

2020. DECEMBER 6. 10:00



2020. DECEMBER 6. 18:00



### Paszuly Gazdabolt

Kertészeti dolgok A-Z-ig

1162 Bp. Csömöri út 231.

Facebook: Paszuly Gazdabolt

### tzteam.hu

SZÁMÍTÁSTECHNIKA

Kiszállítás ételvitel MINDEN NAP: 11-20-ig 1161 Bp. Rsztm. Csömöri út 80.

### Étterem

Új Őszi étlap ÉTELKISZÁLLÍTÁS

menü és étlapról!

Étteremünkben is átvehető!

menü H-V 1490 Ft

+36-30/328-5182, 405-3768

www.submarinestation.hu

### ÁLLANDÓ ÜGYELET! NAGYICCE PATIKA

1163 Budapest, Veres Péter út 11. Tel: 401-0078

Használja KEDVEZMÉNYES KÁRTYÁJÁT!

www.helyihirek.hu

# Helyi Hírek

Alapítva 1989-ben

INGYENESEN TERJESZTVE a XVI. és a XIV. kerületben, Csömörön, Kerepesen, Kistarcsán, Nagytarcsán, Szilasligeten

Közéleti folyóirat

32. évf. 11. szám  
2020. november 11.

## Az Év Orvosa tanácsai a járványhelyzetben

- Interjú Szatmáry Kristóf országgyűlési képviselővel – 5. oldal
- Időközi választás lesz Nagytarcsán – 7. oldal
- Pláza épülhet a strandon? – 7. oldal
- Pályázati kiírás a Csömöri Egészségház szakrendeléseire
- GYŰTŐPONTOS LOMTALANÍTÁS – hátoldal

### Nyerjen Auchan ajándécsomagot

12. oldal



MAGYAR TŰZÉP A PATAKNÁL

Bp., XVI. ker. Rákosi út 260. Nyitva: H-P: 6-17, Sz: 6-12-ig

Tel: **INGYENES KISZÁLLÍTÁS** +36-70-941-1982

E-mail: magyartuzep@gmail.com

www.magyartuzep.hu

MŰANYAG NYILÁSZÁRÓK, BELTÉRI AJTÓK GYÁRTÁSA ÉS BEÉPÍTÉSE

LAKOSSÁGI KLÍMA

IPARI KLÍMA

LEVEGŐ-VÍZ HŐSZIVATTYÚ

HIT NAPELEM

**Panasonic** heating & cooling solutions

Keressen minket Panasonic levegő-víz hőszivattyúk, HIT napelemes rendszerek, lakossági komfort klímák és ipari berendezések tervezésével, szaktanácsadásával és kivitelezésével!

CS80 KERESKEDELMI ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT. 1161 Budapest, Csömöri út 80. | Tel.: +36 1 401 3090, +36 1 401 30 98 www.cs80.hu | www.panasonic80.hu | Nyitvatartás: H-P: 08.30 - 17.00

**Sashalom Patika** SZERETETTEL VÁRJUK!

ÚJ HELYEN!

Cím: XVI. Veres Péter út 32-34. Nyitva tartás: H-P: 8.00-20.00 óráig

Havonta akciós termékek 20-30% kedvezménnyel! Akciós újságunkat keresse a postaládájában és a Sashalom Patikában!

Hasonlítsa össze patikánk árait más gyógyszertárak áraival!

**A HÉV ÁLLOMÁS MÖGÖTT**

Telefon: (1) 403 5894

# Tűzoltósági hírek



**LEÉGETT A LAPSZABÁSZAT.** A Rákosi út körvasúthoz közeli részén található egy barkácsbolt, amihez hátrólul egy asztalosüzem és egy lapszabászat tartozik. Ez utóbbi gyulladt ki elektromos zárlat miatt november 1-jén hajnalban: a tűzben a 700 nm-es üzem jó része a gépekkel együtt megsemmisült, az asztalosüzemet és a boltot sikerült megmenteni.



**FERTŐTLENÍTETTEK A CSÖMÖRI ÖNKÉNTES TŰZOLTÓK** a vírusjárványra tekintettel november 7-én a következő helyszíneken: az önkormányzatnál, a gyógyszertárnál, az egészségháznál, a sportcsarnoknál, a Laky óvodánál (képünkön), a csömöri játszótéren és a kondiparkoknál. (Fotó: Szóke Zoltán)

INGYENES GYERMEKFELÜGYELET  
A KERTVÁROSBAN  
1-6 ÉVES KOROSZTÁLY RÉSZÉRE

HÉTKÖZNAP 16-19 ÓRA KÖZÖTT SZAKKÉPZETT KISGYERMEKNEVELŐKKEL.

2020. SZEPTEMBER 1-től

Napsugár Bölcsöde  
1164 Budapest  
Felsőmalom u. 5-7.

Telefonon vagy írásban tudnak jelentkezni  
Fehér Editnél a következő elérhetőségek egyikén:  
06-1-401-0300 vagy [napsugar.bolcsode@gamesz16.hu](mailto:napsugar.bolcsode@gamesz16.hu)

**SAS**  
GYÓGYSZERTÁR

1913 ÓTA AZ ÖNÖK  
SZOLGÁLATÁBAN

**SALVUS 590** 1163 BUDAPEST  
MARGIT UTCA 1.

06 1 403 73 03

**SALVUS AKCIÓ!**

# Az Év Orvosa a vírusjárványról

Dr. Becze Ádám 2011-ben végzett a Semmelweis Egyetem általános orvosi szakán, 2015-től házi orvos a Margit utcai rendelőben. Családja és munkája mellett számos szakmai projektben vesz részt, több tudományos munka került ki a keze alól, és ő a kertvárosi házi orvosok szakmai vezetője. Miután a vírusjárvány felszálló ágában járunk, megkértük, hogy adjon járványügyi tanácsokat olvasóinknak.

Mint elmondta, a Covid 19 nevű vírus viszonylag új a vírusok népes családjában, és az vele a legnagyobb gond, hogy hatalmas iramban képes elterjedni. Ennek az lehet a következménye, hogy a folyton növekvő betegszám miatt megtelnek a kórházak, és ez súlyos terhet jelent az egészségügynek. Ezért a legfontosabb feladat a vírus terjedésének korlátozása, tehát hogy mindenki tegyen meg mindent azért, hogy ne fertőződjön meg.

Hogyan tudták ezt megoldani a Margit utcai rendelőben - kérdeztük. Dr. Becze Ádám elmondta, hogy a rendelőben minimálisra csökkentették a betegekkel való személyes találkozást, és ha ilyenre sor került, akkor maszkot, szemüveget, plexi pajzsot viseltek, és igen gyakran szellőztettek, hogy kicserélődjön a levegő.

Persze nem minden esetben lehet telefonon megoldani a gyógyítást, ezért tavasszal a rendelő előtti váróba helyezték ki a vizsgálóágyakat, és ott végezték el a feltétlenül szükséges vizsgálatokat. Nagy segítséget jelentett az elektronikus EESZT, a közismert felhőbe feltöltött e-recept, de az igazolásokat, beutalókat ki kellett nyomtatni, pecsételni, aláírni, tehát a személyes kontakt nem kerülhető el. Neki és kollégáinak eddig sikerült megvédeni magukat, a hat orvosból és a hat asszisztensből eddig még senkinél sem igazoltak Covid19 fertőzést. Ez nem azt jelenti, hogy senki nem volt beteg: mint elmondja, tavasszal kicsi lányával együtt egy hétig mindketten lázas betegek voltak, de a PCR teszt negatív lett...

A vírusok elleni védekezésben nagyon fontos a maszkviselés,

és a kéz rendszeres fertőtlenítése. Célszerű a szemet is védeni, mert a vírus a kötőhártyán át is bejuthat a szervezetbe - tanácsolja a doktor. Persze egyetlen vírus még nem okoz fertőzést, ahhoz jelentős dózis kell, és a vírus nyilván nem magában utazik, hanem az apró cseppekkel együtt hagyja el a fertőzött személy légutait, és a maszk alkalmas ezen cseppek kiszűrésére. A szervezetben a vírusok jelenléte egyébként természetes, minden ember környezetében több százféle különböző csoportba tartozó vírus található, ezekből mintegy száz különböző vírus okoz megbetegedést, ami sokszor nagyon hasonló tünetekkel jár: láz, izomfájdalom, levertség, köhögés, nátha, stb.

A Covid 19 is hasonló tüneteket produkál, talán csak az ízlelés és a szaglás elvesztése tekinthető erre jellemző tünetnek, bár vannak más vírusok is, amelyek anozmiát okoznak (ez a szaglásvesztés hivatalos neve), de ez azért viszonylag ritka. Akik elkapták a fertőzést, néha egészen különleges dolgokról számolnak be (telefonon): nem érzik a saját parfümjüket, a fokhagyma szagát vagy a kávé illatát. A tavaszi járványhoz képest tudásban már sokkal jobb a helyzet; a Nemzeti Népegészségügyi Központ protokolljában pontosan szerepel, hogy milyen tünetek esetén merül fel a Covid-fertőzés gyanúja, amit aztán PCR-teszttel lehet igazolni.

Bár a vírust sokan elkapják, a fertőzöttek többségénél az immunrendszer rendben legyőzi a kórokozót, és a beteg minden gond nélkül meggyógyul. A nagyon gyors terjedés ellen kell határozott lépéseket tenni, ezért kell a maszkot viselni, ezért kell a gyakori kézmosás, illetve ezért zárták be a szórakozóhelyeket, hogy el lehessen kerülni a vírus rohamos terjedését, és azt, hogy összeomoljon az egészségügy. Nagyon kellemetlen, hogy nem lehet találkozni a barátokkal, nem lehet bulizni, koncertekre járni, sokakat feszélyez a maszk állandó viselése, de csak ezeknek a szabályoknak a betartásával lehet megküzdeni a járvánnyal.



**Dr. Becze Ádám házi orvos, a kertvárosi házi orvosok szakmai vezetője, az orvoskamara helyi küldöttje kapta a kertvárosi Év Orvosa díjat november 5-én, a Szociális Munka Napja alkalmából tartott díjátadáson. Felvételünkön Kovács Péter polgármester, Szász József és Ács Anikó alpolgármesterek társaságában a díj átvételekor**

**Milyen tanácsokat tudna adni az enyhe fertőzés leküzdésével kapcsolatban?** - kérdeztük dr. Becze Ádámotól. Előrebocsátotta, hogy más betegségekkel összevetve még mindig nagyon kevés tapasztalat áll rendelkezésre, de azért egyre pontosabbak a módszerek. Elsőként itt van a D-vitamin, amiről sokáig azt hitték, hogy csak a csontképzésben van szerepe, de kiderült, hogy valami hormonális hatás útján kihat az immunrendszer működésére is. Nagyobb esetszámot vizsgálva úgy néz ki, hogy aki rendszeresen szedi a D-vitámet, sokkal könnyebben gyúri le a fertőzést, ha egyáltalán elkapja. Nagyon aktív kutatások zajlanak a D-vitamin hatásával kapcsolatban.

Csecsemőknek 400 NE (nemzetközi egység) javasolható, gyerekeknek 1000 NE a napi szükséglet, felnőtteknél általában 2000 NE elegendő a téli időszakban, a túlsúlyosak, várandósok ennél többet is szedhetnek, de ezt meg kell konzultálniuk az orvosukkal, és időnként a vérben is ellenőrizni kell a mennyiséget.

Ha a koronavírus megtámadja a tüdőt, ami bizonyos százalékban elő szokott fordulni, ott nagyon fontos az antioxidáns jelenléte, sokkal enyhébbek lehetnek a betegség lefolyásának tünetei. Az antioxidánsok nagyon elterjedtek, szinte már a közértben is

be lehet őket szerezni. Én a C-vitamint javasolom - mondta dr. Becze Ádám -, mégpedig napi 1000 mg-os mennyiségben. Ez vízben oldódó vitamin, nem dúsul fel a szervezetben, a felesleg a vizelettel eltávozik.

A cinknek van valamilyen vírusgátló hatása, talán azt lehetne mondani, hogy csökkenti a szaporodás ütemét, ebből is érdemes szedni a téli járványveszélyes időszakban naponta 25-50 mg-os mennyiséget. Ez sok felső légúti vírus szaporodását gátolja, ezért is hasznos.

Ezek természetesen statisztikai valószínűségeket jelentenek, tehát kisebb az esélye annak, hogy valaki megkapja a fertőzést, vagy könnyebben kiheveri, de nem egy egzakt dolog, mint mondjuk a gumikesztyű, vagy plexi pajzs az orvos arca előtt - itt csupán esélyekről lehet beszélni.

Am ha minden elővigyázatosság ellenére valaki megkapja a Covid 19 fertőzést, ha enyhe tünetei vannak (köhög, folyik az orra, lázas, végtagfájdalmi vannak, nincs szaglása), konzultáljon telefonon a házi orvosával, nehézlégzés esetén a mentőket hívja - fejezte be dr. Becze Ádám.

Ferenci Zoltán

# Mazotti sikerek

Sporttörténelmi sikert ért el a mátyásföldi Mazotti Fitness SE az Október 23-i hosszú hétvégén. A klub versenyzői ugyanis két különböző országban rendezett fitness-világ-bajnokságon is diadalmaskodni tudtak. Az erdélyi Kolozsvár volt a házigazdája az IFBB (Nemzetközi Bodybuilding és Fitness Szövetség) junior világ-bajnokságának, ahol Fitness kategóriában Vágó Virág (Mazotti Fitness SE) egy nyolcszoros világbajnok szlovák versenyzőt maga mögé utasítva világbajnok lett.



Ugyanebben az időpontban pedig a szerbiai Ca-

ca- on a gyerek fitness világbajnokságot bonyolították le. Ott Csépany Nikolett (Mazotti Fitness SE) szintén világbajnoki címet szerzett. Ez utóbbi versenyen Hati Szófia bronzérmes lett, míg Kun Kiara és Kiss Nikoletta a 4., Kézdi Titanilla az 5., Giczi Boglárka a 6., Veres



Laura pedig a 8.helyen zárta a világbajnokságot.

- *Olyan volt már nem is egyszer, hogy tánckategóriában világbajnoki címet szereztünk - mondta Teszák Mariann, a két lány edzője. - De nekünk a fitness a fő profilunk, ebben a szakágban pedig most sikerült ilyen fantasztikus eredményt elérnünk. Ehhez szükséges volt, hogy a lányok beérjenek végre, s hogy a sok munka meghozza a gyümölcsét. Virág és Niki is kimagasló tehetségei a sportágnak, de én a többi lány szereplésére is büszke vagyok.*

Vágó Virág és Csépany Nikolett egyaránt kerületi lakosok, mindketten a Táncsics Mihály Általános Iskola és Gimnázium növendékei, Virág 12., utolsó éves, tehát ebben a tanévben fog majd érettségizni, Niki pedig idén kezdte az ötödik évfolyamot. És minkettőlük mögött nagyjából két év kemény munka áll, amely az idei ünnepi októberi hétvégén ehhez a fantasztikus sikerhez vezetett. (Riersch Tamás)

## Safe laser kezelés a fájdalommentes gyógyulásért

Gardó Bella, az **Anandabell Masszázs Stúdió** tulajdonosa a masszázskézeléseibe egy különleges és hatékony lézerekészülék használatát is beépítette. Ez a készülék egy magyar találmány, amely orvostechnikai eszközként már beépült az orvosi gyógyítás eszköztárába is, ahol egész különleges eredményeket is elérnek vele többek között fájdalomcsillapító és sejtregeneráló hatása miatt.

Az érdeklődők megismerkedhetnek e különleges készülékkel az **Anandabell Masszázs Stúdió nyílt napján**, amelyet kis létszámban, vagy akár online formában tartanak meg. Gardó Bella egy orvosok által is használt **Safe Laser** készülékkel dolgo-



zik, ez a leghatékonyabb a forgalomban lévő készülékek között. A lágylézer kezeléseknél - amelyeket gyakran a masszázskiegészítéseként kapnak a vendégek -, elsődleges célja a **fájdalomcsillapítás, bőrfiatalítás, gyulladások csökkentése**, valamint az úgynevezett **sejtregeneráció** (az orvosi szaknyelven: **biostimuláció**). Bella megosztotta velünk egy sa-

ját tapasztalatát, amikor bordaközi izomszakadása ó hét helyett 3 hét alatt jött helyre úgy, hogy közben végig tudott dolgozni. A kontrollon szinte csodájára jártak! De a legnagyobb csoda a kezeléssel elért fájdalomcsillapítás és regeneráló hatás!

Ha felkeltette érdeklődését ez a különleges eszköz, **jelentkezzen a nyílt napra**, vagy keresse fel a stúdiót, ahol a legkorszerűbb és leghatékonyabb légtisztítás és légfertőtlenítés érdekében **ózon-generátor** működik, és a megfelelő egészségügyi intézkedések betartásával végzik a tevékenységet.

**1163 Bp. Galgahévíz u. 2. (a Veres Péter útnál)**  
**www.anandabell.hu • Tel: 06-20-289-1489**  
**• Keresse a Facebookon is: Anandabell**

## MÁTYÁSFÖLD LAKÓPARK

### AZONNAL BEKÖLTÖZHETŐ

110 m<sup>2</sup>-es LAKÁSOK garázzsal, önálló kerttel, csendes környezetben, a XVI. kerület Ajak u. 2-ben ELADÓK!

### Használatbavételi engedéllyel



### MÁR CSAK EGY LAKÁS ELADÓ!

### Önálló helyrajzi számmal

## BERUHÁZÓ: ÚJ ZÖLDHÁZAK Kft.

2 SZINTES LAKÁSOK:  
110 m<sup>2</sup> + terasz + erkély + garázs

Minden lakáshoz tartozik:  
saját helyrajzi szám, kizárólagos kertrész

**Értékesítési információ a helyszínen:**  
1165 Budapest, Ajak u. 2. • 06/30-581-1235  
www.matyasfoldlakopark.hu • ujzoldhazak@gmail.com

„Nem fogjuk hagyni, hogy minket kertvárosiakat a főváros balliberális vezetése másodrangú lakosokként kezeljen!”

# Interjú Szatmáry Kristóf országgyűlési képviselővel

**Nekünk kertvárosiaknak – fővárosi kerület lévén – a fejlődéshez, az elérhető mindennapokért elengedhetetlen a kormányzati, a fővárosi és a kerületi vezetésnek a megfelelő működése. Több, mint egy év telt el az önkormányzati választások óta, ezért Szatmáry Kristóf országgyűlési képviselőnkért kértük az elmúlt időszak értékelésére.**

- *Eltelt egy év az önkormányzati választások óta. Mint a Kertváros országgyűlési képviselője – és mint helyben élő is – hogyan látja a helyzetüket ebben az esztendőben?*

- Ahhoz, hogy itt Kertvárosban rendben menjenek a dolgaink az a minimális feltétel, hogy mind a helyi, mind a fővárosi önkormányzat ellássa a kötelezettségeit. Ez vonatkozik a kormányzati feladatokra is, illetve ezen a téren sok minden áll azon is, hogy mennyi plusz forrást tudunk lobbizni a központi költségvetésből a különböző fejlesztéseinkre. Persze azon is múlik, hogy milyen mértékben kell a kormányzatra támaszkodnunk, hogy a helyi és a fővárosi önkormányzat hogyan gazdálkodik a forrásaival, mennyire tartja szem előtt a kertvárosiak érdekeit az egyes döntések során.

- *Az elmúlt egy évben mennyiben volt összhangban ezeknek a szereplőknek a munkája, mennyiben szolgálták a XVI. kerület fejlődését?*

- Az egyértelműen látható, hogy a helyi önkormányzat munkájával megvéletlen, hogy Kovács Péter tavaly ősszel már a negyedik ciklusát kezdhette meg. Fontos az is, hogy nagyon jól együtt tudunk működni a helyi ügyekben.

- *Mi a helyzet a Főváros vezetésével?*

- Ez számomra egy fájó pont. Az elmúlt egy év eddig mást nem bizonyít-

tott, mint hogy Budapest balliberális vezetése alkalmatlan azokra a feladatra, amiket el kellene látnia. De hogy ne csak általánosságban beszéljek, számtalan olyan ügyet fel lehet sorolni csak itt a kerületünkben, amely fővárosi kötelezettség lenne, és az azt megelőző évekhez képest az elmúlt egy évben befűltek. Megérthetjük azt az eddig elkövetett helyzetet például, hogy a Főváros egyetlen fillért sem hajlandó költeni a Kertvárosban lévő útjainak felújítására 2023-ig. Úgy, hogy a Magtár és a Rózsa utcákra már be volt tervezve a forrás, de egyetlen tollvonással Karácsonyék ezt lenullázták. Nem tudom ezt a diszkriminatív döntést másként értelmezni, mint hogy számukra nem számítanak a kertvárosiak.

- *Az alkalmatlanság és a tehetetlenség másik minket sújtó példája, hogy hónapok óta nincs megoldva a lomtalanítás. Ez előtt is értetlenül állunk. De hogy visszakanyarodjunk a közlekedésre, Karácsonyék a helyi balliberális politikusokkal – akik most a képviselő-testületünkben ülnek –, azzal kampányoltak, hogy folytatják a HÉV-Metró összekötését. Mint kiderült, ez is csak politikai blöff volt. A választások után le is állították a fejlesztést, ami egyébként nagyon fontos nekünk, helyben élőknek.*

- *Mit lehet tenni ezekben az ügyekben?*

- Első körben a helyi balliberális önkormányzati képviselőknek kelle-



ne végre valamit tenniük. Például lobbizni a kertvárosiakért a Fővárosnál, ahogy Kovács Péterrel mi is tesszük a Kormányánál. A Kertváros képviselő-testületében ülnek ugyan- is néhányan a budapesti vezetők párttársai közül, akik egyébként több pozíciót betöltenek fővárosi cégekben is. Nekik kutyakötelességük lenne tenni az ellen, hogy ne kezeljenek minket másodrendű budapesti polgároként a Fővárosnál. De legalább tiltakozni a források lenullázása ellen. Ezek eddig elmaradtak, amiből arra lehet következtetni, hogy vagy alkalmatlanok rá, vagy nem hajlandóak erre. A DK-s Nemes Gábor szerint például teljesen rendben van, hogy egyetlen fillér sem jut a kerületünkben fővárosi fenntartású utak felújítására. Az önkormányzati képviselői munka elég sajátos és persze felháborító felfogásának tartom ezt.

- *Akkor el kell fogadnunk, hogy ezeken a területeken nem lesz előrelépés jó ideig?*

- Azt azért nem! Nem fogjuk hagyni, hogy másodrangú lakosokként kezeljenek minket! Ha valóban van szándék a jobbításra, akkor meggyőződésem, hogy lehet eredményeket elérni. Polgármester úrral például elkezdünk azon dolgozni, hogy a HÉV-vonal fejlesztése haladjon tovább, miután a Főváros kihátrált saját feladatából. Mivel ez egy fontos beruházás – a Kertváros történetének legnagyobb közlekedési beruházása –, meg tudtuk győzni a kormányt, hogy vegye saját kézbe az ügyet. Így az az örömteli hírem van, hogy most már kormányzati támogatással folytatjuk a tervezési munkákat. Az utakról annyit, hogy az Önkormányzat a saját kezelésű hálózatát természetesen folyamatosan fejleszti.

## Egy cipősdoboznyi szeretet

A korábbi évek sikere után idén is meghirdették a rászoruló gyerekek karácsonyi támogatását, az akció védnöke Szatmáry Kristóf országgyűlési képviselő, Kovács Péter polgármester és Böjte Csaba ferences rendi szerzetes. Az adományok leadhatók november 27-től december 13-ig az Erzsébetligeti Színházban (1165 Bp. Hunyadvár u. 43/C. Tel: 401-3060) A színházban a járványhelyzetben 10-18 óra között tartanak ügyeletet.

### KIKHEZ JUTTATJUK EL FELAJÁNLÁSÁT?

Az ideai cipősdoboz gyűjtési akció keretében szentestéig mintegy ezer csomagot szeretnénk eljuttatni a kerületben élő rászoruló nagycsaládoknak és gyermekeknek. Az ezen felül érkező adományokat a Baptista Szeretetszolgálat és a Dévai Szent Ferenc Alapítvány a kórházakban ünneplő, nagycsaládban élő vagy éppen árva, tanyákon vagy kis falvakban lakó, esetleg csonka családban nevelkedő, a karácsony különlegességéről alig tudó gyermekhez juttatja el. Kérjük, a cipődobozba olyan ajándékot helyezzen el, melynek Ön és családja is örülne!

**HOGYAN SEGÍTHET?** Ha módjában áll, töltsön meg egy cipősdobozt új, vagy megunt, de jó állapotban lévő játékkal (pl. kisautó, labda, baba, plüssállat, jójók), iskolai eszközökkel (pl. színceruza, zsírkréta, gyurma, kifeszítő fűzet), higiéniai eszközökkel (pl. fogkefe, fogkrém, szappan, fésű), vagy egyéb apróságokkal (cukorka, nyalóka, rágó, napszemüveg, hajcsatok, játék ékszerek, pólók). Kérjük, a dobozra írja rá, hogy hány éves gyermeknek, fiúnak vagy lánynak szánja! Ha tartós élelmiszerral (kivéve konzerv vagy üveges élelmiszer) segíti a rászorulókat, akkor azt mindenképpen írja rá a dobozra!

Szabady Ádám idén januárban a horvátországi Splitben a paraúszók S6-os kategóriájában 100 méteres hátúszásban megszűnta az olimpiai A szintet. Ugyanezt augusztusban 100 mellen is megismételte, és nem titkolt célja, hogy a tokiói olimpiáig minél több számon ússzon legalább B szinten, vagy ahhoz közeli időket. Az eddig elért kiváló eredmények azonban még nem jelentenek automatikus indulást a tokiói ötkarikás játékokon, ám, az biztos, hogy a mindössze húszesztendős rákosszentmihályi fiatalember komoly lépéseket tett nagy álma, a paralimpiai részvétel felé.

- *Háton jelenleg a világranglista 12., mellen pedig a 14. helyén állnék, de csak az első nyolc hely jelent automatikus részvételt Tokióban* - mesélte Ádám. - *De több versenyen is esélyem lehet még az előrelépésre, hiszen ha minden jól megy, a versenyek nem maradnak el, csak később kerülnek megrendezésre, ami nekem, zöldfülűnek jól jött, hiszen több időm van edzeni. Persze, a versenyek nekem is hiányoztak, sajnos azonban a magyar bajnokságot hamarosan megrendezik, amire edzőmmel, Gyepes Ádámmal gőzerővel készülünk.*

Szabady Ádám pályafutása nem úgy indult, hogy akár még olimpon is lehet belőle. Igaz, már háromévesen megtapasztalta az úszoda légkörét, és egészen 12 éves koráig versenyszerűen úszott a Jövő SC-ben. Elsősorban mellúszó volt, mint akkori klubtársa, Gyurta Dániel.

- *Közepes úszó voltam, akadt egy-két jobb eredményem, de látszott rajtam, hogy nem vagyok kiugró tehetség. 12 évesen úgy hagytam abba az úszást, hogy soha többet nem megyek majd medence közelébe. Még volt egy-két próbálkozásom az öttusa és a falabda felé, ám aztán eltávolodtam a sporttól.*

Ádám hobbija a fotózás volt (most is az). Kamaszként imádott fotózni, kedvenc témája a tömegközlekedés extrém nézőpontokból való fényképezése volt, de szívesen fotózott urbánus környezetet és tájképeket is. A képeit elsősorban magának készítette, nem küldte őket pályázatokra, nem volt kiállítása sem. Itt - ott azért megjelent néhány képe, sőt egy fotója a Fehér úti BKV főműhely várójában is ki lett állítva.

# Törött gerinccel és vasakarattal



- *2016. július 4-én is a fotózás miatt mentem fel egy belvárosi bevásárlóközpont tetejére, ahonnan a közeli építkezés során keresztül átszűrődő naplementét szerettem volna megörökíteni. A jobb pozíció miatt kiálltam egy korlátra, ahonnan megbillentem, és a mélybe zuhantam. 15 méter zuhanást követően az aszfalton landoltam. Néhány percre elvesztettem az eszméletemet, de már a helyszínen magamhoz tértem. Első blikkre*

*megpróbáltam felállni, ez azonban már nem sikerült.*

Ádámot a mentők a Péterffy Sándor Kórház Baleseti részlegébe vitték, ahol gyakorlatilag centiről centire kellett összerakni a csontozatát.

- *Emlékszem, amikor közölték velem, hogy nem tudok majd járni, nagyon megdöbbentem. Majd a bennem levő kamaszos daccal akartam az életemet ott folytatni, ahol abbahagytam. Idő kellett hoz-*

*zá, hogy ráébredjek, a zuhanással új életem kezdődött, de azóta nemhogy elfogadtam, hanem boldogabb, teljesebb életet élek, mint azelőtt. Atértékeltem az életem. Majdnem meghaltam, és rádöbentem a korábban hozott rossz döntések súlyára, és azóta azon vagyok, hogy szeretetet adjak másoknak, és hogy példamutató életet éljek.*

Ádámnak felépülését követően iskolát kellett váltania, hisz korábbi intézménye, a Vörösmarty Mihály Gimnázium nem volt akadálymentes. Ő pedig mindenáron épek között akart tanulni. A család választása a Scheiber Sándor Gimnázium és Általános Iskola-ra esett, ahol ugyan ő volt az egyetlen kerekesszékes tanuló, de azonnal befogadták, és szoros barátságokat kötött.

- *Szeretném megmutatni, hogy a kerekesszék nem végállomás, „nyomiként” is lehetek hasznos, értékes tagja a társadalomnak, hisz ez nem jelenti azt, hogy életképtelen lennék. A többség szerencsére elfogadó, nem szokott problémát okozni az, hogy nem járok, hanem kerekéken gurulok. Az emberek többsége képes meglátni bennem az embert, és nem a széket nézik. Kivételek persze mindig vannak, és az nem is esik jól, ha valaki a kerekesszék miatt lenéz, de be fogom bizonyítani nekik is, hogy érek annyit, mint ők.*

A rákosszentmihályi ház akadálymentesítése után Ádám rehabilitációja is újabb lépcsőfokhoz érkezett: egy fontos célt kellett találnia magának. Először a pingponggal próbálkozott, de azt nem érezte magáénak.

- *A rehabilitációs intézetben voltam, ahol terápiás úszáson vettem részt. Kiderült, hogy a testem nem felejtett el úszni. A mozgásomat ráadásul anyukám fel is vette, amely felvétel, hogy hogy nem Szabó Álmos vasasos úszóedző birtokába került, majd megkezdtük a 2 és fél éven át tartó közös munkát. Nemrég a Római Sport Egyesülethez, Gyepes Ádám csapatába igazoltam, ahol ép emberek között úszom, akik szintén egyenrangú társaként tekintenek rám, hiszen hozzájuk hasonlóan magam is napi 5-6 órát azon dolgozom, hogy minél jobb legyek. Ugyanezt az életet élem, mint bárki más, nem vagyok kevesebb, mint azok, akik tudnak járni.*

Riersch Tamás

## Már tényleg épül a kilátó



Előző számainkban többször is foglalkoztunk a Naplás-tó melletti kiserdő tetején létesülő, egészen kivételes szimbolikát megvalósító kilátóval, amely immár a második lesz az egyre gazdagodó Kertvárosban. Az előzetes várakozásokkal szemben minden híradásunknál a valóság bizonyos késéssel követte az előzetes terveket. Most már viszont bátran jelenthetjük, hogy tényleg épül már a kilátó: a képen látható felvétel november 6-án készült (egy rövid videót fel is töltöttünk a Helyi Hírek Facebook oldalára), és a szerelők szerint várhatóan öt héten belül teljesen el is készül a kilátó. Ez viszont nem azt jelenti, hogy a karácsonyt, szilvesztert már odafent lehet tölteni, mert ahhoz egy hivatalos átadó (és projektzáró) is szükséges, s hogy ez mikor lesz megtartva, még senki se tudja.

## Időközi választás lesz Nagytarcsán

Baljóslatúan alakult a legutóbbi önkormányzati választás Nagytarcsán: a hét tagú testületben többségbe kerültek az ellenzéki képviselők, akik ellenséget láttak Rimóczi Sándor újraválasztott polgármesterben, és ahol csak tudták, akadályozták a munkáját. Ebben üdítő kivételt jelentett a tavaszi vészhelyzet, amelyben a polgármester önálló döntési jogkört kapott, és nem kellett végigszenvednie a fájdalomosan hosszú testületi üléseket. Aztán októberben bekövetkezett a vég: a testület név szerinti szavazáson feloszlatta önmagát. Normális körülmények között az időközi választást (ami a testületi tagokra és a polgármesterre is kiterjed) január 24-én kellett volna megtartani, de időközben ismét megváltozott a jogrend, és a várhatóan kihirdetésre kerülő vészhelyzetben a testületi és bizottsági munka szünetel, és az önkormányzat valamennyi jogkörét a vészhelyzet elmúltáig újra a polgármester gyakorolja egyszemélyben. A fokozott járványhelyzetben nem lehet sem választásokat, sem választási kampányrendezvényeket tartani, így csak egy dolog bizonyos: Nagytarcsán lesz majd valamikor időközi választás, de ennek ideje jelenleg teljesen bizonytalan. A polgármester addig is megpróbál rendet tenni mindazon területen, amit az ellenzékiek sikeresen szétziláltak. (F)

Alapítva 1946

### Mihály és társai

Kárpitos bútorkészítő és kereskedő Bt.

- Stíl és modern bútorok készítése, javítása
- Antik és bőr bútorok restaurálása, asztalos munkával, bútorszövettel

www.mihalybutor.hu

1165 Zsélyi Aladár u. 6. • Bemutatóterem: 1072 Klauzál tér 9.  
Tel/Fax: 321-0383, mobil: 30/954-1727

## Pláza lesz a strandon?



Sajtótájékoztatót tartott a XVI. kerület a főváros azon terve ellen, hogy rekreációs övezetből vállalkozói övezetbe sorolnák át a magántulajdonban lévő volt cinkotai strand területét. Mint Kovács Péter polgármester elmondta (amint közösségi oldalán is közzétette), a fővárosi településszerkezeti terv felülvizsgálata során most össze került be a tervek közé ez az átminősítés, mégpedig úgy mond civil kezdeményezésként - nem meglepő módon a „civil kezdeményező” a terület tulajdonosa volt... (Feltehetőleg bármely kerületi civil szívesen kezdeményezné azt, hogy a birtokában lévő ingatlan értéke növekedjen a tiszteresére. A szerk.) A strand területét még 2004-ben vásárolta meg egy befektető, aki azóta több alkalommal tárgyalta a kerülettel a lehetséges beépítésről, de a rekreációs övezetbe sorolt strandterület csak korlátozott beépítést tenne lehetővé. Erre most a fővárosban sikerül valahogy elintézni, hogy lopakodva bekerüljön a zöldövezet átminősítésének civil kezdeményezése, ami ellen a XVI. kerület vezetése és Szatmáry Kristóf parlamenti képviselő is határozottan tiltakozik, és várják Karácsony Gergely főpolgármester intézkedését.



**MIÉRT LENNE NAGY BAJ A STRAND TERÜLETÉNEK ÁTMINŐSÍTÉSE?** A fenti képen látható az a csomóponti terv, ami a HÉV-Metró összekötésének részeként került megtervezésre. A képen látható, hogy az Ostoros út enyhén emelkedve előbb keresztelne mindkét HÉV-vonalat (a csömörít és a gödöllőt), melyek itt már az út alatt haladnának el, majd a Rádió utca fölött érné el a tovább emelkedő út a Szabadföld utat, ahol egy lámpás keresztelődés szabályozná a forgalmat. Ez a terv teljesen keresztbe szelné az egykori cinkotai strand területét.

Teljesen bizonytalan a HÉV-Metró összekötés sorsa, amelynek része ez a terv. Ám ha bármilyen módon meg szeretné valaki valamikor oldani a csomópont problémáját, aligha képzelhető el ennél jobb megoldás. Ha időközben épül valami a strand területére, akkor azt le kellene bontani; ha csak úgy átminősítik, akkor a területet a jelenlegi ár tízszereséért tudnák csak megszerezni a jövőbeni beruházó.

**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 (x)

## Eladó-bérbeadó ingatlanok

### A XVI. kerületi Önkormányzat a következő ingatlanokat hirdeti

- **Ostorhegy utcai házaspár ingatlan eladó** (Ostorhegy u. 33.) 1069 m<sup>2</sup>, 38.056.400 Ft (víz, villany van, többi közmű az utcában)
- **Csobogó utca 2. szám alatti eladó telek** 1427 m<sup>2</sup>, 37 559 055 Ft Ft + Áfa (víz, gáz, csatorna van, villany nincs)
- **Csobogó utca 3. szám alatti eladó telek** 1142 m<sup>2</sup>, 31 732 284 Ft + Áfa (víz, gáz, csatorna van, villany nincs)
- **Eladó pincecsoport** a Rákosi út 87. szám alatt, 82 m<sup>2</sup>, víz, villany van, gáz, csatorna nincs, 6 700 000 Ft + Áfa
- **Csobogó utca 9. szám alatti eladó telek** 1133 m<sup>2</sup>, 31.496.063 Ft + Áfa (víz, gáz van, csatorna az utcában, villany nincs)
- **Eladó ingatlan** Iharfa utca 16., 53 m<sup>2</sup>, 22 200 000 Ft
- **Kredits utca 3. eladó ingatlan** (a volt Világ Mozi) 849 m<sup>2</sup>, víz, villany, gáz, csatorna van, 58.678.000 Ft
- **Eladó telek a Rovás utcában,** 224 m<sup>2</sup>, 10 800 000 Ft
- **Eladó garázs** (Mészáros József u. 10.), 17 m<sup>2</sup>, víz, villany, gáz, csatorna van, 1 909 100 Ft + Áfa
- **Eladó építési telkek (Zselic u.):** 117510/51, 53 hrsz. 117510/51 hrsz-ú, 900 m<sup>2</sup> területű, 117510/53 hrsz-ú, 900 m<sup>2</sup> területű, kivett beépítetlen terület (közművesíthető), 27.000.000 Ft + Áfa
- **Eladó építési telkek (Zselic u.):** 117510/54, 117510/58, 864 m<sup>2</sup>, közművesíthető, 27.000.000 Ft + Áfa
- **Eladó építési telkek (Zselic u.):** 117510/40-42-43 hrsz. 1500 m<sup>2</sup> területű kivett beépítetlen terület, 28 100 000 Ft + Áfa
- **Kiadó az Egyenes u. 26. alatti pavilon,** 46 m<sup>2</sup>, 64.236 + Áfa
- **Bérbeadó 17 m<sup>2</sup>-es, nem lakáscélú helyiség** (Margit u. Olga u. sarok) 40 000 Ft + Áfa
- **Bérbeadó helyiség** Demeter utca 1/b., 240 m<sup>2</sup>, 120 640 Ft + Áfa

Részletes információk:  
<https://www.bp16.hu/ingatlan>

## Termelői Magyar Méz Marci bácsi méhészete

|                      |         |
|----------------------|---------|
| Akácmez              | 2.800,- |
| Vegyesmez            | 1.600,- |
| Hárméz               | 2.300,- |
| Selyemfű méz         | 1.950,- |
| Napraforgó (krém)    | 1.650,- |
| Repce (krém) méz     | 1.650,- |
| 0,97 kg-os üvegekben |         |

**ÚJ TERMÉKÜNK:**  
**Napraforgó méz**  
Krémésítés nélkül  
1.500,- 0,97 kg-os üvegekben

Rendeljen mézet a termelőtől!

[www.termeloimagyarmez.hu](http://www.termeloimagyarmez.hu) Ingyenes házhozszállítás\*

Telefon: 06-30/587-5950 • 1/409-1481

\*Budapest és néhány környező településen 5000 Ft feletti megrendelésnél. Részletek a honlapon!

„A Magyar Olimpiai Bizottság elnöke hozta a lángot a kerületbe”

# Kulcsár Krisztián volt az olimpiai baráti kör vendége



Csoportkép a mátyásföldi Vívópalotában, ahol Decsi István mesteredző fogadta a MOB elnökét

Különleges vendéget fogadhatott személyesen október 28-án Kovács Péter kertvárosi polgármester az Erzsébet-ligetben. A Varjú Vilmos Olimpiai Baráti Kör meghívására ugyanis nem kisebb személyiség, mint a Magyar Olimpiai Bizottság elnöke, dr. Kulcsár Krisztián látogatott a kerületbe. A rövid kötetlen beszélgetés során kiderült, a MOB-vezető nem mozog „idegenül” ebben a városrészben, egyrészt, mert fiatal korában családi okokból sokat járt Mátyásföldön, másrészt, mert mostanában több oka is akadt, hogy a Kertvárosba jöjjön.

- Szeptember végén a Nemzetközi Olimpiai Gyűjtőtárlkozót nyitottam meg a Legenda Sörfőzde Centerben - mondta a MOB-elnök -, amelyet egy nagyon fontos eseménynek tartok az olimpiai mozgalomban. Aztán néhány hete Decsi István vívó mesteredző meghívására az Erzsébetligeti Vívópalotába is ellátogattam, ahol személyesen is megtapasztalhattam, hogy milyen fantasztikus létesítménnyel támogatja az önkormányzat a kerületi sportot.

### Körséta a kerületben

Dr. Kulcsár Krisztián tehát rövid időn belül harmadszor volt a XVI. kerület vendége, ebből az apropóból pedig Kovács Péter polgármester egy rövid sétára invitálta a sportvezetőt. Ők, illetve Győr Béla, a Magyar Olimpiai Akadémia főtájtára és Hóbor Béla, a Varjú Vilmos Olimpiai Ba-

ráti Kör elnöke előbb ellátogattak az Erzsébetligeti Rátonyi Gábor Uszodához, ahol megtekintették a baráti kör és az önkormányzat által felhelyezett olimpiai emléktáblákat, illetve megnézték az egykori MOB-tag Rátonyi Gábor uszodai domborművét is. Cserna Sándor, a Kertvárosi Kft. ügyvezető igazgatójának kalauzolásával egy pillanatra az uszodába is bekukkantottak.

Innen a közeli birkózó- és vívócsarnok felé vették az irányt. Az előbbi létesítményben Ancsin László, a Kertvárosi Sport Egyesület elnöke, utóbbiban pedig Decsi István, a Kertvárosi Vívó SE vezetője fogadta a magas rangú sportdiplomatát. A Vívópalotában ráadásul egy kis ünnepség is várt a MOB-elnökre, aki a Vívópalota ötödik évfordulójának tiszteletére rendezett összejövetel díszvendége lett.

Dr. Kulcsár Krisztián jó döntésnek nevezte, hogy a vívótermet megtöltő gyereksereg a vívást választotta. Mint mondta, az ilyen műhelyekből, mint a KVSE bázisa, szinte garantálható, hogy a jövő nagy bajnokai kerülnek majd ki.

Hogy közel járt az igazsághoz, azt a KVSE edzői teamje azonnal bizonyította is: dr. Kulcsár Krisztián és Kovács Péter polgármester ugyanis számos elismerést és ösztöndíjat osztott ki a klub legtehetségesebb és legeredményesebb versenyzőinek. Akik között már nem egy válogatott, korosz-



Elismerések átadása

tályos világ- és Európa-bajnoki érme is akad.

- Két kupa átadására is felkértük az elnök urat és a polgármester urat - mondta Decsi István -, egyrészt a Varjú Vilmos Olimpiai Baráti Kör által felajánlott vándorkupáéra, amely minden évben, a legjobb eredményt elérő utánpótláskorú versenyzőknek jár. Ehhez a gyerekeknek korábban elég volt hazai korosztályos versenyeken jól szerepelniük, ám klubunk erősödését bizonyítja, hogy a kupa elnyeréséhez néhány éve már komoly nemzetközi sikerre van szükség. Idén például az a Baaken Mátyás nyerte a kupát, aki februárban a junior fiú kardcsapattal Európa-bajnoki címet nyert. S mivel nem szertettük volna, hogy az egyébként

még kevesebb rutinnal rendelkező, de tehetséges versenyzőink ki-maradjanak a jutalmazásból, tavaly mi is alapítottunk egy házi Vándordíjat, amelyet minden évben a legtehetségesebb reménység (13-15 éves) korú versenyző kap. Idén Tfirst Balázs érdemelte ki ezt az elismerést.

### A találkozón

A protokoll-feladatok ellátását követően dr. Kulcsár Krisztián az Erzsébetligeti Színház Harmónia termébe érkezett, ahol közel ötven érdeklődő várt rá. A MOB vezetője a kötetlen hangvételű beszélgetés során azonnal elosztatta a kétélyeket, mely szerint a történelem folyamán először egy világbajnok miatt elmaradna az olimpia.



Kulcsár Krisztián és beszélgetőtársa, Riersch Tamás

- Biztos vagyok benne, hogy 2021-ben lesz olimpia, és, hogy ismét a sport lesz az, amely reményt ad az embereknek, kiutat mutat nekik, mint a történelemben már annyiszor történt.

Hogy milyen olimpia lesz majd Tokióban, azt természetesen még MOB-szinten sem tudni, abban azért bízhatunk, hogy a világ legprecízebb népei közé tartozó japánok megoldják majd ezt az „embert próbáló” feladatot.

Dr. Kulcsár Krisztián az est folyamán sokat mesélt pályafutása kezdetéről, a sportos családi háttéréről, a vívás megszeretéséről,

rangos nemzetközi sikereiről, edző nagybátyjához, Kulcsár Győzőhöz fűződő viszonyáról (még a konfliktusait sem titkolta), mesélt a banki munkájáról, a hazai és nemzetközi vívóéletben betöltött szerepéről, illetve arról is, hogy mik motiválták abban, hogy 2017-ben, majd idén másodsor is a Magyar Olimpiai Bizottsági elnöki tisztségét megpályázza.

- MOB elnökként építkezni kell. Apró kis köveket kell egymásra rakni annak érdekében, hogy újra erős és összetartó legyen a sporttársadalom, s hogy ismét rangjához méltó szinten kezeljék a magyar sportot. Ehhez azonban nagyon sok kis követ kell az alapokhoz hozzá tenni. Én a kertvárosi látogatásomat is egy ilyen fontos kőnek gondolom, ahol csupa olyan dologgal találkoztam, melynek helye és szerepe van az olimpiai mozgalomban. (R. T.)

## HELLA férfi-női fodrász

Karácsonyi Akció: -10% minden hajvágás és festés árából  
Tel: 06-20-410-3538  
Munkanapok: hétfőn és szombaton  
Cím: Éva fodrászat, Újszász u 45/b

## KONTÉNERES

sítt, föld, sóder, homok szállítása:  
4, 5, 6, 7, 8 m<sup>3</sup>  
LENYITHATÓ KONTÉNEREKSEL  
Tel: 400-1178, 06-30-949-3551

Kerti munkát vállal kertészeti szakközépiskolát végzett, főiskolás fiatalember.

Ásás, ültetés, kertrendezés  
HÍVJON, megbeszéljük!

Ferenci András  
06-20-472-1223

SASHALOM  
**Borháló**  
EGYÜTT BOROZUNK.  
1163 Bp. Veres Péter út 35.  
[borhalo.com/sashalom](http://borhalo.com/sashalom)









**EGÉSZSÉG GYÓGYSZERTÁR**  
 1161 BUDAPEST, HŐSÖK TERE 6.  
 (A rendelőintézet mellett)  
 Tel: + 36-1-405-9365  
 www.dermalike.hu

**NYITVATARTÁS:**  
 H-P: 08.00-20.00  
 SZ: 08.00-13.00

**Liotion 1000NE/g gél 100g**  
 Gyógyír a fáradt lábnak visszeres panaszok, lábdagadás esetén – és nem hagy foltot.

**csak 2999,-Ft** (Eredeti ár: 4119,- Ft) **Megtakarítás: 1120,- Ft**

A kockázatokról és mellékhatásokról olvassa el a betegájékoztatót vagy, kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét!

**Detralex 500mg ftbl. 60x**  
 Érvédő gyógyszer, vénás eredetű fájdalmakra (nehézláb-érzés, lábikragörcs, heveny aranyér).

**csak 4999,-Ft** (Eredeti ár: 6675,- Ft) **Megtakarítás: 1676,- Ft**

A kockázatokról és mellékhatásokról olvassa el a betegájékoztatót vagy, kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét!

**Prostamol Uno 320mg lágy kapsz. 60x**  
 Jóindulatú prosztata megnagyobbodás tüneti kezelésére.

**csak 4800,-Ft** (Eredeti ár: 5805,- Ft) **Megtakarítás: 1005,- Ft**

A kockázatokról és mellékhatásokról olvassa el a betegájékoztatót vagy, kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét!

**További akciós termékeinkért és törzsvásárlói programunk részleteiért látogasson el a patikába!**

# Gyűjtőpontos lomtalanítás november 17-25. között a XVI. kerületieknek

Mivel a tavaszi járványügyi korlátozások miatt a tervezett lomtalanítás elmaradt a XVI. kerületben, az FKF a lomtalanítás pótlására úgynevezett gyűjtőpontos lomtalanítást szervezett meg. A gyűjtőpontos november 17. és november 25. között 9 napon át üzemel, amely időszak egy hétvégét is magában foglal annak érdekében, hogy a kerületi lakosok a szolgáltatás igénybevételét a heti időbeosztásukhoz tudják igazítani.

A XVI. kerületben kijelölt gyűjtőpontos az Ikarus külső parkolója (1165 Bp. Margit u. 114.) nyitva november 17. és 25. között minden nap 9-től 18 óráig.

A lomok leadásához előzetes regisztráció szükséges! Regisztrálni lehet 2020. november 10-től a www.fkf.hu oldalon és a 06 80 353 353 telefonszámon.

Egy háztartás 2 m<sup>3</sup> lomhulladékot szállíthat be, amit ellenőriznek, valamint aleadáshoz kerületi cím és igazolvány kell. A gyűjtőponton kizárólag a háztartásban feleslegessé vált nagydarabos hulladék adható le.

Átveszik a különféle veszélyes hulladékot is, ezek részletes felsorolását megtalálják pl. az önkormányzat honlapján (www.bp16.hu) az Aktuális menüpontban.

**GOLD SZILUETT KFT**  
**Asztalost keres?**  
**Vállaljuk:**

- Konyhabútorok
- Beépített szekrények
- Gardrobok
- Előtetők
- Kerti bútorok

**gyártását és szerelését!**

**Elérhetőségeink:**  
 Tel: 06 20 310 5215  
 www.konyhaolcson.hu  
 www.arnyaskert.hu

**HARTMANN STIHL márkakereskedő**  
 1161 Bp. Csömöri út 5. • Tel: 402-0747  
 www.profigep.hu • hartmann@profigep.hu

Nyitva tartás:  
 H-P: 7:00-17:00

**Őszi STIHL AKCIÓ!**

**TJOGSIT Tanfolyam indul:**  
**SZERETNÉL?** Nov. 23. hétfő 17 óra  
 Dec. 05. szombat 08 óra

XVI. Veres Péter út 85-ben

**Az elméleti tanfolyam elvégzése otthon is lehetséges!**  
**Jelentkezés:** H-P: 8-12-ig, és  
**Információ:** K és CS: 16-19  
**www.nyugisuli.hu +36-30-950-2993**

**MOLNÁR AUTÓS-MOTOROS ISKOLA**  
**Folyamatos e-learning tanfolyamok!**  
**Előzetes bejelentkezés interneten vagy telefonon:**  
 www.molnarautosiskola.com  
 Tel.: 06-20-9-213-690

**Közép és felsőkategóriás NYÍLÁSZÁRÓK**  
 MŰANYAG ÉS ALUMÍNÍUM

**NÉMET ABLAKPROFIL EGY HETES GYÁRTÁS TÜV TANUSÍTVÁNY**  
**MM PONTOS EGYEDI MÉRETE**

**aluplast**  
 Alumínium extrúzió

**+36 20 399 7891**  
 Janák Bálint  
 Vezető értékesítő  
**aliplast**  
 alumínium extrúzió  
 janakbalint.premiumablak@gmail.com

**Szennyvízszippantás**  
 csatornatisztítás, duguláselhárítás  
 nagynyomású WOMÁVAL • kamerázás

**SZÍVÓ Kft.**  
 Baumholczler Tamás  
**Precízen – pontosan 30 éve**  
 ISO 9002 minősítéssel  
 Tel: 400-1116, 06-20-9349-972

**LOMTALANÍTÁSI SZÁLLÍTÁSBAN nagyméretű utánfutóval a segítségére lehetek, hívjon bizalommal, kerületi kertész vagyok, sok referenciával.**  
 Tel: 06-20-939-2658, 06-20-412-6353 (üzenet)

**RACZÓ 2001 KFT. FŰTÉS VÍZ - GÁZ**  
 1162 Bp. Szlovák út 106.  
 Tel: +36 20 353-7354, +36 1 609-7093

**Viega Megapress rendszer - kapható!!!**

|  |            |
|--|------------|
| ø15 SANCO rézcső   | 1.400,-/fm |
| ø16 „HAKA” (svájci) alubetétes – ötrétegű cső            | 250,-/fm   |
| ø15 STEEL press (szénacél) cső                           | 500,-/fm   |
| ø20 padlófűtőcső   | 300,-/fm   |
| Mofém EUROSZTÁR mosdó csaptelep                          | 8.600,-    |
| Sobime (spanyol) egykaros mosdó csaptelep                | 9.700,-    |
| WC ülőke - antibakteriális, rozsdamentes zsanérral       | 4.000,-    |
| Hajdu Z-80 ERP villanybojler                             | 60.300,-   |
| Ariston Velis EVO 80 bojler (vízszintesen is szerelhető) | 82.300,-   |
| REMEHA Tzerra ACE 28kw kombi gázkazán                    | 335.000,-  |
| BAXI Prime 24kw kombi gázkazán                           | 253.700,-  |
| RADECO 550/1250 törőlközösárítós radiátor                | 20.000,-   |
| MEDO zuhanyfolyóka 690mm                                 | 24.500,-   |

**A fenti árak az áfát tartalmazzák!**  
**Vállaljuk fűtési rendszerek tisztítását, átmosását kedvező áron!**  
**KIVITELEZŐKNEK KEDVEZMÉNY! • Ingyenes házhozszállítás**  
 Nyitva: H-P: 7-17, Szo: 7-12 óráig