XIV. kerület

Égő rongy

A Széchenyi fürdő alagsorában, egy használaton kívüli helyiségben égő olajos rongyokat a dolgozók oltottak el július 5-én, még a tűzoltók kiérkezése előtt.

Közlekedési mentések

A Hungária körút 21. előtt egy teljes terjedelmében lángoló Suzukit oltottak el július 6-án éjjel.

Július 10-én délben a Szabadkai utca 1-nél történt baleset után a tűzoltók szüntették meg a forgalmi akadályt.

Két személyautó ütközött össze a Lőcsei és Telepes utca sarkán július 18-án délután. Egy súlyosan sérültet a mentők a rajjal közösen emeltek ki az egyik roncsból.

A Thököly út 148. előtt Suzuki Wagon karambolozott egy Skodával július 22-én délután, egy személy zúzódásokat, fejsérülést szenvedett. Az oldalára borult Suzukit a raj állította kerekeire.

Falnak ment egy Skoda személygépkocsi július 28-án este a Kerepesi út 26-nál, vezetőjét vérvételre kórházba vitték.

Augusztus 2-án 13 óra előtt hármas karambol történt a Hungária körút 57/a. előtt. Egy súlyosan sérült olasz állampolgárt a mentők és a tűzoltók speciális mentőmellénnyel emeltek ki az autójából, a Baleseti kórházba vitték.

Lakásfeltörés, betegmentés

A rendőrség kérésére július 9-én egy Róna utcai lakást törtek fel a tűzoltók; július 13-án az erkélyen át hatoltak be egy Irottkő utcai lakásba, ahol egy beteg várta a segítséget.

Egy Hungária körúti, negyedik emeleti lakás sérült lakója nem tudta beengedni a mentőket, a raj az erkélyen át ment be.

A mentők kértek segítséget július 21-én este egy Nagy Lajos király úti zárt lakáshoz, melyben egy súlyos gyógyszermérgezéses személy volt.

Július 30-án egy idős hölgy elesett Vezér úti, harmadik emeleti lakásában, és nem tudta beengedni a mentőket. A tűzoltók az ablakot betörve mentek be. Másnap éjjel egy Csáktornya utcai lakást törtek fel, sérült lakóját kórházba szállították a mentők.

Fakár

A Várna utcai 22. előtt a járdára zuhant ötméteres faágat július 11-én este fűrészeltek szét.

Két személyautóra esett egy 10 méteres fa ága július 19-én a Városligetben, senki nem sérült meg.

Augusztus 6-án két autót tört össze a lehasadt, 6 méteres faág a Nagy Lajos király útja 157-nél.

Macskajaj

Az Ilka utca 25-27. előtt parkoló mikrobusz motorteréből macskanyávogásra lettek figyelmesek a járókelők július 13-án. A riasztott tűzoltók roncsolás nélkül nem tudták volna kiemelni a beszorult állatot, így kihívták a rendőröket, akik átvették a helyszínt. A raj munkájára nem tartottak igényt, ezért bevonultak a laktanyába.

Égő melléképület

A Szatmár utcában egy fa- és fémépítésű, 20 négyzetméteres égő melléképületet oltott el a raj június 30-án délután. Károsodott a szomszédos ház garázsa is, személyi sérülés nem történt.

Tűzoltósági hírek

XVI. kerületi áldozatok az Örs vezér téri balesetben

Egy autós feleségével haladt a Fehér út irányából az Örs vezér tere felé augusztus 14-én reggel 7 órakor. Vélhetőleg epilepsziás rohamot kapott, midőn épp áthaladt a kereszteződésen, s az út nyomvonaláról letérve áttörte a korlátot, s a gyalogosok részére fenntartott területre halad. Kicsivel korábban érkezett be a XVI. kerület irányából a 45-ös busz, s annak utasai mentek volna tovább. Az autó az aluljáróba levezető lépcsőn haladókat sodorta el, akik (mint utóbb kiderült) valamennyien XVI. kerületi lakosok. A lépcsőn legfelül lévő asszony a helyszínen belehalt sérüléseibe, az egy lépcsőfokkal lejjebb haladó két nő igen súlyos sérüléseket szenvedett, a lentebb járó két nő és egy férfi könnyebb sérülésekkel, zúzódásokkal úszta meg a tragikus balesetet.

A balesetben meghalt anyuka két 16 éves ikergyermeket hagyott árván maga után, a két súlyos sérült valószínűleg maradandó fogyatékosságot szenved. Az önkormányzat azt tervezi, hogy anyagi támogatással siet a nehéz helyzetbe került családok megsegítésére – tudtuk meg Kovács Péter polgármestertől.

KIÉGETT A KONYHA. A zuglói Istvánfy utcában egy négyemeletes társasház második emeleti lakásából erős füst szivárgott augusztus 12-én. A tűzoltók senkit nem találtak otthon, ezért a lakást fel kellett törni. A konyhában egy bekapcsolva hagyott elektromos melegítőt találtak, ami kigyulladt, és ettől izzani és füstölni kezdett a konyhabútor is. A tüzet eloltották, és épületet átvizsgálták és átszellőztették. A konyhában megmutatkozó figyelmetlenség okozza a tűzesetek közel negyedét, a munkába indulást megelőző kapkodásban is érdemes ügyelni a részletekre, mert különben nagy kár lehet a dologból.

Szeméttüzek

Az Öv utca elején 100 négyzetméteren égett az összehordott szemét, aljnövényzet, amit július 30-án délután egy D- és egy C-sugárral oltottak el.

Augusztus 5-én délután oszlopra szerelt szeméttartály füstölt-izzott a Mogyoródi és Vezér út sarkánál.

Halálos lakástűz

Augusztus 6-án reggel egy nyolcadik emeleti lakás több helyisége égett a Zsivora parkban, lakója a lángok elől kiugrott az ablakon, és életét vesztette. A tűzoltók az oltás érdekében három másik lakást feltörtek, további 4 lakásban az oltóvíz okozott kárt.

Zárlat

Augusztus 7-én 5 óra 56 perckor riasztották a rajt egy Álmos vezér parki családi házhoz, ahol az emeleti szobában égett a konnektor, valamint a villanyóra és a biztosítékok. A tüzet a tulajdonos áramtalanítással megszüntette, sérülés nem történt.

XVI. kerület

Szeméttűz

A Csömöri út 273. előtti buszmegálló szemetese égett július 7-én este, amit a járókelők eloltottak a raj kiérkezése előtt.

Július 20-án hajnalban egy hulladéktárolóban 30-40 köbméternyi szemetet, építési hulladékot kellett eloltani, a tűz 200 négyzetméternyi területre terjedt ki.

A Cziráki utca 2-nél összehordott szemét és egy kuka égett július 29-én éjjel, a tűzoltók egy gyorsbeavatkozóval oltottak.

Fakár

A Muzsika utca 8-nál faág hasadt egy családi ház bejáratára és telefonvezetékére 30-án. A raj kihúzós létra segítségével, fűrésszel távolította el. Másnap a Thököly utca 48-nál fa dőlt az ingatlan kapujára, elszakítva a telefonvezetéket is.

Háztűz

Az Ostoros úton egy 80 négyzetméteres családi ház tetőszerkezete gyulladt meg július 21-én éjjel. A tüzet – ami nem terjedt át a lakótérre – a tűzoltók 3 db C-sugárral körülhatárolták, majd eloltották. Senki nem sérült meg.

Gázszivárgás

Egy Suba utcai házból CO-szivárgást jelentettek, amit a raj megszüntetett, és géppel kiszelőztetett július 25-én délután.

Épülettűz

A Sashalom utcában egy ház melléképületét oltották el egy D-sugárral július 27-én reggel, senki nem sérült meg.

Utolsó figyelmeztetés?

Ismeretlenek elég egyértelműen adták tudtára szándékukat egy Lőpor utcában élő jómódú családnak, akiknek az udvaron parkoló autóját nemes egyszerűséggel felgyújtották. Augusztus 14-én nem sokkal éjfél után a szomszédok figyeltek fel a lángoló BMW X3-as kocsira. Azonnal értesítették a rendőrséget, a tűzoltók pedig néhány perc múlva a helyszínen voltak. Már oltás közben is gyanítottak, a tűz szándékosan keletkezett, a pontos diagnózis felállításához azonban egy erre a célra kiképzett kutyát is helyszínre hoztak. Az eb pedig pillanatokon belül jelezte is az égésgyorsító anyag jelenlétét. A helyszínt biztosító rendőrök és a tűzoltók a kert átvizsgálása során aztán egy hígító flakonra is rábukkantak. A rendőrség egyelőre vizsgálja, miért gyújtatták fel a nagy értékű – 7 millió Ft-ot érő – autót. A tűzzel nagy valószínűség szerint figyelmeztetni akarták valamire a tulajdonost.

Ismeretlen HÉV-rongálók

Augusztus 5-én a délutáni órákban utasok jelezték a csömöri HÉV ellenőrének, hogy az egyik kocsiban két férfi összeveszett egymással, és a vita hevében az egyikük kirúgta az egyik ajtó üvegét. A két férfi a kalauz odaérkezése előtt leszállt, így a rendőrség ismeretlen rongálók ügyében indított vizsgálatot.

A HÉV-szerelvényeket gyakran rongálják meg, legutóbb például a csömöri járaton vezette le ily módon a dühét az egyik utas, aki azon háborodott fel, hogy tévedésből rossz szerelvényre szállt, és ezt csak akkor észlelte, amikor a csömöri HÉV már elvált a gödöllői vonaltól. A férfi a dühében kirúgta az ajtó üvegét. Pechére, az ellenőr időben észlelte a tettét, és értesítette a rendőrséget, akik leszállították és előállították a férfit a kerületi kapitányságon.

Emlékezés Hornyák Ádámra – Ádeera

Még csak 36 éves lenne… Hihetetlen és feldolgozhatatlan, hogy egy véletlen autóbaleset miatt már öt éve nincs közöttünk. Ádee a mosolyával gondtalan, derűs hangulatot keltett, szívet melengető jóérzést teremtett lendületével, dinamizmusával, ahová Ő belépett.

Ki is volt Ő valójában?

Kerületünkben élő nemzetközi prezenter, oktató, tanár, a fitnessen belül a kangoozás hazai megteremtője és népszerűsítője. A mozgásra, jó hangulatra vágyó emberek sokságának igényeit elégítette ki. Karizmatikus egyéniség volt gyermekkorától kezdve. Vibrált körülötte a levegő, ahol Ő megjelent. Megtalálta azt a lehetőséget a mozogni vágyó fiatalok számára is, amivel tartalmasan tudták eltölteni a szabadidejüket és mindez az egészségüket jól szolgálta. Párját ritkító módon képes volt az idősebb emberek mozgásba vetett hitét kialakítani és fenntartani. A kangoozni vágyó vendégei iránti tisztelete és alázata mind a mai napig könnyeket csal a Rá emlékezők szemébe. Tudta, érezte, hogy a közösségek összetartó erejében van a jövő. Kevés az a hozzá hasonló sportember, akinek szívügye, hogy minden korosztály együtt találja meg és élvezze a sportolás által kiváltódó örömet. Lehetett Tőle tanulni a fizikai és a szellemi kitartást, a határozott, sokszor életmentő intézkedést. Ádám az SMSV kerületi csapatában is aktívan tevékenykedett.

Rövid, de tartalmas életére emlékezünk gyászmisén szeptember 8-án 18 órakor Mátyásföldön a Szent József Plébánia Templomban. (Paulheim József tér 1.)

Mihály és Fia kárpitos mesterek
KÁRPITOS BÚTORKÉSZÍTŐ és Lakberendező Bt.
• Stíl- és modern bútorok egyedi tervezése, felújítása
• Antik és bőr bútorok restaurálása asztalos munkával, bútorszövettel
• Ajtó- és falikárpit készítése
Díszítő függönyök, védőhuzatok készítése
1165 Bp. Zselyi Aladár u. 6.
Tel/Fax: 321-0383
Mobil: 06-30-954-1727

KONDI TEREM
Fitness Szauna Szolárium
Nyitva: H-P: 6-22 Sz: 8-18 V: 8-14
Havibérlet: 7000 Ft
10 alkalmas: 6200 Ft
Napijegy: 1000 Ft
Első edzés ingyenes!
1162 Csömöri út 158.
Tel: 405-1871
Metró Sportpálya emeleti részén

BOBDENT FOGÁSZAT ÉS IMPLANTOLÓGIA
Teljeskörű, fájdalommentes fogászati ellátás
✔ Díjmentes állapotfelmérés
✔ Esztétikus fogpótlások
✔ Szájsebészet
✔ Fogászati implantáció
✔ Fogszabályozás és
✔ Gyermekfogászat
Garanciális szakellátással, időszakos akciókkal várjuk Önt és kedves családját! • Tel: 06-1-400-1167
BOB dent
1164 Bp. Művezető u. 7. • Rendelés: H-P 8-20 • www.bobdent.hu

Corner's Pub & Pizzéria
1161 Rákosi út 112-114. József utcánál
Házhozszállítás: 405-4819
Kellemes, légkondicionált környezetben esküvőt 80 főig vállalunk: 405-0034

LENYITHATÓ KONTÉNER
4, 5, 7, 8 m²-es
www.konteneres.eoldal.hu
Konténeres szállítás, lom, termőföld homok és sóder szállítás, gépi földmunka
Telefon: 06-30-944-0308 400-9500
KREKÁCS

NEDA BAU
Építőanyag
• Falazóelemek és Zsalukövek, Támfalelemek
• Építési anyagok, csemperagasztók
• Velux tetőtéri ablalkok
• Beton- és agyagcserepek
• Komplett kéményrendszerek
• ÚJ! Baumit Life színvakolatok (888 féle színben)
• Hő-, hang- és vízszigetelő anyagok
• Térburkoló kövek nagy választékban
HÁZHOZ szállítással is – gyorsan – kedvező áron!
CÍMEINK:
1164 Budapest, Vidámvásár u. 76.
Tel/Fax: 06/1-400-1268, 06/1-402-4127
Nyári: H-P: 07-17, Szo: 07-12 óráig
Téli: H-P: 07-16, Szo: 07-12 óráig
DUNA HUNGÁRIA Zrt. TAGJA
1165 Budapest, Újszász u. 47/d
Tel/F: 06/1-407-4389 F: 06/1-402-1346
H-P: 07-17, Szo: 07-12 óráig
ÚJ TELEPÜNK:
2143 Kistarcsa, Nagytarcsai út 2.
Tel/Fax: 06/28-506-115
H-P: 07-16, Szo: 07-12 óráig
nedabaukft@gmail.com
www.nedabau.hu

A XVI. kerületben Szent István-nap hagyományosan kiemelt fontosságú ünnep, amely több jelentős állomáson át vezet az ünnepségsorozat leglátványosabb részéhez: a Szent István szobor előtt megtartott össz-kerületi ünnepséghez. Előzőleg viszont az államalapító előtt tisztelegnek műveikkel a kerületi művészek, vendégül látjuk a kerületben az elcsatolt területeken maradott honfitársainkat, majd a kerületrészek is megtartják a maguk helyi ünnepségét. A lapzártánk legvégső időpontjáig tartó eseményekről adunk rövid összefoglalót.

Szent István-napi ünnepség

Az ünnepségsorozat augusztus 12-én, a polgármesteri hivatal első emeletén lévő Kovács Attila galériában vette kezdetét, ahol a XVI. kerületi művészek állították ki azon alkotásaikat, amelyek Szent István államalapítására emlékeznek. Mint Kovács Péter polgármester elmondta, nagy dolog, hogy a magyarság ezer éve él a Kárpát-medencében. s reméljük, még ezer évig ez biztosan így lesz, s ez ihlette ezeket a szép alkotásokat is, melyeket a kerületi művészek itt kiállítottak. ezután Koltainé Zolder Klára vette át a szót, maga mellé szólítva V. Erdei Julia filcmozaik-készítő művészt, aki az ötletadója volt évekkel ezelőtt a Szent István-napi művészeti kiállításnak. A népes közönség Matus János tárogatójátékára énekelte el nemzeti imádságunkat, majd kimerítő előadást hallhattunk a kiállított műveknek államalapító nagy királyunkkal való kapcsolatáról. Sorki Dala Andor verseit olvasta fel (A magyarok kenyerének kovásza Szent István király), Nagy Anna népdalokat énekelt. A kezdés után másfél órával már sor is kerülhetett az új kenyér megszentelésére, amit Hernád Sándor diakónus végzett el, s a felszelt kenyeret a megnyitó közönsége jóízűen elfogyasztotta.

A négynapos ünnepet felvezető héten a Vajdasági Kishegyesről származó gyermekeket látott vendégül az önkormányzat, és folyamatos programokat is biztosított számukra. A hét közepén megérkeztek 1100 kilométer út megtétele után a csángó gyerekek a rákosszentmihályi plébániára, hogy immár tízedik alkalommal velünk ünnepeljék az államalapítást. A Kárpátokon túlra szakadt csángó népességet Szent István király köti a magyarsághoz. Róluk érdemes tudni, hogy a nyolcvanas években megszüntették számukra a magyar nyelvi oktatást, egyik papjukat a titkosszolgálat emberei azért verték agyon, mert magyar nyelven merte megtartani az istentiszteletet. A román nyelvi környezetben a magyarul még beszélő szülők is inkább románul beszélnek a gyermekeikhez, nehogy hátrányba kerüljenek az iskolában.

Pertovics Sándor és felesége 11 éve figyelt fel arra a Csíksomlyói zarándoklaton, hogy ott a csángó gyermekek milyen csodálatosan énekelnek. Egy éves szervezőmunka után éppen tíz évvel ezelőtt jöttek először vendégségbe a csángó gyerekek, hogy együtt ünnepelhessük államalapító királyunkat. Szállásról az előzetesen nagy gonddal megszervezett befogadó családok gondoskodtak, a programok finanszírozására pedig az elmúlt tíz évben mindig sikerült szponzort találni.

A mostani alkalommal a csángó gyerekek ideutazásának támogatói listája igen rangos lett. Azon első helyen szerepel Kövér László házelnök, majd Szatmáry Kristóf képviselő, a Nemzetgazdasági Minisztérium államtitkára. Támogatást biztosított az Erzsébet Üdülési Program, a Shola Alapítvány, a Néri iskola szülői munkaközössége és még sokan mások. Mint megtudtuk, az utazás és az itteni programok költsége megközelítette a kétmillió forintot.

Szatmáry Kristóf államtitkár lett a csángó gyermekek hazai utaztatásának fővédnöke, s ebben a minőségében augusztus 15-én találkozott a szentmihályi plébánián a kalandparkból éppen hazatérő gyerekekkel. A bensőséges találkozó alkalmával az államtitkár kiemelte, hogy neki lényegében könnyű dolga van, hiszen a Kovász Egyesület és Petrovics Sándor által kitalált nagyszerű kezdeményezéshez kellett csupán támogatást biztosítani. Mint elmondta, az ő gyermekei is csodálkoznak, ha Székelyföldre látogatva tízórás utazás után magyar nyelvi környezetben találják magukat, de hát tudomásul kell venni azt, hogy ez a kialakult helyzet. Nagyon fontos, hogy a csángó gyerekek megismerjék a magyarság fővárosát, sőt a befogadó szülők által otthon is érezzék magukat ebben a városban. Az államtitkár a gyerekeknek egy-egy Rubik-kockát ajándékozott – ezt külföldi vendégeknek szokták adni, reprezentálva azt, hogy az egyszerű dolgokban is milyen csodákra képes a magyar elme. Mivel látta, hogy a csángó gyerekek lelkesen tekergetik a kockát, búcsúzóul szólt nekik: aki a kirakásban netán tíz másodperccen belülre kerül, jelentkezzen, és majd benevezik valamelyik bajnokságra.

A látogatás fénypontjára augusztus 18-án, vasárnap este került sor, amikor a szentmihályi templomban az este 6 órai szentmisét követően a csángó gyerekek egy műsorral kedveskedtek a befogadó szülőknek és a szentmihályi híveknek. A gyönyörű népviseletbe öltözött gyerekek Tamás Tünde tanítónő vezetésével dalokat és verseket adtak elő – némelyik gyerek olyan csodálatosan tisztán énekelt, hogy a templom közönsége több perces tapssal jutalmazta az előadást. Az ünnepség alkalmával köszöntötte honfitársainkat Kovács Péter polgármester, Petrovics Sándor pedig maga mellé szólította a csángó gyerekeket vendégül látó szülőket, így mondva köszönetet áldozatos vállalásukért.

A templomi program után találkozott tudósítónk a csángó vendéglátás egyik látványos eredményével: egy csángó fiatalember úgy összebarátkozott itteni vendéglátóival, hogy neten továbbra is tartották a kapcsolatot. A fiú, Pista Klaudió *(legalábbis így mutatkozott be)* épp egyetemre készült, s felajánlották neki, hogy járjon inkább ide Budapestre, mivel itt sokkal színvonalasabb az oktatás. Egy évig tanult magyarul a Balassi Intézetben (mert ugye a román nyelvi környezetben erősen megkopik az anyanyelv), majd sikeresen felvételizett a műszaki egyetem informatika szakára, s mostanra már jó eredménnyel túl van az első egyetemi éven.

Kovács Péter polgármester mond ünnepi beszédet

Térelnevezés és táblaavatás a Csíkszentmihály téren, balra a csángó lányok Kovács Péter polgármester előtt, jobbra Izsák Székely Loránd és családja Csíkszentmihályról

Augusztus 19-én Árpádföldön került sor bensőséges megemlékezésre a Turulnál. Ez alkalommal mutatkozott be Árpádföld új plébánosa, a lengyel származású Nowaczek Mariusz, aki augusztus elsejétől szolgál az itteni közösségben. Ünnepi beszédében Kartofil Zita, Árpádföld képviselője emlékezett meg Szent István királyunkról, a beszéd előtt és után Vikol Kálmán adott elő hangszeren és énekelve bús erdélyi dalokat.

Kenyérszentelés a Pálfy téri ünnepségen

Augusztus 20-án előbb a Pálfy téren került sor a hagyományos ünnepségre, majd 11 órakor a sokat megélt Békés Imre tér kapott új elnevezést. Mint annak idején ezt megírtuk, a Moszkva tér átnevezése miatt háborgó orosz érzelmeket úgy akarta megnyugtatni Tarlós főpolgármester, hogy felkérte a kerületet: ezt a teret nevezzék át Moszkva parkká. A képviselőtestület erre nemet mondott, sőt Kratofil Zita és Horváth János képviselők ellenjavallatukban azt üzenték a fővárosnak, hogy ez a tér legyen inkább Csíkszentmihályról elnevezve – részben az arkangyal-beli hasonlatosság miatt, részben pedig azért, mert a kerületi Csíksomlyói zarándokok már egy évtizede Csíkszentmihályon töltik a zarándoklat utolsó éjszakáját. Lett nagy meglepetés, amikor ezt a javaslatot a Fővárosi Közgyűlés megszavazta.

Szóval ilyen előzmények után kerülhetett sor a tér méltó elnevezésére. Szép csángó dalokat énekelt a képen látható két leány, majd Kovács Péter ünnepi beszéde után (melyben felidézte a fővárossal dúló csatározást) Izsák Székely Loránd mondott beszédet. Az ünnepséget Solymosköví Péter, a Rákosszentmihályért Kulturális egyesület elnöke szervezte és bonyolította.

A kerület központi ünnepségére este 6 órai kezdettel került sor a Szent István szobor előtti téren. Itt a Rácz Aladár Zeneiskola fúvószenekara adott térzenét, majd az ünnepség alkalmával Kovács Péter polgármester és Szatmáry Kristóf képviselő, államtitkár mondott ünnepi beszédet. A kenyérszentelést Godille Márton plébános és Bíró Botond református lelkész végezte, majd a Forgatag Művészeti társaság és a Liget Táncakadémia táncosai adták elő az *Egy ország születése* című nagysikerű táncművet Paár Tibor és Barna István rendezésében. Utána a szokásoknak megfelelően utcabál és tűzijáték következett. **(F)**

Csángó fiatalok műsora a rákosszentmihályi templomban

Vikol Kálmán játszik az árpádföldi emlékműnél

TOOLSTORE GÉPKÖLCSÖNZŐ
1163 Budapest, Veres Péter út 87. Tel.: 408-7546
ÉPÍTŐIPARI és KERTI GÉPEK KÖLCSÖNZÉSE
Nyitva tartás: H-P: 7h-16h Szo: 7h-12h
www.tsgepkolcsonzo.hu

BIZTOS PONTOK KFT.
RADIÁTOR, KAZÁN, RÉZCSŐ AKCIÓ!
Geberit Kombifix Basic WC-tartály 27.900,-

120 l Hajdú villanybojler	50.900,-	MOFÉM csaptelepek	6.540 Ft-tól
ø15 mm RÉZCSŐ	1.060,-	CERSANIT 50 CM MOSDÓ	6.410,-
ø18 mm RÉZCSŐ	1.300,-	WILO RS 25/4 szivattyú	22.200,-
ø16X2 mm ötrétegű cső (magyar)	170,-/fm	RADIANT ELITE RBS 24 Turbo kombi	129.900,-
ø20X2 mm ötrétegű cső (magyar)	295,-/fm	ø110/2 m PVC CSŐ	960,-
STAR LAPRADIÁTOR DK 600/1000	16.030,-	PVC, KG CSŐVEK, IDOMOK	-20%

Az árak az áfát tartalmazzák! • Ingyenes házhozszállítás!
Bp. XVI. Szlovák út 134. a pavilonsorral szemben
Tel/Fax: 405-3566, Mobil: 06-30-324-3035
www.biztospontok.hu

MINŐSÉGI Műanyag és fa ABLAKOK Redőnyök
bb-ablak.hu Ajtó-ablak szakkereskedés
1161 Rákosi út 82. 06-1-4060-609 06-70-679-8417 www.bb-ablak.hu
MINŐSÉGI BELTÉRI és biztonsági BEJÁRATI AJTÓK 10 év garanciával! AKCIÓ!
Kérje díjtalan felmérésünket és szaktanácsadásunkat!
Magyar termék! • Válassza a MINŐSÉGET!

September-Feszt Sashalmon

Múlt évben szervezési okok miatt elmaradt a RAFC pályán már évek óta megrendezett Sashalmi Sörnap. Idén viszont ez másként lesz, bár a Sörnapot a szervezők Sashalmi September-Fesztre keresztelték át. A sokak által várt eseményre szeptember 14-én kerül sor a Pirosrózsa utcai pályán. A programok délelőtt 10-kor kezdődnek, ekkor még főleg a gyermekeknek: Varázsműhely Művészeti Alapítvány: Sz.Mátéfi Erika és csapata, ingyenes játszóház és arcfestés, ügyességi vetélkedők és kézműves programok. Ugyancsak 10-kor kezdődik a házi teniszverseny, 14.45 kor RSC – MAFC II.o bajnoki mérkőzésre kerül sor, 17 órakor helyi rangadóként RAFC – Ikarus Bp. I. o bajnoki mérkőzést láthatnak az érdeklődők. A színpadon 16 órakor **Bagdi Erzsi** népdalokat énekel, 17.30-kor **Pálfi doki és zenekara** idézi fel a 70-es évek hangulatát, 19 órakor **GESAROL koncert** lesz a legutóbb mgjelent dupla DVD anyagából.

Gasztronómiai fesztivál a piacon

A Sashalmi piac a bevásárlói jelleg mellett egyre gyakrabban tölti be a közösségi tér funkcióját is. Idén már két alkalommal tartottak sikeres főző-sütő versenyeket, melyeken tucatnyi csapat vett részt. Mint Kozma Viktortól, a Sashalmi piac vezetőjétől megtudtuk, október 5-én ismét egy gasztronómiai fesztivál színtere lesz a Sashalmi piac, amely immár egész napos rendezvényként várja a kerületi polgárokat. A szervezés munkáját egy közeljövőben megalakuló helyi gasztronómiai klub végzi el, s a központban a szüretkor szokásos elfoglaltságok állnak. Várhatóan lesz itt szekér, hordó, szőlőtaposás, mustkészítés, a gyerekeket népi kézműves foglalkozások várják, s bemutatkoznak a különféle régi mesterségek is. Az esemény fénypontja természetesen a főzőverseny lesz, melyre tradicionális magyar ételek készítésével jelentkezhetnek a csapatok. A részletes program még alakulóban van, aki addig is

egy kis különlegességet szeretne látni, látogasson ki vasárnaponként délelőtt a Kertvárosi Bolhapiacra, ahol tücsköt-bogarat lehet kapni, sőt 500 forintos helypénzért bárki áruba bocsáthatja a saját feleslegessé vált holmiját a Sashalmi piacon, a Margit utca és a Thököly út találkozásánál.

Árak a piacon

Gazdag gyümölcsválaszték várja a vevőt a Sashalmi piacon így augusztusban. Az olcsón kapható, ízletes hazai gyümölcsöket érdemes átmenteni a zordabb időkre, ennek legegyszerűbb módja az aszalás; napfény bőven van hozzá.

Például az őszibarack konzerváláskor C-vitamin tartalmának 80%-át elveszti, míg aszalt formában hatszor annyi energia van benne, mint a friss gyümölcsben, és napi 5 dkg elfogyasztása jórészt fedezi vas- és káliumszükségletünket.

Gyümölcsárak: őszibarack 330-380 Ft, sárgabarack 360 Ft, görögdinnye 98-148 Ft, alma 200-220 Ft, szilva 160-198 Ft, banán 350-368 Ft, citrom 600 Ft.

Jól jön majd a télen a konyhában az árnyékos helyen megszárított zeller, gyökér zöldje, a tárkony, a csombor, a lestyán levele. Ez utóbbi nem túl ismert, pedig igen jó ízt ad a hús- és zöldségleveseknek. A Vegetának ez a fő alkotóeleme.

Zöldségárak: uborka 250-298 Ft, paradicsom 150-280 Ft, paprika 168-200 Ft, sárgarépa 150-300 Ft, fehérrépa 650 Ft (300 Ft/5 szál), karalábé 100 Ft, karfiol 150-200 Ft, padlizsán 400 Ft, fejes káposzta 150-200 Ft, kelkáposzta 250-300 Ft, hagyma 198-200 Ft, krumpli 130-138, kukorica 70-80 Ft.

Mint mindig, nagy a húsválaszték Sashalmon, grillezéshez szinte bármit kipróbálhatunk, ne felejtsünk a rácsra tenni zöldségeket sem.

Marhahúsok: lábszár 1980 Ft, leveshús 1150-1390 Ft.

Sertéshúsok: oldalas 1280-1290 Ft, tarja 1290-1480 Ft, karaj 1350-1520 Ft, köröm 590 Ft.

Hal: ponty 1860 Ft.

Baromfi: csirkeszárny 680-740 Ft, csirkemell 1050-1190 Ft, egész csirke 720-725 Ft. A tojás ára 27-32 Ft. A házi tej ára: 200 Ft.

Sütögetéshez fontos kellékek kaphatók a háztartási szakboltban (húsvilla, fogó) és a halszakboltokban.

Jó vásárlást kívánunk a Sashalmi piacon! **Tóth**

Kiss Varázs a piacon

KISS VARÁZS ÜZLET NYÍLT a piac szomszédságában, a Görög Delikát üzlet mellett, a Thököly út 11-ben. Kaphatók viaszosvásznak, kétoldalú abroszok, csipke- és átlátszó abroszok (méterárukénti), öntapadó tapéták, üvegtapéták, csúszásgátló fürdőszobai szőnyegek – bevezető akciós árakon!

Az árukészlet állandóan gyarapodik, és az akció is folyamatosan fennmarad, hiszen a vevőknek még meg kell szokniuk, hogy ide bátran jöhetnek, ha szükségük lenne valamire. Az üzlet tulajdonosa igyekszik eleget tenni a vevői kívánságoknak, s szinte a környék igénye alakítja az árukészletet.

Őrizd meg emlékeid...

A Sashalmi Piac tőszomszédságában, a gyógyszertár melletti üzletsoron a Lelkes Fotóüzletben kiváló Fuji minőségben készítik el a fényképeket hagyományos vegyszeres eljárással, egyesével beállítva, javítva a képeket. *„Mi nem vágjuk le a fejeket”* – mondja mosolyogva Lelkes Szilvi, az üzlet tulajdonosa, aki gyakorlott fotósként érzékeny szemmel tekint a kidolgozandó képekre. Szívügye, hogy a lehető legjobbat hozza ki a képből, amely aztán a legkiválóbb minőségben elkészítve még 50 év múlva is fénykép! Az ár-értékarány is meglepően kedvező: levelezőlap méretben 100 kép felett 10% kedvezménnyel 45 Ft/db áron, 200 kép felett pedig 20% kedvezménnyel, 40 Ft/db áron készítik a képeket. Lelkes Szilvi immáron 17 éve készít **esküvői képeket,** egészen különleges, egyedi munkái közül a legszebbek az üzletben megtekinthetők. **De vállal tablófotózást, óvodai, iskolai fotózást kedvezményes áron, garantált Fuji minőségben.** A képekhez illő szép keretet is lehet rendelni. **Az elektronikusan tárolt fényképek** nincsenek biztonságban.

Jó, ha legalább a legkedvesebbekről készül egy papírkép, amelyet még az unokáink is látni fognak... És nem utolsósorban kaphatók az üzletben mindenféle ajándéktárgyak, ékszerek (Swarovski), és egyéb fotó-kiegészítők, mint album, keretek, stb. Ötletes és mutatós fényképes ajándékokat is készítenek, de kedves ajándék lehet egy fotókönyv is, mely **különleges formában őrzi meg emlékeid...** (x)

Lelkes Fotó, 1163 Bp. Sashalmi piac • www.lelkesfoto.extra.hu • Tel: 442-4617, 06-20-3369-438 • Ny: H-P 8-17-ig, Szo: 8-12-ig

S+S AKKU
AKKUMULÁTOR SZAKÜZLET
06-70/269-08-09
www.sasakku.hu
1163 Veres Péter út 17/b.
06-70-269-0809
Indító és meghajtó akkumulátorok
robogótól a teherautókig
többféle típus – KORREKT ÁR!
H-P: 8-18, Szo: 9-13 óráig

NOVO FÉM Kft. SZÍNESFÉM SZAKÁRUHÁZ és VASUDVAR
2141 Csömör, Major u. 25. (Bp., XVI. Timur u. vége)
Vágja meg fűtésszámláját!
Nyitva: H-P: 7-16, Szo: 7-13-ig
• Homlokzati hőszigetelés, Revco vakolattal
• gipszkarton, profil, RIMANO vakolattal
• URSA kőzetgyapot, nikecell szigetelők
• csemperagasztók
Telefonáljon, megegyezünk!
Ingyenes szállítás!
• Betonvas, térháló, zártszelvény cső, köracél, vaslemez
• Alu/réz/bronz/KO lemez és rúd
• TERAMID, festék, sziloplaszt
• BÁDOGOS TERMÉK,, vágókorong csavar, szög, SZERSZÁM
www.novofem.hu
Tel: (28) 551-500, (70) 218-7619
Ugyanitt:
Színesfém és vashulladék vásárlása kiemelt áron, szállítással is!

Aktuális receptünk

Húsgombóc-leves

Hozzávalók: 30 dkg darált hús, 30 dkg csont, 1 zsemle, 1 tojás, 1 leveszöldség, 1 darabka zellergumó, 2-3 db krumpli, 1 fej hagyma, 1 evőkanál zsiradék, 1 dl tejfől, őrölt és szemes bors, 1 csipet köménymag, só, 1 mokkáskanál pirospaprika

A húst összegyúrjuk a tejben áztatott, majd kifacsart zsemlével, a lereszelt 1-1 szál sárgarépával, gyökérrel, zellerrel, a tojással és sóval, őrölt borssal ízesítjük.

Zsíron megfonnyasztjuk a lereszelt hagymát, meghintjük pirospaprikával, felöntjük 2 liter vízzel. Belerakjuk a felkarikázott leveszöldséget és felforraljuk. Vizes kézzel gombócokat formálunk a húsmasszából, a levesbe tesszük, a csontot is hozzáadjuk, valamint a teakosárba tett szemes borsot, köményt. Lassú tűzön kb. 20 percig forraljuk, beletesszük az apró kockára vágott krumplit, ízlés szerint sózzuk. Miután minden megfőtt, megtejfölözve tálaljuk.

Jó étvágyat kívánunk!

SZÜLETÉSNAPI TÁBLÁK
AKCIÓS áron
40 30 60
REKLÁM-DEKOR-TUNING
1173 Bp. Pesti út 41/c (zöld üzlet, Kis u. sarok)
H-P : 13-17-ig
Tel: 06-70-342-5459

INTER-HALLER KFT.
Személy- és tehergépkocsik
teljes körű javítása és
HELYSZÍNI VIZSGÁZTATÁS
Robogók forgalmazása és javítása
KÖRNYEZETVÉDELMI ZÖLDKÁRTYA
MOTORDIAGNOSZTIKA
OLAJCSERE DÍJMENTESEN
KAROSSZÉRIA JAVÍTÁS
GUMISZERELÉS, CENTRÍROZÁS
ÚJ ÉS HASZNÁLT GUMIKÖPENY 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

H-HTIPPEK
Sashalmi piac és környéke
KENYÉRBOLT Kenyér, pékáru, cukrászsütemények, édességek 1163 Margit u. 1. Nyitva K-P: 5-16, Szo: 5-13 óráig
SZÁZSZORSZÉP AJÁNDÉKBOLT Órajavítás, kerámiák, gyertyák, játékok, plüssök 1163 Margit u. 1. (a piactér mellett) K-P: 8-17 Szo: 8-13
Lelkes Fotó Analóg és digitális képkidolgozás 1163 Margit u. 1. • Tel: 442-4617 • H-P: 8-17 Szo: 8-12

MARGARÉTA Virág-ajándék
Különféle eseményekre virág- és koszorú-előrendelést felveszünk!
MINDEN NAP NYITVA! Kertváros Kártya elfogadóhely. T: 06-20-5846-953

Szökendi Házi tej
Háztáji tehéntej, tojás, méz, szilvalekvár. Házi sonka, kolbász, csülök! SAJT termékek teljeskörű kóstolója és bemutatója. KERTVÁROS KÁRTYA elfogadóhely

Lottó, újság, hűtött italok a Nemzeti Dohányboltban
a Sashalmi Piac parkolójának. Itt kitöltheti nyertes szelvényét, és megveheti kedvenc újságját is

Magyar íz a kedvemre, mind ki szomjas, térjen be!

Magyar kézműves sörfőzdék termékeivel, különleges pezsgőválasztékkal várjuk vásárlóinkat a Ser-kentő italboltban, ugyanitt palackozott borok és finom szörpök nagy választékban kaphatók. *(Kis sarki üzlet a Horváth Húsbolt szomszédságában.)*

Kincses Kamra a Dél-Alföld és Békés megye kézműves ízei. Tartósítószer-mentes, hagyományos receptek alapján készült házi termékek: eredeti békési kolbász, szalonna, füstölt húsok, pálinkák, mézek, fűszerpaprika, házi tészták, lekvárok, befőttek, rizsek, lisztek, szörpök, 100%-os gyümölcslevek. Cukorbetegeknek xilites termékek.
KINCSES KAMRA

Üveges, képkeretező
Üvegek, tükrök, képkeretek nagy választékban, Thermoüveg-készítés, üvegcsiszolás, ragasztott és edzett biztonsági üvegek készítése, zuhanykabin ajtók, drótüvegek, festett üvegek sokféle színben. Kisebb munkák megvárhatók.
1163 Thököly út 12. • Tel: 06-30-325-9102

CBA Élelmiszer FOLYAMATOS AKCIÓK! Sashalmi piactér – NYITVA H-P 6-19, Szo-V: 7-13-ig
MARTON és Társa BAROMFIBOLT Háztáji csirke, kacsa, liba, tojás, tészták szemben a Savanyúságossal. • 403-0908
VECSÉSI HÁZI SAVANYÚSÁGOK Nagy választékban a piacon, a Baromfiboltlat szemben
CIPŐ-, RUHA- TÁSKAJAVÍTÁS ÁTKÖLTÖZÖTT ruhatisztítás, cippzárcsere, szárfelhajtás 1163 Thököly u. 11. Tel: 20/206-3535
SASHALMI GÁZDABOLT Műtrágyák, permetezők, vetőmagok, szerszámok, fóliák, tömlők 1163 Lipcse u. 11. (a piacot felező utca) Tel: 404-1438
GÖRÖG DELIKÁTESZ Sashalmi Csemege – Élelmiszer • Thököly út 11. Minőség – Kedvező áron! • Nyitva H-V-ig 7-22-ig

ÚJDONSÁG!!!
Grillezéshez
11 féle fűszerezéssel
helyben PÁCOLT húsok kaphatók, rendelésre is!
Csirke • Pulyka • Sertés • Marha • Birka
A Sashalmi piacon, a Horváth Húsboltban!
Nyitva tartás: K-P 6-17-ig • Sz 6-13-ig • V-H zárva

Jubileumi megemlékezés

Szinte napra pontosan húsz esztendővel ezelőtt, 1993. augusztus 12-én történt, hogy a RAFC csapata felkészülési mérkőzést játszott a Maglód együttese ellen. A Sasvár utcai pályán mindössze csak öt percig tartott a játék. Történt ugyanis, hogy a RAFC szöglethez jutott, és a sarokrúgást a csapat fiatal labdarúgója, Kovács Gábor végezte el. Beívelését a maglódi védők kifejelték, majd a labdával megpróbáltak egy kontrát indítani. Gábor tehát szélsebesen elindult visszafelé, hogy segítsen a többieknek, de csak a maglódi 16-sig jutott. Ott hirtelen összeesett, és szinte azonnal meg is halt. A RAFC újkori történelmének egyik legtehetségesebb labdarúgója 1993. augusztus 12-én még csak 21 esztendős volt.

Az idén százesztendős egyesület minden évben megemlékezik egykori játékosáról. A megemlékezés 2011-ben már nemcsak neki, hanem édesapjának, idősebb Kovács Gábornak, a RAFC két éve elhunyt technikai vezetőjének is szól. A RAFC Darázs István rákosszentmihályi fafaragó művészszel egy kopjafát készíttetett, melyet minden esztendőben, az évfordulón megkoszorúznak. S mivel Gabika egykor futballmérkőzés közben hunyt el, a szomorú eseményre egy focitornával is emlékezni szoktak. A Kovács Gábor Emléktorna idén már huszadik jubileumát ünnepelte. A szervezők ezúttal is négy csapatot, a házigazda RAFC-ot, a Felsőpakonyt, a Grund FC-t és a Budatétényt hívták meg.

– Ki gondolta volna, hogy egy húszéves játékos ilyen hirtelen meghalhat, s hogy az

édesapja alig 60 éves korában kövesse őt, és ki gondolta volna, hogy a Sasvár utcai pályán felállított kopjafát egyszer máshova kell majd vinnünk? – tette fel a kérdést Varga Ferenc az augusztus 10-i megemlékezésen, melyet első ízben a Piros Rózsa utcai sporttelepen rendeztek meg. A szentmihályi sporttörténész által említett kopjafát a Sasvár utcai sporttelep bezárása miatt kellett átvinni a RAFC létesítményébe, ahol a fedett lelátó mellett helyezték el. A klub vezetői remélik, hogy ez már a végső helye lesz a kopjafának.

Ocskó József, a klub elnöke elmondta, hogy a Kovács Gábor Emléktornát egyrészt kegyeleti, másrészt szakmai okból rendezik meg. A kétnapos torna a bajnokság előtt kiváló alkalom a formába lendülésre. Ez idén a RAFC-nak sikerült a legjobban, hisz pénteken a Grund FC-t, szombaton pedig a Budatétényt is legyőzve, elhódították a kupát. A szakemberek szerint a torna legjobb játékosa a RAFC-os Bánhidi Bence lett.

– A csapat nagy része együtt maradt, de néhány játékos kicserélődött – mondta az elnök. – A Budapest-bajnokság I. osztályának mezőnyével még csak most fogunk megismerkedni, de így is az 1-7. hely valamelyikére várjuk a csapatot.

A kerületi focirajongók figyelmébe ajánljuk, hogy szeptember 14-én a Sashalmi Sörnap keretében RAFC-Ikarus rangadó is lesz majd a Piros Rózsa utcai pályán. A Gesarol együttes koncertje előtt tehát egy izgalmas, nagy múltú sportrendezvényt ígérnek a szervezők. **(R.T.)**

Budapest Open: több mint teniszbajnokság

Augusztus elején rendezik évek óta a közép-európai vietnamiak tenisztornáját, amelyen most 170 versenyző vett részt. A Budapest Open idővel a vietnamiak fontos közösségi eseményévé vált.

A Közép-Európában élő vietnami közösség tagjai nagyrészt a hetvenes-nyolcvanas években érkeztek hazánkba tanulni, majd itt házasodtak meg és alapítottak családot. A Magyarországon élő vietnamiak közül így már sokakat honosítottak és jól beszélik nyelvünket. Saját óvodájuk, iskolájuk még nincs, a gyermekeik magyar nyelven tanulnak. Ilyen körülmények között különösen fontosak azok a rendezvények, ahol a vietnamiak kapcsolatba kerülhetnek és megismerkedhetnek egymással.

Ez volt az egyik kiváltó oka annak, hogy több mint tíz évvel ezelőtt megrendezték az első Budapest Open tenisztornát. A versenyt azóta évről évre megtartják, s immár hatodik alkalommal a XVI. kerület ad otthont neki. A bajnokságra idén 170 vietnami játékos nevezett be, többek között Németországból, Szlovákiából, Csehországból, Lengyelországból és Magyarországról. Csomor Ervin, a Kertváros alpolgármesterének köszöntője után Nguyen Viet Khue, a vietnami nagykövetség tanácsosa lapunknak elmondta: a városrész minden évben szívvel-lélekkel támogatja ezt az eseményt, ezért nagyon hálásak a vezetésnek. Kiemelte: egy ilyen rendezvény az egymástól távoli országok vietnami kisebbségeit is összeköti, ezáltal szorosabbá válhatnak a kapcsolatok. Szabó Bence, a Magyar Olimpiai Bizottság főtitkára pedig arról beszélt lapunknak, hogy az effféle megmérettetések kitűnő ösztönzőt jelentenek, hogy minél többen sportoljanak, és ezzel az egészséges életmódot is népszerűsítik.

A bajnokság sikerét jelzi, hogy a játékosok családjai mellett többen figyelemmel kísérték a mérkőzéseket, amelyek ebben az évben meglepetéseket is tartogattak. A korábbi években rendre a csehországi játékosok bizonyultak a legeredményesebbnek, most azonban a magyarországiak minden versenyszámban győzedelmeskedtek. Közülük különös figyelmet érdemel a tizenegy és fél éves kertvárosi kislány, Fodor Csilla, aki vegyes számban első helyezett lett, női párosban pedig szintén aranyérmet szerzett. Csilla egyébként a közeljövőben egy amerikai ösztöndíjnak köszönhetően a tengerentúlon folytatja sportolói pályafutását.

Molnár Ronald

Kiss MARKET NON-STOP KÖZÉRT és 18 NEMZETI DOHÁNYBOLT
1162 Csömöri út 219. Párta u. sarok
NYITVA: 0-24
Pánk mindig számíthat!

A Csömöri úton, a György utcát elhagyva a Párta utca sarkán takaros kis üzlet hívogatja az arra járót. A nap 24 órájában, non-stop nyitva tartással állnak vásárlóik rendelkezésére a mellette július elsejével megnyitott Nemzeti Dohánybolttal együtt – ilyen egyedülálló szolgáltatásért még messzebbről is érdemes ide eljönni.

A Kiss Market Non-stop Közért előtt kiválóan lehet parkolni, és már az üzlet ízléses külleme is vonzza a vásárlót. Belépve elsőként az igényesség tűnik fel a szemnek: az egyedi bútorokkal berendezett helyiség a kis alapterület ellenére rendezett, átlátható és barátságos. Az eladó szintén, aki rögtön készségesen ajánlja fel segítségét: mi hol található, melyik áru milyen minőségi kategóriába tartozik, de még arra is felhívja a figyelmet, hogy melyik típusú Piroska szörp betétdíjas és melyik nem… (amiről momentán nekem eddig fogalmam sem volt).

Ilyen kiszolgálásban nekem még nem volt részem, a multiláncok nagy üzleteinek forgatagában erre nem nagyon van lehetőség. A középkorosztály még talán emlékszik azokra a kedves kis üzletekre, ahol a tulajdonos minden vevőjét név szerint ismerte, a vásárlási szokásaival együtt. Ez a hangulat tér vissza a Kiss Market falai között, ahol a vásárló igényeit maximálisan igyekeznek kielégíteni. Ha van valami kívánság, amit nem tart még a bolt, azt beszerzik, esetleg bővítik is vele az árukínálatot. Így esett például, hogy egy darabig még gránátalmát is árultak…

Választékukban azonban leginkább azok az árucikkek találhatók, amelyek a mindennapi háztartásban szükségesek, de azok minden minőségben: az olcsóbb és az igényesebb fajtából is tartanak készleten. A hely korlátai miatt gyakran töltik fel az üzletet, így oldható meg, hogy nagyon széles áruválasztékot tudnak biztosítani. Az üzlet bútorzata is egyedi tervezésű, az elrendezés ötletes, jól átlátható, de a kedves eladó ügyis segít megtalálni a legmegfelelőbb portékát.

Van zöldség-gyümölcs, leginkább a szezonnak megfelelő, és nagyon finom, friss pékáru, ami naponta kétszer érkezik a csömöri Non-stop pékségből. Állandó akciójuk, hogy a kifli és a zsömle (60 gr) 14 forint, amely nagyon kedvező ár. A csemegepultban felvágottak, sajtok, sőt, még finom csomagolt szendvicsek is várják az ínyenc fogyasztót, aki ráadásul a helyben főzött, friss kávé minden igényt kielégítő választékából is rendelhet kedve szerint. Természetesen vegyi áru is van, de most a nyáron külön figyelnek az üdítők, ásványvizek választékára, hogy mindig, mindenből legyen elegendő, akár éjfélkor is. Itt éjjel-nappal mindent megtalál a vásárló, amire csak szüksége lehet, ráadásul kedvező áron.

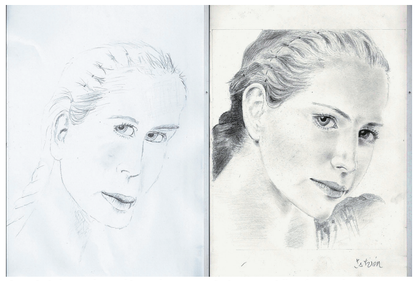
Július elsejétől pedig megnyitották a Nemzeti Dohányboltot is a szomszéd üzlethelyiségben, ahol újságok is kaphatók, a nap 24 órájában. ***Pánk mindig számíthat!*** – ez a szlogenjük, és ezt komolyan is gondolják! Nézzen be hozzájuk, és Ön is megtapasztalhatja. Hogy mit? Ami egyre jobban hiányzik a mai világból: hogy valahol mi is fontosak vagyunk, és odafigyelnek ránk.

Szeretettel várja Önt is a Kiss Market Non-stop Közért és Nemzeti Dohánybolt a Csömöri út 219. szám alatt, a Párta utca sarkán: 0-24 óráig!

5% kedvezmény egyszeri vásárlásra
Kiss MARKET NON-STOP KÖZÉRT
1162 Csömöri út 219. (Párta u. sarok)

Jobb agyféltekés rajztanfolyam – a szemünkkel rajzolunk???

Egy kedves ismerősöm unokája járta végig Liliana és Tamás jobb agyféltekés tanfolyamát, a tapasztalatok pedig azt mutatták, hogy nemcsak rajzolni tanult meg a gyermek, hanem azóta sokkal kiegyensúlyozottabb, koncentráltabb, a tanulásban és a személyiségében egyaránt pozitív változások tapasztalhatók nála. Régóta kerestem már 12 éves lánykámnak a lehetőséget egy ilyen tanfolyamra, kapóra jött hát a kiváló referencia. Egy szónak is száz a vége, az augusztusi tanfolyamon (a Cserepesházban) saját magam is meggyőződhettem a „csodáról", ami a szemem előtt zajlott le… Az alábbi sorok talán némi fény derítenek e technika hátterére, működési elvére, eredményességére. ***Szőke Kati***



A rajzkészség változása: tanfolyam előtt és utána

„Ha le tudod írni a neved, akkor képes vagy rajzolni is!" Amikor a tanfolyam első napján elhangzik ez a kijelentés, a résztvevők közül többen kétkedve csóválják a fejüket. Pedig akármennyire is hihetetlenül hangzik ez az állítás, attól még igaz.

Az emberek többsége a rajzolási képesség elsajátítása mögött fárasztó, verítékes gyakorlást feltételez, vagy még inkább istenadta tehetséget, ami születésünkkor vagy van, vagy nincs…

„Én nem tudok rajzolni." „Ügyetlen vagyok." „Nincs hozzá kézügyességem."– mondják sokan. Ezzel ellentétben **a művészi ábrázolás bárki által könnyedén, gyorsan megtanulható, korra, nemre, iskolai végzettségre és foglalkozásra való tekintet nélkül. Nem kell hozzá különösebb kézügyesség sem**, elég, ha valaki egy átlagos szem-kéz koordinációval rendelkezik, mint amilyen például a tű befűzéséhez szükséges.

A titok nyitja a megfelelő **látásmódban és agyunk jobb félteknéjének munkába fogásában** rejlik. Aki megtanulja, hogyan kell helyesen feldolgozni a vizuális információt, az rajzolni is tudni fog. A legnagyobb festők is azt vallják: **nem a kezükkel, hanem a szemükkel alkotnak**. A varázslatos rajztudás elsajátításának másik fontos eleme az a képesség, hogy agyunkat átkapcsoljuk egy másfajta érzékelő módba, de ebben sincs semmi ördöngösség. Mindenkivel előfordult már, hogy egy tevékenység végzése során annyira belefeledkezett abba, amit éppen csinált, hogy megszűnt létezni számára a közvetlen környezete és az idő múlása. Nos, ez pont az a felszabadult, nyugodt tudatállapot, amely a művészi rajzoláshoz is szükséges. E két összetevő elsajátítása nem nehéz és nem is időigényes. Mindössze négy nap kell hozzá. A tanfolyamon olyan körülményeket teremtünk, olyan feladatokat végzünk, melynek hatására **a domináns bal agyféltekénk elcsendesedik és átengedi a vezető szerepet a kreatív jobb agyféltekének, így képesek leszünk a dolgokat másképp észlelni, helyesen látni**. Ennek következtében pedig akkor is valósághűen tudjuk lerajzolni a megfigyelésünk tárgyát, ha előtte sohasem tanultunk rajzolni.

Egy művész ezt így fogalmazta meg: *„Amikor igazán megy a munka, az olyan, ami semmi máshoz nem hasonlítható. Eggyé válok a munkával: a festő és a festmény egy."*

A fejlődés, amelyen néhány nap alatt a résztvevők keresztülmennek, egész egyszerűen döbbenetes. Az első nap készítsett rajzok és a negyedik nap portréi között akkora különbség van, hogy azt maguk a hallgatók is alig akarják elhinni. „Ezt tényleg én rajzoltam? Nem hiszem el!" A „pont pont, vesszőcske, készen van a fejecske" stílusú rajzokból élethű képek válnak!

A tanfolyam során lépésről lépésre **megszerzett rajzolási készség egy egész életen át megmarad**, azt bárhol, bármikor használni lehet majd. Olyan ez, mint a kerékpározás: ha egyszer megtanuljuk, hogyan kell csinálni, azt **soha többé nem feledjük el**.

A négy napos kurzus más kapukat is kitár előttünk: azon felül, hogy megtanuljuk a művészi ábrázolás fortélyait, a megváltozott látás- és gondolkodásmódnak köszönhetően sokkal **intuitívabbak, kreatívabbak, sikeresebbek leszünk életünk egyéb területein is**. Más szemmel fogunk a világra tekinteni, magabiztosabbá válunk, és jobban ki tudjuk fejezni magunkat. Olyan erőforrásra lelünk, amelyre bármilyen körülmény között bátran támaszkodhatunk. A jobb agyféltekés rajztanfolyam elvégzésével szinte újra rajzolhatjuk az életünk!

A tanfolyamok egyelőre 2 korosztály számára zajlanak (hamarosan indul majd a legkisebbek (8-11 év) tanfolyama is. Felnőtt tanfolyam: 14 évtől felfelé (nincs maximum életkor, a nyugdíjasok is nagyon élvezik a 4 napot, sőt a későbbiekben kiváló időtöltéssé válik számukra a rajzolás)

Gyermek tanfolyam: elsősorban a 11-14 éves gyerekek számára, kiegészítve a tanulást segítő kineziológia gyakorlatokkal (agyféltekék összehangolása, kéz-szem koordináció összehangolása, érzékszervek erősítése, energiaszint harmonizálása, stb..). Ezeket a gyakorlatokat a későbbiekben nemcsak a rajzoláshoz, hanem a tanuláshoz is használhatják majd. Célunk, hogy a két agyfélteke összehangoltan működjön, kiegészítse, segítse egymást a tanulási folyamat alatt, így a gyerekeknek lényegesen könnyebbé válik a tanulás. A tanulási nehézségekkel küzdő fiatalok számára is nagy segítség mind a technika, mind a kiegészítő gyakorlatok elsajátítása.

Van lehetőség a tanultakat továbbfejleszteni, erre ad kiváló lehetőséget a színes jobb agyféltekés rajztanfolyam. Itt 4 nap alatt megtanuljuk a színekkel való munkát, a színelmélet alapjait, a színhasználatot, azt, hogy hogyan lehet 3 alapszínből előállítani a többi színt, beszélünk a színekről az önismeret vonatkozásában, a színek ránk gyakorolt hatásairól, illetve arról, hogy hogyan tudnak segíteni minket a különböző színek mind a hétköznapokban, mind az alkotások által. 3 alaptechnikát sajátítunk el: pasztellceruza, akrilfesték, akvarellfesték. Mindhárommal részletesen ismerkedünk és alkotunk velük. Ezen kívül még sok más eszközt is kipróbálhatunk: színes ceruza, pasztellkréta, művésztempera, olajkréta, stb.

További bővebb információ és elérhetőségek: www.jobbagyfeltekes-rajzolas.hu (itt a galériában rengeteg előtte-utána kép megtalálható). Email: szepesliliana@gmail.com Telefonszám: 06-30-594-7675

A tanfolyamok helyszíne változó, az időpontokról és a helyszínekről is a honlap ad pontos információkat.

KERTVÁROSI KÉPÚJSÁG
hirdetés és információ: 405-6655

NYELVTUDÁS NAPJA – 2013. szeptember 14.

Talán nem sokan tudják, de immár tíz éve, hogy az Európa Tanács egy szeptemberi napot a Nyelvek Európai Napjának nyilvánított. Az alkalomhoz kapcsolódóan, a Nyelviskolák Szakmai Egyesülete kezdeményezésére ebben az évben is sor kerül a „Nyelvtudás Napja" elnevezésű országos rendezvényre.

NYELVTUDÁS NAPJA 2013

A Nyelvtudás Napja országszerte ingyenes lehetőséget kínál arra, hogy a nyelvtanulás iránt érdeklődők felmérhessék tudásszintjüket, kipróbálhassanak nyelvvórákat, személyre szabott tippeket kapjanak a nyelvvizsgára történő sikeres felkészüléshez, valamint a nyelvtanuláshoz.

Mindezt azokban a Minősített és Ajánlott Nyelviskolákban tehetik meg, melyek szakmai színvonalát és nyelvóráinak hatékonyságát a NYESZE Európai Nyelvi Díjas minősítési rendszere garantálja.

Országszerte kapcsolódnak be nyelviskolák a rendezvénybe, melyek mindegyike sokszínű és érdekes programmal, valamint különféle akciókkal és ajándékokkal várja a nyelvtanulás iránt érdeklődőket.

Itt nálunk a 16. kerületben is várja az érdeklődőket a NYESZE logóval ellátott nyelviskola Rákosszentmihályon, órabemutatókkal, ingyenes próbanyelvvizsgákkal. (www.metisz.hu)

ESKÜVŐI TÁNCTANÍTÁS - AKCIÓ!!!
3x60 perc csak 12.000 Ft!
3 alkalom alatt
garantáltan betanítjuk
az esküvői táncotokat a Nagy Napra!
Fodorné Ferenci Eszter
szakképzett táncos és táncoktató
Tel: 06-70-612-9516
napfeny.mozgasstudio@gmail.com

GIPSZKARTON SZAKÜZLET
1144 Füredi út 74-76. Tel: 220-6217
Nyitva: hétfőtől péntekig 7-16-ig, szombaton 8-12-ig
•GIPSZKARTON RENDSZEREK (válaszfal, tetőtér, álmenyezet, előtétfal, akusztikai szigetelések)
•HOMLOKZATI SZIGETELÉSEK utólagos hőszigetelés (polisztirol illetve ásványgyapot)
•BELTÉRI AJTÓK (fém és fa tokkal)
•KAZETTÁS ÁLMENNYEZETEK
CORATREND THERMOMASTER ISOMASTER MASTERPLAST GROUP/INTERNATIONAL
www.gipstone.hu • e-mail: gipstone@gipstone.hu

Csontkovács-gyógymasszőr
Gergely Tibor
Tel: 06-70-536-3601
www.izomgyogyasz.hu
• Reflux, hasi puffadás
• Fejfájás, szédülés
• Karzsibbadás, vállfájdalom
• Csípőfájdalom
• Derék- és hátproblémák, gerincsérv kezelése
10 éves tapasztalat

SÓDER, HOMOK, TERMŐFÖLD, TÖRMELÉK SZÁLLÍTÁS
lenyitható 5-6-7-8 m³-es
KONTÉNER
TELEFON
06/30-9483-754
405-4231
Király Sándor
1161 Bp. Milán u. 16.
XVI. kerületieknek
10% kedvezmény

SASHALOM központjában
új parcellázású területen
ÉPÍTÉSI TELKEK
versenyképes áron, kedvező
fizetési feltételekkel
ELADÓK.
Érdeklődni a vagyoni@bp16.hu
email címen,
illetve a 06 1/4011-483-as
telefonszámon lehet.

FELKÉSZÜLÉS AZ ŐSZRE

Asztrológiai útmutató a Szűz jegyében

A Szűzben álló Nap már az ősz kezdetét jelzi, lassan a szűkülés, beszűkülés és – ha nem takarékoskodunk télire – a szűkösség ideje érkezhet el. Ez a jegy tehát a dolgos, szorgalmas, előrelátásról, a fáradhatatlan gondosságról szól, mellyel nem a jelen örömeit, vagy elégedettségét tartja szem előtt, hanem a hosszú távon elegendő, mértékletes, megélhetéshez szükséges, gazdaságos megoldást keresi. Strukturált, jól megtervezett életút, megfontolt döntések, racionális gondolkodásmód jellemzi.

Fókuszba kerül az egészség! Legjobb, ha a megelőzésre tudjuk az energiáink nagy részét felhasználni, mint a már kialakult betegség kezelésére. Érdemes a Szűz havában bőjtöt, tisztítókúrát tartani, megpihentetve ezzel a jegyhez tartozó testrészt, a gyomrot. A gyomor és az emésztőrendszer – ahogy már a nevében is benne van –, az élet dolgainak megemésztéséről is szól. Érdemes tehát tudatosan emészthető, könnyed dolgokkal táplálni magunkat, melyek feldolgozásához nem terheljük le szervezetünk teljes energiaháztartását. A gyümölcsök és zöldségek kiváló vitaminforrásai lehetnek az egészséges test működésének, ráadásul bármennyi fogyasztható ezekből.

A szeptember alapvetően sok energia-befektetést igényel, e teherbíró jegy égisze alatt pedig képesek is leszünk megbirkózni a munkával. Szorgalmat és kitartást, türelmet és racionális gondolkodásmódot tanulhatunk. Akiknek ezek a tulajdonságok nehezen tarthatók, most alkalmat kapnak arra, hogy megdolgozzák személyiségüket és felfedezzék magukban a szorgalmas „hangya" szimbólumát, analógiáját. Természetesen mindenkinek magához képest kell mérnie, hogy mennyit bír el, nyilvánvalóan egy Szűz jegyű sokkalta terhelhetőbb a mindennapok területén, az úgynevezett sziszifuszi feladatokban, mint egy Oroszlán jegyű személy, aki inkább irányítóként van jelen a rutinfeladatok területén, és minden esetben egy áhított cél elnyerése érdekében tevékenykedik.

A betakarítás és tartalékolás hava szól az anyagi takarékoskodásról is. Elszámolunk a nyáron költött és a megmaradt helyzettel. Tudatosabbak lehetünk a költekezés területén is, egyrészt a szeptemberi „hajtás" kevesebb időt feltételez a vásárlásokra, valamint a nyári költekezés után most összébb húzzuk a nadrág szíját.

A hónap az áldozathozatalokról is szól. Minden egyes döntésünk természetes módon valami felé visz minket, ugyanakkor valamilyen más dologtól pedig eltávolít. Fel kell ismernünk, hogy egy-egy döntésünk milyen következményekkel jár. A legtöbb esetben egy életmódváltásnál, munkahelyváltásnál, vagy párkapcsolatból való kilépésnél ezeket a következményeket hagyjuk figyelmen kívül, és csak azután látjuk be fontosságukat, miután szembesültünk azokkal. A Szűz havában érdemes mérlegelni a következményeket, most kitűnő objektivitással fogjuk tudni szemlélni az életet.

A Nap Szűz jegyébe lépésekor nehéz konstellációkat, bolygóállásokat láthatunk. Négy fő élettereletet is érintenek. Az önértékelést és az önmagunk testi és lelki egészségét (amit magunkért tenni tudunk). Az életörömök területét (mennyire vagyunk képesek örülni az élet adta dolgoknak, akár apróságoknak is, és ezekből erőt meríteni). A párkapcsolatok területét, mely területen kirobbanhatnak azok a feszültségek, melyekről tudomás sem akartunk venni (pedig valahol mélyen éreztük azokat), illetve az emberi és égi segítség területén (úgy érezzük, egyedül vagyunk, nem kapunk segítséget). A négy élettérület nehézségén kívül az augusztus végétől fennálló, bár már enyhülő Jupiter-Plútó szembenállás az, ami még mindig érezteti velünk a hatását. Jupiter a Rákban ugyan kellemes légkörben, termékeny és kényelmes környezetben tartózkodik, de szemből támadja a Bak nehézkes jegyében álló, alvilági úr, a Hadész, azaz a Plúró. Az alvilági ura a neki járó jussát kívánja behajtani, azaz szembesíteni akar minket a sötét oldallal, a csontvázakkal a szekrényünkben. A nehézség nagysága attól függ, mennyi csontvázat rejtegetünk abban a bizonyos szekrényben.

Mivel Jupiter az anyagi bőség uralkodója is, valamint a termékenységé, a Plúró támadása szólhat anyagi veszteségről, vagy egy magzat elvesztéséről is. Ezek súlyos és nehéz dolgok, mégis szükséges változásokat hozhatnak a maguk kegyetlennek vélt módján. A Plúró magas oktávja, erénye a gyógyító képessége is, mely gyógyulást ezeknek a rettentően nehéz élethelyzeteknek révén érhetjük el. Az egyetlen dolog, amit tehetünk, hogy a reményt ne adjuk fel arra vonatkozóan, hogy van tovább. Szerencsére minden körülmény és helyzet változik, a nehézségek is. Egyetlen döntési jogunk az, hogy hogyan éljük meg ezeket a szituációkat.

Laki Beáta

A hónap verseként szintén egy nehéz verset választottam Ady Endrétől, aki maga is nagy valószínűséggel kardinális Plúró behatással bírhatott a képletében.

A HALÁL ROKONA

Én a Halál rokona vagyok,
Szeretem a tűnő szerelmet,
Szeretem megcsókolni azt,
Aki elmegy.

Szeretem a beteg rózsákat,
Hervadva ha vágynak, a nőket,
A sugaras, a bánatos
Ősz-időket.

Szeretem a szomorú órák
Kisértetes, intő hívását,
A nagy Halál, a szent Halál
Játszi mását.

Szeretem az elutazókat,
Sírókat és fölébredőket,
S dér-esős, hideg hajnalon
A mezőket.

Szeretem a fáradt lemondást,
Könnyetlen sírást és a békét,
Bölcsek, poéták, betegek
Menedékét.

Szeretem azt, aki csalódott,
Aki rokkant, aki megállott,
Aki nem hisz, aki borus:
A világot.

Én a Halál rokona vagyok,
Szeretem a tűnő szerelmet,
Szeretem megcsókolni azt,
Aki elmegy.

Gyere jógázni hozzánk!
Hatha jóga gyakorló óránkra várunk szeretettel, ahol megismerheted és megszeretheted ezt a harmónikus mozgásformát. Kis létszámú csoportjainkban külön figyelünk mindenki személyes fejlődésére!
Hétfő és szerda 9-10.30-ig, csüt. 18.15-20-ig
06-20-412-6353
Napfény Mozgásstúdió • 1162 Hermina út 16.

Itt a nyár! Hozd formába magad!
NAPFÉNY MOZGÁSSTÚDIÓ
1162 Rsztm. Hermina út 16/A.
www.napfenymozgasstudio.hu
06-70-612-9516
A legújabb őrület a 16. kerületben először!
ZUMBA sentao
Bejelentkezés szükséges:
06-70-612-9516
Zumba® Sentao= Te+szék+Zumba= Erősítés+tánc+szórakozás!
Gyere és próbáld ki!
A sport is lehet szórakozás!
Új vendégeinknek AKCIÓ!
Ha szeretnél vidám hangulatban edzeni, szakképzett oktatók kezei között formálódni, és egy összetartó közösség része lenni,
itt a helyed!
Gyere el hozzánk, és próbáld ki óráinkat!
Nálunk mindenki megtalálja a neki való mozgásformát!
További óratípusaink: Zumba® fitness, Zumba® Toning, Babás Zumba®, Body Steel, Zsírégető/Alakformáló, Has-Comb-Popsi, Hatha Jóga

LÁBÁPOLÁS OTTHONÁBAN
KÉZI-GÉPI PEDIKŰR
Hívjon bizalommal:
20/538-6192, 30/617-7784

Komputeres szem és kontaktlencse vizsgálatot végez!
GERŐ RUDOLF
Jénai okleveles látszerész mester és optometrista
Telefon: 403-0702
SZTK vények beváltása
Kontaktlencse és tároló árusítása
Óriási keretválaszték – extra lencsék is
Bp. XVI. M.föld, Veres P. út 110.
(a Repülőtéri HÉV megállónál)
Nyitva: 9-18, szombat: 9-13,30-ig
SZAKORVOSI RENDELÉS:
K-Sze-Cs: 15-18-ig, Szo: 9-12.30-ig

HOROSZKÓP

Kos (III. 21.- IV. 20.)

Óriási erő hajtja a Szűz-havában. Szinte mindent képes megoldani, amit célul tűz ki maga elé. Jó ez így, mert külső segítsége nem számíthat, illetve ami első ránézésre segítségnek látszik, az is inkább akadályként értékelődik dolga végeztével. A lényeg, hogy saját erejéből képes bármire. Sokféle társadalmi eseményre számíthat ebben az időszakban, melyeken meg kell jelennie, igazából mindent összevetve, szívesen fogadja a meghívásokat, szívesen tölti el szabadidejét ünnepélyeken, megnyitókon, fesztiválokon. Az őszinteség most nem fog az erősségei közé tartozni, de talán pont ez az, ami miatt rendkívül jól forgatja az igazság szavait úgy, hogy azzal ne bántson meg senkit, mégis elérje célját.

Bika (IV. 21.- V. 20.)

Uralkodó bolygója, a Vénusz kedvező jegyben áll és ezáltal Ön is igazán kiegyensúlyozott, nagyszerű állapotban lehetne, ha nem vágyna annyira a környezete elismerésére. Sajnos a külvilág szinte nem is látja meg, hogy Ön egyáltalán létezik. Ez nem a Bika-jegyűek hiányossága, egyszerűen csak túl elfoglalt szinte mindenki a környezetében. Meg kell tanulnia önerőből töltődnie. Nem kell visszajelzést, megerősítést keresnie arra, hogy ma milyen jól néz ki. Egyszerűen érezze jól magát és veregesse meg saját vállait.

Ikrek (V. 21.- VI. 21.)

Ha eszébe jut, hogy tanulni kéne valami újat, ne fogja viszsza magát, keresgéljen iskolát, tanfolyamot, lehetőséget a tudás elsajátításához. Egyelőre annyi látszik az égbolton, hogy hamarosan új ismeret megszerzésébe kezdhet. Nézelődjön, érdeklődjön, hiszen Önnek lételeme a tanulás. Ha pihenni szeretne, remek alkalom lehet ez a hónap az eltávolodásra a sürgés-forgástól, a rutin dolgoktól. A Szűz-havában nem fog állandóan csöngeni a telefon, nem kopogtatnak az ajtaján egy jó beszélgetésre és bizony néha az Ikrek-jegyűeknek is szüksége van az egyedüllétre, a lassításra, az egy helyben való üldögélésre.

Rák (VI. 22.- VII. 22.)

A Szűz-havában próbál lavírozni a családanya és az erős nő szerepei között. Ha Ön Rák jegyű férfi, akkor természetesen mindez ugyanúgy igaz, csak a családapa és a komoly üzletember szerepkör, jó munkaerő szerepeket próbálja jó időben változtatni. Ez az állandó megfelelés rengeteg erőt és energiát visz el a mindennapokból és hamar kifáradhat, labilissá válhat mentálisan. Ez azt jelenti, hogy egy apró kellemetlenség is atombombát robbanthat az Ön lelkében és nagyobb ügyet csinál belőle, mint amekkora. A feladat, hogy a két szerepet szintetizálni tudja.

Oroszlán (VII. 23.- VIII. 23.)

A Szűz-jegyben álló Nap a „gatyaszíj megszorítására", azaz spórolásra hívja fel a figyelmet, ugyanakkor szerencsésnek mondhatja magát, mert valahonnan mindig előkerül egy ezres, vagy ötezres, vagy kap a munkahelyén némi jutalmat. Figyelmesen nézze át a zsebeit! A spórolás mellett tehát a szerencse anyagi kiegészítést ad Önnek, így kényelmesen élvezheti a nyár végi hónapot. Az is lehet, hogy érdemes lenne lottóznia, természetesen a Szűz-jegy nem az ötös találatot fogja behozni az életébe, de egy hármas találatra számíthat, sok kicsi pedig sokra mehet.

Szűz (VIII. 24.- IX. 23.)

A figyelem középpontjában még mindig a család áll (ahogyan a múlt hónapi előrejelzésben is írtam), azonban jelenleg a családért tett önfeláldozás, áldozatok azok, amik fontossá válnak. Le kell mondani néhány szabadidős programot a kötelességei érdekében. A kellemetlen érzés csak és kizárólag a döntés meghozatalakor lesz érezhető, a családi légkör pótolni fogja az elvesztett lehetőséget. Be fogja látni, hogy ami az egyik oldalon áldozat, az a másik oldalon mérhetetlen megbecsüléssel és jutalommal jár. Összefoglalva a Szűz-havának tanulnivalója az, hogy két dolog közül csak az egyiket választhatja!

Mérleg (IX. 24.- X. 23.)

Ön szép/jókedvű, okos, kedves, udvarias és mégsem veszik észre a világban. Láthatatlan, pedig mindenkinek megmutatná, miscoda fantasztikus képességekkel, briliáns humorral és egyéb nagyszerű tulajdonságokkal bír. Pont ennek nincs most itt az ideje, pedig elemében van – szó szerint –, az uralkodó bolygója a Mérleg jegyében áll, de sajnos bekötetlenül, magányosan álldogál. Az általában kifelé forduló Mérlegeknek most maguknak kell tetszelegniük és nem csak felszínesen. Az öröm kiinduló forrása és végpontja önnön maga lesz! Ki fog derülni, hogy miben leli valóban kedvét, mi az, amit valóban szeret viselni, milyen is Ön valójában?!

Skorpió (X. 24.- XI. 22.)

Az előző hónapban írt fordulópont, változás a Szűz-havát is végig kíséri a Skorpiók számára. Mély belső erővel rendelkezik ahhoz, hogy fel tudja mérni, mit válasszon a lehetőségek közül. A Skorpió jegyűekben alapvetően létezik és munkálkodik egy komoly, sokszor komor természet, de ezt a sötét hangulatú, tényszerű, száraz szerepszemélyiséget fel kell oldania ahhoz, hogy valóban sikereket érhessen el, valóban változást tudjon generálni. Meg kell értenie hogy Önnek nem az erejével van baj (abból mindig van bőven), hanem túlzottan szűk világképet lát.

Nyilas (XI. 23.- XII. 21.)

Szépséges álmokat dédelget, nagy volumenű terveket sző! Még nincs itt az ideje annak, hogy ezek megvalósuljanak teljes mértékben, de jó hír, hogy az álmodozás, amit mostanában tesz, be fogja tudni vonzani a valóságba is bizonyos részét a képzeletében létező kívánságoknak. A még jobb hír az, hogy a nélkülözések ideje is lejárt, a múlt hónap óta csillagzata felfelé ívelő pályán mozog, így minden nap, hét, hónap egyre jobb lehetőségeket biztosít. Ne feledje, hogy az eredmények eléréséhez kérhet segítséget, legjobb, ha családjától, párjától kér segítséget, ők biztosan tiszta szívvel és erőbedobással fognak munkálkodni az Ön jólétén.

Bak (XII. 22.- I. 20.)

A rutin feladatok legmélyebb bugyrában csücsül. Dolgozik, és csak dolgozik nap, mint nap, legtöbbször túlórákat vállal és mindeközben Ön is érzi, hogy egyre rosszabbul néz ki és egyre fáradtabb. Nincs még vége a megpróbáltatásoknak, kicentizi az élet a türőképessége határait, és természetesen ebben a centizésben az Ön kezei is benne vannak. Ha hátizsákot akar cipelni, akkor cipelje! Az is nagy segítség lenne az egészségét tekintve, ha egészségesen táplálkozna, ebből több erőt nyerhetne! Figyeljen oda tehát az egészségére, mert sajnos a képlet alapján ez a rengeteg feladat megterhelően hat az idegrendszerére, térdeire, bőrére!

Vízöntő (I. 21.- II. 19.)

A Szűz-havában egy két kellemetlen meglepetéssel is meg kell birkózna. Szó szerint nyilvánosan „cikis" helyzetbe kerülhet. Fel kell tennie a kérdést, hogy nem hordja-e túlzottan mostanában fenn az orrát? Nem az a gond, ha valaki magasba emeli a fejét és felfelé tekintget, hanem az, ha egyáltalán nem nézi, mi van a lába előtt. Ebből kifolyólag sajnos Önt is érhetik kellemetlen meglepetések. Egy-egy elfeledett be nem fizetett számla, elfelejtett találkozó, le nem írt tennivaló. Nem az a lényeg, hogy megalázó helyzetbe kerüljön, hanem az, hogy jobban nézze meg az élet útján lépkedve magát az utat. Odafigyeléssel, ellenőrzéssel képes lesz túlemelkedni ezeken a helyzeteken és ne feledjen el elnézést kérni, ha kellemetlenséget okozott!

Halak (II. 20.- III. 20.)

A Halak számára, ahogyan azt már pár hónapja írtam, alapvetően kedvező állás mutatkozik a csillagok felől, de némileg nehezíti a saját helyzetét azzal, hogy ismét hitehagyott lehet. Meg kell értenie, hogy Ön egy érzékeny személy, akiben rengeteg adottság és képesség csak azért nem tud a lét felszínére törni, mert vagy túlzottan nagyok a félelmei az életét tekintve, vagy túlzottan kevés időt fordít a részletekben rejlő megvalósításra. Jelen esetben a félelmek erősek, a hit kevés. Ezen kellene változtatnia és belátnia, hogy mindenkivel történnek rossz dolgok, de a jókedvű emberek általában ezeket képesek letenni és nem cipelni tovább, vagy képesek a javukra fordítani azt. Meg kell erősödnie lelkileg és ez ugyanolyan fontos, mintha az ember edzőterembe járna a karjait vagy a hasizmát feszesíteni.

Laki Beáta

Fehér Dental
szívvel és szakértelemmel...
Új helyen!
FOGÁSZAT
AZ ÖRS VEZÉR TÉREN
az Árkád mellett, Gyakorló u. 2.
Ödülési Csekk elfogadóhely
Barátságos környezet, fájdalommentes kezelések, ingyenes állapotfelmérés, kedvező árak
Hívjon bátran!
VÁRJUK SZERETETTEL!
Bejelentkezés: 216 4301
0630 26 28 100
www.feherdental.hu

MÉDIATÁBOR – Áldokumentumfilmet forgattak Siófokon

A siófoki sétálóutcán járókelőket szólított le egy csinos riporter, a rögtönzött koncertet pedig az éttermek teraszain ülők lelkes tapsa kísérte. A mindezt felvevő profi kamera körül tüstént kedők ifjú kora sejtette, itt nem a „királyi" tévé stábja forgat, de az irigykedő arcok elárulták, a felnőttek is szívesen részt vettek volna a filmkészítésben. Hiszen a média világa annyira vonzó, az újságírók, tévések presztízse magas, a kommunikáció szak pedig az egyik legkeresettebb az egyetemeken.

Retró kamera és a médiatáborosok a rádiómúzeumban

A média számos területéről kaptak ízelítőt a balatoni és pesti médiatáborok résztvevői. Július első hetében Siófok-Szabadifürdőre költözött a fővárosban több mint tíz éve minden nyáron megrendezett tábor. Az Édenkert Panzió csónakázó tavával, csodás parkjával valóban édeni és gyerekbarát táborhelynek bizonyult.

A középpontba a filmforgatást állítottuk, erre minden nap improvizációs játékokkal készültünk egy színinövendék, egy operátor, és a rendezőnek készülő táborvezető-társam, Simon Emőke segítségével. Két csoportban, nagy vitákkal fűszerezve születtek meg az áldokumentumfilmek forgatókönyvei. Ezek olyan riportfilmek voltak, melyek a valóságra emlékeztettek, de a történetük kitalált volt, így a szereplők kiélhették kreativitásukat, megmutathatták színészi képességeiket is. A forgatás örök emlék marad mindannyiunk számára, hiszen a sétálóutcán rögtönzött koncertet még az éttermekből is megtapsolták, az egykori lovarda romjai pedig misztikus környezetet nyújtottak egy rejtélyes eset kinyomozásához.

A média más területeibe is bepillantást nyerhettek a diákok. Ellátogattunk a Part FM rádióstúdiójába, ahol néhány XVI. kerületi táboros nyilatkozott a magazinműsor számára, előtte pedig rádiós gyakorlatot tartottunk, kipróbálandó, milyen nehéz mikrofonnal a kézben folyamatosan és szépen beszélni. Szerénységével és közvetlenségével lepett meg bennünket vendégünk, Rábai Balázs, a közszolgálati rádió és televízió egykori sztár műsorvezetője. Fotóiból vetített, hasznos tanácsokat adott és tibeti kalandjairól mesélt a lendületes Gáti Kornél, a Siófoki Hírek főszerkesztője.

Saját dalaiból adott gitáros estet egy táborlakó, jártunk a Voice döntőse, Weisz Viktor koncertjén és a földvári térzene fesztiválon. És persze a fürdőzés sem maradt el!

Két nap múlva, immár bejárós formában Budapesten folytatódott a tábor szerkesztőség-látogatásokkal. Összehasonlítottuk a RTL Klub és a TV2 stúdióit, utóbbiban nemcsak a műsorvezetők székében olvashattunk híreket a súgógépről, de a kamerákat is kezelhettük. A Magyar Rádió közkedvelt szerkesztőriporterétől, Kránitz Balázstól próbáltuk ellesni a „nagydumálás" fortélyait, végigvezetett bennünket a labirintusszerű épületen, láttunk élő műsort, a rádiómúzeumban pedig közösen mini rádiójátékot alkottunk.

Jártunk a legnagyobb hazai internetes hírportál, az Index szerkesztőségében, és üdvözöltük a médium csapatát erősítő egykori táborosunkat. A blog.hu munkatársai és Zubreczki Dávid, az Urbanista.hu újságírója kedvet csináltak a világhálós naplóíráshoz, a blogoláshoz. A Ringier kiadónál az IM és Bravo készítői az „álomvilágot nyújtó" bulvármédia működésébe engedtek bepillantást. A médiahatóság jogásza a gyerekeket a tévé káros hatásától védő szabályokról, egy zenei menedzser pedig a koncertszervezés szerteágazó világáról beszélt. A zárónapon profi fotóstól leshettük el a jó fénykép készítésének fortélyait. A médiatáborok cikkei, fotói, filmjei megnézhetők a mediatabor.uw.hu oldalon és a facebookon.

Benedek Ágnes

Városnézések gyalog és két keréken

Szeptemberben hozzáértő idegenvezetéssel fedezhetjük fel lakóhelyünket. Benedek Ágnes helytörténész gyalogos és kerékpáros túrákra invitál az őszi hétvégéken.

HOGYAN SZÓRAKOZTAK ELEINK A MÁTYÁSFÖLDI ÚRI VILLANEGYEDBEN? 7-én, szombaton végigsétálunk a legszebb fasorok közt, megismerjük a patinás épületek hajdani lakóinak vidám és megható történeteit. Betérünk a festett kazettás mennyezetű evangélikus templomba, a báli bevételekből épült katolikus templomba, érintjük az egykori nagyszállót és pihenőparkot is. Indulás: 10 órakor a Pilóta utca – Veres Péter út saroktól.

AZ ELSŐ MAGYAR SOROZATGYILKOS NYOMÁBAN CINKOTÁN. 21-én, szombaton kinyomozzuk, ki volt Kiss Béla, a cinkotai asszonyirtó. Több épületbe is betérünk, ahol a házasságszédelgő járhatott: a földesúri kastélyparkba, a leányárvaházba (ma gimnázium), a százéves tájházba, az öregtemetőbe, és az ezeréves múltú templomba, ahol felcsendül az orgonaszó. Indulás: 10 órakor a Cinkota HÉV-megállóból, a műemlék mozdonytól.

A LIBÁS TÓTÓL A FORRÁSIG: CAPRERA-PATAK. 21-én, szombaton Cinkota festői szépségű kis patakja mentén sétálva kiderül, hogyan faragott a kultúra a libás tóból strandfürdőt, hol hűsítette magát a grófnő, és mit cinkelt a török pasa? Szó esik még kocsmákról, Istók szobráról, villanytelepről és bunkerekről. A sétát Széman Richárd helytörténész vezeti. Indulás: 15 órakor a Cinkota HÉV-megállóból, a műemlék mozdonytól.

NAGYICCÉTŐL SASHALOMIG: KASTÉLYTÓL A VÍZMŰVEKIG. 28-án, szombaton kiderül, miként álmodta meg Sashalmot egy kocsmáros. Érintjük a műemlék Festetics kastélyt, a „vártemplomot", a megújult parkokat, a vízművek tározóját és a helytörténeti fasort. Indulás: 10 órakor a Nagyicce HÉV-megállóból.

KERÉKPÁRON MÁTYÁSFÖLDRŐL A NAPLÁS-TÓIG. 29-én, vasárnap az ómátyásföldi villanegyed bebarangolását követően a Szilas-patak mentén, nagyrészt földúton lekerekezünk a Naplástóhoz, amit a látványos tanösvény mentén megkerülünk. Könnyű túra, gyerekeknek is! Indulás: 15 órakor a Pilóta utca – Veres Péter út saroktól.

Bővebb információ a Kertvárosi Időutazó facebook oldalán. A nyári szabadságok miatt lapzártakor a helyszínek egyeztetése még zajlik, ezért időpontváltozás lehetséges! Érdeklődjön a 06-20/9310-800 telefonszámon Benedek Ágnesnél. A 2,5-3 órás séták részvételi díja: 900 Ft, diákoknak, nyugdíjasoknak, pedagógusoknak 500 Ft. Szeptember 21-én ingyenesek a városnézések.

Önt is várják a Múltidéző Piactéren

Múltidéző Piactér – SzeptEmber Feszt • Szeptember 7-8., Népliget

2013. szeptember 7-8-án ingyenes kétnapos családi fesztivált szervez a Népligetben a Budapesti Kereskedelmi és Iparkamara (BKIK). Mindkét nap változatos és izgalmas programokat kínálva idézzük meg a múltbéli vásári hangulatot Budapest legnagyobb közparkjában.

Szeretettel várjuk Önt és kedves családját rendezvényünkre, amelyet Tarlós István főpolgármester szombaton 12:00 órakor ünnepélyes keretek között nyit meg.

A kézművesség, a kereskedelem, a gasztronómia, a kultúra és a vásári komédia világába történő történelmi kirándulás ez évben összefonódik a SzeptEmber Feszt programjával.

Az idei rendezvény újdonsága között említhetjük, hogy Budapest kerületei lehetőséget kapnak arra, hogy külön kiállítói sátrakban a kerületek, valamint emblematikus, több évtizedes múlttal rendelkező cégei bemutatkozzanak.

A hagyományőrző eseményen egész nap tartalmas és változatos, vásári forgatagot idéző programok – többek között zászlóforgatás, tűzzsonglőrök, állatsimogató, táncház – várják az érdeklődőket. A karneváli hangulatból a zene sem hiányozhat! 18.00 óra után a BKIK színpadán könnyűzenei koncerteket hallhat a közönség.

Várjuk Önt is szeptember 7-8-án a Népligetben, a Múltidéző Piactéren! A rendezvény az érdeklődők számára ingyenes.

A részletes programról a www.nepliget.eu honlapon tájékozódhat.

Férfi fodrászat
90 éve minden korosztálynak
Alap hajvágás 1300 Ft
Vendégfogadás:
H-P: 07.00-18.30
Szo: 08.00-13.00
Várjuk kedves vendégeinket!
XVI. Veres P. út 114. • 403-6757
(A Reptéri HÉV-megálló mögött, jó parkolással)

dinax
1163 Budapest, Sárga rózsa utca 13./b
Telefon/fax: 403-0937, web: www.dinax.hu
DEWAN-18
Klórmentes fertőtlenítés pezsgő- és kismedencékhez
- Korszerű, biztonságos és egyszerű
- Kedvező ár
- Nem érzékeny a pH-ra és a hőmérsékletre
- Klórszag-mentes víz
- Nem okoz allergiás reakciót
- Folyékony halmazállapot
A hirdetés felmutatójának 10% kedvezményt adunk, vegyszereink árából!

KONTÉNERES
sitt, föld, söder, homok szállítása:
4, 5, 6, 7, 8 m³
LENYITHATÓ KONTÉNEREKKEL
Tel: 400-1178, 06-30-949-3551

ÖREG KAPUK JAVÍTÁSA
Ház körüli lakatosmunkák
XVI. Mátyás király út 112.
Telefon: 405-2408
06-30-940-6532

A Corvin Művelődési Ház – Erzsébetligeti Színház programjai

1165 Hunyadvár u. 43/b. • Tel: 401-3060
www.kulturliget.hu

KULTÚRHÁZAK ÉJJEL-NAPPAL:

• **2013. szeptember 14.** szombat 15:00

SZABAD SZOMBAT – SZABAD SZÍNPAD 3.0

• Immáron harmadik alkalommal rendezik meg ezt a fesztivált, **helyi amatőr előadóknak**. A felhívás az Erzsébetligeti Színház honlapjáról tölthető le! Jelentkezési határidő: szeptember 10.

SZÍNHÁZ:

• **2013. szeptember 20.** péntek 19:00 – **Fenyő Miklós – Vándorfi László: Száll az ének** – musical (Pannon Várszínház). A csillebérci úttörőtábor és egy építőtábor fiataljainak találkozásáról szól a történet. Fenyő Mikós itt új arcát mutatja meg zeneszerzőként és szövegíróként, hiszen minden dal az új darabhoz született. Az előadás a 70-es évek cseh filmhumorát, a Tanú című film ironikus közelítését, nyelvi képtelenségeit tekinti példájának. Belépő: 1800 Ft, 2500 Ft

• **2013. szeptember 22.** vasárnap 18:00 – **Vadja Anikó: Szerelmek az égben** – romantikus vígjáték (Spirit Színház). Sziporkázóan szellemes új magyar darab egy harmincas pesti nő és egy amerikai forgatókönyvíró egymásra találásáról. Vajda Anikó, számos színpadi adaptáció, színdarab, tévésorozat szerzője (Hyppolit, a lakáj, Villa Negra, Nem tudok élni nélküled, Família kft.), újszerű stílust teremtett, amerikai derűvel „felfrissítve" az eddig szokásos magyar vígjátékokat. Főbb szerepekben: Haumann Petra, Miller Zoltán, Perjés János, Kolti Helga; Belépő: 2500 Ft

ZENE:

• **2013. szeptember 27.** péntek 19:30 – **Jazz Liget: Szabó Mariann és a Groovy** – A repertoárban megtalálhatóak jazz standerdek, a 70-es, 80-as, 90-es évek, valamint napjaink slágereinek funkos, groovos „jazzy" átíratai. Belépő: 1000 Ft

X. KERTVÁROSI VIGASSÁGOK:

• **2013. szeptember 28-29.** szombat-vasárnap

Színes programokkal, aktivitásokkal, koncertekkel várjuk a kerület lakóit a hagyományos évadnyitó hétvégénkre! A részletes program hamarosan olvasható lesz az Erzsébetligeti Színház honlapján!

Részletes programok a honlapunkon: www. kulturliget. hu
http://www.facebook.com/kulturliget; e-mail: info@kulturliget.hu

40 éves jubileumi koncert
„JÖHET EGY VALLOMÁS..."
40 éve a színpadon Tarnai Kiss László
A Magyar Köztársasági Arany Érdemkeresztel és a Hűség A Hazához Érdemrend Nagykeresztjével kitüntetett Cselényi-díjas, eMeRToN-díjas, kétszeres Magyar Rádió Nívó-díjas, valamint Béres Ferenc-díjas énekművész
40 éves előadóművészi jubileumát ünnepli a Mátyásföldi Erzsébetligeti Színházban barátaival és sztárvendégeivel.
A koncerten magyarnóták, operettek és könnyűzenei számok hangzanak el, kevés könnyel és sok-sok vidámsággal!
Sztárvendégekkel és meglepetés produkciókkal is találkozhat a Kedves Közönség.
2013. szeptember 15.
vasárnap 15.00 óra
Kérjük, tiszteljék meg a jubiláló művészt és töltsék meg a Színházat !!!
Telefonszám: 401-30-60
Belépődíj: 1000 Ft.
Corvin Művelődési Ház Erzsébetligeti Színház

Emlékmentés – **régi hangfelvételek, képek, filmek digitalizálása** bármilyen formátumba (CD-re, DVD-re, pendrive-ra, hordozható merevlemezre, stb.). Sok szép régi felvétel jut el hozzánk, némelyek az utolsó pillanatban. A 20-25 éves VHS videószalagot még egyszer-kétszer éppen le lehet játszani, azután visszavonhatatlanul lehullik róla a képeket őrző mágnespor. De hasonló a helyzet a hangszalagokkal is. A régi emlékeket őrző diaképek megfakulnak. Nagy gonddal, figyelemmel foglalkozunk a hozzánk elhozott, addig féltve őrzött emlékekkel – megragasztgatjuk a sérült szalagot, digitálisan lecsökkentjük a felvételek zaját, helyreállítjuk a színeket, s kérésre akár elegáns borítót is készítünk a kész digitális anyaghoz.
Ha úgy gondolja, hogy segítségére lehetünk, hívjon telefonon: **(06-1) 405-5919, mobil: 06-20-9392-658, Ferenci Videó**

Termelői Magyar Méz
Marci bácsi méhészete
Akácméz 1700 Ft/kg
Vegyesméz 1300 Ft/kg
interneten rendelve
Rendeljen mézet a termelőtől!
www.termeloimagyarmez.hu
Telefon: 1/409-1481
Ingyenes házhozszállítás*
*Budapesten és néhány környező településen 4000 Ft feletti megrendelésnél. Részletek a honlapon!