



INGYENES! MEGJELENIK MINDEN MÁSODIK PÉNTEKEN! • 2009. július 24., III. évf., 14. szám

# ÚJPESTI NAPLÓ

ÚJPEST ÖNKORMÁNYZATÁNAK HIVATALOS LAPJA

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

## Főtér-program 2009

Az elektromos nyomvonalak és a területi vízellátás kiépítése zajlik – 8-9. oldal



Fotó: Horváth Dávid

### KEDVES OLVASÓ !

Az aktuális események mellett kimondottan nyári olvasmányokat is kínálunk ebben a lapszámunkban – és a forró nyárban – Önöknek. Rövid szünetet követően a jövő hónapban egy lapszámmal jelentkezünk, amelynek megjelenését augusztus 14-ére tervezzük, városnapi programajánlóval. Kellemes nyarat kívánunk!



### KÖZTERÜLET-FELÜGYELET ALAKULT ÚJPESTEN

Már találkozhatunk az egyedi azonosítóval és Újpest címerével ellátott egyenruhásokkal. 6. OLDAL



### ÜNNEPEL A KERÜLET

Augusztus utolsó hétvégéjén Király Viktor is fellép az Újpesti Városnapok idei rendezvényén. 18. OLDAL



### HELYESEN PIHENNI

Sport, játék, kézműves-foglalkozás, sőt, gumiasztal: így (is) nyaralnak az újpesti gyerekek. 22. OLDAL



# Mindennapi közügyeink

Ebben az esztendőben kiváltképpen sokszor utalunk a 20 évvel ezelőttiekre, a rendszerváltozás önkormányzati kezdeteire. *Dr. Derce Tamással*, Újpest polgármesterével a jubileumról szólva a közeljövőről is beszélgettünk. Az országgyűlési képviselő-jelöltséget követően az önkormányzat aktuális dolgait sem kerültük meg. Majd egy békebeli témával ismét a régmúltba kanyarodtunk vissza: a városnapok hozadékával zártuk az interjút.

*– Húsz évvel ezelőtt, a rendszer-változás idején talán Ön sem gondolta, hogy két évtized elteltével egyike lesz azon keveseknek, akik továbbra is polgármesterként dolgoznak.*

– Sokáig nem volt biztos, hogy városvezető leszek, annak idején három hétig győzködött az akkori rendszer-váltó párt, az SZDSZ, hogy legyek polgármester. Nem volt azonnali döntés a részemről. Olyannyira nem,

hogy sokáig még az SZDSZ-nek sem voltam tagja. Azután formálódott a döntés, amelybe természetesen a családomat a felségemet is belevontam: mert ebben közösen kellett döntenünk. Fatalista vagyok, hiszek



abban, hogy az ember sora eldöntött, azután ki-ki bejárja a reá mért utat. Azt éreztem, ha elvállalom, hosszú ideig leszek majd polgármester. Igaz, ami igaz, a húsz év talán nem volt benne a képben. Éppen az eltelt napokban beszélgettem egy a húsz évet a közelemben megélő önkormányzati szakemberrel arról: az első négyéves ciklus jó volt, a második, harmadik, negyedik már vegyes, de nem volt okunk sok panaszra. Az ötödikben, a mostani négy évben, több a küzdelmes és rossz időszak, mint az első négyben összességében volt. Lehet, hogy ez így igazságos, végül is ez jutott. Életem meghatározó és emlékeimben soha el nem halványuló időszaka ez.

**– Azért is kérdeztem a húsz évet, hiszen egy jubileumi születésnap is volt nemrégiben, amelynek nyilvánosság előtti megemlékezését elhárította.**

– Nekem az van még a személyi igazolványomban, hogy Újpesten születtem. 1949-ben Újpest még nem volt a főváros része. Ezért is van az, hogy kortársaim úgy fogalmaznak a mai napig is, hogy bemennek a városba. Így vagyok ezzel én is. A jubileumról családi körben megemlékezünk.

**– Nos, a dupla jubileum idején röppent fel az a hír, mely szerint jövő tavasszal elindul az országgyűlési képviselőségért Újpesten.**

– Jó ideje gondolkodtam ezen, számba vettem sok mindent, és eldöntöttem: indulok a parlamenti választáson.

**– Nem először kerül a képbe, hogy Derce Tamás, Újpest polgár-**

**mestere országgyűlési képviselő lehet.**

– Többször adódott már arra alkalom, hogy megfontoljam a jelöltséget. Volt olyan időszak, amikor parlamenti pártok támogatását élveztem volna, s nemcsak a parlamenti választások során. Felvetődött az is, hogy induljak a főpolgármesteri székért. De minden ilyen esetben erős volt az újpestiségem, hogy itt, helyben van, lehet rám szükség. Én ízig-vérig újpesti vagyok, s ebből a körből nem is kíváncsi voltam kifelé. És a pártfegyelmet, frakciófegyelmet sem akardózt felvállalni.

**– Mi változott meg, hogy ismét a jelölést fontolgatja?**

– A politika, a közélet. Úgy tapasztalom, hogy a politikai haszonszerzés jegyében agresszíven lépnek fel bizonyos csoportok, amelynek tagjai úgy érzik, hogy látszólagos erejükkel az igazmondás alól is mentességet élveznek. A tehetetlenség nagyon rossz érzés. Úgy érzem, muszáj valamit csinálnom, hogy a racionalitástól elszakadt politikát visszakényszerítsük a helyére, s kibeszéljük, miként jutottunk el idáig, miközben áldozatvállalásról, belső kényszerről beszél a kormányzat.

A rendszerváltozás idején nagyon sokan hittünk abban, hogy tisztességgel, emberséggel és szakmai tudással újjászülethet lakókönyezetünk és tágabb értelemben az ország is. Hogy hogyan jutottunk erre a mélypontra két évtized elteltével, sajnos legfeljebb baráti társaságban kibeszélendő. Párbeszéd nincs, miközben a mindennapi életben sorra öltre megyünk egymás ellen. A politi-

ka meghurcolt szervezeteket, embereket, megszüntette a stabil igazodási pontokat is. Gondoljunk csak bele, annak a rendőrségnek, amely felszámol egy békés tüntetést, egy hét elteltével ugyanarról merőben más a véleménye?

**– Ön az SZDSZ polgármester-jelöltje volt a kezdetekben. A második ciklusban már az Újpestért Egyesület alapítójaként, függetlenként indult az önkormányzati választáson, és legutóbb is. Jövőre kik lennének, lehetnének támogatói?**

– Független jelöltként kerülne erre sor és korai lenne még arról beszélni, lennének-e és kik a választás során támogatóim. Az Újpestért Egyesület nyilván nem lehet a jelölő szervezetem, hiszen ahhoz országos listát kellene állítania, ami ez esetben lehetetlen.

**– Korai még az önkormányzati választásról beszélni?**

– Nem tűnik már az sem olyan távolinak, érezhető a szorítás. Az esetleges polgármesteri választásról nem tudok még nyilatkozni, még nem döntöttem el, hogy mit tegyek. Drága elvárataim bármennyire is igyekeznek rendszeresen befektíteni engem a sajtóban és internetes oldalukon, a választási küzdelembe még beleszólhatok.

**– Többször megállapítottuk már, ha Angliában élnénk, az időjárás lehetne a kedvenc témánk, Újpest mumusa azonban közlekedés, kiváltképpen a Főtér-program során megváltozott városközponti parkolási rend miatt. Emellett szinte eltörpül a Megyeri híd, és az időközben kiadott használatbavételi engedély ügye.**

– Kétségtelen, hogy a Megyeri híd csendesebb hétköznapijait éli, és az önkormányzat megítélése is kedvezőbb, mint a híd átadásának időszakában volt. Újpest Önkormányzata az elmúlt év őszén, a forgalomba helyezés időszakában csak annyit tehetett, hogy felhívja a figyelmet azokra a közlekedési anomáliákra, amelyek az emberi életet veszélyeztetik. Újpest négy pontján nőtt meg a forgalom és a közlekedési lámpák rossz beállításai miatt a balesetveszély. Mivel nem láttunk esélyt arra, hogy érveink meghallgatásra találjanak, nem adta ki a hivatal a használatbavételi engedélyt. Mindez nem volt gátja a híd átadásának, a forgalom megin-

dulásának. Elsősorban a Megyeri út és az Óceánárok utca találkozási pontja volt a az a kritikus hely, ahol szerettük volna megelőzni a baleseteket. A hídavatás után mintegy két hónappal átprogramozták a közlekedési lámpákat, külön lámpajelzés engedély az egyenesen haladást és a balra kanyarodást. Tapasztalatunk szerint jól vezeti és tereli a gépjárművek és a kerékpárosok forgalmát a kiszélesített Váci út, nem volt már miért megtagadni a használatba vételi engedély kiadását, és ez nem is volt szándékunkban. Az M0-ás gyűrű óriási terhet vesz le Újpest és a főváros közlekedéséről, megkönnyíti a haladást. Tapasztaljuk azt is, Újpest iránt megnőtt az érdeklődés a különböző befektetői csoportok részéről. Az Aquaworld, a Ramada szálló azok figyelmét is ide irányította, akik ez ideig csak átutazóban voltak.

**– A városrész szívében miért bolygatja meg a kedélyeket több hónap elteltével is a piaci parkoló?**

– Azok, akik a kedélyeket öncélúan borzolják, minden egyes megnyilvánulásukkal a korábban P+R parkolót használók malmára hajtják a vizet. Az év tavaszán, amikor a BKV sztrájkot hirdetett, az újpestiek minden bizonnyal jól emlékeznek arra: szinte üres volt a sárga keramitos parkoló, hiszen mindenki autóval ment a munkahelyére. Ékes bizonyítéka volt ez annak, hogy a távolabb lakók a városházáig beautóznak, majd a járműveket hátrahagyva metróval, busszal, villamossal utaznak tovább. Ezt a helyzetet nehezen kezeltük: a fizető parkolás bevezetéséről ugyanis a városházán belül is megoszlottak a vélemények. A Főtér-program április nyitánya azonnali lépéseket követelt, de ezt a lépést is hosszú döntéshozatali időszak előzte meg. Két lehetőség közül választhattunk: vagy négy hónapnyi időre bezárjuk a piac összes standját, boltját, vagy az átépítés ideje alatt is biztosítjuk a működés feltételeit, még akkor is, ha az némi kényelmetlenséggel járhat. Régen sokszor megmosolyogtuk azt a házat, amelyet éppen, állvány takart a tatarozáskor és a földszinten működő bolt kirakatába kikerült egy táblára írva, hogy az átépítés alatt a bolt zavartalanul árusít. A zavartalanságról messze nem lehetett beszélni. A piac ellenben a Főtér-



program munkálatai ellenére zavar-  
talanul árusít, nincs is panasz az áru-  
sok részéről. Nyilvánvalóan lenne, ha  
négy hónapra a bizonytalanságba, a  
bezárásra kényszerítettük volna őket.  
A keramitos parkoló is azt a célt szol-  
gálja amiért annak idején létrejött: a  
piacra járművel érkezők parkolását.  
Nincs olyan kis- és nagyváros, ahol  
ne alakulnának ki forgalmi dugók va-  
lami miatt. Ha minden újpesti szom-  
baton 9-kor ér ki a piacra, nyilván  
fennakadás van. De ezt káosznak mi-  
nősíteni azt hiszem, nem reális. Ezt  
teszi pedig az önkormányzat ellenzé-  
ke. Azaz bajban vagyok, nevezhető-e  
ellenzékben lévőnek az a frakció,  
amelynek alpolgármestere a városve-  
zetés tagja, s amely képviselőcsoport  
2006-ban lelkesen üdvözölte a Főtér-  
programot, amely az akkor eldöntöt-  
tek szerint halad előre.

– **Következő témánk a pénz körül  
forog: a költségvetés tárgyalásakor  
is szó esett arról: az önkormányzat  
bevételi és kiadási főösszegének  
egyensúlyára néhány, nagy értékű  
ingatlan eladása is garancia lehet.  
Második alkalommal volt sikerte-**

**len az a pályázati ajánlattétel,  
amelyen a Bródy Imre Gimnázium  
egykori épületét kínálták eladásra.  
Ennyire nincs érdeklődés az épület  
iránt?**

– Érdeklődés van, ám általunk  
megszabott, szigorú feltételek mel-  
lett kínáljuk az épületet eladásra.  
Amikor bő egy évvel ezelőtt az ön-  
kormányzat képviselő-testülete úgy  
döntött, hogy a Bródy Imre Gimnází-  
um osztályait átköltözteti a Langlet  
utcai általános iskola épületébe és a  
diákokat, a két iskola nevelőtestüle-  
tét egy új oktatási intézménybe, a  
Bródy Imre Oktatási Központba in-  
tegrálja, döntött a hátrahagyott épü-  
let sorsáról is. Szerettük volna, ha az  
egykori iskolaépületet továbbra is  
oktatási célokra lehessen használni.  
Az, aki az épületet megveszi, nem két  
fillérért fogja felújítani, és valljuk be,  
az oktatási tevékenység sem olcsó,  
akár állami, vagy magánérős, alapít-  
ványi forrásból történik is az ódon fa-  
lak között. Úgy vélem, egy következő,  
esetlegesen ugyanilyen eredményte-  
lenül végződő pályázat után az ön-  
kormányzatnak felül kell majd bírál-

nia korábbi döntését és újragondolni  
az épület használatának további le-  
hetőségeit. De az imént az önkor-  
mányzati költségvetés egyensúlyára  
utalt: az épület eladása nem záloga a  
költségvetés egyensúlyi állapotának.  
Nagyon sok önkormányzat megiri-  
gyelhetné a két évtizede stabil költ-  
ségvetésünket, amelyet még az sem  
ingatna meg, ha a Főtér-program kö-  
vetkező pályázatára valami ok miatt  
nem érkezne meg a Nemzeti Fejlesz-  
tési Tervből jövő pénzösszeg.

– **A közelmúlttal és a közeli jövő-  
vel kezdtük a beszélgetést, amely-  
nek gondolatához kapcsolható: au-  
gusztus végén hagyományosan  
megrendezi a városnapokat az ön-  
kormányzat. A rendezvénysorozat  
Újpest 1907-es várossá nyilvánítá-  
sára kíván emlékeztetni. A sorrend-  
ben tizenhetedik városnapnak lesz-  
e még olyan lendülete, mint a ko-  
rábbi években?**

– A lendület jele, hogy senki sem  
kérdőjelezi meg a városnapok szüksé-  
gességét. Újpest születésnapján elő-  
deink előtt tisztelgünk, akik éltették  
ezt a várost, s akik önerőből, saját

akarataukból fejlődését elősegítették.  
A városnapok, amely civil kezdemé-  
nyezés, a mi örömünket is szolgálja.  
Miközben gondolataink a múltban  
időznek, a jelent is számba vesszük, s  
ha tehetjük, formáljuk is városrész-  
ünket. Korábban a születésnap je-  
gyében készült el a Polgár Centrum, a  
galéria, a színház, vagy éppen jeles  
elődeink tiszteletére szobrokat, dom-  
borműveket avattunk, gazdagítottuk  
mi is a magunk lehetőségeivel Újpest-  
tet. Az idei városnapon a Főtér-prog-  
ram egy kis szakaszát birtokba vehet-  
jük, egy év múlva pedig a teljes  
Trombita téri felújítás megtörténik.  
Lényegesnek tartom, hogy a város  
születésnapja az itt élők megbecsülé-  
séről is szóljon. Még javában tart az  
Újpest díszpolgára és az Újpestért  
díjra érkező felterjesztések fogadása,  
minden bizonnyal sok jelöltre tesz-  
nek javaslatot az újpestiek. Szeret-  
ném, ha a kitüntetések rangját az is  
jelentené, hogy körültekintő odaítélé-  
sen túlmenően önkorlátozó is le-  
gyen a testület: a kitüntetések cse-  
kély száma is a rangot emelné ugyan-  
is.

– BANGHA KATALIN

„ Számba vettem sok mindent, és eldöntöttem:  
indulok a parlamenti választáson.





# Múlt, jelen s jövő

Július 10-én a Mártírok utcai emléktáblánál emlékeztek a II. világháború szegyeteljes barbarizmusára, a Holocaust elhurcolt áldozataira. Az emléktáblánál koszorút helyezett el *dr. Derce Tamás* polgármester, az áldozatokra ünnepi beszéddel emlékezett *dr. Trippon Norbert* alpolgármester, valamint *Szerdócz Ervin*, az újpesti zsidó hitközség vezetője.

Az alpolgármester főként a hétköznapi emberek értelmetlen tragédiájaként idézte fel történelmi múltunk szegyeteljét: „Azokban a vérvivataros időkben azonban voltak olyan emberek is, akik a saját életüket is kockára tették, hogy mások élhessenek. Ők bizonyították az emberiség túlélését a leggonoszabb korban. Emlékezzünk rájuk is ezekben a pillanatokban!

Újpestről több mint 10 000 embert meneteltettek el a kín felfoghatatlan útján a halál tátongó torkába. Az újpesti zsidó hitközség mártíremlékművén olvasható 10 000 név azonban nem teljes. Nem tartalmazza többek között a vagonokban és a deportálások idején megszületett csecsemők neveit, s azokat sem, akik meg sem születhettek, mert áldott állapotban lévő édesanyjukkal együtt a gázkamrában végezték. Emberi észszel érthetetlen és felfoghatatlan, ami történt.

Akiket városunkból elvittek, azok érző, gondolkodó emberek, magyar állampolgárok, újpesti polgárok voltak. Szomszédok, barátok, édesapák, édesanyák, nagyszülők, gyermekek, unokák. Kétkezi munkás emberek, kisiparosok, tanárok, orvosok voltak. Hétköznapi emberek, hétköznapi újpestiek voltak. Ezért aki azt gondolja, hogy a Holocaustot kizárólag zsidóügy, vagy kizárólag cigányügy, az téved. A Holocaustot ügye az egyetemes emberiség ügye, s a legszorosabb értelemben vett magyar ügy, nemzeti ügy egyúttal, mely nem tűri sem a felejtést, sem a történelmi igazság megtagadását! Ezért is kötelességünk, hogy erről a hidegvérű tömeggyilkosságról a jövő generációja is tudomással bírjon, s adja tovább hírét a későbbi koroknak. S a mi kötelességünk ápolni az áldozatok emlékét, újra és újra, évről évre felidézni az emberiség, Magyarország, s benne Újpest soha nem múló fájdalmát.”

*Szerdócz Ervin* rabbi biblikus példát hozott fel: „Tudjuk azt, hogy a zsidó mentalitásban Jirmijáhu próféta mondata él. Annak a városnak a fényét emeld, ahol élsz, mert a fény fog neked is világítani, és annak a városnak, annak a helynek a békéjéhez járul hozzá te is, mert annak a városnak a békéje lesz a te megnyugvásod.” Mit jelenthetett azoknak ez a mondat, akik így éltek, és tettek valamit a városért, ezért a helyért, az embertársaikért – ahogy mondta alpolgármester úr –, ki-ki a maga módján? Nem értem, hogy történhetett az, hogy egy fordulat során egyszer csak semminek lettek nézve. Átélték azt a megaláztatást, hogy mint a kikergedett kutyák, úgy kellett elvonulniuk mindenki előtt, úgy kellett elhagyniuk ezt a várost. Ezt az érzést senki nem kívánja átélteni, de kötelesek vagyunk meghajolni az emlékü előtt.

Számomra nem maradt más, csak megköszönni önöknek, hogy osztoz-

nak velünk ebben az érzésben, ebben a hangulatban, és kérjük azt egymás kezét fogva, hogy ilyen többé soha ne történhessen meg.

A pénteki koszorúzás után vasárnap délután az újpesti zsinagógában tartottak megemlékezést a Holocaust újpesti áldozatainak emlékére, melyen többek között részt vett *dr. Derce Tamás* polgármester és *Kiss Péter* miniszter, valamint *Belán Beatrix* alpolgármester is.

Az emléktáblák előtt elmondott beszédét *dr. Derce Tamás* egy idézettel kezdte: „az a nép, amely elfelejti múltját, megérdemli, hogy sorsa újra megismétlődjön.”

Kitért arra, hogy ennek a mondatnak napjainkban még inkább aktuális politikai üzenete van, utalva ezzel a nemrégiben történt budapesti eseményekre, tüntetésekre, skandalásokra, amelyek szinte majdnem megegyeztek az 1944-ben használt kifejezésekkel, szavakkal, jelmondatokkal.

Szólott arról, hogy ez a város is, élén a közigazgatással megtagadta az üldözöttek védelmét, sőt segédkezett az adminisztrációs teendőkben. Személyes példákat említett családjából, akik mégis tudták, hogy mi a helyes cselekedet, akik próbáltak segítséget nyújtani másokkal együtt az addigi barátaiknak, szomszédjaiknak, vagy akár ismeretleneknek. – H. P.





Az újpesztiek nagyobb rendet és nyugalmat szeretnének

## Létrejött az Újpesti Közterület-felügyelet!

Újpest utcáin már találkozhatunk az egyedi azonosítóval és Újpest címerével ellátott egyenruhás közterület-felügyelőkkel. Jelenleg 10 fővel reggel 7 órától este 7 óráig vannak jelen. Számuk 2010. januárjától további 10 fővel bővül, és már húsz fő felügyelő lát majd el non-stop szolgálatot az újpesti utcákon.

– Az újpesztiek nem szeretnék szemelöket, dohányzókat a játszótéren, nem szeretnék cigicsikket a homokozókban, nem szeretnék az éjszakai órákban alkoholfogyasztókat, randalírozó embereket az egyes kisboltok bejáratánál. Az újpesztiek rendet és nyugalmat szeretnének. Ezért kezdeményeztem az új Közterület-felügyelet létrehozását.

A költségvetésben közel 100 millió forint erejéig biztosítottunk a létreho-

záshoz és a működtetéshez szükséges anyagi fedezetet, és megkezdődött a szervezeti, személyi, tárgyi és technikai feltételek kialakítása. Jelenleg tíz fővel láttunk neki az előttünk álló feladatoknak, de felügyelőink száma a hatékony és folyamatos jelenlét érdekében 2010 januárjától további tíz fővel bővülni fog, és már húsz felügyelő lát majd el szolgálatot az újpesti utcákon. Most reggel 7 órától este 7 óráig vannak jelen az utcákon 12 gyalogos és

két gépkocsizó járőr útirányon, ami a létszámnövekedéssel egyidejűleg non-stop jelenlétté fog átalakulni. A legfontosabb, hogy szolgáltatassunk a lakosságnak, ezért várjuk a bejelentéseket és észrevételeket – tudtuk meg magától a kezdeményezőtől dr. Trippon Norbert alpolgármestertől.

– Az Új Közterület-felügyelet tíz fővel és kettő gépkocsival látott neki feladatának. Közterület-felügyelőink egyedi azonosítót és Újpest címerével ellátott egyenruhát viselnek. Bár a járőrútvonalak úgy kerültek meghatározásra, hogy Újpest egész területét lefedjék, mégis meg kell jegyeznem, hogy az idő előrehaladtával tudjuk majd meghatározni azokat a helyszí-

neket, útvonalakat, ahol fokozottabb jelenlétre van szükség. Úgynevezett probléma-térképet szükséges felállítani. Ebben számíthatunk majd az újpesztiek segítségére.

Terveink szerint 2010 januártól már húsz fő felügyelő teljesít majd szolgálatot Újpest utcáin. A létszámbővítésnek köszönhetően biztosítható lesz a non-stop jelenlét, kiemelt figyelmet fordítva az utcákra és helyszínekre, amelyek az újpesztiek megítélése szerint problémásak – mondta el lapunknak Bedő József az Új Közterület Felügyelet vezetője.

### – Mi a fő feladatuk?

– Elsősorban azoknak a problémáknak a kezelése a feladatunk, melyek a legjellemzőbbek, melyek a leginkább szemet szúrhatnak a rendszerető újpesztieknek. Ennek megfelelően közreműködnek a közterületi szeszital fogyasztás, a játszótéri dohányzást tiltó szabályok betartásában, a közrend és a közbiztonság védelmében. – H. P.



### Várjuk bejelentéseiket

– Oldjuk meg közösen problémáinkat!

Postacím: Budapest Főváros  
IV. Kerület Újpest Önkormányzata  
Közterület Felügyelet  
1042 Budapest István út 14. I/35.  
E-mail: bedoj@ujpest.hu

### JÁRŐR ÚTVONALAK:

Gépkocsizó járőr útirányok:

1. Váci út (Duna vonala) – Bocskai utca – Temesvári utca – Dugonics utca – Pozsonyi utca – Madridi utca – Bécsi utca – Brüsszeli utca – Berlini utca – Elem utca – Klára utca – Zichy M. utca – István utca – Árpád út – Szilágyi utca – Fóti út – Váci út által határolt terület.
2. Fóti út – Váci út – Székesdűlő – Váci út – Szilágyi út – Külső Szilágyi út – Körösbánya utca – Kosztérna Gyula utca – József utca – Nagy S. utca – Íves utca – Ipari park utca – Tenkefürdő utca –

Óceánárok út – Váci út – Fóti út által határolt terület.

Gyalogos járőr útirányok:

1. Árpád út – Váci út (Duna vonala) – Bocskai utca – Temesvári utca – Dugonics utca – Pozsonyi utca – István utca – Árpád út által határolt terület.
2. István út – Pozsonyi utca – Madridi utca – Bécsi utca – Brüsszeli utca – Berlini utca – Tél utca – István út által határolt terület
3. István út – Tél utca – Rózsa utca – Árpád út – István út által határolt terület.

4. Görgey Artúr utca – Szilágyi utca – István utca – Zichy M. utca – Klára utca – Elem utca – Rózsa utca – Görgey Artúr utca által határolt terület.
5. Árpád út – Váci út (Duna vonala) – Fóti út – Attila út – Árpád út által határolt terület.
6. Fóti út – Attila utca – Deák F. utca – Görgey Artúr utca – Szilágyi utca – Fóti út által határolt terület.
7. Fóti út – Baross utca – Szilas patak – Szilágyi utca – Fóti út által határolt terület.
8. Fóti út – Baross utca – Reviczky utca – Megyeri út – Szilas patak – Váci út (Duna vonala) – Üdülő sor – Rév utca – Fóti út által határolt terület.

9. Szilas patak – Külső Szilágyi út – Megyeri út – Szilas patak által határolt terület.
10. Megyeri út – Külső Szilágyi út – Körösbánya utca – Kosztérna Gy. utca – József utca – Nagy S. utca – Somlyói utca – Íves utca – Ipari park utca – Tenkefürdő utca – Óceánárok utca – Megyeri út által határolt terület.
11. Székesdűlő területe.
12. Árpád út – Attila utca – Deák F. utca – Görgey Artúr utca – Rózsa utca – Árpád út által határolt terület.



Újabb helyszínek, még több virág

## Virágba borult Újpest címere is!

A nyár és a virágosítás jegyében a megszokott helyszíneken túl, újabb és újabb virágkompozíciókban gyönyörködhetnek az újpestiek. A tavalyi évhez hason-

lón a Görgey Artúr utca sarkánál ismét virágba borult Újpest címere, de akár Káposztásmegyert is említhetnék, ahol a Homoktövis utcai körforgalom öltözött a nyár pompázó színeibe. Újpest utcáit róva újabb virágcsodába is botlottunk: akik Újpest Városkapu környékén a buszvégállomás felé járnak maguk is megcsodálhatják az új virágágyást. De beszéljenek önmagukért a képek...



Forduljon hozzánk!

## Hallgatnak az újpestiekre

**Néhány hete egy olvasói észrevétel érkezett az újpesti önkormányzati honlapon megjelenő írásra, amely a piaci parkolás fejlesztésével, az elektromos beléptető kapu telepítésével foglalkozott.**

Kedves olvasónk, *Belovai Mária* örömeinek adott hangot, hogy kényelmesebbé vált az autósok helyzete a kijáratnál egyszerűen kezelhető kiléptető kártyával és automatikus sorompó-rendszerrel, amit kényelmesen a gépkocsiban ülve is tudnak kezelni:

– Nagyon örülök az új parkolási rendszernek, mivel így tényleg van mindig hely. Jó az automata be- és kiléptető rendszer is, azonban lenne egy javaslatom: kihajtásnál az automata visszaadja a „jegyet”, melyre már nincs szüksége az autósoknak, szívesen eldobnám, eldobnánk, ha lenne hova. Láttam már ilyet, az au-

tomata mellé van helyezve egy kis „kuka”, melybe azzal a lendülettel ahogy kivesszük a kártyát már bele is lehetne dobni – vélte gyakorlatias olvasónk.

Megkerestük az ötlettel a piac helyettes vezetőjét, *Balogh Angéla*-t, aki azonnal nyitottan fogadta az elképzelést:

– Az átépítésekkel kapcsolatban egy szeméttároló „felszabadult” a Duna-tengely vonalán történt csőfektetések miatt – kommentálta az ötletet követő telepítést *Balogh Angéla* –, s ez a szemetes ráadásul a főtéri szabványedények egyike. A kedves újpesti olvasó ötlete megvalósítása előtt így nem állt semmilyen akadály, apróságról van szó a munkákat tekintve, mégis úgy érzem, ezek az apróságok tudják elfogadhatóvá tenni a szándékainkat és az építkezés átmeneti kényelmetlenségeit.

– H. P.



## Hűsöljön Újpesten, szeretettel várják

**A fővárosi önkormányzat honlapján közzétett egy listát, amelyen olyan közintézmények és áruházláncok szerepelnek, ahova hőségriadó esetén gond nélkül betérhet, aki már úgy érzi, túlságosan égeti az aszfalt.**

Körbejártunk pár helyet Újpesten és hűsöltünk. A Fővárosi Szabó Ervin Könyvtár IV. kerületi kirendeltségén a Király utcában tárt karokkal várják a nem csak olvasni, hanem sziesztázni vágyó látogatókat.

Az egyik könyvtáros elmondta, ők nem tudtak arról, hogy a fővárosi önkormányzat hivatalosan is beengedte hozzájuk azokat, akik hőérzete az egekbe szökött, de mindegy is, mert oda ezelőtt is bárki bármikor bemehetett anélkül, hogy olvasott, vagy kölcsönzött volna.

Nem tájékoztatták az újpesti önkormányzat ügyfélszolgálatát sem,

viszont ők is ugyanilyen szívéliesen adják át a lakosoknak klimatizált helyiségeiket.

Az Ady Endre Művelődési Központban több esetről is meséltek. Egyszer például csak azért tért be hozzájuk valaki, mert már szinte megfőtt. „A múltkor egy idős néni jött be. Vízet adtam neki, és beszélgettünk” – eleveníti fel a művelődési központ recepciósa, majd minket is hűsölésre invitált.

Negatív esettel is találkoztunk. A Fővárosi Szabó Ervin Könyvtár központi épülete például nyári szüneten van, így ott hiába lehet kellemes a hőmérséklet, nem élvezhetik az emberek.

Az áruházláncok is várják azokat, akiknek melegük van, igaz ezekben a boltokban eddig is bemehettünk úgy, hogy csak ácsorogtunk a klímaberendezések alatt.

([www.index.hu](http://www.index.hu) – Fábián Tamás)



## Főtér-program 2009.

# A tervek szerint halad a Főtér-program



**A tervek szerint halad a Főtér-program – tudtuk meg Tilli Lajostól, a Főtér Kft. igazgatójától. A**

**2009. április 20. napján megkezdett kivitelezési munkálatok folyamatosan zajlanak, jelenleg az elektromos nyomvonalak kialakítása, a terület vízellátásának kiépítése és a vízgépházak szerkezetépítési munkái folynak. Várhatóan augusztus második felében már megkezdődhet a díszburkolat lefektetése is.**

Az Új Főtér átadására 2010. május végén kerülhet sor, de már idén decemberben olyan készültségi állapotban lesz a tér, hogy az újpestiek megújult környezetben ünnepelhetnek a Karácsonyi Vásáron.

Az áprilisban megkezdődött kivitelezési munkálatok a tervek szerint folyamatosan zajlanak. Az előkészítő munkálatok egy része már befejezésre került, jelenleg az elektromos nyomvonalak kialakítása és a terület vízellátásának kiépítése, a vízgépházak szerkezetépítési munkálatai zajlanak.

A megkezdett és a közeljövőben befejezésre kerülő elektromos és vízellátási munkálatokat követően, várhatóan augusztus második felében

már megkezdődhet a díszburkolat lefektetése. Így decemberben már olyan készültségi állapotban lesz a tér, hogy a tavalyi helyszínén, ugyanakkor megújult környezetben ünnepelhetnek az újpestiek a Karácsonyi Vásáron.

Az önkormányzat a 2009. évi költségvetésben biztosítja a beruházás idei évi fedezetét. Az Új Főtér átadására 2010. május végén kerülhet majd sor – tudtuk meg Tilli Lajostól, a Főtér Kft. igazgatójától, aki részletes tájékoztatót juttatott el szerkesztőségünkhöz az elvégzett, a jelenlegi és a közeljövő főbb munkálatairól. A kivitelezési munkálatokról hamarosan – várhatóan két héten belül – az [ujpestifoter.hu](http://ujpestifoter.hu) weboldalon is tájékozódhatunk.

### ELVÉGZETT MUNKÁK

1. Felvonulás – ideiglenes közüzemek kialakítása, konténerek, szociális helyiségek elhelyezése –, bontási

munkák megkezdése, a terület körbekerítése, őrzés felállítása.

2. A megmaradó fák védelmének kialakítása, a forgalomterelési közlekedési táblák kihelyezése.

3. Húsbolt és BKV pavilon elbontása.

4. A parkoló berendezések gyártása és szerelése, valamint a parkoló elkerítésére szolgáló U alakú korlátok leszállítása. A parkoló üzemszerű működésének biztosítása.

5. A 80/100 vízvezeték kiépítési munkái befejeződtek, a föld visszatöltése megtörtént.

6. A csobogó vízgépház és vízi játékok geodéziai és a földmunkái elkészültek.





7. A vízgépházak alapelezet betonzása és vasszerelése elkészült.
8. A templom új csatornarakötése elkészült, a vízóraakna kialakítását megkezdtek.

#### JELEMLEGI MUNKÁLATOK

1. A vízgépházak szerkezetépítési munkáinak folytatása – falak betonozási, zsáuzási munkáinak befejezése, a földemek kialakításának megkezdése.

5. Bontott építési anyagok elszállítása.

#### KÖZELJÖVŐ MUNKÁLATAI

1. A vízgépházak szerkezetépítési munkáinak befejezése, szigeteléssel együtt.
2. A bekötő és locsolóhálózat kiszolgáló vízóraakna szerkezetépítési munkáinak befejezése.
3. Elektromos nyomvonalak kialakítása, valamint a vezetékhálózatok kiépítésének megkezdése.



2. Az elektromos nyomvonalak kialakítása elkezdődött, mind a Duna tengelyen, mind a Trombita téren. Az elektromos kábelek védőcsöveinek telepítése folyamatos.
3. A terület vízellátásának fogadására alkalmas akna szerkezetépítési munkáinak folytatása.
4. A katolikus templom vízellátásának kialakítása, új rákötéssel és visszatáplálással.
4. A locsolóhálózat kiépítésének megkezdése.
5. A terület vízelvezetési hálózatának – folyókák, pontszerű összefolyók – telepítésének előkészítő munkái.
6. A katolikus templom területén belüli bontási munkák megkezdése, valamint vízhálózatának befejezése.
7. Bontott építési törmelékek folyamatos elszállítása.

– H. P.

Új bejárata lesz a Kis Vásárcsarnoknak!

# A kispiac új arca

A Főtér-programhoz kapcsolódóan néhány hete sor került a tér északi oldalán lévő kispiac melletti húsbolt lebontására, illetve az újságos pavilon áthelyezésére. A felszabaduló területen parkoló került kialakításra, és a Piac és Vásárcsarnok megbízásából már elkészült a kispiac bejáratának látványterve is.

A Főtér-programhoz kapcsolódva – az ütemesen haladó kivitelezési munkálatokon túl – a Szent István teret már eddig is számos egyéb be-

dul az építkezés, ennek mintegy előkészítéseként már eltűntek a homlokzatról a városképet rontó gépészeti berendezések, így a kapuzat elkészültéig a homlokzat egésze is megújul majd.

Az István téri főbejárat megvalósításával azonban nem zárul le a kispiac felújítása és környezetének rendezése. Már készülnek az épület déli oldala menti sétány és az ahhoz csatlakozó vendéglátó teraszok tervei. A jelenlegi – többségében igen rossz állapotban lévő – előtetők helyére



A kispiac bejárata jelenleg



A kispiac új arca

avatkozás érintette. Néhány hete sor került a tér északi oldalán lévő kispiac melletti egykori húsbolt lebontására, az újságos pavilon áthelyezésére, valamint a felszabaduló területen egy kisebb parkoló kialakítására. A Csarnok és Piac Intézmény megbízásából most elkészült a homlokzat felújításának és átalakításának terve. A Troll István építész által és a Tervtanács ajánlásának figyelembevételével tervezett elegáns kapuzat méltó módon hangsúlyozza az épület bejáratát, mely fölött egy nagyméretű tábla ad tájékoztatást az erre járóknak. Az engedélyek beszerzését követően remélhetőleg még nyáron elin-

pedig egységes tervek alapján, azonos szerkezetű eső- és napvédő ernyők kerülnek – **tudtuk meg Berényi András főépítésztől.**

– A Piac István út felőli oldalán felszabaduló terület következtében láthatóvá vált a kispiac homlokzata és bejárata, mely városképi szempontból nem felel meg a mai kor elvárásainak. A bejárat felújítása időszzerűvé vált, ezzel biztosíthatjuk, hogy a majdani Új Főtérhez méltó kapu fogadja a Piacra érkező vásárlókat, valamint a kereskedők részére a korszerű rakodás lehetőségét is – **fűzte hozzá dr. Trippon Norbert alpolgármester.**

– H. P.



# Parkolj és vásárolj!

**A rekkenő hőségben a piaci sárga keramitkockás parkolóban a fák árnyékában keresik a parkolóhelyet az autósok. Tehetik, van hely bőven. Délelőtt lévén a szabadságon lévők és a mindig sietésben lévő nyugdíjasok érkeznek. Szembetűnő: a szatyrok, kosarak főként sárgabarackkal telik, hiába, most van a befőzési szezon. A piaci bevásárlóktól azonban nem a baracklekvár receptjét kérdeztük, hanem a vásárlási szokásokat kielemezve a parkolásról is beszélgettünk.**



**Repánszky Jánosné és férje** is elsőként az sárgabarackot helyezi az autó csomagterébe.

– Rendszeres piaclátogatók vagyunk, szinte minden nap itt vásárolunk – mondja a család szóvivője, a feleség. – Négy unokánk van, sok gyümölcs fogy. Most éppen sárgabarackot fogunk eltenni, elsősorban ezért jöttünk. De ha már az ember itt jár... Szerencsére nem kell sokat cipekedni, az autónk biztonságban parkol itt. Mi örülünk annak, hogy a piaci parkoló a vásárlókat szolgálja, bármikor jövünk, találunk helyet. A két órás ingyenes parkolás a bevásárlásra nekünk bőven elég, de jut idő arra is, körbejárunk néhány üzletet, elinté-

zük, amit kell. Mivel én nem vezetek, csak a férjem, apróbb dolgokért a vilámmal is el tudok ideig jönni. De nyáron, amikor a friss zöldségnek, a gyümölcsnek bizony nagy a súlya, kényelmesebb az autós bevásárlás, nincs cipekedés. Ezért együtt jövünk.



**Kujbus László és felesége** Dunakesziről érkezett a parkolóba, láthatóan a terelőtáblákat is otthonosan követik.

– Hosszú évek óta ez a megszokott bevásárlási helyünk. Korábban is autóval közlekedtünk, igyekeztünk a közelben megállóhelyet keresni. Olykor több kört is mentünk, amíg egy távozó autós helyére be tudtunk állni. Mi nagyon elégedettek vagyunk a parkolási lehetőséggel. Dunakesziről is sokan vásárolnak itt, nyugodt körülmények között tudhatják az autóikat. Nekünk az is tetszik, hogy sokat szépült, fejlődik Újpest – mondja Kujbus Lászlóné. – Kíváncsiak leszünk az új Főtérrre is, de arra még várni kell egy kicsit. Most szabadságon vagyunk, van időnk nézelődni. Ruhaneműt is találunk itt, nemcsak élelmiszert. Megszoktuk már, hogy nagy bevásárlást csinálunk, egyszerre több kiló húst veszünk, majd kiporciózva a fagyasztóban tároljuk. A gyümölcs gyorsan fogy, három unokánk van. A vásárlásnál az idő is

elrepül, általában elegendő nekünk a két órányi ingyenes parkolás, De ha átlépünk a fizető zónába, akkor sincs gond, nem hatalmas összeg a parkolás ilyenkor fizetendő díja.

– Végre nem a metróval közlekedők, munkába járók parkoló helye a keramitos terület! – mondja elégedetten **Kiss Margit**, amikor a parkolási lehetőségről kérdezzük. – Életemben talán ha kétszer hagytam itt az autóm és metróval utaztam tovább a dolgomra, de ha csak vásárolni indultam a piacra, először mindig végiggondoltam autóval jöjje-e, találok-e parkolóhelyet, és mikorra. Messze lakom a piactól, ezért autó-

zom. Most bármikor jövök, van parkolóhely. Évekig a Lehelre jártam, de amióta Újpesten élek, itt is vásárolok. Ezért sem szeretném, ha emeletes piac épülne itt. A mélygaráznak nagy hasznát látjuk majd, én a vásárlóteret idáig a parkolóig kiterjeszteném, de hát ez nem az én döntésem-től függ. Ideje ezt a területet rendbe hozni. A parkolót is, ami az építkezés során nyilvánvalóan eltűnik majd, már csak emlék marad számunkra. De van ennek jó oldala is: bár nagyon kopásálló a keramit, a legjobb erre a célra, de télen sajnos rettentően csúszós, balesetveszélyes. Amikor két szatyorral megyek az autóig joggal tartok attól, hogy elcsúszom. De az autó kereke is sokszor csak pörög, nem tud megkapaszkodni a jeges, zúzmarás felületen. Most csak a hepe-hupás részek miatt kell a lábunk alá nézni járás közben, de ez a fák „számlájára” írandó. – B. K.

## Több újpesti tud parkolni Bevált a vásárlói parkoló?

**Balogh Angéla** megbízott vezető felügyelő szerint bevált a vásárlói parkoló. Június hónapban átlagosan 1150 gépkocsi fordult meg a parkolóban, ami azt jelenti, hogy egy férőhelyre átlagosan 6-7 autó jut.

– **Beváltotta-e a hozzá fűzött reményeket a parkoló?**

– Igen. A célunk az volt a vásárlói parkoló megnyitásával, hogy a bevők és Újpest központjába érkezők számára biztosítsuk a díjmentes parkolás lehetőségét, amíg bevásárolnak és „ügyes-bajos” dolgaitak intézik. Az időben korlátozott parkolás megvalósításával az autók forgási sebessége megnőtt, ezáltal a parkolóban több gépkocsi fordul meg.

– **Mit jelent ez számokban?**

– Június hónapban naponta átlagosan 1150 gépkocsi parkolt a parkolóban, ami azt jelenti, hogy egy férőhelyen naponta 6-7 autó fordult meg. Kiszorultak azok, akik P+R parkolónak használták a Városháza és a piac környékét, helyettük a helyi lakosság és a piaci kiskereskedelem élvez prioritást. Ez jó a lakosoknak és jó a kereskedőknek. Jó az újpestieknek, mert a rendszer bevezetésével a parkoló sokkal nagyobb vendégsegereg fogadására vált alkalmassá. Jó a kereskedőknek, mert a parkolási lehetőség szélesebb körű megteremtésével javíthatjuk a helybéli kiskereskedők versenyképességét a multinacionális cégekkel szemben.

– **Az említett számok tükrében mennyi bevétellel számoltak naponta?**

– Minimálissal, átlagosan 4600 Ft-tal. De hát nem is a bevétel volt a cél, hanem az, hogy minél több újpestinek tudjuk biztosítani az ingyenes parkolás lehetőségét, segítve ezzel a piaci kiskereskedelem zavartalan működését.

– H. P.



## Hasznos tanácsok kánikula idejére

Az utóbbi években többször figyelhető meg hazánkban is rendkívüli, gyakran hosszantartó meleg időjárás. A kánikula bárkinek okozhat egészségügyi panaszokat, rosszulleteket, de figyelmetlenségünk akár tragédiát is okozhat. Az aggodalom nem alaptalan, hiszen pl. Franciaországban 2004 nyarán több mint 15 000 ember hunyt el a kánikula következtében. A Fővárosi Polgári Védelmi Igazgatóság IV. kerületi ki- rendeltsége az ÁNTSZ segítségével csokorba foglalta azokat a jó tanácsokat és intelmeket, melyeket ha megfogadunk, remélhetőleg kevesebb kellemetlenséget okoz a kánikula elviselése.

### ÁLTALÁNOS TUDNIVALÓK

Kánikulai napokon a különösen meleg dél körüli, kora délutáni órákat töltsd otthon, viszonylag hűvösben, besötétített szobában!

Nagy melegben zuhanyozzon langyos vagy hideg vízzel akár többször is! Alkalmazzunk mentolos törülközőt arcunk, karjaink felfrissítésére.

Forró nyári napokon az idősebbek ne a legmelegebb órákra időzítsék a piaci bevásárlást! Lehetőleg éjjel szellőztessünk!

Sose hagyjunk gyermekeket, állatokat (például kutyát) zárt, szellőzés nélküli parkoló autóban!

Ne hagyjunk az autóban napsütésnek kitett helyen hajtógázzal működő sprayt és gázgyújtót, mert ezek tüzet okozhatnak.

Korlátozza a szabad levegőn való tartózkodást a kora reggeli (6-10 óráig) és esti órákra (18-22 óráig)! Árnyékos helyen próbáljon pihenni napközben! Ha túl sokáig tartózkodott szabadban,

akkor próbáljon legalább 1-2 órát légkondicionált környezetben eltölteni, míg a szervezet lehűl, és ismét visszatérhet a kánikulába.

Csökkentse a fizikai munkavégzést! Ne ilyenkor végezze a nagytakarítást, ablakmosást! Csak az esti órákban kezdje el a befőzést, azt is állandó szellőztetés mellett!

A hajzuhataggal rendelkezők fonják farkocskba a hajukat, vagy kreáljanak kontyot belőle. Így nem fog beizzadni, s a hát is szellőzhet.

Fagyizáskor lehetőleg a gyümölcs-fagyikat válasszuk (citrom). Fanyar, savanykás ízük kellemesen hűsítő hatású, nem is szólva az egészségügyi előnyökről.

### TANÁCSOK STRANDOLÁSHOZ

A kánikula a vízparton, illetve a vízben viselhető el leginkább, azonban ez felelőtlen és meggondolatlan viselkedéssel veszélyessé is válhat.

Ne fürödjön közvetlenül étkezés után, teli gyomorral!

Szeszesital, vagy egyéb bódító hatású szer által befolyásolt állapotban tartózkodjon a fürdőzéstől!

Napozás után testét zuhanyozással, vagy más módon hűtse le, felhevült testtel soha nem menjen a vízbe!

Szív- és érrendszeri, légző-, továbbá mozgásszervi betegségekben szenvedők egyedül soha ne fürödjének!

Aki nem tud úszni, mély vízben ne használjon felfújható fürdőeszközt (gumicsónak, gumimatracs), azon lehetőleg ne aludjon el!



### ÉTKEZÉSI TANÁCSOK

Kánikulában számolnunk kell azzal, hogy az izzadsággal és párolgással le- adott folyadékvesztesség jelentősen megnő. Nem szabad figyelmen kívül hagyni, hogy a fokozott folyadékvesztesség mellett fokozott sóvesztesség is jelentkezik. Verejtékezéssel átlagosan 0,15-0,20%-os sótartalom-vesztéssel számolhatunk.

Ebben az esetben jelentős szerepet töltenek be a megfelelő ásványianyag- tartalommal rendelkező folyadékok, hiszen nemcsak a nátriumtartalmat kell pótolni, hanem a káliumot, magnéziumot és kalciumot is.

Ne fogyasszon olyan innivalót, amely sok cukrot, koffeint vagy alkoholt tar-

talmaz – ezek fokozzák a szomjúságér- zetet, még több folyadékot vonnak el a szervezettől!

Étrendünk legyen pároláson alapuló, zöldségfélékben és gyümölcsökben gazdag (kerüljük a „magyarosan” fű- szeres nehéz húsételeket)!

A forró napokon még most is kedvenc a behűtött görögdinnye, amely jól oltja a szomjat is, hisz 85-90 százalékban vízből áll.

Fogyasszunk főétkezésként is salá- taféléket. Emésztésük nem veszi igény- be túlságosan a szervezetünket, ezen- kívül tartalmazzák az immunrendsze- rünk erősítéséhez szükséges vitamino- kat és ásványi anyagokat.

### TANÁCSOK KISGYERMEKES CSALÁDOK RÉSZÉRE

Csecsemőket, kisgyermeket árnyék- ban levegőztessünk! A babák különösen sok folyadékot igényelnek a szoptatá- son kívül is, mindig kínáljuk őket tiszta vízzel, vagy pici sót is tartalmazó, citro- mos teával a szoptatás után!

Sose hagyjunk gyermeket zárt, szel- lőzés nélküli parkoló autóban, még ár- nyékban sem, mert pár perc alatt is 50- 60 C°-ra tud felmelegedni az autó bel- seje, és a benne lévő hősokkot kapnak.

### ORVOSI TANÁCSOK

Testünk normális körülmények között az izzadás által hűl le, de nagyon nagy hő- ségben elveszítheti ezt a képességét. Ilyenkor gyorsan emelkedik a test hő- mérséklete, ami hőtűt okozhat. Ez igen komoly állapot, károsíthatja az agyat és más szerveket, esetenként akár halálos kimenetelű is lehet.

A hóguta tünetei a vörös, forró és száraz bőr, a szapora pulzus, lüktető fejfájás, szédülés, émelygés, zavartság vagy tudatvesztés. Ha valakinél a fenti- eket tapasztaljuk, hívjuk a mentőket. Addig is, míg megérkezik a segítség, fontos a beteg lehűtése. Vigyük ár- nyékba, permetezzünk rá hideg vizet, vagy mossuk le hideg vízzel, esetleg hi- deg vizes kádba ültessük. Ha a levegő páratartalma nem túl magas, a beteget nedves lepedőbe is csavarhatjuk, mi- közben legyezzük.

### Tanácsok a hóguta megelőzésére:

- 1) A nap égető erejétől széles kari- májú kalappal, napszemüveggel és napkrémmel védje magát! Fényvédő krémmel naponta többször is kenje be a bőrét.
- 2) Azok, akik szívgyógyszert szed- nek, a vízhajtás mellett is fo- gyasszanak elegendő mennyiségű folyadékot a forró napokon, azaz a szokásosnál egy literrel többet.



## INGATLAN ELADÓ

● Újpest központhoz közel, IV. ker. Nyár utcai négyemeletes házban eladó egy 67 m<sup>2</sup>-es, 2+1/2 szobás, jó állapotú lakás (gardrób szoba, parkettás, járólapos, új konyhaszekrény). Irányár: 11,4 Mft. Tel.: 06-70-263-2510

● Újpesti 54 m<sup>2</sup>-es, 2 szoba, gardróbos, gyönyörűen napos konyhás, erkélyes, 6. emeleti lakás a Kassai utca elején, kiváló közlekedéses helyen eladó. Vízórás, rácsos, új radiátoros, redőnyös. Ingatlanosok kíméljenek! Irányár: 9,5 Mft. Tel.: 06-30-652-5069

● Két lakás egy áron! Újpesten négylakásos, kertes, téglá társasházban, 46 m<sup>2</sup>-es gázcirkó fűtésű, alacsony rezsi, felújított lakás + 30 m<sup>2</sup>-es amerikai konyhás, különbejáratú, új lakrész, tehermentesen eladó. Irányár: 9,9M + 3,7Mft. Tel.: 06-20-417-1375

● Családi ház reklámarón! Újpesten, csöndes helyen, 90 m<sup>2</sup>-es 3 szobás, 2 fürdőszobás, gázcirkó fűtésű ház, aknás, nagy garázzsal eladó. Irányár: 23 Mft. Tel.: 06-20-417-1375

● Újpest központban, csendes utcában, 11 lakásos téglá társasházban, gázfűtéses, alacsony rezsi, főemeleti, 89 m<sup>2</sup>-es, 3,5 szobás, parkettás, polgári lakás, kedvező áron eladó. Tel.: 06-20-417-1375

● Erdőkertesen, vasútállomáshoz közel, nagyméretű, megosztható, összközműves építési telek 2 szobás téliestített faházzal eladó. Tel.: 06-20-417-1375

● Káposztásmegyer II-n, eladó egy 36 m<sup>2</sup>-es, jó állapotú, világos, vízórás lakás. Irányár: 8,6 Mft. Tel.: 06-30-864-2072

● IV. Kassai utcában 53 m<sup>2</sup>-es 2 szobás, parka néző, 3. emeleti lakás eladó. Irányár: 9,5 Mft. Tel.: 06-20-486-1419

● Újpest kertvárosában 580 m<sup>2</sup>-es saroktelken, 250 m<sup>2</sup>, 6 szobás, 2 szintes, mindkét szinten összközmű, légkondicionáló, riasztó, jó állapotú családi ház, szuterénnel készbeállós garázzsal 54 Mft-ért eladó. A Nagyvárad ligeti lakóparkban 1. emeleti lakást beszámítunk. Tel.: 233-1645, 06-20-525-0216

● Elcserélném, vagy eladnám, újpesti Szent Imre utcai 51 m<sup>2</sup>-es, 2 szobás, gázkonvektoros öröklakásom, környéki 1 szobásra, ráfűtéssel. Panel kizárva. Eladás esetén 12,5 Mft-ot kérek. Tel.: 06-30-321-1175, 06-70-504-1756

● TULAJDONOSTÓ! IV. ker. Szigeti utcában, 4 emeletes ház 2. emeletén, 67 m<sup>2</sup>-es, 2+1 fél-szobás, felújított, tehermentes panellakás eladó. Erkély, redőny, biztonsági ajtó. Irányár: 13,5 Mft. Garázs bérleti jog átruházható + 0,4 Mft. Tel.: 06-20-374-6759

● Fótan, Budapesttől 8 km-re 400 nől zárt kert 20 m<sup>2</sup>-es bungalóval (villany, víz van) betegség miatt sürgősen, ár alatt eladó. Tel.: 06-20 423-9254

● Kalocsa zöldövezetében tetőtér, garázsos, egyedi tervezésű családi ház, rendezett, nagy kerttel, áron alul, alku nélkül 15,5 Mft-ért sürgősen eladó. Tel.: 06-20 801-4223

● Újpesti tégláépítésű házban földszinti, vízórás, gázkonvektoros, jó állapotú 28 m<sup>2</sup>-es öröklakásomat családi ok miatt eladom. Keresek megvételre hasonlót, vagy elcserélem. Tel.: 06-30-267-9797

● Elcserélném, vagy eladnánk egy XI. ker. 70 m<sup>2</sup>-es családi házrész (irányár: 19 Mft) és egy XII. ker. 45 m<sup>2</sup>-es, 3. emeleti lakást (irányár: 12,5 Mft) családi házra. IV. és XIII. ker. előnyben! Tel.: 06-30-255-3729

● Újpest központjában 71 m<sup>2</sup>-es, 2,5 szobás, nagy ebédlő, részben parkettás, jórészt felújított, világos, napos, thermoüveges-loggiás lakás tulajdonostól 13,3 Mft-ért eladó. Garázs megoldható. Tel.: 06-30-922-8511

● 54 m<sup>2</sup>-es 2,5 szobás panellakás eladó a Lebstock Mária utcában. Ár: 11,5 M Ft. Tel.: 370-6675, 290-4397

● Eladom 3 szobás családi házat Újpest kertvárosában. Beépített tetőtér, cirkó, szauna, jacuzzi, ápolat kert, hőszigetelt borítás, rendezett környék. 28,9 Mft. Tel.: 06-20-558-8540

● IV. ker. Kertvárosban 69 m<sup>2</sup>, újszerű, jó elosztású 3 szobás, gardróbos, erkélyes 1. emeleti lakás zárt, őrzött lakókertben tulajdonostól eladó. 24,9 Mft. Kétállásos garázs külön vásárolható. Tel.: 06-20-238-1370

● Eladó Veregyházon 150 négyyszögöles saroktelken 77 m<sup>2</sup>-es 1+2 fél-szobás családi ház. Ár: 18,9 Mft. Érdeklődni lehet a 30-730-3970-es telefonszámon az esti órákban.

● Újpesten, metróhoz közel 53 m<sup>2</sup>-es, 1+2 fél-szobássá átalakított, felújított, napos panellakás tulajdonostól eladó. Járólapos konyha és mellékhelyiségek, parkettás nappali. Vízórás, biztonsági ajtóval felszerelt. Irányár: 9,9 Mft. Tel.: 06-20-518-7907

● Újpest-Központban, a Király utcában, téglá társasházban 58 m<sup>2</sup>-es 1+2 fél-szobás, 2 erkélyes IV. emeleti parkettás, napfényes lakás nagy pincével eladó. Ár: 14,5 Mft. Tel.: 06-20-983-3390

● Alkalmi vétel! Egertől 16 km-re gyógyfürdők mellett 3 szobás, 2 fürdőszobás, cirkó és cserép-kályha fűtésű családi ház garázzsal, melléképülettel, (új tető, új nyílászárók) eladó. 8 Mft. Vagy elcserélném újpesti lakásra, pestkörnyéki nyaralóra. Tel.: 06-30-854-2751

## GARÁZSHELY KIADÓ

● József Attila utca 21-23 számú házban 18 m<sup>2</sup>-es teremgarázs hely kiadó. 15 000 Ft/hó. Tel.: 06-70-676-4607

## INGATLANT KIAD

● SZTK-hoz közel, 2+2 fél-szobás panellakás hosszú távra kiadó. Irányár: 70 000 Ft + rezsi. Tel.: 06-20-364-0954

● Újpest-Városkapu metrómegállónál lévő 21 m<sup>2</sup>-es önálló lakás (zuhanyzó, wc, galéria) kiadó. Zárt kapu, a parkolás ingyenes. Tel.: 369-5224

● Pólus Centernél másfél szobás parka néző, erkélyes, vízórás, bútorozott lakás hosszú távra kiadó. Tel.: 06-20-231-3513

● Újpest kertvárosi részén, 2 szoba, összkömfortos 70 m<sup>2</sup>-es lakás családi házban, kerthasználat, 6 hónapra, havi 50 000 Ft + rezsiért kiadó. Tel.: 06-20-925-2042

● Újpest kertvárosában, családi házban külön bejáratú, külön közüzemi órákkal, felújított 70 m<sup>2</sup>-es, 5 helyiségből álló szuterénhelyiség hosszú távra csendes tevékenységhez, vagy irodának kiadó. Tel.: 06-20-914-7956

● Újpesten, Megyeri út-Fóti út saroknál egy szoba összkömfortos bútorozott lakás kiadó. Másfél havi kaució szükséges. Tel.: 06-20-373-3237

● Az Ugró Gyula soron másfél szobás, 45 m<sup>2</sup>-es földszinti lakás kiadó. 60 ezer Ft + rezsi. Tel.: 06-20-524-9186

● Újpest, Juharliget lakóparkban (Attila u.) 46 m<sup>2</sup>-es két szobás, bútorozatlan, teraszos, saját kertes lakás hosszú távra kiadó. Őrzött gépkocsi-beállás biztosított. Tel.: 06-30-534-4247

## INGATLANT BÉREL

● Bérelnék két, vagy háromszobás bútorozott, nem panel lakást Görgy utcai szakközépiskola vonzáskörzetében nyugdíjas tanár házaspárnak augusztus végétől. Ajánlatokat és fényképeket a liwa@mail.datanet.hu-ra kérem.

## INGATLANT CSERÉL

● Elcserélném Görgy utcai, 32 m<sup>2</sup>-es, központi fűtéses házban lévő földszinti, csendes garzo-

nomat gépkocsi beállással a környéken lévő 2 szobás csendes, világos öröklakásra, első emeletig, ráfűtéssel. Panel, távfűtés kizárva. Tel.: 06-20-514-7710, 17-22 óra között.

## OKTATÁS

● Matematikából pótvizsgára felkészítést vállal matematikatanár szakos egyetemi hallgató. Honlapcím: www.zrob.hu. Tel.: 06-30-572-7416

● Matematika pótvizsgára felkészítés, nyári felzárkóztatás szakképzett tanárral az Izzó lakótelepen, általános iskolásoknak. Tel.: 233-3208, 06-30-409-0730

● Matematika-fizika szakos tanárnő sok éves tapasztalattal pótvizsgára felkészítést vállal általános- és középiskolások részére. Tel.: 06-30-408-8466, vagy 239-5907

● Matematikából pótvizsgára felkészítés Újpesten és környékén. Hához megyek. Tel.: 06-30-297-4207

● Újpesti logopédus beszédhibák javítását, írás-, olvasás és számolási zavarok megszüntetését, illetve megelőzését **nyáron is** vállalja 5-10 évesek körében. (Szűrés, diagnózis ingyenes.) Tel.: 06-30-416-3282, 369-3462

● Fizikából, matematikából pótvizsgára felkészít gyakorlatot tanár. Tel.: 06-30-969-3600, 06-30-815-7452

● Pótvizsgára, nyelvvizsgára felkészítést vállal profi tanárnő matematikából, angolból, németből, fizikából. Hához megyek. Tel.: 06-20-973-6467

● Angol, német, olasz nyelvtanítás, korrepetálás érettségire, általános és gazdasági nyelvvizsgára felkészítés. Nyári kedvezményes árak. Tel.: 06-30-44-88-030

● Alkotóműhely Újpest-Központban, stúdiórajz, sokszorosított grafika, festészeti technikák. Minden korosztály részére, családias környezetben. Eszközöket mi adunk! Tel.: 06-30-627-7916, 06-20-253-5673

● Eladó Rákospalota kertvárosi részén, kiemelt övezetben, a villasoron, 720 m<sup>2</sup>-es telken 69 m<sup>2</sup> és 49 m<sup>2</sup>-es szabadon álló, felújítandó, üresen álló házakkal. A telekre iker- és társasház is építhető. Tel.: 20-527-9813

## ÁLLÁST KERES

● 52 éves, nemdohányzó, megbízható nő házi- és házkörüli (kerti) munkát vállalna főleg hétvégén, vagy hét közben a délutáni órákban. Leinformálható. Tel.: 06-30-661-6644

● 49 éves megbízható nő takarítást, bevásárlást vállalna. Tel.: 06-70-586-9674

## ÁLLÁST KÍNÁL

● Régóta működő üzletembe keresek vendéggel rendelkező vállalkozó fodrászt és kozmetikust. Tel.: 06-20-460-6068, Szabó Margit.

● Pozsonyi Itp. Óvoda egy fő óvodapedagógust keres 2009. augusztus 24-től határozatlan időre. Feltétel: óvodapedagógusi diploma, szakmai gyakorlat. Bérézés: Kjt. szerint. Jelentkezni lehet: 06-302111182 telefonszámon, vagy e-mail címen: pozsonyiovi@upcmail.hu

## ÁLLÁST KERES

● Megbízható pontos precíz nő lakás illetve irodatarakítást vállal. Tel.: 06-20-522-8602

## SZOLGÁLTATÁS

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

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

● Akciós radiátorcseré panellakásokban! Munkadíj: 8000 Ft/db. Vállalunk továbbá vízszelést és burkolást. Tel.: 06-20-323-4471

● Forró a lakása? A megoldás: redőny. Hívjon most! Tel.: 06-30-562-3741 www.redonypest.vw.hu

● Stílus és érték! Parafaburkolatok, bambuszparketták, svédpadlók, intarziák, laminált padlók. Teljes körű kivitelezéssel, segédanyagokkal. www.parkettavarazs.hu. Tel.: 06-20-975-6543

● Elég Önnek egy gyertya a fűtéshez? Amennyiben nem: SZIGETELJEN! Teljes körű kivitelezés anyagokkal, tanácsadással. www.szigetelésprofi.hu. Tel.: 06-20-975-6543

● LAKÁSKOSMETIKA! SZOBAFESTÉST, MÁZOLÁST, TAPÉTAZÁST, PVC, SZÖNYEGPADLÓ RAGASZTÁST, PARKETTACSISZOLÁSSAL, BÜTORMOZGATÁSSAL, TAKARÁSSAL, MÉRSÉKELT ÁRAKON VÁLLALJA: CSAPÓ GYÖRGY. ALAPÍTVÁ: 1971 Tel.: 221-8281, 06-70-774-3621

● Gázkészülékek és alkatrészek forgalmazása, szerviz. Készülékjavítás, csere, új és felújított készülékek árusítása. Nyitva: H-P: 8-17-ig Bp., 1046 Nádor u. 73. Üzlet: 369-04-22; 06-30-960-1138, szerviz: 230-7669

● Redőnyök, relaxák, szalagfüggönyök gyártása, javítása. Szünnyoghálók, napellenzők készítése. IV. ker. Fóti út 45. Tel.: 370-4932

● Mosógép-, mikrószűtő-szerviz. Felújított mosógépek értékesítése garanciával, szállítással. Tel.: 453-0567; 06-30-931-9955

● TÉVÉJAVÍTÁS AZONNAL! Garanciával! Orion, Videoton, ITT-Nokia, Normende, Vestel, Schneider, Dual) Tel.: 06-20-410-6393, 06-20-471-8871

## ÜDÜLÉS

● Balatoni nyaralás Révfülöpon! 2-3-4 ágyas fürdőszobás szobákban főszobában 6 nap félpanzióval 27 000 Ft/fő, 7 nap félpanzióval 32 400 Ft/fő. Részletes info: www.vakaciota-bor.hu. Érdeklődni: 30-99-75-347, info@vakaciota-bor.hu

## RÉGISÉG

● Antikvárium könyveket, hanglemezeket, papírértéket vásárol. Díjtalan kiszállítás. Tel.: 332-0243, 06-20-922-0001

● Megunt, kidobásra szánt könyveit boldogan – azonnal – elszállítom. Nem vagyok kereskedő. Tel.: 06-20-956-4084

## EGÉSZSÉG

● Leszoktatjuk a dohányzástól 1x-i biorezonanciás kezeléssel 7000 Ft, Újpesten a Görgy u-i nagy SZTK-ban, és több SZTK-ban. Bejelentkezés: 06-70-271-9867

## VEGYES

● Hajdú, automata kifogástalan állapotú mosógép eladó. Ár: 20 000 Ft. Tel.: 06-30-605-7038

● Eladó egy db kéményes és egy db parapetes gázkonvektor, valamint villanytűzhely. Tel.: 06-30-292-2634, 3693-336

● 400 L-es 8 éves Bosch fagyasztóládó jó állapotban eladó. Irányár: 35 000 Ft. Tel.: 06-20-437-3443

● Frissen vizsgázott 2002-es évjáratú Toyota Avensis sok extrával (ABS, CD, fedélzeti komputer, sötétített üveg, szervokormány, szervó fék, első és oldalsó légszűrők) 108 000 km-rel megkímélt állapotban eladó! Tel.: 06-20-437-3443

## BÚTOR

● Eladó 2 db diógyökér furnéros, elegáns, hajlított ajtóval, zárt polcos éjjeliszekrény. Cseresznyefa 2 fiókcs varróasztalka, a hozzátartozó 1 db három fiókcs komód, valamint 1 db vitrines, nagy rakodófelületű, vitrines + 5 ajtós, polcos szekrény eladó. Tel.: 06-30-605-7038

## AZ EMBER BÁZIKUS LÉNY, VIGYÁZZUNK RÁ!



Az emberi test kémhatása enyhén lúgos (bázikus) 7,35-7,45 pH értékű, csekély 0,35-0,40-es értékkel lúgosabb a semlegesnél. Minthogy testünkben a pH értékének 7 alá, vagy 7,6 fölé való változása hatalmas, a szervezet az élet fenntartása érdekében szinte bármi áron igyekszik ezt a pH értéket megtartani. A savak a szervezetünkbe részben direkt

módon, savas ételek és italok (elsősorban a cukros, szénsavas üdítők) fogyasztásával, étel tartósító szerek, színezékek, klórozott víz fogyasztásával, másrészt indirekt módon a szervezet lebontási folyamatainak savas végtermékeként (szénsav, tejsav, húgysav, stb.) jutnak be. Kifejezetten növeli a szervezetünkben keletkező savak mennyiségét a stressz is. Az **elsavasodásnak szerepe van az elhízásban** is, ugyanis a civilizált ember vastagbél megtelik a szervezet számára nehezen kiüríthető méreganyagokkal, amely számára a zsírszövetekben méreganyagraktárat hoz létre. Ezek a zsírpók látszanak is rajtuk. Egy idő után a méreganyagok lerakódnak a **kötőszövetekbe, az agyba, a szembe, a fülbe, a szívbe, az ízületekbe** ahol különböző funkcióromlásokat, betegségeket okoznak, és elősegítik az **idő előtti elhasználódást, az öregedést**.

Testünkben többféle kiegyensúlyozó, ún. puffer-rendszer van, amely gondoskodik arról, hogy a savakat közömbösítse, azaz mozgósítsa, pontosabban **kivonja az ásványi anyagokat**, a bázisokat a kötőszövetekből, erekből, csontokból. A kalciumnak a csontokból történő kivonása például csonttritkuláshoz vezethet. Ma már számos más tünetről kimutatták, hogy a túlsavasodás is okozhatja, ilyen például a **hajhullás, depresszió, ekcéma, fogszuvasodás, csigolya-elváltozások, krónikus fáradtságérzés, a koncentrációs-képesség, a memória romlása stb.**

Mit tehetünk ellene? Azon túl, hogy a kifejezett savasodáshoz vezető ételek italok fogyasztását lecsökkentjük, bevihetünk bázikus hatású anyagokat a szervezetünkbe, porkeverékek, lúgosított ivóvizek, zöld gabonafélék stb. segítségével. A legegyszerűbb és sok szempontból a legpraktikusabb, ha **megfelelő, lúgosított vizet fogyasztunk**. Napjainkban szerencsére sokféle lúgos kémhatású palackozott ivóvíz van forgalomban.

### MIÉRT JÓ, HA LÚGOS VIZET ISZUNK?

Azért, mert az emésztés során keletkező, és a szervezet különböző, nem erre szolgáló részeiben lerakódott savas hulladéktól könnyebben megszabadulhatunk. Ha a testünket megfelelő bási-

kus kémhatású anyagokhoz juttatjuk, akkor **az ételekkel bevitt ásványi anyagok** nem az enyhén lúgos kémhatás fenntartására használnak el, hanem beépülnek a szövetekbe, ahol szükség van rájuk a megfelelő működéshez. Konkrétan, lúgos víz fogyasztásával az elsavasodással összefüggő tünetek gyorsan mérséklődhetnek vagy megszűnhetnek.

Egy **speciális gép** a csapvizet a megfelelő szűrés és tisztítás után elektródák segítségével elbontja, és a szükségletnek megfelelően **különböző lúgosságú tiszta vizet készít**. A lúgos kémhatást nem adalékanyagok hozzáadásával, hanem a vízben levő pozitív és negatív ionok arányának megváltoztatásával éri el.

Az úgynevezett normál, semleges kémhatású, **szennyeződés nélküli víz (pH=7)** bébitápszerek készítésére alkalmas. **Az enyhén lúgos (pH= 8,5-9,5)** segít a szervezet egészséges állapotának visszaállításában, értelemszerűen mindazon tünetek megszüntetésében, amelyeket az elsavasodás okozhat. Az emberi szervezetre gyakorolt előnyös hatásán kívül jobb ízűvé válik az ilyen vízből készített étel, látványosan megváltoznak az ezzel locsolt növények, és háziállataink egészsége. **Az erősen lúgos víz (pH=11,5)** ivásra nem alkalmas, de a háztartásban jól használható tisztítószer, így beleáztatva leoldja a zsírszennyezők és a gyümölcsökről a rovarirtószert és növényvédőszer maradványát, azonkívül folteltávolító, vízkő-eltávolító hatású, hatékony felületi lemosószer.

Az ezzel a speciális készülékkel előállított víz nemcsak lúgos kémhatásúvá, hanem **hexagonális kristályszerkezetűvé** is válik, amely 5-7 vízmolekulából álló klasztereket képezve gyorsabban és **hatékonyabban képes felszívódni**, bejutni a sejtekbe, mint a 20-50 vízmolekulát tartalmazó csoportokat alkotó normál víz. Ez a víz testünk olyan területeihez is képes eljutni, tápanyagot és információt szállítani, ahová a normál víz nem. A lúgos kémhatás a kémiában azt jelenti, hogy egy adott közegben több a negatív töltéssel rendelkező részecske, a savas kémhatás esetén pedig a pozitív töltésű részecskék vannak túlsúlyban. Lévné a lúgos víz negatív töltésű túlsúllyal bíró közeg, értelemszerűen **képes rendkívül agresszív pozitív töltésű szabadgyököket megkötni**, így antioxidáns hatása is kiváló. Az már bizonyított tény, hogy a szabadgyökök felelősek számos betegség kialakulásáért és az öregedés felgyorsulásáért is.

**A lúgos vizet előállító készülék megvásárolható, de ez nem feltétlenül szükséges, ugyanis egy klub rendszer segítségével a víz két hétig ingyen, majd csekély térítés ellenében folyamatosan hozzáférhető.**

A részletekről többet megtudhat: [www.jokaibiocentrum.hu](http://www.jokaibiocentrum.hu) és a [www.kangen.hu](http://www.kangen.hu) honlapon, illetve a Jókai Biocentrum (1042 Budapest, Árpád út 77. számú) üzletünkben az újpesti metro végállomásánál. Telefon: 369-2461, vagy 06-30-435-6553.

- Dr. Starcz Judit  
(x)

### HANGSZER

● Újpesten jó állapotban lévő Calisia pianínó eladó. Irányár: 125 000 Ft. Tel.: 06-20-388-0450

### TÁRSKERESÉS

● 50 éves férfi, 176/80 keresi csinos hölgy ismeretségét hosszú kapcsolatra. Szerelmesen összehajlít, megosztani egymással bánatot, örömet. Tel: 369-8950

● 178/65, 34 éves lezártalkolt fiatallemer keresi egy független, szerény, szintén magányos leány ismeretségét tartós kapcsolatra. Választ „Újpesti fiú” jelígre 1325 Budapest, Postafiók 196-ra kérek, vagy telefon: 06-30-260-1518 (18 óra után).

A lakossági apróhirdetés felvétele: Újpesti Média Nonprofit Kft. szerkesztősége.  
Cím: Ady Endre Művelődési Központ (1043 Budapest, Tavasz u. 4. l. em.) Hétfőn: 10-17 óráig, csütörtökön: 9-16 óráig, pénteken: 9-12 óráig. Hirdetését e-mailen is feladhatja: [unhirdetes@gmail.com](mailto:unhirdetes@gmail.com)  
**Lakossági apróhirdetés 1000 Ft (árfával)**

## VÁLLALKOZÓI ÉS KERETES HIRDETÉSEK FELVÉTELE AZ ÚJPESTI NAPLÓBAN

Kovács Zoltánné, hirdetésszervező  
Tel.: 259-0511, 06-20/9341-257,  
e-mail: [ujpestijsag@invitel.hu](mailto:ujpestijsag@invitel.hu)

## A HARSÁNYI GÁBOR STÚDIO AUGUSZTUSBAN ISMÉT NAPPÖZSIS TÁBORT HIRDET 6-13 ÉVES GYEREKEK SZÁMÁRA

HELYSZÍN: BÁZIS Kommunikációs Központ (Budapest, IV. kerület, Munkásotthon utca 33-39.)

1. TÁBOR 2009. AUGUSZTUS 10- AUGUSZTUS 14
2. TÁBOR 2009. AUGUSZTUS 24- AUGUSZTUS 28

Programok:

- Személyiségfejlesztő kreatív helyzetgyakorlatok
- Színjátás, kommunikációs gyakorlatok
- Mozgás és tánc, játékos formában
- Ének- és ritmusfejlesztés
- Szabadtéri kapcsolatteremtő fejlesztő játékok

Jelentkezés:

Tel.: 06-309-737-725 vagy  
e-mail: [harsanyi\\_mailbox.hu](mailto:harsanyi_mailbox.hu)

## PÁLYÁZATI FELHÍVÁS

A Fővárosi Önkormányzat Károlyi Sándor Kórház és Rendelőintézet a Felnőtt Szakrendelőben létesíthető üzlethelyiségbe bérletet keres, ahol FODRÁSZ, KOZMETIKA, MANIKÜR, PEDIKÜR szolgáltatást végeznének az Intézet által ellátott betegek részére. A részletes pályázati felhívás átvehető az Intézmény gazdasági igazgatói titkárságon: 1041 Budapest, Nyár u. 103. BENYÚJTÁSI HATÁRIDŐ: 2009. július 31.

## OKJ-S SZAKKÉPZÉSEK ÚJPEST KÖZPONTBAN

Egyéni és fizetési kedvezményekkel, ingyenes szolgáltatásokkal  
**BIZTONSÁGI ÓR, TESTŐR**  
További szakképzések: eladó (élelmiszer- és vegyiáru, lakástextil és bútor, zöldsg- gyümölcs) szakács, idegenvezető, elsősegély tanfolyam.  
Jelentkezés és információ: 06-30-557-1236  
A képzés helye: BKIK Újpesti Kirendeltsége (1042 Bp., Árpád út 56.)

**KABA ELZETT**

Kaba Elzett Mintabolt

- Zárak, lakatok
- Kulcsmások
- Zárrendszerek
- Biztonságtechnikai szaktanácsadás

1044 Budapest, Megyeri út 51.  
Tel.: +36 1 320 8018  
[www.kaba-elzett.hu](http://www.kaba-elzett.hu)

Nyitva tartás  
Hétfő-szerda: 8-16  
Csütörtök: 8-17  
Péntek: 8-14

## FELNÖTT SZAKMUNKÁS-KÉPZÉS

A Budapesti Kereskedelmi és Ipar-kamara IV. kerületi Tagcsoportja 2009-2010 évben folyamatosan indítja a következő OKJ-képesítést adó tanfolyamokat.

- Élelmiszer és vegyiárú-eladó tanfolyam
  - Vendéglátó eladó tanfolyam (pultos)
  - Kereskedő boltvezető tanfolyam
  - Ruházati eladó tanfolyam
  - Irodavezető tanfolyam
  - Szakács
  - Kereskedelmi ügyintéző
  - Számítógép kezelői tanfolyam
- Tanfolyamainkra részletfizetési kedvezményt biztosítunk. Jelentkezés és bővebb információ Báncs Ferenc tanfolyamvezetőnél a 06-20-951-3357-es mobilszámon, vagy személyesen a BKIK IV. kerületi irodájában (1042 Árpád út 56.) csütörtökönként 13-14 óra között.



## ILLEGÁLIS ÚT

Tisztelt Városüzemeltetési Iroda! Örömmel láttam, hogy a Farkas-erdőnél az Óceánárok u-i hídnál és a Sporttelep utca Szilaspataknál levő lejárójánál az illegális utakat lezárták. Ezt támogatom. Sajnos az egyik akadályt már megrongálták Tisztelettel: Zöldy Róbert

## FIGYELEM!

Az elmúlt hetekben ismeretlenek több alkalommal megpróbálták az idős embereket a Pozsonyi úti rendelő két orvosára, Dr. Schweder Margitára és Dr. Miskolczi Zsuzsára hivatkozva (néhány esetben lakásokba csöngettek fel, de előfordult, hogy az utcán, vagy a piacon szólították meg őket). Az ismeretlenek 300 000 Ft-ot kértek tőlük, mondván, idővel 600 000 Ft-ot fognak visszakapni. Szerencsére eddig még senkit sem tudtak megkárosítani.

Ezek az „akciók” a két doktornő és a rendelő hitelét is rontják, természetesen az elkövetők nem az ő kérésükre keresik fel az időseket. Kérjük kedves olvasóinkat, ha hasonló esettel találkoznak, értesítsék a hatóságokat!

Hajdanoló - Jolsvai András rovata

# Egy kis naftalin

Kevés, ha annyit mondok, nem vagyok kimondottan egyenruhabarát egyén. Nem is emlékszem, hogy jószántamból bármit is magamra öltöttem volna e tárgyban, a gyerekkori úttörőnyakkendőt leszámítva. Rossz szántamból persze igen, katonakoromban például rongyosra viseltem egy adag gyakorló uniformist, igaz, a kimenőruhám szinte vadonatújként adtam vissza leszerelésemkor.

**M**ost mégis egy egyenruháról fogok mesélni. Egy egyenruhasapkáról, hogy egészen pontos legyenek. Egy kék posztó sapkáról, afféle csákószabásúról, oldalán piros-fehér dísz, arany zsinór, homlok részén pajzs alakú címer, benne egy szám (1905), három betű (KKG), egy lúdtoll és egy nyitott könyv. A sapka ma is féltve őrzött kincsem, ott van az ingem fölötti polcon, a frissen vasalt ágyneműk mellett, a posztó mindújra beszívja a vasaló illatát, ettől a fejedő ma is újszerűnek tűnik föl, pedig megvan már vagy negyvenegynéhány éves.

Kitalálták, egy diáksapkáról van itt szó, a KKG a Könyves Kálmán Gimnáziumot jelenti benne, az 1905, miként azt minden újpesti tudja, az iskola alapítási dátumát, a könyv és a lúdtoll meg nyilván az oktatás heraldikai kifejezé-



se. Az aranydísz oldalt az mutatja, hányadéves a diák éppen, az alatta lévő vörössel az újpesti címer színeit idézi. Egyik legkedvesebb emlékem ez az iskolából (mert ha nem mondtam volna, oda jártam magam is, miként ebben a városban oly sokan), pedig igazán nem az egyetlen. Csodálatos éveket töltöttem az ódon falak között, s hogy ez a szerelem nem volt egyoldalú (nagy ritkaság ez manapság), mutatja, hogy az egyik ódon falra azóta már az én nevemet is felvésték, mit afféle helyi értékű példaképét. (Egészen pontosan úgy történt a dolog, hogy a falra először egy márványtábla került, s arra kerültem én – sokadmagammal, persze.)

Persze, azt az egyensapkát azért is tudom ilyen felhőtlenül szeretni, mert

hordanom soha nem kellett: divatja véget ért, mielőtt én beléptem az iskola kapuján. Nekünk már csak az iskolaköpeny meg a Könyves-trikó maradt. (Fehér atléta, rajta fekete nagybetűkkel az iskola neve, azt hordtuk, a glottnadrág mellett, tornaórán.) Na, azokból például nem tettem el egyet se, pedig évenként elnyújtam belőlük egy adagot. A köpenyt is végig kigombolva hordtam, ujjak feltűrve, és az utolsó kicsöngetéskor úgy leolvadt rólam, mint a tavaszi hótakaró. Nem is érzek semmi nosztalgiát irányukban.

De a sapka, az más. *Lakatos Pista* barátomtól kaptam, aki felettem járt, épp annyival, hogy neki még legyen, s épp annyival, hogy ott, a gimnáziumban ne ismerjük egymást. Évtizedek múltán sodródtunk egy munkahelyre, s amikor kiderült, hogy én is újpesti vagyok (átlag három másodperc alatt szokott ez kiderülni rólam), barátsága jeléül megkaptam tőle a sapkáját.

Azóta sokszor elképzeltem magam, amint délcegen végigsétálok benne az Árpád úton, és a lányok mind megfordulnak utánam.

Más kérdés, hogy a valóságban már a kapuban zsebre vágtam volna, s ahogy magamat ismerem, a Víztoronyig biztosan el is veszem.

- JOLSVAI ANDRÁS



Az Európai Unió által meghatározott Víz Keretirányelv alapján Magyarországon készülnek a vízgyűjtő-gazdálkodási tervek. A vízgazdálkodási problémákat és az azokat megoldó intézkedési javaslatokat összefoglaló konzultációs anyag letölthető a [www.vizeink.hu](http://www.vizeink.hu) internetes oldalon (a dokumentumtár menüpont alatt).

A készülő program kerületünket is érinti, ezért a tisztelt újpesti lakosok véleményét is várja a program koordinátora a megadott internetes oldal fórumán keresztül 2009. július 31-ig.

# Védekezés a parlagfű ellen

Felhívással fordulunk Önökhöz a parlagfű és más, allergiát okozó gyomnövény terjedésének visszaszorítása céljából. Az allergiás megbetegedések száma fokozatosan növekszik hazánkban, mely nem kis anyagi megterhelést jelent a családok számára.

Miután a parlagfű és a gyomnövények a gondozatlan, elhanyagolt területeken, parlagon hagyott építési területen, útszélen jelennek meg elsősorban, ezért kell fokozott gondot fordítani az ingatlanok és az ingatlan előtti zöldsávok rendszeres gondozására, karbantartására. A

védekezés során nagyon fontos, hogy azt a virágbimbó kialakulása előtt végezzük el, ellenkező esetben a pollentermelést nem tudjuk meggátolni.

Ezúton kérjük a tisztelt újpesti lakosokat, illetve ingatlantulajdonosokat, -használókat, -bérlőket, hogy lakhely-

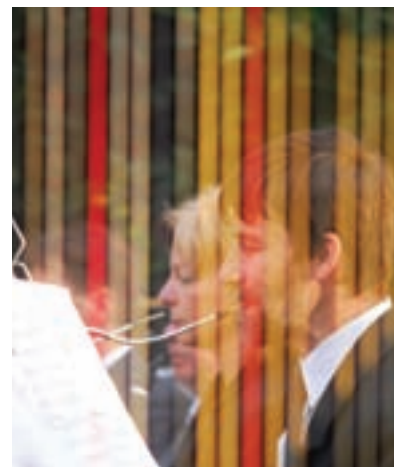
ükön, telephelyükön irtsák ki, illetőleg kaszálják a növényeket! Környezetüket gondozzák rendszeresen, megelőzve ezzel azt is, hogy az ingatlanon vagy annak közelében mások illegálisan szemetet helyezzenek el!

Felhívjuk továbbá figyelmüket, hogy minden év június 30-i dátum a szankciómentes, önkéntes jogkövetés lehetőségének határnapja, ezt követően a védekezés elmulasztásával szemben közérdekű védekezés rendelhető el, és egyúttal növényvédelmi bírság szabható ki!

Tegyünk együtt a szebb, gondozottabb Újpestért!

- DR. VITÁRIS EDIT, jegyző

**A DUNAKANYAR FESTŐSZEMMEL** Jozsefka Antal festőművész, az Újpesti Művészek Társasága elnökének kiállítása július 24-én, pénteken 18 órakor nyílt meg Vácott, a Főtér Galériában (Vác, Március 15. tér 15.) A Dunakanyar című tárlat megnyitóját, amely a XVII. Váci Vigalom programsorozatát gazdagítja, Németh Árpád festőművész tartotta. A kiállítás augusztus 24-ig látogatható.



## A keringőkirály nyáresti zenéje

A néhány héttel ezelőtt megtartott újpesti pedagógusnapi hangverseny után szabadtéri koncerten találkoztak a zeneszerető közönséggel a MÁV Szimfonikusok zenészei. Július 11-én, szombaton a Szent István téren, a Károlyi szobornál – az újpesti önkormányzat támogatását is élvező zenekar – a lemenő nap fényénél lépett a pódiumra Johann Strauss, a keringőkirály legismertebb és legnépszerűbb műveivel.

A zenészek – Vass András karnagy vezényletével – már a műsor összeállításánál is biztos sikerre számíthattak, már csak arra volt szükség, hogy szép, nyári idő segítse a fellépőket és a jelenlévőket egyaránt abban, hogy egy kellemes este maradjon meg sokáig emlékezetükben. A zenekar és a fogadtatás egyaránt remek volt: a szép számú közönség hol

magában, hol karmesteri intésre hangosan dúdolta, végigtapsolta a melódiákat. Még az időjárásfelelős is velük tartott: az erős szél szinte megszeliődött a téren, a koncertet élvezők, és a zenészek nem kis öröme. A *Denevér-nyitány*, a *Tere-feré polka*, a *Tavaszi hangok keringő*, a *Perpetuum mobile*, a *Déli rózsák keringő*, a Joseph Strauss-szal közösen írt különleges tánczene: a

Pizzicato- polka, amelynél a vonósok pengetéssel szólaltatják meg a hangokat, a *Császár-keringő* és az *Éljen a Magyar!*-polka sikere után – mintegy ráadásként – a Kék Duna keringő és a *Radetzky-induló* zárta a hangversenyt. A televízióbéli újrakiadás bécsi koncertek hangulatát is felelevenítő közönség kis időre a bécsi Stadtparkba is képzelhettem magát Strauss arany szobra köré, bár

a zeneszerző kortársa, az újpesti városalapító Károlyi István gróf téren álló bronzszobra is méltó és látványos háttérrel nyújtott a fellépéshez. A MÁV Szimfonikusokat nem kell sokáig nélkülözniük az újpestieknek: a városnapok idején, augusztus 30-án adnak legközelebb térítésmentes koncertet az újpesti zsinagógában, ez alkalommal a kántorokkal.

– B. K.

HIRDETÉS



### MODERN, GYÓGYSZERMENTES KEZELÉSEK

## Biolabor Újpesten

Hidegfrontok, melegfrontok, hajszolt életformából adódó stressz, szorongás, allergia... Olyan kellemetlenségek, melyek megnehezítik mindennapjainkat. Egy idő után megtanulunk velük együtt élni, vagy sorra próbáljuk ki a különféle gyógyszereket, hátha találunk valamit, ami megoldást nyújt. De mi van akkor, ha nem szeretnénk gyógyszerekkel direkt módon tovább mérgezni a szervezetünket, ugyanakkor nem fogadjuk el, hogy ezek a problémák végigkísérjék az életünket?

A Biolabor® egy olyan bioinformatikai-homeopátiás módszert alkalmaz, mely a szervezet önfelismerését és önszabályozását használja fel: egyfajta tükröt tart a szervezet számára, és rávezeti, hogy felismerje hiányosságait, majd tartalékaival elkezdhesse a ter-

mészetes önregenerációt. A kezelt személy saját belső jeleit szűrő, számítógépezérelt módszer nem csak fogadni képes a szervezet komplex jeleit (mint az EKG, EEG, MRI vizsgálatok), hanem vissza is tudja juttatni a megfelelő jeleket, vagyis gyakorlatilag párbeszédet folytat a szervezettel.

Az egészség megőrzésének első lépcsőfoka a megelőzés. A Biolabor® ebben is segítséget tud nyújtani: prevenció programjai kúraszerűen, lépésről lépésre frissítik a szervezetet, az idegrendszert, keringést, immunrendszert, ízületi rendszert, emésztőszerveket, a hormonális egyensúlyt és a tápanyag-felhasználási hatékonyságot. A célzott kúrák ugyanígy veszik fel a harcot a már kialakult betegségekkel (például depresszió, ízületi panaszok, migrén, menstruációs zavarok, pajzsmirigy-működési zavarok, bőrpertelmák, sérülések) szemben is.

Egy célirányos program jellemzően négy-öt alkalmat (összesen 20-25 ezer forint) jelent, ami folyamatos javuláshoz az elérhető legjobb eredmény érdekében további egy-két alkalommal kiegészíthető, ez viszont már nem jelent többletköltséget.

A kezelés igen komfortos: egy kezelőszékben kényelmesen hátradőlve, az EKG-hez hasonlóan érzékelők kerülnek a kézre, és kezdődhet az önregenerációs program. Mivel a kezelések ingermentesek és mellékhatások sincsenek, így újszülöttek, várandósok és implantáltak esetén is alkalmazható.

A magyar fejlesztésű Biolabor® modern, gyógyszermentes kezeléseinek 2005 óta itthon már több mint tizenkétezeren vettek részt, csaknem 90%-os elégedettség mellett.

Ha Ön is kíváncsi a módszerünkre, próbálja ki díjmentesen, és ha kedvőnek találja a változásokat, ráér akkor dönteni a továbbiakról. (x)



BIOLABOR

BEJELENTKEZÉS: MENG TÜNDE (Tel.: 06-30-663-9494)

E-mail: ujpesti@biolabor.hu, Cím: 1047 Budapest, Perényi Zsigmond utca 15.



Képünk illusztráció

## Nyári örömek, nyári gondok

Közel másfél millió gyerek élvezi még bő egy hónapig a szünidőt, a családoknak viszont problémát jelenthetett a két és fél hónapnyi szabadság megoldása. A tanév végén számtalan cikk jelent meg arról, hogy milyen problémákkal számolhatnak a szülők, sőt, a nyári tanítási szünet hosszúságának jogosságát is megkérdőjelezték oktatási szakemberek. Egy biztos: regenerálódni, kikapcsolódni szükséges, de nem mindegy, hogyan.

– A pihenés, a feltöltődés a legfontosabb ebben az időszakban, ezért az alapelv az, hogy legyen egészen más a nyár, mint a tanulás kilenc és fél hónapos időszaka – mondja *Dr. Csák Annamária* gyermekpszichológus, az Újpesti Nevelési Tanácsadó vezetője. – A kikapcsolódás, a sok alvás, az aktív, vagy akár a passzív szórakozási lehetőségek rendkívüli szereppel bírnak az energiatartalékok feltöltésében. Ennek fiziológiai és lelki okai is vannak; mi, felnőttek is tudjuk, érezzük, mekkora szükségünk van a pihenésre, hiszen ilyenkor regenerálódik testünk, lelkünk, szellemünk. A fáradtság a teljesítőképességet is csökkenti, ezért elengedhetetlenül fontos, hogy szeptemberben kipihenten üljenek be a gyerekek az iskolapadba. Még van bő egy hónap, használják ki a gyerekek ezt a lehetőséget.

**Az ember azt gondolná, a pihenés automatikusan „megtörténik” a vakáció során. Létezik ideális nyári időtöltés a gyerekek számára?**

– Minden gyerek más és más, ezt ebben az esetben is szem előtt kell tartani, de természetesen léteznek általános szabályok. A legfontosabb: a szeptembertől június végéig tartó merev rendet meg kell bontani. Minden korosztály számára léteznek kreatív, szabadságot és szórakozást is biztosító tevékenységek. A kisebbeknél természetesen a szülővel törté-

nő nyaralás, vagy a nagyszülők meglátogatása lehet az ideális nyaralás. A kamaszoknál más a helyzet, ők már inkább saját korosztályuk társaságát keresik, a közös élmények megszerzése lesz az üdítő nyári program. Nem lehet ráerőltetni egy tinire ugyanazt a programot, mint aminek egy nyolcéves még örül. Minden életkorban kiválóak a különböző kreatív táborok, a sportos foglalkozások, amelyek kiemelik a nyári hétköznapiakból a gyerekeket úgy, hogy hasznos, akár tanító szereppel is bírnak.

**Mennyire fontos a gyerekeknek is a környezetváltozás?**

– Nem tartom igazi nyaralásnak, ha az iskolájában táborozik a gyerek, persze sok esetben ez a szülő egyetlen mentőöve. A gyerekeknek is ugyanúgy szükségük van arra, hogy valahol máshol legyenek, más ingerek érik őket, más környezetbe kerüljenek, mint amiben ősztől nyárig tartózkodnak. Már az is rendkívül pihentető, ha idegenekkel találkozik a gyerek, és ismerkedhet, mondjuk egy általa is vágyott táborozás alkalmával.

**A nyár a fesztiválok időszaka is. Van szabály arra, hogy mikor engedheti el a szülő egyedül vagy barátokkal a gyereket egy többnapos rendezvényre?**

– Ez attól is függ, hogy érett-e már a kamasz egy ilyen programra. Megbízunk-e annyira benne, hogy tudjuk, nem fog kísértésbe esni, nem próbál ki semmit, ami rombolná az egészségét. Persze ahhoz, hogy ez tudatosodjon benne, nem elég csupán egy elbeszélgetés, mind a szülőnek, mind az iskolának, tanároknak nagy szerepük van az egészségtudatos gondolkodás kialakításában. Fesztiválok közt is vannak különbségek, végső megoldásként kompromisszumot is lehet kötni, olyan rendezvényt választani, amiben a szülő is megbízik, és amihez a gyerekek is kedve van.

**Sok fiatal munkát vállal a nyári vakáció alatt. Erről mi a véleménye?**

– Néhány hét kifejezetten hasznos lehet, hiszen a fiatal új, egészen más közösségbe kerül, mint amit megszokott. Új impulzusok érik, megismeri a beilleszkedés szabályait, erősödik a kötelességtudata, megnő az önbecsülése, és nem utolsósorban saját pénze lesz, aminek elköltéséért csak ő felel. Az egész nyáron át tartó munkát azonban nem tartom helyesnek. A fiatalok esetében az iskolába járás, a tanulás, a vizsgázás épp olyan megterhelő, mint a felnőtteknél a munkába járás, és ahogy a felnőttek, a gyerekek is igényelik a szabadságot.

**Nem kerülhetjük meg a pótvizsga, vagy legrosszabb esetben az évismétlés kérdését. Ez minden bizonnyal rányomja bélyegét a nyári pihenésre.**

– Valamennyire biztosan, de ez esetben is kellő időt kell a pihenésre fordítani. Nem lehet azzal büntetni a rosszul tanuló, évismétlő gyereket, hogy megvonjuk tőle a kikapcsolódás lehetőségét, hiszen ezzel pont az ellentétét érjük el annak, amit szeretnénk. Nincs értelme arra kényszeríteni a gyereket, hogy reggeltől estig tanuljon, de nem is lehet. A kipihentség és a jó teljesítmény együtt jár, nem beszélve arról, hogy egy rosszul sikerült tanév annak minden szegmensével – a rossz érdemjegyekkel, a szégyennel, ami a pótvizsgát, vagy az évismétlést körülöleli, a stresszel, a fáradtsággal – jelentősen megviseli a tanulót. Természetesen foglalkozni kell a vizsgákkal, de elég a nyár végén, az alapos pihenés, környezetváltozás után felkészülni a megmérettetésre. A kikapcsolódás után sokkal hatékonyabban lehet felkészülni a pótvizsgákra, vagy az évismétlésre, a szülő igénybe veheti magántanár segítségét is, együtt is tanulhatnak, de hangsúlyozom: a büntetéssel, a megérdemelt szórakozás és pihenés megvonásával, vagy akár az érzelmi zsarolással semmit sem érünk el. S még egy fontos tanács a végére: említettem, hogy a nyár elsősorban a felszabadult, örömteli időtöltést és a feltöltődést kell, hogy jelentse. Azt gondolom, fontos tudnunk és a gyerekekben is tudatosítanunk, hogy mindent abba lehet hagyni. Ha nem érzi jól magát a táborban, haza lehet telefonálni, haza lehet utazni. A szülőnek, mint mindig, ebben az esetben is az a szerepe, hogy megértően, toleránsan, a gyerek érdekét és érzelmi világát is figyelembe véve kezelje a kialakult helyzetet.

– PÁLFI KATA

# 95 éve született

1914. július 17-én született *Holló István*, aki arany- és gyémántdiplomás földrajz, kémia, áruismeret, gép- és gyorsírás szakos tanár, középiskolai igazgató és országos tanulmányi szakfelügyelő volt, és akinek nem kis része volt abban az előkészületi munkában, ami oda vezetett, hogy 1947. február 12-én tartott ülésén Újpest megyei város akkori testületi ülésén a 18/1947. sz. határozatával eldöntötte egy kereskedelmi középiskola létesítését. Ekkor alakult a mai Berzeviczy Gergely szakközépiskola.

Az iskola beindulásakor ő volt az ideiglenesen megbízott igazgató. Élete meghatározó részében a művelődés, az oktatás ügyét szolgálta különböző beosztásokban. Fontos szerepe volt a gép- és gyorsírás iskolai oktatása kibontakoztatásában, rangjának, színvonalának emelésében, a megváltozott oktatási rendszerben való elhelyezésében és a színvonalasabb iskolarendszerű tanári munka fejlesztésében. Egyetemi tanulmányait a Pázmány Péter Tudományegyetemen és a József Nádor Műszaki és Gazdaságtudományi Egyetem gazdasági szaktanárképző intézetében folytatta.

Eközben 1938-ban szépírási- és gépírástanítói oklevelet is szerzett. Anyagi nehézségek, valamint a II. világháborús körülmények, ill. abban teljesített katonai szolgálata miatt szaktanári oklevelét – földrajz, vegytan, áruismeret tantárgyakban – csak 1948-ban szerezhette meg. Gépírástanítói oklevelét 1951-ben gyorsíró és gépíró tanári képesítéssé bővítette.



1948-51 közötti években az egykori Aranyosi iskolában (Bp. XIII., Csanádi u.) tanított. 1951-62 között a Művelődésügyi Minisztérium gyors-gépírás tanításának országos tanulmányi felügyelője volt. Ezekben az években aktívan bekapcsolódott a korabeli Gyorsíró szövetség életébe. A korabeli Gyorsírók Lapja rendszeresen beszámol nemcsak a szakfelügyelői tevékenységével kapcsolatos hírekről, hanem a Szövetség bizottságai, ülései alkalmával elhangzott felszólalásairól, javaslatairól, a versenyek segítéséről stb. Számos külföldi és belöldi versenyre kísérte a versenyzőket, segítette felkészülésüket. Közben a Számvetési Főiskola gyors- és gépírás tanárképző intézetében órákat tartott a tanárjelöltek számára.

Földrajz iránti szeretetének „hódolt”, hogy mindvégig tanította nappali elfoglaltságát követően a felnőttek esti és levelező oktatásában.

1962-től az 1975-ben történt nyugdíjazásáig igazgatója volt a Bp. VII. Wesselényi utcai Dolgozók Önálló Közgazdasági Szakközépiskolájának. Mivel itt csak a földrajz, kémia, áruismeret oktatása volt, gép- gyorsírás iránti szeretetének „hódolva” délelőtti elfoglaltságként vállalta a honvédségi és a belügyi irodai dolgozók továbbképzését, szakképzését, amit később, nyugdíjba vonulását követően is folytatott.

De nem szakadt meg ezt követően sem kapcsolata a gyors-gépíró szakiskolákkal és a szakközépiskolákkal, mert amíg ereje, egészsége engedte éveken keresztül látott el vizsgaelnöki és érettségi elnöki feladatokat, a vidéki és fővárosi iskolákban.

Szakértelmére tanácsaira mindig mindenhol számíthattak.

Fényes kitüntetések nem kaptott, számára a legnagyobb elismerés mindig az volt, hogy volt kollégái, barátai, tanítványai tisztelettel, szeretettel emlékeztek rá, úton-útfélen ráköszöntek, megállították, mindenkihez volt egy jó szava. Közkedvelt, sokak által szeretett, a szakmában elismert, tiszteletet, szeretet kivívott szakember volt. Ezt bizonyította, hogy visszavonulását követően egészen 2003. január 10-én bekövetkezett haláláig számtalan levelet, üdvözlőlapot kapott, amikre, míg ereje engedte, rendszeresen válaszolt is. Egykori ismerősei barátai, tanítványai még betegágynál is felkeresték, hiszen szellemi frissességét mindvégig megőrizte.

Temetése 2003. februárjában volt az Újpest-Kertvárosi rk. templom urnatemetőjében. Halálának első, születésének 90. évfordulója alkalmából 2004. január 20-án született meg a „Szándéknyilatkozat a HOLLÓ-DÍJ létrehozásáról”, melyet leánya, *Vargáné Holló Györgyi* minden tanév végén azon sikeres tanulóknak adományoz, akik édesapjának – az egykori kiváló pedagógus és szakfelügyelő – szaktantárgyaiban rendezett tanulmányi versenyeken a legkiválóbb eredményt érték el. Nevezetesen: 1-1 fő földrajz és gép- gyorsírás tantárgyakban mindaddig, amíg az évenként rendezett tanulmányi versenyeken elért eredmények megfelelőek és díjazhatók.

Az eddig eltelt 5 év alatt így 10 eredményes díjazott örzi sikerének jutalmát.

Említésre méltó, hogy gépírásból 3 éven át *Cseri Csilla* „vitte el a pálmát”! Reméljük, ez az év is eredményes lesz!

Emlékezzünk a néhai pedagógusra, szakfelügyelőre, polihisztorra, születésének 95. évfordulója alkalmából.

– VHGY

## Oklevél HOLLÓ-DÍJ

gépíró-verseny  
győztesnek

**Cseri Csilla**

12. A osztályos tanuló

**Holló István**

szakfelügyelő, tanár, polihisztor emlékére

Alapítva: a 2003/2004. tanévben,  
a kiváló szellemiségű 90. születésének 1. évfordulóján

Budapest, 2006. június 16.

Vargáné Holló Györgyi  
anyja

Dr. Derce Tamás  
Széchenyi Tanács  
elnöke



## TÁJÉKOZTATÓ

**Az önkormányzat megbízásából elkészült a Petőfi és Hunyadi laktanya és környezete szabályozási terve.**

### A TERVET

2009. július 6-tól augusztus 5-ig  
közszemlére függesztjük.

A kiállítás a Polgármesteri Hivatal István tér 15. szám alatti irodaépületének előcsarnokában munkaidőben tekinthető meg. A szabályozási terv, és rendeletervezete Újpest honlapján is megtalálható. (www.ujpest.hu) Az érdeklődők számára a hivatal ügyfélfogadási idejében (hétfőnként 14:00-18:00, szerdánként 10:00-17:00, péntekenként 8:00-12:30 óra között) a Főépítési Iroda munkatársai konzultációs lehetőséget biztosítanak. A tervvel kapcsolatos konzultáció során az érdeklődők tájékoztatást kaphatnak a terv egészét, avagy annak bármely részletét illetően, továbbá észrevételeiket a helyszíneken elhelyezett vendégkönyvben is rögzíthetik.

– DR. DERCE TAMÁS  
polgármester

Augusztus utolsó hétvégéjén

# Újpesti Városnapok

Augusztus 28–30. között immár tizenhetedik alkalommal rendezi meg Újpest Önkormányzata a városnapokat. A színhely azonos az elmúlt évekkel: a Tábor utcai nyári napközis tábor és a sportpálya területe fogadja be a rendezvény kulturális, családi, és sportprogramjait, míg a Városháza a díszpolgári és az Újpestért díj átadó ünnepség, az Újpest Galéria pedig ezúttal is a képzőművészeti tárlat színhelye lesz az újpesti születésű „zebegényi” Szőnyi István festményeinek bemutatásával.

**A** Tábor utcai helyszínen augusztus 29–30-án, szombaton és vasárnap zajlanak a különböző korosztály érdeklődésére számot tartó színpadi programok. A gyermekeknek *Alma*, *a Figurina*, *a Görömbő kompánia*, *a Ghymes*, *Szinováll Gyula színtársulata*, *a Harsányi Színitanoda*, *a Karinthy ÁMK művészeti körei* kínálnak kellemes időtöltést. Kora délutántól estig a Megasztárak különböző sorozatainak sztárjai: *Király Viktor*, *Pflum Orsi*, *Torres Dani*, *Caramel* lép színpadra. Fellép az ABBA Sisters és az Apostol együttes. A rendezvényen részt vesznek az újpesti civil szervezetek és a kisebbségi önkormányzatok is bemutatókkal, foglalkozásokkal.

A sportrendezvényeken ezúttal is sokféle sportban próbálhatják ki edzettségüket, rátermettségüket a jelentkezők. De aki csak nézni szeretné a programokat, az sem fog unatkozni. Mérvőzően láthatjuk az UTE öregfiúk labdarúgóit. Idén először az újpestiek házi (állat) kedvencükkel – fajra és méretre való tekintet nélkül – is érkezhetnek, számukra bemutató nyújt majd lehetőséget a széleskörű ismertség megszerzésére.

Az Újpesti Egek Királynéja Főplébánia középkori zenét szólaltat meg *Andrejszki Judit* előadóművész és barátai közreműködésével. A Belsőváros Református Egyházközség a templomudvarba várja a komolyzene barátai *Erdélyi László* zongoraművész koncertjére. A Zsinagógában a MÁV Szimfonikusok és a kántorok adnak koncertet. Az Újpesti Közművelődési Kör ez alkalommal *Lówy Izsák* tímár-ra, Újpest első bírójára emlékezik a Városháza Trombita téri homlokzatára kerülő emléktábla állításával. Újpest Önkormányzata az idei városnapok alkalmából jelenteti meg *Iványi János* Újpestért-díjas építőmérnök Volt egyszer egy város című könyvét.

A Városnapok valamennyi programja térítésmentesen látogatható. A részletes programkínálatot az Újpesti Napló augusztus 14-én megjelenő lapszámban tesszük közzé.



## ABBA SISTERS

Mamma Mia, The winner takes it all, Dancing queen... Az ABBA dalai ismét meghódították a világot, s egy újabb generáció kedvencévé váltak. Három fiatal musicalszínész nő nemrégiben megalakította az Abba Sisters nevű új formációt, hogy a jól ismert dalokat elvigyék a közönséghez. Produkcióikat – a nagyszerű slágerek izgalmas előadása mellett – eredeti ruhák, hangzás, és nagyszerű koreográfia jellemzi. Az együttes mindhárom tagja, *Tátrai Eszter*, *György Renáta* és *Migály Szilvia* komoly zenei múlttal rendelkezik. Több stílusban is sikereket értek el, láthattuk őket együttesekben, musical előadásokban, színházi produkcióban is.

## KIRÁLY VIKTOR

Volt kitől örökölnie tehetségét. Zenész családba született, édesapja egykoron az Universal és a Color együttesek dobosa volt, édesanyja pedig a Cini és a tinik nevű formációban tűnt fel. A Megasztár 4 győztese épp lapunk megjelenése napján debütál saját albumával, melynek bizonyára hatalmas sikere lesz mind a tévéműsor, mint a zene kedvelőinek. *Király Viktor* a tehetségkutató óta havonta húsz koncertet ad, sőt, sikerének bizonyítéka volt az idei Kap-



csolat-koncert is, ahol – a Simply Red fellépése előtt – 200 000 ember láthatta produkcióját. Válogatáslemeze másfél hónapon keresztül az első között volt az eladási listán, *Forgószél* című videoklipjét rendszeresen játsszák a televíziók és a rádiók.



## FIGURINA GIGANTO CIRKUSZA

A Figurinát 1983-ban alapította *Siklósi Gábor* és *Fers Klára*, s a csapathoz időközben *Siklósi Eszter* és *Fenyvesi Attila* is csatlakozott. A bábszínház rendszeresen megméretteti magát a hazai és a nemzetközi szakmai fórumokon, s immár tíz éve jelen van a budapesti színházakban is. A Figurina a bábművészet széles skáláján játszik: hagyományos bábokat is használ, ugyanakkor él a technika adta varázslat eszközeivel, van óriásbábos műsora, de jellemzően a fantáziára épülő kéz- és tárgyjátékokkal kívánja szórakoztatni, oktatni, kreatív játékokra bátorítani a gyermekeket és a nyitott szellemű felnőtteket. Újpesten a „Gigantocirkusz” című, élőjátékkal ötvözött óriásbáb-játékot mutatják be.



## GHYMES

A főleg pedagógus végzettségű zenekari tagok régóta foglalkoznak gyermekeknek szánt népdalfeldolgozásokkal. Műsorukban népzene adnak elő, népi hangszereket mutatnak be, megismertetik a magyar népzene alapjait és közösen énekelnek a gyerekekkel. A lendületes zenei feldolgozások közel állnak a mai gyerekek érzésvilágához, alkalmasak arra, hogy máivá, befogadhatóvá, megszerethetővé tegyék a magyar népdalkincset. *Szarka Gyula*, *Szarka Tamás*, *Jelasity Péter* és *Kún Csaba* zenekara nemrég adta ki legújabb gyereklemezét, „*Csak a világ végi-re*” címmel. A művészi élmény mellett pedagógiai szerepük is fontos: „*Bennünk van a kutyavér*” című gyerekkazettájukat (1995) a Magyar Oktatási Minisztérium iskolai segédeszközzé nyilvánította.

## APOSTOL

Az együttes története egészen 1970-ig nyúlik vissza, amikor a komolyzenei tanulmányokat végző fiatalokat „megfertőzte” a beat mozgalom. Hamarosan önálló klubokra tett szert a zenekar, először a Gerlőczy utcában, majd a Műszaki Egyetemen. 1970 őszén országos könnyűzenei fesztivált nyertek, majd elindultak a közönséget is meghódítani. Kezdetben a jazzrock műfaját képviselték, majd a külföldi turnék után populárisabb zenét is kezdtek játszani, és mindkét stílusban sikereket értek el: a jazz műfajában az „*Európai Extraklasszis*” elismerést is megkapták. Első slágerük volt a ’74-es „*Okosabban kéne élni*” című dal, s ezt követték a további sikerek, melyeket ma is dúdol mind az idősebb, mind a fiatalabb korosztály: a „*Homokvár, légvár, kártyavár*”, a „*Nem tudok élni nélkülöd*”, az „*Eladó, kiadó most a szívem*”. A színházi sikereket is elért zenekar augusztus 29-én este ad élő koncertet a nagyszínpadon.



1043 Budapest, Tavasz u. 4. Telefon: 231-6000, e-mail: ady@adymk.hu

## FELNŐTTKÉPZÉSI TÁJÉKOZTATÓ SZOLGÁLAT

ingyenesen igénybe  
vehető szolgáltatás



- Községi számítógépünkön segítséggel vagy önállóan kereshet képzéseket, böngészhet a felnőttképzési információk között.
- Felnőttképzési konzulensek segítenek kiválasztani az Önnek megfelelő szakképesítést, iskolát, tanfolyamot, végzettséget.
- Megbeszéljük, kihez fordulhat, ha képzési támogatást kíván igénybe venni.
- Speciális problémákkal (elhelyezkedési, pályaválasztási, tanulási nehézség stb.) küszködőket segíteni tudjuk a megfelelő tanácsadó helyek kiválasztásában.

## Augusztus 20. előestéjén

Szent István napi szabadtéri koncert színhelye lesz augusztus 19-én, szerdán 19 óra 30 perces kezdettel a főtí Szeplőtelen Fogantatás templom kertje (rossz idő esetén a templom épülete). A műsorban a Szirt Együttes lép fel sztárvendégekkel: *Bazsinka Zsuzsanna* érdemes művész, *Molnár András* Kossuth-díjas érdemes művész énekesekkel, *Dráfi Kálmán* zongoraművész, valamint *Pregitzer Fru-*

*zsina* Jászai-díjas színművész társaságában. A műsorban operettek, musicalek, spirituálék: Brahms, Chopin, Erkel, Kacsóh, Kálmán Imre, Kodály Zoltán, Lehár, Liszt, Verdi, valamint *Andrássy Frigyes* és *Krisztina* művei csendülnek fel. A hangverseny fővédnöke *gróf Károlyi László* és felsége *Erzsébet* asszony. A hangversenyre támogatói jegyek 1 500 forintért válthatók a helyszínen, a bevételt ezúttal is a templom felújítására fordítják.

**NEM LESZ MELEG VÍZ** Az Újpesti Erőmű ebben az évben is melegvíz szolgáltatási üzemszünetet tart, ezúttal augusztus 10-én 00 órától augusztus 12-én 24 óráig. Ezalatt a három nap alatt az újpesti és a káposztásmegyeri távfűtéses lakásokban nem lesz melegvíz. Az üzemszünetről a lakókat a Főtáv plakátokon is értesíti.

A tájékoztató szolgálat személyes konzultációval csütörtökön 14-19 óráig áll az érdeklődők rendelkezésére. Előzetes bejelentkezésre, időpont-egyeztetésre is lehetőség van. A szolgálatához telefonon és e-mailben is lehet fordulni.

Telefonszámunk: 06-1-3696-481  
E-mail címünk: [tajekoztato@adymk.hu](mailto:tajekoztato@adymk.hu)

A tájékoztató szolgálat az Európai Unió által társfinanszírozott Ikonok és Indexek... projekt keretében valósult meg.

A nyári szünet után, szeptember 1-től az *Újpesti Magyardal és Zenebarát Társaskör* minden hónap első keddjén 15 órakor szeretettel várja tagjait és vendégeit zenés-dalos összejöveteleikre az Ady Endre Művelődési Központban.  
(Bp., IV., Tavasz u. 4., Galéria terem)



## KEDVES OLVASÓINK!

### Szeptembertől új rovatokkal jelentkezik az Újpesti Napló!

Örömmel jelentetnénk meg az újpesti háziasszonyok és háziurak kedvenc receptjeit, akár fotóval is. Ha úgy érzik, szívesen megosztanák a többi olvasóval specialitásukat, küldjék el azokat e-mail címünkre, s a legizgalmasabbnak, legfinomabbnak tűnő recepteket közölni fogjuk. Sőt, akár el is készítjük.

E-mail: [receptek.naplo@gmail.com](mailto:receptek.naplo@gmail.com)

Köszönjük! A szerkesztőség

## BEJELENTÉS SZÚNYOGIRTÁSRÓL

Az ÁNTSZ Közép-magyarországi Regionális Intézetének DDD csoportja bejelenti, hogy biocid termékek előállításának és forgalomba hozatalának feltételeiről szóló - 22/2006. (V. 17.) EüM-FVM-KvVM együttes rendelettel módosított - 38/2003. (VII. 7.) ESzCSM-FVM-KvVM együttes rendeletének 8. sz. melléklete 22.d. pontjában foglaltaknak megfelelően - a méhek védelme érdekében - az alábbi helyeken, időpontokban és anyagokkal csípőszúnyogirtást végez.

Az irtás helye: Népsziget, Megyeri-Váci-Fóti út által határolt rész, Megyeri temető környéke, Károlyi Kórház, Városi Kórház, Székesdűlő, Bányató körüli területek, Homoktövis lakótelep, Szilas patak mente közigazgatási határig, Farkaserdő utca, Káposztásmegyeri lakótelep.

Időpontja: 2009. augusztus 12./13., és 25./26. (21 és 02 óra között).

Módszer: ULV

Irtószer: K-OTHRIN ULV (szinergizált deltametrin) inszekticid

Felelős vezető: Tajti László entomológus (gépkocsi: Mazda B 2500 TD, KUM-830)

Az időjárástól függően néhány napos eltérés előfordulhat.



## Tisztelt Újpestiek!

Tájékoztatjuk az érdeklődőket, hogy irodánk nyáron a megszokott nyitvatartási renddel folyamatosan működik. A Fidesz - MPSZ Újpesti Szervezetének ingyenes jogsegély-szolgálat és a képviselői fogadóórák július és augusztus hónapban szünetelnek. Irodánk nyitva tartása: Hétfő- csütörtök: 11-17-ig, péntek: 11-14-ig.

Cím: 1042 Budapest, Árpád út 56. tel: 369-09-05

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



A KDNP tisztelettel értesíti tagjait és szimpatizánsait, hogy a nyári időszakban - 2009 június 1-től 2009 augusztus 31-ig - *Szalma Botond* képviselői fogadóórái szünetelnek. Esetleges kérdéseikkel a

[kdnpujpest@gmail.com](mailto:kdnpujpest@gmail.com) címen fordulhatnak hozzánk.



**Boruzs András és Kovács Sándor** képviselő tájékoztatja a tisztelt újpestieket, hogy fogadóórájuk augusztus hónapban szabadság miatt elmarad.

A következő fogadóóra szeptember 7-én hétfőn 16.30 órakor lesz a Megyeri Úti Általános Iskolában.

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



## AZ ÚJPESTÉRT EGYESÜLET KÉPVISELŐINEK FOGADÓÓRÁJA

**Dr. Kató Balázs** minden hónap második csütörtök 17-18 óra között. Helyszín: Munkásotthon utca 18. (Újpestért Egyesület helyisége)

**Dr. Dabous Fagez** minden hónap második csütörtök 17-18 óra között.

Helyszín: Munkásotthon utca 18. (Újpestért Egyesület helyisége)



## INGYENES JOGSEGÉLYSZOLGÁLAT

az MSZP Újpesti-Káposztásmegyeri Szervezeténél ingyenes jogi tanácsadást tart *Dr. Csiki-Szász Elemér* ügyvéd. Információ és bejelentkezés a 369-4205 telefonszámon hétköznap 12-18 óráig.

## KÉPVISELŐI FOGADÓÓRÁK

Helyszín: 1046 Nádor u. 1. (MSZP Újpesti-Káposztásmegyeri Szervezete) **1. körzet Szabó Gábor** augusztus 3-án 17.00-18.00; **3. körzet Dr. Kovács László** augusztus 3-án szerdán 17.00-18.00; **4. körzet Belán Beatrix** augusztus 17-én 17.00-18.00; **5. körzet Kövecses Janka** augusztus 17-én 17.00-18.00;

**6. körzet Farkas István** július 29-én és augusztus 26-án 17 órától, sürgős esetben telefon: 06 20 518 7830; **8. körzet Kósa Viktória** augusztus 18-án 17.00-18.00; **9. körzet Légradiné Nagy Klára** augusztus 24-én 17 órától; **11. körzet Juhász László** augusztus 3-án 17.00-18.00; **13. körzet Szalkai István** augusztus 3-án 17.00-18.00; **17. körzet Vasvári László** augusztus 3-án 17 órától; **19. körzet Dr. Gergely Zoltán** július 30-án és augusztus 27-én 17 órától; **Marsal Géza** augusztus 7-én 17.00-18.00. **16. körzet Mészáros Ferenc** minden hónap első hétfőjén 17.00-19.00, helyszín: KF ÁMK (Hajló u. 2-8.); **18. körzet Horváth Imre** augusztus 3-án 17 órától. Helyszín: Csokonai Vitéz Mihály Gimnázium (Bőrfestő u. 5-9.)

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



Nagy László 1898-1992



Bejárat

Újpesti vendéglátóhelyek – ANNO...

## Három diófa vendéglő

Az újpesti Víztoronnyal szemben a Deák Ferenc utca 98. szám alatt létezett a varázslatos hely. Helyén ma egy kis füves domb van. Névadóként a kertben évtizedekig terebélyesedő három diófa eltűnt, viszont két darab Kálmán-körtefa túlélte a körülbontást, a csak belügyesnek keresztelt házat, a nyolcvanas évek panel négyszinteseit. Eltűnt a Víztoronny körül rendezett, piros kána virágokkal díszített kert is, amelyből egykoron oly sokan megcsodálták az óriási felépítményt, Újpest büszkeségét.

**N**agy László a Városházával szemben álló kerthelyiségben kezdte, tanuló pincérként a sógoránál. 1928-ban nyitotta meg első üzletét, az akkori Horthy Miklós út 2. (ma: Görgey Artúr út) szám alatt (jelenleg: festékbolt). Szemben vele török fagyfalatozó (ma: pedikúrszalón), átellenben Praznovszky hentesboltja (ma: Külvárosi Kávéház), amellest: *Petz Zsigmond* borozója volt található. A söröző falán az újpesti *Pállya Celesztin* festőművész kocsmái jelenetet ábrázoló olajképe lógott.

Újpest első kövezőmesterének, *Pertl Simon*nak a lányát, *Ilonát* vette feleségül. Összegyűjtöttek annyi pénzt, hogy

kilenc évre rá megvásároltak egy lerobbant ingatlant az esztergomi banktól. A ház annyira romos és elhagyott volt, hogy a munkások fél liter bort kaptak minden egyes megfogott patkányért. A Víztoronny és az azt körülvevő kert közelségébe szerettek bele. Az ezernyolcszázas évek végén még tejüzemként működő épületet tégláig bontották, kívül-belül felújították, és 1938-ban megnyitották a Három diófát. A környékbeli asztalosok, kisiparosok, munkások kedvenc társasági helye lett. *Illik Viktor* vendéglős-halászmestertől beszerzett élő halak a kertben lévő, sziklakert talapzaton álló hatalmas akváriumba kerültek. A kedves

vendég innen választhatta ki a neki szimpatikus harcsát, pontyot. *János úr*, a szakács megsütötte roston, vagy paprikás lisztben kirántotta kívánság szerint, az üzlet halászléjét orvosságként emlegették törzsvendégei. De volt olcsó paradicsomos marhanyelv vagy borjúsült kétféle körettel, disznótoros fatányéros bugyival, azaz átszúrva bicskával tálalva. Hátról egy kisebb csirkeol nyolc-tíz belevalóval. Természetesen kukoricával etetve! Törzstagok közül, például *Gyula bácsi* innen nézte ki kedvencét, melyikből legyen a szegedi csirkepaprikás csipetkével, sok zöldgöggel. Az egészen kispenzüeknek volt pörköltsaft piritóssal, fél tojással.

A háború előtt főpincére *Perus István* volt, hattagú bandáját *Lakatos Bandi* vezette. A háború után itt alakította meg legendás zenekarát „Dudus” *Buga Gyula* énekes-prímás. Az üzlet hangulatos kerthelyiségből, konyhából, söntésből és étteremrészéből állt, melyet méretes vadásztrófeák díszítettek. Az államosítást követően a falról az agancsok egyszer csak a padlásra kerültek, onnan aztán mind eltűntek. Hazavitte valaki az állam által estandolt tulajdont. Hátról háromszobás lakásban lakott a tulajdonos és családja. A lakrészt leválasztották, két diófa az üzletnél egy a volt tulaj birtoká-

ban maradt. A régi gazda megdöbben, amikor megtudtam az IKV-nak lakbért kell fizetnie saját lakásáért, viszont azon már nem csodálkozott, hogy a hozzáeső diófa termését is kérte a vendéglátó vállalat. „Cukorból készült ételeket csak cukorjegy ellenében tudunk felszolgálni!” – szerepel egy korabeli étlapon.

*Nagy Lászlót* a vendéglátásban többet nem foglalkoztatták, a Budafoki Pincegazdaságban helyezkedett el. Szomszédként megélte a Három diófa folyamatos leépülését, az üzlet 1982-es lebontását, valamint a rendszerváltással a kárpótlás lehetőségét is. A kárpótlási jegyeket már nem. Kilencvennégy éves korában hunyt el.

– MOLNÁR ISTVÁN GÁBOR

Tisztelt újpesti polgárok! Ezúton is keressük a vendéglátásban információkkal rendelkezőket, leszármazottakat, alkalmazottakat, tulajdonosokat, akik segíteni tudnak sorozatunk minél szélesebb és tartalmasabb megírásában. Jelentkezésüket várjuk a szerkesztőség telefonszámán: 785-0366. Külön köszönet: *Özv. Géchné Nagy Veronikának, Csóka Jánosnak, Rigó Györgynek és az Újpesti Helytörténeti Gyűjteménynek.*



Söntés



Kerthelyiség



# Akcióban a vízirendőrség

Az AQUAPOL 2002 óta biztosít hatékony együttműködést az európai belvízi, illetve tengeri hajózási útvonalakon és kikötőkben illetékes rendőri szerveknek, hajózási hatóságoknak. Évente több alkalommal szervez fokozott ellenőrzést; a legutóbbira július első napjaiban került sor, melyhez 11 európai ország, köztük Magyarország is csatlakozott. Az akció célja az ittas, vagy bódult állapotban történő hajóvezetés megelőzése, kiszűrése, valamint a hajólopások felderítése volt.



– Az AQUAPOL egy összeurópai vízirendészeti szervezet, mely az európai belvízi és tengeri hajózást felügyeli – foglalta össze az AQUAPOL tevékenységeit dr. Fülöp Tibor, a BRFK Dunai Vízirendészeti Rendőrkapitányság rendőrnagya. – A szervezetet az Európai Unió hozta létre, mivel komoly igény merült fel az európai vízi közlekedés biztonságának megteremtésére és megóvására. Jelenleg tizenhárom tagból áll a szervezet. Magyarország 2005-ben csatlakozott, és hatékonyságunkat bizonyítja, hogy az AQUAPOL elnökévé idén Tóth Zoltán rendőrezredest, a vízirendészetünk kapitányság-vezetőjét választották.

– **Miért volt szükség az AQUAPOL létrehozására?**

– Nyugat-Európában elég sok hajót, yachtot lopnak el, s azokat Kelet-Európán keresztül szállítják tovább a közeli államok felé. A járművek speciális kialakítása lehetőséget ad arra, hogy azokban különböző csempészárut száll-

ítsanak, gondolok a kábítószerekre, lopott árukra, veszélyes, környezetromboló anyagokra, de akár az embercsempészetre is. A csatlakozásokkal a hatóságok közti munkakapcsolat is hatékonyabbá vált, s gyorsabbá a bűncselekmények felderítése. A környezetvédelem és a biztonságos vízi közlekedés megteremtése is fontos cél volt.

– **Milyen felkészítést kapnak azok a rendőrök, akik ezen a területen dolgoznak?**

– Az általános rendőri képzés mellett 4–5 éves felkészülés során sajátítják el kollégáink a hajózási ismereteket. Minden, ami a magyarországi vizeken, vízpartokon történik, a mi ellenőrzésünk alatt áll, utóbbi azért, mert a szárazföldön dolgozó rendőrök feladatai közé sem időben, sem kapacitásban nem fér bele a partmenti területek ellenőrzése. Nemcsak a közlekedésre, és a vízi járművekre figyelünk: a szabálytalan horgászások, a lopások, a környezetszennyezés megakadályozása és felderítése is a mi feladatunk. Szerencsére rengeteg pozitív eredményről tudok

## Rendőrségi hírek

beszámolni. Nemrég egy nagy értékű, lopott jacht megtalálásában és lefoglalásában működtünk közre. A kábítószer szállító járművet Komáromnál kapcsoltuk le a Nemzeti Nyomozóiroda segítségével.

– **A dunai hajózáásban, közlekedésben Újpest is érintett.**

– A kerület mindig kiemelt feladatot jelentett számunkra. Az újpesti öblöt rendszeresen ellenőrizzük, a Népsziget, a Tungsram-strand környéke fokozott figyelmet igényel. Részt veszünk a különböző vízi rendezvények lebonyolításában, a sportversenyek biztosításában, figyelünk az újpesti sportolókra, a kajaksokra, kenusokra. Kitűnő munkakapcsolatot ápolunk az MH 1 Honvéd Tűzszerész és Hadihajós Zászlóaljjal is, melynek hadikikötője Újpesten található.

– **Július elején újabb akciót hajtott végre az AQUAPOL, melyen a magyar vízirendészet is részt vett.**

– Évente háromszor fokozott ellenőrzést tart a szervezet Európa-szerte. A nyarat elsősorban a lopott hajók, a hamisított okmányok, és az ittas vezetés kiszűrése jellemzi, így most is erre koncentráltunk. A júliusi ellenőrzésen 11 európai ország vett részt. Nemcsak a dunai közlekedést figyeltük, jelen voltunk a Tisza és a Velencei-tó fontosabb közlekedési pontjainál is.

– **Számok, eredmények?**

– Az akció egy hétig tartott, az ellenőrzésben 21 kisgéphajó és 6 szolgálati gépkocsi vett részt. A közel 70 rendőr munkáját 10 társszervezet, köztük a Vám- és Pénzügyőrség, a természetvédelek, a tűzoltóság szakemberei, és a külföldi kollégák is segítették. 458 hajóegységet, összesen 1558 személyt – köztük közel 1100 külföldit – ellenőriztünk. Az eredmények nem meglepőek, hiszen mind az ellenőrzött járművek számában, mind az akcióban részt vevő rendőri erőkben a magyar hatóság évek óta az élen jár. – PÁLFI KATA

## Rendőrségi hírek

### FIATALSÁG – BOLONDSÁG?!

Július 9-én a rendőrség felgöngyölített és lezárt egy régóta tartó bűncselekmény-sorozatot. Még 2008 végén történt, hogy az esti órákban S. István, S. Krisztián és S. Krisztián a Városliget állomáson megláttak egy 17 körüli fiút. Odamentek hozzá, hogy elvegyék a mobiltelefonját, ám a fiú erre nem volt hajlandó. Verekedés, lökdösődés kezdődött, végül a létszámfölény győzött: a támadók a mobilt megszerezve távoztak a helyszínről.

Január 16-án az esti órákban a Jókai rendelőnél S. István, S. Krisztián és A. Zsolt megláttak egy idős hölgyet. Kirántották kezéből a szatyrot és a táskáját. Ezek után elszaladtak a helyszínről. Nem messzire futottak. A 14-es villamos Káposztásmegyeri végállomásán megláttak egy középkorú férfit. Odamentek hozzá és elvették a mobiltelefonját, a készpénzét.

Még ez sem volt elég: a Szondi utca és Megyeri út környékén található közért előtt egy 15–16 év körüli fiút láttak meg. „Húzzuk le” – határozták el. Erre S. István há-

tulról odament a sértetthez, befogta a száját, lehúzta a földre, majd elvette a mobiltelefonját. Ezek után S. Krisztián fejbe rúgta a fiút.

Január 23-án estefelé a Gyöngyösi utcai metrómegállónál ugyanők megláttak egy idős hölgyet és urat. Valaki a társaságukból azt mondta, hogy „meg kéne csinálni, el kéne venni a táskát”. Lementek az aluljáróba, a többiek megálltak a lépcső közepén, egyikük kirántotta a hölgy fekete színű táskáját, majd együtt elszaladtak. A táskát később eldobták. Az elkövetők mindannyian fiatalok...

### AMIKOR A CUKOR NAGYON VESZÉLYES

Július 10-én egy hatvan év körüli férfi motorozott a Kemény G. utcában, majd rosszul vette be a kanyart az Árpád út felé és egy parkoló autónak csapódott. A balesetet követően felállt és tolni kezdte a motorját, miközben az orrából ömlött a vér.

Egy szemtanú jelentette az esetet a rendőrségnek. Az intézkedő rendőr hamar megtalálta a motort is, a férfit is kissé feljebb az úton. A kiérkező mentősök megállapították, hogy a férfi nem fogyasztott alkoholt, ám viselkedése feltűnően zavart. Megmérték a vér cukrát, majd a magas érték láttán azonnal kórházba szállították.



zunk –, de a kedvencem a kézműves foglalkozás; most épp ajtókopogtatót készítünk. Szerencsére a nyár még tart, jövő héten nagymamámhoz megyek, majd egy olyan táborba, ahol lovagolni és íjászkodni fogok.

Az UTE Torna Szakosztálya is szervezett nyári napközis tábort a mozgásra vágyó gyerekeknek.

– Ez a tábor nemcsak az idő hasznos eltöltése miatt kiváló, hanem azért is, mert a gyerekekkel megszerettetjük a sportot, sőt, sokan tovább is folytatják az edzéseket, a rendszeres mozgást – tudtuk meg *Juhász Judit* szakosztályvezetőtől. – Az itt eltöltött pár nap alatt kiderül, kinek milyen sportág való. Volt, akit birkózni küldtünk el, volt, aki a labdajátékokban volt erős. A cél persze nemcsak ez, hanem az is, hogy az egy hét alatt egészségesen, sportosan, jó közösségben töltsék el az időt a gyerekek.

Közel 20 iskolás vesz részt hetente a tornatáborban. A délelőtti játékos reggeli tornával kezdődik, majd futással, váltófutással, labdajátékokkal folytatódik – jó idő esetén természetesen a szabad levegőn. A gyerekek kipróbálhatják a gumiasztalt, az ügyesebbek egy hét alatt komoly sportteljesítményt is elérhetnek, péntekre szinte mindegyikük kisebb szaltókat, és ugrásokat is be tud mutatni. A délután filmnézés-sel és természetesen játékokkal telik. Aki pedig az egy hét után kedvet kap az aktív mozgáshoz, az az UTE-ban biztosan megtalálja azt a sportágat, melyben sikereket érhet el.

– P. K.

# Játék, sport, napfény

Június 22-től augusztus 19-ig heti turnusokban fogadja a gyerekeket az önkormányzat Napközis Tábor. A vakáció elején hetente több mint 200 iskolás látogatott ki a Tábor utcába, s bár a családi vakációk miatt a nyár végére csökken a résztvevőszám, így is teltházzal működik az intézmény. A hosszúra nyúlt esős időszak sem okozott problémát, hiszen a szervezők ötletességének, kreativitásának köszönhetően ezeken a napokon is izgalmas játékokban vehettek részt a résztvevő iskolások: társasjátékozhattak, ügyességi játékokon, versenyeken, kézműves foglalkozásokon szórakozhattak.

– Az idei táborunk témája: „Játszd újra”. Minden héten más és más ügyességi feladatokkal várjuk a gyerekeket, így a tábor azoknak is izgalmas marad, akik több héten keresztül járnak hozzánk – mondta *Czinczné Molnár Magdolna*, a tábor vezetője. – Az „Ügyesmester” a tábori vidámparkban, a célbadobásban, zsinórfűző játékban, lufiszállításban bizonyíthatta tudását, az „Üveggyőztes” gurító játékokban nyújtott kiemelkedő teljesítményt, ezen kívül egyensúlyozásban, kötélhúzásban is részt vehetnek a gyerekek. Minden héten rejtvényeket is fejthetnek a táborozók – a legjobban teljesítőket természetesen jutalmazzuk –, az iskolákból érkezett pedagógusok pedig izgalmas programokat szerveznek számukra.

A tábor rendszeres vendégei között köszönthetik a *Szép Ernő Színházat*, a



társulat idén is népszerű gyerekműsorral lépett fel. Idén sem maradhatott el az állatsimogató program, a rendőrkapitányság közlekedési-ügyességi játéka, s a Sportiroda is számos versennyel gazdagította a programokat.

A 10 éves *Turcsik Niki* azt mondta, legjobban a játékokat és a zuhanyzást szereti: – Nem először vagyok itt, és

mindig rengeteg élménnyel megyek haza. Minden nap van valami jó program, ezért sosem unatkozom. Szerencsére két barátom is itt van velem, de mindig tudok új barátságokat kötni.

*Kelemen Peti* a Megyeri Úti Általános Iskolából érkezett: – Szeretem a sportos programokat – sokat tollasozunk, foci-





# Nem hipochondria: frontérzékenység

Fejfájás, szédülés, aluszékonyság, görcsök – sajnos sokan ismerik a fronthatások jellemző tüneteit. Bár egyre többen szenvednek az időjárás változásaitól és viszontagságaitól, sokan mégsem veszik komolyan ezt a jelenséget. Hogy milyen tünetei vannak a frontérzékenységnek, és mit tehetünk ellene, arról *Dr. Fehér Katalinnal*, a SZEI újpesti ügyeletének vezetőjével beszélgettünk.

## – Frontérzékenység. Hiszti, vagy valódi probléma?

– Hisztinek semmiféleképp nem nevezném, hiszen bizonyított tény, hogy a különböző frontok tipikus reakciókat válthatnak ki az arra érzékeny embereknél. A jelenség egyénfüggő, hiszen a tüneteket befolyásolja a páciens kora, túróképessege, immunrendszerének erőssége, sőt, gyermeki tapasztalata, családi mintája is. Természetesen az épp fennálló betegség, a testi és lelki állapot is számít.

## – Mit jelent tulajdonképpen a front?

– Vilhelm Bjerknes norvég meteorológus az időjárás változásainak megfigyelése során alkotta meg ezt a fogalmat, még a húszas években. A frontot eltérő fizikai tulajdonságú légtömegek kicserélődése okozza. Olyan légköri képződmény, ami hideg és meleg légtömegek határán alakul ki. Hatására a különböző paraméterek hirtelen ingadozni kezdenek, így a hőmérséklet, a légnyomás, a páratartalom, vagy a szél-erősség is változik. Nálunk átlagosan

heti egy ciklon vonul át egy hideg és egy melegfronttal kísérvé, s ez megközelítőleg évente 100 frontot jelent.

## – Léteznek általános tünetek, vagy ez is egyénfüggő?

– A légnyomás- és hőmérséklet-ingadozás, a páratartalom változása, sőt, a szél sebessége is generálhat tüneteket. A frontérzékenységet befolyásolja, hogy milyen a szervezet általános állapota. Aki egyébként is szervi, vagy pszichés panasszal küzd, valószínűleg érzékenyebben reagál az időjárás változásaira, sőt a hold-változások is befolyásolják a tüneteket. A melegfrontra érzékenyek ingerlékenyek, fáradtabbak lehetnek. Jellemzővé válik a gyulladásra való hajlam, a koncentrációzavar, az álomosság, vagy a magas pulzusszám. Hidegfront esetén inkább a görcsök jelenléte jellemző. Mivel ellazul az idegrendszer, tompulnak a reflexek, kialakulhat a fejfájás, a szédülés, és a vérnyomás csökkenése. Mi az ügyeleten is tapasztaljuk, hogy a szennyezettebb front időszakában megnő az asztmás jellegű problémák száma. Egy éjszaka akár többször is ki kell mennünk vesegörccs, vagy epegörccs enyhítésére a hidegfront megjelenésekor. Fontos, hogy a helyén kezeljük a dolgokat: semmit sem szabad csupán a frontra fogni, egy epegörccs – függetlenül a fronttól – alapos kivizsgálást igényel, nem várhatunk a front elvonulására, és ezáltal a tünetek elmúlására.

## – Megelőzhetőek ezek a kellemetlen tünetek?

– A melegfrontot a front megjelenése előtt érezzük, a hidegfrontot inkább annak távozása után. Megelőzni, felkészülni rájuk természetesen lehetséges. A stressz elkerülése, a pihenés, a relaxáció, a vitaminok szedése – különösképp a cink, a magnézium, és a C-vitamin bír jó hatással –, a rendszeres mozgás, a friss levegőn tartózkodás, a vál-

tozatos, ugyanakkor egészséges táplálkozás mind befolyásolja a túróképes-séget, az immunrendszer erősségét és az érzékenységet. A szauna, a hideg és a meleg víz váltakozó alkalmazása, a különböző nyugtató teák, így a citromfű, az orbáncfű iszogatósa csökkentheti a tüneteket. Ki szeretném említeni a családi stabilitást, és azt, hogy nem mindegy, gyerekként mit látunk a szülőktől. Mennyire tudtak jól reagálni a változásokra, mennyire vették komolyan a jelzéseket, vagy esetleg túlereagáltak-e.

## – Elsősorban az idősebb korosztály panaszkodik a frontérzékenységre.

– Ez így van, hiszen náluk sajnos más betegségek is akuttá válhatnak, s ettől az időjárás okozta tünetek is erősebbek lehetnek. A szervezet az évek során elkopik, a változásokra nehezebben reagálnak, a reflexek rosszabbul működnek, nehezebben stabilizálódik a szervezet. Nemcsak az idősek, néha a gyerekek is érzékenyebbé válhatnak. A szeles napokon, vagy front idején rosszul aludhatnak a kisgyerekek, megváltozhat akár az étvágyuk is. Érdekes, hogy az állatok is megérik az időjárás változásait.

## – Hasonló hatások érvényesülnek akkor, ha a nyári melegből egy téli vakációra utazunk?

– Természetesen, hiszen valahol ez is „hidegfront”, ezért érdemes felkészülni rá. Ugyanígy akkor is, ha melegebb területre utazunk. A már említett tanácsokon kívül javasolom, különös figyelmet fordítsunk a bőr védelmére, a megfázásra, az allergiák, esetleges csípések elkerülésére. S mivel egy utazás alkalmi közösséget is jelent, amely a fertőzéseket is feltételezheti, így arra is oda kell figyelnünk. A frontérzékenységet valóban komolyan kell venni, azonban megfelelő életmód és hozzáállás esetén uralni tudjuk azt. – P. K.

## Újpesti Városnapok sportprogram (tervezet)

2009. augusztus 29-30.

Helyszín: Tábor u. 24.

AUGUSZTUS 29., SZOMBAT

**10 órától Paintball-festéklövészet, labdarúgó torna 1998-99-es születésű gyermek csapatok részére.** Előnevezés aug. 26-ig a 231-3176 telefonszámra! Korosztályonként az első 8 csapat nevezését tudjuk elfogadni.

**Pontgyűjtő:** darts, falmászás, lövészet, sport-totó. A pontok beválthatók az információs sátnál csokira, üdítőre.

**Többpróba:** helyből távolugrás, célbadobás, felülés hanyattfekvésből, ugrálókötél, egykezes súlyzóemelés.

**Mini floorball verseny vegyes csapatok részére.** Jelentkezés a helyszínen 9.30-ig  
**Tájfutó verseny, Tenisz egyéni verseny** – gyermek kategóriában. Előnevezés aug. 26-ig a 231-3176 telefonszámra!

**14 órától UTE Torna szakosztályának bemutatója**

**14.20-kor UTE Aikido szakosztály bemutatója**

**14.40-kor UTE Tae Kwon do bemutató**

**14 órától kb. 16 óráig sakkszimultán.** A tábla másik oldalán *Egedi István* nemzetközi mester

**16.00 UTE Öregfiúk labdarúgó mérkőzés**

AUGUSZTUS 30., VASÁRNAP

**10 órától labdarúgó torna felnőtt csapatok részére.** Előnevezés aug. 25-ig a 231-3176 telefonszámra! Az első 12 csapat nevezését tudjuk elfogadni.

**Parkröplabda torna** 4 fős vegyes csapatok részére. Előnevezés aug. 27-ig a 231-3176 telefonszámra!

**Pontgyűjtő:** darts, falmászás, lövészet, sport-totó, többpróba. A pontok beválthatók az információs sátnál csokira, üdítőre.

**Többpróba:** helyből távolugrás, célbadobás, felülés hanyattfekvésből, ugrálókötél, egykezes súlyzóemelés

**Főző verseny** – Készítsd el a legjobb babgulyást! Előnevezés aug. 25-ig a 231-3176 telefonszámra!

(Eredményhirdetés zsűrizés után kb. 14 órakor) Az első 25 csapat nevezését tudjuk elfogadni.

**Biztonságosan közlekedni két keréken** – a Dragon Line Sportegyesület és a Magyar Autóklub közlekedésbiztonsági bemutatója

**Erő-izom gyakorlatok** – fekvenyomás, szkander, grundbirkózás

**Tenisz verseny** – női és férfi egyéni

**15 órákor Újpest Bulldogs** – amerikai futball barátságos mérkőzés. A mérkőzés szünetében célbadobó és labda elrúgó verseny a közönségnek

**10-16 óráig** Mindkét napon folyamatosan: Mászófal, Darts, Céllövészet – POLGÁRMESTERI HIVATAL, SPORTIRODA

| EGYSZERŰ<br>KÉTHÉREKŰ<br>JÁRMŰ                             | HIDEG<br>ÉVSZAK            | MÉG SOKKAL<br>INKÁBB | ÁLLÓVÍZ                 | CSNÁLTA              | CSEN POLI-<br>TÍKUS VOLT | ELSZAKIT                                   | ELEKTRO-<br>ENCEFA-<br>LOGRAF.<br>RÖV.     | MAGYAR<br>EGYÜTTES<br>VOLT                      |
|------------------------------------------------------------|----------------------------|----------------------|-------------------------|----------------------|--------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| TEMPUS                                                     | 44                         |                      | NAGYON JÓ<br>OSZTÁLYZAT | ANGOL<br>FŐNEMES     | ÉN ... Ó                 | AMPER                                      |                                            |                                                 |
| CICERO<br>MONOTA                                           |                            |                      |                         |                      |                          |                                            |                                            | F                                               |
| BALATON...<br>(TELEPÜLÉS)                                  |                            |                      | HORVÉG<br>TELEPÜLÉS     |                      |                          | HÁZ<br>FONTOS<br>RÉSZE                     |                                            |                                                 |
| VIBÁM                                                      |                            |                      | RÁCZ<br>ZOLTÁN          |                      | NEM KELL<br>TÖBB BELÜLE  |                                            | BASSZUS<br>... DOMINI<br>(AZ ŐN<br>ÉVÉBEN) |                                                 |
| IRÁNYÍTÓ-<br>SZÁMA: 8315                                   |                            | NEM<br>VALÓDI        | VILÁGSSÁG<br>ELLENTEJE  |                      | SPÉSZÉLYES<br>ÉVSZAK     |                                            | AZ EGYIK<br>VERCSOPORT                     |                                                 |
| MARÓ ANYAG                                                 |                            |                      |                         |                      |                          | PARKING                                    | VEZPRÉM<br>M-4 TELEPÜLÉS                   |                                                 |
|                                                            |                            | CSAPADÉK             |                         | TELEP<br>SZELÉI      |                          | ... ÉS PAN<br>(NAGY RE-<br>VETTETŐK)       | UNALMAS-<br>NAN TALALT                     |                                                 |
|                                                            |                            | -BIL.<br>PÁRJA       |                         | JEGYZETEL            |                          |                                            | EUROPA<br>KUPA                             |                                                 |
| VAJDA<br>MŰVSZARA<br>VOLT                                  | KUTYA                      |                      | BÁNTJA                  | ÁLLAT,<br>NEMETÜL    |                          | VÁLTOZPÉRI<br>NÁZTARTÁSI<br>ESZKÖZ<br>VOLT |                                            |                                                 |
|                                                            | RÓMAI 1                    |                      | GYÖNTÖRŐ                |                      |                          | EKKOR<br>VAGY ...                          |                                            |                                                 |
|                                                            |                            |                      | JUTTA<br>VALAMIT        |                      |                          | TOKAJ ...<br>(BOR)                         |                                            |                                                 |
| VÁLASZ<br>ELŐZMÉNYE                                        | MONGOL<br>FÉJEDelmi<br>CÍM | EZT VAGY ...         |                         | FOSZTÓ-<br>KÉPZŐ     |                          |                                            | FORDOGNI<br>KEZDI                          | ELECTRICAL<br>AND MUSICAL<br>INDUSTRIES<br>KFT. |
|                                                            |                            | RIADÓ<br>RÉSZEI      |                         | FAGYLALT,<br>NEMETÜL |                          | AZ Ő<br>IRÁNYÁBA                           |                                            | VIDE<br>TEXTIL<br>NÖVÉNY                        |
| BECÉZETT<br>ÁGVES                                          |                            |                      |                         | KNOCK OUT            |                          |                                            |                                            |                                                 |
| TUDATFUNKTÓL<br>FOGOTTILÉRI<br>LETEZŐ DOL-<br>GOS VÁLTOZÁS |                            |                      | Ő SÜTI A<br>KENYERET    |                      | SZÁZAD,<br>NÖVÉNY        | ROSSZ<br>ELŐJEL                            |                                            |                                                 |
|                                                            |                            |                      | GIGA                    |                      |                          | TORNA                                      |                                            |                                                 |
|                                                            |                            |                      | MÁLOBAN<br>A LABDA      |                      | KÖZTERÜLET               |                                            | FOGHUS                                     |                                                 |

## Keresztrejtvény

A keresztrejtvény beküldendő soraiban ismét egy bölcséletet rejtettünk el. A megfejtéseket kérjük, juttassák el szerkesztőségünkbe 2009. augusztus 10-ig. Levélcímkünk: Újpesti Napló szerkesztősége, 1043 Bp., Tavasz u. 4., Ady Endre Művelődési Központ. A megfejtéseket a szerkesztoseg@ujpestimedia.hu e-mail címen is fogadjuk. A helyes megfejtést beküldő Olvasóink között könyvajándékot és két személy részére belépőt sorsolunk ki a káposztásmegyeri Ice Centerbe. A szerencsés nyertesek: Hollósy Veronika, Magyarné Turopoli Edit, Papp Benjámin és Radnai Károly. A nyeremény átvételéről postán küldünk értesítést.

**FIGYELEM!** A lakossági apróhirdetés felvétele az Újpesti Média Kht. szerkesztőségében történik (Ady Endre Művelődési Központ, Tavasz u. 4., I. emelet).

Információ: 06/20 971-8848

Hirdetésfelvétel: hétfőn: 10-17 óráig, csütörtökön 9-16 óráig, pénteken 9-12 óráig. Az apróhirdetés díja bruttó 1000 Ft/25 szó/megjelenés.

Hirdetését e-mailen is feladhatja: unhirdetes@gmail.com (ebben az esetben kérjük, szíveskedjenek a kért megjelenési dátumokat, nevüket és postacímüket is megírni). A szerkesztőség



ÚJPESTI NAPLÓ

Újpest Önkormányzatának hivatalos lapja

Kiadó: Újpesti Média Nonprofit Kft. • **Ügyvezető igazgató:**

Nemesházi Beatrix • **Főszerkesztő:** Harkai Péter

• **Szerkesztőségvezető:** Bangha Katalin • **Szerkesztő:** Tutor Kata, Pálfi Kata • **Olvasószerkesztő:** Török Mónika

**Fotó:** Horváth Dávid • **Titkárságvezető-hirdetésszervező:**

Szerencsi Csilla • **Szerkesztőség:** Ady Endre Művelődési Központ, 1043 Budapest, Tavasz utca 4., I. em. Telefon: 785-0366, fax: 785-0466, e-mail: szerkesztoseg@ujpestimedia.hu,

**Lapterv, nyomdai előkészítés:** K8 • **Nyomdai előállítás:** Magyar Közlöny Lap- és Könyvkiadó Kft. Lajosmizsei Nyomdája, www.hknyomda.hu • **Terjeszti:** DM Hungary Kft., Tel.: 885-5336  
Megjelenik minden páros hét péntekén 46 000 példányban

HIRDETÉS

**AQUAWORLD + ICECENTER**

**ISKOLASZÜNETBEN:**

**GYEREK SPORT TÁBOROK**

**www.icecenter.hu**

**JÉG ÉS GÖRKORI**

**KÖZÖNSÉGMORCSOLYA**

**minden nap: 13:00-14:50**