



Gyümölcsnapok

Ebben a tanévben heti három alkalommal a diákok iskolájukban is hozzájutnak a vitaminban gazdag magyar gyümölcsökhöz és százszázalékos gyümölcslevekhez.

7. oldal



GYÓGYÍTÓK ELISMERÉSE

Magas állami elismerésekben, elismerő oklevélben részesült a Károlyi-kórház I. számú Mozgásszervi Rehabilitációs Osztálya, valamint dr. Hollósi Antal, a kórház orvos igazgatója Batthyány-Strattmann László-díjat vehetett át.

3. oldal



ELKÉSZÜLT A KÖRFORGALOM

Elkészült a körforgalom a Deák Ferenc utca–Templom utca–Nádor utca–Illek Vince utca ötágú útkecskeződésében, ahol a járművek és a gyalogosok egyaránt biztonságosan közlekedhetnek. A gyalogátkelőhelyek akadálymentesek lettek.

5. oldal



MÁRTON-NAPI FALATOK

A népi hagyományok ápolása okán idén is megemlékeznek a Márton-napról az újpesti piacon. Szombaton 10 órától libafalatokkal – tepertővel, libamájás zsíros kenyérrel –, továbbá hangulatos állatsimogatóval várják a vásárlókat, korhatár nélkül.

15. oldal



A KÉPZELETBELI DOBOGÓN

A bajnokságban az aranyérmes Debrecen, majd a Ferencváros elleni győzelem után az MTK-t is legyőzték az Újpest FC labdarúgói. A Ligakupában a bajnokságban veretlen Videotont verték, a Magyar Kupában a negyeddöntőben folytathatják a lila-fehérek.

13. oldal

1956-ra emlékeztünk

Az 1956-os forradalom és szabadságharc leverésére emlékeztek Vérharmat című műsorukkal az Újpest Színház művészei november 4-én, a nemzeti gyásznapon.

Az Újpest Színház már hosszú évek óta a magyar dráma és történelem elkötelezett híve, ezért szertettek volna művészetükkel emléket állítani '56 hőseinek. A *Krizsik Alfonz* rendezte Vérharmat című, zenés, prózás, verses emlékműsor az 1956-os újpesti eseményeket idézte fel. Az előadáson fellépett *Dóka Andrea*, *Maros Bernadett*, *László Mária*, *Maros Gábor*, *Agárdi László*, *Dózsa László*, *Szinovál Gyula* és *Czvetkó Sándor*. D. V.



Újpesti emlékezők és közéleti személyiségek a Clarisseumban

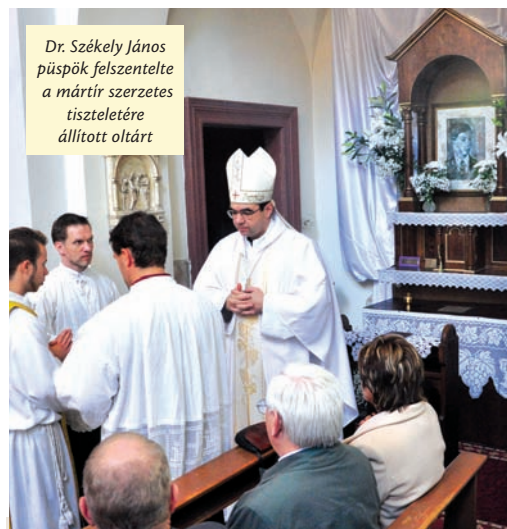
Felszentelték a mártír szerzetes tiszteletére állított oltárt

Mindenszentek napján nagyszámú érdeklődő mellett szentelték fel a Boldog Sándor István születésének századik évfordulója és boldoggá avatásának első évfordulója alkalmából állított oltárt a Clarisseumban.

Az oltárt felszentelő *dr. Székely János* püspök úgy fogalmazott, Sándor István „félelem nélküli tűzzel” volt a fiatalok apostola, aki nem akarta a könnyebb utat választani. Méltatásában kiemelte azt is, hogy a szerzetes jó pásztor volt, aki életét adta az övéiért, hitét pedig

nem tudta és nem akarta véka alá rejteni. Az eseményen részt vett *dr. Molnár Szabolcs* alpolgármester, *Hladony Sándor* és *Ozsváth Kálmán* önkormányzati képviselők, valamint *dr. Hollósi Antal*, a Károlyi Sándor Kórház orvos igazgatója is.

MOA



Dr. Székely János püspök felszentelte a mártír szerzetes tiszteletére állított oltárt

Sándor István szalézi szerzetes száz évvel ezelőtt született, 1936-ban lépett be a szalézi rendbe. Nyomdászként kapott munkát, majd a második világháború lezárásától munkásfiatalok nevelésével foglalkozott a Clarisseumban. Tevékenysége 1952-ben tudódott ki. Noha előkészítették számára a menekülés útját, tudatosan vállalta a vértanúságot. Lőrincz Róbertnek és Kadlecovits Géának *A szaléziak nyomában Újpesten* című, az önkormányzat által megjelentetett kötete az ő munkásságát mutatja be. A vértanú nevét viseli a Sándor István Újpest Gyermekeiért díj, a Szigeti József utcában pedig tavaly októberben neveztek el róla játszótér.

Megemlékezés

A Politikai Foglyok Országos Szövetségének Újpesti Szervezete 2014. november 8-án, szombaton 10 órától tart megemlékezést a Megyeri temető ravatalozójának falán lévő, '56-os mártírok emléktáblájánál.

Régi-új alpolgármesterek A testület rekordere

A választás eredményeként három régi-új alpolgármester segíti a polgármester munkáját. A képviselő-testület a korábbi ciklus alpolgármestereit, *Nagy Istvánt*, *dr. Molnár Szabolcsot* és *Rádi Attilát* választotta alpolgármesterré. Soroztunkban a folytatásról kérdezzük mindhármut.

Nagy István a képviselő-testület rekordere. A rendszerváltást követően, 1990-ben lett először önkormányzati képviselő, és 1992 óta

– **kis megszakítással – alpolgármesterként irányítója a népjóléti területnek.**

– *Miként fogadta az újraválasztást?*

– Választókerületemben és a képviselő-testületben is a bizalom jeleként értékelem, és köszönöm a rám leadott szavazatokat. A népjóléti terület ritkán van előtérben, ezért azt gondolom, hogy a több évtizede tartó önkormányzati munka elismerése az újraválasztásom és polgármester úr jelölése az alpolgármesterségre.

– *Ezúttal öt évre tervezhet ön is. Mit szeretne elérni?*

– Bizakodó vagyok, hiszen a testületben újra többségbe kerültek azok, akik az enyémmel azonos értékrendet képviselnek. Az egészségügy területén európai színvonalú szakrendelés működtetésére van szükség, ahol a megelőzés is kiemelt szerepet

kap. Előrelépést jelentene, ha korszerű járóbeteg-ellátással tudnánk kiváltani a költségesebb és benn fekvéssel járó kórházi kezelést. Terveinkben szerepel, hogy az SZTK épületében egynapos sebészetet hozunk létre. Hiszen az orvostudomány fejlődésének eredményeként ma már például egy sérvműtét másnapjától otthonában lábadozhat a beteg. A szakrendelő felújítását folytatni szeretnénk. Hátravan még az épület orvosi rendelőinek rendbetétele, az ezekben használt eszközök, műszerek pótlása, cseréje. Szeretnénk megoldani az orvoshiányt a szakrendeléseken, ahol ez hosszú várólisták okozója, és elkerülni ezt a háziorvosi praxisokban. A szociális területen a hatékonyság növelése a cél. A segélyezésnél jobb lehetőségnek tartom a közhasznú foglalkoztatást. A közösségi munkavégzés értékteremtő, és hasznos a résztvevőknek is, mert a segély összegénél magasabb munka-

jövedelmet eredményez. Újpesten a Fecskeház-program egyértelműen sikeres volt. Szeretném, ha további lehetőségeket tudnánk nyújtani a fiatal pároknak a közös életkezdéshez, a családalapításhoz, akár bérlakások, akár újabb Fecskeház építésével. B. K.



Az elismerésben részesülők (balról jobbra):
dr. Szendi Ildikó osztályvezető, Mezriczky Anita
gyógytornász, dr. Hollósi Antal orvos igazgató
és Sevelle-Tóth Emőke főnővér

Díjak a Károlyi-kórháznak

Magas állami elismerésekben részesült a Károlyi Sándor Kórház. Az intézmény I. számú Mozgásszervi Rehabilitációs Osztálya elismerő oklevelet vett át, míg *dr. Hollósi Antal*, a kórház orvos igazgatója Batthyány-Strattmann László-díjat kapott.

Október 31-én, pénteken, Batthyány-Strattmann László születésnapján állami kitüntetések adott át *dr. Zombor Gábor* egészségügyért felelős államtitkár az EMMI államtitkárságán. A díjátadón felelősségteljes, példamutató munkájuk elismeréseként díszoklevelet ve-

hettek át a Károlyi Sándor Kórház I. Számú Mozgásszervi Rehabilitációs Osztályának dolgozói.

– A rehabilitáció különleges területe az orvoslásnak, mert itt abszolút csapatomunka folyik. Úgyhogy ez az elismerés az egész osztály együttes munkáját dicséri. A betegek terjesztettek fel minket

a díjra, amely ezáltal még értékesebb. Eddig is lelkesen végeztük a munkánkat, de ez pluszerőt ad – mondta a ceremónia után *dr. Szendi Ildikó*, a kitüntetett osztályt vezető főorvos.

Több évtizeden át végzett kimagasló szakmai munkájának elismeréseként Batthyány-Strattmann László-díjat kapott *dr. Hollósi Antal*, a Károlyi Sándor Kórház orvos igazgatója.

– Ha némileg viccesen közelítem meg a kérdést, akkor azt mondom, a koromnak köszönhetően kaptam a díjat, mert fiatal orvosoknak azért nem szokták adni ezt az elismerést. De talán az a negyvennégy év is nyomott valamit a latban, amelyet eltöltöttem a kórházban, jóban-rosszban a kollégákkal és a betegekkel. Nagy megtiszteltetés a Batthyány-Strattmann-díj – értékelte az elismerést *dr. Hollósi Antal*, akinek orvos igazgatóként természetesen a kórház egyik osztályának kitüntetése is fontos. – Ezek a visszajelzések azt mutatják, hogy a Károlyi-kórház jól működik. Fontos, hogy az aktív ellátás mellett a rehabilitáció is magas színvonalú nálunk. A rehabilitációs osztály viszonylag jól felszerelt volt mindig is, de persze az idő vasfoga itt is megtette a hatását. De a legfontosabb, hogy remek közösség fogadja a betegeket, akik értékelik azt a bánásmódot, törődést, empátiát, amely körülveszi őket. Erre bizonyíték ez a díszoklevél is. Mint igazgató nagyon büszke vagyok az osztályra, az orvosaira, szakdolgozóira. Azt gondolom, a legfontosabb, hogy az ő elismerésük és az én díjam is a Károlyi-kórház hírnevét öregbíti – összegezte *dr. Hollósi Antal*. J. M.

Újpest valamennyi felnőtt- és gyermek-háziorvosi rendelőjében mozgáskorlátozottak számára is alakítottak ki mosdót



Megújul a Kordován téri rendelő is

Hamarosan a Kordován téri felnőtt-háziorvosi rendelő is teljesen megújul. A munkálatok első része már befejeződött, november végére pedig minden tervezett újítás elkészül.

A felújítás első fázisában mozgássérültek számára építettek mosdót, valamint kiszélesítették a belső ajtókat, így megkönnyítve a kerekesszékesek közlekedését. Gépészeti felújítás és burkolatjavítás is történt az épületben, továbbá az eddig felújított rendelőkhöz hasonlóan itt is klimatizálták a váróhelyiséget.

– A legnagyobb szükség a mozgáskorlátozott-mosdóra, illetve a szélesebb ajtókra volt, hiszen mozgássérült betegeink így könnyebben közleked-



Dr. Torma János háziorvos

hetnek az épületben – mondja dr. Torma János háziorvos.

A felújítás második szakaszában kicserélik a nyílászárókat és a bejárati ajtót. A munkálatok várhatóan november 20–21-én folytatódnak, a rendelés ezen a két napon szünetel majd.

D. V.

Átadó-ünnepség a Rózsa utcában

Ünnepélyesen is átadták a Rózsa utca 19–21-es szám alatti felújított társasházat. Az elmúlt hónapokban teljes rehabilitáción átesett két lépcsőház lakói egyhangúlag döntöttek a felújításról, amelyhez önkormányzati támogatást is kaptak.

– A komplex beruházás során hőszigetelés és fűtés-korszerűsítés történt, kicserélték a nyílászárókat, valamint a tető víz- és hőszigetelését is elvégezték – mondja Szabó Gyula, a Rózsa utcai Lakásfenntartó Szövetkezet el-



Wintermantel Zsolt és Szabó Gyula a kivitelezőkkel „tetőtől talpig” végigjárták az épületet

nőke, hozzátéve: a korszerűsítésnek köszönhetően minimum negyvenszázalékos megtakarítás várható.

A hőszigetelés eredménye, hogy még most, ezekben a hűvös napokban sem kellett bekapcsolni a radiátorokat, aminek nagyon örülnek a ház lakói.

– A felújítás és az újraszigetelés beváltotta a hozzá fűzött reményeket. November eleje van, és még egyszer sem kellett bekapcsolnunk a fűtést, olyan kellemes meleg van a lakásban. Ilyen még nem fordult elő, amióta itt lakunk – mondja Ihász Sándor.

Az átadón részt vett Wintermantel Zsolt polgármester is, aki köszöntőjé-

ben elmondta, nagy örömmel jött az átadóünnepségre, hiszen a Rózsa utcában töltötte a gyerekkorát, és ehhez a házhoz is számtalan személyes emlék fűzi.

D. V.

Újpest Önkormányzata pályázat útján támogatja a társasházak felújítását oly módon, hogy a hitel kamatához lakásonként havonta legfeljebb ezeröttszáz forint támogatást ad, valamint a közterület-foglalási díj kilencven százalékat elengedi, amivel milliós megtakarítást érhet el a társasház.



Hajrá Újpest!

Városfejlesztési program

Biztonságosabb a közlekedés

Elkészült a körforgalom a Deák Ferenc utca–Templom utca–Nádor utca–Illek Vince utca ötágú útkereszteződésben.

Az új körforgalom segítségével a járművek és a gyalogosok is biztonságosan közlekedhetnek. A gyalogátkelőhelyeket a járdaszegély süllyesztésével tették akadálymentessé.

– Nagyon örülünk, hogy elkészült a körforgalom – mondja *Bíró Sándorné Judit*, aki a Deák Ferenc utcában lakik, így mindennap használja a körforgalom gyalogátkelőit. – Egyszer elütöttem ebben a kereszteződésben, azóta félve jöttem erre. Megnyugtató, hogy most már biztonságosan közlekedhetek.

Az új körforgalomnak fontos szerepe lesz majd a Görgey út felújítása során. Az építkezés több szakaszában a forgalom elterelése szükséges, és az új körforgalom ezt a feladatot biztonságosabban fogja ellátni, mint a korábbi ötágú, nehezen belátható kereszteződés. D. V.



Görgey út: a felújítás folytatódik

Elkészült a Görgey Artúr út csatornázása, a folytatásban vízvezeték-hálózatot cserélik. Ha az időjárás is megengedi, jövő hét végére befejeződnek a munkálatok az idei évre.

A 2014 februárjában indult felújítást a Fővárosi Önkormányzat megbízásából a Budapesti Közlekedési Központ végzi. A csatorna rekonstrukciója már befejeződött, november közepéig pedig a vízvezeték-hálózat teljes cseréje is megtörténik. A munkálatok a tél elmúltával folytatódnak majd. A Görgey úton teljes szélességében új burkolat épül, az út mellett aszfaltozott parkolók és kerékpársávok lesznek kialakítva. A villamos vadosutú sínpályát kap, és a felsővezeték-hálózat is teljesen megújul. Az utasok biztonságosabb és kényelmesebb közlekedésének érdekében minden megállóban akadálymentes peronok épülnek majd. D. V.

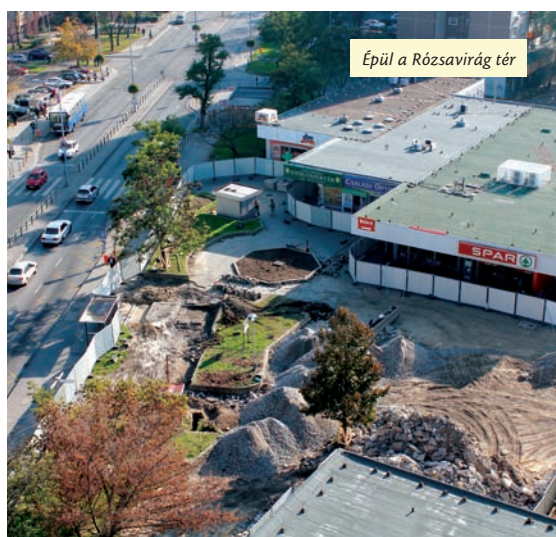
Lassabban az iskolák előtt!

Szolgálatba álltak a fekvőrendőrök a Venetiáner és a Lőrincz utcában. A két forgalomlassító küszöböt ezért telepítették az utcákban lévő oktatási intézmények közelébe, hogy a gyerekek biztonsága érdekében az autósok lassabban hajtsanak el az iskolák előtt.

A Pécsi sulis és az EGYMI előtt elkészült fekvőrendőrök lassítják a szűk utcák autós forgalmát így a gyerekek nagyobb biztonságban érkehetnek meg az iskolába. A városvezetés folyamatosan vizsgálja az iskolák és óvodák előtti forgalmat és indokolt esetben forgalomcsillapító küszöböket, illetve gyermekek jelenlétét jelző táblákat helyez az intézmények elé – mondta el *Rádi Attila* alpolgármester, a körzet önkormányzati képviselője.



Rádi Attila



Színes hangulat

Jó ütemben halad a Rózsa és a Virág utca, valamint a Nyár utcai sétány találkozásánál lévő terület megújítása. A főbb munkálatok december végéig befejeződnek, a felújított téren egy új városrész-központ alakulhat majd ki.

A felújítást követően elegáns ligetes tér várja majd az újpestieket, ahol egy napsütéses napon az egész család kikapcsolódhat. A fák ár-

nyékában pihenőpadokon olvashatják a szülők kedvenc regényüket, vagy éppen a sporthíreket, miközben a gyerekek az új ping-pong asztaloknál játszanak. A parkon átvezető színes sétány pedig vidám hangulatot varázsol az erre sétálók számára.

– Sok kisgyermekes család lakik a környező házakban és természetesen, ha tehetjük, a szabadban vagyunk – meséli egy anyuka, aki családjával a Virág utcában lakik. – Nagyon örülünk, hogy megújul a tér és a környezete, így még jobban várjuk a tavaszi délutánokat.

A következő években a Nyár utca mentén folytatódik a megújulás, egészen a Pozsonyi útig – mondta el *Jókay Attila* önkormányzati képviselő. U. N.



Halászcserda Újpest szívében

Egyszer volt, hol nem volt... akár így is kezdhethetnénk az Öreg Halász étterem történetét, oly régre nyúlunk vissza.

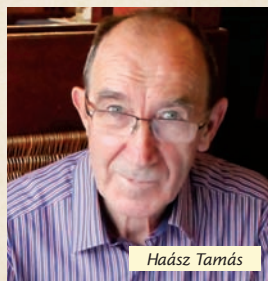
– Kevesen tudják, de az 1900-as évek elején az újpestiek kedvenc helye egy, a Duna-parton lévő halászcserda volt, amely utánozhatatlan halászlévelről és minden gondot feledtető mulatságairól volt híres – meséli a történetet *Haász Tamás*, aki már több mint húsz éve vezeti az éttermet. – A második világháborút követően a csárdát lebontották, hamar kiderült azonban, hogy hiányát pótolni kell. 1960-ban az Újpest-Rákospalota Vendéglátó Vállalat bérelte ki az Árpád út 20. szám alatt található helyisé-



get, ahol még abban az évben megnyitott az Öreg Halász étterem.

Az Öreg Halász első vezetője a leghíresebb újpesti vendéglátós, *Czéklí Gyula* volt. Mulatságok, lakodalmak és a halételek széles palettájának köszönhetően gyorsan terjedt az étterem jó híre. Ha az újpestiek egy igazán jó lakomára vágnak, több mint ötven éve az Árpád út 20. szám

alá vezet az útjuk. Az elmúlt évtizedekben a vendégek igényeihez igazodva sokat változott az étlap. Ma már a tradicionális magyar ételek mellett a nemzetközi konyha ízei is helyet kapnak. A klasszikus hal- és húskételek a manapság kedvelt rostosultakkal és könnyed



Haász Tamás

salátákkal egészültek ki, de a legnagyobb sláger még mindig a hamisítatlan újpesti halászlé.

– Minden ételünkhöz, de különösen a halételekhez izletes borokat kínálunk, hiszen ismerik a mondást: a hal úszni akar – mondja mosolyogva *Haász Tamás*. – Az étterem borkínálata rendkívül szé-

les. Hat borvidék legízletesebb nedűi sorakoznak a hűtőben és a polcokon. Az állandó kínálatunk mellett a jeles napokhoz vagy a különleges alkalomokhoz illeszkedő egyedi ételsorokkal, programokkal várjuk a hozzánk betérőket. Szent Márton napjához és az újbor ünnepéhez kapcsolódva többféle izletes libakülönlegesség kerül az étlapra, és az ilyenkor legkedveltebb étel, a libasült párolt káposztával.

D. V.

ÖREG HALÁSZ ÉTTEREM, IV., Árpád út 20–22.
Telefon: 061/231-0800

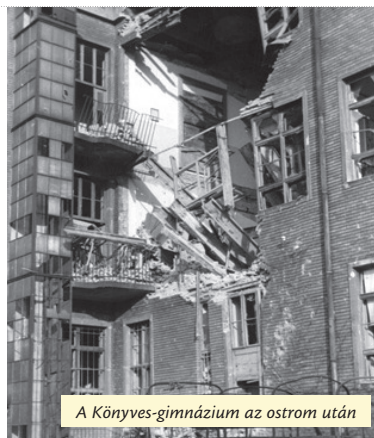
Tízsvillamos – különjárat Kokárdák októberben

Dehogyan gondoltam én akkor, tizenegy évesen Újpesten, hogy ez az ötvenhat lesz az az ötvenhat. Mert tizenegy évesen csak élveztem, hogy nem kell iskolába menni, és vártam, hogy a Dózsát visszakereszteljék Újpestre, ha már egyszer a Kinizsit is Ferencvárosnak hívják megint.

Jaj, dehogyan gondoltam volna, hogy keresztanyám udvarlóját, majdani „keresztapámat”, a „Hosszú” Lácit – nagymama keresztelte el így – a verőfényes Árpád útról a kokárdaosztáshoz képest a korszak legsötétebb börtöneibe juttatja a sorsa. Merthogy tagja volt Újpest Forradalmi Bizottságának, majd állítólag Mindszenty Jó-

zsef rejtékhelyét is őrizte különítményével Pásztón. Aztán 1958 áprilisában a bíróság első fokon – harmincháromból tizenhetedrendű vádlottként – tizenkét évet kér, másodfokon tíz évet kap, és abból az amnesztíáig hat évet tölt le. S hogy amikor kiszabadul, örök nyomot hagyó forradások lesznek a lábszárán, és teljes fogsort kell csináltatni neki. De nem panaszkodik, nem mesél, csak gyűlöl. Mindhalálig. És várja, hogy „megváltozzon a rendszer”, hogy kimenjenek az oroszok. Hiába várta. Nem élte meg. A családi sírt, amelybe temették, már nem találom.

Akkor ott, azon a napsütötte délelőttön az Állami Áruház előtt szép volt a jelenet: családok jöttek-mentek, és a derűs, a szó szerint felszabadult kavalkád közepén ott volt a „Hosszú”! Egyik lábával a járdát támasztva ült versenybiciklijén a Kervill magasságában, és hatalmas gombolyag nemzetiszínű szalagból kokár-



A Kőnyves-gimnázium az ostrom után

dának való darabokat vágott mindenkinek, aki arra járt.

Pedig talán már azon a délelőttön is arról suttogtak az emberek, hogy a Megyeri Csárdánál nemzetőrök ásták be magukat, feltartóztatni az oroszok várható támadását. A következő napokra kiürültek az utcák, mindenki visszahúzódott házába, lakásába, az emberek közé beköltözött a rettegés. Nem tudták, kitől kell félni, a bevonuló oroszoktól, vagy azoktól, akik-

nek talán jobb lett volna, ha nem jut fegyver a kezükbe.

Mint V. Iminek. Nehezen kezelhető gyerek volt, örökbe fogadó szüleinek legnagyobb bánatára. Amikor kamaszodni kezdett, többször kereste a rendőrség. Úgy hírlett, elsőik között jutott fegyverhez, és ott volt a kilenckek között, akik befészkeltek magukat a Könyves Kálmán Gimnáziumba, illő fogadtatásban részesíteni a „rusz-kikat”. A tankok szét is lőtték az épület egyik szárnyát, de a fiúk szerencsésen elmenekültek a pincéken át. Így beszéltek.

Imi disszidált, majd a Francia Idegenlégióból jöttek róla hírek. Kibírta, túlélte. Szolgálati ideje lejártával Párizsban két vagy három év múlva meghalt. Hogyan, miben, milyen körülmények között, kideríthetetlen maradt. Elhunyt. Így szólt az értesítés. Többet nem tudtak meg a szülei sem. Csak nemsokára utánahaltak.

RÉTI JÁNOS



Gyümölcsnap
az Újpesti Szűcs
Sándor Általános
Iskolában

„Gyümölcsöző” program

Egy jóleső ebédet egy kiadós alvás vagy éppen egy nagy tábla csoki koronázhat meg. Az idősebb korosztálynak még csak-csak, de a fiatalabbaknak egyre kevésbé jut eszébe, hogy elropogtasson egy almát, vagy szőlőt szemezgesse. Ezt az arányt hivatott megváltoztatni a 2012-ben útjára indított Nemzeti Iskolagyümölcs-program, amely Újpestre is eljutott.

Az idei tanévben már minden újpesti általános iskolás részesül a Nemzeti Iskolagyümölcs-programból, amelynek célja, hogy a helyes étkezési szokások kialakítására ösztönözze a fiatalokat.

– A program során heti három alkalommal a diákok iskolájukban is hozzájutnak a vitaminban gazdag magyar gyümölcsökhöz. Az évszakok gyümölcssei mellett százszázalékos gyümölcslevek és az egyre népszerűbb szárított gyümölcsök is érkeznek a gyerekekhez – mondja Házlinger György, a Klebelsberg Intézményfenntartó Központ Budapest IV. Tankerületének igazgatója.

A programmal kapcsolatban egyértelműen jók a visszajelzések. A szülők nagyon örülnek, hogy az iskolában is az egészséges táplálkozást hangsúlyozzák, a gyerekek pedig várják az úgynevezett gyümölcsnapokat.

– Nekem a szilva a kedvenc gyümölcsöm, mert finom édes, és a szőlőlevet is nagyon szeretem – meséli a másodikos Balázs az Újpesti Szűcs Sándor Általános Iskolából, akit anyukája szerint otthon nagyon nehéz rávenni a gyümölcsfogyasztásra, az iskolában azonban mindig szívesen megeszi. D. V.

A hónap gyümölcse, a szilva

A szilva nagyon sokféleképpen kerül az asztalra. Kellemes íze, illata miatt kedvelt őszi gyümölcs. Laktató, rostós, egészséges, finom, édes desszert. Készíthetünk belőle levest, mártást, kompótot vagy a sztárételt, a szilvás gombócot. A gyümölcsös sütemények kedvenc anyaga, mint a pite, bukta, kevert lepény, gyümölcstorta vagy a palacsinta tölteléke. A lekvárbefőzésből sem maradhat ki.

Tápanyagtartalma koncentrációdik az aszalt szilvában.

AZ ASZALT SZILVA

Sokan úgy vélik, az erdei gyümölcsöknek a legnagyobb a szabadgyök-semlegesítő hatásuk, azonban a legfrissebb kutatásokból kiderült, hogy az aszalt szilvának jóval nagyobb az antioxidáns-tartalma. Ezért immunrendszerünk erősítésének érdekében a téli és a tavaszi időszakban különösen ajánlott aszalt szilvát fogyasztani.

Egyetlen aszalt szilva több ásványi anyagot és vitamint tartalmaz, mint például egy maréknyi áfonya, amely szintén gazdag antioxidánsokban. Vas-, kalcium-, szelén, A-, B- és C-vitamin-tartalmának köszönhetően óvja a sejteket, védelmet nyújt a daganatos, a szív- és érrendszeri megbetegedések ellen, és az idegrendszert is erősíti. A

változó korba lépő nőknek is ajánlott, mivel segít visszafordítani a menopauza miatt kialakult csonttritkulás folyamatát.

Az aszalt szilva könnyen beszerezhető. Szakértők szerint az egészség védelmének és az immunrendszer erősítésének érdekében naponta három szem aszalt szilvát fogyasszunk.

Jóhatása még: hashajtó, vizelethajtó, szabályozza az emésztést, ugyanakkor rostban is rendkívül gazdag.

A cukorbetegeknek nem ajánlott, mivel magas a cukortartalma. Energiaszegény étrendben csak mérsékelt mennyiségben alkalmazható, mert száz gramm aszalt szilva háromszáz kalóriát tartalmaz.

LETTNER ANNAMÁRIA dietetikus



Utcáról utcára

A Szent István tér vonzásában

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

– A Szent István térről mindenki tudja, hol található, és azt is, kinek állít emléket – mondja *Balogh Angéla*, az Újpesti Piac- és Vásárcsarnok nyugalmazott vezetője, aki szinte csak a sorozat „kedvéért” teszi hozzá: természetesen a keresztséget felvevő első királyunk a névadó. – Ám a területet 1882-ben még Templom térnek hívták, ebből lett István, majd Szent István tér. Az ötvenes években pedig István tér lett a hivatalos elnevezése, a szent jelzőt hosszú időre leoptatta a politikai rendszer. Teljes nevét a rendszerváltozás után kapta vissza.

A tér mindig is központi helyet foglalt el a település életében. A két felekezet templomában a lelki élet, a hivatali ügyintézés és a piaci bevásárlás jól megfér együtt, s a térnek a mai napig is ez a jellemzője – tudtuk meg *Balogh Angélától*. – Újpest központi tere azonban államalapító királyunk mellett a grófi Károlyi családhoz is ezer szállal kötődik – meséli. – A városalapító gróf fia, Sándor a városháza felépítésére adta át a területet a nagyközségnek 1895-ben. A téren a család szolgálatában állók lakásai épültek fel.

Ehhez már csak azt tudnám hozzátenni, a tér arról is híres, hogy születésem óta itt lakom – csillantja meg humorát Angéla asszony, így vizsgálódunk közel száz év családi krónikájában. – A Szent István tér 20. számú házban, ahol élek, először a nagyszüleim laktak. Ezen a helyen a kezdetekben három család lakott, két kocsis és egy

karbantartó, akik a fogatok, hintók állapotáért feleltek, de a szomszédos 18. és 22. számú házak lakói is jó ismerősök voltak. Nagyszüleim 1920-ban, az Andrássy út közeléből költöztek ide, nagymamát a Megyeri csárda gazdasszonyának csábították, mert nagyapám révén, aki ott zongorázott, jól ismerték. Innen számítjuk a család újpesti múltját – és hozzátehetjük, hogy innen számítjuk a szívesen gazdálkodó, remekül főző és a templomi kórusban is éneklő Angéla muzikáltságának, „gazdasszonyságának” messzire visszavezethető gyökereit is, aki így folytatja: – Jómagam abban a szerencsés helyzetben voltam, illetve vagyok, hogy a munkába járáshoz pár lépést kell megtennem, és a piactól a mai napig nem szakadtam el. Amikor az unokámat a főplébánián kereszteltük, Horváth atyával meg is állapítottuk, hogy a negyedik generáció él itt a Szent István tér vonzásában. Újpest a családomnak és nekem is a világ közepe.

B. K.

Idézzük az Újpesti utcanévlexikont: Szent István tér (1991, korábban István tér, 1953, Szent István tér, 1928, István tér 1908, Templom tér 1882 előtt) Liszt Ferenc utca 20., a Templom utca 1. és István út 12–16. között. Szent István (I. István király, 975?–1038) Géza fejedelem fia, az első magyar király (1000–1038) volt. 1083-ban szentté avatták.

Hitélet és a hétköznapi egysége

Nemrégiben három új plébános kezdte meg szolgálatát Újpesten. *Kosinsky Béla* személyében a Káposztásmegyeri Szentháromság-plébánia élére került új plébános.



– 1970-ben születtem, négyen vagyunk testvérek. Közülünk egyedül én léptem papi pályára. A teológiát Svájcban végeztem el, 2008-ban szenteltek fel – ismerteti életútját röviden *Kosinsky Béla*. Hozzáteszi: korábban a budavári plébánián, később pedig Ferencvárosban szolgált, mielőtt Káposztásmegyerre került. – Elődöm, *dr. Tomka Ferenc* nemrégiben ment nyugdíjba. Egy, a budapesti átlaghoz képest mindenképp

népes hitközség vezetését vettem át a városrész eme templomában. Sőt, nem csak környékbeliek járnak a gyülekezetünkbe – emeli ki. – Az oktatók és a hittanosok száma jól mutatja, hogy a hitoktatásnak kiemelkedő jelentősége van. Teendőim mellett jelenleg a közösséggel ismerkedem, ha pedig Káposztásmegyer II-n is létesülne hitközség, a hívek felkutatása szintén az én feladatom lesz – teszi hozzá az új plébános.

Papi hitvallását saját eddigi életén keresztül fogalmazza meg: szeretné, ha a hétköznapi élet és a hitélet nem válna élesen külön, hanem összekapcsolódna, és hívőkként élnénk mindennapjainkat.

Kép és szöveg: M. Orbán A.

ÚJPESTI NAPLÓ

Kiadó: Újpesti Sajtó Szolgáltató Nonprofit Kft. • **Ügyvezető igazgató:** Galbavi Monika • **Főszerkesztő:** Tallér Edina • **Szerkesztő:** Bangha Katalin • **Munkatársak:** Domján Vivien, Gergely Gábor, Juhász Mátyás, M. Orbán András, Profusz József • **Fotó:** Magyar Attila, Svajer Barbara, Várai Mihály • **Irodavezető:** Csekőné Czeglédi Csilla • **Szerkesztőség:** Újpesti Kulturális Központ Ady Endre Művelődési Ház 1043 Bp., Tavasz utca 4., I. em. Titkárság: 785-0366. Újpesti Napló: 785-0566. ÚKTV: 784-3955, e-mail: szerkesztoseg@ujpestimedia.hu • **Lapterv, nyomdai előkészítés:** K8 • **Nyomdai előállítás:** e-Print Magyarország Nyomdaipari Zrt. • **Terjeszti:** Feibra Kft., Tel.: 06-1-340-9921, E-mail: feibra@feibra.hu • **Print ISSN:** 2061-7283 • **Online ISSN:** 2061-7291 • *Megjelenik minden héten 43 500 példányban.* • Vállalkozói és méretes hirdetések feladása: hirdetes@ujpestimedia.hu • Kéziratokat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza. Közlés esetén fenntartjuk a szerkesztés jogát! • A megjelent meghívók és hirdetések tartalmáért felelősséget nem vállalunk. • **Részletes információk, hírek, tudnivalók:** www.ujpest.hu • **Csatlakozzon hozzánk!** www.facebook.com/ujpest.kaposztasmegyer



Dr. Hollósi Antallal beszélgettünk

Influenza, az őszi betegsége

„Semmi komoly, csak egy kis megfázás” a leggyakoribb válaszuk, amikor megkérjük tőlünk: beteg vagy? Csak legyintünk, magunkhoz veszünk egy csomag papír zsebkendőt, majd napi teendőink elintézésére indulunk. Ha az a „kis megfázás” ágyak dönt, veszünk a kabátot, sálát, sapkát – amikor már késő –, és orvoshoz fordulunk. Antibiotikum, orrcsepp és köptető társaságában sétálunk haza, hiszen, mint kiderült, influenzások vagyunk. Nemcsak mi, hanem mindazok, akikkel a „magától elmúlik” szlogenrel illetett napjainkban találkoztunk.

– Az őszi-téli átmenet leggyakoribb betegsége az influenza – hívja fel a figyelmet Hollósi doktor úr. – A legyengült immunrendszerűek, a vitaminhiányosok, az idősek és a gyerekek könnyebben kaphatják el. Amíg



a meghűléses, felső légúti megbetegedések nem, addig az influenza minden esetben szakellátást igényel. Ez azért nagyon fontos, mert a súlyos lefolyású influenza rendkívül veszélyes következményekkel járhat. A vese vagy akár az agyhártya gyulladása is szövődmény lehet.

Az 1918–19-ben világjárványként pusztító spanyolnáthába közel ötven-

millió ember halt bele, száz év elteltével azonban már védőoltásokkal megelőzhető az influenzajárvány kitörése.

– Az elmúlt évek kutatásainak eredménye, hogy ma már létezik az influenza elleni védőoltás. Az oltóanyagot folyamatosan ellenőrzik, és időről időre módosítják. Beadatását mindenkinek, főleg a már említett csoportoknak, a gyerekeknek, az időseknek, a legyengült immunrendszerűeknek nagyon ajánlom – hangsúlyozza dr. Hollósi Antal. – Természetesen ebben az esetben is a legfontosabb a megelőzés. Vitaminok, szezonális zöldségek, gyümölcsök fogyasztásával és rendszeres testmozgással erősíthetjük immunrendszerünket, így hatásosabban védekezve nem csupán az influenza, hanem más betegségekkel szemben is. D.V.

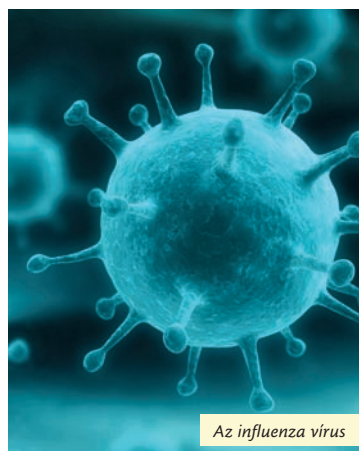
Az influenza elleni védőoltással kapcsolatban számos riogató hírt olvashatunk, ezek azonban senkit ne tévesszenek meg. Dr. Hollósi Antal, a Károlyi Sándor Kórház orvos igazgatója egyértelműen a védőoltás pozitív hatását hangsúlyozza.



- krónikus légzőszervi betegségben szenvedők, asztmás betegek;
- súlyos elhízás vagy neuromuskuláris betegség miatt korlátozott légzési funkciójú betegek;
- szív-, érrendszeri betegségben szenvedők (kivéve a kezelt magasvérnyomás-betegséget);
- veseszűletett vagy betegség/kezelés révén szerzett immunhiányos állapotban szenvedő betegek (beleértve a HIV-pozitív személyeket, a daganatos betegségben szenvedőket is);
- krónikus máj- és vesebetegek;
- anyagcsere-betegségben szenvedők, például diabéteszesek;
- várandós nők;
- azok a nők, akik a gyermekvállalást az influenza szezonális időszakára tervezik;
- ápolást, gondozást nyújtó, rehabilitációs, átmeneti elhelyezést nyújtó intézményekben, lakóotthonokban vagy egészségügyi intézményekben huzamosabb ideig ápolott személyek;
- tartós szalicilátkezelésben részesülő gyermekek és serdülők (a Reye-szindróma veszélye miatt);
- 65 éven felüliek, egészségi állapotuktól függetlenül.

A fenti kockázati csoportokat a fertőzés átvitele révén veszélyeztető személyek:

- egészségügyi dolgozók, különös tekintettel a transzplantációs, az onkológiai, a hematológiai, a dializáló, a szülészeti-nőgyógyászati, a felnőttek és a gyermekek számára intenzív ellátást nyújtó, valamint a krónikus belgyógyászati osztályokon a betegekkel közvetlen kapcsolatba kerülő személyekre, továbbá a terhes nők és az újszülöttek, csecsemők gondozását végző egészségügyi dolgozókra (beleértve a védőnőket is);
 - szociális intézmények dolgozói.
- (Forrás: OEK, www.antsz.hu)



Az influenza vírus

Ki jogosult influenza elleni térítésmentes védőoltásra?

Az Országos Egészségügyi Központ tájékoztatása szerint a 2014–2015. évi influenzaszézonra való felkészülés során az influenza elleni, térítésmentesen végezhető védőoltásra jogosultak köre az alábbi:

- hat hónaposnál idősebb, súlyos betegség kockázatának kitett

Egészségdélután Újpesten

Ingyenes előadás-sorozat fiatalok és idősebbek részére az Újpesti Szakorvosi Rendelőintézet szervezésében, aktuális témák neves szakemberek előadásában.

A november havi előadás témája: amit a lisztérzékenységről, tudni érdemes; ezen belül: az Újpesti Lisztérzékenyek Klubjának eredményei.

Előadók: Koltai Tünde, a Lisztérzékenyek Érdekképviselőe Országos Egyesületének elnöke; Székelyhidi Jutka, az Újpesti Lisztérzékenyek Klubjának vezetője, védőnő.

Helyszín: 1042 Budapest, Árpád út 66. (Polgár Centrum)
Időpont: 2014. november 7., péntek, 15.30

A teremben az ülőhelyek korlátozott számban állnak rendelkezésre, amelyeket érkezési sorrendben lehet elfoglalni. Minden érdeklődőt szeretettel várunk!

www.ujpestiszakrendelo.hu

Premier után díszelőadás

A produkció az első pillanattól kezdve leköti a néző figyelmét. A hangulat, a díszlet, az izgalmak, no és persze a kifogástalan alakítás.

Ennek lehetett részese, aki ellátogatott az Újpest Színház legújabb bemutatójára, a Gázláng című színdarabra. A hatalmas sikerre való tekintettel a premiert díszelőadás követi, amelyet november 7-én, pénteken 19 órától láthat a közönség. Az előadás bérlettel nem látogatható. Jegyek még kaphatók a www.ujk.jegy.hu oldalon, illetve a helyszínen.



A közönség vastapsa Dózsa Lászlónak, Őri-Pál Adriennek, Dózsa Zoltánnak, Gregor Bernadettnek és Agárdi Lászlónak szolt

Viccesen bonyolult szerelmi szálak

Jacqueline és Bernard Párizs melletti lakásukban egy kellemes hétvége eltöltésére készülődnek. Mindenki pontosan megtervez mindent. Jacqueline rendbe teszi a házat, felkészül a hétvégi vacsorára, és nagy izgalommal várja Robertet, a szeretőjét.

Bernard, Jacqueline férje szintén mesterkedik valamiben, és tervét izgatottan meséli el barátjának, Robertnek. Szeretőjét, Brigitte-et úgy állítja be a feleségének, mintha Robert partnere lenne. Szerepcserék, félreértések, a nagy francia vígjátékírókhoz (Molière, Feydeau) hűen Camoletti zseniálisan keveri a szálakat. Ebből egy igazi vérbő, fergeteges komédia alakul ki.

November 22-én 19 órától az Ady Endre Művelődési Házban Camoletti Hatan pizsamában című komédiáját *Kancsár József* rendezésében Ivancsics Ilona és Színésztársainak együttese vízi színpadra.

Újpest Kártya-tulajdonosok 10 százalék kedvezménnyel válthatnak jegyet, illetve bérletet. D.



Rendhagyó borest a Bisztróban



Sike Tamás, az egyik leghíresebb egri borász zamatos borait és bükki sajtkülönlegességeket kóstolhattott, aki október 30-án ellátogatott a Központ Bisztró rendhagyó borestjére.

Különleges eseménynek adott otthont a Központ Bisztró. Az étterem borestet rendezett vendégei számára.

– Ez az este abban tér el a hagyományostól, hogy a borász nem az egész vendégsereghez beszél egyszerre, hanem külön-külön odaül az asztaltársaságokhoz,

és egy kötetlen beszélgetés során mutatja be a borait – mondja *Galajda Péter*, a Központ Bisztró vezetője.

Sauvignon blanc, 2009-es és 2011-es évjáratú olaszrizling superior, rosé, pinot noir, merlot és bikavér került a már önmagukban is csábító, hatalmas talpas poharakba.

– Nincs olyan gyermeke az embernek, amelyiket ne szeretné, tehát minden boromat nagyon szeretem – mondja mosolyogva Sike Tamás (*képünkön*). – Azonban ha borozunk a barátainkkal, akkor mindenképpen fehérbort iszom. Számomra az egerszóláti olaszrizling felülmúlhatatlan.

D. V.



A bor és a sajt évek óta legendás párost alkotnak



Egy szabad ember rajzai

Szürreális figurák, furcsa, groteszk humor, nők és erotika. Ezek a legfőbb jellemzői egy méltatlanul elfeledett grafikusművész képeinek. *Karakas András* emlékkiállítása az Újpest Galériában.

„Vérével rajzolt, szívével látott. Mindenhova be akart hatolni, mert azt hitte, nem fogadják. Aki szerette, azt ellökte. Csak a fájdalom és a harag volt neki hiteles. Hogy micsoda művész volt, micsoda mester, nem merete elhinni” – olvasta fel *Földes László, Hobo* a kiállítás megnyitón azt a szöveget, amelyet még 2008-ban, Karakas temetésére írt barátjáról.

– Karakast akadályozta és segítette is a tehetsége. Tipikus zseni volt, egy szabad ember, akinek egy bizonyos devianciával párosuló életfelfogása megnehezítette az érvényesülését. Ez is az oka annak, hogy ugyan fantasztikus az életműve, de még a hozzáértők közül is kevesen ismerik. Ez teszi nagyon jelentőssé ezt a kiállítást – mondta Feledy Balázs művészeti író, a kiállítás megnyitója, Karakas barátja.

A Karika becenevű művész az Újpesti Könyves Kálmán Gimnáziumban tanult. Az emlékkiállítás nem jöhetett volna létre az egykori osztálytársak segítségével. *Nyerges Katalin*, az egyik osztálytárs és barát, az emlékkiállítás főszervezője meséli, hogy elképesztően nehéz volt összeszedni a szerte az országban szétszóródott képeket, így két éves munka előzte meg a kiállítást.

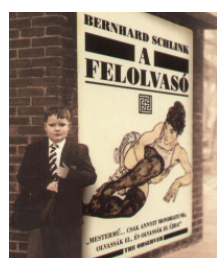
Karakas András imádta a zenét, a Beatlest, a Rolling Stonest. A kiállított művek között van a Lennonról készített portréja és a Kis vörös kakas című képe is, amelyet a Stones által világhírűvé tett blues ihletett. Képeiből árad a nyílt szexualitás, egyfajta sajátos pornográfia vagy, ahogy ő is nevezte, pszeudopornográfia. Karakas illusztrálta Faludy György legendás erotikus versfordításait.

– Elképesztően fogalmaz a rajzzal. Úgy tud abbahagyni egy vonalat, hogy miközben az elhal, mégis folytatódik. Fantasztikus rajzművésznek tartom, akinek a jelentőségét még nem ismertük fel, de talán ez a kiállítás segít abban, hogy ez megtörténjen – sommázza Feledy Balázs Karakas András és a kiállítás jelentőségét.

A látogatás november 15-ig látható az Újpest Galériában.

J.M.

A felolvasó a Király-könyvtárban



Egy rendhagyó magyar óra keretében Bernhard Schlink *A felolvasó* című világhírű könyve, valamint a film kapcsán a holokausztról beszélget Réz András íróval, filmesztétával Lévai Balázs műsorvezető.

Helyszín: Fővárosi Szabó Ervin Könyvtár
(1042 Bp. Király u. 5.)

Időpont: 2014. november 14., péntek, 17 óra

Diákok írták

Ezzel a címmel indítunk útjára rovatot az Újpesti Napló hasábjain, amelyben hétről hétre városunk diák írói mutatják meg tehetségüket, és osztják meg élményeiket olvasóinkkal. Először a Benkő István Református Általános Iskola és Gimnázium növendékeinek beszámolója következik.

A Benkő István Református Általános Iskola és Gimnázium hetedik évfolyamából 21 fővel a Határtalanul! pályázat keretében, a kilencedikes diákok közül pedig 22 fővel a Benkő István Lelkipásztor Emlékére Alapítvány finanszírozásával vettek részt a gyerekek egy erdélyi tanulmányi kiránduláson.

A magyarság és a reformáció Erdélyben

Kis úti jegyzet a Benkő István Református Általános Iskola és Gimnázium őszi tanulmányi kirándulásáról. Első rész.



2014. szeptember 10.

Hajnaltól, amikor még a nap is szundikált, és a kakas sem kukorékolt, elindultunk Erdélybe. Várakozásokkal és izgalommal telve érkezünk meg Nagyváradra, ahol elsőként meglátogattuk a város híres felsőoktatási intézményét, a Partiumi Keresztény Egyetemet. Bejárva az épületet, megtudtuk, hogy a református egyház által fenntartott első magyar nyelvű egyetem korábban Sulyok István Református Főiskolaként működött. Az itt tanuló diákok

az Arany János Kollégiumban laknak. A sétálóutcában az egykori élénk nagyváradi irodalmi élethez kötődő szobrokat-emléktáblákat néztük végig, és megemlékeztünk nagy magyar költőkről, Ady Endréről és társairól, Juhász Gyuláról, Dutka Ákosról, Emőd Tamásról.

Következő úti célunk Kolozsvár volt, ahol először a Fő téren álló, híres Szent Mihály-templomba mentünk be. A templom megtekintése után elzarándokoltunk Mátyás királyunk szobrához (a Kolozsvári testvérek nevezetes alkotásához), valamint az uralkodó szülőházához, amelyről megtudtuk, hogy Kolozsvár legrégebbi emeletes háza.

Majd ismét egyetemlátogatáson vettünk részt, Kolozsvár híres Babe – Bolyai Tudományegyetemét ismerhettük meg. Mint megtudtuk, itt tanult Mészáros Várhelyi Kati néni, kémiantanárunk is; ebben az intézményben egyébként pontosan húsz éve folyik magyar nyelvű oktatás is. Fantasztikus élmény volt az egyetem épületében nézelődni, híres emberek tablóképeit nézegetni.

Kolozsvár híres történelmi sírkertjébe, a Házsongárdi temetőbe ugyancsak ellátogattunk. Ezt a gyönyörű fekvésű erdélyi nemzeti panteont az évszázadok során nagyon sokan keresték fel; itt járni-kelni felér egy rendhagyó irodalom- és történelemórával. Sok tudós, reformátor és művész sír-emlékét kerestük meg. (A mi csapatunk Szenczi Molnár Albert református lelkész, teológiai író, zsoltárfordító, nyelvész sírjának helyét derítette fel.)

Fáradtan érkezünk este Torockóra, ahol a Székelykövel szemben volt a szállásunk, nagyon vendégszerető családoknál.

Ne dőljenek be nekik!

Az utóbbi időben megsaporodtak azon trükkös lopások, amelyekkel időseket károsítanak meg a tolvajok. Köz-műszolgáltatónak adják ki magukat, vagy unokaként bemutatkozva csalnak ki pénzt, de olyan is előfordul, hogy álrendőrként jutnak be a lakásba.

Dr. Terdik Tamás alezredes, Újpest rendőrkapitánya felhívta a figyelmet, hogy a trükkös tolvajok még mindig előszeretettel hivatkoznak vízcsőtörésre, szivárgásra vagy beázásra. Miután bejutottak a lakásba, a sértett figyelmét elterelve elviszik az értékeiket. A rendőrkapitány nyomatékosan felhívja a figyelmet, a valódi szerelők formaruhát viselnek, de



ami még fontosabb: mielőtt beengednék őket, hívják fel a szolgáltatót vagy a rendőrséget! A valódi szakemberek ugyanis megvárják az azonosítást.

Gyakori az a csalási forma is, amikor először a nyugdíjfolyósítóra vagy alapítványra hivatkozva telefonálnak ismeretlenek azzal, hogy a sértett pénzt nyert. Másnap a rendőrségre hivatkozva telefonálnak, hogy a hívott fél csalás áldozata lett, és civil ruhás rendőrök keresnék fel otthonában. Az álnyomozók valóban megjelennek, és rendszerint egy bankjegyet kezdenek el fényképezni, majd a lakásban tartózkodónak a figyelmét elterelve megfosztják értékeitől.

A kiérkező (és esetleg hamis igazolványt felmutató!) rendőrök kilétét akár a 112-es segélyhívót, akár az illetékes kapitányságot tárcsázva mindenki ellenőrizheti. A valódi egyenruhás ugyanis megvárja a mindössze néhány perc alatt lezajló azonosítást, míg aki ártó szándékkal jött, az továbbáll.

Bevett módszer az is, hogy telefonon csalnak ki pénzt idősektől. A csalók ilyenkor bajba jutott unokának adják ki magukat, és balesetre vagy más szorult helyzetre hivatkozva kérnek pénzt.

– Ilyenkor kérdezzenek vissza akár az unoka, akár az anyuka nevére, adataira! A pénzt ne helyezzék ki sehova, és kizárólag az unokának, legfeljebb más rokonnak adják át, semmiképpen ne idegennek – figyelmeztet dr. Terdik Tamás.

Egy példát is említ: nemrégiben mindössze egy elfelejtett PIN kód miatt hiúsult meg, hogy ismeretlen kétmillió forintot csaljanak ki egy idős hölgytől. A pénzt kérő ismeretlen szintén unokának adta ki magát, azonban a kért összeg felvételéhez a szerencsére csak majdnem sértettnek be kellett mennie a bankfiókba. Itt felhívta a valódi unokáját, hogy megkérdezze az elfelejtett kódot. Neki természetesen nem volt szüksége pénzre, így derült fény a csalásra.

M. O. A.

Hogyan előzzük meg a lakástűzet?

Szinte teljesen leégett egy családi ház nemrégiben Újpesten, s ennek kapcsán arra kerestük a választ, hogyan kerülhető el a lakástűz.

Kisdi Máté, a Fővárosi Katasztrófavédelmi Igazgatóság szóvivője lapunknak azt mondta, tüzek leggyakrabban a konyhában és a nappaliban (szobában) keletkeznek.

– Az egyik leggyakoribb a konyhában túlhevült olaj, amelyet vízzel próbálnak eloltani. Ugyanilyen veszélyforrás az elektromos gépek vagy pedig a felügyelet nélkül hagyott nyílt láng (például gyertya) – sorolja.

Kisdi Máté arra figyelmeztet, az olajat, az odaégett ételt ne vízzel oltsák, hanem fedjék le, vagy dobjanak rá vizes rongyot.

– Az elektromos gépek közül a mosógépre és a házimozira figyeljenek oda leginkább, ezeket használat után mindig húzzák ki a hálózathoz. Ha gyertyát gyújtanak, fémtálcára vagy porcelánalátétre, azaz ne éghető anyagra helyezték, és ne hagyják felügyelet nélkül – int körütekintésre Kisdi Máté.

Ha baj történne, a tűzoltóság a 105-ös és 112-es segélyhívón érhető el.

MOA



(Képünk illusztráció)

P Á R T H Í R E K

MEGHÍVÓ EGY ZENÉS DÉLUTÁNRA

Szeretettel meghívjuk Önt zenés délutánunkra, **november 11-én** (kedden) 15 órára az Ady End-

re Művelődési Házba (IV. Tavaszi u. 4.). A műsorban **Farkas Bálint és Bálint Emese operett előadását** láthatják. A rendezvény védnökei: **Dr. Trippon Norbert** kerületi elnök és **Horváth Imre** ország-

gyűlési képviselőjelölt. A jegyeket munkanapokon 14 és 17 óra között lehet átvenni az MSZP frakció kerületi irodájában (IV. Nádor u. 1.).

MSZP Újpesti-Káposztásmegyeri Szervezete

Dobogós helyre ugrott az Újpest FC

A bajnokságban az aranyérmes Debrecen, majd a Ferencváros elleni győzelem után az MTK-t is legyőzték az Újpest FC labdarúgói. A Ligakupában a bajnokságban veretlen Videotont verték, a Magyar Kupában a negyeddöntőben folytathatják a lila-fehérek. Remek, kiegyensúlyozott a szereplés, s ennek köszönhetően a csapat a képzeletbeli bajnoki dobogóra léphetett.

– A szezon kezdete óta nincs csatárunk, tehát nincs csatárkérdés, ezt a játékosaim is tudják – nyilatkozta a vezetőedző, *Nebojša Vignjevic*. – Jelenleg a csatár nélküli játékra vagyunk felkészülve, így kell megoldani a feladatokat. Az öltözőben, az edzéseken is azt ké-



Vignjevic mester kemény edzést diktál játékosainak

rem a játékosaimtól, hogy legyenek veszélyesek az ellenfél kapujára, legyen szó középpályásról vagy akár szélsőről. Így sikerült gólt szereznie korábban *Simon-nak, Suljicnak, Vasiljevicnek*, most pedig *Baloghnak*.

Vignjevic mester a tudatos munka híve. Korábban is hangoztatta, hogy lépésről lépésre épül a csapat, és amint a tények is bizonyítják, haladnak előre.

– Először a hatodik, majd az ötödik, a negyedik helyet céloztuk meg, most már a harmadikok vagyunk! – folytatta *Nebojša Vignjevic*. – Gratulálok a futballistáimnak! Külön öröm számunkra, hogy a labdarúgó-válogatott keretébe ismét meghívót kapott újpesti futballista is. Remélem, a későbbiekben sem feledkeznek meg a szövetségi kapitányok a mi játékosainkról, de tudom, ehhez az egész csapatnak jól és ha lehet, még jobban kell teljesítenie. (gergely)

KÉT ÚJPESTI A KERETBEN

A több poszton is bevethető *Simon Krisztián*, valamint *Forró Gyula* kapott meghívót az Újpest FC csapatából *Dárdai Pál* válogatottjába. A magyar válogatott november 14-én a finnnek, négy nappal később az oroszokat fogadja a Groupama Arénában. *Dárdai Pál* kijelölte a két találkozóra készülő bő, 33 fős keretét, amelyet a hétvégi forduló követően szűkít majd.

– Kizárólag olyan játékosokat hívunk be, akik teljesen egészségesen csatlakozhatnak a kerethez. Egyelőre bő keretben gondolkodom, a hétvégi bajnoki forduló követően alakul ki azon játékosok névsora, akik megkezdik majd a közvetlen felkészülést a mérkőzésekre – mondta *Dárdai*.



Kínában gyalogoltak

A kínai Wuzhongban a „Taihu Lake Rim”-en, magyarul a Taihutó körüli gyaloglóversenyen járt az UTE két kiváló sportolója, *Madarász Viktória* és *Rácz Sándor*. A tízezer indulót felvonultató verseny négy napon keresztül, csapatban zajlott, és több olimpiai, világ- és Európa-bajnok is részt vett rajta.

A gyaloglóknak első nap 11,2, a második nap 12, a harmadik nap 10, a negyediken pedig 15,3 kilométert kellett megtenniük. Viki egy portugál, egy fehérorosz és egy spanyol, Sanyi két olasz fiúval került egy csoportba. Az összesítésben Vikiék csapata a hatodik, Sanyiék együttese pedig a tizedik helyet szerezte meg.

– Az úton majdnem minden rendben volt, csak Sanyi bőröndje nem érkezett meg Sanghajba, és nem is tudták, merre lehet – mondta már itthon *Madarász Viktória*. – A legrosszabb, hogy abban volt minden vitaminunk és a regenerációs eszközünk. Ezt leszámítva a versenyhangulat fantasztikus volt, teljesen más, mint egy világversenyen. Persze itt is a versenyre fókuszáltunk, mégis, talán a rengeteg induló miatt, sokkal felszabadultabb volt a hangulat.

Madarász Viki elmondta, hogy a Kínában eltöltött pár nap nagyon hasznos tapasztalatszerzés volt a jövő augusztusi pekingi atlétikai világbajnokságra.

– Mivel nem körpályán gyalogoltunk, mint általában a versenyeken, így még hihetlenebb, hogy tíz-tizenöt kilométer hosszan álltak végig az út szélén. A verseny lehetőséget adott új barátságok megkötésére olyan emberekkel, akiknek ugyanaz a szenvedélyük, de épenséggel a világ másik felén hódolnak a gyaloglás szeretetének – tette hozzá. (G. G.)

Labdarúgó-Halassy-kupa



Labdarúgó-terembajnokságot rendez Halassy-kupa elnevezéssel a Halassy Olivér Sportközpontban az Újpest Sport Klub. A bajnokság célja, hogy megemlékezzenek a névadóról és a sportközpont fennállásának 25. évfordulójáról.

Helyszín: Halassy Olivér Sportközpont.

A bajnokság várhatóan november közepén kezdődik

Játéknapi: péntek, a mérkőzések 19 és 22 óra között zajlanak.

A nevezés módja: a nevezési lapot kitöltve lehet személyesen nevezni az egyesület irodájában kedden és csütörtökön 10-től 16 óráig vagy a 06-30 975-2808-as telefonszámon egyeztetett időpontban. (Tíz csapat nevezését tudják elfogadni a szervezők.) Cím: Bp. IV., Rózsa u. 6. (Bejárat a park felől).

A nevezési díj: 70 000 Ft.

A csapatlétszám: 4 fő mezőnyjátékos + 1 kapus.

A csapatok összereteltszáma: 10 fő.

Díjazás: I. helyezett csapat: kupa, oklevél, 1 db labda, 10 db érem, 10 db mez; II–III. helyezett csapat: oklevél, 1-1 db labda, 10 db érem.

A bajnoksággal kapcsolatban a 06-30 386-1465-ös telefonszámon lehet érdeklődni.

(Teljes kiírás: www.ujpest.hu)

Hirdetőink figyelmébe!

Értesítjük Tisztelt Hirdetőinket, hogy **2014. november 10-14. között** az Újpest Márkaboltnban a **lakossági apróhirdetés felvétel szünetel**. Hirdetésüket november 7-ig ezen a héten adhatják fel, illetve november 17-től ismét várjuk Önöket. A vállalkozói és méretes hirdetések felvétele folyamatos. *Hirdetésfelvétel*

Ingatlan eladó

● Újpest-Városcapán eladó 68 m²-es, 2,5 szobás, világos, összkomfortos téglalakás négyemeletes ház földszintjén. Teljesen felújítva. LÁ: 16,5 M Ft, tel.: 06-30 319-7760

● Újpesten az Ambrus Zoltán utcában 160 négy-szögletes zárt telken egy 140 m²-es és egy 84 m²-es ingatlan eladó. Vállalkozás céljára is kiválóan alkalmas! Telefon: 06-20 476-1414

● Eladó Újpesten 360 m² telek, 50 m²-es házsal, 50% beépíthető. Ár: 10 M Ft, tel.: 06-70 318-6359

● Eladó Újpesten 31 m²-es házrész, 50 m²-re bővíthető, 320 m²-es telekkel. Ár: 6 M Ft, tel.: 06-70 318-6359

Ingatlant kiad

● 75 m²-es pince kiadó raktározásra vagy csendes tevékenységre a Perényi Zsigmond utcában. Ár: 40 000 Ft, tel.: 06-30 688-9899

Albérlet kiadó

● Albérlet kiadó 1-2 fő részére. 30 m²-es házrész, szoba, konyha, WC és zuhanyzóval. Bérleti díj 50 ezer Ft/hó+rezsi, 25 000 Ft/hó, 2 havi kaucióval. Újpest családi ház, csendes övezetben Megyeren. Telefonszám: 06-20 629-7468

Ingatlancsere

● Újpesti önkormányzati panel, IX. emeleti, 1/5 szobás, 35 m²-es, távfűtéses (vízóra van) lakásomat elcserelném ugyanilyen lakásra, alacsonyabb emeletre. Metró, orvos, iskola, óvoda, piac közel van. Tel.: 06-20 263-0086

● Panel, 59 m²-es, 1+2 félszobás, nagy konyhás önkormányzati lakást kisebb önkormányzati cserélném, újpesti uszoda mögött. Minimális árkülönbözet ráfizetéssel. Tel.: 06-70 346-4847, 06-70 521-6102

Oktatás

● Matematika-, fizikatanítás általános és középiskolások részére, nagy hatékonysággal szaktanártól! Házhoz megyek! Tel.: 06-20 959-0134

● Matematika-, fizika- és kémiakorrepetálást vállalom. Házhoz megyek. Hétvégén is. Tel.: 06-70 554-1395

● Matematikakorrepetálás minden szinten, példacentrikusan, kedvezményes áron úgy, hogy még a matkot is megkedveli. Tel.: 06-1 360-1657, 06-20 927-0270

Régiség

● Almási Katalin vásárol legmagasabb áron! Bútorokat, festményeket, órákat, dísz tárgyakat, porcelánokat, szobrokat, csillárt, hangszer, könyveket, csipkét, bizzukat, borostyánt, ezüstöt, kítüntetést, régi pénzt, kerámiakadást, szőrmét, írógépet, régiségeket, teljes hagyatékot díjtalan kiszállással. Hétvégén is! Tel.: 06-20 597-8280

● Vásárolok régi könyvet, térképet, képeslapot, katonai tárgyakat. Régi pénz, játék, diafilm, jelvény, festmény, ezüst, porcelán, bútor. Akár teljes hagyaték is érdekel. Lomtalanítást vállalom. Régi dolgait tegye pénzé, azonnal fizetek. Tel.: 06-20 924-4123

Bútor

● Jó állapotban lévő, 8 db-os tölgy ebédlogarnitúra eladó, Újpest Virág utcában. Ár: 120 000 Ft, grátisz 3 db bárszék, tel.: 06-1 360-0230

Üdülés

● Bükfürdőn, 2014. november 12-25., C épületben, másfél szobás (5 fő részére) üdülőjog, 40 000 Ft, átdó. Tel.: 06-20 597-4100

Szolgáltatás

● Mosógépszakszervíz Mosógépek és mosogatógépek karbantartása és javítása garanciával, mindennap 9-től 21 óráig. Üzembe helyezés, szaktanácsadás. Hibafelmérés, árajánlat akár már telefonon, gyors kiszállás, korrekt árak. Torda László villamosmérnök. Hibabejelentés: 06-20 938-8334 vagy tordamuvek@gmail.com

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

● ABLAKJAVÍTÁS, WWW.AJTOABLAOKTOR.HU, 20 éve vállalom kedvező árakon ablakok, ajtók javítását, illesztését, záruk cseréjét, festését, üvegezését, szigetelését 1 év garanciával. Felmérés díjtalan! HORVÁTH ÁKOS, 06-70 550-0269

● Kiseb-nagyobb burkolási munkák, javítások, bontások megbízható szakembertől. Korrekt áron, előre egyeztetett időpontban, tel.: 06-30 219-1624

● REDŐNYÖSMŰHELYBŐL rendelhet mindenfajta redőnyt, relaxgyártást, -javítást, -szerelest. Szalagfüggöny, szúnyogháló, roletta, harmonikaajtó. Napellenző készítése, ponyvacseré, karnisszerelés, tel.: 370-4932

● AJTÓ-ABLAOK JAVÍTÁS! Fa, műanyag nyílászárók szerelését, szigetelését, zárcseréjét, átalakítását vállalja asztalos. Ingyenes kiszállás! Kiss Ernő, tel.: 06-30 447-4853

● Nyugdíjas asztalos asztalosmunkát vállal. Javítást is. Fiókcsere, ajtópántok cseréje, tel.: 306-2023, 06-70 234-7759

● Lakatosmunkák, biztonsági rácsok, kerítések, erkélyek felújítását, beépítését vállalom. Épületgépészeti munkákat társasházaknak is, tel.: 360-0035, 06-30-975-2315

Masszázs

● Izomletapadások, fej-, nyak- és hátfájdalmak kezelése, teljes testmasszázs. Szakrendelőben (Csengery u. 25.; Vörösvári út 88-96.), az én vagy az Ön otthonában. Csipak Zoltán gyógymasszortól, tel.: 06-20 595-3057

● Aktuális vált a közösképvisező-váltás? Válaszszon minket közös képviselőnek. Mi Újpesten az újpestiekért dolgozunk már több mint 20 éve. Amennyiben Önök is úgy akarják, mi máris megoldjuk a problémákat, és a teljes ügyintéztést vállaljuk. Tel.: 06-30 965-4844

Pedikúr-masszázs

● Izomlazítás, bicipódések, fájdalmak megszüntetése. Sarokrepedések, tyúkszemek, gombás, benőtt körmök, bőrkeményedések kezelése, körömpótlás, benőtt körmöknél körömszabályozás. Újpesti SZTK II. em. 211. Nyitva tartás: H-Sz. 9-től 15 óráig, tel.: 06-30 526-2923

Kereskedelmi egyesület OKJ tanfolyamokat indít Újpest Központban

- kereskedő ● vendéglős ● raktáros
 - logisztikai ügyintéző
- Tel.: 06-20-951-3357



Halálozás

Mély fájdalommal tudatjuk, hogy szeretett testvérem, nagybátyánk, **Marton György** 65 éves korában, 2014. október 22-én elhunyt. Temetése 2014. november 12-én, 12 órakor a Megyeri temetőben lesz.

Ápoltság és jótékonyág

Sorozatunkban olyan vállalkozásokat, szervezetekeket mutatunk be, amelyek segítik az Újpesti Cseriti kupakgyűjtési akcióját.



A Rózsa utca 20/B alatt található Dark Sun Szolárium és Működő Stúdió tavaly csatlakozott az Újpesti Cseriti kupakgyűjtő akciójához, amikor Marcinak gyűlték a kupakok.

– Egyszer egy vendégem vetette fel az ötletet, hogy legyünk mi is a kupakgyűjtő pontok egyike, mert ezzel nagyon sokat segíthetünk. Természetesen azonnal csatlakoztunk – meséli *Tímár Károlyné Andi*, az üzlet vezetője. – Azóta zsákszámba

gyűlnek a kupakok az üzletben, már minden vendég és a környező házak lakói is megszokták, hogy a szolárium várja a kupakokat. Egy háztartásban több gyűlik ezekből össze, mint gondolnánk. A vizesüvegek, a tejes- és üdítősdobozok teteje mind-mind egy apró lépés a beteg gyerekek gyógyulása felé – mondja Andi.

A kupakkal idén a tizenkét éves mozgáskorlátozott kislányt, Nórit segíthetik az újpestiek az önkormányzat jótékonyági szervezetén keresztül.

D. V.

JÓTÉKONYSÁGI RUHA AKCIÓ

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

PÁLYÁZATI HIRDETÉS

A **Károlyi Sándor Kórház** (székhely: 1041 Budapest, Nyár u. 103.) az állami vagyonról szóló, 2007. évi CVI. törvény 24. §-a alapján nyilvános, egyfordulós pályázatot hirdet a **1041 Budapest, Nyár u. 103. szám alatti Károlyi Sándor Kórház épületébe, illetve a 1047 Budapest, Baross u. 69–71. szám alatti Városi Kórház épületébe kihelyezendő, telephelyenként 2-2 db, összesen 4 db hideg-meleg és diétás italos automata bérbeadására** – a pályázati felhívásban meghatározott feltételekkel –, **2014. december 1. napjától 2015. november 30. napjáig tartó határozott időtartamra.**

A pályázat beadási határideje: **2014. november 19., 10 óra.**

A teljes pályázati felhívás a Károlyi Sándor Kórház hivatalos honlapján, a www.karolyikorhaz.hu-n érhető el.

Tisztelt Hirdetőink!

A lakossági apróhirdetéseket az Újpest Márkaboltnban vesszük fel, a IV., Szent István tér 6. szám alatt. Hirdetés felvételi napok: hétfőn, szerdán, csütörtökön: 10-17 óráig. ● **Lakossági** apróhirdetéseket csak személyesen vesszünk fel! Díja: 945 Ft + áfa, azaz 1200 Ft/30 szó. ● **Vállalkozói** és méretes hirdetések feladása, árajánlatkérés: hirdetes@ujpestimedia.hu. Részletes információ: www.ujpest.hu



Akciós ajánlatok péntektől péntekig,
november 7–14. között

Újpesti Piacnap – megéri!

A Virágcsarnok oldalában a **Kedves Hentesnél:**

- sertéslapocka, -oldalas és -dagadó 1160 Ft/kg, sertéscomb 1200 Ft/kg, sertéskaraj 1290 Ft/kg;
- disznótoros: májas és véres hurka 1190 Ft/kg, házi sütőkolbász 1350 Ft/kg, hajdúsági lángolt kolbász 999 Ft/kg, füstölt csemegeszalonna 999 Ft/kg.

A Nagycsarnokban a **Sárgarépa Kft.-nél:**

- zsákos télálló hagyma 85 Ft/kg, zsákos télálló burgonya 55 Ft/kg, fejes káposzta 99 Ft/kg;
- olasz szőlő 380 Ft/kg, citrom 380 Ft/kg, gránátalma 380 Ft/kg.

**Figyelje, keresse
az „Akciós” zászló(ka)t!**

Az akció a készlet erejéig tart.

Újpesti Piac
– Friss, olcsó, közeli



Szombaton: Piac-Placc

Piac-Placc a Duna sétányon november 8-án, szombaton délelőtt! Várjuk a vásárolni, nézelődni vágyókat, az érdekességeket, különlegességeket gyűjtőket!

Márton-napi kóstoló állat- simogatóval

A népi hagyományok ápolása okán minden évben megemlékeznek a Márton-napról a Szent István téri Piac- és Vásárcsarnok kereskedői és felügyelőségének dolgozói.

Ebben az évben november 8-án, szombaton 10 órától libafalatokkal várják a vásárlókat. Tepertő és libamájas kenyér kóstolása közben több szép libát is simogathatunk, sőt, etethetjük is az aprónéppel együtt.

– Régi hagyományunk a népszokások, így például a Márton-napi szokások felelegetése. Már készülünk a szombatira, amikor mintegy harminc kilogramm libatepertőt teszünk a kínálóasztalra. Hús kilogramm libamájat használunk fel a zsíros kenyérhez, amely mellé savanyúságként uborka dukál – mondja *Balogh Angéla*, a piac- és vásárcsarnok nyugalmazott vezetője, a libanap szerve-



Egy korábbi piaci libanap szárnyas vendégei és közönsége

zője. – A kóstoló minden bizonnyal jólesik a csipős reggelen, várjuk az ingyenes kóstolóra a vásárlókat!

OMLÓS SÜLT ÉS BOZSOLÉ

A legenda úgy szól, hogy amikor Mártont püspökké kívánták választani, szerénysége miatt inkább elbújt a libaólba. Rejtekhelyét azonban az állatok gágogása elárulta. Az évszázadokon át hagyományozódó történetre napjainkban csupán annyi emlékeztet, hogy ilyenkor szokás levágni a pecsenye libát, és megkezdődik a hízolás a karácsonyi időszak-

ra. Ez a magyarázata annak is, hogy ezekben a hetekben számos étterem rendez libanapokat, és az otthonokban is omlós húsú libapecsenye, ludaskása készül.

Az első feljegyzés a libalakomáról 1171-ből származik, amely nem a szent életű püspököt eláruló állatokkal függ össze, hanem azzal, hogy a Márton-nap jelentette a paraszti év végét. A cselédek ekkor kapták meg évi bérüket és hozzá ráadásként egy libát, mert a szárnyasok nyáron felduzzadt seregét a tél beállta előtt meg kellett tizedelni. Ilyenkor szokás az újbort, a bozsolét is csapra verni. B. K.

A jó étel titka: szív és lélek

Szent Márton nap táján számos budapesti és vidéki étterem, fogadó, „kiskocsmá” rendez libanapokat. Idén az újpesti Gönczy Söröző is ünnepi meglepetéssel várja vendégeit.

– Mire készüljenek, akik a Gönczy libanapokat választják?

– Mivel ez egy családias, hangulatos kisvendéglő, elsősorban családias hangulatra és ízekre – mondja

Görgényi Adél, az üzlet vezetője. – Mi úgy főzünk, ahogy otthon a saját családunknak. Leginkább hagyományosnak mondható libaételekkel készülünk: libaleves, ludaskása, sült libacomb. De lesz azért kevésbé közismert fogás is. Aki pedig újpesti lakos, vagy Márton nevet visel, és ezekben a napokban valamilyen libaételt rendel nálunk, azt meghívjuk egy jó házi rétesre vagy egy finom kávéra.

– Mitől ízetesebb, mitől más ízű a novemberi liba?

– Leginkább a Márton naphoz kapcsolódó szokások és hiedelmek teszik még ízetesebbé. Például az, hogy ha valaki Márton-napján nem eszik libát, az majd egész évben éhezik. Meg aztán a Márton nap a 40 napos adventi böjtöt megelőző utolsó nap, amikor

a jóízű lakoma megengedett. Nálunk, a Gönczyben ez mindenkor megengedett, sőt ajánlott. Amúgy a nyári libák ilyenkor vannak a legjobb húsban.

– Mi a titka a jó libasültnek?

– Elsősorban türelem és odafigyelés kell hozzá, hogy egyszerre legyen ízes, kívül ropogós és belül omlós. Úgy kell főzni, ahogy a nagymama az unokáinak. Szív és lélek, ez a titka minden jó ételnek.

– Az idei rendezvény kezdete lehet egy hagyománynak a Gönczy Söröző életében, vagy egyszeri és megismételhetetlen alkalom?

– Szeretnénk minden évben megrendezni. Ha sikeres lesz, akkor bővíteni fog a libanapok kínálata és a program is.



Hahóóó, Újpest!

Számos újpesti kisbabás családhoz látogatott már el az Újpesti Babaköszöntő Megérkeztem!-meciája. Az önkormányzat ajándékcsomagjában csupa hasznos ajándék, body, kistakaró, hűtőmágnés ol-tási naptárral, mappa, illetve pelenkacsomag található. A védőnők által átadott csomagot örömmel fogadják a kisgyermekes családok. Arra kérjük a büszke szülőket, nagyszülőket, fényképezzék le csemetéjüket újpesti bodyban, és a képet jpg formátumban küldjék be szerkesztőségünkbe. Örömmel tesszük közzé a kisba-



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



Kisfiunk, **Tarlós-Nagy Emil Zserind** 2014. július 29-én született, 3700 grammal és 59 centiméterrel. Köszönjük Újpestnek a kedves babacsomagot.

Tarlós Marianna és Nagy Attila



2014. július 17-én minden tiltakozásom ellenére 16 óra 25 perckor felmondták az albérletemet, így 2700 grammal és 51 centivel új otthon után kellett néznem. Szerencsére Szántó Tímeánál és Madarász Zsolt-nál szerető családra találtam. A babaköszöntő csomagnak nagy hasznát veszem. **Madarász Petra**



Augusztus 4-én megszületett az Újpest Bulldogs AFC legkisebb tagja, **Szatmári Márk Zakariás**. Nagyon kiegyensúlyozott, vidám kisfiú, aki bearanyozza boldogsággal az egész család minden napját. Hajrá, lilák, hajrá Újpest!

Szatmári János

Mosómedve vendégeskedik Újpesten

Három hete lakik a Rex Állatszigeten Misi, a mosómedve. A Magyarországon ritka állatot a Csatornázási Művek egyik telephelyén lévő nyestcsapdában találták. Misit először a Budakeszi Vadasparkba, majd a Rex Állatszigetre szállították.

– Kéthetes megfigyelésre volt szükség, hogy biztosak legyünk benne, az állat nem veszett – magyarázza dr. Koleszár István, a Rex Állatsziget ügyvezető igazgatója. – A karantén során kiderült, hogy Misi teljesen egészséges, így célunk, hogy minél előbb olyan helyre kerüljön, ahol fájára jellemző életet élhet.

A mosómedve Magyarországon nem őshonos állat, így meglehetősen ritkán találkozunk vele, ha mégis összefutnánk, nincs más dolgunk, mint értesíteni a helyi állatvédő szervezetet. Az Állatvédelmi Törvény szerint 2010 óta a mosómedve tartását bejelentési kötelezettség terheli. Ennek oka, hogy olyan speciális kifutót, illetve ketrecet kell neki kialakítani, amiből nem tudja magát kiásni. D.V.



Misi kicsit fél még az emberektől, azonban a kamerának szívesen pózolt