5. sz. vk. **Farkas Edit**
(Mindenki a Tizenötödikért)
+36 20 440 8855
farkas.edit@bp15.hu



6. sz. vk. **Legárd Krisztián**
(Mindenki a Tizenötödikért)
+36 30 540 6393
legard.krisztian@bp15.hu



7. sz. vk. **Király Csaba**
(Mindenki a Tizenötödikért)
+36 30 962 8755
kiraly.csaba@bp15.hu



8. sz. vk. **Gyurkó Dániel**
(Mindenki a Tizenötödikért)
+36 30 296 6139
gyurko.daniel@bp15.hu



9. sz. vk. **Vékás Sándor**
(Mindenki a Tizenötödikért)
+36 30 964 2452
vekas.sandor@bp15.hu



10. sz. vk. **Tóth Veronika**
(Mindenki a Tizenötödikért)
+36 30 585 4493
toth.veronika@bp15.hu



11. sz. vk. **Bihal Dávid**
(Mindenki a Tizenötödikért)
+36 30 164 4472
bihal.david@bp15.hu



12. sz. vk. **Makai Ferenc**
(Mindenki a Tizenötödikért)
+36 30 991 4405
makai.ferenc@bp15.hu



13. sz. vk. **Palocsai Béla**
(Mindenki a Tizenötödikért)
+36 70 673 8199
palocsai.bela@bp15.hu



14. sz. vk. **Tóth Imre**
(Mindenki a Tizenötödikért)
+36 30 984 3118
toth.imre@bp15.hu



Bakos Mária Magdolna
(Fidesz-KDNP)
+36 20 409 1574
bakos.maria@bp15.hu



Csonka László
(Fidesz-KDNP)
+36 20 219 1232
csonka.laszlo@bp15.hu



Lehoczki Ádám
(Fidesz-KDNP)
+36 20 436 1224
lehoczki.adam@bp15.hu



Mihály Zoltánné
(Fidesz-KDNP)
+36 20 669 3807
mihaly.zoltanne@bp15.hu



Pálmai Attila
(Magyar Kétfarkú Kutya Párt)
+36 20 777 6837
palmai.attila@bp15.hu



Dr. Szalay Kornél Géza
(Fidesz-KDNP)
+36 70 778 8544
szalaykg@gmail.com

JEGYZŐ ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI



Dr. Filipz Andrea jegyző
Félfogadás:
előzetes telefon egyeztetés a +36 1 305 3268-as telefonszámon.
jegyzo@bpxv.hu

ORSZÁGGYŰLÉSI KÉPVISELŐ ELÉRHETŐSÉGEI ÉS FOGADÓÓRÁI



Hajdu László országgyűlési képviselő
+36 20 288 7721, 419 9099,
hajdu15laszlo@gmail.com. Előzetes egyeztetés vagy időpont megbeszélése a +36 30 899 2663-as telefonszámon.

Felhívás javaslatételre a Budapest XV. kerület Díszpolgára címre

A Budapest Főváros XV. Ker. Önkormányzat Képviselő-testületének 24/2012. (VI. 6.) önkormányzati rendelete szabályozza a Budapest XV. kerület Díszpolgára Cím adományozását.

A Budapest XV. kerület Díszpolgára Cím annak a kerülethez köthető személynek adományozható:

- aki kiemelkedően jelentős munkájával maradandó értéket alkotott, vagy
- aki életművével a kerületben vagy országosan elismerést szerzett, vagy
- aki jelentős módon hozzájárult a kerület jó hír-nevének öregbítéséhez, közösségének, hagyományainak gazdagításához, vagy
- aki példamutató emberi magatartása miatt köztisztelőben áll.

A Cím évente legfeljebb 2 fő részére adományozható, melyből az egyik cím lehet posztumusz. A Cím adományozására ajánlást tehet:

- a kerület országgyűlési képviselője,
- helyi önkormányzati képviselő,
- a képviselő-testület bizottsága,
- a helyi nemzeti önkormányzat,
- a kerület lakosai,
- a kerületben működő társadalmi szervezet, egyesület, egyház,
- politikai párt kerületi szervezete,

• önkormányzati intézmény, valamint a kerületben működő egyéb intézmény.

A Cím nem adományozható annak a személynek, aki az adományozás időpontjában a képviselő-testületnek vagy a képviselő-testület bizottságának a tagja. Saját maga, továbbá a Ptk. szerinti közeli hozzátartozója részére elismerés adományozását senki nem indítványozhatja.

Az ajánlásban meg kell jelölni:

- az elismerésre javasolt személy nevét, lakcímét, elérhetőségét,
- a javaslat indokait, az elismerés alapjául szolgáló érdemeket,
- az elismerésre javasolt személy életútjának bemutatását,
- a javaslatot tevő személy vagy szervezet megnevezését, címét, elérhetőségét, a javaslatot tevő saját kezű aláírását.

A rendeletben foglaltaknak megfelelően a javaslatot – indoklással együtt – 2020. augusztus 3-ig a XV. kerületi önkormányzat polgármesterének címezve a Budapest Főváros XV. Ker. Polgármesteri Hivatal Humánpolitikai Osztályához (1153 Budapest, Bocskai utca 1–3.) lehet eljuttatni. A javaslatához szükséges formanyomtatvány a hivatal honlapjáról (www.bpxv.hu) a hirdetőtábla mélyünetből letölthető.

Cserdiné Németh Angéla s. k. polgármester

A felhívások, közlemények, rendeletek teljes terjedelmükben, egységes szerkezetben, a mellékletekkel együtt letölthetőek a bpxv.hu honlapról. Az azokban feltüntetett adatokért és információkért a szerkesztőség nem vállal felelősséget!

A lakosság és az ügyfelek számára ingyenesen hívható önkormányzati „zöldszám”: **+36 80 203 804**
A közterülettel kapcsolatos bejelentéseket megtehetik a Répszolg által üzemeltetett, ingyenesen hívható „zöldszám” is: **+36 80 205 062.**

Lakossági és társasházi pályázatok

Az önkormányzat kiírta a 2020-as pályázatokat járdafelújításra, társasházak felújítására, társasházak kamerarendszereire, a komposztálókeretekre, valamint az esővízgyűjtőkre.

Önerős járdafelújítási pályázat

A képviselő-testület idén 80 millió forintot biztosított az önerős járdafelújítási pályázatra. A pályázaton részt vehetnek a felújítandó járdaszakaszon mentén fekvő ingatlanok tulajdonosai/használói, valamint a képviselőtestületben eljáró személyek és szervezetek. Pályázatot nyújthatnak be:

- magánszemélyek (tulajdonos / résztulajdonos / hasznélvező / bérlő / használó stb.);
- társasházak, lakásszövetkezetek képviselői (a lakossági közgyűlések döntése nyomán);
- nonprofit szervezetek (egyházak, alapítványok, egyesületek stb.);
- gazdasági társaságok.

A pályázaton részt vevő magánszemélyeknek és szervezeteknek az illetékes bizottság döntése után, a felújítási munkálatok megkezdése előtt kell pályázati önrészt fizetniük, melynek összege 2020-ban egységesen 2000 forint/négyzetméter.

A pályázat benyújtási határideje: **2020 augusztus 25.**

Társasházak és szövetkezeti lakóépületek felújítási és karbantartási pályázata

A XV. kerületi önkormányzat 75 millió forint forrást biztosított társasházak és szövetkezeti lakóépületek felújítási és karbantartási munkáinak a támogatására. A pályázaton a XV. kerületi 2 lakásos és ennél nagyobb lakásszámú társasházak és szövetkezeti lakóépületek közös tulajdonban álló épületrészeinek, elemeinek felújítása és karbantartása érdekében kamatmentesen visszatérítendő utófinanszírozott támogatást nyújt.

A támogatás a pályázat tárgyát képező felújítás bruttó összköltségének maximum 50 százaléka lehet. Az egy pályázónak nyújtható egyösszegű támogatás felső határa 5 000 000 forint. A pályázatban szereplő felújítási munkák támogatása utófinanszírozással, tehát a felújítás műszaki átadás-átvételét, az elszámolás benyújtását és elbírálását követően történik. Az elnyert támogatást az önkormányzat az összeg lehívását követően legfeljebb öt évig terjedő időtartamra kamatmentes,

Segítség a közösségeknek is

A rendkívüli helyzetre való tekintettel a XV. kerületi önkormányzat 2020. június 30-áig felfüggesztette a 2020. március 10-én kihirdetett pályázatait, melyeket a veszélyhelyzet megszűnésével újranyitottak.

Egyházak támogatása

A 2020-as kerületi költségvetés elfogadása után néhány nappal megjelent az egyházak támogatására kiírt pályázat. Az idei évben is 10 millió forint keretből részesülhetnek az egyházak, vallásfelekezetek és vallási közösségek. A támogatás célja a kerületben működő egyházak társadalmi szerepvállalásának segítése, növelése, az önkormányzattal való partneri kapcsolat előmozdítása.

A támogatandó tevékenységek között van:

- gyermekek, családok üdültetésére, táboroztatására irányuló,
- kulturális és közművelődési,
- nevelési-oktatási,
- ifjúsági, sport,
- szociális-egészségügyi,
- karitatív tevékenységek és ezen tevékenységekhez közvetlenül kapcsolódó működés.

A pályázat benyújtásának határideje: **2020. július 17., péntek 11.00 óra**

Benyújtásának módja: A pályázatot borítékban a polgármesternek címezve a Polgármesteri Kabinetben (1153 Bp., Bocskai u. 1–3.) lehet leadni. A borítékon fel kell tüntetni: Egyházi feladatalapú pályázat 2020.

Civil szervezetek támogatása

Az önkormányzat 2020-ban már 15 millió forinttal támogatja a kerületben működő egyesületeket, alapítványokat. A kerületi büdzsé elfogadása után néhány nappal megjelent a civil szervezetek támogatására kiírt pályázat is.

havi egyenlő részletben történő visszafizetési kötelezettség vállalása mellett, felújítási támogatásként biztosítja.

A pályázatokkal kapcsolatban érdeklődni a +36 1 305-3314-es telefonszámon lehet.

A pályázat benyújtási határideje: **2020. október 30. 10 óra**, vagy a pályázati keret kimerülése.

Társasházak és szövetkezeti lakóépületek kamerarendszer pályázata

Társasházak és szövetkezeti lakóépületek pályázhatnak kamerarendszer telepítésére. A pályázat keretösszege 5 millió forint. A társasházak, illetve szövetkezeti lakóépületek bejáratonként elnyerhető maximális támogatás összege 100 000 forint.

A pályázatokkal kapcsolatban érdeklődni a +36 1 305 3314-es telefonszámon lehet.

A pályázat benyújtási határideje: **2020. november 30. 10 óra**

Fontos változás a korábbiakhoz képest, hogy idén már 15 millió forintos keretből részesülhetnek a szervezetek. A képviselő-testület korábban arról is döntött, hogy egyszerűsödnek a pályázati feltételek, ezen belül is a beadandó dokumentumok köre. Így például nem kell benyújtani a szervezet alapszabályát, amennyiben azt az elmúlt három évben érvényes pályázathoz már csatolták, és a pályázó nyilatkozik arról, hogy annak tartalmában változás nem történt.

A támogatás célja a kerületben található, tevékenységet itt folytató civil szervezetek társadalmi szerepvállalásának segítése, az önkormányzattal való partneri kapcsolat előmozdítása. Az a pályázó támogatható, amelyet legalább egy éve nyilvántartásba vett a bíróság, székhelye, telephelye a XV. kerületben található és ott rendszeres tevékenységet fejt ki. Arról is nyilatkozni kell, hogy a támogatást a kerületben működő szervezeti egység részére használják fel.

A támogatandó tevékenységek között van – a teljesség igénye nélkül – rendezvények, kirándulások szervezése, egészségügyi tevékenység, egészséges életmód népszerűsítése, gyermektáboroztatás, gyerekek közösségi életre nevelése, kulturális és közművelődési tevékenység, hagyományörzés, illetve a természeti és épített környezet védelme, továbbá szociális, karitatív tevékenységek, esélyegyenlőségi programok és az önkéntesség előmozdítása.

A pályázat benyújtásának határideje: **2020. július 17., péntek 11.00 óra**

Benyújtásának módja: A pályázatot borítékban a polgármesternek címezve a Polgármesteri Kabinetben (1153 Budapest, Bocskai u. 1–3.) lehet leadni.

A támogatás összege: pályázatonként legfeljebb 600 ezer forint összegű támogatást lehet igényelni. Egy szervezet különböző kategóriákban, illetve több tevékenységre irányulóan is beadhat pályázatot. Ebben az esetben minden pályázatot külön borítékban kell elhelyezni.

Önerős pályázat komposztálókeret igénylésére

A képviselő-testület 2020-ban is lehetőséget biztosít a kerti zöldhulladék háztartási hasznosítására. Minimális lakossági önerő vállalása mellett – 2000 forint – műanyag komposztálókeret elnyerésére írt ki pályázatot, melynek költségkerete 8 millió forint.

Pályázatot nyújthat be:

- magánszemély;
- társasház, lakásszövetkezet (a közgyűlés döntése alapján);
- nonprofit szervezet (egyház, alapítvány, egyesület stb.);
- intézmény;
- gazdasági társaság.

A pályázat benyújtási határideje: **2020. szeptember 30.**

Önerős pályázat lakossági csapadékvízgyűjtő edény igénylésére

A képviselő-testület 2020-ban is lehetőséget biztosít a csapadékvíz

hasznosítására. Minimális lakossági önerő vállalása mellett – 2000 forint – csapadékvízgyűjtő edény elnyerésére írt ki pályázatot, ennek költségkerete 7 millió forint.

Pályázatot nyújthat be:

- magánszemély;
- társasház, lakásszövetkezet (a közgyűlés döntése alapján);
- nonprofit szervezet (egyház, alapítvány, egyesület stb.);
- intézmény;
- gazdasági társaság.

A pályázat benyújtási határideje: **2020. szeptember 30.**

A részletes pályázati kiírások, illetve a pályázati adatlapok a www.bpxv.hu oldalról letölthetők, valamint az ügyfélszolgálaton (XV., Bocskai u. 1–3.) beszerezhetők. A pályázati adatlapokat a Polgármesteri Hivatal Ügyfélszolgálat, valamint a Városgazdálkodási Főosztály – palyazatvgf@bpxv.hu e-mail-címen folyamatosan fogadja.

AZ XV TV MŰSORA

július 16. csütörtök	július 23. csütörtök
10:30 Mese	10:30 Mese
15:30 Mese (ism.)	15:30 Mese (ism.)
19:00 Tükörben – Egyházi műsor	19:00 Tükörben – Egyházi műsor
19:20 Heti recept – László Tamás (ism.)	19:20 Heti recept
19:30 Öttusa magazin	19:30 Öttusa magazin
19:50 XV-Mozaik	19:50 XV-Mozaik
július 17. péntek	július 24. péntek
10:30 Mese	10:30 Mese
15:30 Mese (ism.)	15:30 Mese (ism.)
19:00 Megkérdezzük a polgármestert	19:00 Megkérdezzük a polgármestert
19:10 Hírtükör	19:10 Hírtükör
20:10 Parlamenti pillanatok	20:10 Parlamenti pillanatok
20:20 Állatbarát magazin	20:20 Állatbarát magazin
július 18. szombat	július 25. szombat
19:00 FLÓRA FILM	19:00 FLÓRA FILM
július 19. vasárnap	július 26. vasárnap
19:00 Ne legyen áldozat!	19:00 Ne legyen áldozat!
19:30 Telefonos ambulancia	19:30 Telefonos ambulancia
20:00 Visszatekintő – IV. Kovács Imre Regionális Fuvallatalközpont I. (ism.)	20:00 Visszatekintő
július 20. hétfő	július 27. hétfő
10:30 Mese	10:30 Mese
15:30 Mese (ism.)	15:30 Mese (ism.)
19:00 60+	19:00 60+
19:20 Kultakt	19:20 Kultakt
19:40 Kertbarátok	19:40 Kertbarátok
20:00 Sportmagazin	20:00 Sportmagazin
július 21. kedd	július 28. kedd
10:30 Mese	10:30 Mese
15:30 Mese (ism.)	15:30 Mese (ism.)
19:00 Hírtükör	19:00 Hírtükör
19:45 Elsősegély	19:45 Elsősegély
19:55 Hollywood Palotán	19:55 Hollywood Palotán
20:10 Vitalitás	20:10 Vitalitás
július 22. szerda	július 29. szerda
10:30 Mese	10:30 Mese
15:30 Mese (ism.)	15:30 Mese (ism.)
19:00 Cseperedő	19:00 Cseperedő
19:20 Sportmagazin	19:20 Sportmagazin
19:40 Alkotó kéz	19:40 Alkotó kéz
20:00 Vitalitás	20:00 Vitalitás

Keddenként a **Hírtükör** című műsor ismétlését a siket és nagyothalló nézőink felirattal nézhetik meg.



A kerületi televízió részletes műsorstruktúrája az XV TV képsíján és az xvmedia.hu/tevemisor oldalon, hirdetési ajánlata és az Életképek médiaajánlata az xvmedia.hu/hirdetes oldalon olvasható. A közösségi televízió online adást is sugároz, amely szintén a honlapon tekinthető meg.

A hétfői adás ismétlései

Hétfő	21:30
Kedd	6:00
Kedd	8:30
Kedd	11:00
Kedd	13:30
Kedd	16:00
Szombat	6:00
Vasárnap	16:00

A keddi adás ismétlései

Kedd	21:30
Szerda	6:00
Szerda	8:30
Szerda	11:00
Szerda	13:30
Szerda	16:00
Szombat	8:30
Vasárnap	13:30

A szerdai adás ismétlései

Szerda	21:30
Csütörtök	6:00
Csütörtök	8:30
Csütörtök	11:00
Csütörtök	13:30
Csütörtök	16:00
Szombat	11:00
Vasárnap	11:00

A csütörtöki adás ismétlései

Csütörtök	21:30
Péntek	6:00
Péntek	8:30
Péntek	11:00
Péntek	13:30
Péntek	16:00
Szombat	13:30
Vasárnap	8:30

A pénteki adás ismétlései

Péntek	21:30
Szombat	16:00
Vasárnap	6:00
Hétfő	6:00
Hétfő	8:30
Hétfő	11:00
Hétfő	13:30
Hétfő	16:00

KULTURÁLIS PROGRAMAJÁNLÓ

Csokonai Művelődési Ház

1153 Eötvös u. 64–66. T.: 307 7285



Rendhagyó Rövidfilm Feszt a Csokonaiában

Havonta két alkalommal a Csokonai Kulturális Központ Forgatókönyvíró Pályázat nyertes filmjeivel szeretnénk hol könnyed, hol kevésbé könnyed, de tartalmas perceket szerezni. Hatodik filmünk Szirmai Márton: Minimal. július 23., csütörtök 10:00–22:00

Kikötő – Ifjúsági Közösségi Sziget

1156 Száraznád u. 5. T.: 06 30 868 6087



Nyári Kikötő piknik, irány a Kiserdő!

A Kikötőből kiruccanunk a Kiserdőbe, a szabadban megterítünk, lakmározunk, beszélgetünk, játszunk, élvezzük a nyári napsütést. A program ingyenes, plédet, gyárilag csomagolt nassolnivalót, üdítőt – ha tudsz – hozz magaddal!

július 16., csütörtök 16:00–18:00

Indulás 16:00-kor a Kikötőből, érkezés 19:00 körül, ugyanoda.

Kikötő pingpong party

Egyéni és páros versenyek, forgók, jó zene, szuper hangulat! Gyere, mert ha nem jönnél, hiányoznál!

július 25., szombat 18:00–20:00

A belépés ingyenes, a jókedv elvár!

Újpalotai Közösségi Ház

1158 Zsókavár u. 15. T.: 410 0836

Alakformáló női torna

Alakformáló torna testtartás- és tónusjavító elemekkel, változatos eszközökkel. Minden korosztálynak végezhető gyakorlatok. július 13-tól minden hétfőn és szerdán 19–20 óráig

Napjegy: 1000 Ft, bérletváltás esetén kedvezmény! 5 alkalmas bérlet: 4500 Ft, 8 alkalmas bérlet: 7200 Ft



Zumba

Könnnyen elsajátítható, latin ritmusokra épülő fitnessprogram.

július 14-től minden kedden 19:30–20:30

Részvételi díj: 1000 Ft/óra, bérletváltás esetén kedvezmény. 5 alkalmas bérlet 4000 Ft, 8 alkalmas bérlet 7000 Ft.



Szabadulószoza

XV., Zsókavár u. 2.



Nyomozz a pénzdet után!

Ha egy különleges nyomozásban méretnétek meg magatokat, akkor látogassatok el Újpalotára! Szabadulószozában lehetőséget nyújtunk arra, hogy ügyes nyomozással visszazerezzétek pénzeteket. Rendelkezésetekre álló idő: 60 perc.

Előzetes regisztráció szükséges!

Időpontfoglalás: Várhegyi Gábor:

06 20 971 7289; gabivar@vipmail.hu

A játékra 2–4 fős csapatokat várunk. A szabadulószozobát 12 év feletti gyermekes családoknak, baráti társaságoknak ajánljuk.

ONLINE PROGRAMOK

Újpalotai Közösségi Ház

<https://www.facebook.com/ujpalotai.kozosseghaz/>

Újpalotai percek

Online sorozat az Újpalotai Közösségi Ház Facebook-oldalán. Képek, rövidfilmek, cikkek, mesék az 51 éves városrész történetéből, hétköznapiokról, ünnepekről, közösségekről, emberekről, érdekességekről. A sorozat keretében minden héten csütörtökön megosztunk Önökkel egy-egy fotót Újpalota múltjából, régebbi kulturális programjairól Facebook-oldalunkon.

Pestújhelyi Közösségi Ház

<https://www.facebook.com/pekheseke/>

A Pestújhelyi Közösségi Ház a Csokonai Művelődési Központ intézményeivel közösen idén ismét megrendezi a „Páratlan vakáció” című nyári, ingyenes játéksorozatát.

Augusztus 25-ig, minden páratlan hétköznapon kínálunk érdekes programokat változó helyszíneken. Az idén a programokat regisztrálni kell. A részletekért látogassanak el honlapunkra!

Rákospalota Pestújhely és Újpalota Helytörténeti Gyűjteménye

<https://www.facebook.com/RakospalotaiMuzeum/>



Orvoslással kapcsolatos tárgyak a Rákospalotai múzeumban

Az első képen egy téglalap alakú kötszersomag látható, melyet a rákospalotai önkéntes tűzoltók használtak, ugyanis a mentői feladatokat a II. világháborúig Palotán a tűzoltók látták el. A Rákospalotai Önkéntes Tűzoltó Egyesület a Kossuth u. 31.-ben üzemelt. Itt egy kocsmából alakították ki az őrséget, ahol a tűztoronyukat is felépítették. A kötszer egyébként svájci gyártmányú és az 1940-es évekig volt használatban.

A másik képen látható higanyos vérnyomásmérőt dr. Vass László rákospalotai orvos használta a '60-as, '70-es években.

A Fekete Mamba

Ikon volt, világsztár és családapa. Kobe Bryant, minden idők egyik legnagyobb kosárlabdázójának 2020.

év eleji tragikus halála az egész világot megrázta. Roland Lazenby amerikai sportszerző és oktató több mint öt tucat irodalmi könyvet írt, első sorban a kosárlabdáról, illetve az amerikai futballról. Ő tárja fel előttünk az egyedülálló Kobea Fekete Mambaként becézett kosaras bonyolult és izgalmas személyiségének titkát. Kobe Bryant már kisgyermekként is tudta, hogy jobb lesz, mint Michael Jordan. (Az tény, hogy a 2015–16-os szezonban – amely végén visszavonult – megelőzte Jordant az NBA all-time pontlistáján.)

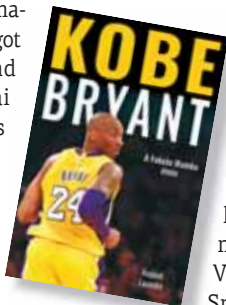
Kobe Bryantre különösége és megalkuvást nem ismerő természete miatt az amerikai profi kosárlabdázás legnagyobb rejtélyeként tekintettek, aki a sporttörténelem

egyik legcéltudatosabb játékosának, a tanulás és felkészülés mesterének számított. Pályafutását azonban végig konfliktusok kísérték: össze-

vesztett csapattársával, Shaquille O'Nealle; edzőjével, Phil Jacksonnal, akinek az összes NBA-bajnoki címét köszönhetette; a törvénynyel; a feleségével, Vanessával (akivel Snoop Dogg egyik videóklipjének forgatásán találkozott); rengeteg barátjával, ellenfelével és csapattársával.

A Kobe – A Fekete Mamba élete című szenzációs kötet minden részletre kiterjedő, pontos választ ad arra az izgalmas kérdésre, hogy ki is volt valójában Kobe Bryant.

A könyv a G-ADAM Kiadó gondozásában kapható a nagyobb üzletláncoknál. **K. N.**



Üröm az örömben

Afocitábor negyedik napján kezdődtek a gondok. Gyermek hazatérve panaszkodott, hogy neki bizony elég rossz a közérzete, és némiképp fázik is (30 fokban). Bár állítólag az anyák képesek megállapítani sarjaik testhőmérsékletét homlokra illesztett szájuk segítségével, nekem ez sosem ment (és nem csak azért, mert hál' Istennek nem kellett sokat gyakorolnom), így amikor a gyorsaság nem észlelt semmit, azért mondtam neki, hogy dugja a hóna alá a hőmérőt. Slám, 37.2. Nem túl sok, de túl sok jót sem jelent.

Ezzel együtt másnap kisírta, hadd mehessen táborba, mert biciklitúrara mennek, és azt bizony a világért sem hagyná ki. Az már sosem fog kiderülni, hogy ennek hatására vagy ettől függetlenül, mindenesetre péntek este már többet mutatott a hőmérő, mint előző este, és ezzel egyenes arányban a közérzete is rosszabb lett.

Én már az elején is aggódtam, de amikor másnap kora délután sikerült ezt az értéket



ILLUSZTRÁCIÓ: XV MEDIA, NAGY BOTOND

fél fokkal megfejelnie, no, akkor kezdett igazán eluralkodni rajtam a pánik. Gyermek hol reszketett, hol ömlött róla a víz, végére csak segítséggel tudott eljutni, amnyira gyenge volt és szédült. És ez mit sem változott vasárnap. A könnyítés annyi volt, hogy végre elkezdte fájlalni valamijét – konkrétan a torkát –, így legalább kiderült a láz oka. A nehezítés pedig az, hogy órát zokogott a világ igazságtalanságán, hogy a jövő heti tábora, ha nem is teljesen, de részben ugrott.

A szívem szakadt meg. Az

aggódástól, a tehetetlenségtől és a nyilvánvaló igazságtalanságtól, hogy 3 havi bezártság után végre tényleg egész nap kint lehetne a szabadban, azt csinálhatná, amit a legjobban szeret, abban a társaságban, amelyik a legközelebb áll a szívéhez.

Imáink végül meghallgatásra találtak. Gyermek – köszönhetően a láthatatlan erőknél és az immunrendszerének – hétfőn már láztalan volt, így csak egy napot kellett kibírnia tábor nélkül. De az is pont egy volt több a kellenél.

-y-a

A sajtot osztó róka

GRAFIKA: VARGA TÍMEA LAURA

Mikor a vadászok hinton mentek vadászni, a sajtot elvesztették.

A róka és a farkas találta meg.

Azt mondja a róka:

- Ketten találtuk meg, úgy illik, hogy igazságosan osztozkodjunk rajta.

- Ne kapjon az egyik nagyobb, mint a másik. Majd én kétfelé osztom!

Azután a közepén kezdte kétfelé rágni.

Mikor a túlsó végére ért, látták, hogy nem egyforma nagy

- Ez nagyobb!

Akkor meg a másik fele volt a nagyobb, abból rágott le egy darabot.

Mondta a róka, s lerágott belőle egy darabot.

Addig rágta, osztotta kétfelé, hogy semmi sem maradt.

VÁROSHÁZI ESTÉK

A Városházi esték programsorozat a karanténhelyzet után június 30-án, a megújult házasságkötő teremben folytatódott. A telt házas újrakezdés első vendége Farkas Franciska színész, szociális munkás volt, aki mély meggyőződéssel, vidám személyiséggel, gondolataival gyorsan elnyerte a közönség szimpátiáját.

Színtér, játék nélkül



FOTÓK: XV MÉDIA, NÁGY BOTOND

Folytatódik a közéleti beszélgetéssorozat | Telt házas újrakezdés

Farkas Franciska | A mai fiatalok sokkal nyitottabbak

Viktória – A zürichi expressz című film főszerepéért megkapta a Los Angeles-i Magyar Filmfesztivál legjobb színésznőnek járó díját. Az Aranyélet című sorozatban nyújtott alakításáért a legjobb mellékszereplőnek választották, míg a Brazíliák főszerepe után önálló esttel mutatkozott be. Drámapedagógus, szociális munkás, és közben úgy idézi József Attila *Ős patkány terjeszt kórt* sorait, hogy semmi kétség: Farkas Franciska színésznőnek született.

– A világjárvány alapjaiban változtatta meg a mindennapjainkat, nem várt csapást mért a kultúrára is. Mennyire alakult át az élete az elmúlt hónapokban?

– Teljes mértékben, hiszen egyik napról a másikra leállították a színházi előadásaimat, ezzel a megélhetésem került veszélybe. Hiányzott az adrenalin, amit a közönség adott, de

az aktuális problémára kellett reagálnom, így gyorsan álláskeresésbe kezdtem. A szociális szférában, egy befogadóotthonban helyezkedtem el gyermekfelügyelőként, mivel a színpad mellett drámapedagógiával és tehetséggondozással is foglalkoztam.

– A színpadon túl volt már jelnyelvi tolmács, újságíró-gyakornok, szobalány, pultos, bolti eladó és modell, hosszú a sor. Mi határozza meg legjobban a személyiségét?

– A történetmesélés és a hozzám közel álló személyek. A színpadon és az életben egyaránt szeretném megmutatni, hogy több rétegből és identitásból tevődik össze egy jellem. Lehet, furcsa, de nem úgy kelek fel és nézek reggel a tükörbe, hogy én egy elismert színésznő vagyok.

– Sokszor nyilatkozta, hogy számos hátránnyal kellett megküzdenie, míg szakmailag kiteljesedett. Családjától

azért mégis a lehető legtöbbet kapta, hiszen megtanították önmagáért kiállni és a céljaiért küzdeni.

– Édesanyamtól örököltem a túróképeséget, a szorgalmat és a kitartást. Szerencsés és hálás vagyok érte, hogy már kisgyermekként felkeltette a kíváncsiságom az olvasás, a tudás iránt. Tőle tanultam meg azt is, hogy soha ne legyek előítéletes, és ne hagyjam, hogy mások határozzanak meg.

– Több társadalmi ügy mellett is kiállt, például a Roma Hősök fesztiválon érzékenyített. Hogyan tapasztalja: sikerül felnőnie egy olyan generációnak, melynek tagjait nem a szegregáció, hanem sokkal inkább az elfogadás bátorítja?

– Látok rá esélyt, hiszen a mai fiatalok sokkal nyitottabbak az elődeiknél és több a lehetőségük tájékozódni. Ráadásul az amerikai események világ szinten ráirányítják a figyelmet a rasszizmusra. Számomra a romaságom

soha, semmilyen bizonytalanságot nem jelentett. Mégis azt tapasztalom, hogy az emberek szeretnek fakkokat kialakítani, és úgy ítélkezni mások felett. Azért tartom fontosnak a filmeket, mert a történetekben mélyebben kibontakozhat a kirekesztés elleni küzdelem, és ezzel párhuzamosan a lehetőségek keresése is. Azt gondolom, egy művészi alkotás mindenki számára nyújthat kapaszkodót, hogy lehet kitörni és megküzdeni az előítélet ellen.

– Fiatalon olyan életpályával büszkélkedhet, ami sokak számára csak álom. A szűkebb közönség élőben láthatta a XV. kerületben. Mi szerepel még a folytatásban?

– A járvány megtanított, hogy figyeljünk a környezetünkre és egymásra. Kedvemem azonban nem szegte, szeretnék még sokat utazni, világot látni, nyelveket tanulni és írni.

(béres)

Fogadalom az új házasságkötőben



FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ

Megújult környezetben mondhatták ki a jegyesek a boldogító igent.

A kerületi polgármesteri hivatalban ugyanis teljesen megszépült a házasságkötő terem, korszerűsödött a hozzá kapcsolódó hangosítóhelyiség, valamint az előtér is új külsővel fogadta a násznapot. A szerencsés pár – ahogy ezután mindenki a kerületben – elegáns környezetben tehetett örök fogadalmat.

A több mint 30 millió forintból megszépült helyiség modern kialakítást kapott, illeszkedve az épület meglévő arculatához. A teremben kék,

bronz- és az aranszínű együttese elegáns hatást kölcsönöz. Az egyik meghatározó elem a kék-arany tapéta, mely a pódiumon és a mobilfalon is megjelenik, valamint a fehér szín – ami a tisztaság jelképe – végigfut a lábazon és az új álmennyezetben, ezzel megfelelően ellensúlyozva a megjelenő erőteljes kék színeket.

Nagy méretű tükrökkel szerelték fel a terembe és az előtérbe is, melyek növelik a térérzetet. Funkciójuk mellett díszítenek és elegánssá varázsolják a helyiségeket, ami a házasságkötő terem esetében különösen fontos szempont.

-S-Ó

A nagy nap | Elegánsan boldogító igen

Új hivatali nyitvatartás



Július 6-ától új nyitvatartással várják az ügyfeleket a kormányablakok, köztük a Bácska utcai is.

„A kormányablakok nyitvatartási idejének módosítását alapos vizsgálat előzte meg. A kormányhivatalok az ügyfelek igényeinek szem előtt tartásával, valamint a korábbi ügyfélforgalmi adatok alapján alakították ki az új ügyfélfogadási rendet. A módosult ügyfélfogadási rend lehetővé teszi, hogy a kormányablakok az ügyfélfogadási idő alatt folyamatosan teljes kapacitással működjenek, ezáltal az állampolgároknak kevesebb ideig kell majd várakozniuk, és az ügyintézés is gyorsabbá, hatékonyabbá válik. A kormányhivatalok arra is törekedtek, hogy – az egységesítés érdekében – az új ügyfélfogadási rendet az egyéb, kormányhivatali és önkormányzati ügyfélszolgálatok nyitvatartási idejével összhangban alakítsák ki” – írta a *kormányhivatal.hu*.

A Bácska utcai kormányablak nyitvatartása az alábbiak szerint alakul:

Hétfő:	8:00–18:00
Kedd:	8:00–16:00
Szerda:	11:00–19:00
Csütörtök:	8:00–16:00
Péntek:	8:00–14:00

Újranyitottak a közszolgáltatók ügyfélszolgálatai

Fokozatosan, a higiénés szabályok maximális betartása/betartatása mellett megnyitottak a budapesti közszolgáltatók ügyfélszolgálatait.

Július 6-tól a megfelelő biztonsági óvintézkedések mellett újranyitottak az E.ON-csoport tagja, az ELMŰ-ÉMÁSZ állandó személyes ügyfélszolgálati irodái. A vállalat ugyanakkor továbbra is azt ajánlja ügyfeleinek, hogy elsősorban a digitális ügyfélszolgálatokat vegyék igénybe. A személyes ügyfélszolgálatok online és telefonos időpontfoglalással látogathatók.

Ugyancsak július 6-tól a Fővárosi Vízművek valamennyi személyes ügyfélszolgálati irodája is a megszokott nyitvatartási rendben várja ügyfeleit. Az érvényben lévő járványügyi készültségre való tekintettel, kérik, hogy mindenki tartsa be a járványügyi rendelkezéseket és az alapvető óvintézkedéseket. A társaság ezt az ügyműveket



és az ügyfeleket elválasztó, pultra helyezett plexilappal segíti elő. Az irodákban egyszerre csak annyian tartózkodhatnak, ahány ügyintézői pult üzemel.

Az NKM személyes ügyfélszolgálati irodáit szakaszosan, korlátozott kapacitással szintén július 6-án nyitotta meg. A személyes ügyintézés megindítása kizárólag a szükséges fizikai óvintézkedések betartása mellett lehetséges. Az irodák kizárólag előzetes időpontfoglalás alapján látogathatók, amelyet online vagy telefonon tehet meg az ügyfél. Az irodákban egyszerre csak annyi ügyfél tartózkodhat, ahány ügyintéző dolgozik, hogy elke-

Kormányablakbusz a Pólusnál

Budapesten kormányablakbusz áll az ügyfelek szolgálatába a személyi okmányokkal kapcsolatos gyorsabb és kényelmesebb ügyintézésért. Nyár végéig a hétvégéken kitelepülő „mobil kormányablak” frekvenciánál magasabb szintű biztosságot biztosít lehetőséget az ügyintézésre.

A kormányablakbusz július 11-én és 12-én 8 és 16 óra között a Pólus Center parkolójában várta az ügyfeleket. A helyszínen ügyfélkapu-regisztrációra, személyi okmányokkal (személyi igazol-



vány, laccímártya, jogosítvány, útlevél) és diákigazolványhoz szükséges NEK-regisztrációval kapcsolatos ügyintézésre volt lehetőség.

A buszban igényelt igazolványokat – a helyszínen átvehető laccímártyát és az ideiglenes személyi igazolványt kivéve – postai úton kézbesítik. ♦

Szemétszedés

Szemétszedési akciót hirdet a Tegyük Együtt Rákospalota-Kertvárosáért Közhasznú Egyesület (TERKE). Július 19-én, vasárnap 14 órakor a Károlyi Sándor út. 41. Evolva virágbolt előtt indulnak a környéken élők és tisztítják meg a területet. Köszönétként a TERKE egyesület a részt vevő családoknak felajánl 2 darab kerti zöldhulladék zsákot. Minden lelkes környezetvédőt várnak! ♦

Folytatódik a felújítás



A Corvin-negyed és a Semmelweis Klinikák állomásokon is elkezdik a felújítási munkákat, ezért ezeken a helyeken sem áll meg a metró július 13-ától – írta a BKK. A két lezárt metróállomás környezetét a Kálvin tér és a Népliget között közlekedő, M30-as jelzésű állomáspótló busszal lehet majd elérni.

A 3-as metró munkanapokon továbbra is Újpest és a Nagyváradi tér között jár, a Corvin-negyed és a Semmelweis Klinikák állomásokon kívül a korábban már lezárt Arany János utcánál és Ferenciek terén sem áll meg. Ősszel, a déli szakasz átadása után a Nagyváradi tér és a Lehel tér között folytatódik a metróvonal felújítása. ♦

Látogathatók a budapesti fürdők



A budapesti fürdőket üzemeltető Budapest Gyógyfürdői és Hévízei (BGYH) Zrt. ütemezetten nyitja a fürdőket. Már teljeskörűen üzemel a Paskál, a Palatinus, a Pesterzsébeti, a Csillaghegyi Árpád Forrásfürdő, a Lukács fürdő beltéri medencéi is és a Széchenyi és a Rudas fürdő. A sort a Dandár fürdő zárja július 15-i nyitással.

A járványügyi helyzet érinti a fürdők nyitvatartását is. Így a Széchenyi fürdő, mely kizárólag az Állatkerti körút felőli bejáratnál megközelíthető, mindennap: 9:00–19:00, a Rudas fürdő török része 6:00–18:00, a wellness- és uszodarészleg pedig 8:00 és 20:00 óra között tart nyitva. Szombatonként pedig 21:00–02:00 óráig ismét lesz éjszakai fürdőzés. A BGYH folyamatosan figyelemmel kíséri a vendégforgalom alakulását, és amennyiben jelentősen megnövekednek az igények, módosítják a nyitvatartási rendet. ♦

Külső, belső megújulás

Megújult az önkormányzati rendészet Illyés Gyula utcai irodájának külső portálja. A korábbi feliratokat lecserélték, az üvegfelületeket felmatricázták, így a helyiség jól észrevehetővé vált. Az új külsőt Cserdiné Németh Angéla polgármester avatta fel, aki elmondta, a rendészet megújulása ezzel a néhány díszítőelemmel még nem fejeződik be.

FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ



Önkormányzati rendészet | Szemrevaló iroda

– Hosszú hónapok után sikerült az üres helyeket feltölteni, így már megfelelő felügyelői létszám áll a rendelkezésünkre. Az elsődleges célunk továbbra is a szemléletformálás, nem pedig a büntetés. Szeretnénk elérni, hogy mindenki betartsa a közösségi együttélés szabályait, és hiszünk abban, hogy jó szóval, jelen esetben szóbeli vagy írásos figyelmeztetésekkel is célt érhetünk – mondta Homa Gabriella,

az önkormányzati rendészet megbízott vezetője.

Elmondta: az állomány feltöltésével a nappali órákban növelni tudják a felügyelők közterületi jelenlétét. Főleg azokon a helyeken, ahol állandó problémát jelent a közterületi italozás vagy a szemetelés.

Cserdiné Németh Angéla hozzátette: a választási ígéreteiknek megfelelően az idei évben újabb 12 kamerát helyeznek ki, így a kerületi

kamerák száma 90-re nő majd. Az új kamerák feléne a helyét kifejezetten az illegális személerakások alapján jelölték ki. Változás várható a közterületen engedély nélkül tárolt, hatósági jelzéssel nem rendelkező gépjárművek elszállításában is. Egy másik szállítócéggel fog megállapodni az önkormányzat, remélhetőleg sokkal hatékonyabb lesz a rendszám nélküli autók által elfoglalt parkolóhelyek felszabadítása. **R. T.**

Nézzük a karosszériát!

Ha szeretnénk, hogy autónk sokáig „éljen”, nem szabad megfeledeknünk az alvázvédelemről. A sérült, rozsdás kocsiszekrény a gépkocsinak az a része, amit első ránézésre legtöbbször észre sem vesznek a tulajdonosok, a szakember pedig sokszor csak akkor fordít rá figyelmet, amikor gazdaságosan már nem javítható – hívja fel a figyelmet a Balatoni Kft.

FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND



Rejtett sérülések | Kérjünk szakértő segítséget

A karosszériajavítással foglalkozó cég tapasztalatai szerint az emberek többségének fejében a karosszériaműhely összekapcsolódik a balesetekkel. Szinte csak akkor fordulunk a karosszérialakatoshoz, ha koccantunk vagy nagyobb baleseti kár keletkezett az autón, esetleg ha megkarcolódott a fényezés egy rosszul sikerült parkolásnál.

Érdemes azonban észben tartani: ahogyan az autószerelővel panaszok nélkül is rendszeresen átnéztjük motorikusan a gépkocsinkat,

ugyanúgy szükséges a karosszéria rendszeres átvizsgálása is.

Használt autó vásárlása esetén különösen fontos, hogy az üzlet megkötése előtt alaposan vizsgáltsuk át azt szakemberrel. Az interneten több olyan mestert találunk, aki mobilszolgáltatással, a helyszínen tudja átvizsgálni a kiszemelt gépkocsit.

Természetesen a karosszériaműhelyekben is megtalálják azokat a nem látható, de közép- és hosszú távon

már jelentősebb problémákat okozó sérüléseket és rozsdásodásokat, amelyek elkerülnek a külső szemlélő figyelmét. A szomszédos Ausztriában a domborzati sajátosságok miatt agresszív, nátrium-klorid alapú anyagokkal jégmentesítik az utakat, amik igen hamar kikezdi a karosszériát. Így például akik rendszeresen járnak a nyugati szomszédunkhoz síelni, mindenképpen nézessék át a szezon után az autójukat!

Sz. A.

RENDŐRSÉGI HÍREK

Zenebona

Egy autóból hangosan szólt a zene, emiatt a környék lakói rendőri segítséget kértek. A járőrök egy hölgyet találtak a helyszínen, aki valóban hangosan hallgatta a zenét, ezért figyelmeztették őt. Alig két órával később azonban ismét riasztották a rendőröket, hogy a nő megint hangosan hallgatja a zenét az autójában. Ekkor a rendőrök helyszíni bírságot szabtak ki rá, ám újabb fél órával később, miután ismét riasztották őket, már előállították a nőt a kerületi kapitányságra, és szabálysértési eljárást kezdeményeztek vele szemben. ♦

Gyalog a sztrádán



GRAFKA: VARGA TIMEA LAURA

A rendőrök egy, az M3 bevezetője mellett gyalogló férfira figyeltek fel. Mikor megállították, a férfi arra hivatkozott, hogy nincs pénze buszra vagy taxira. A rendőrök ellenőrizték a férfit, így hamar kiderült, hogy a Fővárosi Törvényszék már korábban körözést adott ki ellene. A férfit előállították, és átadták őt az illetékes szerveknek. ♦

Gyalog gyorsabb lenne

A körzeti megbízottak egy nagy sebességgel haladó autóra figyeltek fel az Illyés Gyula utcában. A rendőrök nyomába eredtek, ám a sofőr ezt észelve gyorsan leparkolt. A járőrök azonban érezték, hogy a megállás csak miattuk történt, ezért néhány sarkkal odébb ők is leparkoltak. Az autó valóban elindult, a rendőrök viszont hamar meg tudták állítani. Mint kiderült, az autót vezető férfi erősen ittas volt, így eljárás indult ellene. ♦

Rendőrökhöz menekült

Egy nő kért személyesen segítséget a kerületi rendőrkapitányságon. Elmondása szerint a férje már nem először bántalmazta őt, ám ezúttal túl messzire ment. A nőt a rendőrök hívására kórházba szállították, ahol megállapították, hogy súlyos sérüléseket szenvedett. A rendőrök előállították a férfit, aki ellen súlyos testi sértés büntette miatt indult eljárás. Ezenkívül a bíróság elrendelte az ideiglenes távollattartást is. ♦

Összeállította: Riersch Tamás

A rendőrségi hírekben szereplő információkat az XV. kerületi rendőrkapitányság szolgáltatta.

Az önkormányzati közterület-felügyelet (rendészek) az **1 305 3230** (ügyfelfogadási időben), **1 305 3147** (ügyfelfogadási időn kívül) telefonszámokon várja a bejelentést.

Bár a nyári szünetben nem kell anyyira korán kelni, lehetőség szerint ne hagyjuk, hogy a gyerek átaludja a reggeli idejét, hiszen ezzel a napi étkezési ritmusa felborul. Ráadásul a reggeli kiemelt jelentőségű, többek között az elhízás megelőzésében, a 2-es típusú cukorbetegség kockázatának csökkentésében, valamint a kognitív feladatok – tanulás, memória, figyelem, koncentráció – megfelelő végrehajtásában – hívja fel a figyelmet a Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége (MDO SZ).

Ha a gyermek otthon van, készítsünk neki szendvicset, lehetőleg teljes kiőrlésű pékáruból, amibe tehetünk sovány felvágottat, sajtot. Összeállíthatunk különböző szendvicskrémeket is, például túróból, zöldségekből (karfiolból, gombából, cukkiniből) vagy éppen hüvelyesekből (lencséből, vörös babból), amihez minden esetben tegyünk valamilyen friss zöldséget. Ha korábban készülnek el a szendvicsek és a szendvicskrémek, azokat az elfogyasztásukig – élelmiszer-biztonsági okokból is – mindenképpen tegyük a hűtőszekrénybe.

A reggelihez feltétlenül adjunk vizet, tejet, teát, gyümölcs- vagy zöldséglevet is. A változatosság segít,



FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

Éltető reggeli

hogy elegendő mennyiségű legyen a folyadékbevitel. Érdeemes tudni, hogy bizonyos szilárd ételek víztartalma is jelentős. A legtöbb zöldség és gyümölcs 80-95 százalékos víztartalmú, vagyis éppen annyira hatékony a

folyadékpótlásban, mint a leves. Lé-
dős többek közt a dinnye, az uborka, a szőlő, a barack, az alma, a körte, a paradicsom.

A nagy melegben jólesnek az olyan desszertek, mint a 75-85 szá-

zalékos víztartalmú joghurtok, vagy a fagyaltok, jégkrémek, amelyeknek szintén legalább 60 százaléka víz, ám utóbbiaknál ne felejtjük el, hogy cukor-, illetve energiatartalmuk is jelentős.

-y -a

Ételek orvosi ajánlásra

Különleges Semmelweis-napot tartott a Bethesda Gyermekkorház közössége. Az egészségügyi dolgozók ünnepéről a kórház Rákospalotán élő kommunikációs vezetője, Tamásné Bese Nóra mesélt nekünk.

– A koronavírus negyvenedik napja volt, amikor már nagyon feszélyezett a várakozás és az állandó készenlét. Úgy éreztem, hogy minél hamarabb meg kell próbálni túltenni magunkat ezen a helyzeten. Ugyanezt láttam a munkatársaimon is. Ekkor jött a gondolat, hogy állítsunk közösen emléket ennek a furcsa, egybekovácsoló, mégis távolságtartó karanténnak. Így született meg a közösen írt szakácskönyv ötlete. Mesélni akarunk a mindennapi ételinkről, és egy picit arról az életéről, ami ezeket a fogásokat ihlette. Továbbá arról, hogy milyen sokszínűek vagyunk, milyen sokféle módon sütünk-főzünk, és miben változott meg az életünk a járványhelyzet alatt – mondta Tamásné Bese Nóra.

A vírus negyvenedik napja május legelejére esett, így elmondható, alig két hónap alatt meg is valósult a projekt. A Receptre írva bethesdás szakácskönyvet pedig a kórházi közösség idej Semmelweis-napi ünnepségén mutatták be.

– Már hozzászoktam, hogy a munkatársaim valami extrém ötlettel keresnek meg, amit általában meg is szoktak valósítani – mondta dr. Velkey György, a XV. kerülettel partneri kapcsolatban

levő Bethesda Gyermekkorház főigazgatója. – Erre a könyvre azonban kimondottan büszke vagyok, mert ez tényleg a kórház közösségének sokszínűségét mutatja be. Naponta együtt dolgozva hosszú órákat a gyermekek gyógyulásáért, majd leroskadva a nővérpultnál vagy az orvosi szobában, ahol sok más mellett ezek a kérdések is visszatérnek: Mit ettél? Mit főztél? A válaszokból élmények törnek fel, sokszor messzi otthonokról, eseményekről, kultúrákról. A mesélő munkatárs leírásai és emlékei idővel közöseké, közösségünk élményeivé válnak, hiszen az elmesélt ételek előkerülnek az ügyeleti vacsorákon vagy a közös ünnepi asztalainknál. És az ízek, a hangulatok kikövetelik maguknak a megőrkítést. Eleinte egy-egy papírfecni-re, de íme, most már egy ilyen szép, képekkel illusztrált könyvbe is. Hát, így született ez a különleges szakácskönyv – büszkélkedett a főigazgató.

A Receptre írva a hétköznapi ételektől az egzotikumokig tartalmaz izgalmas és könnyen elkészíthető finomságokat. A főigazgató például a gyógyteáiról mesélt, az égéssebész főorvosnő a sztrapacska elkészítését osztotta meg a többiekkel, de a főnővér táborig lecsója, a gyógytornász túró nudlija, a gasztroenterológus bablevelése vagy a kórházhigiénikus almás pitéje is főzésre sarkall. Az idej Semmelweis-napon tartott könyvbemutatóra az alkotók néhány ételt el is készítettek, így valamennyi meghívott vendég



Tamásné Bese Nóra | Receptre írva

megtapasztalhatta a bethesdás receptek testet és lelket „gyógyító erejét”.

– A könyv bárki által megvásárolható a nemrég létrehozott webshopunkban <https://bethshop.bethesda.hu/> – tette hozzá Tamásné Bese Nóra, aki nemcsak ötletgazdája, hanem szerkesztője is volt a különleges szakácskönyvnek.

Riersch Tamás

Segítsünk Flórának!

A kerületünkben él a magyar női vízilabdázás egyik legnagyobb alakja, Drávucz Rita, aki tagja volt a 2005-ös montreali világbajnokságon és a 2001-es budapesti Európa-bajnokságon aranyérmes együttesnek.

Ezenkívül még hatszor állhatott világvorsenyen a dobogóra, szerepelt három olimpián, kétszer 4. lett, magyar és olasz klubcsapataival pedig négyszer bajnoki címet nyert.

Drávucz Ritának nehéz lenne bármi újat mondani a vízilabdáról. És nehéz lenne bármi újat mondani a Charcot Marie Tooth (CMT) 2C típusú betegségről is.

– Hét éve született meg Flóra lányom, akinél 2015-ben diagnosztizáltak ezt a kórt – mesélte a Rákospalotán élő sportoló. – Azóta rengeteg mindennel próbálkoztunk annak érdekében, hogy Flóra

teljes értékű életet élhessen. A fejlesztéseknek hála, állapota egyelőre folyamatosan javul, de a betegségből adódóan nagyon hamar elfárad, emiatt a mai napig aktív kerekesszékes használó – mondta Rita.

A CMT a perifériás idegrendszer betegsége, a legkülönbözőbb tünetekkel és a legkülönbözőbb életkorban fordul elő. A betegség sajnos az évek haladásával rosszabbodhat. Elsődleges tünetei a lábfeji és a lábszár izmainak és izületeinek gyengesége, a lábfejreflex hiánya, az egyensúlyvesztés és a fáradékonyság. Esetenként a felső végtagok, majd a belső szervek is érintettek válhatnak.

– Azért lehet nekünk is újat mondani erről a betegségről, mi már nagyon várnánk a bejelentést, hogy feltalálták az ellenszerét. Mindenesetre nemrégiben egyszeri lehetőségként tesz-

telhettünk egy új, úgynevezett robotterápiás módszert, amelynek az a nagy előnye, hogy képes megmozgatni a CMT-s beteg végtagjait. Flóra már az első alkalommal olyan mozgást élhetett át, amelyben eddig még sohasem volt része – fűzte hozzá.

A robotterápia azonban nem olcsó mulatság. A család, amely eddig önerőből finanszírozta Flóra gyógykezelését, a hatékonynak tűnő terápia érdekében kénytelen volt a nyilvánosságához fordulni.

– Az egyéves kezelés ára 1 760 000 forintba kerül. A pénz összegyűjtésében az Együtt a Kisangyalokkal Alapítvány segít nekünk. A család és az alapítvány közös terve, hogy Flóra egy hároméves komplex robotterápiás fejlesztésben részesülhessen. Ez összesen 5 280 000 Ft-ba kerülne. Egyelőre az ő betegségére



Flóra és Rita | Bízunk a robotterápiás fejlesztésben

FORRÁS: DRÁVUCZ RITA

nem létezik más gyógyszeres vagy egyéb teljes gyógyulást kínáló kezelés, tehát csak az izomfejlesztést és az idegek stimulálását célozhatjuk meg.

A Flórának szánt segítséget az Együtt a Kisangyalokkal Alapítvány számlájára várják. Az OTP banknál erre a célra megnyitott számla száma 11733027-28360616-00000000. Ritának azt kéri, hogy az adakozók a közleményben feltétlen tüntessék fel „FLÓRA” nevét.

– Már eddig is hálásak lehetünk a kerületnek, hisz mikor Rákospalotára költöztünk, és jeleztem az önkormányzatnak, hogy egy kerekesszékes kisgyerekekkel érkezünk, azonnal akadálymentesítették a környezetünket. Most azonban a többi ember segítségére is szükségünk lenne annak érdekében, hogy ez a tündéri, életvidám kislány olyan életet élhessen végre, amit megérdemel – tette hozzá bizakodóan Rita. **-sch -s**

Akire rámosolygott Ronaldinho

A tavaly decemberi budapesti teqball-világbajnokság toronymagasan a magyarokról szólt. Egyrészt maga a játék miatt, hisz az „asztali lábtengő” száz százalékban magyar találmánynak számít. Másrészt, mert ebben a sportágban rendezőként és résztvevőként mi, magyarok vagyunk a legjobbak.

Az eddigi három teqball-világbajnokság közül kettőnek a magyar főváros adhatott otthont, illetve az eddig kiosztott hét aranyéremből ötöt magyar sportoló (kettőn székely nemzetiségűként Romániát képviselték) nyert meg. A decemberi vében is magyar sportolók nyerték az egyéni és a páros számokat, az első ízben megrendezett vegyes párosban azonban nagy csatában brazil győzelem született. Ennek legjobban az esemény sztárvendége, az egykori aranylabdás, világbajnok, Bajnokok Ligája-győztes Ronaldinho örült.

Az örökké mosolygó brazil világsztár budapesti tartó-



Venter Csaba és ideálja | Húsz fotóból égetett óriás táblaképet

kodását nagy rivaldafény övezte, ám emiatt rendkívül nehéz volt vele személyes kapcsolatot létesíteni. Az egyik rákospalotai fiatalembernek azonban nemcsak az áhított autogramot sikerült megszereznie, hanem máig tartó ismeretségbe került Ronaldinho menedzsmentjével.

– Mindig is szerettem rajzolgatni, amely hobbiról felnőttként sem mondtam le – mesélte Venter Csaba. – Csak éppen rajzpapír helyett ma már fára, vászonra készítem a képeimet. Több portrét is készítettem égetés (pirográfia)

technikával, mígnem felfedeztem egyik kedvenc játékosom, Ronaldinho instagramját, ahol rendszeresen fotókat posztolt. Követője lettem, és nekiálltam, hogy őt is megörökítem az utókornak.

Csaba majd' másfél évig készítette Ronaldinho táblaképet. A 2,8×1,4 méteres alkotás közel húsz Ronaldinho-portrét tartalmaz.

– A tervem az volt, hogy lefotózzom a kész művet, amit elküldök majd neki az instán, és bíztam benne, hogy Ronaldinho megosztja majd a művet. Aztán jött a világbaj-

nokság, és minden felgyorsult – tette hozzá.

A vébé szervezői ugyanis többek között Csaba művét is kiállították, sőt ők ajánlották, hogy olyan helyre tegye, ahol Ronaldinho tekintetét sem kerüli majd el. Így történt, hogy a brazil labdarúgó a liftből kilépve menedzser bátyjával egy alkalommal éppen Csaba képével találta szembe magát.



– Mindketten nagyon szimpatikusak voltak, Ronaldinho még alá is írta a képet, majd a közös fotókat feltöltöttem az instára, amit a bátyja is bejelölt. Így a kapcsolatunk

megmaradt. Ennek pedig azért is örülök, mert szeretném jótékony célra felajánlani a képet, melyről jó, ha Ronaldinho is tudomást szerez majd – jelentette ki Csaba.

Venter Csaba futballszerepeltetése nem új keletű. Gyerekként a Chinoin csapatában kezdte focista-pályafutását, majd a REAC Sportiskolánál Urbán Flórián edzette őt. Később játszott a Vízművek és a RAFC együttesében is. Ez utóbbi csapatban pedig még az NB III.-ban is pályára lépett. Jelenleg vendéglátásban dolgozik, így elég kevés ideje jut az alkotásra. Ronaldinho gyerek- és felnőttkori portréit is legtöbbször éjszaka égette a fába.

– Jelenleg is futballistaképpen dolgozom, ezúttal Francesco Totti portréját kell elkészítenem. Az olasz sztárt viszont már olajjal festem vászonra. A képet nem magamnak készítem, de azért örülnék, ha egyszer azt is megmutathatnám majd a „modellemnek” – fűzte hozzá Csaba. **erté**

FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

 PÓLUS MOZI A nyereményjegyek bevélték bármelyik műsorrendi vetítésünkre. KÍNÁLAT: www.poluscentermozi.hu				 AZ ÜZENET 1. RÉSZE	KIVÁLÓ ÜSZÖNÖNK	NITROGÉN GÉPKOCSIZÓ LŐVÉSZ, RÖV.	POFON IGEVÉG! A MÁJ TERMELI	FÖLDRE REJT KÖZÉPEN ÁLLÓ!	KÖZELRE MUTATÓ SZÓCSKA	KELET, RÖVIDEN HÁZASODÓ	VÁR MARRADVÁNYA RÉSZ, RÖVIDEN	ÜNNEPI FÉRFIKABÁT	ÉSSZEL FELFOG	TÉL-SPORT-ESZKÖZ
KALAUZ DOLGA														
A SUGÁR JELE									ÚTÓFA RÉSZE! KOMIKA (ZSUZSA)	... LANKA; ORSZÁG; LABDÁS GOMBA				
KÉZZEL-LÁBBAL ELLENKEZIK								SPORT-EGYÜTTES GORDONKÁS					IRODALMI MŰBEN: EPILOGUS	
AZ IRÍDIUM VEGYJELE						LITER, RÖVIDEN	... ÜLLMANN; SZÍNŰVÉSZNŐ	DISZNÓ-LÁBRÉSZ BANYA-KOCSI					AZ URÁN VEGYJELE NORVÉG AUTÓJEL	
A TETU-LAJDONOD														
NÉVELŐ AZ ÜZENET 2. RÉSZE	FOCITALÁLAT TÁMADSBÓL EGYBE	ZENEI NYITÁNY!	ZUHANY HORDOZHATÓ TÁBLA			MAGÁVAL ÉDESGET TISZTELT, RÖVIDEN				FÖLÜL KIRÁLYI, RÖVIDEN				
													RÉGI, TAVALYI AUSZTRIA HATÁRAI!	
OSZTRÁK AUTÓJEL VISZONZÁSUL						A FEKETE GYÉMÁNTOK HŐSNŐJE				BORTÓL MÁMOROS MOCSÁRI MADÁR				
UGYANCSAK		PORCIÓ AZ OXIGÉN VEGYJELE				SVÉD AUTÓJEL KIZÁRÓLAG	AZONOS BETŰK KIRGIZ NOB-JEL		KRISZTUS ELŐTT, RÖVIDEN KÉN		A TÁVOLLABBI NÉM. ÍRÓ (STEFAN)			
OXIGÉN-MÓDOSULAT			NICARAGUA, RÖV. SZÉF BELSEJE!			NYOMÓLEMEZ HAJNAL ELŐTTI				MAGHÁZ KÖZEPE! O ... MIO; SLÁGER			SZÖVÉG! IGÉRETTEL CSALOGAT	
A GERMANIUM VEGYJELE		KELL ISMÉTELT TILTÁS							ÜRES KAS! HÁZAT ÉRT VESZTESEG		KÖZÉPEN LEÉG! ... IT BE (BEATLES)		PATINÁS PESTI SZÁLLO	
KÖZÉPEN LÓG! SPANYOL AUTÓJEL	KÉPZŐMŰVÉSZETI ALKOTÁS RÓMAI 50						A QUIMBY DALA PANTALÓ							
						BEC. NI-KOLETTA LEVEGŐ, RÉGISEN	MODERN ENERGIAFORRÁSÚ NŐI NÉV							
VIZÉVEL BEBORÍT	ÉNEKESNŐ (BOGLÁRKA)	IGEN, OLASZUL	JEAN ...; FR. AUTÓS KÖLTŐ U-TÁNÓJA			INDIA HATÁRAI! RÓMAI 4-ES			KOCOG ... CARUSO; TENORISTA				RÓSTVÉG! HATÁRROZOTT SZÁNDEK	
TETŐFÉDŐ ANYAG (TÁJSZÓ) CELSIUS														
						FR. ÍRÓ (JULES) PL. A CSÁRDÁS								
SZEMENKEIT ESZEGET BELTAG!	AZ INDIUM VEGYJELE BECENEVE TUSI			LITURGIA, RÖVIDEN		CSUKOTT, FEDETT LAPSZÁMÓZÁS, RÖV.				EREDMÉNYESSÉG				
SZÁNNI KEZD GYŐRI SP.KLUB				IGEN, CSEHÜL			BILIÁRD-MALÓR VÉGE A MOZINAK!		SFORZANDO (ERŐSEN), RÖV.	FRANCIA SZÍNÉSZ (JACQUES) ÁLLATKERT			AMPER, RÖVIDEN HOSSZÚ MORZEJEL	
GERMÁN EREDETŰ NÉP FLUOR		ÁRNYALAT KÖTET, RÖVIDEN						ELLENNYILTAKOZAT BELGA AUTÓJEL					NEWTON, RÖVIDEN	
						AZ ARANYCSAPAT LABDARUGÓJA								

Fejtsd meg a rejtvényt és az üzenetet!

Vágja ki az újságból a teljesen kitöltött rejtvényt, és küldje el zárt borítékban levelezési címünkre (XV Média Kft., 1615 Bp., Pf. 155) vagy adja le a szerkesztőség részére a Bocskai utca 1–3. szám alatt! A borítékra írja rá: „ÉLETKÉPEK REJTVÉNY!” **Három helyes megfejtőnk kétszemélyes mozijegyet kap a Pólus mozi jóvoltából.** Beküldési határidő: 2020. július 24.

Az előző rejtvényünk helyes megfejtése: **Újraindul a Városházi Esték programorozat.**

Helena von Zweigbergk: Marie Frederikson – Listen to my heart hallgass a szívemre című könyvét **Hortobágyin K. Rózsa** (XV. ker.) nyerte az MKÉSZ jóvoltából.

A nyeremények át nem ruházhatók, a nyeremények változtatási jogát fenntartja a kiadó.



TERMELŐI MÉZEK

akácméz, vegyesméz, selyemfűméz, hármész, lépesmész, propoliszos méz

3 kg felett ingyenes házhoz szállítás!

Árpádföldi Méhészet
Tel.: 06 30 424-9329
www.arpadfoldi.hu

RÁKOSPALOTA / PESTÚJHELY / ÚJPALOTA

ÉLETKÉPEK

XV. KERÜLET KÖZÉLETI LAPJA

Az ÉLETKÉPEK következő megjelenése: 2020 július 30. csütörtök

Lapzárta: 2020. július 23. 12.00

A lapzárta után érkezett anyagokat a szerkesztőség

csak a következő lapszámban tudja közölni.

Az újságban megjelenő hirdetések és közlemények

tartalmáért a szerkesztőség nem vállal felelősséget!

TÖLTSE LE AZ XV MEDIA APP-OT!



ANDROID

IPHONE

Kiadja az XV Média Kommunikációs és Szolgáltató Közhasznú Nonprofit Kft. ❖ Felelős kiadó: Sass Csaba ügyvezető ❖ Felelős szerkesztő: Béres Ildi ❖ Szerkesztőség: 1153 Budapest, Bocskai utca 1–3. ❖ Tel.: 06 1 720 5456, Tel./fax: 06 1 720 5457 • info@xvmedia.hu • xvmedia.hu ❖ ISSN 2062-6770 (nyomatott) ❖ ISSN 2063-6555 (online) ❖ Tipográfia, tördelés: Krepler István, KHP Budapest Kft. ❖ Nyomtatás: Mediaworks Hungary Zrt., 6729 Szeged, Szabadkai út 20. ❖ Terjesztés: MédiaLOG-DMHM Zrt.

Az ÉLETKÉPEK és az XV Media legfrissebb hírei, tudósításai az interneten:
www.xvmedia.hu ❖ www.facebook.com/xvmedia/

LAKOSSÁGI APRÓHIRDETÉS

INGATLAN

Elcserélném 78 nm-es, felújított, 3,5 szobás önkormányzati lakásom. Érdekel: kertés, 40 nm-es, 2 szobás lakás (régibéru). Tel.: 06 70 421 6337

Eladó: Pestújhelyen 54 nm-es, felújítandó (panelprogramos) földszinti lakás. Tel.: 06 30 482 2854

Eladó: XV. ker., Drégelyvár u.-ban 61 nm-es, 2,5 szobás, beépített loggiás, nagyrészen felújított lakás. Tel.: 06 30 258 3109

Eladó: Tiszaföldváron gyógyfürdővel szemben 160 nm-es telek, 35 nm-es faház, gyümölcsöskert. Irányár: 3,9 millió Ft. Tel.: 06 30 866 9756

Eladom romhányi vagy cserélem bp.-i lakásra 53 nm, külön bejáratú, kétszobás, téglal társasházi lakásom, komfortos, erkélyes, pincerésszel, jó környék, közeli strandfürdő, autós garázshellyel. Tel.: 06 70 300 9295

Eladó vagy csere: panellakásra XV. ker.-i központi, saját kertrésszel, egy szoba, előszoba, hall – konyha, fürdőszoba, négylakásos – rendes szomszédok. Tel.: 06 70 771 5371

Idős hölgy befektetés céljából eladná 47 nm-es összkomfortos lakását. Tel.: 06 1 417 5301

LAKHATÁS

Kiadó: Rákos úton 14 nm-es, galériás, aranyos minigarzon hosszú távra. Tel.: 06 20 258 7837, 17 óra után.

Albérlet kiadó: a XV. kerületben egy fő nemdohányzó férfinak vagy nőnek, akár rövid távra is. Tel.: 06 20 510 2591

Idős asszony lakhatást adna egyedülálló hölgynek, aki ezért szerény háztartásában és életvitelében segítené, lehet nyugdíjas is. Telefon: 06 30 861 0037

Kiadó: egy kis szoba Nyírpalota úton nemdohányzó hölgynek. Telefon: 06 20 510 2591

Olcso albérletet keresek 2 fő részére. Tel.: 06 30 245 2759 vagy tabori.ancsi@gmail.com

ADOK-VESZÉK

Eladó: 3 db villanymotor, 1500W-os, 700 W-os, 750 W-os, darabja: 7 E Ft, 1 db páraelszívó 3 E Ft, 1 db rozsdamentes mosogató tartozékkal 3 E Ft. Tel.: 06 30 927 6359

Eladó: használt, elektromos ELCO fűnyíró gép. Tel.: 06 1 306 1760

Eladó: 2 db dohányzóasztal újszerű állapotban 5 E Ft/db. Telefon: 06 30 557 9247

Eladó: falra akasztós, fa díszdobozban lévő, üveges tetejű, téglalap alakú amerikai retró biliárd, gyűjtők előnyben. Irányár: 12 E Ft. Telefon: 06 20 980 0101 egész nap.

Eladó: 1 db új, ágyneműtartós, sárga színű, háttámlás, 110 cm széles, 2 m hosszú ág, a fekvőrész kék színű. XV. ker. előny. Irányár: 50 E Ft. Tel.: 06 20 980 0101 egész nap.

Eladó: gömbfából készült 3 állásos hintaállvány, 2 db összecukható roller, kerékméret 14 és 12 cm, 2 db fenyőfa ág 200x95 cm. Tel.: 06 1 306 8856

Eladó: kisipari pingpongasztal, egyszemélyes, ágyneműtartós plüssheverő, kéthengeres, kéttartályos mobil kompresszor, kisipari kalaptartós előszobafal, kovácsoltvas fabetétes kombináció, lámpagyári magyar légpuska. Tel.: 06 30 735 6705

Eladó: nagy képernyős tv kis hibával, 108/50 cm 20 E Ft, új kalocsai Richelieu pruszlik 18 E Ft, új Wizard fűtőszifító 3 E Ft, Fiskars ollók 1 E Ft. Tel.: 06 70 708 2233

Eladó: 4 égős Elektrolux gáztűzhely egyéves garanciával, költözés miatt. Tel.: 06 30 455 7912

Eladó: új Wizard fűtőszifító 3 E Ft, új kalocsai pruszlik 15 E Ft, nagy képernyős tv LG 108 cm, 53" kis hibával, 20 E Ft, praktikeres Salgó polc 2500 Ft. Tel.: 06 70 708 2233

Eladók szép kalcitkristályok többféle színárnyalatban, dekától kilósig. Akváriumba, szobanövények közé, díszkertbe. Ár megegyezés szerint. Tel.: 06 70 273 1886

Eladó: 4 db nyári autógumi HANKOOK 215x60xR16, 90%-os állapotban. Irányár: 50 E Ft. Telefon: 06 30 557 9247

TÁRSKERESÉS

A XV. ker.-ben lakó, független, 176/75, 54 éves férfi keresi párját komoly kapcsolatra. Tel.: 06 70 356 2236

Nyugdíjas hölgyet keresek élettársnak, állandó lakhelyre beköltözéssel, önkormányzati lakásba Újpalotán, 59 éves vagyok, 180 cm magas, 78 kg. Tel.: 06 1 418 4573

Hetvenéves, 168 cm magas, karcú, jó megjelenésű, diplomás hölgy nemdohányzó, rendezetten élő, értelmes, jellemes, baloldali úr barátságát keresi. Tel.: 06 30 940 0979

Keresem komoly páromat a XV. kerületben. Van egy nagy lányom, ennek tudatában várom a jelentkezést. Tel.: 06 30 245 2759, tabori.ancsi@gmail.com

Hatvanhárom éves, szép arcú, diplomás hölgy megismerkedne rendszeres, megbízható, diplomás, független, sok szabadidővel rendelkező úrral. krixakrxa@gmail.com

Középkorú hölgy ismerkedne komoly kapcsolat céljából. Csakis olyan urak hívnak, akik komoly szándékúak. Tel.: 06 70 542 0251, 19 órától.

Nyugdíjas tanár vagyok, XV. ker.-ben lakom. Párom keresem komoly kapcsolatra 75 éves korig. Telefon: 06 20 428 2735

ÁLLÁS

Bádogos-tetőfedő mellé segítőt keresek. Alkohol kizárva. Fizetés naponta v. hetente. Márkás gumicsizmák eladók. Tel.: 06 70 537 8880

Keresek a kerületben 4-6 órás munkát (vagy Újpesten), érdekelne pl.: takarítás, mosogatás, bevásárlás. Tel.: 06 70 313 4386

Német anyanyelvű, friss nyugdíjas nő mellékmunkát keres, irodai kisegítő, ügyintézés, kisebb takarítás, számítógép-ismeret nincs. Tel.: 06 70 214 0955

SZOLGÁLTATÁS

Középkorú, megbízható, leinformálható hölgy gondozást, gondoskodást, törődést vállal eltartási szerződéssel vagy életjáradékkal. Hívjon bizalommal! Tel.: 06 70 368 2952

ÜDÜLÉS

Kiadó: Balatonalmádiban 50 nm-es, fertőtlenített nyaraló, nagy teraszszal, gépkocsibeállással 4 főre 1 hétre 85 000 Ft-ért. Elő- és utószezon 50 000 Ft. Tel.: 06 30 727 2727

INGYEN

Elektronikát tanuló 15 éves fiú lecserélt, megunt, selejtezésre szánt számítógépet, esetleg tartozékokkal, köszönettel elfogadna, érte menne. Tel.: 06 31 785 8864

ÜZLETI APRÓ

ÜVEGEZÉS

ÜVEGES! ABLAK, AJTÓ, ERKÉLY, KIRAKAT üvegezése. Hőszigetelő üvegek, zuhanykabinok beépítése. Régi keretek átalakítása hőszigetelő üveg befogadására. Gyorsan, tisztán, pontosan! Biztosításra is! Nagy Miklós, telefon: +36 70 940 1011

ÁLLÁS

A RÁKOSPALOTAI PIACRA NYUGDÍJAS MUNKATÁRSAT KERESÜNK kézműves sör árusítására csütörtök, péntek, szombati napokra. +36 70 370 1428

DOLGOZZON OTTHONÁBAN! KOZMETIKAI DOBOZOK HAJTOGATÁSA, stb. elérhetőségei. Érd.: +36 90 60 3607 (audiopress.iwk.hu) 635 Ft/min, +36 20 910 4517)

FOGTECHNIKA

HÁZHOZ MEGYEK! FOGSOR KÉSZÍTÉSÉT, JAVÍTÁSÁT vállalom garanciával. Hívjon bizalommal! Telefon: +36 20 980 3957

KÖNYVELÉS

EGYÉNI VÁLLALKOZÓK KÖNYVELÉSÉT VÁLLALOM. Telefon: 417-5301

KÉMÉNY

KÉMÉNYEK BÉLELÉSE, ÁTÉPÍTÉSE, BELSŐ MARÁSA teljes körű ügyintézésel. Szabó Balázs +36 20 264 7752

RÉGISÉG

PAPÍR- ÉS FÉMPÉNZT, BÉLYEGET, KÉPESLAPOT, papírrégiséget, régiségeket vásárolunk és árverésre átveszünk. VI., Andrassy út 16. Tel.: 266 4154. Nyitva: H-Sz: 10-17, Cs: 10-19.

SZÁMÍTÓGÉP

SZÁMÍTÓGÉP-JAVÍTÁS OTTHONÁBAN. www.elromlott.hu PC-szerviz. Ha elromlott, ha lassú, ha bővítené. Problémamegoldás felsőfokon. XV. kerületben ingyenes kiszállással. Cégeknek, magánszemélyeknek egyaránt. +36 70 452 8893

ÜDÜLÉS

CSEKESZŐLŐ: SZÁLLÁSOK-GYÓGYFÜRDŐ-STRANDFÜRDŐ. Kiváló lehetőség, szuper árak. Jöjjön Cserkeszőlőre! Telefonáljon! +36 30 230 5020

VÍZSZERELÉS

VÍZSZERELÉS. CSAPOK, SZIFONOK, WC-K, WC-tartályok, mosdók stb. cseréje. Új vezetékek kiépítése. Tel.: +36 20 412 0524



MENEFRISZ
TEMETKEZÉS

Teljes körű ügyintézés
telefonon és online is
+36 30 232 8383

Irodánk:
1156 Bp., Kontyfa utca 8/b
közvetlenül az Újpalotai Vásárcsarnok
melletti sétálóutcában
H-P: 8:00-15:00
www.menefrisztemetkezes.hu

Ha Szombat, akkor Patika! PatikaSzombat!

Szombatonként kedvezmény

Valós **15%**

A FŐ ÚT-i

„GYÓGYSZERTÁR A MEGVÁLTÓHOZ”

PATIKÁBAN

A Posta és az OTP mellett!

FŐ ÚT 62.

T.: 06 1 307 6317

Az akció érvényes minden recept nélkül kapható termékre. A részletekről érdeklődjön a gyógyszerertárban. Az akció 2020. december 31-ig érvényes. Más akcióval össze nem vonható.

xvmedia.hu

HÍREK, AKTUALITÁSOK A XV. KERÜLETRŐL

- ➔ Friss hírek a XV. kerületről, Budapestről, Magyarországról és a nagyvilágról a hét minden napján, naponta többször is
- ➔ Videók – tudósítások, interjúk és közéleti-információs műsorok
- ➔ Az XV TV műsorai élőben és visszanézhető módon
- ➔ Kerületi programajánló
- ➔ Áttekinthetőbb, egységes arculat
- ➔ PODCAST: hogy a kocsiban is meghallgathassa



Megújult telefonos XV Media app!

- ➔ Friss hírek - értesítésekkel
- ➔ Videók
- ➔ Podcast
- ➔ Aktuális ÉLETKépek magazin
- ➔ Androidra és iPhone-ra

Hirdessen
az xvmedia.hu-n!

60+

AZ ÉLETKÉPEK
MAGAZIN MELLÉKLETE
NEM CSAK
SZÉPKORÚAKNAK

Átértékelődött
szociális kapcsolatok

Demencia: új
magyar eredmények

Tippek
hőségriadóban

2020. VII. 16.
VIII. ÉVFOLYAM
7. SZÁM

FOTÓ: XV MÉDIA, VARGOSZ



Átértékelődött szociális kapcsolatok

Az elmúlt hónapok változásai próbára tették mindannyiunk lelki egészségét. Főként az idősebb korosztályra nyomott többletterhet a vílágjárvány, nehézzé téve a mindennapokat.

A XV. kerület szociális ágazatában dolgozók a szolgáltatásokat folyamatosan próbálták a megszokott magas színvonalon elvégezni. Alkalmazkodva a kihívásokhoz szakmai prioritásokat határoztak meg és virtuális térben is kiterjesztették a feladatköröket. A különleges jogrend azonban véget ért, és ezzel együtt fokozatosan újraindul az élet.

A helyi Egyesített Szociális Intézmény (ESZI) a honlapján és a közösségi oldalán, folyamatosan online teszi közzé az aktualitásokat. Az ESZI Területi Gondozás által a járványügyi készültség során nyújtott szolgáltatásokról Katonáné Jordáki Ildikó egységvezető számolt be.

A Házi Gondozó Szolgálat személyi gondozásra

köt új igénybevevőkkel megállapodást. A gondozók minden alkalommal, amikor az ellátottal kapcsolatba lépnek, egyéni védőfelszerelést viselnek a gondozott személy és a saját egészségük megóvása érdekében is.

A megnövekedett gondozási igény miatt előfordulhat, hogy a bevásárlást és a gyógyszerek kiváltását, azaz a szociális segítséget a Területi Gondozás más területein dolgozó munkatársai végzik.

Az *Időseket és Demenciával Élőket Segítő Szolgálat* demens nappali ellátása július 31-ig az engedélyezett férőhelyszám 50 százalékig tudja fogadni az igénybe vevőket. Az érvényben lévő övintézkedések részeként az épületbe belépőnek vagy a hozzátartozójának/törvényes képviselőjének nyilatkoznia kell, hogy a szociális szolgáltatást igénylőnek vannak-e egészségügyi panaszai, tünetei, illetve, hogy az elmúlt időszakban járványügyi szempontból kockázatot jelentő személylyel kapcsolatba került-e. Az intézménybe érkezést

követően a kézfertőtlenítő használata kötelező. Kérik a kísérőket, hozzátartozókat, hogy az épületen belül viseljenek védőmaszkot és a bejáratnál várakozzanak!

Az *Időseket Segítő Szolgálat* idősök nappali ellátásának megnyitására az igénybevevők telefonon vagy e-mailben fognak tájékoztatást kapni. Addig a gondozók az idősekkel telefonon és online alkalmazásokon keresztül tartják a kapcsolatot. Az időseknek szükség esetén a gondozók bevásárolnak, gyógyszert váltanak ki, valamint a személyes találkozást mellőzve, mentálhigiénés támogatást nyújtanak a megváltozott életkörülmények könynyebbé tétele érdekében.

A *szociális étkeztetés* igénybevételénél ismét lehetőség van az étel telephelyekről (Arany János utca 51., Klebelsberg Kunó utca 20/a, Zsókavár utca 24–26. – *Pajtás Étterem*) történő elvitelére. Mindemellett a Pajtás Étterem újból fogadja vendégeit.

B. I.

Újra vár a Pajtás



FOTO: XV. MEDIA, VARGOSZ

Július elsejétől újra megnyílt a Pajtás étterem. Fokozott higiéniai szabályok, előírások betartásával várja a régi és új vendégeket.

Az újraindítás előtt az éttermet fertőtlenítették. Az asztalokat úgy rendezték át, hogy a vendégek megfelelő távolságot tudjanak tartani egymástól az étkezés ideje alatt. A betérők fo-

lyékony fertőtlenítőszerrel tisztíthatják meg a kezüket, a konyhai dolgozók pedig szájmascskot viselnek munkavégzés közben, és fokozottan figyelnek a takarításra, a tisztaság fenntartására – mondta el lapunknak Reiszné Naszádi Magdolna, a népjóléti és intézményfelügyeleti főosztály vezetője.

A Pajtás egyik szolgáltatása a közösségi

étkezés, amit hétfőtől péntekig 11 és délután 3 óra között minden XV. kerületi lakos igénybe vehet, feltétele csupán a lakcímkártya bemutatása. Naponta kétféle menüből lehet választani. Ez a szolgáltatás a kulturált körülmények és a kedvező ár miatt igen közkedvelt a kerület lakói körében.

-s-ági

Demencia: új magyar eredmények

Hangya Balázs és a Kísérleti Orvostudományi Kutatóintézetben működő Lendület-kutatócsoportja meglepő eredményre jutott a figyelem, a tanulás és az éberség szabályozásában kulcsfontosságú idegsejtek működésével kapcsolatban.

Most megjelent tanulmányuk újabb kutatási irányokat nyithat a demenciák, köztük az Alzheimer-kór megértésében és kezelésében – közölte a Magyar Tudományos Akadémia (MTA). A bazális előagy fontos szerepet játszik a tanulásban, a figyelem, az ébrenlét és az alvás szabályozásában. Ez a kutatási területe Hangya Baláznak, aki a Kísérleti Orvostudományi Kutatóintézetben a Lendület Rendszer-neurobiológia Kutatócsoportot vezeti.

A bazális előagyban nagy számban vannak jelen olyan idegsejtek, melyek az acetil-kolin nevű molekulát használják az ingerületátvitelre. E kolinergnek nevezett sejtek ágas-bogas – sejtenként akár a százméteres

összhosszúságot is elérő – nyúlványai behálózzák az egész agykérget, és hasonlóan fontos, ingerületátvivő anyaggal jellemezhető rendszert alkotnak, mint például a függőségeknél gyakran említett, „jutalom-menedzser” dopaminrendszer – írja az *MTI*.

A kolinerg sejtek működése azonban kevésbé ismert: a kutatókat régóta foglalkoztatja, hogy miként képesek a feladataikhoz szükséges, hihetetlen mértékben eltérő időskálákon működni. Míg a figyelem összpontosításánál, a visszajelzésekre való reagálásnál néhány milliszekundumos reakcióidőre van szükség, az alvás-ébrenlét állapotainak kezelésénél egy-egy sejtnak órákat kell „átlátnia”. Ezért már igen korán kialakult az az elképzelés, hogy a mikroszkóp alatt azonosnak tűnő kolinerg sejtek viselkedés szempontjából több típusra oszthatók. Hipotézisekben nem volt hiány, leginkább arra gyanakodtak a kutatók, hogy „gyors” és „lassú” típusok lesznek, az pedig még ennél is kódosabb volt, hogy



egyféle sejt viselkedik más és más módon, vagy több fizikailag is eltérő típus van, amelyek egyedi viselkedéseket mutatnak.

A beszámoló szerint a magyar kutatók valóban két különböző fajtájú kolinerg sejtet azonosítottak, azonban ezek viselkedése egyáltalán nem volt olyan egyszerűen leírható, ahogy sokan korábban feltételezték – szó sincs itt egyszerű „gyors” vagy „lassú” sejtekről.

Az egyik típusról kiderült, hogy viszonylag szabályos időközönként aktiválódik, de nem igazán működik szinkronban más,

hasonló társaival. A másik típusra ezzel szemben az a jellemző, hogy szabálytalan időközönként aktiválódik, viszont akkor egész jelsozrotat bocsát ki, ráadásul ezt gyakran szinkronban teszi hasonló társaival. Az is kiderült, hogy ez utóbbi típusú sejtek nemcsak egymással, de az agykérgi aktivitással is gyakran összehangolódnak. A végére azonban mégiscsak az első típusba tartozó sejtek tartogatták a meglepetést: a kutatók felfedezték ugyanis, hogy bár e sejtek aktivitása ritkán hangolódik össze az agykéreggel, ha azonban mégis, akkor abból előre

lehet tudni, hogy éppen adaptív válasz születik egy külső ingerre.

A kutatók szerint az eredmény több kérdést vet fel, mint amennyit megválaszol. A kísérletekből teljes bizonyossággal kiderült, hogy ez valóban két különböző sejtípus: az egyiket, a kutatók sehogyan sem tudták rákényszeríteni, hogy úgy működjön, ahogy a másik. Fontos lenne meghatározni, hogy ennek a különbségnek milyen genetikai okai vannak – ez Hangya Balázsék vizsgálódásainak következő tárgya.

Ha pedig a genetikai információk (ez esetben a DNS-ből átíródott mRNS-molekulák) vizsgálatával sikerül azonosítani a két sejtípust szövetmintákban is, fel lehet tenni azt a kérdést is, hogy az idegsejtek pusztulásával járó betegségekben, mint az Alzheimer-kór, vajon melyik típus inkább érintett. Ez a tudás pedig újabb esélyt adhat a betegség kialakulásának megfékezésére, valamint az érintett sejtípus gyógyszeres védelmére – áll az MTA közleményében. **(béres)**

Felkészülés az aktív időskorra

A Felkészülés az aktív időskorra című Erasmus+ projekt első disszeminációját (eredménybemutatóját) tartották július 7-én a XV. kerületi polgármesteri hivatalban, ahol az elkészített tananyagokról táncskoztak.

FORRÁS: FACEBOOK



A projektben a konzorciumi partnerek – Alsómocsolád Község, a XV. kerület, Norvégia és Szlovénia – által készült négy dokumentumot szemléltették. A tananyagok gyakorlatias

ismereteket nyújtanak az idősödő korosztálynak, a hozzátartozóknak, és minden érdeklődőnek az Alzheimer-kór és a demencia

betegségekkel kapcsolatos tudni – és tennivalókról, a számítógépek, az internet és az „okostelefonok” kezeléséről, az önkéntesség

fontosságáról, továbbá az aktív életmód és egészséges táplálkozás előnyeiről az idősök életében.

A programon részt vevőket Tóth Veronika alpolgármester köszöntötte, majd Reiszné Naszádi Magdolna, a Népjóléti és Intézményfelügyeleti Főosztály vezetője beszélt a munkatervről.

Az S.O.S. demencia – Együttműködés az Alzheimer és a Demencia ellen címmel készült tanulmányt a szerző, Katonáné Jordáki Ildikó mutatta be. Az előadást követően a résztvevők

kérdéseket tehettek fel a témával kapcsolatban.

Majd az érdeklődők interaktív előadásokat hallgathattak Reiszné Naszádi Magdolna tolmácsolásában a *Netre Fel!* (magyar), *Az Önkéntesség* (norvég) és a *Legyél aktív, legyél boldog!* (szlovén) témakörökben.

Az esemény a résztvevők visszajelzése szerint érdekesnek és hasznosnak bizonyult. A projektről és az elkészült tananyagokról további információ a bpxv.hu/erasmus linken található. **BILL**



Tippek hőségriadóban

Az utóbbi években a szélsőséges időjárás, a hosszan tartó meleg igencsak próbára teszi a szervezetünket. Ráadásul a karantén után most végre kiülhetünk a szabadba, napozhatunk a nyári szép időben, olykor megfélekezve a kánikula veszélyeiről.

A hőségriadó miatt a katasztrófavédelem főként a 65 évnél idősebbeket fokozott elővigyázatosságra inti. és az alábbi jó tanácsok betartását javasolja.

Kánikulai napokon – ha tehetjük – a különösen meleg dél körüli, kora délutáni órákat töltsük otthon, besötétített szobában, viszonylag hűvösben.

Nagy melegben zuhanyozzunk langyos vagy hideg vízzel, akár többször is.

Széles karimájú kalappal, napszemüveggel védjük magunkat a nap égető erejétől.

Fényvédő krémmel naponta többször kenjük be a bőrünket.

Forró nyári napokon az idősebbek ne a legmelegebb órákra időzítsék a piaci bevásárlást.

Könnyű, világos színű, bő szá-

bású, pamut alapanyagú ruhát hordjunk forró napokon. Idősek se viseljenek ilyenkor sötét színű, fekete ruhát, fejkendőt.

Lehetőleg éjjel szellőztessünk, amikor hűvösebb a levegő.

Akinek van elektromos ventilátorra, használja a nagy melegben.

Ne sétáltassunk a hőségben!

Ha mindenképpen szabadban kell tartózkodnunk a kánikula idején:

Korlátozzuk a szabad levegőn való tartózkodást a kora reggeli (6–10 óráig) és esti órákra (18–22 óráig).

Napközben árnyékos helyen próbáljunk tartózkodni.

Ha túl sokáig vagyunk a szabadban, akkor próbáljunk legalább 1-2 órát légkondicionált környezetben eltölteni, míg a szervezet lehül, és ismét visszatérhetünk a melegbe.

Csökkentsük a fizikai munkavégzést. Ne ilyenkor végezzük a nagytakarítást, ablakmosást; a befőzést is csak az esti órákban kezdjük el, állandó szellőztetés mellett.

Ha panaszaik vannak, hívjuk házi orvosunkat!

(béres)

FOTÓ: XV MEDIA / NAGY BOTOND

Felhívás javaslattételre a Budapest XV. kerületi 1956. október 23. díjra

A Budapest Főváros XV. Ker. Önkormányzat Képviselő-testületének 24/2012. (VI. 6.) önkormányzati rendelete szabályozza a Budapest XV. kerületi 1956. október 23. díj adományozását.

A „Budapest XV. kerületi 1956. október 23.” díj azon XV. kerülethez köthető személynek adományozható

- aki az 1956-os forradalom és szabadságharc eszmeiségének ébrentartásában, erősítésében, helyi történetek kutatásában, publikálásában közreműködik, vagy
- aki a kerületi ifjúság körében az 1956-os forradalom és szabadságharc eszmeiségének ébrentartásában és erősítésében tevékenyen és hitelesen részt vállal.

A díj évente legfeljebb 2 fő részére adományozható, melyből az egyik posztumusz lehet.

A díjra ajánlást tehet:

- a kerület országgyűlési képviselője,
- helyi önkormányzati képviselő,
- a képviselő-testület bizottsága,
- a helyi nemzeti önkormányzat,
- a kerület lakosa,
- a kerületben működő társadalmi szervezet, egyesület,
- politikai párt kerületi szervezete.

A díj nem adományozható annak a személynek, aki az adományozás időpontjában a képviselő-testületnek vagy a képviselő-testület bizottságának a tagja. Saját maga, továbbá a Ptk. szerinti közeli hozzátartozója részére elismerés adományozását senki nem indíthat.

Az ajánlásban meg kell jelölni:

- az elismerésre javasolt személy nevét, lakcímét, elérhetőségét,
- a javaslat indokait, az elismerés alapjául szolgáló érdemeket,
- az elismerésre javasolt személy életútjának bemutatását,
- a javaslatot tevő személy vagy szervezet megnevezését, címét, elérhetőségét, a javaslatot tevő saját kezű aláírását.

A rendeletben foglaltaknak megfelelően a javaslatot – indoklással együtt – 2020. augusztus 3-ig a XV. kerületi önkormányzat polgármesterének címezve a Budapest Főváros XV. Ker. Polgármesteri Hivatal Humánpolitikai Osztályához (1153 Budapest, Bocskai u. 1–3.) lehet eljuttatni. A javaslatához szükséges formanyomtatvány a hivatal honlapjáról (www.bpxv.hu) a hirdetőtábla menüpontból letölthető.

Cserdiné Németh Angéla s. k.

polgármester



WIDEX® A TERMÉSZETES HALLÁS

HALLÓKÉSZÜLÉK AKCIÓ

Widex U30 teljes ár:

39.900 Ft



WIDEX HALLÓKÉSZÜLÉK STÚDIÓ BUDAPEST, IV. kerület

Árpád út 70.

(Újpesti Áruház bejáratánál)

Egyeztessen velünk időpontot!

06 (1) 200 1118

INGYENES HALLÁSVIZSGÁLAT ÉS PRÓBAHORDÁS!

Az akció 2020. 08. 14-ig vagy a készlet erejéig érvényes. Akciós hallókészülék vásárlása kizárólag teljeskörű audiológiai vizsgálat után lehetséges, ha a halláscsökkenés megfelelően ellátható a készülékkel. A vizsgálat és az illesztés a szakmai irányelvek maximális betartásával történik.