

CS

h

csepeli hírmondó

A XXI. Kerületi Önkormányzat lapja
VIII. évfolyam 13. szám | 2017. június 29.



ÁTADTÁK A METRANS ÚJ TELEPHELYÉT



Cikkünk a 2. oldalon



Nagy lépéssel közelebb
a teljes gerincúthoz

3. OLDAL



Támogatás elsősöknek
az iskolakezdéshez

4. OLDAL



Ezüstérem
Csíkszeredában

7. OLDAL



Különleges programok
a Múzeumok Éjszakáján

11. OLDAL

Átadták a Metrans új telephelyét a Salak utcában



fotó: Tóth Beáta

A Metrans a jövőben is aktív és megbízható partnere marad Csepelnek

Másfél évvel az alapkövetétel után átadták a német HHLA cégcsoport magyarországi leányvállalatának, a Csepelen működő Metrans Konténer Kft. telephelyét a Salak utcában június 14-én.

A nemzetközi viszonylatban is jelentős beruházás munkahelyeit elsősorban Csepelen hirdetik meg, munkatársaikat igyekeznek innen felvenni. Az új terminál nem csak biztonságosabb a Szabadjikötőben 2009 óta működő réginnél, de jelentős terhet is levesz a csepeli közutakról. Korábban ugyanis a Szabadjikötő és az M0-s autópálya között ment a Metrans kamionos forgalma. Mivel az új telephely a Csepel Művekben van, most a kamionosút rövidebb lett, ami főképp a csepeli autósok belvárosba való bejutását könnyíti a csúcsidőszakokban. A 24 órás nyitvatartásnak köszönhetően a kamionforgalom is jobban

Borbély Lénárd: „azt a célt tűztük ki, hogy Csepel a környezetbarát, modern ipar új otthona legyen”

eloszlik. A terminál minden tekintetben új: nem más terminálok elavult gépeit, hanem az áruszállítás-átrakodás, valamint a környezetvédelem szempontjából is legkorszerűbb eszközparkkal szerelték fel.

Csúcsidőn kívül

A Metrans ezenkívül 500 millió forintot ad az önkormányzatnak közútfejlesztésre, de azt is vállalta, hogy a vonatközlekedést a csúcsidőn kívül bonyolítja le. Ez szintén könnyebbséget jelent az eddigihez képest, hiszen egy-egy tehervonat áthaladása óriási torlódást okozott a Weiss Manfréd útnál a reggeli és délutáni órákban. A beruházás egyébként is hat az útfejlesztésekre. Éppen az átadás napján született döntés arról a Fővárosi Közgyűlésben, hogy a csepeli gerincutat a korábban tervezettel ellentétben nem kettő, hanem csak egy ütemben építik tovább.

Logisztikai óriás jött Csepelre

Angela Titzrath, a HHLA cégcsoport elnöke jelentős lépésnek nevezte a beruházást a cég életében. „A budapesti, csepeli helyszínnel Európa szívében hoztunk létre egy stratégiai csomópontot. A budapesti,

csepeli központtal gyorsabban, rugalmasabban tudjuk kiszolgálni az ügyfeleinket. A Duna reáadásul lehetőséget kínál arra, hogy az európai vízi útvonalakat is összekössük. (...) Magyarország vonzó a német befektetők számára. Jelenleg 730 német cég működik az országban, amelyek 174 ezer embernek adnak munkát” – mondta Angela Titzrath.

Mindkét fél nyert az új terminállal

Németh Szilárd országgyűlési képviselő parlamenti elfoglaltsága miatt üzenetében közölte: Magyarország és Csepel számára óriási eredmény, hogy a világ egyik legnagyobb logisztikai vállalata minket választott régiós központjának, ahol több tízmillió euró értékű beruházást valósított meg. „Köszönet illeti a Metrans-t, hogy rendbe hozta a volt Csepel Műveknek ezt a szegletét, ahol évtizedekig sorsára hagyott kohósalak-lerakó volt csupán, most pedig a térség egyik legjelentősebb logisztikai központjának avatásán állhatunk. Körülöttünk sínek, vasúti szerelvények, hatalmas daruk, dolgozó kamionok, teli konténerok – minden, ami egyet jelent a gazdaság sikerével” – húzta alá Németh Szilárd.

Borbély Lénárd polgármester a fővárosi közgyűlési munkája miatt nem lehetett jelen az avatáson, ezért Morovik Attila-

CSENDES GÉPEK, ZAJVÉDŐ FAL

A cég vezetői a helyszíni bejárásán közölték, hogy a csepeli telephelyen a 200-as dolgozói létszámot hamarosan el kívánják érni. Minél több csepeli lakos jelentkezését várják a pozíciókra. A bejárásán mindenki hallhatta, hogy a telepen működő gépek, berendezések csendesek, az elektromos működésű óriásdaruk szinte teljesen nesztelenek. Mindezen felül a telep köré 340 méter hosszú, 3,5 méter magas zajvédő falat emeltek, hogy véletlenül se zavarják a környéken lakókat. A kamionok az M0-s autópályáról közlekednek a telep felé, tehát Csepel belső városrészeit elkerülik, ami jelentős javulást hoz Csepel közlekedésében. A terminálra érkező konténerok átlagosan 24 óránál kevesebb ideig tartózkodnak a telepen, utána továbbszállítják őket rendeltési helyükre.

polgármester olvasta fel a beszédét. A polgármester mérőföldkőnek nevezte az átadást Csepel számára. „Ma azon dolgozunk, hogy a meglévő adottságokra, a hagyományos szakipari tudásra építve Csepel újra modern ipari központtá váljon. Azt a célt tűztük ki, hogy Csepel a környezetbarát, modern ipar új otthona legyen. (...) A Metrans konténertermináljának megnyitásával nemcsak új munkahelyek százai érkeznek a kerületbe, nemcsak a helyi gazdaság fejlődése kap új lendületet, hanem Csepel mostantól újra felkerül a magyar, sőt a világgazdaság térképére is. (...) Több évtizedig tartó hanyatlás után Csepel ma újra jó erőben van és dinamikusan fejlődik. Csepel önkormányzata jelentős gazdaságfejlesztési sikerként értékeli, hogy a Metrans új és modern átrakodó telephelyét a kerületünkben nyitja meg” – idézték Borbély Lénárd szavait.

Kiss Péter, a Metrans Konténer Kft. vezérigazgatója köszönetet mondott a kormánynak és a csepeli önkormányzatnak azért



a segítségért, amelyet a konténerterminál megvalósításáért nyújtott. „Az új logisztikai bázis számára kiváló helyszín Csepel. A konténerek vasúti szállításával a zöld logisztikai formát részesítjük előnyben. Vál-

latunk számára kulcsszó a környezetvédelem. A Metrans a jövőben is aktív, jó és megbízható partnere marad Csepelnek és Magyarországnak” – mondta Kiss Péter. ● Cs. A.

Újabb lépéssel közelebb a teljes gerincúthoz

A Fővárosi Közgyűlés június 14-ei döntése nyomán hamarosan elkezdődhet a csepeli gerincút befejező szakaszainak tervezése. A Posztógyár utcától a Cseresznyefa utcáig, azaz a városhatárig tartó út kivitelezése 2019-ben indul.

A három ütemben tervezett teljes gerincutat annak idején személyesen Demszky Gábor főpolgármester ígérte

meg 1993-ban a csepelieknek, az átadás céldátuma először 1996 volt. A tervekből végül semmi nem lett, ennek ellenére az akkori MSZP–SZDSZ-koalíció az évek során minden választási kampányban más-más átadási időponttal, de újra megígérte a teljes út megépítését. A beruházás első üteme végül Németh Szilárd polgármestersége idején, 2012-ben készült el a Szabadkikötőtől a Posztógyár utcáig. Az új zaj-

védő falakkal felszerelt, kétszer kétsávos úttal nyugodtabb, csendesebb lett Csepel belvárosa.

A projekt második üteméről, a Posztógyár utcától a Mag utcáig tartó szakaszról viszont tudni kell, hogy az évtizedekkel korábban készült tervek mára elavultak. A harmadik ütem pedig nem rendelkezett tervekkel, a nyomvonal a Mag utca, Salak út, majd beépítetlen területeken haladva éri el a II. Rákóczi Ferenc utat a Cseresznyefa utcánál. Szükség volt tehát az engedélyezési, kiviteli tervek megújítására. Erről döntött most a Fővárosi Közgyűlés, amely az utolsó két ütemet is összevonta.

A kivitelezés várhatóan 2019-ben kezdődik el. Ezzel pedig a csepeliek nagy álma valósulhat meg. A teljes gerincút elkészültével élhetőbbé, biz-

tonságosabbá válik a kerület, hiszen a lakóövezetek közvetlen közelében megszűnik az átmenő teher- és gépkocsiforgalom, csökkentve ezáltal a környezet terhelését. A beruházással a tömegközlekedés hatékonysága is javul, ráadásul a vállalkozásoknak is a hasznára válik: a közlekedés minőségének javulásával növekedhet az itt működő vállalkozások versenyképessége. És ugyancsak jól járnak az agglomerációban élők, akik így gyorsabban eljuthatnak a belvárosba.

Nem véletlen tehát, hogy a kerületben az egyik legnagyobb horderejű változások eredményező fejlesztés a teljes csepeli gerincút megépítése lesz. Csepel – és a csepeliek – közlekedése, életminősége a megvalósítás által jelentősen javul majd.

● Takó Szabolcs



KÖZLEMÉNY

Jelentős pénzügyi hiba: vizsgálatot rendelt el a csepeli polgármester

Nem szándékos, de súlyos tévedésre derült fény a csepeli önkormányzat pénzügyi kimutatásában. A hibát az okozta, hogy más megtagarítások mellett, a költségvetésben a kerület 2 milliárd forint értékű államkötvény-papírjait, az önkormányzat pénzügyi vezetője egy törvényváltozás után, tévedésből duplán szerepeltette. Így akaratlanul is azt a látszatot keltette, mintha nem 2 milliárd, hanem 4 milliárd forint lenne az önkormányzat általános tartaléka. Ezzel a nem szándékos szakmai hibával megtévesztették a képviselő-testület tagjait is.

A pénzügyi vezető elismerte a hibát és felelősségét, ezért Borbély Lénárd csepeli polgármester elfogadta a felmondását. A június 28-ai képviselő-testületi ülésen a polgármester egyúttal vizsgálatot rendelt el a könyvvizsgálók bevonásával. A történetek miatt a korábban ismert 7,8 milliárd forint helyett így a valóságban „csak” 5,8 milliárd forinttal javult a csepeli önkormányzat pénzügyi helyzete 2010 óta. Akkor a szocialista vezetés csödközeli helyzetben, 3,8 milliárd forintos hiánnyal adta át a kerületet. Ehhez képest van most 2 milliárd forintos többlete Csepelnek.

Súlyos, de nem szándékos pénzügy-technikai hiba történt, de a korábban meghozott fejlesztéseket és beruházásokat ez nem érinti. A kerület biztonságosan működhet és fejlődhet tovább. A vizsgálat eredményét az önkormányzat nyilvánosságra fogja hozni.

Budapest XXI. kerület Csepel Önkormányzata

Segítség az iskolakezdéshez

A májusi testületi ülésen fogadták el a képviselők Borbély Lénárd polgármester előterjesztését, mely az iskolakez-

dési támogatásról szól. Az önkormányzat ezzel enyhíteni kívánja a tanévkezdéssel járó anyagi terheket. Az iskolakez-

dési támogatást azok a családok vehetik igénybe, ahol a gyermek 2017 szeptemberében kezd meg általános iskolai tanulmányait: ez Csepelen több mint nyolcszáz gyereket érint. A támogatást utalvány formájában igényelhetik, minden elsős után 15 ezer forint érték-

ben. Az utalványra az egyik szülő vagy a törvényes képviselője jogosult. Csak egy űrlapot kell kitölteni, amely igazolja, hogy a gyermek a XXI. kerületben lakó- vagy tartózkodási hellyel rendelkezik, továbbá idén megkezdte általános iskolai tanulmányait.

A tizenötezer forintos utalvány tankönyv, taneszköz és ruházat vásárlására használható

Az, hogy hol válthatók be az utalványok, az erzsebet-utalvány.hu/iskolai-erzsebet-utalvány oldalon nézhetik meg az érintettek.



MIKOR? HOL?

A támogatáshoz szükséges **űrlapot** a Polgármesteri Hivatal Családtámogatási Irodájának ügyfélszolgálatán (Petz Ferenc utca 1–3.) lehet **igényelni és leadni július 3. és július 31., valamint augusztus 21. és szeptember 29. között ügyfélfogadási időben**. A nyomtatvány kitöltése után az utalványokat is itt tudják átvenni. **Kérjük, mindenképpen vigyék magukkal személyi igazolványukat és lakcímkártyájukat!**

Klinghammer István Budapest díszpolgára

A Fővárosi Közgyűlés ünnepi ülésén Tarlós István főpolgármester Budapest díszpolgára címet adományozott dr. Klinghammer István földrajztudósnak, Csepel díszpolgárának.

A megtisztelő címet 2011 óta a szabadság napján, június 19-én adják át. Az elismerésben azok részesülnek, akik „a főváros életében jelentős, meghatározó szerepet töltenek be, kiemelkedő teljesítményükkel Magyarországnak, Budapestnek dicsőséget szereztek”. Tarlós István főpolgármester méltatta a díszpolgári címet elnyert tudósok, művészek és sportolók érdemeit. „Ők azok, akik szakmailag, erkölcsileg és emberileg is maradandót alkottak. Köszönjük közösségépítő és lélekerősítő munkájukat, példamutató helytállásukat” – hangsúlyozta a főpolgármester.

A díjátadás után dr. Klinghammer István lapunknak a következőket mondta: „Megtiszteltetés és öröm számomra a Budapest díszpolgára cím, hiszen a fővárosban születtem és egész életemet itt töltöttem. Az elis-

merésnek kötelességbresztő jellege is van, mert szerintem egy díszpolgárnak példát kell mutatnia erkölcsi tartásban, valamint – Budapest és Csepel iránti – elkötelező-

désben is. Negyvenhat éve élek Csepelen, ezért elkötelezett csepelinek vallom magam. Örülök, hogy az elmúlt években megindult a fejlődés a kerületben. Csepelnek három arca van: a gyár környéke, a lakótelep és a kertváros, de a közöttük lévő különbségek egyre csökkennek. Külön örülök számomra, hogy a főpolgármester úr bejelentette, folytatódik a csepeli gerincút építése.”

● Lass Gábor



fotó: Somfal Sándor

Miniszteri elismerés a Herman iskolának

Tanévzáró ünnepséget rendeztek a Herman Ottó Általános Iskolában június 21-én, amely idén ünnepli fennállásának 75.

évfordulóját. Morovik Attila alpolgármester az ünnepségen átnyújtotta Balog Zoltán emberi erőforrás miniszter elis-

merő oklevelét Bezzeg Judit intézményvezetőnek, amellyel az iskola kiemelkedő szakmai tevékenységét értékelték. Tóth

János tankerületi igazgató az intézmény három munkatársának nyújtotta át a pedagógusok szolgálati emlékérmét. Mind a hárman legalább negyven éve dolgoznak az iskolában. Elekes Mária, Hornung Józsefné és Kovácsné Bende Márta részvett az elismerésben.

Bezzeg Judit Herman Ottó Aranyérmét adott át az intézmény legkiválóbb diákjainak, akik nyolc éven át kitűnő tanulók voltak vagy sikeresen szerepeltek a különféle szintű tanulmányi versenyeken. Az öt díjazott tanuló: Ambrus Petra, Gál Virág, Nagygyörgy Sára, Nagy Tímea és Uti Henrietta. ● Cs. A.

MÚLT ÉS JÖVŐ

A 75. tanévet lezáró intézmény az önkormányzat támogatásával megújult, sok fejlesztés valósult meg az utóbbi években. A tervek között szerepel, hogy már az első osztályosoknak tanítanak informatikát és egy idegen nyelvet. Az idei esztendő egyik sikere, hogy az intézmény 2017-ben akkreditált kiváló tehetség iskola lett.



fotó: Tóth Beáta

Illegálisan javítanak

Napok óta téma Csepelen, hogy ismeretlenek kisteherautón járva, családi házak előtti javítási munkálatokat ajánlanak fel a helyi lakosoknak fizetségért. Módszerük szerint először becsengetnek a tulajdonoshoz, majd rábeszélik az illetőt, hogy – némi pénzért cserébe – javíttassa ki a járdát, esetleg a kocsibeállót.

Azt viszont kevesen tudják, hogy a csepeli önkormányzat hozzájárulása és engedélye nélkül az ilyen jellegű javítási munkákat a közterületi ingatlanokhoz tartozó járdákon, útburkolatokon nem lehet elvégezni. Ezeket a felújításokat nem véletlenül kötötték engedélyhez. A nem megfelelő minőségben elvégzett munka ugyanis akár balesetveszélyes is lehet. Ez azért fontos, mert a kerületet járó ismeretlenek semmilyen garanciát nem vállalnak az általuk elvégzett munkára, így a felelősség ebben az esetben a megrendelőké, vagyis a tulajdonosoké. A bon-

tási, építési munkálatokhoz szükséges engedélyt ugyanakkor az önkormányzat ingyenesen biztosítja a kérvényezőnek. Célszerű tehát kellő körültekintéssel megrendelni a munkavégzést.

A csepeli önkormányzat kéri, hogy ha a jövőben a fentiekhez hasonló esetekről szereznek tudomást, azt jelentsék a kerületi közterület-felügyeletnek a **427-0285, 278-0150** központi telefonszámon. A burkolatbontással kapcsolatos ügyintézésről, az ügyfelfogadásról a **csepel.hu** oldalon tájékozódhatnak.

Táborozás Tusnádfürdőn

Idén sem maradt el a „Jó tanuló, jó sportoló” tábor. A csepeli, budapesti és az országos diákolimpián részt vett kerületi diákok legjobbjai a megszokott Balatonparti helyszín helyett ezúttal az erdélyi Tusnádfürdő felé vették az irányt. A kilenc kerületi iskola (Széchenyi, Katona,

Móra, Eötvös, Kölcsey, Szárcsa, Lajtha, Karácsony általános iskola és a Jedlik Ányos Gimnázium) tanulói – összesen harmincöt, három nevelőtanár kíséretében – élményekben gazdag öt napot töltöttek együtt a nyári szünet előtt. A jó tanulmányi eredményt elért fiatalokat az

ÖNKORMÁNYZATI TÁMOGATÁS

A csepeli önkormányzat idén is komoly összeggel támogatta a tábori költségeket, a tanulók fejenként mindösszesen hatezer forintot fizettek a teljes ellátásért, amit az iskolák részben átvállaltak. A kerület a helyi diáksportot évente 5,6 millió forinttal támogatja, hozzájárulva az itt tanuló diákok testi és lelki fejlődéséhez.



iskolák kifejezetten a diákolimpiákon elért, kiemelkedő sportteljesítményük alapján javasolták a jutalomtáborba.

„14 éve működik a tábor, amelynek keretében most Tusnádfürdőn tölthettünk el néhány felejthetetlen napot. Rengetek sportjátékot, szellemi vetélkedőt szerveztünk a gyerekeknek, és természetesen sok időt fordítottunk a pihenésre, kikapcsolódásra. Fontos ez, hiszen ezek a diákok egész évben keményen készülnek a különböző sportágakban” – számolt be lapunknak Jenői János táborvezető, a Széchenyi iskola testnevelő tanára, akinek ezúttal is voltak segítői: Szeberényi Tamás, a Jedlik testnevelője, és Rozmán Vivien a Kék Iskolából.

A táborozók körbejárták Csíksomlyót, elmentek a Csorba-tóhoz, Benedek Elek szülőházához, megemlékeztek a második világháború székely hősi halottairól is. Nagy élmény jelentett ugyanakkor, hogy kipróbálhatták a helyi lovas szekereket, és hogy fürdőzhetek a helyi wellness-szállodában. A gyerekek felhőtlen kikapcsolódásához hozzájárult modern, kényelmes szállásuk.

Véget ért a második székely–magyar utánpótlás labdarúgóturna Csíkszeredában

Ezüstérmesek az utánpótlás sportegyesület focistái



Második alkalommal rendezték meg a székely–magyar utánpótlástornát június 19-e és 23-a között Csíkszeredán, ahol székelyföldi és anyaországbeli focicsapatok mérték össze erejüket. Az egyhetes rendezvényről a Csepeli Utánpótlás Sportegyesület korosztályos focistái kimagasló eredménnyel tértek haza.

Véget ért a labdarúgóturna az Erőss Zsolt Aréna melletti focipályán. A hat székelyföldi és öt anyaországi együttes részvételével megrendezett bajnokság mindkét korcsoportját az FK Csíkszereda csapata nyerte, második a Csepel Utánpótlás Sportegyesület lett. A vetélkedő két korcsoportban zajlott, a nagyoknál a 2003–2004-ben születettek, a kicsiknél a 2005-ben és 2006-ban született gyerekek alkották a csapatokat.

A színvonalas sportesemény záróünnepéségén dr. Farkas Balázs, Magyarország csíkszeredai főkonzulátusának ideiglenes ügyvivője köszöntőjében hangsúlyozta: a focitorna amellet, hogy segíti az utánpótlás-nevelést, a sportkapcsolatok bővítését és a szakmai fejlődést, erősíti a hatá-

A gyerekek egész éves kemény munkája meghozta gyümölcsét

ron átívelő nemzeti összetartozás érzését, a sportrendezvény közösségépítő szerepe elvitathatatlan.

„Tavaly harmadikok és ötödikek lettünk, az idén pedig a két második helyet hoztuk el. Elégedett és büszke vagyok a csepeli srácokra, akik kiválóan teljesítettek” – mondta Csepel polgármestere a Hírmondónak, egyúttal megköszönve a csíkszeredai magyar főkonzulátus segítségét a szervezésben. Borbély Lénárd hozzátette: a tavaly először megrendezett székely–magyar utánpótlás labdarúgóturna kiváló lehetőség arra, hogy csepeli gyerekek megismerkedjenek a határon túli magyarsággal. Ez már csak azért is fontos, mert

a csíkszeredai torna nemcsak a sportról, a kemény küzdelemről, hanem a nemzeti összetartozás erősítéséről is szól. A hírek szerint a labdarúgónak jövőre is lesz folytatása.

Lapunknak a csepeli gyerekek vezetőedzője is értékelte az egyhetes sporteseményt. Fazekas Attila elmondta: büszke arra, hogy a Csepeli Utánpótlás Sportegyesület korosztályos focistái ilyen kimagasló eredménnyel zárták a tornát. A gyerekek egész éves kemény munkája pedig meghozta gyümölcsét.

Persze az egyhetes focitorna nem csak a teljesítményről szólt. A torna résztvevői számos szabadprogramon vettek részt. A gyerekek eljutottak többek között a Szent Anna-tóhoz, és meglátogatták az erdélyi szászok egykori központi városát, Brassót is.

A meghívásos sportesemény szervezője Tusnádfürdő önkormányzata, Budapest XXI. Kerület Csepel önkormányzata, Budapest Főváros XVIII. kerület Pestszentlőrinc-Pestszentimre Önkormányzata és az FK Csíkszereda volt. Nekik köszönhető, hogy a torna egyik legfőbb célja teljesült: örök barátságok kötődtek a székelyföldi és az anyaországi gyerekek között.

● Takó Szabolcs



Csepeli Kórház: tizennégy éve zárták be

Éppen tizenöt évvel ezelőtt ígérte meg a főváros és Csepel akkori vezetése, hogy nem zárják be, helyette fejleszteni kívánják a Csepeli Kórház aktív részlegeit. És éppen 14 évvel ezelőtt, 2003. június 26-án meg is szavazták a kórházbezárást. A csepeli polgármester eközben nyaralt, Demszky Gábor főpolgármester aludt, Horváth Gyula akkori csepeli alpolgármester pedig kijelentette, hogy a kórházbezárással – és a Jahn Ferenc Kórházhoz csatlóással – csak javulhat a csepeli egészségügyi ellátás.

Mivel hosszabb távon csak központi, regionális kórházakat érdemes fenntartani – Nyugat-Európa valamennyi országában ez a jellemző –, a Csepeli Kórházról a 2002-es választási kampányban azt ígérték, hogy az M0-s autópálya miatt is itt fogják kiala-

A Csepeli Kórház bezárását 2003. június 26-án szavazták meg a korábbi ígérek ellenére

kítani ezt a központi intézményt. Amikor a választások után kiderült, hogy a fővárosi MSZP–SZDSZ mégis be akarja zárni a Csepeli Kórház aktív részlegeit, a dolgozók Tóth Mihály polgármesterhez fordultak. Azt kérték Csepel akkori vezetőjétől, hogy álljon ki az intézmény további működtetése mellett. A polgármester ezt megígérte. Majd mégis elment nyaralni, nem szólalt fel a vitában a kórház mellett. Horváth Gyula akkori csepeli alpolgármester közben azt állította, hogy a Csepeli Kórház afganisztáni színvonalú, a bezárásról és a Jahn Ferenc Kórházzal való összevonásról szóló vitán pedig kijelentette: Csepel egy mikroközösség, „az összevonással csak javulhat a városrész egészségügyi ellátása.”

Horváth az ország első bababarát szülését sem kímélte. A politikus szintén a kórházvitán jelentette ki, hogy a csepeli édesanyák túl igénytelenek az olyan magas színvonalú ellátáshoz, mint ami a Csepeli Kórházban volt. „A Csepeli Kórházban a szülést és nőgyógyászatot olyan módon fejlesztették ki, és olyan szuper

ellátásra rendezték be – akár a víz alatti szülést is említhetném, és a többi –, amit a teljesítmény és az igény szint nem követelt meg” – fejtette ki az akkor még MSZP-s politikus. Demszky Gábor a vita során többször is elaludt. A főpolgármesternek végül az ellenzéki képviselők vittek egy dupla kávé, hogy legalább a szavazógombot ne félálomban nyomja meg – emelte ki a Csepel.info.

Hamar eltűnt minden

A 2003-as összevonás után néhány hónap alatt eltűnt az ötvenmillió forintból felújított kórházi konyha és az aktív ellátást nyújtó részlegek eszköz- és műszerállománya. Az ott dolgozók vagy a Jahn Ferenc Kórházban folytatták a munkát vagy szétszéledtek.

A Jahn Ferenc Kórház körül számos valóság, illetve műbotrány mutatta, hogy a döntés legalábbis megkérdőjelezhető. A legdurvább és legnagyobb visszhangot kiváltó eset az volt, amikor 2006-ban kiderült, hogy a kórházban az elhunytak holttesteit – férfiakat, nőket, gyermekeket – meztelenül, egymásra dobálva tárolják. Legutóbb egy holttestet találtak egy lezárt mosdóban, majd azt híresztelték el, hogy a belgyógyászatot be kellett zárni, mert a nővérek elmentek az IKEA-ba dolgozni. Bár a történet igazán tragikomikusan hangzott, hamar kiderült, hogy álhír volt.

Mivel eldöntött tényé vált, hogy a Jahn Ferenc Kórház lett a csepeliek kórháza, amihez eleve nagy forrásokat kellett biztosítani, a 2010-es választások után nem nyitották újra a vitát arról, hol legyen regionális kórház. Németh Szilárd akkori polgármester ugyan próbálkozott vele, de az ország 2010-es helyzete miatt a kezdeményezése sikertelen maradt. A csepeli önkormányzat ezek után a Jahn Ferenc Kórház orvosi eszközellátásán és a mentők felszereltségén próbált a saját erejéből javítani. Így került az egészségügyi intézményhez számos modern életmentő eszköz, és az ország első 3D-s laparoszkópos tornyát is kerületünk adományozta a kórháznak 2014-ben. Érdekes, hogy amikor a kerület új mentőt adott a csepeli mentősöknek, ezt ismét az a Horváth Gyula bírálta legerősebben – most már DK-s politikusként –, aki a Csepeli Kórház bezárásáért is oly sokat tett annak idején.

● Csepel.info



Ingyenes sóterápia-bérlet nyugdíjasoknak

Összesen ezer sóterápia-bérletet igényelhetnek a kerület nyugdíjasai a csepeli önkormányzat jóvoltából. Az ötezer forint értékű, öt alkalomra szóló bérletekből már sokan igényeltek: Borbély Lénárd polgármester a felhívás megjelenése után jelentkezők első csoportjának a Csepeli Nyugdíjasházban június 14-én adta át az ajándékot. A pályázati program az önkormányzat és a „Sóterápium” sóbarlang közös összefogásával valósul meg.

Kiemelt figyelem

„Csepelen jó nyugdíjasnak lenni” – ezzel a mottóval köszöntötte a nyugdíjasokat a polgármester az átadáson. Hozzátette: a városvezetés kiemelt figyelmet fordít az idősekre, többek között ezért vezették be számukra a Csepeli Strandfürdőben igénybe vehető ingyenes strandbelépőt, hetven év felett a házi segítségnyújtást, a dunai hajókirándulásokat, a sokféle tematikus programot a nyugdíjasházban, s a mostani sóterápia-bérletek felajánlását.

Már több száz jelentkező

Lapzártánkig ötszázan igényeltek sóterápiát, Balázsné Misky Éva és Várkonyi Istvánné az első jelentkezők között volt. „Légzési problémám van, és állítólag arra nagyon jó lesz a sóbarlang levegője. A

Csepeli Hírmondóban olvastam a felhívást. Örültem, mert a nyugdíjamból nem tudnék költeni ilyen egészségjavító kezelésre” – mondta el lapunknak Éva. Várkonyi Istvánné hozzátette: „Örültem a lehetőségnek, mert allergiás betegségekkel küszködök. A himalájai só különleges, gyógyító erejű, remélem, használ majd. A hajókiránduláson hallottam a lehetőségről, értékelem, hogy odafigyelnek ránk.”

Kiss Zoltán lapunkkal megosztotta: „Nagyszerű dolognak tartom ezt a kezdeményezést, minden tiszteletem azoké, akik az idősekre gondoltak. Allergiás vagyok, remélem, jótékony hatással lesz rá a sóterápia.”

Gyógyulás a barlangban

A „Sóterápium” sóbarlang képviselőjében Bíró Csilla ügyvezető igazgató az érdeklődőknek elmondta: nemcsak azoknak ajánlják, akiknek légúti, tüdő-, allergiás vagy asztmás problémájuk van, hanem preventív célból is mindenkinek. A sóbarlangba 15 tonna himalájai sótéglát, sósziklát és granulátumot építettek be.

A bérletek igényelhetők:

Csepeli Nyugdíjasház, Kossuth L. u. 115., telefon: 278-0128.
E-mail: nyugdijashaz@csepelivaroskep.hu

MIRE JÓ A TERÁPIA?

A sóterápia kitűnő módszer különféle megbetegedések megelőzésére és kezelésére. Kémiai tulajdonságaiból adódóan a só szorgos takarítóként tisztítja meg a légutakat és a tüdőt. Leginkább a parajdi és a himalájai sótéglát ajánlják sófalak építéséhez.

A sóterápia nem csak a betegség tüneteinek enyhítésére alkalmazható, hanem megelőzésre is kiváló megoldás. A nyálkahártya izomzatán fejt ki a hatását, így a betegséget a gyökereinél szünteti meg, hatékony eredménnyel. Jó hatással van különböző légúti betegségek tüneteinek enyhítésére, az immunrendszer erősítésére, reumás fájdalmak enyhítésére, különböző bőrbetegségekre (például pikkelysömör). Stresszoldó hatású, s a dohányosoknak is különösen előnyös, mivel tisztítja a tüdőt.



foto: G.M.

Nyári veszélyek: mire figyeljünk?

Már az idei nyáron is megtapasztaltuk, milyen a hőség, ami bizony szervezetünk számára is vészhelyzetet jelent. A Magyar Kardiológusok Társasága egészségeseket és szívbetegeket is óva int a kánikulában: 11 és 15 óra közötti ne legyünk napon, mert a leégés mellett hőgutát is kaphatunk. A rendszeres gyógyszerek pedig mindenképp konzultáljanak orvosukkal – a meleg ugyanis azok hatását is módosíthatja.

A 30 fok feletti nappali hőmérséklet az egész szervezetünket próbára teszi. Míg egészségesek könnyebben alkalmazkodnak a meleghez, a betegek megszenvedik a nyarat, s ez különösen a szívbetegekre igaz. A meleg miatt a perifériás erek kitágulnak, ami a szokásosnál is jobban terheli a szívet. Vérnyomás-ingadozás, általános gyengeség, rosszullét alakulhat ki. De a hőség az egészséges szervezetben is okozhat komoly gondokat:

a hősokk, hóguta a legsúlyosabb következmény. Ilyenkor a szervezet fehérjéi szabályosan „megfőnek”, ez pedig akár infarktusszerű tüneteket okozhat az egyéb súlyos tünetek mellett. Ennek még semmi köze a szívhez, ilyenkor az egész szervezet hőháztartása felborul, és ez tragédiát okozhat.

A szívbetegeknél is – akár csak az egészséges embereknél – szükségük van a rendszeres mozgásra, ám kánikula

idején fokozottan figyelni kell, hogy ezt mikor teszi, és hogy ne vigye túlzásba. Ilyenkor felerősödik az alapszabály: csak annyit, amennyi jólesik. A folyadékhiány pillanatok alatt kialakulhat, de a fizikai megterhelés hatására nemcsak vizet, hanem elektrolitokat is veszítünk. Többek között nátriumot, káliumot, kalciumot, magnéziumot és kloridot. A hőség és az edzés megnöveli a szervezet elektrolitigényét, amit a folyadékkal együtt folyamatosan pótolni kell – figyelmeztet a Magyar Kardiológusok Társasága.

EGYHÁZI ÉLET

Szólótő

Jézus egy alkalommal így mutatkozott be: „Én vagyok a szőlőtő, ti a szőlővesszők” (Jn.15,5.) Ezzel a vele való közösség fontosságát hangsúlyozta, mert vagy rajta és vele vagyunk, vagy nélküle előbb-utóbb elszáradunk és sívár, céltalan lesz az életünk.

Görögkatolikus egyházközségünknek a június 11-én megtartott elsőáldozói ünnepének Jézus imént olvasott kijelentése volt a jelmondata. Ezen az ünnepi alkalmon huszonöt fiatal vette magához életében először az Eucharistiát, az oltárszentségben jelenlévő Jézus Krisztust. A Rákóczi téren lévő görögkatolikus templomunk teljesen megtelt és a bizánci kamarakórusunk lélekemelő énekeivel feledkeztünk bele az elsőáldozói Szentliturgia gyönyörűségébe.

A tanításban hangsúlyos volt az a gondolat, hogy az ember mindig visszatérhet arra a helyre, azok közé, ahol már egyszer erőt kapott, ahol már egyszer megérezte Isten szeretetét, a templomban, az egyházközség folyton jelenlévő tagjai közé.

A folytonos jelenléthez, vagy ha kell, a visszatéréshez kíván sok lelkierőt szeretettel:

Prodán Gábor görögkatolikus paróchus



Hős fiúk: gyerekeket mentettek

A Mátyás Király Általános Iskola 8. osztályos tanulói Velencei-tavi osztálykiránduláson vettek részt a közelmúltban. Az egyik nap délutánján elsőfokú viharjelzést adtak ki: ekkor az agárdi mólókikötő-

nél arra lettek figyelmesek, hogy egy sárkányhajó – amiben harminc kisgyerek ült – a hirtelen feltámadt erős szél miatt a tó közepe felé sodródik. Az osztály hat tanulója ruhástul beugrott a vízbe és elindultak kimenteni a bajba jutottakat. A körülbelül tízperces vízimentés után az agárdi mólóra kivontatták a sárkányhajóban utazó 4. osztályos tanulókat. A gyerekek bátor és hősiessége példaként szolgálhat mindenki számára. A hős fiúk: Turák Balázs, Tikász Balázs, Márkus Gergő, Bolvári Ferenc, Bucsi Roland és Schandl Péter.



Megújul az ÁMK tornacsarnoka

A Csepel Diáksport Egyesülettel közös beruházás részeként a csepeli önkormányzat saját forrásából, részben a Magyar Kézilabda Szövetség TAO-s pályázatának 104 millió forintos támogatásával valósul meg. Az épület felújítása során a tornacsarnok új sportburkolatot kap, új nyílászárókat építenek be, emellett elektromos árnyékolástechnika is működik majd. Ezenfelül – az igényekhez igazodva

– korszerűsítik a szociális helyeket (mosdók, öltözők), felújítják a csarnokszerkezet feletti lapos tetőt, az előtér és szociális blokk felett pedig a visszabontást követően új lesz a hőszigetelés és a csapadékvízszigetelés.

A kivitelezés június 12-én kezdődött, a munkák befejezésének tervezett időpontja szeptember 29-e.



A tornacsarnok többek között olyan sporteseményeknek adott otthont, mint a Baracsi Birkózó Emlékverseny

Különleges programok a Múzeumok Éjszakáján



Tizenöt éve rendezik meg országosan a Múzeumok Éjszakáját, ahol koncertekkel, rendkívüli tárlatvezetésekkel, színházi produkciókkal, gyermekprogramokkal várják a látogatókat. Csepelen negyedik alkalommal tekinthették meg az érdeklődők kerületünk muzeális intézményeit. Ezúttal is több száz érdeklődő kereste fel a helyszíneket. Az eseményeket a Csepeli Városkép Kft. szervezte az önkormányzat támogatásával.

Molnár Krisztián, a Királyerdei Művelődési Ház intézményvezetője arról számolt be, hogy a Csepeli Helytörténeti Gyűjtemény négy évvel ezelőtti megnyitásakor rendezték meg az első Múzeumok Éjszakáját Csepelen. Most Csillagtelepen a Tejút utcában lévő Csepeli Polgári Vezetési Pontnál várták azokat, akik az ottani óvóhelyre voltak kíváncsiak; a Tamariska-dombon lévő Csepeli Büszkeségpontnál pedig óránként szimuláltak légiriadót, hogy élményszerűen mutassák be, hogyan vonultak a domb gyomrába biztonságot keresve az emberek annak idején.

A legtöbb attrakció a Királyerdei Művelődési Háznál volt. A kertben furfangos csodavilág fogadta a gyerekeket, ahol népi játékokat, fizikai törvényszerűségeket ismerhettek meg szórakoztatóan. Odébb

Országszerte 450 helyszínen csaknem 2500 program zajlott

ugrálóváron szaladgáltak a kicsik, egy másik helyen pedig rodeóbikát próbálhattak ki a bátrak. Az épületben a Csepeli Helytörténeti Gyűjteményt tekinthették meg, ahol külön tárlatvezetéssel ismerkedhettek meg Csepel és a gyár történetével. Utoljára lehetett megnézni a plakátkiállítást, amelyet május elsején nyitottak meg. A különféle szórakoztató programok pedig egymást követték a kertben felállított színpadon. A Királyerdei Kerekítő Manó meséit a Manócska Társulat adta elő, őket követte Beretvás Róbert és a színtanodás gyerekek bemutatója. A csepeli gyerekek

zenés-táncos műsorában a Kék és a Herman Ottó Általános Iskola diákjai mutatkoztak be. Ezután Szemerey László bővészkedett. Este meggyújtották a máglyát; a parázson szalonnát süthettek a látogatók. Szintén az esti programok között szerepelt a különleges rezgésterápia ősi énekekkel, hangszerekkel. Még nem sötétedett, amikor a Tonic együttes színpadra lépett, és zenéjükkel órákon át szórakoztatták a közönséget. ● Cs. A.



fotó: Tóth Beáta



A tranzitóna szavatolja a biztonságot

Akik a tranzitónát támadják, nemcsak a magyar és európai biztonságot veszélyeztetik, hanem a valódi menekültek menekültstátusra való jogát is veszélyeztetik – szögezte le Németh Szilárd, a nemzetbiztonsági bizottság alelnöke.

Június 20-a a menekültek világnapja, ebből az alkalomból tett látogatást Németh Szilárd a röszkei tranzitónában. A magyarországi menekültügyi szabályok a genfi egyezményen, a schengeni egyezményen és a magyar alaptörvényen alapulnak – közölte. A jogi és fizikai határzár, valamint a tranzitóna beváltják a hozzájuk fűzött eredményeket – fűzte hozzá.

Az emberek két nemzeti konzultáció során és egy népszavazással megerősítették, hogy Magyarországra és az EU területére ellenőrizetlenül senki sem léphet be – hangsúlyozta

Németh Szilárd. A nemzetbiztonsági bizottság alelnöke elmondta, folyamatosan fejlesztik a tranzitónákat, azok mindenben megfelelnek a nemzetközi előírásoknak. Jelenleg 221 fő tartózkodik a tranzitónában, az egészségügyi szobában 16 ember kap személyre szabottan gyógyszert, állandó 24 órás ügyeletet biztosítanak, amit a gyermekorvos rendszeres látogatása egészít ki. A tranzitónában szolgálatot teljesítő rendőrök naplójában semmi rendkívüli esemény nincs bejegyezve, így az sem igaz, ami a közelmúltban a sajtóban megjelent, hogy állapotos nőt bilincseltek volna meg – közölte.

A napi ellátmány Németh Szilárd szerint bőséges, napi háromszori étkezést biztosítanak a felnőtteknek, a gyerekeknek ötször. *„Senki nem panaszkodott arra, hogy őt éhezették, vagy olyan körülmények lennének, amit a sajtóban leírtak”* – fogal-

mazott. *„Ezek a híresztelések egy nagyon tudatos, de nagyon silány kampány részét képezik”* – jegyezte meg. Németh Szilárd a bejárás során azt javasolta, hogy szereljenek a játszótér felé napvitorlát, ami óvja a gyereket a napsugárzástól.

221-en várnak a menekültügyi eljárás lefolytatására, ennek átlagos ideje 33 nap, a beadástól számítva gyorsított eljárásban 15 nap, normál eljárásban 60

nap áll rendelkezésére a hatóságnak, ezt követően gyorsított eljárásban 8 nap alatt, normál eljárásban 60 nap alatt kell dönteni a bíróságnak. Év eleje óta 1340 eljárás zajlott le, ebből 125-en kaptak első fokon oltalmazotti vagy menekült státust. 136 felülvizsgálati kérelmet adtak be, ebből 18 esetben helyben hagyta a bíróság a döntést, 82 esetben pedig új eljárás lefolytatását rendelték el. ● *Forrás: fidesz.hu*



fotó: MTI/ Kelemen Zoltán Gergely

Tervezett felújítások a dél-pesti kórházban

Németh Szilárd országgyűlési képviselő Facebook-oldalán is foglalkozott a Dél-pesti Kórházzal kapcsolatos hírrel, ami az ápolók tömeges elvándorlásával magyarázza egyes osztályok bezárását. Az alábbiakban azt a közleményt olvashatják, amit a kórház juttatott el szerkesztőségünknek.

Kórházunkban az egyes sajtósugalmazásokkal ellentétben nem történt tömeges felmondás. A Jahn Ferenc Dél-pesti Kórház és Rendelőintézet közel 380 ezer ember egészségügyi ellátását biztosítja a főváros dél-pesti kerületeiben és agglomerációjában. Kórházunkban a betegellátás biztonsága és komfortja érdekében folyamatosan és tervezetten zajlanak felújítási és karbantartási

munkálatok. Az elmúlt hónapokban részben önerőből, részben az ellátási területünkhöz tartozó önkormányzatok valamint szponzorok támogatásával több osztályunk, részlegünk újult meg, betegeink és dolgozóink nagy örömeire. Télen a sebészeti osztály és a XX. kerületi szakrendelő helyiségeit festettük ki, tavasszal a gasztroenterológia újult meg, a közelmúltban a nagy forgalmú Kardiológiai ambulanciát szétépítették kollégáink, a betegellátás zavartalan biztosítása mellett. A jelentősebb felújítások és műszerbeszerzések átadó ünnepsége mindig sajtónyilvános rendezvény, sajnos az esetek túlnyomó többségében csak a helyi média érdeklődésével számolhatunk. Jelenleg kórházunk három osztályán, a neurológián, a kardiológián és a III. bel-

gyógyászatban zajlanak – egyes kórtermek használatának átmeneti szűkítésével járó – tervezett karbantartások és felújítások, melyeket a nyári szabadságok és az alacsonyabb betegforgalom figyelembevételével folytatunk. Ezekben a napokban a dél-pesti kórház 1249 ágyának közel 4%-a érintett közvetve vagy közvetlenül a felújítási munkálatokban. 267 aktív, valamint 259 krónikus és rehabilitációs belgyógyászati ágyunkból mindössze 42 használatát korlátozzák átmenetileg a karbantartások. A III. belgyógyászati osztály egyik részlege is érintett, azonban az osztály nem zárt be. A felújítási munkálatok a betegellátásunkban semmilyen zavart nem okoznak, területi ellátási kötelezettségünknek folyamatosan eleget teszünk.

Az egészségügyben tapasztalható általános orvos- és szakdolgozóhiány ellenére a dél-pesti kórházban dolgozó orvosok és szakdolgozók mindent megtesznek a folyamatos, biztonságos, magas szakmai színvonalú betegellátás biztosítása érdekében.

Nemzetállamok vagy spekuláns milliárdosok



Németh Szilárd, Stefka István és Huth Gergely a könyvbemutatón

Magyarországon nemzeti egység van, ezért a nemzeti létünket fenyegető veszéllyel sikeresen tudunk szembeszállni – jelentette ki Németh Szilárd országgyűlési képviselő a Radnóti Miklós Művelődési Házban egy könyvbemutató beszélgetésen.

A PestiSrácok.hu kiadásában jelent meg magyarul Andreas von Rétyi: George Soros: a multimilliárdos globális hálózata és az általunk ismert világ vége című könyve. Németh Szilárd országgyűlési képviselő Stefka Istvánnal, a PestiSrácok.hu lapigazgatójával és Huth Gergellyel, a PestiSrácok.hu főszerkesztőjével beszélgetett.

A szerző számos dokumentummal, főként a Soros Györggyel készült interjúkkal alátámasztva rajzolja meg az amerikai multimilliárdos portréját: hogyan menekült meg hamis keresztlevéllel a holokauszt elől, hogyan került az Egye-

sült Államokba és hogyan vált egy jóságos adakozó álarcában megjelenő spekulánssá. Ahogy Németh Szilárd elmondta, a magyar kormány nemzetállami politikája, a munkaalapú társadalom modellje és a keresztény állam eszmeisége eleve ellentétesek Soros György akaratával. Felhívta a figyelmet, már nemcsak délről és keletről, hanem nyugatról is védekezni kell a migránsok ellen, hiszen a zöldek európai parlamenti frakciójának elnöke migránsszűrést szeretne létrehozni Kelet-Európában. Hozzátette: Magyarországon nemzeti egység van, ezért a nemzeti létünket fenyegető veszéllyel sikeresen tudunk szembeszállni.

A könyvből Németországban több mint 100 ezer példány fogyott el, ezért döntött úgy a PestiSrácok.hu szerkesztősége, hogy Magyarországon is meg kell azt jelentetni. Huth Gergely szerint Soros György jelleméről sokat elmond az a történet, amikor 15 évesen

részt vett a zsidók vagyonának elkobzásában. A könyvben olvasható az az interjú, ahol Soros György elismeri, nem érzett emiatt lelkiismeret-furdalást, hiszen „valaki úgyis elvette volna a vagyonukat.” A könyvből az is kiderül, milyen szerepet játszott Soros az arab tavasz eseményeiben, és hogyan avatkozik be a macedón, a grúz, a szír és az ukrán belügyekbe.

Németh Szilárd arról is beszélt, hogy az uniós csatla-

kozásunk előtt hittünk abban, hogy az EU-ban minden problémánk megoldódik, de ma már világossá vált, hogy Brüsszel soha nem a magyarok érdekeit nézi. „Nem azért csatlakoztunk, hogy Európa hátsó udvara legyünk, ahova vissza lehet toloncolni a behívott migránsokat. Orbán Viktor kemény, kurucos álláspontot képvisel, ami főleg a nemzeti konzultációk sikerein alapszik. A konzultációk során kiderült, melyek azok a nemzeti érdekek, amelyeket a kormánynak képviselnie kell, amire a többség felhatalmazást ad, mint a rezsi-csökkentés vagy a határaink megvédése. A Fidesz politikáját a nemzeti érdekek mindenáron való érvényesítése jellemzi” – mondta. Gondolatait azzal zárta, hogy nemzetünk létét csak erős helyi közösségekkel lehet megvédeni. „Csepelen is új, erős közösséget hoztunk létre, mert korábban soha nem szavaztak annyira egységesen, mint a legutóbbi népszavazáson. Csepelen 23 ezren mondtak nemet Soros György tervére, ami azt üzeni, hogy együtt meg tudjuk védeni a nemzeti, polgári és keresztény Magyarországot.”

A beszélgetés után a jelenlevők között ötven darab könyvet osztottak ki. **A teljes cikk elolvasható: csepel.hu**

● Lass Gábor



foto: Somtai Sándor

Daganatos betegség és lélek – avagy mi is az az onkopszichológia?

A daganatos betegségek és azok kezelésének lelki, pszichés tényezőivel foglalkozik az onkopszichológia tudománya. Elsősorban a betegség következtében kialakuló pszichológiai problémák (pl.: szorongás, depresszió), az érzelmi megterhelés által okozott nehézségek állnak a középpontban. Fontos azonban kiemelni, hogy nem csupán a daganatos betegek és hozzátartozók lelki megküzdése, hanem az őket ápoló személyzet mentálhigiénés ellátása is tárgya e területnek. De az is feladata, hogy a rák körüli tabukat és káros hiedelmeket feloszlassa.

Lehet-e lelki oka a rákbetegségeknek?

Sok vitát szült az elmúlt évtizedekben a klinikai szakpszichológusok, onkopszichológusok és egyéb szakemberek között az az igen elterjedt, a felelősséget a betegre vetítő mítosz, hogy a negatív gondolkodás, a stressz megteremti a feltételeket, és hozzájárul a rák kialakulásához. Az eddigi kutatások azonban erre rációznak. Nem kimutatható, hogy a klinikai depresszióban szenvedő embereknél gyakoribb lenne a rákbetegség kockázata. Számos tanulmány kimutatta, hogy a pesszimizmus, a stressz és a rákbetegség kialakulása között nincs direkt összefüggés. Ezt támasztja alá a gyakorlati tapasztalat is.

Ugyanígy nem állta ki az idő és a tudományos vizsgálatok próbáját a pár évtizeddel ezelőtt nagy nyilvánosságot kapott c-típusú személyiség koncepciója sem. Leegyszerűsítve az elméletet: a c-típusú személyiségűnek azokat az embereket tartják, akik könnyen és mindig alkalmazkodnak környezetükhöz, konfliktuskerülők, miközben saját szükségleteikről, elismerés utáni vágyaikról nem vesznek tudomást. A rákbetegek azonban sokfélék. Ami kicsit hasonlónak teheti a rákos betegségben szenvedőket, az a diagnózisközlés utáni érzelmi sok állapot és annak jellemzői:

Sok daganatos betegség nagyon jó aránnyal vált kezelhetővé, adott esetben gyógyíthatóvá is

a lehangoltság, életveszély érzése, elszemélytelenedés, vagy éppen pánikállapot.

Amikor kiderül

Nem egyszerű szembenézni ezzel a diagnózissal, hiszen a mai napig a halálhoz társítjuk az onkológiai kezelések területén tapasztalt fejlődés és sikerek ellenére is. Pedig szükséges, hogy erőforrásainkat mozgósítani tudjuk, hogy lélekből is föl tudjuk venni a harcot a betegséggel, és a sokszor kellemetlen, fizikai mellékhatásokkal is járó orvosi kezeléseket átvészeljük. Egy időre kikerül a kontroll a személy kezéből, a korábbi élet és értékrend egy csapásra felborul, és életét orvosi protokolloknak kell alárendelnie, újabb és újabb vizsgálatoknak. Ebben a helyzetben igen gyakran elveszítettnek érzi magát a beteg. A mai orvosi kezelések célzottá váltak, sok daganatos betegség nagyon jó aránnyal vált kezelhetővé, adott esetben gyógyíthatóvá is. Ezekhez azonban lelki erő és a környezet megfelelő támogatása is kell. Az a beteg például, aki a családjá megélhetéséért szorong annak kapcsán, hogy a munkáját betegsége miatt fel kell adnia, nehezebben fogja ezeket az akadályokat venni.

A kezelések következményeire is fel kell készülni. A gyógyulás feltételei, a műtétek, a kemoterápiák mellékhatásai tartós változásokat okozhatnak a beteg testében és lelkében egyaránt. Egyik sem egyszerű feladat és sajnos a lelki változásokat hajlamosak vagyunk másodlagosnak tekinteni. Önképünk, testképünk, testi funkciók megváltozása önmagában is kihívás elé állítja a beteget. Ezekkel párhuzamosan a társkapcsolatok, és az egész családi szerkezet megváltozásával kell számolnunk.

Fontos a párbeszéd

Az onkopszichológia nagy területei közé tartozik a megfelelő kommunikáció vizsgálata is. Az orvos-beteg, hozzátartozó-beteg kommunikációban kialakuló „nyelvzavar” gyakran szülhet meg nem értettség érzést a résztvevőkben. Valóban nehéz megérteni a szenvedő felet, talán teljesen nem is lehetséges ez. Ugyanakkor nehéz lehet elviselni a tenni akarás, a sze-

retett személy jóllétéért való küzdeni akarás nyomását és kényszerét is. Az orvosi protokollok pedig könnyen lélektelenséget sugallhatnak egy kérdésekkel teli személy számára. A tehetetlenség érzése sokszor minden résztvevőre bénítólag hat. Nem csak a betegre, de az orvosra és a többi kezelőre, ápolóra, illetve a hozzátartozókra is egyforma mértékben vonatkozik.

A beteg ember gyakran kerül döntési helyzetbe saját életével kapcsolatban. Talán a legfontosabb a kezelése során, hogy ettől a döntési helyzetétől minél kevésbé fosszuk meg a beteget, hogy az élet minél szélesebb területén érezhesse, hogy hatni tud. Ez fontos üzenet mind a kezelőszemélyzet számára, mind pedig a hozzátartozók számára is. Végül azt is fontos hangsúlyozni, hogy amellet, hogy a diagnózisközléssel törvényszerűen együtt jár a krízis is, a betegek csupán egyharmada szorul a későbbiekben pszichológiai támogatásra. A fennmaradó esetekben a megtartó orvos-beteg kapcsolat és a támogató környezet elegendő segítséget nyújtanak a trauma feldolgozásához.

● *Peti Julianna pszichológus*



Fotó: Pixabay

A hozzátartozók támogatása, megértése nagyon sokat segíthet a betegnek

Vár a nyár!



Itt a nyári szünet a felhőtlen kikapcsolódás, a strandolás, a nyaralás ideje. Bármennyire is örömteli pillanatok ezek a gyerekek számára, a szülők gyakran szorongással gondolnak erre az időszakra. Hisz jól kell gazdálkodni a szabadsággal, a családi kasszával, de mindeközben törekedni kell arra is, hogy a 11 hetes nyári szünet tartalmas programokkal teljen. Persze ha másként nem megy, belefér néhány hét ovi vagy napközi is, de célszerűbb, ha nem ez az egyetlen nyári program. „A legjobb az lenne, ha minél több időt tudnának a szülők a gyerekekkel tölteni. Ideális esetben a szünet a szabadságról, a gondtalan kikapcsolódásról szól, amikor a gyerekek valóban elfelejt-

hetik a kötelezettségeiket. A vakáció a gyermekkor egy vissza nem térő időszaka, mikor végre ki lehet kerülni a mókuserékből, ami később már egyre nehezebb” – magyarázza Bálint Gabriella gyermekpszichológus.

Milyen tábort válasszunk?

Lehetőleg az érdeklődési körnek megfelelően. A legjobb, ha minél ismerősebb a közeg, vagyis a gyerek nem egy teljesen új helyzetbe, környezetbe kerül. Hisz ilyenkor a biztonságérzet még nem elég stabil ahhoz, hogy egyedül ismeretlen társaságban is jól érezze magát – mutat rá a szakember. Ha a legjobb barát megy, akkor a gyermekünk is szívesebben csatlakozik.

Ottalvós vagy nem?

Óvodáskorban még nem elég érett a gyerek ahhoz, hogy a szülei nélkül töltsön el több napot. Más a helyzet, ha olyan személyekkel – például nagyszülőkkel nyaral –, akikben megbízik, akikhez biztonsággal kötődik. Iskoláskorban, amikor a gyerek már elért egy érettségi szintet, nyugodtan engedhetjük.

Tanuljunk-e nyáron?

Semmiképpen! A gyerekek a nyáron ugárrászorú érzelmi, testi, lelki fejlődésen mennek keresztül. Mindebben a gondtalan hétköznapok is fontos szerepet játszanak. Augusztus utolsó heteiben már megkezdhetjük a ráhangolódást az iskolára, de elegendő, ha mindez kimerül az iskolatáska, a füzetek megvásárlásában. Pótvizsga estén is hagyjuk a gyereket kikapcsolódni, nem

TÁBOR A DUNA-PARTON

A kerületben az évek óta nagy népszerűségnek örvendő napközi tábor továbbra is a Hollandi úti Sport-, Szabadidő- és Rendezvényközpontban várja a gyerekeket június 26-ától augusztus 18-áig. A tábor programját játékok, különféle sportok, kirándulások színesítik, a foglalkozások reggel nyolckor kezdődnek. Ügyeletet reggel 6 órától, illetve 16-17 óra között a táborozás helyszínén, illetve a Karácsony Sándor Általános Iskolában biztosítanak. A gyerekeket a szülőknek kell elkísérni vagy a táborba, vagy a Karácsony iskolába, ahonnan busszal szállítják őket a táborba.

A táborban a napközi étkezési díjat kell fizetni. A kerületi iskolásoknak ez napi 526 forint, a kerületen kívüli gyermekek részére fizetendő térítési díj napi 856 forintba kerül. A rendszeres gyermekvédelmi kedvezményben részesülőknek nem kell fizetni, illetve akik normatív ötvésszázalékos kedvezményben részesülnek, azoknak a reggelire és az uzsonnára is vonatkozik ez a kedvezmény. (Csak a csepeli lakóhellyel rendelkező gyermekekre érvényes!)

A **tábori befizetések** a következő hétre: minden szerdán reggel 7 és 17 óra, illetve pótbecfizesés minden pénteken 7 és 9 óra között. Az ügyeletes tanár nem vesz át borítékban pénzt, azt a gyermek vagy a szülő fizetheti be.

A heti turnusokhoz folyamatosan lehet csatlakozni. **Bővebb információ:** nyaritabor21@gmail.com, Varga Gáborné táborvezető (06-20/265-1204).



fénykép: Tokabey

kell végigtanulni a nyarat. Ésszerűen osszunk be az időt, a június mellett a július egy része is a pihenésé legyen.

Közös élmények

Tárgyakkal, ajándékokkal nem helyettesíthető az együttes élmény. Manapság komoly probléma, hogy nem tudunk beszélgetni, megfelelően egymásra hangolódni, pedig a gyerek számára az az igazi élmény, ha együtt, egymásra figyelve töltjük az időt.

● Potondi Eszter

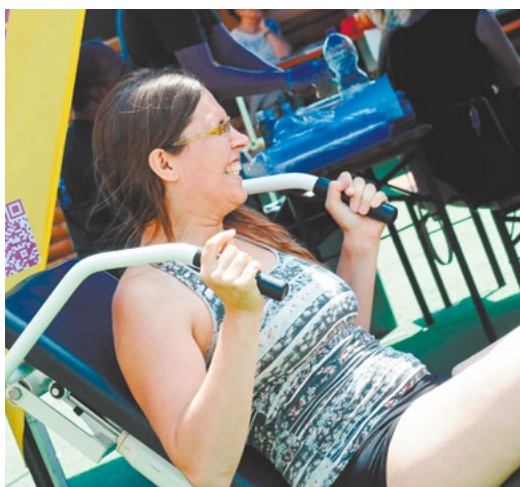
A nőké volt a főszerep az arénában

Mi kell a nőnek? – erre a kérdésre keresett választ a Csepeli Szurkolói Aréna izig-vérig nőkről szóló rendezvénye, melyet ismét a Csepeli Városkép munkatársai szerveztek. A változatos programok sok érdeklődőt vonzottak.

A sokszínű programkínálatban az egészségmegőrzés fontos szerepet kapott. Az egészségügyi standon – vérnyomás- és vércukorszintmérés mellett – lehetőség nyílt a testzsír ellenőrzésére is, de az ülőéletmód miatt gerincproblémákkal küzdők a nyakmasszázszt is kipróbálhatták. Az aktív kikapcsolódás hívei népszerű edzésformákkal ismerkedhettek

A kora délután megrendezett divatbemutatót egyedi, újrahasznosított farmerruhakollekciót csodálhattak meg a nézők. A kifutón az alkalmi és a hétköznapi viseletek is helyet kaptak, de stílusaadás is szerepelt a programok között. A női boldogság titka a harmonikus párkapcsolatban rejlik, így nem véletlen, hogy az egyik leginkább várt esemény dr. Hevesi Kriszta pódiumra lépése volt.

Kovács Rozália a barátnőjével érkezett: „Rendszeresen figyelemmel kísérem a kerület rendezvényeit. Nem bántam meg, hogy eljöttünk, nagyon kellemesek a programok. Kedvelem a sportot, így a bemutatók is nagyon tetszettek.” ● Potondi Eszter



FIGYELEM, KEDVES SZÓ

A nap végén Bereczki Zoltán lépett színpadra. A művész lapunknak elárulta, hogy bár a nyár a koncertek időszaka, szerencsére nem telik teljes mértékben munkával. Nagyon fontos számára, hogy az iskolai szünetben is értékes időt tölthessen a kislányával. A színház, a zene és a televíziózás mellett mostanában egy új szerepkörrel is ismerkedik: egy koncertek, előadások szervezésével foglalkozó cég vezetője lett. A sok munka mellett megpróbál aktívan kikapcsolódni. „Mivel nyáron nincs színház, így azokkal a hétköznapi dolgokkal, amikkel év közben kevésbé tudok foglalkozni az előadások miatt, azokat most megpróbálom bepótolni. Bár mostanában a rendszeres sport kicsit háttérbe szorult az életemben, de nagyon szeretek teniszezni, focizni, a családdal kirándulni, biciklizni.”

A beszélgetés végén nem kerülhettük meg a kérdést, mit gondol, mi kell a nőnek? „Kész receptem nincs, nyilván minden nőnek más és más kell, de úgy gondolom, nagyon fontos az odafigyelés. A nők százszor erősebbek, munkabíróbbak, mint a férfiak, és mindazért, amit értünk tesznek, nem várnak más ellenszolgáltatást, csak egy kis figyelmet. Ez mindenféle rezgésben megnyilvánulhat, lehet egy kedves szó, bókák, gesztusok. Szerintem egyáltalán nem bonyolult jól tenni, jó érzést okozni a nőknek.”



Birkózó lett a tornászlányból

Váratlan fordulatot vett a 16 éves Nagy Nikolett sportkarrierje, amikor másfél évvel ezelőtt sportágát váltott: a korábban eredményes ritmikus gimnasztikás lány sikeres birkózó lett. A Csepeli BC fiatal tehetsége korosztályában és súlycsoportjában sorra nyeri a versenyeket, legutóbb Horvátországban egy nemzetközi megmérettetésen lett első még májusban. Miután a hazai válogatóversenyeket megnyerte, idén a kadet korosztályúak birkózó Európa-bajnokságán igazolhatja tudását.

Nagy Nikolett a Jedlik Ányos Gimnázium kilencedikes diákja, sportosztályba jár. Nemcsak a sportban, hanem a tanulásban is eredményes. Háromtól tizenégy éves koráig ritmikus gimnasztikázott, edzője édesanyja, Nagyné Szabó Mária volt. A serdülők között az együttes kézi-szerccsapat tagjaként a Magyar Kupán harmadik lett. Kipróbálta magát a show-tánc műfajában is, amelyben egy Európa-bajnoki harmadik és egy világbajnoki második helyezést ért el. Közben gyakran eljárt nézelődni bátyja birkózóedzé-

sei-re a csepeli sportcsarnokba. Nagy Zoltán tavaly a kadet Európa-bajnokságon képviselte Magyarországot. Egyszer pedig az történt, hogy Ritter Diletta birkózóedző rábeszélte, próbálja ki a birkózást.

„Úgy éreztem, hogy a birkózásban sikeresebb lehetek, mint a ritmikus gimnasztikában: itt pontozzák a versenyzők teljesítményét, ha elrontok valamit, már nem tudok javítani. A birkózásban akkor is fordíthatok az eredményen, ha az elején hátrányba kerülök” – mondta.

A csepeli klub edzői, Ritter Diletta és Tóth Gábor feligyeltek Nikolett kiemelkedő mozgáskoordinációjára. Az igazán nagy motivációt pedig példaképe, Barka Emese jelentette, aki Bakuban aranyérmet szerzett az Európa Játékokon. Alig három hónapja birkózott, amikor egy hazai válogatóversenyen harmadik lett. Aztán jöttek a további sikerek. Saját kategóriájában első évesként két válogatón diadalmaskodott, majd tavaly Ausztriában lett bronzérmes egy nemzetközi versenyen.



foto: Tóth Beáta

Legutóbb május 6-án aranyérmet szerzett Horvátországban. A következő célja az idén Szarajevóban megrendezendő kadet Európa-bajnokságon

való helytállás, ahol szeretne dobogóra állni. Távolabbi terve között pedig a felnőtt olimpián való részvétel szerepel.

● csarnai

Brázda Gábor bizonyított a drzonkóv-i bajnokságon

A Csepel Öttusa és Vízi Sport Egyesület sportolói a nyári időszakot sem csak pihenéssel töltik: Brázda Gábor a lengyelországi Drzonkóv-ban rendezett nyílt országos bajnokságon állt rajthoz.

A június 18-án lebonyolított viadalon harmincnyolc sportoló mérette meg magát, köztük

első vonalbeli német, olasz, cseh, ukrán és természetesen lengyel versenyzők is rajthoz álltak. Az összlétszámot tekintve Gábor a 17. helyen végzett, de a juniorok között a 18 fős mezőnyből az előkelő 5. pozíciót szerezte meg, csupán 11 ponttal lemaradva a 3. helyezett mögött. A UIPM által is jegyzett viadalra Gábort Dobi

Lajos, a Csepel SC korábbi kiváló öttusázója kísérte el, aki a versenyszámok előtt alaposan felkészítette sportolónkat, különösen a vívás alkalmával jelentett nélkülözhetetlen segítséget. A magyarok közül a KSI-ben sportoló Bruckmann Gergő a 24 évesek mezőnyében a 3. helyet szerezte meg.

● Csepel Öttusa Média



PROGRAMOK, GALÉRIÁK

SÉTÁLÓ UTCAI KÖNYVTÁR

II. Rákóczi F. út 106., tel.: 276-3512
Fővárosi Szabó Ervin Könyvtár 21/1
fszek2101@fszek.hu, www.fszek.hu/setalo
Nyitvatartás: h: 12–19; k–cs: 10–18; sz–p:
13–19; szo: 9–14 óra

Nyári nyitvatartás

Szeptember 3-ig: hétfő, szerda:
13–19 óra; kedd, csütörtök, péntek:
10–16 óra; szombat: ZÁRVA

Kiállítás

Üvegfestés szívvel-lélekkel...
Orehovszky Ottóné kiállítása

Kanasztacsata! Minden kedden kártya-
klub 10 órától

Nyári ajánlatunk: felnőtteknek több
száz útikönyv, útleírás, sikerkönyvek, új-
donságok.

Gyerekeknek nem csak kötelező olvas-
mányok. Minden nyári olvasmány több
példányban megtalálható könyvtárunk-
ban.

Személyes színházjegy-vásárlási lehető-
ség a könyvtárban **augusztus végéig szü-
netel.** Ebben az időszakban Novák Zoltánné
Rózsa elérhető telefonon (06-30/414-1684)
és a novak.rozsa@gmail.com címen.

Az EZ(O)KOS klub következő előadása
szeptember 10-én 17 órakor lesz.

Akció! DVD, CD, hangoskönyv kedvezmé-
nyes kölcsönzése, 2-t fizet, 3-at vihet!

Használt könyveket 100 Ft/db áron le-
het vásárolni.

Kéthetente új könyvek! 60-féle folyó-
irat, internet, fénymásolás, nyomtatás.

**Ha ön még nem tagja könyvtárunk-
nak, ne késlekedjen!** 16 év alatt és 70 év
felett a beiratkozás ingyenes! Egyéb díjakról
érdeklődjön honlapunkon (www.fszek.hu)
vagy személyesen, illetve a 276-3512
telefonszámon. Minden rendezvényünk
ingyenes, szeretettel várjuk az érdeklő-
dőket!

CSILLAGTELEPI KÖNYVTÁR

Vénusz u. 2.,
a Radnóti Miklós Művelődési Ház emeletén,
tel.: 276-8953, fszek2105@fszek.hu
Nyitvatartás: h-sz-p 13–19,
csütörtök 10-től 16 óráig, kedden zárva.

Kedvezményes, használtcédé-vásár

Társasjáték Klub

A hónap minden első szerdáján, 14 órától, a
DélUtán Aalapítvány szervezésében Gubá-
nyi Gábor és játékos társai várják a játékos

kedvűeket, korhatár nélkül. Legközelebb:
július 5-én, szerdán

**Vidám nyári olvasmányokkal várjuk
a kedves olvasókat!**

Könyvújdonások kéthetente várják a
kedves olvasókat! 70 év felett és 16 év alatt
ingyenes beiratkozási lehetőség!

Internetelési lehetőség

További hírek, információk:

http://www.fszek.hu/konyvtaraink/
venusz_u_2_
Facebook: FSZEK Csillagtelepi Könyvtár

KIRÁLYERDEI KÖNYVTÁR

Szent István u. 230.
www.fszek.hu/szentistvan
fszek2103@fszek.hu
Nyitvatartás: h-sz-p: 13–19; cs: 10-től 16 óráig

**A könyvtár július 3-ától augusztus 4-éig
zárva tart. Nyitás: augusztus 7-e, 13
óra.**

Bővebb tájékoztatást a könyvtár honlap-
ján olvashatnak: www.fszek.hu/szentistvan,
vagy telefonon érdeklődhetnek a 277-5278-
as számon nyitvatartási időben.

CSEPELI MUNKÁSOTTHON

KULTURÁLIS KÖZPONT
Árpád u. 1., tel.: 276-7733
www.csepelimunkasotthon.hu
csmo@csmoa.hu

Augusztus 20-a, 17-től 19 óráig:

Szent István-napi ünnepség

Könyvtár

Nyitvatartás: hétfő: 13–16, kedd: 8–18,
szerda: szünnap, csütörtök: 13–18,
péntek: 10–16, szombat: zárva

Tamási Lajos Irodalmi Klub

Szeptember 12-e, 17 óra: Köves István
költő, próza és drámaíró, és Szöllösi Dávid
műfordító, költő, dalénekes estje.

Galéria 21

Szeptember 12-éig a Csepeli Képzőmű-
vészklub tárlata tekinthető meg.

Oktatás

OKJ dajka, gyógypedagógiai segítő, pe-
dagógiai és családsegítő szakképzések
ANGOL, NÉMET nyelvtanfolyamok.
Kezdés: szeptember 18., beiratkozás szeptem-
ber 12-e, 13-a, 14-e, 15 és 18 óra között.

Klubok, szakkörök

Csepel Táncegyüttes, Csemeték Óvodás
Néptánc Csoport, Csepeli Öregtáncosok
Együttese (CSÖTE), Stemmer Ferenc Fotó-

klub, Csepeli Képzőművész Kör, Klasszikus
Balett Iskola, Komplex Tánciskola, Alakfor-
máló Torna Klub, Zumbafitness, Hastánc-
klub, Hatha Yoga, Nyugdíjas Nostalgia
Klub, Nyugdíjas Szenior Táncklub, Bánóczy
Cardio-Box, Otthon Theatrum társulat

Szolgáltatás

JOGPONT + INGYENES JOGI TANÁCSADÁS
– dr. Osztrovsky Zoltán – csütörtök: 16–18
Csepeli FOGYASZTÓVÉDELMI Egyesület –
kedd, csütörtök: 16–18.

ORSZÁGOS és BUDAPESTI SZÍNHÁZAK,
koncertek, fesztiválok jegyirodája: hétfő-
csütörtök: 14–18, Béres Ria: 276-9523;
06-20/476-3189

A MUNKÁSOTTHON bérlet- és jegypénztára
hétfő-péntek: 16–18, és az előadások előtt
egy órával.

CSEPEL GALÉRIA

Csete Balázs u. 15., tel.: 278-0711

„100 éves Csepeli Rendőrkapitányság”
– az évforduló kapcsán a Rendőrmúzeum
kiállítása tekinthető meg **július 3-a és
21-e között.** A kiállítás hétfőtől csütör-
tökig 9-től 15 óráig között látogatható,
pénteken előzetes bejelentkezéssel. Tele-
fonszám: 278-0711

Mindenkit vár a Csepeli Strandfürdő

A nagy melegben sokan indulnak el a víz közelébe. A szünidő is tart, így jó program lehet a strand, amelyről néhány fontos információt közlünk.



A strand minden nap 6 és 20 óra között várja a vendégeket. A medencéket és medencete-
ret 19.30 órakor, a fürdőt 20 órakor zárják. A pénztárban 6 órától lehet jegyet váltani 18 óráig.

Az önkormányzat támogatásának köszönhetően a **fürdő-
használat a csepeli nyugdíjas-
soknak ingyenes!**

A pénztárban bemutatott lak-
címkártyával kell igazolni a csepeli lakcímet, illetve a nyugdíjas igazolványt, vagy – a 65. életévét betöltött személynél – az életkort igazoló okmányt is be kell mutatni.

Főszezonban, vagyis június 1-je és szeptember 30-a között hétfőn, kedden és szerdán teljes nyitvatartási időben tartózkodhatnak a nyugdíjasok a fürdőben.

Az ingyenesség a fürdő alap-
szolgáltatásaira – medencék, az öltözők használata (kulcs letéti díj ellenében) – vonatkozik.

További információ:

www.csepelistrandfurdo.hu

	AZ AME- RÍCIUM VEGYJELE	BERLINI IGEN!	UTAZÁS- SAL KAPCSO- LATOS	LÍTIUM ÉS TANTÁL VEGYJELE	IZAURA MAGYAR NÉVVAL- TOZATA	UTCA, RÖVIDEN	MÉRETRE VÁGÁS	A TITÁN VEGYJELE	SZLOVÉN AUTÓ- JELZÉS	CSUKOTT, NEM NYITOTT	BÖLCSŐBEN KISBABÁT ÁLOMBA HINTÁZTAT	A NITROGÉN VEGYJELE	KISBABÁT ALTATÓ SZÓ	ZSÁK- VÁSZON ANYAGA LEHET	AZ ARGON VEGYJELE	BETEGSÉG, NYAVALYA	AZ EGYIK HATÁRO- ZOTT NÉVELŐ	ISKOLAI KOLLE- GIUMBAN ÉLÉS	
MEG- FEJTÉS, 1. RÉSZ																			V
DAEWOO KISAUTÓ- MODELL						HAJAT ÖSZ- SZEKÓCÓL ZÁRNYITÓ ESZKÖZ						OSZTRÁK PÉNZNEM BEC. OKTÁVIA					ELŐADÓ, RÖV. KÖZTEHER- FAJTA		
	MEG- FEJTÉS, 2. RÉSZ	FINOM NEDŰ NEM- SOKÁRA						GYANÍT, SEJT, RÉG. ABIGÉL, BEC.							REND- FOKOZAT BORÍTÓ- KOSÁR				
KÖLTŐI INDULAT- SZÓ			KARIBI ÁL- LAM (aruba) ... NÓRA; SZÍNÉSZNŐ						ÓRA- KETVEGÉS RIO DE JANE- IRO LAKÓI								DÉLNYU- GAT, RÖV. KERTI HÁZIKÓ		
KÉPZŐ, -ZET PÁRJA				LEJEBB NÉMÁN RÁLES!					SOHA, NÉ- METŰL FA, FOLYÓ RÉSZE					LEJEBB- RŐL HARCI ÜTKÖZET					ELFOGY A TOLL- BÓL A TINTA
KELETI EREDETŰ FÉRFINÉV					SPÁRGA (NÖVÉNY) ÉRTEKES KÁRTYALAP							NEMZETI ALAP- TANTERV, RÖV.	RÉGI FA IVÓEDÉNY FINDZSA, CSUPOR						
ERŐSZA- KOS BŰN- CSELEK- MÉNY							TELJESEN ELFÁRADT, BIZ.	SZARVAS FEJÉN DÍSZELÉG NEM FŐLE!								KATONÁS SZÍN! SZÉDÜLT (BIRKA)			
VÁL. KÉZI- LABDAKA- PUS VOLT (TIBOR)						KAZAH NOB-JEL HOSSZÚ IDEIG			PAPIR- ZACSKÓ PIROSKA, BEC.								BEJGLIBE IS TÖLTIK FORMÁT- LAN, RÚT		
SZÉRIA, LÁNCO- LAT				MEDER- ELZÁRÓ AMÁLIA, BECÉZVE							HELYEZ- TET, NÉP. RÁDIÓS SEGÉLYJEL							SOROLNI KEZD! KETTŐ, RÖ- VIDEBBEN	
A JIU RO- MÁN FO- LYÓ MA- GYAR NEVE					TOJÁSDAD ALAKÚ SÁRVÁR KÖZEPE!							SZEGLET AZ ŐN VEGYJELE							A FOSZFOR VEGYJELE A TÉL KEZDETE!
A LANTÁN VEGYJELE			FÜZET, RÉGISEN HAZAI AUTÓJEL					SZLÁV VI- LÁGNYELV AZ AMPER JELE						GRÉTA, BEC. 5. RÓMAI SZÁMMAL					
	A																		

A helyes megfejtést beküldő felnőttek és gyerekek között ajándécsomagot sorsolunk ki. **A beküldési határidő: 2017. július 10.**

GYEREKSAROK

Rejtvényünkben egy vers két sorát fejthetitek meg.

Ki a költő és mi a mű címe?

Vízszintes: 1. Az idézet eleje (zárt betűk: G; L) 9. Út melletti vízelvezető 10. Egy nyelés folyadék 11. Foglyokat 13. Félig ehett! 14. Végei nélküli botomat! 15. TT kiejtve! 16. Puska nagyobbik fele! 18. Visszafelé bő! 19. Összegyűjtött száraz gallyak 21. Elődjé, felmenője 22. Állóvíz 23. Tass betűi keverve! 25. Cink vegyjele 26. Fialat tehén 28. Keverve: érez! 29. Vizinövény aratására szolgáló eszköz 31. Nagy kavics, vagy kicsi szikla

Függőleges: 1. Nagyobb település 2. Okmány 3. Kismotor (ékezhethívával!) 4. ...-bákom 5. Indoka 6. Lejegyzett dallam 7. Üres kör! 8. Kisgyermek étkeztető bútora 12. Felvidéki város 17. Visszafelé ügetek! 19. Rózsáé, hiányosan! 20. Az elején hibásan szöve! 22. Az idézet vége (D; N) 24. Működik a hangszer 27. Zadar msh-i 30. Mák nagyobbik fele! 32. Azok az emberek

Előző rejtvényünk megfejtése:

Csukás István: Tanérváró

1	2	3	4	5	6	7	8	
9				10				
11				12			13	
14					15			
				16	17		18	
	19		20			21		
22			23			24		25
26		27			28			
29				30			31	32

Sorsoltunk! A június 15-ei skandináv rejtvény nyertese: Kamasz Kálmánné 1214 Budapest, Simón Bolívar sétány. A gyerekrejtvény nyertese: Németh Réka 1213 Budapest, Fürdő u. Nyereményük egy-egy ajándécsomag, mely szerkesztőségünkben vehető át hétfőtől csütörtökig 8 és 16 óra között. **Gratulálunk!**

A Csepeli Városgazda Zrt.
Zöldterület Fenntartási Osztálya felvételt hirdet
az alábbi munkakörbe:

FASORFENNTARTÁSI CSOPORTVEZETŐ

Feladat:

Budapest XXI. kerület közigazgatási területén fasor és parkfa
ápolási, fenntartási munkák irányítása, fapótlások megtervezése,
megszervezése, nyilvántartások naprakészen tartása.

Elvárások:

- fasorfenntartásban való jártasság,
- felelősségvállalás, önálló munkavégzés, megbízhatóság, terhelhetőség,
- növényismeret,
- minőségi munkavégzés,
- felsőfokú szakirányú végzettség,
- számítógépes ismeret,
- jó kommunikációs képesség szóban és írásban,
- B kategóriás jogosítvány.

Munkakezdés:

- azonnali munkakezdéssel

Felvételnél előnyt jelent:

- vezetői gyakorlat
- zöldterület fenntartási gyakorlat

Önéletrajzát leadhatja **ügyfélszolgálatunkon**
(1215 Budapest, Katona József u. 62-64.),
valamint elküldheti a **park@varosgazda.eu** e-mail címre.

TANÉVKEZDŐ BÖRZE



SZEPTEMBER 2., SZOMBAT, 9-13 ÓRA KÖZÖTT

**HASZNÁLT, DE JÓ ÁLLAPOTÚ TANKÖNYVEK, TANSZEREK, KÖTELEZŐ
OLVASMÁNYOK, ISKOLÁBAN HASZNÁLT TÁRGYAK ADÁSVÉTELE, CSERÉJE.**

AZ ASZTALOK DÍJMENTESEN BÉRELHETŐK, REGISZTRÁCIÓ SZÜKSÉGES!

RADNÓTI MIKLÓS MŰVELŐDÉSI HÁZ
1214 BUDAPEST, VÉNUSZ U. 2., TEL.: 278-2757
WWW.CSEPELIVAROSKEP.HU/RADNOTI



Radnóti Miklós
Művelődési Ház

**Speciálisan a szerzett, vagy veleszületett,
a közvetlen, vagy közvetett gerincproblémákra
és gerincbetegségekre**

kidolgozott tornamódszer:

- a fájdalom minél nagyobb fokú enyhítéséért,
 - az állapot javulásáért,
 - az aktuális életminőség javításáért,
 - a probléma súlyosbodásának megelőzéséért.
- Kizárólag krónikus problémákhoz,
hiszen ott hosszú távon a tornának van
a legnagyobb jelentősége!

Kortól és nemtől függetlenül ajánlom mindazoknak,
akiknek a gerincproblémája vagy gerincbetegsége
ezt megkívánja, és ajánlom sportolóknak is.

Egyéni foglalkozásokként, természetesen háznál is.

Hívjon bizalommal: Laskai Linda 0670/318-3077

linda@laskaitreningek.hu www.laskaitreningek.hu

Amennyiben Ön jön, a helyszín:

Vitart Stúdió Csepel 1212 Bp., Komáromi u. 55.



ÉPÜLETKLÍMA

Klímaszerelés
40.000,- Ft-tól

Ajánlatunk: Mitsubishi 2,6kW Inverteres Klímaberendezés
br. 240.000 Ft helyett, br. 165.000 Ft.
A++ energiasztály

KLÍMAKARBANTARTÁS: 15.000 FT HELYETT 10.000 FT.



BEMUTATÓTERMÜNK: 1213 BP. SZENT ISTVÁN ÚT 246.

AUTÓKLÍMA
TÖLTÉS: 9.990 FT - JAVÍTÁS - KARBANTARTÁS
Telefon: +3620-335-9143 +3670-310-8574

www.clima.hu
e-mail: clima@clima.hu

actual[®]
ABLAK AJTÓ ÁRNYÉKOLÓ

Betanított gépközlelőket

keres három műszakos munkarendbe.

Feladatok

- a termelés során használt gépek
alapanyag kiszolgálása
- a berendezések üzemeltetése az
előírásoknak megfelelően

Elvárások

- termelésben szerzett munkatapasztalat
- több műszakos munkarend vállalása
- megbízható munkavégzés

Előnyök

- targoncavezetői engedély
- szakmunkás végzettség

Amit kínálunk

- versenyképes bérezés
- bérén kívüli juttatások
- műszakpótlék
- stabil, hosszú távú munkalehetőség
egy nemzetközileg sikeres cégnél

Munkavégzés helye:

Csepel sziget

Jelentkezés 8:00-16:00 óra között

a 30/992-6555-ös telefonszámon
vagy a desi.gabi@actual.hu email
címen, Dési Gabriellánál

Együtt, az Ön otthonáért.

+ szigetingatlan

- Ingatlanközvetítés
- Energetikai tanúsítvány
- Hitel / Biztosítás

06/20-422-2043
www.szigetingatlan.hu

2310 Szigetszentmiklós, Bajcsy-Zsilinszky u. 43/B 2/9

actual[®]
ABLAK AJTÓ ÁRNYÉKOLÓ

Osztrák műanyagipari cég keres
extruder üzemébe

Karbantartó villanszerelőt

Munkavégzés helye: Csepel sziget

Jelentkezés:

8:00-16:00 óra között a 30/992-6555-ös telefonszámon
vagy a desi.gabi@actual.hu email címen,
Dési Gabriellánál

APRÓHIRDETÉSEK

INGATLAN

HALÁSZTELKEN önálló helyrajzi számmal rendelkező, bekerítetlen építési telek eladó. Építés estén 4 év illetékmentesség. Nagyon csendes helyen, távol a város zajától. Szabályos 36mx25m-es /900nm/ egyszintes telek. Közművek az utcában. Ár: 4.999.000 Ft. T.: 06-20-945-1214

ELADÓ Halásztelken, egy vagy több generációnak alkalmas családi ház. A telken két ház van, az egyik 80 m² a másik 20 m². 457 m²-es telken több szőlőlugas, és gyümölcsfa található. Az ingatlan azonnal költözhető! Tel.: 06-30-455-4698, 06-30-593-0865

VÍZPARTI telek téliesített faházzal horgászaparadicsomban a Kunsági csatornán, a tassi-zsilip és Makád közelében eladó! I. ár: 6,2 mFt. Kérés esetén fotókat küldök! T.: 06-70-316-4947

ÁLLÁS

PESTERZSÉBETI Gondozóházba keresünk toleráns, időseket szerető szakképzett ápolónőt. Pályakezdekők jelentkezését is várjuk. Jelentkezni önéletrajzzal a garamine@t-online.hu címen lehet vagy a 06203970224 -es telefonszámon hétköznapokon 08-16 óráig

VILLANYSZERELŐKET keresünk Csepelre 2-3 éves szakmai tapasztalattal. B kategóriás jogosítvánnyal rendelkező szakmunkások jelentkezését várjuk. Érdeklődni: 06-30-580-9332, tesk20@tesk.hu.

LABORATÓRIUMI technikusokat keresünk Csepelre szakirányú végzettséggel és 2-3 éves szakmai tapasztalattal. Érdeklődni: 06-30-580-9332, tesk20@tesk.hu.

CSEPELI logisztikai központba keresünk érvényes okmányokkal vagyonőröket teljes munkaidős saját alkalmazotti munkakörbe, versenyképes fizetéssel. Jelentkezni lehet: diseven@diseven.hu T.: 06-30-792-2001

CSEPELI munkahelyre esztergályost, köszörűst, fémszórásra betanuló (hegesztőt vagy lakatos) felveszek. Bejelentett bér: 220 -280 eFt (megfelelés esetén) + juttatás: 13. havi (14. havi munkabér?) védőital, kávé, 2 garnitúra munkaruházat. Nyugdíjas, részmunkaidős is jelentkezhet. Érdeklődni: 277-4224, 06-20-926-6883

CSEPELI Mopp mosodába férfi mosodást felvesszünk teljes munkaidőben, két műszakos munkarendben, 6 napos munkahét nettó 180 eFt/hó munkabér. Gépkocsivezetőt rész (4 vagy 6 óras) vagy teljes munkaidőben 1000 forint/óra hajnali kezdéssel. T.: 06-30-912-4049

TÁRSKERESŐ

70-ES fiatalos 165 cm magas férfi 1+félszobás lakásból lévő pénzzel keresi társnőjét, aki körülbelül 155 cm magas, füstmentes, szeretetre vágyó hölgy. Csepeli, IX., XI. kerületi hölgyek telefonálnak. T.: 06-20-224-4028 Mindennapi szeretet.

ADÁS-VÉTEL

GÁBOR ESZMERALDA műgyűjtő legmagasabb áron készpénzért vásárol festményeket, bútorokat, ezüsttárgyakat, evőeszközök készleteket, aranyakat, szobrokat, borostyánokat, porcelánokat. Kiszállítás díjtalan: 06/1/789-1693, 30/382-7020

WHIRLPOOL beépíthető elektromos sütő + Whirlpool AKR 101/IX kerámialapos 3 zónás főzőlap 25 eFt-ért eladó. Érdeklődni lehet este 20 óráig a 276-8238 vagy a 06-30-863-1411-es telefonszámon.

MÉRNÖK, tanár, ügyvéd és pap könyvgyűjtőket korrekt áron megvásároljuk. 40 év szakmai tapasztalat, ingyenes kiszállítás. +36-1-787-9282, +36-30-877-1460

CSEPELEN és Környékén! Korrekt áron autót venni készpénzért. T.: 06-30-951-5322

SZOLGÁLTATÁS

ABLAKJAVÍTÁS! www.ajtoablakdoktor.hu 22 éve vállalom kedvező árakon ablakok, ajtók javítását, illesztését, záruk cseréjét, festését, hőszigetelő üvegezését, szigetelését garanciával. Felmérés díjtalan! Horváth Ákos 06-70-550-0269

VÍZSZERELÉS gyorsszolgálat, víz-csatornacsere lakásban és udvaron. Kerti csap csere, ássással is. Csőfagyasztás. T.: 06-70-544-4050

VÍZSZIVÁRGÁS műszeres keresése javítása, kameras csatorna vizsgálat. T.: 06-30-914-3588

KLÍMASZERELÉS, karbantartás, javítás, ózongenerátoros autóklima tisztítás. T.: 06-20-440-0633 www.sturmklima.hu

INGYENES hitelügyintézés rejtett költség nélkül. Nincs borítékba pénz, nincs zsebbe pénz. Több mint 500 elégedett család. Személyi kölcsön 9,99% kamattal lakáshitel 4% alatt. Hívjon 06-30-985-5000

KERTI munkát vállalom: kertrendezés, takarítás, időszakonkénti karbantartás, füvesítés, fakivágás, kertépítés stb. T.: 276-1925, 06-20-475-7537

REDŐNSZERELÉS javítás, gurtncsere! Reluxa, szalagfüggöny, harmonikaajtó, szunyogháló, külső-belső műanyag párkányok szerelése. Hétfőig is! Nagy Sándor 06-20-321-0601

A hirdetések
tartalmáért
felelősséget
nem vállalunk!

Hirdetésfelvétel
a szerkesztőségben:
hétfő, kedd, szerda
8-16 óráig.

1215 Budapest.,
Csete Balázs u. 15.,
info@csepelihirmondo.hu

Szabadtéri zenés est a Radnótiban
2017. július 1., szombat 20 óra

Adj egy csókot!

zenés kabaré egy felvonásban
a Pódium Színház művészeivel

Híres kabaréjelenetek,
örökzöld slágerek
a szerelem
jegyében

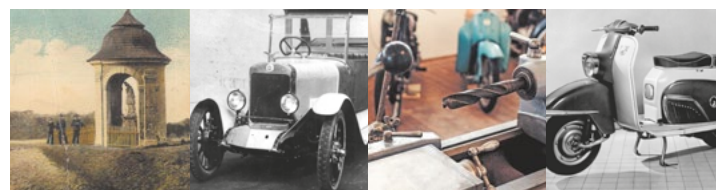


Szereplők:
Bednai Natália,
Bodrogi Áttila,
Schupp Gabriella
és Várfi Sándor



1214 Budapest, Vénusz u. 2.
Tel.: 278-2757
www.csepelivaroskep.hu/radnotti

A belépés díjtalan!
A programváltoztatás
jogát fenntartjuk!



CSEPELI HELYTÖRTÉNETI GYŰJTEMÉNY

CSEPEL ÉS A GYÁR TÖRTÉNETE

Állandó kiállítás

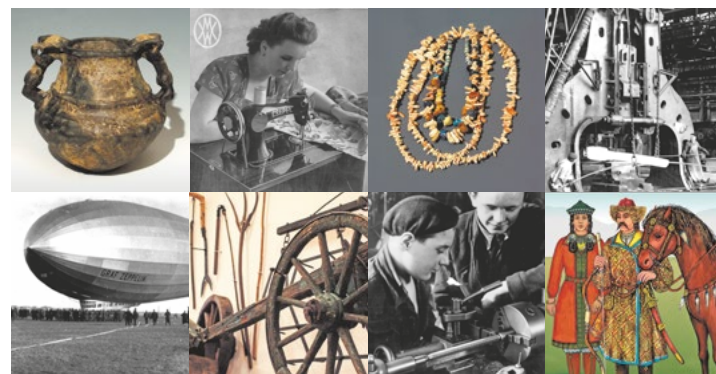
Megtekinthető: **szerdán 8-14.30 óráig,**
pénteken 14-18 óráig, szombaton 9-13 óráig

Júliusban és augusztusban előzetes bejelentkezés szükséges! A belépés díjtalan!

Királyerdei Művelődési Ház

1213 Budapest, Szent István út 230., T.: 278-2747

e-mail: kiralyerdeimuvhaz@csepelivaroskep.hu, www.csepelivaroskep.hu



„A rock örök, és elpusztíthatatlan!”

SCHUSTER LÓRÁNT



Csepeli Rockzenekarok Fesztiválja 2017

2017. JÚLIUS 1., 18.00-22.00
CSEPELI SZURKOLÓI ARÉNA

18:00 Black Riders | 20:00 Rock Fanatic
19:00 Persecutor | 21:00 Zorall

A belépés díjtalan!

PROGRAMAJÁNLÓ

KIRÁLYERDEI MŰVELŐDÉSI HÁZ

1213 Budapest, Szent István út 230.

Tel.: 278-2747, fax: 427-0341

kiralyerdeimuvhaz@csepelivaroskep.hu

Július 03 – 07-ig, 8.00-16.00

JOBB AGYFÉLTKÉS SZÍNEK SZÍNES VILÁGA
FESTŐTÁBOR

Tudtad, hogy a világ összes színe három színből kikeverhető? A színek színes világa táborban képeket festünk színeket keverünk, játszunk! A táborról érdeklődni lehet, Nógrádi Györgynél a 0630/9443460-as telefonszámon, vagy a noigradiogyorgyi@gmail.com e-mail címen.

NYÁRI TANFOLYAMOK (JÚNIUS 19-TŐL)

Latin Cardio: hétfő 19.00-20.00

Alakformáló torna: hétfő 19.00-20.00

Zsírégítő torna: hétfő 18.30-20.00

Gerinctorna: csütörtök 8.30-9.30

HANGFÜRDŐ - A PROGRAMRA
ELŐZETES JELENTKEZÉS SZÜKSÉGES!

Tibeti hangtálok és a gongok rezgési átmossák sejtjeinket és segítenek a teljes ellazulásban.
Időpont: július 31. 18.30, augusztus 21. 18.30
Díja: 1100 Ft / alkalom. Vezet: Eisenmann Tünde

A CSEPELI ALMA MATER /
GYÁRRAL SZEMBEN

Iskola- és Gyártörténeti állandó kiállítások a Szent Imre téri Szolgáltatóházban (volt Rákóczi Iskola) A tárlatok megtekinthetők ingyenesen bejelentkezés nélkül a Szolgáltatóház nyitvatartási idejében: hétfőtől csütörtökig 9-17 óráig, pénteken 8-13 óráig, szombaton 9-12 óráig. Vezetett csoportos látogatásra a művelődési ház elérhetőségei lehet jelentkezni.

NYÁRI NYITVA TARTÁS

hétfő: 8.00-20.00

keddtől-péntekig: 8.00-16.00

szombat- vasárnap: zárva

A tanfolyamokról és a programokról bővebben érdeklődhetsz a 278-2747-es telefonszámon, vagy a kiralyerdeimuvhaz@csepelivaroskep.hu e-mail címen.

RADNÓTI MIKLÓS MŰVELŐDÉSI HÁZ

1214 Budapest, Vénusz u. 2.

Tel.: 278-2757, fax: 277-5232

radnotimuvhaz@csepelivaroskep.hu

2017. szeptember 2., 9-13 óra

TANÉVKEZDŐ BÖRZE – Használt, de jó állapotú tankönyvek, tanszerek, kötelező olvasmányok, iskolában használt tárgyak adásvétele, cseréje. Asztalok díjmentesen bérelhetők, de regisztráció szükséges!

Ingyenes társasjátékaink, színezők, rejtvények, szabadpalc várja a látogatókat júliusban is!

TANFOLYAMOK

Bodyart: hétfő: 19.00-20.00

Haladó hasánc: szerda: 19.30-20.30

Zumba: szerda: 19.00-20.00

JÚLIUSI NYITVA TARTÁS:

hétfő, szerda, péntek: 8:00-20:00

kedd, csütörtök: 8:00-16:00

Augusztusban művelődési házunk és a könyvtár zárva.

Nyitás: szeptember 4.

További információért hívjon minket telefonon:

06-1/278-2757, vagy nézze meg honlapunkat:

www.csepelivaroskep.hu/radnoti

Kövessen minket Facebook oldalunkon:

www.facebook.com/radnotimuvhaz

Csepeli Városkép Kft. | 1215 Budapest, Csete Balázs utca 15. | Csepel Galéria |
Telefon: 278-0711 | e-mail: info@csepelivaroskep.hu | www.csepelivaroskep.hu

Országos Szeior Sakkverseny 60 éven felüliek részére

2017. szeptember 14-15-én Nagykanizsán rendezik meg a IV. Országos Szeior Egyéni Rapid Sakkbajnokságot.

Az országos sakkbajnokságra a kerületi elődöntőn 1-3 helyezést elért versenyzők jelentkezhetnek és azok, akik 2200 ÉLŐ pontszám felett rendelkeznek.

JELENTKEZÉS HATÁRIDEJE, MÓDJA:

2017. július 5-e.

Telefonon: 278-0128,

emailen: nyugdijashaz@csepelivaroskep.hu

Helyszíni nevezés a verseny napján

13.30 óráig a Nyugdijas Közösségi Házban.

ELŐDÖNTŐ IDEJE, HELYE:

Július 5-e, 14 óra, Nyugdijas Közösségi Ház
(1214 Budapest, Kossuth Lajos u. 115.)

Az országos sakkversenyen résztvevő csepeli versenyzők részvételi költségeit (nevezési díj, utazás, szállás, étkezés) Budapest XXI. Kerület Csepel Önkormányzata finanszírozza.



CSEPEL ÚJ UTAKON

BUDAPEST XXI. KERÜLET CSEPEL ÖNKORMÁNYZATA HUMÁN SZOLGÁLTATÁSOK IGAZGATÓSÁGA

JÁTSZÓHÁZ

II. Rákóczi Ferenc út 88-92. (bejárat a Szent Imre tér felől)

Tel.: 226-1372; www.hsz21.hu; jatszohaz@hsz21.hu

Nyitva tartás: h: 8-18; k-cs: 9-17; sz: 8-17; p: 8-13; szo: 9-12

FOGLALKOZÁSAINK, SZOLGÁLTATÁSAINK

Babamasszázs (1-10 hónapos korig)

Kedd: 11.00-12.00; Vezet: Miskolcziné T. Ildikó

Szülésfelkészítő

Kéthetente hétfőn, 15.30-17.00; Vezet: Miskolcziné T. Ildikó

Tematikus foglalkozások (0-10 éves korig)

Szombat: 9.00-12.00.

Játszva angolul (5-10 éves korig)

Szombat: 9.30-10.15 és 10.45-11.30; Vezet: Boda Réka

Mesekuckó (3-9 éves korig)

Kéthetente hétfőn és csütörtökön, 16.00-17.00, illetve 17.00-18.00.

Fejlesztőpedagógus

Pedagógiai fejlesztő foglalkozás, tanácsadás iskolás korú gyermekek részére (6-16 éves korosztály).

Kedd: 13.00-17.00; szerda, csütörtök: 10.00-17.00.

Szabad játék és időszakos gyermekfelügyelet (0-16 éves korig)

Legfeljebb 3 óra időtartamban.

A Játszóház valamennyi foglalkozása ingyenes!

EDPA *művek*



CSEPEL NAPJA

Július 18., 20 óra – Szent Imre tér



CSEPEL ÚJ UTAKON

Mindenkit szeretettel várunk!