

Jövőre már strandolhatunk



A képviselő-testület legutóbbi ülésén módosították az önkormányzat idei költségvetését. Mivel az előző évi gazdálkodásnak köszönhetően 500 millió Ft pénzmaradvány keletkezett, a képviselők úgy döntöttek, ezt az összeget egy szabadtéri strand megépítésére költik. A strand a mátyásföldi uszoda mellé épülne, a tervek szerint három öszzefüggő medencéből állna. Az egyik kisebb medence a felnőtteknek nyújtana fürdési lehetőséget, egy kisebb csúszdával ellátott medence a gyermekek igényeit elégítené ki, és lenne egy úcsörgő is, ahol az idősebbek is kikapcsolódhatnak. Az önkormányzat tervei szerint a beruházás összesen kezdődne meg, és a létesítményt 2012. júniusában adnák majd át.

A módosított költségvetésbe az is bekerült, hogy azon kerületi intézmények dolgozói, melyek tavaly költségtakaróan gazdálkodtak (valamennyi önkormányzati intézmény így tett), idén 15.000 Ft-os egyszeri cafeteria juttatásban részesülnek majd. Ez körülbelül ezer embert érthet a kerületben. Felvételünkön a strand tervezett helyszíne az Erzsébet-ligeti uszoda mögött. (T)

Hypoxi Trainer L250– fogyaszt, méregtelenít

Célzott hatás a narancsbőrre

Felejtsd el az éhezést és a szigorú fogyókúrát! A nők 80% szenved a narancsbőrtől. A narancsbőr ellen a kulcs a vérkeringés. A HypoxiTrainernek köszönhetően mostantól lehetővé vált a problémás területek narancsbőre ellen felvenni a harcot.



Az innovatív elv két sikertényező együttes hatása: Vákuum, hogy a problémás terület zsírszövetének vérellátása intenzívebb legyen. Edzés, hogy a zsírsavakat az izmok még gyorsabban égetsek el. **Az eredmény: ott vagyunk képekhez az éhhez, ahol szeretnénk, és ezt már a kezelés ideje alatt.** A biciklin kényelmes fekvő helyzetben zsírégető edzést végzünk, a zsírszövetet mellőlt lefelé célzottan váltakozó magas és alacsony nyomás hatása aktiválja: az alacsony nyomás a vért a problémás terület zsírszöveti zónájába szívja, ott az edzéshez szükséges mennyiségű energiát szolgáltató zsírsavakban feloldul. A számítógép által vezérelt nyomásváltakozás gyorsabbá teszi a zsírszállítást az izmokhoz. Az edzést végző izmokhoz érve aztán a zsír végképp elég. Az előny: egyéni szabott edzés – fogyókúra nélkül. Felejtsd el az éhezést és a szigorú fogyókúrát! A Trainer L250-nel elért fogyás azokon a testrészeken teszi lehetővé a zsírégétést, ahol szeretnénk. Az eredmény – gyönyörű alak, formás test. **Alkalmankénti fizetési lehetőség bérlet-árban!!!**

**1 alkalom: 2.500,-
10 alkalom: 25.000,-
18 alkalom: 36.000,-**

TOVÁBBI SZOLGÁLTATÁSOK:

FODRÁSZAT, KOZMETIKA, MANIKÚR, MŰKÖRÖM, MASSZÁZS

Elérhetőség:

NAP FOGYI STÚDIÓ • 1161 Bp. Mária u. 65.
Tel: 06-30-856-3874, 06-20-286-4477 • www.napfogyi.hu

Megnyit! Falato-Zoo
Állateledel Szaküzlet

Centenárium stny. 3. pavilon a lakótelep szívében
Nyitva: H-P 9-18, Sz: 9-13 óráig

Akcióink
Whiskas és Pedigree alutasakos, Kitekat száraztáp
Konzervek (400 g) 125 Ft-tól • Macskaalmok (5 kg) 299 Ft-tól
kutyaszalámi (1 kg) 219 Ft • Fagyaszott termékek 85 Ft/kg-tól

Royal Canin hatalmas választéka: kutyának és macskának a kimerős tápoktól a fajtátápokig!
10.000 vásárlás felett INGYEN házhozszállítás a XVI. kerületben!
Minden hónapban ÚJ AKCIÓKKAL VÁRJUK kedves vásárlóinkat!

••• Royal Canin • Whiskas • Pedigree • Kitekat • Dog Chow • Cat Chow • stb. •••

DeNoyle's szépség- és Thai masszázsszalón



TÉGY JÓT A TESTEDDEL, HOGY A LELKED SZÍVESEN LAKJON BENNE!

A testi-lelki harmónia elérése, a nyugalom és a béke megteremtése rohanó világunknak köszönhetően manapság egyre kevesebb embernek adatik meg – mondja Mervald Noémi mester kozmetikus, a Beauty World Kft. ügyvezető-tulajdonosa. – Ez volt számomra a legfontosabb, amikor 2011 márciusában megnyitottam De Noyle's szépség és Thai masszázsszalómat, ahol magasan képzett szakemberek segítségével várom a kikapcsolódásra és kényeztetésre vágyókat.

Holisztikus szemlélettel a testi-lelki egészség megőrzésére törekszünk. Csoportos és egyéni foglalkozások keretében segítünk



De Noyle's szépség- és Thai masszázsszalón
Csömör, Vágóhid u. 1. • Tel.: 06 30/2 680 165
www.thai-masszazs-szalon.hu

Mozog az élet a Napfény Mozgásstúdióban

Rákosszentmihály és Mátyásföld határán, a XVI. kerületi Hermina úton családias környezetben működik a **Napfény Mozgásstúdió** Fodorné Ferenci Eszter és Fodor Tamás vezetésével. Heti négy alkalommal lehet itt **Zumbázn**i, és a csapat jóféle programokat is ki szokott esznelni. Május utolsó hétvégéjét Egerben töltötték, ahol kibéreltek egy panziót, és a sok-sok Zumba mellett a Kistarcsai Napokon tartottak nagy sikerű Zumba bemutatót, mint az képün-



kön látható. További képek találhatóak a www.napfenymozgasstudio.eoldal.hu oldalon, az elérhetőség a lenti hirdetésben megtalálható.

GYÓGYMASSZÁZS
a XVI. ker-ben, Mátyásföldön
MOZGÁSSZERVI
PROBLÉMÁKRA,
FÁJDALOMCSILLAPÍTÁSRA,
FEJFÁJÁSRA,
RELAXÁLÁSRA

SOLYMOSI ÁGNES
gyógymasször
tel: 06-30/640-5662
www.solymosiagnes-gyogymasszor.shp.hu

KONTÉNER
nyitható
4-6-8 m³
szitt, homtalnitás
409-0933, 06/30-9441-106



kön látható. További képek találhatóak a www.napfenymozgasstudio.eoldal.hu oldalon, az elérhetőség a lenti hirdetésben megtalálható.

NAPFÉNY KÖZPONT
NAPFÉNY MOZGÁSSZTÚDIÓ
1162 Rsztm. Hermina út 16/A.
06-70-612-9516 www.napfenymozgasstudio.eoldal.hu

Óratípusok: Mélyizom-torna
Zsírégető Step
Alakformáló
Has-Comb-Popsi
Gerinctorna
Jóga

Zumba órák:
Hétfő: 19.00, szerda: 18.00,
csütörtök: 9.00, péntek: 19.00

Keress minket a Facebookon is!

AKCIÓ ÚJ VENDEGEINK SZÁMÁRA!
Bérlésvásárlás esetén
a kipróbálás INGYENES!!!

SZOLÁRIUM
a Stúdióban!

Zuglóban is vigyáznak az államfőre



Dr. Schmitt Pál köztársasági elnök otthon érzi magát Zuglóban. Ezt nem azért állítjuk, mert hajdanán, ifjú házasként a Róna (akkor még Lumumba utcában) kapott lakást, köszönhetően a feleségének, Makray Katalinnak, aki a Postás SE tornásza volt, s mint postai alkalmazott, Zuglóban kapott szolgálati lakást, hanem mert mostanában több időt tölt a XIV. kerületben, mint a Sándor Palotában. Május 11-én a Hunyadi János Általános Iskola meghívását fogadta el, és közel egy órát töltött az intézményben, ahol előbb az iskola kórusait hallgatta meg, majd a könyvtárban angol nyelven beszélgetett a 7-8. osztályos diákokkal.

Egy héttel később, május 17-én pedig a néhány saroknyira

Séta a Parlamentben



Ebben a tanévben sok felemelő élményben volt része a XVI. kerületi Napsugár óvoda gyermekeinek. Legutóbb Kovács Péter, kerületünk polgármestere, országgyűlési képviselő hívott meg minket a világ legszebb Parlamentjébe.

Halvtalos idegenvezetést is kérhettünk volna, de polgármesterünk felajánlotta, hogy személyesen vezeti körbe gyermekeinket ebben a csodálatos épületben. Kivételes lehetőségben is volt részünk: bemehettünk az Országgyűlés üléstermébe, miközben a képviselők felszóllaltak (Kovács Péter 2 perces felszólalását is meghallgathattuk). Ide egyébként óvodások nem juthatnának be.

A gyermekek megcsodálták a márvány oszlopokat, lépcsőket, koronaórköket, a Szent Koronát, kipróbálhatták a bársonyos padokat, miközben sok új információ birtokába jutottak.

Végül a látogatás emlékére mindenki kapott egy szép képeslapot a Parlamentről Kovács Péterrel, aki örömmel vette át a

gyermekek által, sodrás technikájával készült képet, mely az óvodánk logóját ábrázolja.

A látogatás során büszkék voltunk gyermekeink illendemes, szófogaodó viselkedésére, amire most azért is különösen szükség volt, mert sétánk közben folyamatosan érkeztek a nemzetközi

több olimpiai bajnok, és több olimpikon is részt vesz rajta. Így volt ez idén is, tehát dr. Schmitt Pál az olimpiai bajnokok közül Gedő Györggyel, Rejtő Ildikóval, Köteles Erzsébettel és Martinek Jánossal is személyesen találkozhatott. A túlbiztosított rendezvényen (a köztársasági elnök látogatása miatt az iskolát és környékét szinte megszállták a Kormányórság és a Terrorelhárítás emberei) a diákok szinte egy amerikai filmben érezhették magukat, annyi nagydarab, kopasz, fülhallgató marcona férfivel találkozott az ünnepségen. A köztársasági elnök a biztosítás ellenére megpróbált feszületlenül viselkedni, és egy laza, könnyed beszéddel igyekezett feloldani a testőrség miatt feszélyezett hangulatot. Az elnök a feszített menürend miatt nem tudta végigvárni az ünnepséget, s mielőtt a résztvevők az általa húsz évvel ezelőtt leleplezett emléktáblát megkoszorúzták volna, a hadseregével elhagyta az épületet.

A dr. Mező Ferenc Általános Iskola bejáratánál dr. Schmitt Pált személyesen fogadta dr. Papcsák Ferenc zuglói polgármester, aki köszöntő beszédben nem győzte kihangsúlyozni, milyen fontosak az önkormányzat számára az oktatási intézmények, különösen azok, ahol ennyi híresség megfordul, és, ahol ennyire példaképet tudnak a gyerekek elé állítani. (T)

delegációk a Parlamentbe.

Hazaérve sok gyermek az élmény hatására csodálatos rajzokat készített az Országházról, a koronáról, a csoportunk sétájáról.

Köszönjük a lehetőséget!

Szikszai Erzsébet
óvodapedagógus

Komputeres szem és kontaktlencse vizsgálatot végez!
GERŐ RUDOLF
Jéni optikus látászertan mester és optikontrista
Telefon: 403-0702

SZTK vnyek bevéltása
Kontaktlencse és tároló árusítása
Ortási keretváltások – extra lencsék is

Bp. XVI. M.föld, Veres P. út 110.
(a Repülőtér HEV megállónál)
Nyitva: 9-18, szombat: 9-13.30-ig
SAKORVOSI RENDELÉS:
K-Sze-Cs: 15-18-ig, Sz: 9-12.30-ig

Egyházi kerekasztal



Május 19-én az önkormányzat megbeszélést tartott a kerületi egyházak képviselőivel. A XVI. kerületben már hosszú ideje hagyományának számít, hogy évente egyszer egyházi kerekasztal megbeszélést szerveznek, melyen az önkormányzat, illetve a helyi gyülekezetek, közösségek kapcsolatát vitatják meg a felek. Az idei megbeszélésnek két fő témája volt. Egyrészt az önkormányzat által biztosított fejlesztési támogatások szétosztásáról, másrészt a 2011. évi Városmisszió időpontjáról egyeztettek a felek. Az önkormányzatot Kovács Péter polgármester, Szász József, az Oktatási, Ifjúság- és Gyermekvédelmi Bizottság elnöke és Krotófi Zita egyházügyi tanácsnok képviselte.

Az önkormányzat évente 6 millió Ft-ot biztosít a kerületi egyházak működésének támogatására. A gyülekezetek, közösségek ezen kívül fejlesztésekre is igényelhetnek támogatást. A beérkezett kérelmeket az Oktatási, Ifjúság- és Gyermekvédelmi Bizottság bírálja el. Idén összesen 3 millió Ft-ot osztottak szét az egyházak között. Ebből az árpádföldi katolikusok 300.000 Ft-ot, a mátyásföldi és árpádföldi reformátusok 450.000 Ft-ot, a szentmihályi reformátusok 500.000 Ft-ot, a cinkotai evangélikusok 550.000 Ft-ot, a szentmihályi evangélikusok 500.000 Ft-ot, a cinkotai baptisták 400.000 Ft-ot kaptak.

Az egyházi kerekasztal résztvevői az idei Városmisszió időpontjában is megállapodtak. Eszerint az egész napos ökumenikus rendezvényre szeptember 17-én, szombaton kerül majd sor. A programról a helyi egyházak által delegált személyekből álló szervezőcsapat fog majd gondoskodni. Ami biztos, a rendezvényen ismét lesz majd ökumenikus igehirdetés. (T)

Születésnap köszöntés



Glatz József lelkész 80 éves korában mondott első ízben prédikációt abban a templomban, ahol annak idején lelkésszé szentelték, majd hosszú évtizedeken át kényszerűen kívül kellett hirdetnie az igét, míg újra (látogatóba) hazatérhetett. Az eseményre május 22-én egy családi kerestető alkalmával került sor a rákosszentmihályi evangélikus templomban, ahol az itteni testvérgyülekezet nevében Börönte Márta lelkész és Medve Lajos felügyelő köszöntötte rákosszentmihályi egykori szülőjét, Glatz Józsefet születésnapja alkalmából.

Regisztráció a Helyi Hírek Szakmai adattárba

Lapunk megjelenési körzetében működő vállalkozások internetes adatbázisát, a Helyi Hírek Szakmai adattárát építjük, annak érdekében, hogy a helyben lakók lehetőleg helyben működő vállalkozásokkal kerülhessenek kapcsolatba. Lapunk mintegy ötszáz vállalkozásról rendelkezik információval (lapunk üzleti múltjának köszönhetően), de természetesen számos működő kisebb-nagyobb vállalkozás létezik ezeken kívül a XVI. kerületben és környékén. Számukra biztosítunk regisztrációs lehetőséget honlapunkon, hogy az internetes szakmai adattárban böngésző olvasóink minél több vállalkozás közül tudják kiválasztani a számukra megfelelőt. A böngésző címsorába be kell írni: www.helyihirek.hu/registracio és kitölteni a megfelelő sorokat.