

Itt a tavasz, hozd formába magad a NAPFÉNY MOZGÁSTÚDIÓBAN
Gyere és mozogj velünk jó hangulatban, szakképzett oktatókkal, igényesen kialakított, napfényes környezetben. Tánc, mozgás és fitness gyerekeknek és felnőtteknek! **Tanfolyamainkra és fitness óráinkra első alkalommal telefonos bejelentkezés szükséges!** (Fodorni Ferenci Eszter: 06-70-612-9516)

MAJNISI AKCIÓKNK: BÉRLLETEINK MELLÉ AJÁNDÉK!!!

KISVIRÁG AKCIÓNK: Hozz nekünk egy szál virágzó orgonát, és 4 alkalmas fitness bérleted mellé kapsz tőlünk egy ajándék alkalmat!
PRÓBÁLD KI: a Zumba® Fitnessst*, ha szeretnél tánc közben fogyni; a Box aerobicot, ha valami ütősebbre vágysz; a Fitty-t, ha nyugodtabb tempóban szeretnéd formálni a tested; a Jógát, ha szeretnéd leveztetni a hétköznapi stresszt, megnyugtatnád testedet-lelkedet.

*** A ZUMBA® EGY TÁNCOS FITNESS ÓRA** – aerobic elemekkel kombinálva, amely hatékony zsírégető – akár 1000 kalóriát is elégethetünk egy óra alatt –, változó intenzitása miatt rendkívül jó állóképesség-növelő, a lépések közé rejtett erősítő mozdulatok pedig tónust adnak az izomzatnak, így formálva és feszessé téve azokat.

Nem kell hozzá tánc tudás, nincsenek nehezen megtanulható hosszú koreográfiák, bármilyen edzettségi szintű ember végezheti.

Változatos autentikus zenék, forró hangulatú dél-amerikai táncok, jó hangulatú edzések – erről szól a Zumba® Fitness.

GYEREKÓRAINK: Labdás fejlesztő óra (4-7 év); Színpadi tánc (8-14 év). Testvéreknek 10% kedvezmény!

ÚJDONSÁG: GYERMEK FITNESS!

Koordináció, állóképesség és ritmusérzék fejlesztő óra 4-7 éveseknek (szerdán 18-19 h, csütörtökön 17-18 h), illetve 8-12 éveseknek (kedden 17-18 h).

MAGÁNÓRA ÉS ESKÜVŐRE FELKÉSZÍTÉS KEDVEZŐ ÁRON!

MEGÚJULT ÓRARENDÜNKET KERESD A WWW.FA-HAZ.HU, VAGY A WWW.HELVIHIREK.HU WEBOLDALON!

1162 Ferenc u. 59. – parkolás az udvarban (megközelíthető a Damjanich utcán a Csömöri útról a Mátyás király u. magasságában)
Tel: 06-70-612-9516 • e-mail: napfeny.mozgasstudio@gmail.com

<p>TOVÁBBI PROGRAMOK A FA-HÁZBAN Bejelentkezés, információ: 06-70-612-9516</p> <p>► FENG SHUI – a tudatos terendezés tudománya – kezdőknek május 8-9-én; Ki gondolná, hogy a közvetlen környezetünk milyen komoly befolyással van életünk legfontosabb területeire, mint pl. a sikerre, a karrierre, a pénzügyekre, az egészségre, a párkapcsolatra... A kétnapos tanfolyamon a résztvevők megismerhetik a Feng Shui alapelveit, és az alkalmazás első lépéseit, amellyel életüket harmonikusabbá tehetik. A tanfolyamot Skultély Andrea Feng Shui szakértő tartja (10 éves gyakorlat, publikációk), a tanfolyamon a létszám korlátozott, díja 17.800 Ft/fő. Előzetes jelentkezés szükséges május 6-ig.</p> <p>► AURAFOTÓZÁS – május 13-án – Bodnár Tas auraszakértővel. Összetett testi, lelki, szellemi elemzés és tanácsadás – előzetes telefonos egyeztetés szükséges május 10-ig. (8.000 Ft/fő: fotó, elemzés, tanácsadás)</p> <p>► TÁNCTERÁPIA – május 15-én 10-14-ig H. Nagy Krisztinával (pszichológus) és Musitz Ágnessel (jógaoktató) – mozgás- és táncrapeuták. Bizonyítottan gyógyító, terápiás hatás: mozgásos önismeret a spontán felszínre törő, ösztönös mozdulatok segítségével és azok feldolgozásával. Tánc tudást nem igénylő foglalkozás a magunk és mások megismerésére. (7.000 Ft/fő) Előzetes jelentkezés szükséges május 13-ig!</p>	<p>06-30-948-1703 KONTÉNER-S KONTÉNERES SITT-, SÖDER-, HOMOK-, KISGÉP-SZÁLLÍTÁS</p> <p>Termelői méz: akác-, repcé- és vegyesméz kapható Marci bá méhészete Bp. XVI. Irha u. 31. Tel: 409-1481 <small>A XVI. kerületben 3 kg-tól díjtalan házhozszállítás!</small></p>
<p>Fogorvosi rendelő Cinkotán fogszabályozás • tömések • kerámia betétek kerámia héjak • igényes fogpótlások szájsebészet • ultrahangos fogköveteltávolítás dentalhigiéniai szaktanácsadás fogfehérités • gyermekfogászat díjmentes állapotfelmérés • fogászati szűrővizsgálat</p> <p>Előzetes időpontegyeztetéssel a várakozási idő minimális. Tel: 400-11-67 Bp., XVI., Múvezető u. 7. Rendelési idő: H-P: 8-20-ig</p> <p>Kellemes, nyugodt környezetben, garanciális szakellátással várja Önt és gyermekét: dr. Bártfai Eszter és dr. Pável Júlia • www.bobdent.hu</p>	

8. oldal

A szülők iskolát is választottak...



A korábban sereghajtó Lemhényinek jót tett a felújítás, az igazgatóváltás és a profilváltás – a két tannyelvű osztály iránt a szülők körében igen nagy volt az érdeklődés

Zuglóban egyelőre még nem született döntés az iskolákban indítható osztályokról, ugyanakkor az ottani beiratkozásai eredményekről már pontosabb adataink is vannak. Az Álmos Vezér Gimnáziumot és Általános Iskola-át összesen 46-an választották (ez valószínűleg két első osztályt jelent majd), az Arany János-ba 52-en (2), a Heltaiba 20-an (1), a Herman Ottóba 68-an (3), a Hunyadi Jánosba 58-an (2), a Jókai Mórba 47-en (2), a József Attilába 27-en (1), a Kaffka Margitba 48-an (2), a Liszt Ferencbe 82-en (3), a dr. Mező Ferencbe 82-en (3), a Móra Ferencbe 48-korlatilag csak szeptember 1-én zárul majd. Ami viszont már most biztosnak tűnik – erről ugyanis már bizottsági határozat is született – a Kőlcsey Ferenc- és a Batthyány Ilona Általános Iskolában szeptembertől a korábbi kettő helyett három első osztály indul majd. Információnk szerint a Tánccsics Mihály Általános Iskolába és Gimnáziumban is lenne három osztályra igény, erről azonban lapzártánkig nem született döntés. A többi kerületi iskola sem panaszkodhat, mindenhol könnyedén összejtött a kétszotálynyi gyerek. A korábbi évek sereghajtójának, a Lemhényinek is jót tett az igazgatóváltás, illetve az iskola profiljának megváltoztatása. A két tannyelvű osztály iránt ugyanis nagyon nagy volt az igény a szülők körében.

INTER-HALLER KFT.
Személy- és tehergépkocsik
teljes körű javítása és **HELYSZINI VIZSGÁJTATÁS**
Robogók forgalmazása és javítása

KÖRNYEZETVÉDELMI ZÖLDKÁRTYA
MOTORDIAGNOSZTIKA
OLAJCSERE DÍJMENTESEN
KAROSSZÉRIA JAVÍTÁS
GUMISZERELÉS, CENTRIROZÁS
ÚJ ÉS HASZNÁLT GUMIKÖNYEP ÁRUSÍTÁS
LÉZERES FUTÓMŰÁLLÍTÁS
SORON KÍVÜLI SZERELÉS

1161 Bp. József u. 107.
T/F: 405-4191, 06-20-927-4283
Nyitva: H-P 7-17
Szombaton 8-14-ig:
ZÖLDKÁRTYA ÜGYELET

INTER-HALLER KFT.

– Esti próba – a Marosvásárhelyi Nemzeti és a Művészeti Egyetem közös előadása. Egy esti próbának a története a darab, melynek során a "bőlény" és a "kezdő" nemcsak a híres szerepeket izlelgető, próbálgató színészekként, de férfiként és nőként is szembekerül egymással. Zampano és Gelsomina kettőse észrevétlenül vált át az öregedő férfi és a nőiességet próbálgató gyereklány szerelmi csatározásává.
Jegyár: 1400 Ft;

Május 2-9-ig: A SZÜLETÉS HETE – ORSZÁGOS RENDEZVÉNY-SOROZAT keretében az Erzsébet-ligeti színházban is számos program várja a kismamákat, nagymamákat, családokat, érdeklődőket minden olyan témában, amely a „születés” fogalmához kapcsolható. Ennek keretében:
• május 5. szerda 18 óra: **HÖLGY-KASZINÓ** – házigazda: Horváth Szabolcsné Irén vendége: DR. RUSZ EDIT klinikai pszichológus – interaktív előadása „MINDHALÁLIG SZERELEM” címmel a minden korban megtapasztalható szerelem és szexualitás témáját boncolgatja, mely nem nélkülözheti a megfelelő lelki, érzelmi és emberi összefonódást.
• Május 7. péntek 17 óra – **KOBZA ZSUZSA MESŐ – DULA** – a Születés Hete 2010. főszervezője, négy gyermek édesanyja mesél arról, hogy a várandósok saját értékrendjüknek megfelelően tudnak szülésmódot választani, ha a lehetőségek közt elkalauzolják őket. Ebben a dulák is nagy segítséget jelentenek a kismamáknak. A dula egyénre szabottan, akár saját szülősi élményeivel is támogatás tud nyújtani a szülő nőknek. ***További programokról részletesen a www.corvin16.hu honlapon olvashatnk.***

Helyi Hírek

2010. május 4.

Büntetlenül kocsmáztak a gyerekek



Mulatás sashalmi módra (diákok a Hősök fasorából)

mostanában olvasta Lantos Antal Sashalom története című könyvét, ami a felkészülés alapja volt.

Ha ön is ki szeretné próbálni tudását, látogasson el a nemrég nyílt Kertvárosi Helytörténeti Gyűjteménybe, a Veres Péter 157. alá, és töltsé ki a tesztet. Esetleg előtte vásárolja meg a könyvet, úgy biztosan könnyebb lesz! Ha úgy gondolja, nincs szükségé „puskára”, akkor válaszoljon: minek épült eredetileg a polgármesteri hivatal? Ha ön rávágja, hogy kórháznak, akkor bizony téved, mert 1927-től kereskedelmi középiskola működött a falak között, ám a magánkezdeményezés hamar dugába dőlt. A gyerekek számára ez egyértelmű volt: Tíz csapat, félszáz gyerek játszott a humorral jócskán átszótt színdarabokban, melyek mint sejtethő, Sashalom történetét dolgozták fel. Ez a településszér volt egészen a beiratkozás bizonytalanságban hagyták a szülőket és a pedagógusokat, végül néhány héttel a beiratkozás előtt visszavontak minden változtatási tervet. A szülők azonban mind a mai napig bizonytalanok maradtak az intézményekkel szemben, így hiába végeztek rendkívüli munkát a pedagógusok mindkét iskolában, a szülők inkább a biztosabb lábakon állós intézményeket választották. **(S)**

Magyar – Angol Két Tannyelvűbe 94-en (3 vagy 4), míg a Zuglói Hajós Alfréd Magyar – Német Két Tanítási Nyelvűbe 63-an (2 vagy 3) jelentkeztek. A számokból is kitűnik, hogy az esetek nagy részében megvolt az előzetesen várt gyereklétszám. A két egyosztályos iskola, a Heltai és a József Attila pedig még mindig azt nyögi, hogy tavaly januárban az önkormányzat az intézmények összevonását fontolgatta, majd egészen a beiratkozás bizonytalanságban hagyták a szülőket és a pedagógusokat, végül néhány héttel a beiratkozás előtt visszavontak minden változtatási tervet. A szülők azonban mind a mai napig bizonytalanok maradtak az intézményekkel szemben, így hiába végeztek rendkívüli munkát a pedagógusok mindkét iskolában, a szülők inkább a biztosabb lábakon állós intézményeket választották. **(S)**

„Szülői mesterség iskolája”

Már az ötödik sikeres előadás időpontja érkezik el 2010. május 13-án, csütörtökön 18 órai kezdettel. A Szent Imre u. 115. szám alatti Beszédjavító Általános Iskolai Tagintézményben. Faragó Anikó iskolapszichológus a szülők kérésére a gyermekkori szexuális érdeklődésről és az ehhez való helyes viszonyulásokról ejt szót. Fehér Viktor tanító előadásában bemutatja a család nevelési attitűdjének fontosságát és szerepét a gyermekek nevelésében. Ferenci Katalin betekintést enged a numerológiai elemzésekbe, melyek gyermekeink jobb megismerését, elfogadását, és hatékony nevelését segíti elő. Ehhez kapcsolódóan célravezető eszköznek bizonyul a bemutatandó BACH-virágterápiás segítségnyújtás lehetősége is. Mindezek jelentőségéről, alkalmazásáról egy kellemes légköri beszélgetés során szerezhetnek tudomást a jelenlévők. Szeretettel várunk minden érdeklődőt!

Tarnai Klára tagintézmény-vezető

MINDEN AMI ÉPÍTÉSZET

Relator.hu Kft

Generál kivitelezés

de szeretjük az öreg házakat is: BONTÁS HELYETT ÉRTÉKET TEREMTÜNK!

Tervezés, statika, kivitelezés, felelős műszaki vezetés

Szakipari tevékenységek:

- ◆ Kömüves munkák: gödörtől tetőig
- ◆ Épület gépészet: víz, gáz, villany, napkollektor
- ◆ Száraz építészet: gipszkarton falak, álmennyezetek
- ◆ Hideg és meleg burkolatok
- ◆ Homlokzati hőszigetelés
- ◆ Bádogozás, tetőfedés
- ◆ Lakatos szerkezetek, automata kapuk

**Ön megálmodja
Együtt megtervezzük
Mi felépítjük**

Tel: 30/948-7152, 405-5917 • e-mail: info@nemzetimarketing.hu
web: www.nemzetimarketing.hu (→partnereink→építőipar)
Cím: 1161 Budapest, Kornél u. 14.

2010. május 4.

Helyi Hírek

A szülők döntöttek a renitens gyerekről

Rossz gyerek szinte minden osztályban van. Egy jó pedagógus általában hamar felismeri, hogy kik azok a gyerekek, akikkel a legtöbb gond lehet. Persze, olyan is előfordul, hogy a rossz gyerek és a közösség viszonyán pedig semmilyen pedagógiai fortély nem segíthet. Olyan azonban ritkán fordul elő, hogy egy ilyen ellehetetlenült helyzetben a szülőknek kell segítenie.

Az Álmos Vezér Gimnázium és Általános Iskolában április 23-án pontosan ez történt. Az-

nap ugyanis a 23 fős 3/b osztályból csak ketten mentek iskolába. A többiek otthon maradtak. A szülők ezzel a renahagyó esz-közsel kívántak nyomást gyakorolni az intézmény vezetésére. Szerintük ugyanis az iskolában elhárapódzó agresszió már a gyerekeik biztonságát veszélyeztette. A 3/b szülői szertint az osztályt már régóta rettegésben tartotta egy kislíú. A gyerekekkel már állítólag elsöben is gond volt, de akkor még valahogyan kezelni lehetett ezt a problémát. Harmadikra azonban a fiú annyira agresszívá vált, hogy az már a többi gyereket veszélyeztette. A szülők néhány konkrét példát is felemlengettek: a fiú talált az udvaron egy tapétavágó kést, majd azzal szórakoztatta magát, hogy odament a lányokhoz, és a nyalacsics. **(B)**

A dokumentum végül április 21-re elkészült, és a tanító behívatta a gyerek anyját, hogy a jellemzés tartalmát vele is megismertesse. A fiú édesanyja azonban nem volt hajlandó az állításokat aláírásával is alátámasztani. Másnap a gyerek édesapja is megjelent az iskolában, és életveszélyesen megfenyegette a tanítónót. A pedagógus szerint akkor látította, „ha a levél kikerül az iskolából, akkor agyonveri őt, és ígéri, hogy vér fog folyni.” Az apa a szülői munkaközösség felé is tett egy gesztust, mondván, ha bárki megpróbálja a fiát kirúgatni, annak vele gyúll meg a baja. Ekkor döntöttek úgy a szülők, hogy többé nem hajlandók egy közös-ségben maradni a fiúval.

A szülői nyomás aztán eredményesnek bizonyult. Az iskola vezetése ugyanis április 26-án rendkívüli szülői értekezletet hígyék őt haza a szülei. A szülők azonban nem hagyták ennyiben. Egyikük például orvosi látélettel igazolta, hogy a gyermekének az osztályon belüli agresszió miatt már szorongásai vannak.

GYERMEKNAPRA és ballagásra kínálnk:
fajátékokat, memória- és társasjátékokat, babaházat, ékszerdobozkákat, epítőjátékokat, hintát, gyűrűt, gördeszkat, kreatív egységcsomagokat, könyveket, és még sokféle ötletes és szép játékot, ajándékot.

1165 Bp. Margit u. 106.
(Baross G. u. sanok 44, 46, 244-es vonalán) Nyitva: H-P 10-17 óráig

Kedvező árakkal és nagy választékkal várjuk kedves régi és új vásárlóinkat!
„Kicsi a bolt, de erős!”

Salus, Supi+, Szamos
Gyermek gyógycípők
szaküzlete
Magyar gyerekcipőink: **Falcon, Linea, Szamos kőtyök, Asso**



Telefon: 06-30-686-3103
1149 Bp., Nagy Lajos kir. útja 168.

9. oldal