

IVETT FELROBBANTOTTA AZ INTERNETET

A magyar műkorcsolyázó, az újpesti TÓTH IVETT is szerepel a neves Time Magazin friss összeállításán, amely a pjongcsangi olimpia legszebb, legemlékezetesebb pillanatait nyújtó sportolókat listázza. A Time oldalán úgy fogalmaznak, olyan szereplőket gyűjtöttek egy csokorba, akik érmet ugyan nem, az emberek szívét viszont megnyerték. [13. oldal](#)



ÚJPEST ÖNKORMÁNYZATÁNAK HIVATALOS LAPJA • WWW.UJPEST.HU

ÚJPESTI NAPLÓ

INGYENES! MEGJELENIK MINDEN HÉTEN! • 2018. március 8., XII. évf., 7. szám



FOTÓ: EXIT CIRKUSZ – ARCHÍVUM



Ismét Újpesten az Exit Cirkusz

A Külső Szilágyi út és a Böröndös utca közötti parkban, március 9., 10., és 11-én.



„A NŐ TETŐTŐL TALPIG ÉLET”

Lapzártánk után került sor arra az ünnepségre, melyen Nagy István alpolgármester köszöntötte női munkatársait és az újpesti hölgyeket. Elküldte lapunknak is nőnapra köszöntőjének legfőbb gondolatait. [3. oldal](#)



ÚJPEST ÉRDEKE LEGYEN AZ ELSŐ

A héten befejeződött a jelöltállítás az országgyűlési választásokra, javában folyik a kampány. Újpest polgármesterét, Wintermantel Zsoltot többek között arról kérdeztük, milyen kampányra számít itt, Újpesten. [5. oldal](#)



BŐJTTEL KÉSZÜLÜNK A HÚSVÉTRA

A kereszténység egyik nagy ünnepére, a húsvét-ra böjttel készülünk. Horváth Zoltán esperessel, az Egek Királynéja Főtemplom plébánosával a húsvétot megelőző időszakról beszélgettünk. [7. oldal](#)

Hölgyem!

Bocsássa meg a tolokodásomat, nézze el nekem, hogy kéretlen soraimmal zavarom, drága idejét rabolom, ismerősen ismeretlenül, de mégiscsak a neme napja van, bármily furcsán hangzik ez így, vagyis a nap, mikor ünnepejük a nőt, Önt, Magát, Kegyedet. E jeles alkalomból köszönténem most én is, kellő szeretettel, sosem feledve, hogy már egészen kiskoromban micsoda rajongója voltam ám én Magának, üvöltöttem torkom szakadtából, mikor nem volt velem, ha egy percre magamra hagyott, nem vigyázott rám. Később meg kamaszos szenvedéllyel csodáltam, de rám sem hederített, hasztalan ostromoltam sóvárgó szerelmemmel. Aztán meg rám hederített, és elindult egy örökké tartó játszma az érzelmekkel és az érzékekkel, Magával és velem.

Mert Kegyed a vágy örök korbácsolója, a férfiész elveszejtője, a szív megdobogtatója, sokszor összetörője. Hihetetlen, micsoda eszköztárral bír ez ügyben. És hogy tovább pengessem e szentimentális húrokat, remélhetőleg imponálva ezzel Önnek, se költészet, se festészet, se zene nem lenne Maga nélkül, mert lássuk be, Ön a szépség megtestesítője, aki miatt megmagyarázhatatlan tettekre vetemedik a férfiember. És aztán, sőt legelőszőr és leginkább, Ön az élet adója, hősies teremtője, majd istápolója, mely tevékenységeit szavakba önthetetlenül csodálom. Az ész megáll, hogy ez mind Maga.

Kegyed már másfél éves korában vonulgat bájosan fel s alá egy ridiküllel, és a leghatározottabban vágja a fejéhez, hogy nem, ha bátorkodom kérni valamit, holott még nem is nagyon tud beszélni, aztán a pilláit rebegtetve tipeg oda hozzám, és ölel meg, biztosan tudva a hatást, megsemmisülő olvadásomat. Na, ezt is nagyon érti, az újköré csavarást. Ön elsírja magát olykor a legváratlanabb pillanatokban, értetlen tekintetemtől övezve, megdőbbsen és elkápráztat az érzékenységgel, az enyémnél sokkal összetettebb gondolkodásával, finom humorával, azzal, ahogy terelget, miközben azt hiszem, hogy én teszem ezt Magával, ahogy korhol és dicsér, ahogy hagyja magát megmenteni olykor, amitől persze hősnek érzem magam, és ahogy figyel rám, vagy ügyesen úgy tesz, mintha figyelne rám. Magának próbálom magyarázni a lest hétről hétre a legcsekélyebb eredmény nélkül, és Maga az, aki a legnagyobb élvezettel, teljes odaadással szurkolva nézi a férfi vízilabdameccseket, miközben halvány fogalma sincs a szabályokról.

Drága Hölgyem, ez bizony mind Maga, sőt sokkal, de sokkal több ennél, de megkímélném a további felsorolástól, ideje sem lenne végigolvasni, és biztosan untatom is már. Inkább nem kertelek tovább, és kendőzetlenül kimondom: mindörökre a szerelme vagyok. Kézcsókjaimat küldöm, illő tisztelettel, őszinte rajongással. Örök híve. J. M.



Meghívó

„Tiszteld a múltat,
hogy érthesd a jelent,
és munkálkodhass a jövőn.”
(Széchenyi István)

Budapest Főváros IV. kerület Újpest Önkormányzata nevében Wintermantel Zsolt polgármester és a Nemzeti Közszerződési Egyetem Hadtudományi és Honvédtisztképző Kar nevében Dr. Pohl Árpád ezredes, dékán tisztelettel meghívja önt családjával, barátaival, ismerőseivel az 1848/49-es forradalom és szabadságharc emlékére közösen rendezett megemlékezésekre.

Időpont: 2018. március 12. 10 óra

Helyszín: Megyeri temető – Lebstück Mária síremléke

Lebstück Mária főhadnagy síremlékénél katonai tiszteletadás mellett emlékezünk az 1848/49-es forradalom és szabadságharc hőseire.

Ünnepi beszédet mond:
Káló József egyetemi docens.



Tisztelettel meghívom Budapest Főváros IV. kerület Újpest Önkormányzatának az 1848/49-es forradalom és szabadságharc hőseinek emlékére megrendezésre kerülő ünnepségre Petőfi Sándor újpesti szobrához.

Időpont: 2018. március 15. csütörtök 10 óra

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

Közreműködnek a Bem Néptáncgyűttes táncosai, a Kodály Zoltán Férfikar tagjai, az Újpesti Bródy Imre Gimnázium és Általános Iskola diákjai.

Tisztelegjünk közösen történelmünk bátor hősei előtt!

Budapest, 2018. március



Újpest
Önkormányzata





„A nő tetőtől talpig élet”

Mivel lapzártánk után került sor arra az ünnepségre az újpesti polgármesteri hivatalban, melyen Nagy István alpolgármester köszöntötte a hivatal női munkatársait, s egyúttal rajtuk keresztül valamennyi Újpesten élő hölgyet, az alpolgármester elküldte az Újpesti Napló számára nőnapra köszöntőjének legfőbb gondolatait.

TISZTELT HÖLGYEIM ÉS KEDVES NŐK, ASSZONYOK, LÁNYOK
ITT A HIVATALBAN ÉS MINDENÜTT ÚJPESTEN!

A mi kultúránkban a nő az élet hordozója, a férfi az élet védelmezője. Két fél, akik együtt alkotnak egészet. A mi kultúránkban a két nem viszonya arra a mondatra épül, hogy „Isten megteremtette az embert, saját képmására, az Isten képmására teremtette őt, férfinak és nőnek teremtette őket.”

Ez a mondat minden nő és minden férfi számára nagyobb biztonságot, védelmet jelent, mint bármilyen mulandó emberjogi propaganda, mozgalom, eszmeáramlat, divatirányzat.

Hitet szeretnék tenni a mi kultúránk és civilizációnk mellett, amelyben minden más kultúrával szemben nő és férfi kezdetől egyenrangú volt a legeslegfontosabb dologban – az emberi méltóság dolgában. Ez az a kultúra, amelyben soha nem volt kérdés a két nem egyenrangúsága. Ez a kultúra arra épül, hogy mindkettőn, férfi és nő föl-nézünk egymásra, és tudjuk, hogy a férfi nő nélkül, a nő férfi nélkül nem lehet egész, csak félemler.

Férfiak és nők csak együtt, egymást kiegészítve, egymást egyszerre elfogadva és alakítva találhatjuk meg helyünket ebben a világban.

A mai napon sem, sőt a mai napon különösképpen nem hallgathatjuk el, hogy mindezt, vagyis a kultúránkat, évezredek óta őrzött önképünket, a nő és férfi összetartozásáról zsigereinkben hordozott felfogásunkat, erkölcsünket súlyos veszélyek fenyegetik kívülről és belülről is. És ennek folytán súlyos veszély fenyegeti mindennapi biztonságunkat, testi

és lelki épségünket, hagyományainkat, szokásainkat, életformánkat, veszély fenyegeti a jövőnket, gyermekeink, unokáink jövőjét.

Külső erők próbálnak ránk erőltetni egy másik, tőlünk idegen kultúrát, amelyben férfi és nő viszonya, szerepe teljesen idegen a mi felfogásunktól, hagyományainktól.

Mi nem akarunk Magyarországon ilyen világban élni, és nem akarjuk, hogy ebből a világból bármennyi is betüremkedjen Újpestre.

Mi azt akarjuk, hogy Magyarország legyen a jövőben is magyar ország, Újpest maradjon az újpestieké, a család legyen a társadalom legfontosabb közössége, a nők legyenek nők, a férfiak legyenek férfiak.

Mi férfi módra meg fogjuk védeni a nőket, és azt kérjük tőlük, legyenek továbbra is nők, szépek és kedvesek, határozottak és erősek, és azt is kérjük, hogy szavazataikkal segítsenek abban, hogy meg tudjuk védeni magunkat és őket is.



Nagy István

*Férfiak és nők
csak együtt,
egymást kiegészítve,
egymást egyszerre
elfogadva és alakítva
találhatjuk meg helyünket
ebben a világban.*





A sunyi ellenség – a diabétesz

Megdöbbentő hétköznapisággal beszélünk a cukorbetegségről. Sajnos a statisztikák azt mutatják, hogy a diabétesz egyre inkább alattomos népbetegséggé nőtte ki magát, mégsem igazán veszünk róla tudomást. A gyermekorvosok is folyamatosan hangsúlyozzák, hogy a probléma már egészen kicsi korban elkezdődik. Legfőbb okozója a helytelen táplálkozás és a mozgásszegény életmód.

A cukorbetegségnek alapvetően három fajtáját különböztetjük meg. Az 1-es típusú cukorbetegség esetében az immunrendszer a hasnyálmirigyben található inzulintermelő béta-sejteket támadja és semmisíti meg. Ennek hatására a hasnyálmirigy egyáltalán nem, vagy csak nagyon kevés inzulint termel, emiatt az 1-es típusú cukorbetegségben szenvedőknek naponta (többször is) kell inzulint beadniuk. A leggyakoribb fajtája a 2-es típusú cukorbetegség. Kialakulása összefüggést mutat az idős korrallal, túlsúllyal, korábban fennálló terhességi cukorbetegséggel, családi öröklődéssel, valamint a moz-

A veszélyeztetettek kiszűrése

Vannak bizonyos paraméterek, amik segítenek kiszűrni a cukorbetegsége hajlamos embereket. Persze erre nem feltétlenül az orvosnak kell figyelni, mi magunk is figyelhetünk az intő jelekre. Ilyen például a hasi elhízás, a magas vérnyomás vagy szív- és érrendszeri betegség, a cukorbetegség száma a családban, mozgásszegény életmód.



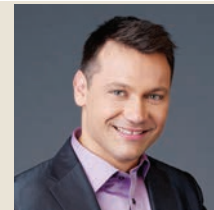
Hogyan előzzük meg a bajt nyolc lépésben?

1. Az ideális testsúly elérése, és annak megtartása.
2. Rendszeres testmozgás.
3. A vércukorszint rendszeres ellenőrzése.
4. Gyakori kis étkezések, a három főétkezés (reggeli, ebéd, vacsora) mellett több kis étkezés beiktatása (tízórai, uzsonna).
5. Az egyszerű cukrok (kristálycukor, méz, porcukor, barnacukor) helyett mesterséges édesítőszer használata.
6. A sóbevitel csökkentése (nátriumszegény só).
7. A zsírbetel csökkentése, az állati eredetű zsiradékok (sertés-, kacs- vagy libazsír) helyett növényi olajok, margarinok használata.
8. Természetes forrásokból biztosítani a szervezet vitamin- és ásványianyag-igényét.

gásszegény életmóddal. Jellemzően felnőttkorban, fokozatosan, panaszt nem okozó módon alakul ki. A betegeknek 60%-ban egyidejűleg jelen van a magasvérnyomás-betegség is. A terhességi diabétesz a várandósság utolsó időszakában alakul ki. Bár ez a fajta cukorbetegség általában megszűnik a szülés után, a terhességi cukorbetegségben szenvedő nőknél nagyobb a 2-es típusú cukorbetegség kialakulásának esélye.

Az 1-es típusú diabétesz megelőzésére egyelőre nincs hatékony eszközünk, a 2-es típusú cukorbetegség viszont megelőzhető, ha szakítunk korunk mozgásszegény életmódjával, küzdünk a túlsúly ellen és egészségesen táplálkozunk.

Cukorbetegként természetesen lehet teljes értékű életet élni, csak nagyfokú tudatosságra van szükség. Kovács Áronnal kilencéves korában diagnosztizálták a betegséget. A népszerű műsorvezetővel az Újpesti Találkozások Magazin áprilisi számában egy hosszabb interjút olvashatnak a témával kapcsolatban.



Mit tehet, akinél cukorbetegséget diagnosztizálnak?



Az életmódváltás valamennyi gyógyszernél hatékonyabb. Az USA-ban egy nagyon tanulságos klinikai vizsgálatot (Diabetes Prevention Program) végeztek 3200 olyan egyén közreműködésével, akik még nem voltak cukorbetegek, de terheléses vércukorvizsgálatuk már kóros eredményt mutatott. A vizsgált egyének egyik csoportját intenzív életstílus-váltásra bírták (diéta + személyi tréner által előírt és szigorúan behajtott edzésprogram), egy másik csoportjuk vércukorcsökkentő gyógyszert (metformin) kapott, a többiek speciális kezelésben nem részesültek (ez utóbbi kontrollcsoporthoz viszonyították a változásokat). Ebben a közel 3 évig tartó tanulmányban az életmódváltozás 58 százalékkal csökkentette az újonnan megjelenő cukorbetegség kockázatát, ezzel szemben a gyógyszeres kezelésben részesülők körében csak 31 százalékos rizikócsökkenést tudtak elkönyölni. (forrás: diabetes.hu)

**Az idei választás
nem a pártokról szól**



Újpest érdeke legyen az első

„Nekem, mint polgármesternek az a kötelességem, arra tettem esküt, hogy az újpestiek érdekét védjem, az akaratukat képviseljem” – nyilatkozta lapunknak **Wintermantel Zsolt** polgármester, akit többek között arról kérdeztünk, milyen kampányra számít itt, Újpesten.

A héten befejeződött a jelöltállítás az országgyűlési választásokra, javában folyik a kampány, úgy értesültünk, polgármester úr levelet küld az indulásra jogosult jelölteknek. Mi a levél célja, mi lesz benne?

– Az idei országgyűlési választás több szempontból is még nagyobb jelentőségű, mint az eddigiek voltak. Bár vannak, akik ezt tagadni próbálják, de a tények tények: Brüsszel, a Soros nevű pénzügyi hatalmasság, újabban az ENSZ vezetői nyíltan beszélnek arról mindenféle fórumokon, hogy befolyásolni akarják a magyarországi választásokat.

Azt akarják elérni, hogy bontsuk le a kerítést a határon és mindenkit engedjünk be Ma-

gyarországra, aki csak ide akar jönni, fogadjuk el a kötelező betelepítési kvótát és már jövő nyártól tízezerszám telepítsünk be illegális bevándorlókat az országunkba, a városainkba, ráadásul, mi fizessük a betelepítésük, ellátásuk összes költségét. Ezek nyilvános, bárki által megtekinthető dokumentumok, nyilatkozatok.

Nekem, mint polgármesternek az a kötelességem, arra tettem esküt, hogy az újpestiek érdekét védjem, az akaratukat képviseljem. Az újpestiek nem akarnak migránsokat befogadni, migránsokkal együtt élni. Egy migránst sem akarnak ide beengedni.

A polgárok ezt sokszor sokféle módon kifejezték, az újpesti képviselőtestület pedig en-

nek megfelelően két határozatot is elfogadott már erről. Nekem tehát az a dolgom, hogy ennek érvényt szerezzek. Ezért fordulok levélben minden újpesti területen induló országgyűlési jelölthöz. A levélben arra kérem őket, hogy adjanak az újpestieknek írásos garanciát arra, hogy amennyiben parlamenti képviselők lesznek, semmilyen módon nem támogatják, nem szavazzák meg azt, hogy bárki is migránsokat telepítsen Újpestre.

Milyen kampányra számít?

– Itt Újpesten mindig kulturáltabb kampányok voltak eddig, mint másutt az országban. Itt nem szokás földbe döngölni, alantas esz-közökkel támadni a riválisokat. Ezt eddig többé-kevésbé mindenki betartotta. Akik itt élnek, azoknak fontosabb az újpesti közösség összefogása, összetartása, mint a pártpolitikai érdekek vagy a saját érdekeik. Eddig ez így volt. Minden jelöltől és minden párttól azt kérem, azt várom el az újpesti polgárok érdekében, hogy most is így legyen. Senki ne hergeljen, uszítson magyart a magyar, újpestit az újpesti ellen. Ha bárki ilyesmivel próbálkozna, azt meggyőződésem szerint az újpesti szavazók nem honorálnák, inkább büntetnék.

Mi a tétje a választásoknak Újpesten?

– Ahogy az elején említettem, a fő tét most minden magyar településen, az egész országban ugyanaz: továbbra is megvédjük magunkat az illegális bevándorlók tömegével szemben vagy külső erők kicsavarják a kezünkől a védelem eszközeit, lebontják a határzárát, a kerítést, mert akkor kampec. Akkor itt is az lesz, ami Nyugat-Európában már lassanként valóság: Eurázia. Akkor néhány év múlva már mi leszünk menekültek a saját országunkban, saját városunkban. Párizsban már telefonos applikációt lehet letölteni arra, hogy az emberek kísérőt találjanak a környéken, amikor mennek valahova, hogy ezzel is csökkentés az őket fenyegető zaklatás, támadás kockázatát. Akarunk mi így élni itt, Újpesten? A választás tétje tehát teljesen egyértelmű és nem pártpolitikai kérdés: kerítés vagy megszállás, biztonság vagy káosz, nyugalom vagy félelem. Harmadik út nincs. Erről szól az áprilisi választás. Azt javaslom, hogy ezt mérlegelje mindenki. Aztán tessék választani!

A választás tétje tehát teljesen egyértelmű és nem pártpolitikai kérdés: kerítés vagy megszállás, biztonság vagy káosz, nyugalom vagy félelem. Harmadik út nincs.

Helytörténeti előadás-sorozat indult

Februártól a Rácz Gyöngyi Községi Központban található Újpesti Cigány Helytörténeti Gyűjteményben tárlatvezetéssel egybekötött előadás-sorozat kezdődött. A program térítésmentes, és minden érdeklődőt, a kisdíákoktól az egyetemi hallgatókig, a nyugdíjasoktól a civil szervezetekig szeretettel várnak a szervezők.



Három alkalommal, telt ház mellett folyt csoportos bemutató. Az ELTE hallgatóinak tartott programon külön előadóként részt vett Szuha Péter muzeológus, a Magyar Néprajzi Múzeum munkatársa, aki az újpesti gyűjtemény méltatása után a fotográfia néprajzi, szociográfiai jelentőségéről tartott remek előadást. A Károli Gáspár Református Egyetem pedagógia, valamint szociális munkás diákjai egy héttel később látogattak el – a Magyarországon ez ideig kuriózumnak, példa nélkülinek tartott – muzeális gyűjteménybe. Az Újpesti Nyugdíjas

Klub telt házú rendezvényén a helyi cigány nemzetiség életét idézte fel 1840-től 1994-ig Molnár István Gábor helytörténeti kutató. A gyűjtemény 4500 dokumentumot, fényképet, muzsikusrélikviát, szegkovácsszerszámokat és termékeket tartalmaz, mely anyagból 17% fért fel a tablóba, tárolókba rendezve. Mesélt az 1842-ben még „új magyarként” definiált, római katolikusként, Dunakeszin keresztelt leánygyermekről, a zsidó iparosokkal együtt a Károlyi gróf alapította Újpestre települt szegkovácsokról, és Babits Mihály Kártyavár című regényében is ábrázolt mu-

szikusokról, valamint a piaci kereskedőkről, akikkel együtt formálódott, gazdagodott e Dunaparti település, amely ma városrészként is Újpest maradt.

Molnár István Gábor, aki a múzeum mellett a helyi cigány önkormányzatot is vezeti, elmondta, hogy az előadásokat folyamatosan szervezik, szeretnék ha az újpesti iskolák tanulói történelemóra keretében látogatnának el a gyűjteménybe.

Külön megtiszteltetés, hogy dr. Zsigmond Barna Pál, Újpest alpolgármestere a sorozat fővédnökségét elvállalta. VÁRADI KRISZTINA

A gyűjtemény 4500 dokumentumot, fényképet, muzsikusrélikviát, szegkovácsszerszámokat és termékeket tartalmaz, mely anyagból 17% fért fel a tablóba, tárolókba rendezve.

halo HALASSY OLIVÉR VÁROSI USZODA

Ünnepeld velünk a **VÍZ VILÁGNAPJÁT**
március 22-én (csütörtökön)
06.00 és 20.00 óra között
 a Halassy Olivér Városi Uszodában!

Uszodánk ezen a napon a megszokott nyitvatartással és az eseménnyel kapcsolatos tájékoztató programmal várja a látogatókat!

www.haloujpest.hu
 1048 Budapest, Tóth Aladár utca 16-18. • Tel.: 06 1 696 1641

Látogassatok el az ország legnagyobb szabadtéri családi játszóparkjába!

TARZAN Park

SZEZONNYITÓ HÉTVEGE: 2018. MÁRCIUS 15-18. KÖZÖTT

Ez nagyon naaaagy!

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



Böjttel készülünk a húsvétra

Interjú Horváth Zoltán esperessel, az Egek Királynéja Főtemplom plébánosával

A kereszténység egyik nagy ünnepére, húsvétra böjttel készülünk. Mi a szerepe, jelentősége ennek az önmegtartóztatásnak?

– A nagyböjt indítása, hamvazószerda (melynek időpontját a húsvét előtti szent 40 nap, plusz a 6 vasárnap határozza meg) idén február 14-re esett. A mai embernek talán kicsit hosszúnak tűnik ez az időszak, de megvan a sajátos varázsa, értékrendje annak, hogy böjttel, visszafogottsággal, lelki befelé fordulással hogyan lehet önmagunkhoz, s utána a jó Istenhez is közelebb kerülni. Magyarországon a katolikusoknál a böjt az 1960-as évek óta jelképes. Az egyénre van bízva, hogy hogyan lesz visszafogottabb ebben az időszakban. Amikor a böjtöt meghatározták, akkor étel-italban nem volt még olyan választék, mint most, nem volt



mirelit áru. Téli időszakban nem volt zöldség, gyümölcs, illetve nem volt még tv, internet – ezekben nem lehetett visszafogottságról beszélni. Ehhez képest a világ rengeteget változott. A mai világban már minden könnyen elérhető ételben, italban, szórakozásban, így a kereszténynek saját magán múlik, hogy tud-e olyan alkalmat, helyet, időt találni, amikor lemond ételről, italtól, szórakozásról, házaseletről, buliról, hogy a felszabaduló időt, energiát, pénzt tudja-e pozitív célra fordítani, odaadni a szegényeknek. Megpróbál a jó Istenhez közelebb kerülni azzal, hogy valami felesleget lehánt önmagáról, van ideje, energiája a lelki dolgokra jobban odafigyelni.

Mennyire segít a húsvétra való lelki felkészülésben a böjt?

– Ha komolyan tesszük, akkor nagyon sokat segít. Vannak kis naptárak, kalendáriumok, amelyekben vannak napi idézetek, „jó elhatározások”, amiket meg lehet tenni. Nem csak orvosilag jó, amikor valaki böjttel és eljut a fizikai éhségig, amikor nem arra figyel, hogy mi lesz az ebéd, vagy a vacsora. Ilyenkor rájön az egyszerűsége. Például, hogy a sima pirítós kenyér, vagy egy nagyon egyszerű krumplis tészta is milyen finom tud lenni, és nem kell bonyolult, drága ételekre költeni. Ugyanígy lehet visszajutni a lelkünk egyszerűségéhez is. A rengeteg reklám a fogyasztásra ösztönöz bennünket, a böjt pedig megpróbál a szomjúságra nevelni. Hogy szomjúhózzunk a jóra, az igényességre, a belső értékekre. Mindenkinek a saját útját kell keresni, ami egy belső békéhez, boldogsághoz elvezethet.

Ebben az időszakban a templomban is másképp zajlanak a programok?

– Igen, ilyenkor ott is az egyszerűsítés a meghatározó. A zenében, az énekek egyszerűségében, az oltárdíszítésben. A miseruha színe ilyenkor az egyszerű lila – na, nem az Újpest lila-fehér színe miatt – hanem mert a katolikus egyházban ez a szín a bűnbánat jelképe. Ebben az egyszerűségben is van valami nagyszerű. Olyan, mint például az, hogy nem szívesen élnék egy sivatagban, de jó odamenni, megnézni, vagy egy képet látni róla, mert az az egyszerűség egész más visszatekintést ad a világra, jobban lehet értékelni azokat a dolgokat, melyek amúgy elsikkadnának a mindennapjainkban.

PJ

Homoktövis élőhelykezelés Újpesten

A védett homoktöviscserje újpesti élőhelyének fennmaradása érdekében fontos feladatunk a terület rendszeres kezelése.

Az értékes homokgyepek összesen 22 védett növényfajnak adnak otthont, melyből a homoktöviscserje vadon csak ezen az egy helyen él Magyarországon. Rajta kívül további két fokozottan védett növény, valamint számtalan gerinctelen és gerinces állatfaj is megtalálható a területen. Ezek élőhelyét nagyban veszélyezteti az erőteljesen terjeszkedő idegenhonos fásszárúak térhódítása, melyek visszaszorítása és a Magyarországon egyedülálló természetes életközösség megóvása a legfontosabb feladatunk. A Magyar Madártani és Természetvédelmi Egyesület Budapesti Helyi Csoportja minden évben kétszer szervez homoktövis élőhelykezelési akciót Újpesten, a Megyeri-híd pesti hídfőjének közelében.

Március 3-án, szombaton a télies, havas időjárás ellenére a lelkes önkéntesek a szakemberek által korábban kivágott fásszárú ágakat a kijelölt helyre hordták. A munka közben meleg tea és szendvicsek segítettek, hogy erőt merítsenek a folytatásra. A programot madárgyűrzési bemuta-



FOTÓ: DR. KRISKÁNÉ GÁNÓCZY ANITA



tó színesítette. A Homoktövis Tanösvény öt tábláját is szívesen nézegették a résztvevők, melyek bemutatják a terület élővilágát, és azt a munkát, amelyet a csoport tagjai végeztek az elmúlt időszakban. Az önkéntesek segítségével egyre nagyobb terület tisztul meg a tájidegen cserjéktől, és a hatékony munkának köszönhetően egyre szebb a homokpuszta gyepe.

DR. KRISKÁNÉ GÁNÓCZY ANITA
Homoktövis Környezetvédelmi Oktatóközpont



Új Ford EcoSport 4 299 000.-Ft-ért*

*5 ajtós Trend 1,0l
EcoBoost 125LE,
Ford Credit finanszírozással



www.autofort.hu

*2018. március 31-ig megkötött bevásárlási szerződésekre, a Márkakereskedések készlete erejéig Ford Credit finanszírozás esetén érvényes ajánlat. Az ajánlat és az akciós finanszírozás részleteiről az Auto-Fort Ford márkakereskedések adnak további felvilágosítást! A képen látható autó illusztráció, nem feltétlenül egyezik meg a kiajánlott típusal, felszereltséggel. A jelen hirdetés tájékoztató jellegű, nem teljes körű és nem minősül ajánlattételnek. Környezetvédelmi információk: CO₂-kibocsátás 107 g/km. Vegyes üzemanyag-fogyasztás: 4,1-5,2 l/100 km.

Auto-Fort Ford márkakereskedések és márkaszervizek:

1044 Bp., Váci út 66-72.
T: 06 1 452 9710
autoszalon.vaci@autofort.hu

1097 Bp., Könyves Kálmán krt. 3.
T: 06 1 452 9720
autoszalon.konyves@autofort.hu

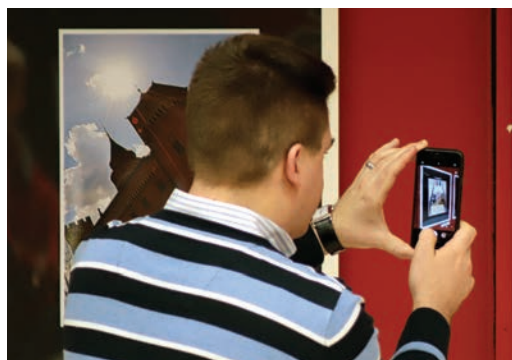
1215 Bp., Védgát u. 45.
T: 06 1 277 3755
autoszalon.csepel@autofort.hu



Hamisítatlan balkáni hangulat

Ismét igazi balkáni dallamok zengtek be az Ady Endre Művelődési Ház színháztermét március 3-án.

Az elmúlt évek hagyományaihoz hűen az újpesti bolgár, görög és szerb nemzetiségek önkormányzatai balkán estet szerveztek. Hagyományörző táncos, zenés előadások és szebbnél szebb népviseletek repítették az érdeklődőket a balkáni kultúrába. A 18 órakor kezdődő programot táncház követte, az igazi autentikus ízekről pedig a szentendrei szerb étterem gondoskodott.



Itt születtem, itt élek

Festői Felvidék, csodás Csallóköz és hajrá DAC! Ezek lehetnének a jelmondatai egy felvidéki fotós kiállításának az Ifjúsági Házban.

Itt születtem, itt élek, és bízom benne, majd itt fogadja be az anyaföld a testemet. Szeretem minden szépségével, véráztatta történelmével, bújával-bajával együtt. Felvidéki vagyok, mert a történelmet nem lehet megtagadni, semmissé nyilvánítani. Régi korok romjai, dicső krónikái, templomok, várak, kastélyok tanúskodnak erről – ezt vallja Karaffa Attila, akinek a Felvidék, azon belül a Csallóköz, Dunaszerdahely a szülőföldje és otthona, és akinek olyan fontos a legszűkebb pátriája, hogy fényképein is azt örökíti meg.



Karaffa Attila

Felvidéki tájak, várak, városok és emberek a főszereplői Karaffa Attila fotókiállításának, amely február 28-án nyílt az Ifjúsági Házban. A kiállítást dr. Zsigmond Barna Pál alpolgármester nyitotta meg, és Szűts István újpesti zeneszerző muzsikája emelte az esemény fényét. A felvidéki fotósnak ez már a második kiállítása Újpesten, és képeivel újra megmutatja, hogy nagy ismerője a felvidéki tájnak és léleknek, a természet szépségeinek, a kulturális örökségeknek, és a sportnak is, hiszen rendszeresen fotózza a DAC, vagyis a dunaszerdahelyi labdarúgócsapat mérkőzéseit, szurkolóit, mert a DAC a helyieknek sokkal több, mint egy focicsapat.

Aki egy ízig-vérig helyi fotós szemével csodálná meg a Felvidék értékeit, március 18-ig megleheti az Ifjúsági Házban.



Változatos köretek

A köreket általában a feltétekhez és salátákhoz választjuk, azonban a változatos köretek is meghatározhatják a feltétet.

Bulgur sárgarépával: Kétszeres mennyiségű vízzel pároljuk puhára. Kevés napraforgóolajat öntünk rá. Ízesíthetjük hagymával, gyömbérral, petrezselyemmel, sárgarépa-karikával.

Kuszkusz zöldborsóval: Forró vízzel leöntjük, hogy ellepje a kuszkuszt, és 10 perc alatt puha lesz. Keverjük bele zöldborsót, kókuszolajat, fűszerezzük petrezselyemmel, őrölt szerecsendióval.

Köles cukkinivel: Kétszeres mennyiségű vízzel pároljuk, kockára vágott cukkinivel. Ízesíthetjük őrölt római köménnyel, korianderrel, repceolajjal.

Quinoa padlizsánnal: Olívaolajon aprított padlizsánt átpirítunk, majd rátesszük a quinoát. Két és félszeres mennyiségű vízzel felengedjük és puhára pároljuk. Ízesítsük bazsalikkal, őrölt borssal.

Basmati rizs vörös lencsével: Két rész rizs, 1 rész vörös lencse keverékére háromszoros mennyiségű vizet öntünk, és szőlőmagolajjal puhára pároljuk. Ízesíthetjük rozmaringgal, póréhagymával.



Kamut zellerrel: A kamutot vízbe áztatjuk előző este. Két és félszeres mennyiségű vízzel puhára pároljuk felkockázott zellerrel. Fűszerezzük zeller zöldjével, curryvel.

Tarhonya kukoricával: A tarhonyát pároljuk lila hagymával átpirítjuk, és kétszeres mennyiségű vízzel puhára pároljuk. Kukoricával, őrölt gyömbérral, borssal, petrezselyemmel ízesítjük.

Penne tészta céklával: Olívaolajon átpirítjuk a reszelt céklát, hagymát, őrölt köménnyel, paradicsomlével megpároljuk. Hozzákeverjük a kifőzött durumtésztát.

Spagetti parajjal: A parajt repceolajon megpároljuk, és a kifőtt tésztával összekeverjük. Reszelt sajttal, őrölt borssal, fokhagymával ízesítjük.

LETTNER ANNAMÁRIA dietetikus

MEGHOSZABBÍTOTT HALLÓKÉSZÜLÉK AKCIÓ!

Widex D30 hallókészülék akció március végéig!

INGYENES HALLÁSVIZSGÁLAT
Teljes kivizsgálás
Professzionális ellátás



Teljes ár:
39 990 Ft

Akár 4 havi részletre

Cím: 1042 Budapest,
Árpád út 70. /Újpesti Áruház, Árpád úti oldal/
196-os busz vonalán
Telefon: +36 1 200 1118
email: ujpesthallas@levelcenter.hu

WIDEX® HALLÓKÉSZÜLÉK
STÚDIÓ

Az akció március 30-ig vagy a készlet erejéig érvényes. Akciós hallókészülék vásárlása kizárólag teljeskörű audiológiai vizsgálat után lehetséges, ha a halláscsökkenés megfelelően eljátható a készülékkel. A vizsgálat és illesztés a szakmai irányelvek maximális betartásával történik.

ÚJPESTI
VAGYONŐR



TÁVFELÜGYELET
AZ ÁLLANDÓ FIGYELEM



RIASZTÓRENDSZER KIÉPÍTÉSE
LAKÁSOKBA, IRODÁKBA



TÁVFELÜGYELET



BIZTONSÁGTECHNIKA

KERESSEN MINKET, KÉRJE AJÁNLATUNKAT,
ÉS ÉREZZE MAGÁT BIZTONSÁGBAN!

Újpest
Kártyával
br. 15000 Ft
kedvezmény
új rádiós
távfelügyeleti
bekötés esetén!

Telefon: 061 883 6858
E-mail: vagyonor@uvzrt.hu
www.ujpestivagyonor.hu

1042 Budapest,
Munkásotthon utca 66-68.





FILMAJÁNLÓ

Vörös veréb

Nem könnyű a *Vörös veréb* történetét követni. Na, nem mintha olyan bonyolult lenne, de a figyelmünket állandóan elvonja egy ismerős épület, utcakép vagy az a sárga radiátor, amilyen nálunk is van otthon.

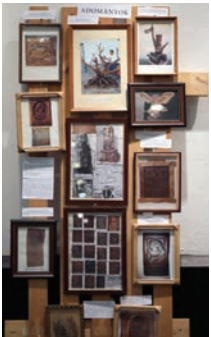
Ha magyar filmet nézünk, akkor persze nem csodálkozunk rá, hogy a szereplők ugyanarra a villamosra szállnak fel, mint mi, de nagyszabású hollywoodi produkcióban látni ugyanezt egy Jennifer Lawrence kaliberű sztártól, még mindig furcsa, de jóleső élmény.



A *Vörös veréb*ben ráadásul Budapest kettős alakítást vállalt, a történet első harmadában Moszkvát játssza, majd saját magát, amikor a főszereplő is átteszi a székhelyét hozzánk.

Nem egyszerű tehát két „Hoppá, ez a mi uszodánk!” és „A 19-es villamos nem is erre jár...”-felismerés között magára a cselekményre koncentrálni, de megéri. Klasszikus hidegháborús kémthrillert látunk, leszámítva, hogy a történet napjainkban játszódik. Főhőse egy fiatal orosz balerina, aki olyan súlyos balesetet szenved előadás közben, hogy kénytelen felhagyni a tánccal. Az orosz titkosszolgálatnál dolgozó nagybátyja alkut ajánl: ha részt vesz egy programban, ahol szuperkémmé képzik ki, akkor gondoskodik a lány beteg édesanyjáról. Dominika igent mond, és a felkészítést követően Budapestre küldik azzal az utasítással, hogy hálózzon be egy ott dolgozó CIA-ügynököt. Az amerikai férfinak más tervei vannak, ő úgy gondolja, képes lenne „átállítani” a nőt. Közben, természetesen, összeemelegednek.

Elég sablonos a sztori, mondanánk, és igazunk is lenne, de egyrészt egy másodpercig sem ereszt a film, hála a rendező által diktált sebességnek, másrészt annak a Jason Matthews-nak a regényéből adaptálták, aki korábban maga is CIA-ügynök volt, a nemzetközi kémvilágot tehát nem csak a moziból ismeri. Dokumentumfilm helyett azért nem ajánlanánk, igazi hollywoodi produkcióról van szó annak minden előnyével és hátrányával, de aki budapesti, az unatkozni biztos nem fog rajta. BS



Tisztelet a magyar lónak

Ezzel a címmel nyílt kiállítás Somossy Tamás faszobrászművész munkáiból március 1-én az Ifjúsági Házban. A tárlat egyben ikertestvére, Somossy László festőművész munkásságának is emléket állít.

A testvérpár látásmódjának, művészetének meghatározó alakja volt a nemzetközi híró festő- és bábművész, A. Tóth Sándor, a pápai református kollégium tanára.

A ló évezredek óta tanítja az embert – vallja a faszobrászművész Somossy Tamás. Bátorság, kitartás, nemesség, hűség jellemzi az állatot, ám az ember ma sem érti igazán, pontosan miben állnak ezek a tulajdonságok.

A március 23-áig látható kiállítás e nemes lelkű állatot jeleníti, testesíti meg a történelmi koroktól egészen Overdose-ig.



Tavaszi nótagála

Magyarok szép hazája címmel tartottak ünnepi nótagálát és nőnap köszöntőt március 4-én az Ifjúsági Házban. A már hagyományosnak számító tavaszköszöntő rendezvényen közreműködött a Bem Táncegyüttes és az Újpest Cigányzenekar. A rendező-műsorvezető László Mária, a fővédnök dr. Molnár Szabolcs, Újpest alpolgármestere volt.



Helyettes szülőt keresnek

Újpest Önkormányzatának Szociális Intézménye Család- és Gyermekegészségügyi Központ **HELYETTES SZÜLŐ foglalkoztatási jogviszony létesítésére pályázatot hirdet.**

A foglalkoztatási jogviszony időtartama határozatlan idejű. A munkakörbe tartozó lényeges feladatok: a helyettes szülő saját háztartásában teljes körű ellátást biztosít a nála elhelyezett gyermek számára. Az ellátás biztosítását az elhelyezés ideje alatt köteles biztosítani (a vér szerinti szülő akadályoztatásának ideje alatt, legfeljebb 12+6 hónapra).

Illetmény és juttatások: az írásbeli megállapodás megkötése után a helyettes szülőt nevelési díj és külön ellátmány illeti meg.

PÁLYÁZATI FELTÉTELEK:

- aki elmúlt 24 éves,
- büntetlen előéletű,
- háziorvosa szerint gyermekgondozásra alkalmas egészségileg,
- otthona gyermekelhelyezésre megfelelő (rendezettség, szülőktől külön szobában való elhelyezés lehetősége)
- sikeresen elvégezte a helyettesülő-képzést (50 órás tanfolyam)

A PÁLYÁZAT RÉSZÉKÉNT BENYÚJTANDÓ IRATOK, IGAZOLÁSOK:

- önéletrajz, motivációs levél, végzettséget igazoló okiratok másolata (sikeresen elvégezte a helyettesülő-képzést),
- 3 hónapnál nem régebbi hatósági erkölcsi bizonyítvány,
- bealegyező nyilatkozat az együtt élő háztartástól, élettársától,

– nyilatkozat, hogy a bizottság betekinthesse a pályázati anyagába.

A pályázó automatikusan kizárja magát a pályázati eljárásból, amennyiben a felsorolt dokumentumokat nem csatolja pályázati anyagához. Az erkölcsi bizonyítvány igényléséről szóló igazolás elfogadható. A foglalkoztatási jogviszony betölthetőségének időpontja és a jelentkezések benyújtásának határideje folyamatos.

További információt Csomortány Judit Réka, Újpest Önkormányzatának Szociális Intézménye Család- és Gyermekegészségügyi Központ szakmai egység vezetője nyújt a 06-1-370-41-07-es telefonszámon. A pályázatok benyújtásának módja: postai úton, a pályázatnak az Újpest Önkormányzatának Szociális Intézménye címére történő megküldésével (1046 Bp., Deák Ferenc utca 93.). A pályázat elbírálásának módja, rendje: bizottság útján. A pályázat elbírálása folyamatosan történik.




ÚJPESTI VAGYONŐR



Az Újpesti Vagyonőr Kft. vagyonőr munkatársakat keres **diszpécseri feladatok ellátására**, saját állományba vétellel.

Elvárás: érvényes vagyonőri igazolvány, tanúsítvány megléte, számítógépes ismeret.
Előny: B kategóriás jogosítvány, diszpécseri tapasztalat, biztonságtechnikai ismeretek, érvényes fegyvervizsga.
Jelentkezés: fényképes szakmai önéletrajz megküldésével a vagyonor@uvzrt.hu e-mail címre.



Nyílt nap a Deák Óviban

Kedves Szülők! A Deák Óvoda (1041 Bp., Deák F. u. 95.) 2018. március 10-én, délelőtt 9 órától 12 óráig nyílt napot tart.

Ezen a napon szeretettel várjuk a leendő óvisokat és a szülőiket. A szülők betekintést nyerhetnek óvodánk életébe, megismerkedhetnek az óvodapedagógusokkal, nevelési elveinkkel, illetve a gyermekek kipróbálhatják az óvodai játékokat, eszközöket!




ELŐZZE MEG A BAJT!

- Elmúlt 65 éves?
- Sokszor vissza kell kérdeznie?
- Nehezebben érti meg a környezetében beszélőket?

Ha igennel válaszolt a kérdésekre, Önnél hallásprobléma tünetei jelentkezhetnek. Kérjen időpontot **INGYENES HALLÁSVIZSGÁLATRA az Amplifon hallásközpontba **2018. március 8-tól 23-ig.****

Amplifon Hallásközpont
 IV., Szent István tér 5.
 Tel.: 06 1 951 76 22
amplifon.hu



Hallásközpontok

Ivett felrobbantotta az internetet

A magyar műkorcsolyázó, az újpesti Tóth Ivett is szerepel a neves Time Magazin friss összeállításán, amely a pjongcsangi olimpia legszébb, legemlékezetesebb pillanatait nyújtó sportolókat listázza.

A Time oldalán úgy fogalmazznak, olyan szereplőket gyűjtöttek egy csokorba, akik érmet ugyan nem, az emberek szívét viszont megnyerték. A lista nyolc történetből áll, Tóth Ivett a hatodik, akiről megemlékeztek a neves újság szerkesztői. Egyebek mellett azt írták, hogy a magyar lány valószínűleg rockistenséggé vált a jégen. Produkciója sok internetező tetszését is elnyerte.

Mint ismeretes, Ivett bőrruhában, igazi rocker stílusban lépett jégre a téli olimpián, ahol aztán az AC/DC Back in Black és Thunderstruck című számaira korcsolyázott. Előadása szinte felrobbantotta a netet, napokig éltették a zeneválasztásért, a bátorságáért, amiért ezt meg merté lépni. Eddig nem volt példa arra, hogy valaki ilyen zenét válasszon a műkorcsolyázók között. A bőrruhájáról nem is beszélve.

A twitterezők közül többen az amerikai kommentátoroknak is beszóltak, akik ugyanis éppen a zeneválasztás miatt kritizálták Ivettet.

– Tavalyelőtt egy új, francia koreográfussal kezdtem dol-

gozni – nyilatkozta Tóth Ivett. – Vele már tavaly egy Michael Jackson-programot raktunk össze, a visszajelzések után döntöttünk úgy, hogy továbbra sem megszokott zenéket választunk a versenyeimre. Az AC/DC az én ötletem volt – folytatta – de a koreográfusomnak is megtetszett. Úgy gondoltam, ha egy ilyen nagy csarnokban, mint a pjongcsangi volt, AC/DC szól, akkor az nagyon élvezhető lesz.

NÉHÁNY BEJEGYZÉS

- Ez a lány kijött az AC/DC-vel, jól tudva, hogy a bírók utálni fogják, de a hugi szerencséjére nem törődött ezzel.

- Az új valaha volt kedvenc műkorcsolyázóm: Tóth Ivett, aki az AC/DC-től a Back in Black-re és a Thunderstruckra korcsolyázik. Úgy érzem magam, mint egy NFL-meccsen (vagy mint az edzőteremben). Egy olyan ruhát visel, ami egy bőr motoros szerkóra hasonlít. Az idősebb bírók mindjárt elájulnak.

- A magyar korcsolyázó a legkülönbözőbb eddig! Nem tudok semmit a műkorcsolyáról, de annak a lánynak drukoltam, aki a Thunderstruckra korcsolyázott!

- Hmm, ez a korcsolyázó Magyarországról nadrágot visel, szegces övet és egy bőrmellényt miközben AC/DC-re korcsolyázik, és azt hiszem, szerelmes vagyok.



A lila-fehérek uralták a bajnokságot

A megújult PEAC Birkózó Szakosztálya első rangos hazai versenyének adott otthont a Pécsi Egyetem sportcsarnoka. Az U23-as korosztály szabadfogású és női küzdelmei a bajnoki címekért folytak. A legeredményesebb csapat mindkét szakágban az Újpesti TE együttese lett.

A kiosztott húsz aranyérmes tizenhat egyesület osztozott. A hölgyeknél bajnokot avathatott a Tatabánya, a Nagykanizsa, a BVSC, a Budapesti Honvéd, az Újpest, a Vasas, az Esztergom, a Dél-Zselic, az ESMTK és a Pécs, míg a férfiaknál első helyezettet is soraiiban tudhatott a Budapesti Honvéd, a Pénzügyőr, az Érd, az Újpest, a Cegléd, az ESMTK, a Haladás és a Csepel is.

Az U23-as női országos bajnokság győztesei között ünneplhetők az újpestiek az 59 kilogrammosok mezőnyében aranyérmes Dollák Tamarát.

A férfiak U23-as szabadfogású országos bajnokságának UTE-s győztese is volt. Vilhelm Zoltán ezúttal sem talált legyőzőre, a szakemberek szerint is megérdemelten nyerte a versenyt a 65 kilogrammosok küzdelmében.

Külön öröm, hogy az újpesti szakosztály a női és a férfi csapatversenyben is az első helyen végzett, ami nem csak a versenyzők, hanem felkészítő edzőik minőségi munkáját is dicséri.

Női csapatpontverseny: 1. Újpesti TE, 2. Vasas SC, 3. Tatabányai SC
Férfi szabadfogású csapatpontverseny: 1. Újpesti TE, 2. Pécsi EAC, 3. Csepeli BC

Az oldalt összeállította: GERGELY GÁBOR

A legjobb négy között a röplabdás lányok

Az utolsó hazai extraliga mérkőzését játszotta az UTE csapata a röplabdabajnokságban. Ellenfelük az egykor szebb napokat is megélt Vasas Óbuda volt. Lányaink fél szemmel egy másik találkozót is figyelemmel kísérték, hiszen a Békéscsaba azt a Nyíregyházát látta vendégül, aki közvetlenül mögöttük állt a bajnoki táblán. Ha a nyíregyházaiak pontokat szereznek, nos, az nagy-

ban megnehezítette volna a lilák dolgát. Szerencsére a BRSE sima 3:1-s győzelmet aratott, így az már biztossá vált, hogy bármi is lesz a piros-kékek elleni mérkőzés eredménye, már biztosan ott van a legjobb négy csapat között az UTE. Ennek tudatában a lila-fehérek nyugodtan, mondhatni felszabadult játékkal győzték le a Vasast.

UTE–Vasas Óbuda 3:0 (18,16,20)



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

Állást kínál
 ● Újpesti építőanyag-telepre keresünk B kategóriás jogosítvánnyal 1 fő munkatársat (fuvarozás, rakodás, árueleadás). Fizetés próbaidőre: nettó 150.000 Ft/hó, Tel.: 06-30-210-2675

● Épületüzemeltetéssel, takarítással foglalkozó cég takarítókat keres XIII. ker. munkahelyre, délutános műszakba. Érdeklődés: 06-1-605-9839

● Épületüzemeltetéssel foglalkozó cég anyagmozgatókat (segédmunkást) keres, 8 óras műszakba. Érdeklődni a 06-1-605-9839 telefonszámon.

Oktatás
 ● Matematika-, fizika- és kémiakorrepetálást vállalok. Házhöz megyek. Hétfőig is. Tel.: 06-70 554-1395

Szolgáltatás
 ● SZOBAFESTÉS, MÁZOLÁS, TAPÉTAZÁS bútormozgatással. Parkettacsiszolás, aljzatkiegényelés, PVC-, szőnyegpadló-lerakás. Minőségi, precíz munka, mérsékelt áron. (Alapítva: 1998) Csapó György, tel.: 06-31-780-6430, 06-1-780-3732

● Szabó Balázs vállalja kémények belső marását, bélelését teljes körű ügyintéssel. 06-20-264-7752

● Kert, telek és épületek felújítása! Metszés, permetezés, bozótirtás, favágás, gyepesítés, térkövezés, kerítésépítés. Teljes körű építési, felújítási, szigetelési munkák reális áron, rövid határidővel. www.telekredezés.hu, 06-20-259-6319, 061-781-4021

● IKEA-típusú beépített szekrények, konyhabútorok, irodabútorok stb. méretek gyártása a legolcsóbban. Pl.: könyvszekrény (228x80x28cm): 13.800 Ft. Igényes munka, rövid határidő. Tel.: 06-30-368-1354

Régiség
 ● Kézpénzes felvásárlás! Arany 8500 Ft-tól, ezüst 350 Ft-tól, borostyán és korall ékszerek akár aranyáron. Régi bútorokat, festményeket, Herendi-, Zsolnay-, Gorka-, Hummel-, Meissen-, Kovács Margit-dísz tárgyakat, asztali-, fali- álló- és karórákat (nem működőt is), katonai eszközöket, képeslapokat, kítüntetéseket, érmekeket (pengő, márka, schilling stb.), teljes hagyatékot. Díjtalan kiszállítás, értékbecslés. V. ker., Szent István krt. 25. Tel.: 06-70-608-6082, szentistvankrt25@gmail.com

● Papír- és fémpénzt, bélyeget, képeslapot, papírrégiséget, régiségeket vásárolunk és árverésre átveszünk. Bp., VI. ker. Andrásy út 16. Tel.: 266-4154. Nyitva: H_SZ:10-17 CS: 10-19

● Pappné Szilvia, díjtalan kiszállítás, becslés. Mindenféle régiséget, dísz tárgyakat, antik bútorokat, festményeket, órákat, szobrokat, herendiket, ékszereket, bizsukat, régi pénzeket, szőnyeget, könyveket, bélyeget, érmekeket, jelvényeket, csillárokat, hagyatékot, kiemelt áron! Azonnal jóvók! Tel.: 06-20 465-1961, 06-70 942-0806

● Megnyitottunk a XIV. kerület THÖKÖLY ÚT 100/B-ben! HUNGÁRIA GALÉRIA ANTIKIVITÁS vásárol festményeket, antik bútorokat, asztali-, fali-, zseb- és karórákat, Herendi, Zsolnay, Meissen... stb. porcelánokat, Kovács Margit-, Hummel-, Gorka-kerámiákat, bronz és ezüsttárgyakat 100Ft-tól 600Ft-ig/gramm, háború előtti katonai kítüntetéseket, levelezőlapokat, képeslapokat, hagyatékot, borostyán és korall ékszereket, 10 ezertől akár 300 ezer Ft-ig. Tört arany 6 ezer Ft-tól, fazonarany 22 ezer Ft-ig. Értékbecslés és kiszállítás díjtalan! A Hungária körúttól 1 percre. Tel.: 06-20-358-8217

● JOZEF ANTIKIVITÁS vásárol magas áron BOROZTYÁN és korall ékszereket 30.000-tól 300.000 Ft-ig, antik bútorokat és ékszereket, festményeket, asztali-, fali-, zseb-, és karórákat, Herendi-, Zsolnay-, Meissen- stb. porcelánokat, Kovács Margit-, Hummel-, Gorka-kerámiákat, bronz és ezüsttárgyakat, háború előtti katonai kítüntetéseket, levelezőlapokat, képeslapokat, hagyatékot, tört és fog aranyat. Értékbecslés és kiszállítás díjtalan! XV. ker. Páskomilyet u.8. (Vásárarnokfal szemből) Tel.: 06-1-605-7075; 06-30-921-0915

Könyvek
 ● Könyveket vásárolok minden mennyiségben. Antik, használt, vagy új könyv is érdekel. Keressék meg régi térképet, képeslapot, fotót, jelvényt vagy játékot. Lomtalanítást vállalok. Kiszállítás természetesen ingyenes! Telefon.: 06-20 924-4123

Idősek otthona
 ● Ápolást, gondozást igénylő idősek jelentkezését várjuk szeretettel idősek otthonába 2018. májusi beköltözéssel, igényes, családi környezetben, vas megyei bentlakásos elhelyezéssel. Érdeklődjön: +3630/5809-301

Albérlet
 ● Segítségre szorulok! Szeretném, ha egy kedves idős asszony magához fogadna! 62 éves rokkantnyugdíjas nő vagyok. Tel.: 06-30 657-4828

Születésnap
 ● Pé-nek, 28. születésnapjára, nagyon boldog születésnapot kíván családja és barátai.

NYÍRI GALÉRIA ÉS RÉGISÉGBOLT
 Festmények, bútorok, dísz tárgyak, porcelánok, bizományszi értékesítés, becslés
 1042 Bp., Árpád út 56.
 Tel.: 06-20-433-8147

ANGOL-NÉMET SPANYOL nyelv tanfolyamok
 újpestinyelviskola
 Cím: 1042 Budapest, Árpád út 56.
 Telefon: 369-8674
 E-mail: info@ujpestinyelviskola.hu
 www.unyi.hu

P Á R T H Í R E K

Tisztelt Újpestiek! Amennyiben a jelölést támogató ajánlóívet alá szeretné írni **dr. Zsigmond Barna Pál**, a FIDESZ-KNDP országgyűlési jelöltjére, kérjük, hozzák be személyesen irodánkba. 1042 Bp., Árpád út 56. (l. emeleten az udvarban) hétköznap 8-20 óra között. Tel.: 369-09-05

FIDESZ-MPSZ KÉPVESELŐI FOGADÓÓRÁK
Jókay Áttila március 12-én, hétfőn 17-18 óráig, **Jánszkyne Ulman Mária, Bartók Béla** önkormányzati képviselők **március 14-én**, szerdán 18-19 óráig tartanak fogadóórát. Helyszín: (1042 Budapest, Árpád út 56.) Tel.: 369-09-05. **Dr. Szabó Béla** önkormányzati képviselő **március 26-án** hétfőn, 18-19 óráig tart fogadóórát. Helyszín: (1042 Budapest, Árpád út 56.) Tel.: 369-09-05
 www.ujpestifidesz.hu

Tisztelt Barátaink! Irodánk minden pénteken, 17 és 18 óra között tart nyitva. Kérjük Önöket, vegyék fel velünk a kapcsolatot, hogy minél hatékonyabban működésünk együtt! Címünk: 1046 Bp., Szent László tér 7. Tel.: 06-70-372-3709 www.ujpestijobbik.hu, e-mail cím: ujpest@jobbik.hu
Pajor Tibor önkormányzati képviselőnk fogadóórája: minden hónap első hétfőjén, 18 órától, a fenti címen.

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

KÉPVESELŐI FOGADÓÓRÁK
Dr. Trippon Norbert önkormányzati képviselő (1. vk.) minden hónap második csütörtökén 17 órától, **Belán Beatrix** önkormányzati képviselő minden hónap első péntekén 17-18 óráig. Helyszín: MSZP Újpesti-Káposztásmegyeryi Szervezet frakcióhelyisége (1041 Bp., Templom u. 6.). A fogadóórára előzetes bejelentkezés szükséges; Belán Beatrixhoz SMS-ben a 06 20 466 8426, dr. Trippon Norberthez a 06 20 745 9063 telefonszámon. **Dr. Barrel Zoltán** önkormányzati képviselő (2. vk.) minden hónap első szerdáján 17-18 óráig. Előzetes bejelentkezés, helyszín és időpont-egyeztetés a 06 30 400 9297 számon.

Horváth Imre országgyűlési képviselő fogadóórát tart minden hónap első csütörtökjén (**április 5-én**) 13 órától; **március 8-án és 15-én** 17 órától ingyenes jogsegélyszolgálat igénybevétele is lehetséges van (Képviselői Iroda, Kiss Ernő u. 3.). Előzetes bejelentkezés, vagy más időpont egyeztetése a 30-458-9929-es számon!

Berényi Erzsébet önkormányzati képviselő (Demokratikus Koalíció) minden hónap második hétfőjén 17 és 18 óra között fogadóórát tart előzetes egyeztetés után a DK Újpesti Szervezete frakcióhelyiségében. Cím: 1042 Budapest, Árpád út 19. Bejelentkezés: 06 30 714 0774. E-mail cím: Budapest11@dkp.hu, http://dkujpest.hu

FOGADÓÓRA
Légrádi Péter önkormányzati képviselő (Együtt – A Korszakváltók Pártja) fogadóórája minden hónap első szerdáján 18 és 19 óra között. Helyszín: az Együtt újpesti frakcióhelyisége (Bp., IV. Árpád út 162.) E-mail: ujpest@egyuttpart.hu

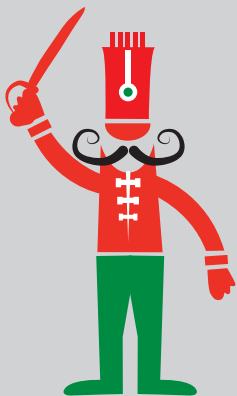
FOGADÓÓRA
Dr. Dabous Faye (5. sz. vk., Újpestért Egyesület frakció) Fogadóóra: minden hónap második hétfőjén, 17 és 18 óra között. Helyszín: Káposztásmegyeryi Településrészi Önkormányzat (1046 Bp., Hajlú u. 42-44.)

ÚJPEST SZÍNHÁZ
 AZ ELŐADÁS NEM HÍVETTES.
 az Előadó bemutatja:
 ROLAND TOPOR
ALBÉRLET AZ ASZTAL ALATT
 VÁLJATEK KÉT NÉZŐN
ÁPRILIS 7. 19 óra
 Újpesti Színház, Nagyszínpad

ÚJPEST SZÍNHÁZ
 a BudaFi Bábteátrum bemutatja:
KALAP KALAND
MÁRCIUS 24. 15 óra
 Polgár Centrum

Ingyenes jogsegélyszolgálat 2018-ban is

Budapest Főváros IV. kerület Újpest Önkormányzat Polgármesteri Hivatala – a korábbi évekhez hasonlóan – 2018-ban is gondoskodik ingyenes jogsegélyszolgálat biztosításáról Budapest Főváros IV. kerületének (Újpest) lakosai részére. Minden második héten hétfőn, 9:00-11:00 között biztosított lehetőség jogsegélyszolgálat igénybevétele. A jogsegélyszolgálat helye: 1041 Bp., István út 14., földszint 27. számú iroda („rég”i Városháza épülete). A részvételhez továbbra is előzetes bejelentkezés szükséges, ezért kérem, hogy előzetesen dr. Kocsis László ügyvédnél, a 06 30 55 77 864-es telefonszámon szíveskedjenek időpontot foglalni.
 DR. TAHON RÓBERT jegyző



ÜNNEPI NYITVATARTÁS!

március 14. szerda: 6:00–17:00
 március 15. csütörtök: zárva
 március 16. péntek: 6:00–16:00
 március 17. szombat: 6:00–14:00
 március 18. vasárnap: 7:00–14:00



március 15.

Az ÚJPESTI SZENT ISTVÁN TÉRI PIAC és VÁSÁRCSARNOK ajánlatai 2018. március 8–14.



5150 Ft
/kg

VADÁSZ SZALÁMI
 Vadász Kamrája Kft.-nél



899 Ft
/kg

FÜSTÖLT HÁTSÓ CSÜLÖK
 Te-So Bt.-nél



700 Ft
/kg

PASZTERNÁK
 Hajdú Vendel András őstermelőnél



300 Ft
/kg

SAVANYÚ KÁPOSZTA
 Dóka Erzsikénél

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

TOVÁBBI HÚSAKCIÓK

A Virágcsarnokban a Mátyás Hús Kft.-nél csirkecomb 599 Ft/kg | csirkeszárny 499 Ft/kg | csontos csirkemell 999 Ft/kg | csirkemellfilé 1199 Ft/kg | csirkemáj és csirkezuza 499 Ft/kg. A Kiscsarnokban a Te-So Bt.-nél csirkemellfilé 1290 Ft/kg | bugaci parasztkolbász 1590 Ft/kg | füstölt hátsó csülök 899 Ft/kg. A Nagycsarnokban a Vadász Kamrája Kft.-nél vaddisznószalámi 5150 Ft/kg | paprikás vaddisznószalámi 5350 Ft/kg | Vadász szalámi (szarvashús) 5150 Ft/kg | ózszalámi 5090 Ft/kg.

TOVÁBBI ZÖLDSÉG- ÉS GYÜMÖLCSAKCIÓK

A Nagycsarnokban Tóth Zoltánnál káposzta 140 Ft/kg | krumpli 140 Ft/kg | vöröshagyma 140 Ft/kg | Starking alma 260 Ft/kg | sütőtök 200 Ft/kg. A Nagycsarnokban Hajdú Vendel Andrásnál paszternák 700 Ft/kg.

EGYÉB AKCIÓK

A Nagycsarnokban Dóka Erzsikénél savanyú káposzta 300 Ft/kg. A Kiscsarnok oldalában a Cserpes Sajtműhelynél leveles tehéntúró 320 Ft/25 dkg.

PIAC PLACC A SZENT ISTVÁN TÉREN

Szombaton és vasárnap 7.00–14.00 óra között az időjárás függvényében!



PIAC PLACC REGISZTRÁCIÓ A PIACFELÜGYELŐSÉGEN:
 KEDD 9.00–11.00, CSÜTÖRTÖK 13.00–15.00 ÓRA KÖZÖTT.

ÚJ PIAC ÉS VÁSÁRCSARNOK ÉPÜL!
 AZ ÉPÍTKEZÉS IDEJE ALATT A RÉGI PIAC MINDEN NAP ÜZEMEL.
 A FORGALMIREND-VÁLTOZÁST KÖVESSE AZ UJPEST.HU/PIAC OLDALON.

ÚJPESTI NAPLÓ

Kiadó: Újpesti Sajtó Szolgáltató Nonprofit Kft. • Ügyvezető igazgató: Kollár Zoltán • Főszerkesztő: Tallér Edina • Felelős szerkesztő: Domján Vivien, • Munkatársak: Baski Sándor, Gergely Gábor, Juhász Mátyás, Profusz József • Fotó: Berki Bea, Domján Vivien, Szabó R. János, Várai Mihály • Irodavezető: Csekóné Czeglédi Csilla • Szerkesztőség: 1045 Budapest, Erzsébet utca 8. Titkárság: 785-0366. Újpesti Napló: 06-70-398-8229. ÚKTV: 06-70-398-4206, e-mail: szerkesztoseg@ujpestimedia.hu • Lapterv, nyomdai előkészítés: K8 • Nyomdai előállítás: e-Print Magyarország Nyomdaipari Zrt. • Terjesztő: Feibra Kft., Tel.: 06-1-340-9921, E-mail: feibra@feibra.hu • Print ISSN: 2061-7283 • Online ISSN: 2061-7291 • Megjelenik minden héten 43 500 példányban. • Vállalkozói és méretes hirdetések feladása: hirdetes@ujpestimedia.hu • Kéziratokat nem őrünk meg és nem küldünk vissza. Közlés esetén fenntartjuk a szerkesztés jogát! • A megjelent meghívók és hirdetések tartalmáért felelősséget nem vállalunk. • Részletes információk, hírek, tudnivalók: www.ujpest.hu • Csatlakozzon hozzánk! www.facebook.com/ujpest.kaposztasmegyere



Tavaszi operett

Az előző évekhez hasonlóan Újpest Önkormányzata idén is ajándék színházi előadásra hívja az újpesti szépkorúakat. A meghívó levélben érkeznek!

Idén a Bob Herceg című kétfelvonásos operettet tekinthetik meg az érdeklődők Bozsó József rendezésében. A darabban közreműködik majd a Dunakeszi Szimfonikus Zenekar.

A program természetesen idén is ingyenes. Az előadás március 24-én, a Vasas Jégcentrumban lesz, 15 órai kezdettel. A helyeket 13.30-tól lehet elfoglalni. A Jégcentrum címe: IV., Homoktövis u. 1. (Homoktövis u. - Külső Szilágyi út sarok).

Az előadásra szóló meghívó POSTÁN érkezik majd. A belépéshez a meghívóra vagy a lakcímkártyára lesz szükség. A meghívóval egy másik levelet is kapnak az újpesti szépkorúak, amelyben az idej tartósélelmiszer-osztásról tájékozódhatnak.



A darabról

„Londonban, hej, van számos utca...” – és ezeket az utcákat járja éjjelente álruhában, mandolinját pengetve György herceg, az angol trón váromnyosa. Szerelme a szegény, de annál gyönyörűbb Annie, és az utca népe csak Bobnak szólítja. Az anyakirálynő már kiszemelte György számára a leendő arát az udvarban – Annie kezére pedig a bugyuta borbély ácsingózik. „Te más világban, én más világban” – szárnyal a szomorú dallam Huszka Jenő



operettjében, s mire a függöny legördül, kiderül, legyőzi-e a rangkülönbséget a „minden akadályt legyőző szerelem”.



Találkozások! Programsorozat az újpesti szépkorúaknak

Operett két felvonásban – egy szünettel

Huszka Jenő – Martos Ferenc – Bakonyi Károly:

„Londonban, hej, van számos utca...”

BOB HERCEG

2018. MÁRCIUS 24. (szombat)

Kezdet: 15.00, kapunyitás: 13.30

Helyszín: Vasas Jégcentrum (1046 Budapest, Homoktövis utca 1.)

SZERELŐSZTÁS

RENDEZTE: BOZSÓ JÓZSEF

A királynő – KÁLLAY BORI Érdemes művész | György herceg, a fia – SÖVEGJÁRTÓ ÁRON | Annie, Tom apó lánya – BODOR SZABINA Pomponius, a herceg nevelője – KORÓSI CSABA / SZIRTÉS GÁBOR | Viktória hercegnő – HALAS ADELAIDA Lord Lancaster, gárdakapitány – SZELES JÓZSEF | Hopmester – BOZSÓ JÓZSEF | Mary Pickwick – STEINKOHL ERIKA Tom apó – TÓTH LOON / NAGY GÁBOR | Plumpudding, borbély – MÁTÉ P. GÁBOR | Pickwick, kocsmáros – ZSOLNAY ANDRÁS Gipsy – VAJDA KÁROLY | Udvarhölgyek – BONYHÁDI VIKTÓRIA, CSUTAK NOÉMI, LUKÁTS SÁRA, ZAB JOHANNÁ Katonák – IMRE MARCELL, RÁCZ JÁNOS, ROGÁCSI MÁRTON, SCHMIDT MARCELL

Zenei vezető – KÉMÉNCZY ANTAL | Jelmeztervező – LIBOR KATALIN | Koreográfus, látvány – BOZSÓ JÓZSEF
Közreműködik a Dunakeszi Szimfonikus Zenekar – Vezényel: Farkas Pál

ujpest.hu

A műsorváltóztatás jogát fenntartjuk!

Facebook.com/ujpest.kapozatsmegjer
További információ: ÚjpestMedia /+36-1-785-0366/

