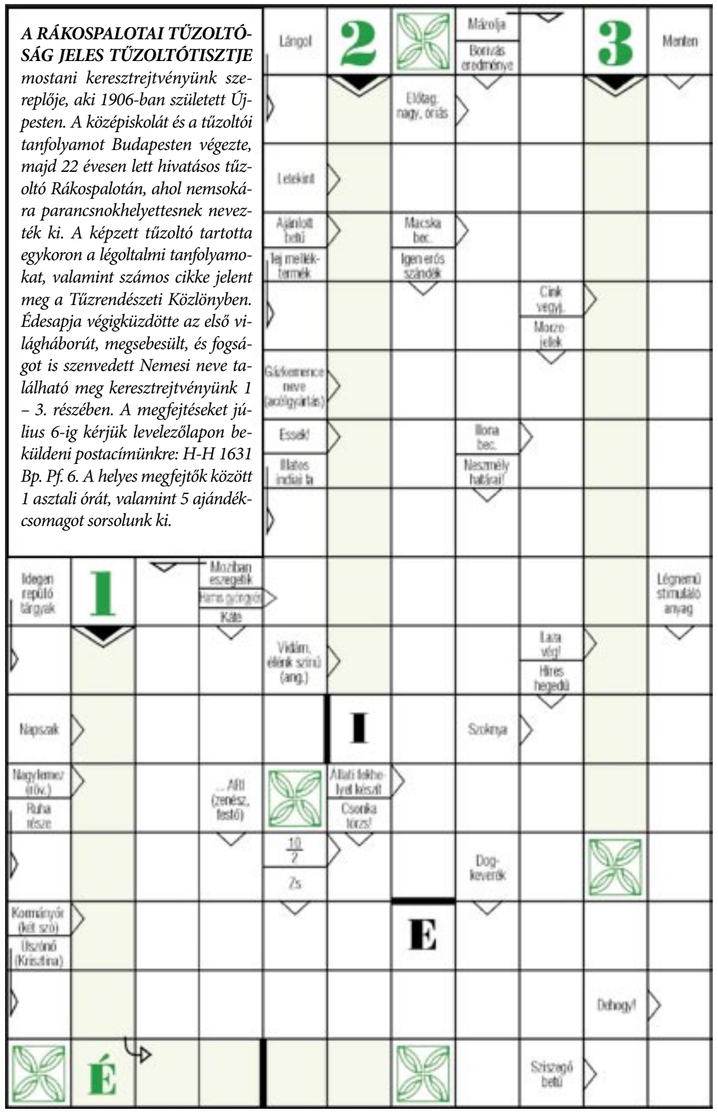
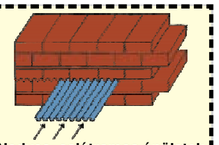
A RÁKOSPALOTAI TŰZOLTÓSÁG JELES TŰZOLTÓTISZTJE mostani keresztrejtvényünk szereplője, aki 1906-ban született Újpesten. A középiskolát és a tűzoltói tanfolyamot Budapesten végezte, majd 22 évesen lett hivatásos tűzoltó Rákospalotán, ahol nemsokára parancsnokhelyettesnek nevezték ki. A képzett tűzoltó tartotta egykoron a légoltalmi tanfolyamokat, valamint számos cikke jelent meg a Tűzrendészeti Közlönyben. Édesapja végigküzdötte az első világháborút, megsebesült, és fogságot is szenvedett Nemesi neve található meg keresztrejtvényünk 1 – 3. részében. A megfejtéseket július 6-ig kérjük levelezőlapon beküldeni postacímünkre: H-H 1631 Bp. Pf. 6. A helyes megfejtők között 1 asztali órát, valamint 5 ajándékcsomagot sorsolunk ki.



Fridrik Ágoston községi főjegyző (Cinkota) volt előző keresztrejtvényünk szereplője, aki 1885-ban született Pusztavarsányban. A középiskolát Nagykőrösön, a jegyzői tanfolyamot Budapesten végezte, azután leszolgálta önkéntesi évét, és emléklapos főhadnagyként szerelt le. Előbb aljegyző volt Rákoscsabán, majd vezető jegyző lett Nagytarcsán, 1932-től lett hivatalvezető. Tagja volt a vármegyei bizottságnak. Nős, gyermekei: Zsuzsanna (Prepeliczay Árpádné), Zoltán és Erzsébet. A kövéren szedett szavak voltak megtalálhatók keresztrejtvényünkben.

Nyerteseink a következők: asztali órát nyert Markó Györgyné (XVI. Szent István u.). Ajándékcsomagot nyert Szőnyi Dóra (XVI. Irha u.), Szebelédi István (XVI. Ajak u.), Tarnavölgyi Péterné (XIV. Mexikói u.), Fábián Zsuzsanna (XIV. Rákos tér) és Hidvégi Lajosné (Kistarcsa, Homokdűlő u.). A nyeremények átvételének módjáról levélben küldünk értesítést. *Nyerteseinknek gratulálunk, olvasóinknak további jó szórakozást és sok szerencsét kívánunk!*

SALIX
KERTÉSZETI ÁRUDA
1164 Bp. Magtár u. 40.
T/F: 400-3059, 06-30-9448-394
Gyümölcsfaoltványok, disznövények
Cserjék, rózsák, lombosfák
Sziklakerti örökzöldek, évelők
Talajjavító anyagok, virágföldek
sziklák, vízinövények, tavihalak
Kert-, sziklakert és kerítő építés
Tuják, fenyők, örökzöldek
Öntözőrendszerek
tervezése, felépítése
Kül- és belteri kerámiák
Ny: H-P 8-18, Szo: 8-17, V: 8-13


Nedves, salétromos épületek
utólagos szigetelése
falbontás, fúrás nélkül
rozsdamentes, Cr-Ni lemezzel
izometál szabadalom szerint.
Korrózióra 50 év garancia
IZOMETÁL EC.
Tel/Fax: 06-1/388-7480
www.izometal.hu

Fehér Dental
szívvel és szakértelemmel...
FOGÁSZAT
AZ ÖRS VEZÉR TÉREN
a volt BKV-Ház II. emeletén (X. Fehér út 1.)
Díjfizetési Csekk elfogadóhely
Barátságos környezet, fájdalommentes kezelések,
ingyenes állapotfelmérés, részletfizetési lehetőség
Hívjon bátran!
VÁRJUK SZERETETTEL!
Bejelentkezés: 216 4301
0630 26 28 100
www.feherdental.hu

Makrai Katalin is teniszezett a zuglói ovisokért

A zuglói Nőszirom Kulturális, Sport Közhasznú Egyesület idén júniusban is megrendezte a hagyományos jótékonysági tenisztornáját. A helyszín idén is a Csömöri úti MiniGarros Tenisz Klub volt. A résztvevők, körülbelül 80 játékos, fejenként 5000 Ft-ot fizetett nevezési díjként, amelyet idén is a zuglói óvodák kaptak. A hagyományos elemek közé tartozott még, hogy a versenyt férfi párosban, vegyes párosban és gyerekkorosztályban rendezték meg. Ugyancsak megszokott esemény a jótékonysági teniszversenyeken, hogy a játékkal párhuzamosan főznek is a résztvevők. Az idei pörköltnek is nagy sikere volt.

De akadt azért néhány újdonság is az idei rendezvényen. Többek között az, hogy a Zuglói Vagyonkezelő Zrt. első ízben állt be a támogatók közé. Másodszor pedig az, hogy Schmitt Pálnak, az Országgyűlés és a Magyar Olimpiai Bizottság elnökének a felesége, Makrai Katalin (aki képünk bal oldalán látható) először vett részt a versenyen. A Postás SE egykori olimpiai ezüstérmes tornásza, aki éveken át a televízión keresztül minden este megtornáztatta Magyarországot, ma már csak ritkán sportol. A teniszt azonban nagyon szereti, ha teheti, egy héten egyszer ütött fog a kezébe. Háromgyerekes családanyaként, illetve egy sportdiplomata feleségeként pedig tisztában van azzal is, hogy mekkora jelentősége van egy ilyen jótékonysági sporteseménynek. Makrai Kati tehát első szóra igent mondott, így idén sem maradt díszvendég nélkül a tenisztorna. A június 19-i teniszversenyt Rátonyi Gábor nyitotta meg, és a versenyt több kerületi óvodavezető is megtekintette. **(M)**

A 25 éves óvoda és a Népstadion története

Az 1960-as olimpia helyszíneül megépített Népstadionnak egy olyan területet kerestek, mely nem esett messze a várostól, ugyanakkor elegendő helyet biztosított a monumentális építmény megvalósításához. A jelenlegi Dózsa György út – Ifjúság útja – Stefánia út által határolt terület ideális helyszínnek tűnt. Az építkezést mindössze egyetlen apróság hátráltatta, az az óvoda, mely a mai stadion helyén működött. Az építtetők ezért első lépésként átalakították a közeli Egressy út elején egy üressé vált üzemet, és odaköltöztették az óvodát. Azóta majdnem 60 év telt el, de az ovi és a stadion barátsága töretlen maradt. Ez a kapcsolat pedig csak még jobban megerősödött, mikor Molnár Zoltánt nevezték ki a létesítmény vezetőjének. Azokban az években megszokott esemény volt, hogy a zuglói ovisok ellátogattak a stadionba. Mikor Molnár Zoltán kislánya megszületett, akkor pedig egyértelmű volt, hogy Molnár Barbara az Őrnagy utcai Óvoda növendéke lesz.

A zuglói létesítmény-összevonáskor az Egressy úti óvoda az Őrnagy utcainak a tagintézménye lett. A két ovit pedig Meseháznak keresztelték el. Az Egressy útiak tavaly ünnepelték a 65. születésnapjukat, az Őrnagy utca pedig idén lett 25 éves. Ez utóbbi jubileumot egy háromnapos rendezvény-sorozattal tették emlékezetessé. Ezen a programon pedig természetesen részt vett az egykori Népstadion-igazgató, Molnár Zoltán is. Az óvoda vezetése egy Szülői Klubot szervezett, melyre két díszvendéget hívtak meg: Martinek János kétszeres olimpiai bajnok öttusázót és Molnár Barbarát, korosztályos válogatott atlétát, az óvoda egykori növendékét. Őt pedig elkísérte az édesapja, Molnár Zoltán is, aki szintén örömmel válaszolt a szülők kérdéseire.

A 25 éves Őrnagy utcai óvodába jelenleg nyolc csoportban 173 gyerek nevelkedik. Az intézmény sok területen úttörőnek számított a kerületben. Élen járt többek között a nagycsoportos gyerekek korcsolyaoktatásában (1988/89), egyik kezdeményezője volt a sajátos nevelési igényű gyerekek integrált nevelésének (1991/92), és 1992-től a tarnamérai testvéróvodával egy csereprogram keretében rendszeresen táboroztatja is a gyerekeket. 1998-tól itt kezdték meg legelőször az ovis gyerekek soltvadkerti táboroztatását is, illetve 2000-ben itt vezették be először a diagnózisra épülő preventív óvodai gyógytestnevelést is. Az óvodának nagy szerepe volt abban is, hogy a lengyelországi Racibórz testvérvárosi kapcsolatot létesítsen Zuglóval. A fenti okok miatt történhetett, hogy a kerületi óvodák közül elsőként 2004-ben az Őrnagy utcai érdemelte ki a Zugló Díszpolgári címével egyenértékű Zuglói Emlékérem kitüntetést. (A főváros XIV. kerületében ezt az elismerést évente egy intézmény is megkaphatja.) **(S)**

Kényelmes grillezés

lakásban és kertben egyaránt

Rákosmentén a családi házakban is sokan grilleznek. Itt a nyár, nincs is jobb annál, mint az egészséges, ízletes husi a családnak, barátoknak.

A korszerű és egészséges grillezési módszerekkel a Papp László Arénában a Konyhakiállításon találkoztunk májusban, s meglepődtünk, amikor kiderült, hogy A Grillspecialista kiállító mögött egy rákosmenti cég, a már 14 éves BonAir BG Kft. áll. A cégvezetővel, Grabarits Ildikóval beszélgettünk.

– Kiknek ajánlják Önök a grilleket?

– Elsődlegesen azoknak, akik a kényelmet szeretik, s hangulatos társas étkezésre vágynak. Az elektromos grillek akár a panel lakások erkélyén is használhatók, s egy-egy gyors vacsora elkészítésére is kiválóak, szóval nemcsak esetenként kerti partira. Mottónk a kényelmes és egészséges grillezés.

– Úgy tűnik, hogy idén nyaralni kevesebben utaznak el, többen töltik a nyári szabadságot otthonukban.

– Az otthoni szabadság alatt az ételkészítés is élménnyé válhat, ha egy mobilizálható, elektromos grillt beszerez, amit a hétköznapokon túlmenően akár a nyaralóban is használhat, aki szereti a finom falatokat, grill ételeket.

– Rossz idő esetén is tudja használni?

– Grilljeink használata az időjárás viszontagságaitól egyáltalán nem függ. Ha Ön népes társaságot hív meg, s éppen esik, vagy netán hűgutát lehet kapni, akkor sem fullad kudarcba a grillparti, mivel beltérben és kültérben egyaránt használhatók. Nem füstölnek, kormoznak, s ráadásul a takarításuk is nagyon egyszerű, csupán egy papírtörlővel történik.

– Elég hihetetlenül hangzik. Jómagam is grilleztem korábban, de az előkészületek, begyújtás nehézségét még csak-csak feledtették a kicsit kormos, füstös, de ízletes falatok, azonban a takarítás… Az felejthetetlen, s nem élmény! Ezek szerint nem minden grillnél olyan macerás. Már értem, hogy miért kényelmes, de miért egészséges?

– Úgy vélem, köztudott, hogy a grillezett étel egészségesebb, mint az olajban sült. Ezen túlmenően grilljeinknél mind a páclé olaja, mind pedig a kisülő zsiradék, túlsült falatka lefolyik a zsírgyűjtő tálba, ezáltal még egészségesebben étkezhet. Sokan azt hiszik, hogy kiszárad a hús. Ennek cáfolására a bizonyíték a kiállításon kínált grill csirkemellünk, mely zamatosan omlós volt, ráadásul nem is pácoltuk be előre.

– Hallottam, az érdeklődőknek azt ígérték, hogy megosztják velük a fűszerezés titkait és a grill fortélyokat. A Helyi Hírek olvasói hogy juthatnának ilyen grillezési tippekhez?

– Tény, hogy cégem importőrnagykereskedő, azonban egyre inkább fontosnak érzem, hogy a fogyasztóval találkozzam, a grillezést közvetlenül népszerűsítsem. A grill-élmény, sikerélmény mindenki számára elérhető. Ehhez azonban egy jó minőségű grill szükséges, illetve tanácsaink követése. Tuti biztos sikerélménye lesz!

– A www.bonair.hu weboldalunkon feliratkozók számára ingyenesen egy 12 részes online grillezés fortélyait bemutató sorozatot küldünk, s a közeljövőben készítjük el grill-suli videó anyagunkat is. Milyen húst szerezzen be, pácolja, vagy ne pácolja, meddig süsse, s a számos szokásosabbnak tekinthető grill recepten túlmenően bemutatjuk, hogy milyen vadat, tengeri herkentyűt vagy desszertet készíthet el könnyedén.

– Az online segítségen túlmenően hogyan érhetők még el?

– Rákoshegyi bemutatótermünkben (XVII. Lőrinci út 24.) vagy a 253-7285 telefonon érdeklődhetnek, vásárolhatnak.

Keressen meg, aki a grillezést nemcsak élménnyé, hanem SIKERÉLMÉNNYÉ kívánja tenni!

cloer
Steba GERMANY

A kis Szemler nagyot alakított

Ifjabb Szemler István (guggolósor balról a harmadik) a Vasas elleni meccsen

A Szemler név jól ismert a kerületben. Szemler István ugyanis évtizedek óta aktív tagja a helyi közéletnek. Úgyis, mint az MLTC sportegyesület elnöke, és úgyis, mint a helyi MDF korábbi elnöke. (Ma már nem tagja a pártnak.) Most azonban nem ő, hanem a fia, ifjabb Szemler István tett róla, hogy a családi név jól csengjen. Az idén éppen 40 esztendős fiatalember 2003-ban szerződött az MLTC BLASZ I-es labdarúgó-csapatához. Azóta számtalan góllal és nagy lelkesedéssel segítette a csapatot. Nagy szerepe van abban, hogy az állandó létszámhiánnyal és emiatt folyton a kieséssel küzdő csapat mind a mai napig a fővárosi bajnokság élvonalában szerepelhet. A csapat érdekében ifjabb Szemler István még a valódi „hivatását" is képes lett volna feláldozni.

A mátyásföldi (most már csömöri) fiatalemberről ugyanis kevesen tudják, hogy 9 éves kora óta cselgáncsozik, kétszer nyert korosztályos magyar bajnoki címet, felnőttként sokszor volt dobogós, és egy ideig még a bővebb válogatott keretnek is tagja volt. Ifjabb Szemler István emellett közel húsz éve focizik, korábban a Pasarétben, majd, ahogy már írtuk, az elmúlt nyolc évben az MLTC-t erősíti. A nagypályás focinak köszönheti, hogy kiváló a kondíciója, amit a cselgáncsversenyeken is hasznosítani tud. Ifjabb Szemler István ugyanis aktív versenyzői pályafutását befejezve sem szakított a sportággal, hanem továbbra is edz, és, ha ideje engedi, akkor a senior versenyeken is elindul. 2002-ben először vett részt senior világbajnokságon, és az észak-ír Derryben megrendezett versenyen a 30-35 éves korosztályban, a 90 kg-os súlycsoportban mindjárt világbajnok lett. Két évvel később majdnem összejött számára az ismétlés is, de Bécsben végül a harmadik hellyel kellett megelégednie. Még ugyanabban az évben sikerült a javítás, hisz a Kecskeméten megrendezett Európa-bajnokságon ismét első tudott lenni.

Aztán egy hosszú űr következett. Ifjabb Szemler István ugyanis a fociért, de leginkább az MLTC-ért feláldozta a cselgáncsedzéseket. Ez az állapot már-már véglegesnek tűnt, ám 2009-ben már szülőként lekísérte a fiát egy cselgáncsedzésre, és ismét kedvet kapott a folytatáshoz. Mikor megtudta, hogy 2010-ben Budapesten rendezik a világbajnokságot, már gőzerővel kezdett dolgozni. Ennek aztán meg is lett az eredménye: a május végi versenyen ugyanis a 90 kg-ban (igaz már a 40-44 éves korcsoportban) ismét első lett. Sőt, a csapatversenyben is részt vett, és remek versenyzéssel aktív szerepet vállalt a bronzérem megszerzésében. **(M)**

Amikor rendetlenkedik a számítógép

Sokan vannak, akik a számítógépet munkavégzésre használják, míg másoknak a gép előtt való időtöltés a kikapcsolódást jelenti. Ám mindenki számára ismert az a jelenség, hogy egyes számítógépeknek feltűnően sok időre van szükség a bejelentkezésre, vagy arra, hogy megnyissa az első internetes oldalt.

Elsőre nehéz eldönteni, hogy mi is lehet a baja az ilyen számítógépnek. Netán vírusos, vagy egy alattomos féreg telepedett belé? Vagy egyszerűen csak rosszul van beállítva? Netán a feltelepített (és a felhasználó tudta nélkül futó) programok elfogyasztják a memóriát, és csak egy kis memóriachipet kellene a helyére pattintani? Vagy esetleg olyan öreg a gép, hogy az egészet, vagy akár a benne lévő főegységeket ideje lenne kicserélni?

Sokan rokonokhoz, ismerősökhöz fordulnak, ha hasonló bajuk van a számítógéppel, s ha rövidebb-hosszabb várakozás után meg is kapják a kért segítséget, előfordulhat, hogy a gép még gyatrábbá válik, mint amilyen volt. Azért az nem véletlen, hogy az igazán jó számítógépesek főfoglalkozásként művelik a gépek építését, szervizelését, és ilyen megbízható szakemberek találhatók például a TZteam szervizében, amelyik az egyik legjobb Budapesten. A mostani időszakban magánszemélyeknek külön kedvezményeket nyújtanak a szerviz-óradíjukból, és az is megszokott dolog, hogy ha valakinek ilyesféle problémája van, besétál az üzletbe, és ingyen tanácsot kér...

Keressen fel bennünket bátran!

Takács Zoltán, TZteam számítástechnika
Mobil: +36 30 989 2093, Tel: +36-1-406-4444
E-mail: tz@tzteam.hu
Web: www.tzteam.hu • www.szamitogeppatika.hu

MINDEN AMI ÉPÍTÉSZET
Relator.hu Kft
Ön megálmodja
Együtt megtervezzük
Mi felépítjük
AKCIÓ! Burkolásra július 31-ig
20% engedmény*!
* Csak az Óceán szaküzletben vásárolt lapok esetén!
Óceán Csempebolt • 1161 Kossuth L. u. 33.
Tervezés, statika, kivitelezés, műszaki vezetés
Szakipari tevékenységek:
❖Kőműves munkák: alaptól tetőig
❖Épület gépészet: víz, gáz, villany, napkollektor
❖Száraz építészet: gipszkarton falak, álmennyezetek
❖Hideg és meleg burkolatok
❖Homlokzati hőszigetelés
❖Bádogozás, tetőfedés
❖Lakatos szerkezetek, automata kapuk
Tel: 30/948-7152, 405-5917 • e-mail: info@nemzetimarketing.hu
web: www.nemzetimarketing.hu (→partnereink→építőipar)
Cím: 1162 Budapest, Hermina út 16.