



Józsefváros

A VIII. KERÜLETI ÖNKORMÁNYZAT INGYENES LAPJA
XVIII. évfolyam 10. szám | 2010. június 1. | Megjelenik: kéthetente



**Nyári fesztiválok, táborok
az Orczy-parktól a Palotanegyedig**

Jó példával jár elől Józsefváros

Józsefváros már működő parkolási rendszere lehet az országos példa. A parlament várhatóan június 1-jén fogadja el azt a törvényjavaslatot, amelynek köszönhetően a jövőben a parkolási társaságok helyett az önkormányzatokhoz folynak be a parkolási díjak. A rendszerek üzemeltetését ugyanis átveszik a kerületek.

Miután a parlament elfogadja a benyújtott törvényjavaslatot, a budapesti kerületek átvehetik a közterületi parkolókat üzemeltetését. A törvénytervezet szerint, az önkormányzatoknál marad a parkolási díjak teljes összege, és törvényben maximalizálják a parkolási díjak felső határát is.

Mint ismert, Kocsis Máté javaslatára tavaly decemberben a képviselő-testület úgy döntött,

hogy a VIII. kerületben 2010. januárjától a Centrum Kft. helyett a Józsefvárosi Közterület-felügyelet szedi a parkolási díjakat. Ezek a bevételek a parkolás saját kézbevételeinek köszönhetően, többszörösére nőttek. Korábban ugyanis a kerület csupán az összeg 20-25 százalékát kapta meg, míg most a teljes bevétel Józsefvárosé marad. Ennek köszönhetően, a bevezetést követő első negyedévben közel 124 millió forint folyt be a kerület kasszájába. Ezt az összeget az önkormányzat a rendszer üzemeltetésére, közlekedésbiztonsági beruházásokra, fejlesztésekre, útfelújításra, valamint a közterületek tisztaságára fordítja.



A felelőtlen szülő nem kap családi pótlékot

A következő tanévtől nem kapnak családi pótlékot azok a családok, ahol a felelőtlen szülő miatt, a gyerek igazolatlan hiányzásainak száma eléri az 50-et. Ők készpénz helyett a pótlék összegének megfelelő természetbeni juttatást kapják – áll a családi támogatásról szóló törvényjavaslatban.

Őstől csak azok a családok jogosultak a családi pótlék felvételére, akik rendszeresen járatták iskolába tankötelezett gyermeküket – áll a fideszes képviselők családtámogatásokról szóló törvényjavaslatában. Ellenkező esetben a szülők szankcionálhatók, hiszen elsősorban ők a felelősök ha a gyermek legalább ötven órától hiányzott igazolatlanul. Ilyenkor a jegyző eseti gondnokot rendelhet ki a gyermek mellé, akinek az a feladata, hogy gondoskodjon a családi pótlék rendeltetészerű felhasználásáról. A tervek

szerint ilyen kritikus esetben a jegyző dönthet úgy, hogy a szülő nem pénzben, hanem természetben kapja meg a családi

pótlékot – például a gyermek iskoláztatásához szükséges ruházatot, vagy taneszközöket.





Határozott lépésekkel indult az Országgyűlés



Fontos törvényjavaslatok tárgyalásával indította munkáját az új Országgyűlés, közvetlenül május 14-i megalakulását követően. Az első napokban a kormányalakításhoz szükséges törvényeket alkották meg, így döntöttek az Alkotmány módosításáról, de például a helyi önkormányzati képviselők számának csökkentéséről is. Az új Országgyűlésben Józsefváros megválasztott parlamenti képviselői is fontos tisztségeket kaptak.

Dr. Kocsis Mátét, kerületünk polgármesterét és Budapest 11-es számú egyéni választókerületének országgyűlési képviselőjét az Országgyűlés Honvédelmi és Rendészeti Bizottságának elnökévé választották, míg dr. Fónagy János, Budapest 10-es számú egyéni választókerületének képviselője a Nemzeti Vagyongazdálkodási Minisztérium parlamenti államtitkári posztjának várományosa. Kocsis Máté, a honvédelmi és rendészeti bizottság elnökeként felszólalt a parlament plenáris ülésén, ahol elmondta, különösen üdvözlő a kormány elszánt hozzáállását a közbiztonság javításához és a rend visszaállításához, mivel polgármesterként is gyakran találkozik az emberek fájón hiányzó bizton-

ságérzetével. Hangsúlyozta: a rendőrség szervezeti, erkölcsi, pénzügyi válságával való őszinte szembenézésnek valóban itt az ideje és nagy megnyugvással tölti el, hogy egy gondolat erejéig sem hitegeti magát vagy kisebbíti az elvégzendő feladatok nagyságát az új kormány, ha a rendőrség rendbetételéről van szó.

200 fős Parlament

A kormányalakító Fidesz-KDNP már az új Országgyűlés megalakulásának hetében megkezdte az érdemi munkát, és számos törvényjavaslatot nyújtott be. A kétharmados többséggel rendelkező pártszövetség elsőként a kormányalakításhoz szükséges törvényeket alkotta meg. Első lépéseik egyike volt, hogy módosították az Alkotmányt, így a következő ciklusban már 386 helyett 200 képviselő lesz az Országgyűlésben. De nem csak az Országgyűlés szintjén, hanem az önkormányzatok esetében is csökkentik a képviselők számát.

Kis képviselő-testület

A helyi önkormányzati képviselők és polgármesterek választásáról szóló törvény módosításával, csökken a képviselők száma, például Józsefváros esetében a mostani 28 fős

képviselő-testület létszáma körülbelül 18 főre csökkenhet már az őszi választások során. A javaslat szerint ráadásul alpolgármesterré olyan szakember is kinevezhető lesz, aki egyébként nem tagja a képviselő-testületnek.

A képviselők elfogadták az új minisztériumi struktúrát is, így az eddigi 13 helyett 8 minisztérium fog működni. Ennek köszönhetően a korábban óriásira duzzasztott Miniszterelnöki Hivatal helyett, egy kisebb, de hatékonyabb Miniszterelnökség jött létre. Az új kormány visszaállította a szakmai alapon működő közigazgatási államtitkári tisztséget is, amely lehetővé teszi, hogy professzionális köztisztviselők vezessék a minisztériumok szakmai igazgatását, ezzel következetesen elválasztva őket a politikai vezetéstől. Az új kormány május

29-i eskütétele előtt, az Orbán-kormány leendő minisztereit az Országgyűlés tizennyolc állandó bizottsága három nap, összesen harminc ülésen hallgatta meg.

Kettős állampolgárság

Az Országgyűlés erkölcsi kötelességéből adódóan, elfogadta a kettős állampolgárságról szóló törvényt. A törvénynek elsősorban jelképes értéke van, a határon túli magyarokkal való kulturális közösséget ismeri el, és adminisztrációs könnyítést biztosít számukra, ugyanis az állampolgárság megszerzésében legfeljebb három hónapban maximalizálják a határidővel történő ügyintézés - amely természetesen kizárólag egyéni kérelemre indul, megszerzése nem automatikus, és nem jár kollektív jogon.

Kocsis Máté, kerületünk polgármestere, a Honvédelmi és Rendészeti Bizottság elnöke az Országgyűlés múlt heti ülésén üdvözölte a kormányprogram közbiztonság javítására vonatkozó fejezetét. Az új kormány elszánt a rendőrség erkölcsi és pénzügyi helyreállításában, a korrupt, magukat tövényen kívül helyező politikusok elleni fellépésben. A „3 csapás törvény” már szintén napirenden van, amely keményen lesújt a visszaeső bűnözőkre. A kormányprogram hangsúlyozza, hogy ne várjon senki szolidaritást, aki nem tartja be az ország törvényeit, azok sem, akik szegénységre hivatkozva, naponta mások javait, vagyonát veszik el, legyen az akár kisebb értékű dolog is.



Munkába álltak az első diplomás gyakornokok (I. rész)

A józsefvárosi Hajmási Mónika, már másfél éve nem talált munkát, de a Józsefvárosi Önkormányzat által indított józsefvárosi gyakornoki programnak köszönhetően két hónapja sikerült elhelyezkednie helyettesítő tanárként a Losonci téri Általános Iskolában.

Mónika szociális irányú felsőfokú végzettséggel rendelkezik, azonban nem sikerült elhelyezkednie. A munkaügyi központban hívták fel figyelmét az önkormányzat által hirdetett álláshelyekre. Az önkormányzat kísérleti programja a munkanélküliségből való kiutat jelenti számára, és mivel jól érzi magát a

kerületi iskolában, azt mondja, szeretne ebben a közegben maradni, szívesen foglalkozna továbbra is józsefvárosi gyerekekkel.

A Józsefvárosi Önkormányzat 2010-ben 300 közcélú álláshelyet teremtett a korábban munka nélküli kerületi lakosoknak. Az alacsonyabb végzettségűeknek a kerület köztisztasági feladatainak elvégzésében tudnak munkát kínálni.

Idén először, és a fővárosban egyedüli módon, a józsefvárosi gyakornoki program keretében fiatal felsőfokú végzettségűeknek is elhelyezkedési esélyt adott az önkormányzat, a kísérleti program keretében 12 álláshelyet tartal-



nak fenn számukra az önkormányzat különböző intézményeiben.

Most indított sorozatunk a gyakornoki programban résztvevő józsefvárosi fiatalokat mutatja be.

Élelmiszersegély a rászoruló családok számára

Együttműködési megállapodást köt a Józsefvárosi Önkormányzat és a Magyar Élelmiszerbank Egyesület az EU Élelmiszersegély program lebonyolítására a VIII. kerületben.

Az Európai Unió által 2010-re meghirdetett szegénység elleni küzdelem évének jegyében a rászoruló családok kaphatnak élelmiszersegélyt Józsefvárosban. A programot az EU és az önkormányzat közösen finanszírozza.

Az Élelmiszerbank olyan élelmiszereket oszt szét különböző karitatív szervezeteken keresztül, amelyek élelmiszerfelesleg révén halmozódtak fel hazánkban. A szervezet 2006. óta vesz részt az EU Élelmiszersegély programban, 2009-ben az ország 500 településén körülbelül 300 ezer rászorulóhoz juttatott el összesen 3000 tonna tartós élelmiszert (lisztet, tésztát,

kekszet és cukrot).

A rászorultság alapja lehet, ha valaki létminimum alatt, illetve annak közelében él, így különösen a kisnyugdíjasokat és szociálisan hátrányos helyzetű gyermekeket részesítik előnyben. Az önkormányzat Népjóléti Bizottsága dönt arról, hogy az Élelmiszerbank által meghatározott élel-



Ugyancsak a gyermekétkeztetés támogatása céljával indította az önkormányzat a Sodexo Kft-ével közösen azt a programot idén áprilistól, amelynek köszönhetően minden józsefvárosi óvodás és iskolás naponta egy friss gyümölcsöt kap ebédje mellé.

miszermennyiséget milyen célcsoportoknak, milyen karitatív szervezetek közreműködésével osztja szét a józsefvárosi rászorultak között.

A mostani kezdeményezés nem előzmény nélküli, Józsefvárosban tavaly összesen 3500 fő részesült élelmiszersegélyben a Baptista Szeretetszolgálat közreműködésével.

Bombahír miatt elmaradt a testületi ülés

Bombariadó miatt ki kellett üríteni Józsefváros Polgármesteri Hivatalát. Egy telefonáló néhány perccel a testületi ülés kezdete előtt robbantással fenyegette meg a VIII. kerületi önkormányzat mellett, az V, VI, VII, IX, X, XI, XII és XIII. kerület hivatalait.

A bejelentés időpontjában Józsefváros rendőrkapitánya is az önkormányzat hivatalában tartózkodott, az épület kiürítése szakszerűen és gyorsan zajlott, az ügyfeleknek, képviselőknek és a hivatal dolgozóinak egyaránt el kellett hagyniuk a városházát. Kovács Bettinától, a Készenléti Rendőrség szóvivőjétől megtudtuk, miután a tűzszerek átvizsgálták a főváros kilenc önkormányzatának épületét, bombát sehol nem találtak.

A rendőrök gyorsan a nyomára bukkantak a feltételezett tetteseknek. A hívó mobiltelefonszámának azonosítása után megállapították, hogy a hívást Józsefvárosból, egy Dobozi utcai lakásból kezdeményezték. Három embert találtak ott az egyenruhások, valamint előkerült a mobiltelefon, illetve az ahhoz tartozó SIM-kártya, amelyről a fenyegető hívás érkezett. A lakásban tartózkodó 44 éves férfit, egy 17 éves fiút és egy 16 éves lányt a kerületi rendőrkapitányságon előállították, hogy a bűncselekmény elkövetésében játszott szerepüket tisztázzák.

Tovább élvezhetjük a józsefvárosi cigánymuzsikások játékát

Folytathatja a munkát a Józsefvárosi Cigányzenekar - erősítette meg korábbi döntését és biztosította a zenekar működtetéséhez szükséges pénzt a képviselő-testület. Az 51 fős józsefvárosi cigánymuzsikusból álló zenekart másfél éve hozta létre az önkormányzat, közfoglalkoztatás keretében.

A Józsefvárosi Cigányzenekar már több ízben bizonyította, hogy értékes szereplője a kerületi kulturális életnek, színvonalas koncertjeiket, fellépéseiket számtalanszor ismerte el vastappsal a józsefvárosi közönség. A zenekarban korábban munkanélküli, illetve eseti munkából tengődő cigánymuzsikások kaptak munkalehetőséget az önkormányzat által biz-

tosított közcélú foglalkoztatás keretében, annak egyik különleges színfoltjaként. A zenekar léte nem csak azért jelentős, mert félszáz családnak ad megélhetést, hanem azért is, mert ezzel Józsefváros egyik értékes és különleges kulturális örökségét, a cigánymuzsikát sikertől megmenteni és népszerűsíteni.

A Józsefvárosi Cigányzenekar a közeljövőben a június 5-én 17 órakor a Mikszáth téren a Palotanegyed Fesztivál keretében, majd június 11-én

17.45 órakor a Mátyás téren a Magdolna Napok keretében ad koncertet. A koncertekre szeretettel várjuk a közönséget!



Idén tizenötödször: Múzeumok Majálisa



Bár a május 15-16-i zord időjárás nem kedvezett a szabadtéri programoknak, amíg nem volt ítéletidő, sokan nézelődtek a Múzeumkertben, ahol idén 15. alkalommal rendezték meg a Múzeumok Majálisát.

A pavilonoknál az ország különböző pontjairól érkezett kiállítók, kézművesek gyűjteményeit, alkotásait szemlélhették meg az érdeklődők. Több színpadon és a múzeumban közben különböző programok zajlottak gyerekeknek és felnőtteknek, a Díszteremben például Robert Capa fotóművész képeiből láthatak válogatást a látogatók.

A Múzeumok Majálisa rendezvényesorozat fő törekvése, hogy becsalogassa kapuján a közönséget. Az idei évben választ kerestek például olyan kérdésekre is: alulreprezentáltak-e a múzeumok a magyar médiában, s ha igen, akkor ki a felelős ezért?

Kihirdették az Év Múzeuma díj nyertesit is: a Hadtörténeti Intézet és Múzeum, valamint a gyöngyösi Mátra Múzeum kapta a kitüntetést. Az előbbi a magyar katonai hagyományok megmentése és megismertetése érdekében végzett, sokirányú, kiemelkedő munkájával és látogatóbarát tevékenységével érdemelte ki a címet. A Mátra Múzeum pedig a teljes körű múzeumfejlesztéssel, a kiállításokhoz kapcsolódó muzeológiai és közművelődési munkájával nyerte el a kitüntetést – hangzott el a díjátadón.



A Múzeumok Majálisa rendezvényen több kerületi iskola is részt vett. A Nemzeti Múzeum arra ösztönözte a kerületi diákokat, hogy díszítsék fel a Múzeumkert kerítését. Az akcióban a Molnár Ferenc Általános és a Bókay János Szakközépiskola és Gimnázium tanulói vettek részt május 14-én. A Grundsuli, a Pál utcai fiúk, valamint az iskola életéről készített tablóképek, a múzeumkerti rendezvény után, az iskola állandó dekorációi közt kaptak helyet.

Május 15-én, a múzeumünnepen zárták le a szakköri munkát és az éves versenyzési időszakot a Németh László Általános Iskola diákjai is. A majálison a gyerekek érmet vertek, rejtvényt fejtettek, kagylókból csörgőt készítettek, alumínium italos dobozokat újrahasznosítva, láncot fűztek, mozsárban paprikát törtek, nyelvi játékokon, valamint múzeumi tárlatvezetésen is részt vettek. Tanáruk tudósítása szerint a vidám gyerekseregben volt olyan vélemény, hogy a programokon együtt töltött idő jobb volt, mint egy gyereknap.



Palotanegyed Fesztivál

Június 4-6-ig egész napos kézműves foglalkozások, különleges, fából faragott, nagyméretű játékok várják a családokat. Több helyszínen koncertek, színházi előadások és gyermekprogramok lesznek, valamint bemutatkoznak a helyi mesteremberek is.

Dr. Kocsis Máté polgármester június 4-én, 17.30-kor nyitja meg a Fesztivált a Mikszáth Kálmán téren. Szeretettel várjuk!

Ízelítő a júniusi programokból:

■ **Június 4.**

Mikszáth Kálmán tér

16.00 Berez András ének- és



mesemondó, valamint Balogh Kálmán cimbalom művész estje. **Pollack Mihály tér**
20.30 Palya Bea és örömezenekara



■ **Június 5.**

Mikszáth Kálmán tér

11.00 Szalóki Ági gyerekkoncert - Gingalló

17.00 Józsefvárosi 50 tagú Cigányzenekar koncert **Pollack Mihály tér**
20.30 Ghymes koncert - **ÁLOMBÁLOM**



■ **Június 6.**

Mikszáth Kálmán tér

17.00 MÉHEK

18.00 "Zenei utazás a történelmi Itáliában" - A Camara Zenekar komolyzenei koncertje
L. van Beethoven: Coriolan nyitány; I. Stravinsky: Pulcinella - szvit; F. Mendelssohn: Olasz szimfónia
Vezényel: Dinyés Dániel

Pollack Mihály tér
11.00 Halász Judit koncert - Csiribiri



20.30 Besh o droM koncert - Vendég: David Yengibarían



Jöjjön el, és kapcsolódjon ki!

ANTIKVÁR KÖNYVVÁSÁR A GUTENBERG TÉREN

Értékes könyvek? Szeretel a könyveket?
Van otthon olyan, amelyeket már kiválasztva eladnád?
Esetleg máshoz venné helyetted?

Szeretünk Hazza el a Gutenberg térre megvesszük könyveit, keressen nekik gazdát, és válassz új kedvenceket!
Az áruláshelyeket a szervezők biztosítják, akik készséggel állnak rendelkezésére 10-18 óráig a Mikszáth Kálmán téren információkért.

IDŐPONTOK:
Június 3-5. a Palotanegyed Fesztivál keretében
Július 3.
Augusztus 7.
Augusztus 27-29. a Palotanegyed Fesztivál keretében
Szeptember 4.
Október 2.

A vásár minden nap 10-18 óráig tart.

Ezekén a napokon délutánonként családi programokra is várjuk Önöket!

Tisztelt Lakók, Tulajdonosok!

A PALOTANEGYED FESZTIVÁL ideje alatt június 4-6-ig és augusztus 27-29-ig ülésezések és Fargalmi rend változások lesznek!

MIKSZÁTH TÉR 18.00-22.00 óráig június 4-6-ig és augusztus 27-29-ig ülésezés lesz. Kérjük, a területen a lehető legkevesebb gépjárművel tartózkodni. A területen a lehető legkevesebb gépjárművel tartózkodni. A területen a lehető legkevesebb gépjárművel tartózkodni.	POLLACK MIHÁLY TÉR A területen a lehető legkevesebb gépjárművel tartózkodni. A területen a lehető legkevesebb gépjárművel tartózkodni. A területen a lehető legkevesebb gépjárművel tartózkodni.	GUTENBERG TÉR A területen a lehető legkevesebb gépjárművel tartózkodni. A területen a lehető legkevesebb gépjárművel tartózkodni. A területen a lehető legkevesebb gépjárművel tartózkodni.	LŐRINC PÁL TÉR A területen a lehető legkevesebb gépjárművel tartózkodni. A területen a lehető legkevesebb gépjárművel tartózkodni. A területen a lehető legkevesebb gépjárművel tartózkodni.
--	--	---	--

Kérjük, tegyék ki a táblákat a következő helyeken:

- Mikszáth Kálmán tér
- Pollack Mihály tér
- Gutenberg tér
- Lőrinc Pál tér

KÖSZÖNJÜK A TÚRELMEKET ÉS A MEGÉRTÉSEKET!

Jöjjönek el és kapcsolódjanak ki a Palotanegyed Fesztiválra! Szeretettel várjuk Önöket!

INGYENES

A KULTÚRA BELVÁROSOSA PALOTANEGYED FESZTIVAL

JÚNIUS
VIII. KERÜLET

06.04 – 06.06.

06.04 PÉNTEK

GUTENBERG TÉR

10.00-18.00 ANTIKVÁR KÖNYVPIAC
17.00 Irodalmi beszélgetések
4-én Vendég: HAY JÁNOS
5-én Vendég: BALÁZS ATTILA
6-án Vendég: KISS JUDIT ÁGNES
A beszélgetéseket RÁNKI JÚLIA,
a Magyar Rádió riportere vezeti.

KRÜDY GYULA UTCA

10.00-18.00 KÉZMŰVES
FOGLALKOZÁSOK
10.00-18.00 A SZILUETT MŰHELY
különleges társasjátékai

MIKSZÁTH KÁLMÁN TÉR

16.00 BEREZS ANDRÁS ének-
és mesemondó valamint
BALOGH KÁLMÁN cimbalom-művész
17.00 LANGALÉTA GARABONCIÁ-
SOK – gólyalábos előadás
17.30 DR. KOCSIS MÁTÉ polgármester
megnyitja a Palotanegyed Fesztivált.
19.00 A HONVÉD TÁNCSZÍNHÁZ
előadása

LŐRINC PAP TÉR

18.00 LANGALÉTA GARABONCIÁSOK
Vándormuzikus, avagy a négy
világ hangszereinek meséi

POLLACK MIHÁLY TÉR

20.30 PÁLYA BEA és örömmzenekei

06.05 SZOMBAT

MIKSZÁTH KÁLMÁN TÉR

11.00 SZALÓKI ÁGI - Gunguis
Gyerekkoncert
17.00 JÓZSEFVÁROSI 50 TAGÚ
CIGÁNYZENEKAR koncert
18.00 NICOICMUS koncert
19.00 TÓTH KRISZTA költőné és
DÉVENYI ÁDÁM zenész találkozója

LŐRINC PAP TÉR

16.00 KAMILLA-KARAMELLA és
FOGAS BOHÓCOK. Regimód,
bohóctréfák Újvidéi gyerekeknek

POLLACK MIHÁLY TÉR

20.30 GHYMES - Ajambátom
koncert

06.06 VASÁRNAP

MIKSZÁTH KÁLMÁN TÉR

15.00 LÁDAFIA BÁBSZÍNHÁZ
Bábcirkusz
17.00 MÉHEK - „hibbant dalok”
18.00 A CAMARA ZENEKAR
kamolyzenei koncertje - „Zenét
utazás a történelmi térben”
Vezetényel: DNYÉS DANIEL

LŐRINC PAP TÉR

16.00 SZÍVÓS KÁROLY
A bábszínház cíkei

POLLACK MIHÁLY TÉR

11.00 HALÁSZ JUDIT
Csimbiri - koncert
20.30 BESH O DROM
Vendég:
DAVID YENGBARIAN
koncert

Keresse a programokat a www.europabelvarosa.hu, a www.jozsefvaros.hu és a www.barka.hu oldalakon.

Figyelem! Forgalmi rend változások lesznek a rendezvény idején!
Bővebb tájékoztatás a műsorfüzetben és a honlapon!





Köztünk élnek

Harminc év Józsefvárosban

A kerület, hajdan a kisiparosok otthona volt, idősebb józsefvárosiak elbeszéléseiből kitűnik, hogy külön utcája volt a kárposoknak, asztalosoknak, kőfaragóknak. A Bérkocsis utca máig hirdeti, hogy hajdan a fuvarosok, hintósok „vidéke” volt. A pékek, cukrászok utcájáról nem beszél a fáma, de máig számon tartják egymást. Jezsek Lajos cukrászdája a Népszínház utcában, a nyolcvanas évektől fémjelzi a kerületi kisipar életét, és munkáját. A „Józsefvárosi Aranykoszorúval” kitüntetett mester, cukrászdája alapításának harminc éves jubileumára készül, ez alkalomból kérdeztük.

A nyai nagyapám „vitte” a belváros híres Igrinyi cukrászdáját, amit a kor törvényei szerint államosítottak, így az 1937-ben alapított üzemet az enyészeté lett. 1954-ben viszont új üzemet alapított, amit öröklések után, unokaöcsém Igrinyi Zsolt vezet. A cukrász-véna végig megmaradt, magam a Gerbaud-nál végzett egyéves önálló munka után alapítottam ezt a Népszínház utcai cukrászdát, s Istennek hála, máig megtartottam. Közben a fiam, hiába vágyakozott valamilyen műszaki pálya után - mégiscsak felsőfokú cukrász-ipari végzettséget szerzett, s mellette még közgazdász diplomát is, úgy, hogy a stafétabotot van kinek átadnom, a kerületi-

ek, emberi számítás szerint, számíthatnak a következő évtizedek Jezsek cukrászdájára is.

- Szociológusok hangoztatják, hogy a „nép”életszínvonalá pontosan mérhető egy cukrászda életén, vásárolnak-e, mit és mennyit és miből, mennyire érvényes ez Józsefvárosra?

- Nagyon, és semennyire. Megtudom, hogy a képletbe beleszól a hagyomány, a minőség, az állandóság, és a pénzügyi eleresztettség. Napi két-háromszáz vendégük nagyrészt a törzsvásárlók közé tartozik, s ez önmagában képletborító jelenség a szegények kerületében. A „portéka” minősége mindent megmagyaráz, illetve felborít.

Hűtött edényekben érkezik a napi tojássárgája és fehérje-



mennyiség, hagyományos tojás ritka vendég a fehércempés műhelyben és semmilyen művi búvszer nincs a süteményekben, mindent a fél évszázados receptek szerint készítenek. Naponta hetvenféle sütemény készül az alagsori műhelyben, ahonnan három munkatársa közül, Jezsek mestert a beszélgetésre felcsalogattam.

- Recept alapján nem tudnak önállóan dolgozni? - kérdezem.

- Tízféle cukrász, tízféle ízű pogácsát süt ugyanannak a receptnek az alapján, jobb, ha ott vagyok, ahol eldőlnek a dolgok - hangzik a válasz, aztán azt is megtudom, hogy a Jezsek-féle sütemények állandó vendégei a Parlamentnek, a sokcsillagos szállodáknak, az önkormányzatnak, s gyakran díjak, nyeregmények formájában hirdetik a Jezsek-féle minőséget. A mai

szakmunkások csupa félkész termékkel dolgoznak, porok zselék, keverékek, állományjavítók, sűrítők serege veszi körül őket. Jezsekék mindent maguk állítanak elő, a „nagyamák” receptúrája szerint. Ez lenne a titok, de nehéz utánozni. A titok része Jezsekné Marika is, aki házigazdája a családias édességfészeknek. Ma úgy mondanák: „tömegkapcsolati projektfelelős”, a törzsgárda vendégsereg a „Mi Marikáknak” nevezi.

- Milyen lesz a jubileum?

- Emelkedett és csendes. Sától húzunk az üzlet teraszra fölé és egy nap meghatározott délelőttjén, vagy délutánján, vendégül látjuk az ide-érkezőket, minden süteményünk szerepel, és zárva lesz a kasszagép. Így ünnepeljük a harminc-éves születésnapot.

H.I.

Május 25-én nem sokkal dél után, rosszul lett egy bácsi a 32-esek terén. Ott, ahol százak torlódnak össze kilencesre várva, ott, ahol meg nem beszélt találka hozza össze a józsefvárosiakat, üvegeshez, táskához, bankhoz, mekihez, állóbüféhez, állatorvoshoz, gyógyszerértárhoz igyekezve. Állt az idősebb bácsika a buszra várva, aztán eldőlt, mint a zsák, feje tompán puffant az aszfalton, hátára fordult és mozdulatlan maradt. Egy ilyen eseményre mondták, hogy régen így, meg úgy, bezzeg napjainkban az emberek átlépnek a földön fekvőn, annyira nem érdekli őket a másik. A józsefvárosi eset felelt a képlettel. Segíteni akarók gyűrűje verődött össze a földön fekvő körül, tucatnyian tépték a mobiltelefonjukat, hogy segítséget hívjanak. Az állatorvosi rendelőből rohanva érkezett az ügyeletes asszisztens és gondolkodás nélkül térdelt a járdá pocsolójába, hogy

ritmikus mellkaspréssel élessze a viaszárga-arcú bácsit. Egy járókelő fennhangon kérte a bábáskodókat, hogy táguljanak, levegő se jut a bajbajutottnak, s láss csodát, az összeverődött tömeg tágulni kezdett. Aki buszra

Élet és halál testközelből

várt, nem szállt fel, rágta a körmét, hogy érkezzon a mentő, mert láthatóan nagy a baj. Majer Rezső, aki a talponállóban ebédel és mindenkinek bemutatkozik, fahangon közölte: „ennek annyi!”, de a tömeg letorkolta. Aztán egy rendőrfőnök riasztása bizonyult hatásosnak, hatalmas vijjogással érkezett a Nagykörút felől a mentő, és satufékkal állt meg a járdánál. Doktor House-on, Vészhelyzeten, Jóban-rosszban tévésorozaton nevelkedett népességünk megértő csendben figyelte a

profi újraélesztés fejezeteit, a sokkoló, a tubus, az injekciók színrelépését, s többen „Köszönjük!”-kel köszöntek el az állatorvosi rendelő asszisztensnőjétől, aki remegő lábakkal állt fel a járdáról, s adta át az „esetet” a profiknak. A bácsikát aztán hordágyra és mentőbe tették, s elvitték. Senki nem tudta, hogy a kollektív küzdelem hozott-e eredményt, de sokan bizakodtak.

Így állt össze egy láttelel arról, hogy figyelnek-e egymásra az emberek. Majer Rezső hozzátette: „figyelték? Idejövot szirénázott a mentő, elfelé csendben volt. Én időben megmondtam!”

Máig nem tudjuk ki volt a bácsi, és él-e, hal-e?

Ha él, épüljön fel egészségben. Ha meghalt, nyugodjék békében.

Akik a nevezetes napon körötte szorgoskodtak, ha nem is tudták, emberségi vizsgánsztek át.

H.I.



Élő örökségünk

Kunsági birkapörkölt a Kossuth Klubban

Ínycsiklandó illatok, pálinka, pásztorárgyak, kunsági birkapörkölt. A Szellemi Kulturális Örökség nemzeti jegyzékében szereplő karcagi birkapörkölt hagyományait mutatták be a Kossuth Klubban, május 26-án. A hatalmas bográcsban rotyogó ételkülönlegesség elkészítésének fortélyai mellett, az odalátogatók



fotó- és pásztorárgy kiállításon ismerkedhettek a kunsági népi hagyományokkal. A rendezvény igyekezett közelebb hozni az Alföld színes, élő hagyományait a nagyváros lakosságához, egyben beharangozni a júniusi Birkapörkölt Fesztivált is.



Legendás lovagkor a Losiban

Feltámadtak a középkori lovagok? Nem! Történelmi projekt nap volt május 21-én a Losonci Téri Általános Iskolában.

Már az aulában korhű hangulat várta az idelátogatókat, csakúgy, mint az épület más részeiben, Kővári Tünde rajztanár díszletei között. A király udvarhölgyeivel, és alabárdosaival nyitotta meg a rendezvényt. Az udvaron középkori fegyverekkel, harci eszközökkel ismerkedtek a tanulók, melyeket azonnal ki is próbálhattak a sodronyíngekkel, páncé-

lokkal együtt. A diákok tanárikaik irányításával különböző helyszíneken készíthettek ékszereket, címert, középkori ruhákat, díszárgyakat. Festettek iniciálét, üvegablakot, játszhattak középkori játékokat, és belátogathattak a jósdába, ahol a középkorban használatos füvek gyógyító hatásaival és egyéb hiedelmekkel ismerkedtek.

A gyerekek lovagi tornán is részt vettek, jól laktak a lepényevő versenyen, és ellátogathattak egy középkori város piacterére, ahol persze nagy sikere volt a kalodának. A nap méltó

befejezése volt a középkori harci bemutató, melyet a Pannon Vitéz Oskola hagyományörző csoport mutatott be. A rendezvény fő szervezői Földi Ju-

dit és Szabó Rita történelemtanárok voltak, akik élményekben, ismeretekben gazdag programot varázsoltak a gyerekeknek.



Világbajnok a Deák-Diákban

Wichmann Tamás kilencszeres kenuvilágbajnok látogatott el a Deák Diák Iskolába május 19-én. A sportoló beszélt a gyerekeknek életpályájáról, a sikerekről, örömeiről, és az ahhoz vezető útról, a kemény kitarató munkáról, amivel hihetetlen eredményeit el tudta érni. Nem mindennapi élmény volt a tanulók számára, hogy egy igazi emberrel, sportemberrel, sokak példaképével találkozhattak.

Wichmann Tamás legek:

- Unesco fair play díjas,
- kilencszeres kenuvilágbajnok,
- háromszoros Európa-bajnok,
- kétszeres olimpiai ezüstérmes,
- olimpiai harmadik helyezett,
- 32-szeres magyar bajnok sportoló.



„Mi van ma, mi van ma, piros Pünkösöd napja
Holnap lesz, holnap lesz a második napja...” (Karikázó leánytánc éneke Karádról)

Pünkösödölő néptáncgála a Törekvésben

A Pünkösödöt köszöntő ének és tánc népszokása sokszázéves hagyomány. Korunk generációja jórészt nem megélte vagy megéli, tankönyvekben olvas róla, s jobbra a gyerekkorból őrzött mesevilág egyik szeletként őrzi magában. A Vajda Péter Általános Iskolában viszont mai valóságként énekelik-táncolják, s viszik magukkal a hagyományt a felnőttkor éveire.

A Törekvés Művelődési Otthon színpadán, május 19-én délután, a Vajda Péter Ének-zenei Általános és Sportiskola alsó tagozatos diákjai pünkösödölő néptáncgála keretében adtak számot ének és táncos tudásukról, s arról, hogy pedagógusaik mennyire tudták a lélek mélyére ültetni a hagyományt. Aki nem ismeri közelebbről a vajdaságok „világát”, arra gondolhat, hogy a folytonosan felvillanó színes iskolai programokon egy rutinos reklámsapat munkálkodik, holott a kulturális eseményeket nagyrészt az évti-

zedek óta kimunkált és őrzött hagyományok mozgatják. Ezt Szontagh Pál, az iskola igazgatója mondta, aki szerint a testnevelés - mozgás - ének szerves kapcsolata ősi, és „ars poe-ticája” a Vajdának, ahol zenei és testkultúrával indítják az életbe a tanulókat. A Vajda és a Törekvés kapcsolata onnan eredeztethető, hogy a művelődési ház tánc-oktatói, Vizi Tibor és Vizi Eszter szélsőséges korosztályoknál, a hároméveseknél és a hetveneseknél is oktatnak néptáncot, ők az iskola meghívott oktatói is. Az iskolai néptánc-tanórák eredményei apró



koreográfiákban állnak össze, s azokból komplett műsor kerekedik. Ilyen ez a pünkösöd-köszöntő is, ahol a műsor második részét, már a felsősök, illetve az „elszármozott” táncosok adják. A táncgála aztán a Székiáltó zenekar muzsikájára, tánc házzá alakult, ahol elmosódott a határ, színpadon szereplő gyerek és közönség között. A

Pünkösödölő Néptáncgála nagy sikerrel, remek hangulattal végződött. Szontagh Pál, Kodály Zoltánt idézte, aki szerint: „ha a modern kor embere majd újra énekel, visszaállítja a tánc és zene ősi kapcsolatát, akkor a kultúrából a civilizációba érkezik!” Sokértelmű, megfontolandó irányítú a mondat napjainkban is. H.I.

Séták a Palotanegyedben

Izgalmasan kezdődött a Molnár Ferenc Két Tanítási Nyelvű Általános Iskola napköziseinek ez a tanév. Októbertől péntek délutánonként nagy sétákat tettek Józsefváros patinás, régi épületei között.

Legelőször Molnár Ferenc híres regényének helyszínét keresték fel, a Grundot. Ellátogattak a Fűvészkertbe a Szent Rókus Kápolnába, a Fiumei úti sírkertbe. A Nemzeti Múzeumban teremről-teremre járva ismerkedtek a magyar nép történelmi emlékeivel. Felfedezték a Palotanegyed számtalan hangulatos terét. Többek között megtudták azt is, hogy a Piarista Gimnázium helyén alapította gyárat Irinyi János, a gyufa feltalálója. A Blaha Lujza téren a tanulók elstáztak a Blaha emlékkőhöz, amely a Nemzeti Színház helyét jelöli. A gyerekek fantáziáját nagyon megmozgatta a Rendőrségi Múzeum kiállítása, különösen a régi fegyverek, és a híres és sikeres Kántor kutyáról szóló történetek arattak sikert.

A pedagógusok elkísérték tanítványukat a Fővárosi Szabó Ervin könyvtárba is.

Itt a Sárkányos gyermekkönyvtár „igazi” sárkányai és a jövőt ígérő berendezés kötötte le a gyerekek érdeklődését a 23.000 könyv mellett. A projekt záró szakaszában is több izgalmas program volt – többek között szobrok, emlékművek felkeresése: 32-esek tere, „Golyózók” szoborcsoport, a „Csirketolvaj” szobra, és a Tűzoltóság meglátogatása. A séták szervezésében és lebonyolításában valamennyi napközis pedagógus tevékeny részt vállalt.

Az elmúlt napokban az iskola galériájában színes, értékes, rendkívül izlées kiállítást nyitott meg Varga Sándor igazgató. A színes tablókön a Palotanegyed gyerekek által meglátogatott intézményeiről, műemlékeiről, nevezetességeiről láthatók szép rajzok, fotók, kollázsok, a grund kicsinyített mása hurkapálcikákból, továbbá tanulói

festmények és íráások, melyek a pedagógusok segítségével készültek. A kiállítás nyitott az iskola valamennyi tanulója, a szülők és az együttműködő partnerek számára is.

A józsefvárosi sétákat május 27-én izgalmas vetélkedő és rajzkiállítás zárta értékes díjakkal. Az angolul tanuló nagyobb tanulókra – az iskola sajátosságainak megfelelően – angol feladatok is vártak. A gyerekek számot adhattak arról, hogy mennyire ismerték meg a Palotanegyed nevezetességeit, mennyit gazdagodtak helytörténeti ismereteik.

Tóth Lászlóné pedagógus



Tanulási kudarcok ellen, sikerélményekért

Öt iskola összefogása révén, már 2008 óta működik, szakértők, pedagógusok együttműködésével a TISZK programja, mely tanulási kudarcral küzdő, hátrányos helyzetű tanulók esélyegyenlőségét biztosító módszerek után kutat.

A TISZK betűszó Térségi Integrált Szakképzési Központot jelent, amelyben a Szabómester Szakképző Iskola, a Csepeli Vendéglátóipari Szakközépiskola, a Dobos C. József Vendéglátóipari Szakközépiskola és Szakiskola, a Giorgio Perlasca Kereskedelmi és

Vendéglátóipari Szakközépiskola és Szakiskola, valamint a Gundel Károly Vendéglátóipari Szakközépiskola és Szakiskola fogott össze, hogy sorjázza a legkorszerűbb pedagógiai módszereket. E törekvés jegyében zajlott május 18-án az a konferencia, melyet a Szabómester Szakképző Iskola józsefvárosi épületében, az Elnök utca 3. szám alatt rendeztek. Az előadók jórészt osztályfőnököknek, pedagógusoknak beszéltek kutatási eredményeikről, köztük olyan témákról, mint a tanulók kompetencia-fejlesztései, tanulói önismereti tréningek, hátránykompenzáló progra-



mok. Szabados Attila, a Szabómester Szakképző Iskola igazgatója, mint házigazda hangsúlyozta: a konferencia segíti az uniós pályázatok hozzáférhető-

ségének jobb megismerését, s az erőfeszítések révén, már rövidtávon is mérhető eredmények várhatók a felzárkóztatás munkájában. H.I.

Kiállítás az Erdélyi utcában

Pálcikaemberektől a világkiállításig

Két kiállításnak ad otthont a Lakatos Menyhért Általános Iskola május 27-étől. A névadó író, költő tiszteletére rendezett ünnepségek sorában rendezték meg Molnár István Gábor Cigány művészek arcképcsarnoka címmel a fényképek sereg-szemléjét az iskola könyvtárban, valamint a Kendőfestmények című kiállítást a „folyosó galériában”. Somydy Beata, az iskola művészeti vezetője szerint ez utóbbit máris meghívták a 2011-es Rajztanárok Világkiállítására, amelyre az EU soros



elnökeként Magyarországon kerül sor. A Kendőfestmények elnevezésű kiállításon elsős és hetedik-es Erdélyi utcai gyerekek művei szerepelnek, műveikkel bemutatva azt a fejlődést, amelyet „pálcikaemberek” gyerek-rajzolókként hoztak magukkal, s fejlődtek olyan fokra, hogy tematikus rajzaik, festményeik bámulatra méltóak. Külön érdekesség, hogy a képek alatt Lakatos Menyhért mesék, versek idézetei szerepelnek, amelyek üzenete a képekben is tükröződik. Molnár István Gábor művei egy héten át, a „Kendőfestmények” év végéig tekinthetők meg. A kiállítás ősszel egy héten át a Városházán is szerepel. Érdekes adalék a VII-es osztály csoportmunkájához, hogy a gyerekek „Indiai szépség” címmel, szeretett osztályfőnökjüket arcképét mintázták meg. H.I.

A Németh László Általános Iskola 7. és 8. osztályos tanulói egyik szombat délután ellátogattak a MTA Zenetudományi Intézet Zenetörténeti Múzeumba. A Bartók teremben különleges zenei beszélgetésen vettek részt, ahol találkoztak Malcolm Bilson zongoraművésszel is. A zeneszerető diákoknak nagy élményt jelentett amikor a művész úr megszólaltatta a múzeum 1798-as gyártmányú Broadwood fortepianoját is.

A programra Pizarro Magdolna és Oberdingné Jánosa Petronella tanárnők kísérték el tanítványaikat.



Díjazták a kerületi kutatót

Egy Józsefvárosban dolgozó kutatót, Kóczy Á. László matematikust, közgazdászt is nyertesként ünnepelték a Magyar Tudományos Akadémia elnöke által indított, Lendület Program eredményhirdetésén.

A tavaly életre hívott Lendület Program győztesei támogatást kapnak, amelyből ígéretes kutatási programokra hozhatnak létre új kutatócsoportokat az Akadémia kutatóintézeiteiben. Ez egyúttal önálló munkalehetőséget, jól felszerelt laboratóriumot és méltányos fizetést jelent a hazaköltöző vagy itthon maradó tehetségeknek. Ahogy Pálkás József, az Akadémia elnöke elmondta, Európában és a világban egyaránt óriási verseny folyik a tehetségekért. Az MTA által idén 300 millió forinttal támogatott programra nemzetközileg elismert, kiemelkedő tudományos teljesítményt felmutató, 45 évnél fiatalabb kutatók jelentkezhetnek.

A hét díjazott egyike a harmincnégy éves Kóczy Á. László, az Óbudai Egyetem Józsefvárosban működő Keleti Károly Gazdasági Karának dékán-helyettese. A fiatal kutató már középiskolai tanulmányait is a kerületben végezte. Jelenleg az együttműködés társadalmi és gazdasági hatásairól szóló, játékelméleti kutatását vezeti a Tavaszmező utcában. Eredményei segíthetik a szabad piac versenyt korlátozó kartellek elleni küzdelmet, és hozzájárulhatnak a globalizáció miatt rendkívül összetett gazdaságpolitikai problémák megértéséhez.

Az MTA felhívására összesen 22 pályázat érkezett, köztük három az Egyesült Államokból, egy pedig Hollandiából. A fiatal tudósok többsége az élettudományok és a természet-tudományok területén kutat.



FELHÍVÁS

szabadidős nyári napközis táborra!



A Józsefvárosi Kulturális és Sport Nonprofit Kft. /Orczy-park/ idén is megszervezi napközis (nyári) táborát, a józsefvárosi általános iskolák diákjai számára.

Szerepet kap a sport, kultúra, hagyományörzés, horgászat, kézműves foglalkozások, kirándulások, szabadidős tevékenységek.

A gyermekek felügyeletét 7 és 17 óra között biztosítjuk.

A foglalkozások típusai:

- sport
- tánc
- kézműves
- számítástechnika

A tábor ideje: 2010. június 16-tól augusztus 27-ig kétheti bontásban.

Turnusok

- június 16. – július 2.
- július 5. – július 16.
- július 19. – július 30.
- augusztus 2. – augusztus 13.
- augusztus 16. – augusztus 27.

A tábor díja:

- VIII. kerületi gyermekek számára az Önkormányzat által megállapított étkezési térítés. / napi 3-szori étkezés/ (Kedvezményre jogosult, aki VIII. kerületi iskolába jár és VIII. kerületi lakos)
- a kerületen kívüli gyermekek számára 12.000.- Ft/ hét.

A tábor befogadó képessége: 120 fő



A józsefvárosi gyermekek részvételi szándékukat az általános iskolában jelezhetik, a kerületen kívüli gyermekek jelentkezését várjuk a 333-9501-es telefonszámon a művelődésszervezőnél.



Előzetes jelentkezés alapján beiratkozni a turnust megelőző héten lehet az Orczy-park főépületében.

Mindenkit szeretettel várunk!

Nyári napközis táborok a kerületben

A hagyományos Orczy-parki napközis táboron túl, a kerületben több helyszínen is kínálnak elfoglaltságot a dolgozó szülők csemetéinek a nyári szünidőre.

A Casa de la Música (VIII., Vas utca 16.) immár harmadszor szervez nyári gyermeknapközit 6-14 éves fiatalok számára, a tanév végétől augusztus végéig reggel 8 órától délután ötig. A programokat úgy alakítják, hogy a heti turnusok mellett, akár egy-egy napra is csatlakozhatnak hozzájuk a gyerekek. A tánc mellett, idén nagy hangsúlyt fektetnek a kre-

tartalmazza a tízórai, az ebéd, az uzsonna és a programok költségeit. A díjat két részletben is be lehet fizetni, jelentkezni június 7-ig lehet. Az egy hét alatt a gyerekek megismerhetik a Fűvészkert élővilágát, betekinhetnek a Természettudományi Múzeum raktárába, testközelből láthatnak sólymokat, valamint részt vehetnek a Planetárium egy előadásán.



atív készség- és képességfejlesztésre. A kisebbeknek diavetítést, meseolvasást terveznek, de mint mondják, jó idő esetén egy Gellért-hegyi séta is része lehet a programoknak. A tábor napi díja 4.200 Ft, heti ára 19.000 forint fejenként, testvéreknek, ismétlőknek, ismerőst is hozóknak pedig 17.000 forintot kell fizetni. Az étkezést akkor tudják ebben az árban biztosítani, ha a csoport létszáma eléri a 15 főt.

A táborról részleteket megtudni, illetve jelentkezni Gallusz Beánál, a Casa de la Música irodavezetőjénél, programszervezőjénél lehet a tmc@casadela-musica.hu e-mail címen, illetve a 06-70-938-8876-os telefonszámon.

Népszerűnek tűnik a Mi Micsoda tábor, amelyet a Fűvészkertben tartanak. Erre enged következtetni, hogy az első meghirdetett turnus – a június 28-július 2. közötti – már megtelt. Ezért új időpontot is megjelöltek: július 12-16. közti hétre talán még megjelenésünk időpontjában is akad hely... A táborba 7-10 éves gyermekeket várnak, reggel 8-tól este 5-ig. A részvételi díj 15.000 Ft., amely

A Kossuth Klub két egyhetes tábort szervez a nyárra. Július 11-július 17. között Kreatív Angol-Tudomány címmel hirdetnek elfoglaltságot 4-8 és 9-14 éves gyermekeknek. Itt a négy fő elemmel ismerkedhetnek meg a nebulók, illetve tutajt készítenek, növényt nevelnek, el látogatnak a Nemzeti Múzeumba, bekukucskálnak a Rádióba, megnézik a tűzoltók munkáját, betekinnek a nyomdászat rejtelmeibe – s mindezt angolul.

Augusztus 23-27. közt már Iskolára Hangoló Tábor lesz, amelyen a gyerekek felidézhetik az elfeledett tudásukat, magyarul és angolul, korosztályokra bontva, 7-13 éves korig.

Egy tábor ára 24.500 forint, amelyhez tetszés szerint, napi 700 forintért ebéd is rendelhető.

A Gőr Nagy Mária Színitanoda a 9-18 éves korosztály számára hirdet nyári színjátzó-tábort a József utca 20. szám alatt június 21-től július 9-ig, heti bontásban, 9-16.30 óra között. Ára egy hétre 20.000 forint, amely tartalmazza a foglalkozásokat és napi egy főétkezést. Jó idő esetén szabadtéri programokat is szerveznek.



Futás Európáért!

Május 7-én Spanyolországban, Belgiumban, és Magyarországon futni hívták a 10-14 éves gyerekeket, melynek célja, hogy az Európai Unió fontosságára hívják fel a figyelmet.

A Losonci Téri Általános Iskola 293 diákja és az őket kísérő 29 pedagógus kelt útra a Puskás Ferenc Stadionhoz, hogy teljesítsék a 2010 méteres kihívást.

Közös bemelegítés, zenés programok és rajt! Az egyforma pólókban, sapkában futó, vidám gyermekarcok mutatták, hogy jó ehhez a közösséghez tartozni. Mindenki teljesítette a távot. Az már csak hab a tortán, hogy a Losit képviselte a legtöbb gyermek, így megnyerték a fődíjat. A magyar és az uniós himnusz a Losonci Téri Általános Iskola tiszteletére játszották aznap.



Az utca hangja

Mit tervez a nyárra?

Udvardi Gábor
nyugdíjas vendéglátós



Marad az, amit évek óta csinállok, kijárok a Dagályra, s két lángos mellett kitöltöm a jegyért járó fürdőidőt. Nincs egész nyárra szóló tervem, mert most tanulom az egyedül-lét életformáját, eddig a lányommal és a párjával laktam együtt, most elköltöztek, s egyedül kell belakjam a lakást. Egyedül neveltem a lányomat, most kiüresedett a lakás, van mit megszokni az egyedül-létben. Higgye el, lenne ötletem, hogy mit csináljak sok pénzzel, mire költsem. Így, hogy nincs, marad a csend, meg hogy meghú-zom magam.

Szegő József
tervezőmérnök



A nyári terveimről kérdez? A feleségemmel megfogadtuk, hogy semmi információt nem adunk ki magunkról, elvégre nem tudható, hogy mit mire használnak. Ne is csodálko-zzon, erre tanított a kor és a kö-telező óvatosság. Ha maga egy gépet akar a nyáron velem megterveztetni, arról beszélhe-tünk, de, hogy mikor hol va-gyok, és mik a magánéleti terveim, na az nekem no kom-ment. Én egy egyszerű terve-zőmérnök vagyok, na jó, a Nemzeti Színház gépészetén munkálkodtam. Szellemi sza-

badfoglalkozású vagyok, ezért a nyár nem jelent nyaralást. Egy kommersz kérdésre ka-pott egy szokatlan választ.

Károlyi Klára
segédmunkás

Két hete szültem ezt a fiút, Váradi Elemér Enrikó a neve,



de van még kettő nagyobb rajta kívül. Most egy a kereset, az élettársam alkalmi munkás te-tőfedők mellett, nekem nagyon nem jön be, hogy a nyárról kér-dez, amikor a bizonytalan pénz-ből most már öttagú csalá-dot kell etetni. Itt lakunk a Ba-ross utcában, néha olvassuk a Józsefvárost, meg benne az üdüléseket, de ahhoz mi nem jutunk közel. Az Orczy-park marad a program, persze, ha jó idő-s lesz a nyár. Igaz, jó időben

meg a párom fenn ugrál a tetőn, mert a tetőfedés idénymunka.

Gulyás Tiborné
takarítónő

Két gyerekem van, de nyara-lásra gondolni se merek. Egyet-len kereset mellett, minden na-pot meg kell tervezni, nem, hogy a nyarat. Ahhoz legalább kétszázezer havi kellene, hogy legalább vidéki rokonoknál ter-vezzen az ember egy nyaralást. és közben fedezze a pesti rezsit. Ha meg ennyi lenne a kereset,



nem üdülésre, hanem egy új fekhelyre gondolnék, mert ami van az leszakadt. A hűtőből is orrán-száján folyik a víz, maga meg a nyaralásról kérdez. Az az igazság, hogy kitörni a meg-szokottból, nem elhatározáson, hanem csak a pénzen múlik.



Orkán és felhőszakadás mosta el

Nemzetiségi Nap, valamint Szervác-Pongrác-Bonifác

A megszokott, rendezvényjáró kerületi közönség mellett, távolról jövő érdeklődők is nagy várakozással tekintettek a május 16-ára hirdetett Nemzetiségi Napra, hiszen egy olyan gálát kínált, amelyen nyolc kisebbség adott egymásnak találkát.

Hazánkban ennél is több kisebbség él, sajátos tulajdonsága ez a Kárpát-medencének. Józsefváros szinte mintája az egymás mellett békében élő s egymást gazdagító kisebbségek valóságának. Az Orczy-parkba hirdetett egésznapos gála a német, a görög, a bolgár, az örmény, az ukrán, a ruszin, a szlovák, a cigány kisebbségek kultúrájáról, szokásairól, képzőművészetéről és étkeiről kívánt képet adni, s látélet is kínálkozott, hogy ezt a színes kulturális



kavalkádot miképpen értékeli, s fogadja be a többségi társadalom közönsége.

Az Orczy-park e látványos, értékes rendezvényét azonban felhőszakadással, orkánnal mosta el Szervác, Pongrác és Bonifác, azaz a Kárpát meden-

cébe betörő sarkvidéki légtömeg, mely 7-8-fokos napi hőmérsékletet és 140 kilométeres sebességű szelet küldött az Orczy-parkba, fellépők és közönség helyett.

A lelkes érdeklődők szerkesztőségünk telefonját ostro-

molták, kérdezvén: miért nem települt át a rendezvény a Bárka Színházba, vagy miért nem volt ismeretes, hogy a gálanapnak mikor lesz „esőnapja”. Mach József, az Orczy-park programigazgatója szerint a gála ötlete és jelentősége fontosabb annál, mint, hogy elveszsen, a Nemzetiségi Nap június második felében, remélhetően jó időjárási körülmények között, megrendezésre kerül. **H.I.**

Új időpontban a Nemzetiségi Fesztivál. Lapzártakor érkezett a hír, hogy a Nemzetiségi Fesztivál június 20-án, vasárnap 10 és 18 óra között kerül megrendezésre. A színpadi programokra 13 órától kerül sor.

A szlovák himnusz viszontagságai

Államoknak, nemzeteknek általában van saját himnuszuk. Rövid, énekelhető szövegek ezek, amelyek a zászlóval, címerrel együtt az illető közösség jelképévé, identitásának részeivé válnak. Ünnepeles alkalmakkor játsszák, tisztelettel hallgatják, s ezt más népek fiaitól is elvárják. Gyakran hosszabb fejlődés eredményeként alakulnak ki, néha a politikai fordulatokkal együtt változnak. Így volt ez északi szomszédainknál is, akiknél legújabb rendelkezések alapján sűrűbben fog felhangzani a nemzeti himnusz.

Hogyan született a szlovák himnusz?

Janko Matúška szlovák költő Vilámlik a Tátra fölött című reformkori költeménye igen népszerű volt a XIX. századi nemzeti ébredés korszakában. Amikor Ludovít Stúrt (magyarosan Stúr Lajost) 1843 végén megfosztották pozsonyi tanári állásától, nagy tiltakozási mozgalom kezdődött melynek fiatal részvevői dacosan fújták: „állítsuk meg

őket, testvérek!” (Később „megálljunk, testvérek!” -kitartásra buzdító változtatással énekeltek) Dallama lényegében megegyezik a Kodály által is felgyűjtött „Még azt mondják nem adnak galambomnak ...” kezdetű magyar népdallal, eddig nem sikerült tisztázni az elsőbbség kérdését.

Csehszlovákia létrejöttékor az állam himnusza két részből állott. Josef Kajetan Tyl cseh költő Hol vagy, hazám? című verse után következett a már említett költemény a Tátráról. Érdekes, hogy a szlovák részt a két háború között magyar szöveggel is lehetett énekelni. Így főleg a magyar iskolákban hangzott el ünnepélyeken. Az 1989-es „bársonyos forradalom” után bizonyos változtatásokat tettek a szlovák szövegben.

Magyarországon a szlovák himnuszt nem nagyon ismerik, ez érthető, hiszen amikor például Józsefvárosban a szlovákok még a lakosság jelentős részét alkották, ez a himnusz eddig nem létezett. **Róbert Péter**

Viharkárok a kerületben

A május 15-én indult orkán és szélvihar nyomán két nap alatt, húsz esetben riasztották Józsefvárosban a Polgári Védelem, illetve Katasztrófavédelem Központját, akik szivattyús kocsikkal hártották a viharhárokat. Borsányi Zsolt, a Katasztrófavédelem lakosságvédelmi előadója elmondta, hogy a bejelentéseket „súlyozták”, azaz ahol közösségeket, illetve emberéletet veszélyeztető káresemények következtek be, oda szálltak ki elsőnek, a többi bejelentés csak ezek után következett. Munkában voltak a tűzoltók fűrészkesztyűvel, ledőltek fáktól mentesítették az utakat, s két gépjárműre zuhant fát is el kellett távolítaniuk. Az orkán Józsefváros területén 100 km-es sebességgel pusztított, míg a Kab-hegyen 162 km-es szélsősebességgel rekordot állított fel. **H.**





Misszió, kampány a dohányosokért!

„Senki nem lehet szabad, aki szenvedélyének rabja” – Pithagorasz



Kormányciklusokat átívelve 2002 óta megszállottan kampányol a füstmentes, egészségesebb Magyarorszáért, a dohányosokért dr. Molnár György főorvos.

Sokak szerint az egészség ugyan ma már nem érték, de mindenkinek megéri befektetni a saját egészségébe. Gyakorlatilag egy havi cigaretta árért visszazerezheti a dohányos a szabadságát. A dohányzásról leszokott betegek a cigaretta árán

túl, gyógyszerekre is kevesebbet költenek, ami évente több száz-ezer forintos megtakarítást is jelenthet - állítja a főorvos.

A dohányzás az egész világon egyre szélesebb körben és egyre kíméletlenebbül szedi áldozatait. A WHO a XXI. század pestisének nevezte. Ma Magyarországon 3,5 millió ember fújja, 6,5 millió pedig szívja a cigarettafüstöt. A dohányzás következtében minden 15. percben meghal valaki, így évente 30.000 honfitársunkat veszítjük el értelmetlenül. A nikotin alattomos mérreg, az egyetlen legális drog. A „kemény” drogoknál gyorsabban, nagyobb százalékban alakít ki függőséget, amely a biofizikai orvoslás segítségével könnyedén kiküszöbölhető. A leszokás pedig gyakorlatilag „egyedül nem megy” - figyelmeztet Molnár György.

A forradalmian új módszer a hullámtanból ismert interferencia törvényszerűségén alapszik. A dohányzás során a szervezet-

be került és elraktározódott mérgek az inverz hullámok segítségével felszabadulnak kötéseikből, s a folyamatos (legalább félóránként, legalább egy pohár!) folyadékfogyasztásnak köszönhetően, a veséken keresztül kiürülnek a szervezetből. A mágneses rezonanciával az önerős leszokásnál jellemző fél-egy éves tisztulási folyamat egy-két hétre zsugorodhat. A különböző mértékben károsodott szervek, szövetek megtisztulva a mérgektől, lehetőséget kap-

nak, hogy a lehető legrövidebb időn belül regenerálódhassanak. A rendkívül intenzív mechanikus méregtelenítéssel párhuzamosan, néhány nap alatt lezajlik a függőséget okozó nikotin információjának a törlése is, ami a fizikai függőség megszűnését vonja maga után, nincs idegesség, súlygyarapodás ismerteti az eljárást a főorvos, és még hozzáteszi: a közel 100%-os hatékonyságú eredményes leszokáshoz nem kell akaraterő (infó: www.empatia-biomed.hu)

A WHO kezdeményezésére május 31. Dohányzásmentes Világnap! Ebből az alkalmából Ön is mondja el „fűnek-fának”, hogy már van kiút a dohányzás rabságából! Népszerűsítse ezt a programot, hogy minél több rászorulthoz még időben eljuthasson! Az Empátia Biomed Gyógycentrum felhívja a passzív dohányosok figyelmét, hogy velük együtt kampányoljanak az egészségtudatos, füstmentes életért, a dohányzás ellen. A főváros két (Csepel, Zugló) egészségügyi intézményében naponta 8-16 óra között telefonos előjegyzés (+36-20-5522-898) alapján dr. Molnár György egyórás intenzív komplex méregtelenítő terápiás programra invitálja a leszokni vágyókat.

Figyeljünk a fejfájásra!

Hazánkban legalább egymillió ember szenved a súlyos, sokszor esetleg elviselhetetlen fájdalommal járó migrénben, amely akár a munkavégzést, akár a legegyszerűbb hétköznapi teendők ellátását is gátolhatja - mondta dr. Ertsey Csaba neurológus, a Magyar Fejfájás Társaság elnöke annak apropóján, hogy a szervezet nemrégiben tartotta XVII. kongresszusát.

A szakorvosok szerint a migrén az ép idegrendszer működészavara következtében lép fel, tulajdonképpen az agy „szoftverhibája”. Ez a különösen nőket érintő fejfájás-forma egyéneknél eltérő rendszerességgel lép fel, sokaknál havonta többször is. Tünete a többnyire féloldalon jelentkező, lüktető, mozgásra fokozódó, esetleg hányingerrel, hányással, fény- és hangérzékenységgel együtt járó erős fájdalom. Kezeletlen esetben 4 órától akár 3 napig is eltarthat.

Migrén-gyanú esetén, érdemes először kideríteni, hogy a sűrű fejfájás valamilyen más betegség kíséretű-tünete-e, vagy pedig az önálló fejfájás betegségek egyike. Ehhez, háziorvosi beutalóval, fel kell keresni az országban műkö-

dó, mintegy 30 fejfájás-centrum egyikét. Itt, ha valóban migrént diagnosztizálnak, neurológus szakorvosok hatékony gyógyszert tudnak adni a betegeknek, amelyet javaslatukra, később a háziorvos is felírhat.

A fejfájás-centrumok listája a www.fejfajastarsasag.hu oldalon található.



Nyíltan a mellrákról

Május 29-én a Semmelweis Egyetem (SE) másodjára rendezett nyílt napot, amelyen az emlőrákról tartottak tájékoztató előadásokat, s ingyenes szűrővizsgálatokkal, tanácsadással várták a látogatókat.

Magyarország a nemzetközi elemzésekben negatív példaként szerepel a daganatos megbetegesések tekintetében. Közülük az emlőrák érinti a nőket leggyakrabban, minden 7. nőnél várható a betegség megjelenése. Ennek ellenére a szűréseken a meghívott nők mindössze 40 százaléka vesz részt, s az SE Radiológiai és Onkoterápiás Klinikájára a nők majdnem 70 százaléka már előrehaladott mellrákkal érkezik. Ijesztően megnőtt a betegség előfordulása a fiatalabb korosztálynál is.



A Józsefvárosi Regnum Marianum majálisa az Orczy-parkban

A Regnum Marianum közösség, mely a fővárosban és a környező településeken több mint 2000 tagot számlál, idén az Orczy-parkban tartotta hagyományos majálisát.

A Pünkösöd ünnepét megelőző szombaton több mint 900 résztvevő: nagycsaládok, gyerekek, ifjak és felnőttek lepték el az Orczy-park nagy rétjét, hogy szentmisével kezdjék ünnepi találkozójukat. Ezután a gyerekek szinte megrohmozták a rét szélére felállított sátrakat, melyekben izgalmas programok, játékok várták őket. Sokan voltak idősek is, akik nem felejtették el az ifjúkorukban átélt játékok értékét és örömeit. Igencsak sokszínné mutatkozott a programok sora: a kürtöskalács-sütéstől a csónakázásig, a logikai feladatoktól a lovaglásig, a kosárfonástól a bűvészprodukcióig, a legkisebbeknek szóló koncerttől a zenekarokig; mindenki

szabadon választhatott. Az egész kertet használhattuk, így az összes sportpályát felhasználva hatalmas röplabda, foci és kosármecceken sokan mértek össze erejüket. A sportosabbak frizbiban, ping-pongban, futóversenyen is kipróbálhatták magukat. A gyönyörű, napsütéses időjárás is nekünk kedvezett, az Orczy-park jóvoltából még egy kis édeséget is kaptak a gyerekek. A megszokott májusi zápor természetesen nem maradt el, de ez sem úzte el a résztvevőket a színpad előtt.

Közösségünknek kiemelt célja, hogy az ifjúságot hiteles, közösséget és a társadalmat tudatosan építő, segítőkész emberekké nevelje. Ebben fontos szerepe van a sportnak, közös játéknak, amelyben természetes az erőfeszítés, a csapatmunka. Közös örömben érik a barátság és szeretet, amely mások

felé is figyelmessé tesz. Köszönettel gondolunk a szép élményekért mindenkire, aki segítségünkre volt a szervezésben. Köszönjük a VIII. kerületi Önkormányzatnak, az Orczy-park vezetőinek, munkásainak segítségét, minden regnumi jelenlétét, örömeit!

A sok-sok résztvevő azzal az érzéssel ment haza Józsefvárosból, hogy tud ez a kerület értéket adni, ahogy a Szentírás mondja: „kincseiből előhozni régijt és újat egyaránt”.

Józsefvárosi Regnum Marianum közösség



A Polgárok Háza programjai



■ Június 1. kedd 18.00: Otthontalanul, hazátlanul Takács Bence Ervin estje.

Az Echo Televízió ismert műsorvezetőjének tényfeltáró könyve hátborzongató emberi sorsokat mutat be, melyek jól jellemzik a magyar társadalom jelenlegi helyzetét: a kilakoltatások érintettjeit szólaltatja meg.

Közreműködik Kolti Helga színművész, műsorvezető. A helyszínen több érintettel személyesen találkozhatnak.

A kötet a Kairosz Kiadó gondozásában jelent meg.

■ Június 9. szerda 17.30: Kibeszélők Klubja. Az Echo Tv és a Magyar Hírlap nézői és olvasói klubja. **Műsorvezetők:** az Echo Tv és a Magyar Hírlap munkatársai.

Az aktuális vendégről tájékozódjon a Magyar Hírlapban! **Háziasszony:** Markovics Mara (Magyar Hírlap)

■ Június 10. csütörtök 18.00: Civil Aka-

démia - Záróest. **Évzáró beszédet mond:** Dr. Hende Csaba.

Dr. Bábel Balázs Kalocsa-kecskeméti érsek: Az európai (a magyar) erkölcsi válság diagnózisa és terápiája az Evangélium fényében c. előadása;

Schöpflin György néppárti európai parlamenti képviselő, Jean Monnet címmel kitüntetett professor: Mi a magyar? Egy új nemzetfogalom felé c. előadása

Közreműködik: Ferencz Éva előadóművész és Oberfrank Pál színművész. Látogatói oklevelek átadása.

Információ: Légrady Eszter 30/577-2002; legrady@polgarokhaza.hu

■ Június 11. péntek, 21. hétfő, 22 kedd, 16-19 óra és június 26 szombat 10-18 óra: Découpage Kézműves Tanfolyam.

Tartja: Kardos Zsófia découpage iparművész

Információ: zsofia.kardos@globealcontact.hu; 20/5225-877; www.globealcontact.hu

Részvételi díjról érdeklődjön a fenti elérhetőségeken!

■ Június 18. péntek 17.00: „Tépőzárás oroszulanszaj”

Rendhagyó regénybemutató

Vendég: Dr. Kelemen András „író”

Háziasszony: Riczel Etelka szerkesztő - szervező

Közreműködik: Szersén Gyula színművész

Benne gázolunk a 21. században. Következő nemzedékünk kiemelkedő tagja, Kájon Tas kertészmérnök, országgyűlési képviselő azért küzd, hogy Magyarország felemelkedjék. Egy új hatóanyag felfedezése közben belekeveredik a színpalak mögött folyó nemzetközi hatalmi harcba.

■ Júliusban és augusztusban zárva tartunk. Szeptembertől újra változatos programokkal várjuk Önöket!

Polgárok Háza

1089 Budapest Visi Imre u. 6.

Telefon: 299-8050,

Telefax: 299-8061

Elektronikus levél:

polgarokhaza@polgarokhaza.hu

www.polgarokhaza.hu



Programajánló

Szigeti Sportvarázs



Immár hatodik alkalommal rendezik meg június 4-6. között a Szigeti Sportvarázs elnevezésű rendezvényt, melynek célja, hogy a szervezők minél több emberrel megismertessék az egészséges életmódot, a sportolási lehetőségeket és minél többeket bekapcsoljanak a rendszeres testedzésbe.

A rendezvényt sorozat több mint 200 sport-, környezetvédelmi-, kulturális- és élményprogramot ölel fel. Az esemény házigazdája Kovács Kokó István ökölvívó olimpiai bajnok. A vendégek közt lesznek a legismertebb hazai sportszillagok, olimpiai bajnokok, népszerű színészek, akik családtagjaikkal együtt, aktívan részt vesznek a programokon. Fellépnek a Rippl-fivérek, Nick Árpád pedig Guinness világcúcsra készül: foggal tervez elhúzni 12 összekapcsolt bringóhintót utasokkal együtt.

Az Európai Unió idén először rendezi meg az Európai Sport Napot, amelyet szintén a Szigeti Sportvarázs keretei között tartanak meg, június 6-án. Most először kap további három város, Gödöllő,

Komló és Szolnok is meghívást az eseményre. Szombaton és vasárnap sportági toborzót tartanak, 20-20 sportág kap lehetőséget arra, hogy bemutatkozzon, s megnyerje magának az érdeklődőket.

Trianonra emlékezve

Különleges filmbemutatóval emlékezik meg az Uránia Nemzeti Filmszínház a XX. század történelmét alapvetően meghatározó trianoni békediktátumról, amelyet 90 éve, 1920. június 4-én írtak alá. Koltay Gábor: Vérző Magyarország című alkotásának zenéjét a Kormorán adja, a narrátor pedig Szélyes Imre. „A Vérző Magyarország – ahogy Kosztolányi Dezső nevezte hazáját – megcsonkítva, megalázva kénytelen volt tudomásul venni, hogy szinte előlről kell kezdenie a társadalmi építkezést. A filmösszeállítás emlékezés, de egyben tisztelgés is az ősök példamutatása előtt, akik – lelkük mélyén ma már nehezen elképzelhető fájdalommal, de – mélyen átélt hittel és akarattal vállalkoztak a lehetetlenre, a szakadék



mélyéről történő felkapaszkodásra”. A filmben közismert színészek, énekesek, valamint a jellegzetesen magyar életérzést kifejező Kormorán együttes közreműködésével, klasszikus és kortárs költők, írók, közéleti személyiségek gondolatait tolmácsolják.

2010 - A Várhegy Éve



A Budavári Labirintus Budapest titka. Több mint egy érdekes fővárosi turisztikai helyszín, több mint történelmi mítoszok és hadügyi titkok temetője: egy igazi és izgalmas bolyongás lehet a saját életünkben, világunkban, történelmünkben. 2010-re a Budavári Labirintus meghirdette a Várhegy évét, véget vetve ezzel a történelmi legendák, katonai és polgári védelmi titkok korszakának. Ezen túl, rá szeretnék irányítani a figyelmet a várhegyi pincerendszerre, és elősegíteni, hogy ott a megfelelő geológiai, geodéziai és helytörténeti felmérések megtörténjenek. Szorgalmazzák még a labirintuson kívüli, elhanyagolt várfelszín alatti területek rendezését. Nekünk, magyaroknak, és elsősorban a fővárosban élőknek tudnunk kell, mi húzódik a Várhegy gyomrában. Itt az ideje, hogy megismerjük, mit rejt e hely, amelyet egyébként a Világ Hét Földalatti Csodája közt tartanak számon – fogalmazznak a Várhegy Éve program meghirdetői.

A sokoldalú bodza

Májustól június közepéig virágzik a bodza, amely hazánkban szinte mindenütt megél. Érdemes tehát felkerekedni, s főként erdők szélein keresgélve, gyűjteni belőle, hiszen az egyik legrégebben használt természetes gyógytea-alapanyag.

De nemcsak a bodza virágát, hanem a levelét, termését, gyökerét, sőt a fiatalabb kérget is felhasználhatjuk fogyasztásra, gyógyításra. A friss termésből bodzalekvár készíthető, amely meghűléskor az immunrendszer erősítésére és izzasztóként használható. Ehhez a fekete bodza bogyót teljesen érett állapotában szedjük le.

Nyomkodjuk szét, majd edénybe téve 30-45 percig főzzük lassú tűzön, folyamatos kevergetés mellett. A még meleg főzetet passzírozzuk át, majd kilónként 25 deka cukorral és fél citrom levével főzzük, míg sűrű lekvárállagú nem lesz. Ezután forrón töltjük üvegekbe, és 25-30 percig gőzöljük.

Meleg időben kitűnő hűsítő lehet a bodzaszörp. Ehhez 4-5, teljesen kinyílt ernyős virágzatot tegyünk egy ötliteres befőttesüvegbe, adjunk hozzá fél liter cukorszirupot, majd vízzel feltöltve, tegyük árnyékos helyre. Négy-öt nap áztatás és ülepedés után leszűrhető és felhasználható.



Mandulagyulladásnál a virágot tejjel forrázzuk le, s azzal öblítsünk. A gyökér és a fiatal kéreg jó hashajtó, valamint elhízás és vízkór ellen is kiválóan használható.



1089 Budapest, Orczy út 1.
Telefon: 333-9501
Fax: 313-0298
E-mail: info@orczyark.hu
Honlap: www.orczyark.hu

Nyitva tartás: minden nap
6.00 – 22.00 óra között

Sportolási lehetőségek

■ Erdei futópálya

Ingyenesen használható minden nap a nyitvatartási idő alatt

■ 400-as futópálya

Ingyenesen használható minden nap a nyitvatartási idő alatt

■ Labdarúgás

Internationale CDF – utánpótlás labdarúgás
Edzések: Hétfő – szerda – 16.00



Kompromisszumok helyett!

Raiffeisen Lakáshitel
hitelbírálati díj nélkül
THM forint alapon 9,54%*

A lakáshitel igénybevételéhez a fedezetként felajánlott ingatlanra vagyontörlesztés megkötése szükséges.

* A megkötésről azaz 2010. április 26-tól visszavontak az érvényes. A THM meghatározása a 2010. április 26-án érvényes lakáshitel-karanténra vonatkozó szabályok alapján. A THM a hitelbírálati díj nélkül is a THM alapon megkötött lakáshitel esetén az érvényes lakáshitel-karanténra vonatkozó szabályok alapján. A THM a hitelbírálati díj nélkül is a THM alapon megkötött lakáshitel esetén az érvényes lakáshitel-karanténra vonatkozó szabályok alapján.

06-40-48-48-48 | www.raiffeisen.hu

– 18.00 óra között és szombaton – 9.00 – 12.00 óra között

Az edzéseket Pindák László úr vezeti

■ Infracsa

Stratégiai csapatjáték. Lehetőség arra, hogy egy csapatban barátaiddal küzdjél mások ellen. Mindent szabad levegőn, természetes környezetben.

■ Fitness

Sportolási lehetőség családi hangulatban minden nap a Herkules Klubban. Szolárium – infra szauna – büfé. További részletek: www.herkulesklub.hu

Műfüves labdarúgó-pálya bérelhető 9.000 Ft/óra összegért. Műanyag játékerterű teniszpálya bérelhető, 2.000 Ft/óra összegért.

A KRESZ Park használata ingyenes!

Tanfolyamok

■ Tehetségdondozó tanoda

Várjuk a 8 év feletti gyerekeket, akik kreatívak és képességeiket szeretnék fejleszteni: Számítás-technika, angol-, táblajáték oktatás és kézműves foglalkozások.

■ Napfény TáncSport Egyesület

Gyermek és felnőtt társastánc oktatás a kezdőtől a versenytáncos szintig, továbbá salsa aerobik és pilates. Hobbytánc felnőttek részére.

Honlap: www.napfenyntanc.hu

■ Alakformáló, erősítő női torna

Minden pénteken 19.00- 20.00 óra között, kizárólag hölgyek részére.

Az első alkalom ingyenes.

Helyszín: Orczy Park – Főépület – Földszinti Terem

Érdeklődni lehet Puruczki Adriennél 70/637 7001 vagy E-mail: adus@vipmail.hu

■ Tánc- Lánca Egyesület

Kreatív mozgás-zene-alkotás-2,5-8 éves korú gyermekek részére minden szerdán 17.00 – 18.00 óra között a Faházban. A foglalkozásokat Harsányi Ildikó vezeti.

■ Fotó tanfolyam

Fotótanfolyami felnőttképzés kezdőtől a profi szintig.

Időpontok: június 10, 14, 15, 16-án, és 29-én 18.30-21.00 óra között

■ Anonim Alkoholisták Közössége

Mindenki számára nyitott gyűlé-

sek vasárnaponként 11.00 – 12.00 óra között.

Helyszín: Orczy Park – Főépület – Földszinti Terem

■ Önismereti és személyiség építő csoport

Érettebb személyiség, jobb önismeret, több önbizalom, sikerebb párkapcsolat.

A csoport a test és lélek együttmozgásával dolgozik.

Időpont: kéthetente pénteken 17.30 – 21.30 óra között.

18 éven felüliek kérhetik felvételüket a csoportba.

A foglalkozást Nagy Márton pszichoterapeuta vezeti. További információ és jelentkezés:

nagy.marton2@chello.hu vagy telefonon: (1) 314 5944

Érdeklődni lehet a programokkal és tanfolyamokkal kapcsolatban a rendezvényszervezőnél, terem- és sportpályabérléssel kapcsolatban a parkigazgató-helyettesnél 09.00 – 16.00 óra között a 333-9501-es telefonszámon, vagy keressék fel honlapunkat: www.orczyark.hu

Józsefvárosi Galéria

1085. Budapest, József krt. 70.

Tel.: 313-9883

Fax.: 219-0319

email:

jozsefvárosi.galeria@chello.hu

honlap: www.orczyark.hu

■ Kisgrafika Barátok Köre

szereplésében Június 2-án 17 órakor Találkozás Károlyi-kert főbejáratánál, ahol Pesti László tart előadást a kert történetéről.

■ Június 7-én 19 órakor Matthias Megyeri kiállítása



nyílik. A német művész a „plakátmagányos” utca hangulatát idézi a tér belső falaira több ezer fotóval. A kiállítás megtekinthető július 11-ig, munkanapokon 10-18 óráig.

■ Június 12-én 15 órakor **Józsefvárosiak Együtt Egymásért Klub zenés klubdelutánja.** Klubvezető: Harcz (Nyári) Margó. A fellépő énekeseket zongorán kíséri Hegedűs Valér zongoraművész.

■ **Társasházak Lakóközösségeinek Érdekvédelmi Szervezetének tanácsadásai (KEKEC)** társasházakkal kapcsolatos ügyekben minden kedden 16-18 óráig, vezető tanácsadók: Mozsár Endréné (Alizka) és Galler Gábor. Jogi tanácsadást tart június 8 án 16 órától dr. Molnár Erika ügyvéd A szervezet, július, augusztus hónapokban szünetel. Kezdsés szeptember 7-én 16 órától.

■ **Hatha Jóga** – 75% gyakorlat, 25% elmélet. A hindu csakra-rendszer, fiziológiai, pszichológiai, energetikai, tudati összefüggései. Több évre rendezett, nyomtatott tananyag, CD-k. Az első alkalom ingyenes. Kezdő csoportok hétfőnként 17-19 óráig és csütörtökönként 10 órától és 19-21 óráig. Jelentkezni folyamatosan a helyszínen lehet. www.yoga.atw.hu

■ Menő Manó zenés-tornás foglalkozás 1-4 éves gyerekek



nek, dalokkal, mondókkal, hangszerekkel szerdánként 9.15; 10.05; 11 óra. Előzetes bejelentkezés a 06/70-948-4604-es telefonszámon.

www.menomanotorna.hu

■ **Helen Doron – angol nyelvoktatás gyerekeknek** 3 hónapos kortól 14 éves korig, 4-8 fős csoportokban, keddenként 16 órától.. Népszerű Helen Doron tananyag, ingyenes próbaóra. www.helendoron.hu

■ **Tánc, tánc, tánc** – kicsit jazz, kicsit art táncórák minden pénteken 18.30 órától. Vezeti: Kovács Andrea. Jelentkezni a helyszínen vagy a 06/30-691-5658-as telefonszámon lehet. Web: http://lkovacs.5mp.eu

Magdolna Napok 2010.

Június 11-12-13.

VIII. Mátyás tér
Kesztyűgyár Közösségi Ház

Június 11. Péntek

15.30 - 18.00 **Cserebere piac és Retextil Műhely**
koncertek a téren:

18.00 **Józsefvárosi Cigányzenekar**
19.15 **Maszkura és a Tücsökraj**
21.00 **Kanizsa Csillagai**

Dzsanázod?
Buli van a
Mátyás téren!

fényfestés sötétedéstől

- Mátyás téri homlokzatokon
- (Kiegészítő)

Június 12. Szombat

10.00 **Józsefvárosi Civil Kerekasztal**
11.30 **Vezetett séta a Magdolna Negyedben**
13 - 18 óráig **Népek konyhája civil büfé**

Magdi Mozi
Mesenap

Gólyalásbas zenés nyitó program
Lovagi torna
„Középkori Vásár” - interaktív mesés játszótér

Közös aszfaltrajz a téren

koncertek a téren:

18.00 **Freestyle rap verseny**
19.15 **EtnoRom**
21.00 **Taraf de Haidouks**

Június 13. Vasárnap

10 - 15 óráig **Családi nap**
Bogrács gulyás főzőverseny
„Vásárosdi” gyermek bábelőadás
Jó ebédhez szól a nóta
Most mutasd meg! - színpadon a helyi tehetségek
Civil játszótér - közös játék, kézműves és közösségi programok a Cellux Csoporttal, a Keménydió Egyesülettel és a Szebben Szeretnék Jární Egyesülettel

A rendezvény ingyenes!
További információ: www.kesztyugyar.hu

Támogatók:





ÁRVERÉSI HIRDETMÉNY

Budapest Józsefvárosi Önkormányzat megbízásából a Kisfalu Józsefvárosi Vagyongazdálkodó Kft. nyílt árverést hirdet az alább felsorolt ingatlanok értékesítésére.

cím	hrsz.	alapterület (m ²)	szobaszám	funkció	kikiáltási ár	megtekintés időpontja
1 Apáthy I. u. 8/a. fsz. 2.	36200/2/A/4	26	1	lakás	1 600 000 Ft	2010. 06. 08. (kedd) és 06. 17. (csütörtök) 9.00 - 9.20
2 Práter u. 28. IV. 4.	35695/0/A/28	15	fél	lakás	800 000 Ft	2010. 06. 08. (kedd) és 06. 17. (csütörtök) 9.35 - 9.55
3 Kisfaludy u. 24. II. 7.	35616/0/A/21	23	1	lakás	1 280 000 Ft	2010. 06. 08. (kedd) és 06. 17. (csütörtök) 10.05 - 10.25
4 Koszorú u. 22. fsz. 12.	35289/0/A/12	23	1	lakás	1 360 000 Ft	2010. 06. 08. (kedd) és 06. 17. (csütörtök) 10.40 - 11.00
5 Mátyás tér 9. fsz. 5.	35297/0/A/5	18	1	lakás	880 000 Ft	2010. 06. 08. (kedd) és 06. 17. (csütörtök) 11.10 - 11.30
6 Lujza u. 16. fsz. utcai, 2. árverés	35372/0/A/47	69		műhely	1 516 000 Ft	2010. 06. 08. (kedd) és 06. 17. (csütörtök) 11.40 - 12.00
7 Szeszgyár u. 9. I. 16.	35906/0/A/14	9	fél	lakás	440 000 Ft	2010. 06. 08. (kedd) és 06. 17. (csütörtök) 12.10 - 12.30
8 Nagyfuváros u. 3/a. I. 12/c.	35030/0/A/18	18	1	lakás	800 000 Ft	2010. 06. 10. (csütörtök) és 06. 15. (kedd) 9.00 - 9.20
9 Auróra u. 5. p. 1.	34782/0/A/1	27		raktár	960 000 Ft	2010. 06. 10. (csütörtök) és 06. 15. (kedd) 9.25 - 9.45
10 Auróra u. 5. p. 2.	34782/0/A/2	36		műhely	1 152 000 Ft	2010. 06. 10. (csütörtök) és 06. 15. (kedd) 9.25 - 9.45
11 Bérkocsis u. 25. fsz. 4.	34931/0/A/4	29	1	lakás	1 600 000 Ft	2010. 06. 10. (csütörtök) és 06. 15. (kedd) 9.50 - 10.10
12 József krt. 11. fsz. 5.	36411/0/A/4	47	1	lakás	3 797 600 Ft	2010. 06. 10. (csütörtök) és 06. 15. (kedd) 10.20 - 10.40
13 Stáhly u. 5. pince	36451/0/A/40	202		raktár	4 720 000 Ft	2010. 06. 10. (csütörtök) és 06. 15. (kedd) 11.00 - 11.20
14 Szentkirályi u. 3. III. 26/a.	36542/0/A/35	14	1	lakás	760 000 Ft	2010. 06. 10. (csütörtök) és 06. 15. (kedd) 11.30 - 11.50
15 Mária u. 18. fsz. 1. (műemlék)	36665/0/A/1	32	1	lakás	3 920 000 Ft	2010. 06. 10. (csütörtök) és 06. 15. (kedd) 12.05 - 12.25
16 Baross u. 15. IV. 1.	36755/0/A/30	164	4	lakás	12 640 000 Ft	2010. 06. 10. (csütörtök) és 06. 15. (kedd) 12.35 - 12.55

Az árverésen való részvétel jelentkezési határideje 2010. június 23. (szerda) 16.00 óra, az árverés lebonyolításának időpontja 2010. június 24. (csütörtök), az árverés lebonyolításának helyszíne: Kesztyűgyár Közösségi Ház, Budapest VIII., Mátyás tér 15. szám alatti nagyterme. Az árverés részletes feltételeiről a Kisfalu Kft. 1083 Budapest, Losonci u. 2. szám alatti irodájában, ügyfélfogadási időben (hétfő: 13.30-18.00; szerda 8.00-12.00 és 13.00-16.00; péntek 8.00-11.30), vagy telefonon a 216-6961; 333-4317; 333-6781 telefonszámon érdeklődhetnek.

Kisfalu Kft.

Rendőrségi hírek

Elfogták a patikarablót

A budapesti rendőrök elfogták azt a férfit, aki az elmúlt két hétben 12 gyógyszertárat rabolt ki, köztük egy józsefvárosi patikába másodikjára is visszatért.

Az egyik gyógyszertár biztonsági kamerája fel is vette az elkövetőt. A férfi általában olyan patikákat támadott meg, ahol nők dolgoztak, és éppen nem volt benn vásárló. Mint kiderült, egy pisztoly alakú öngyújtóval fenyegette meg az alkalmazottakat, hogy átadják a bevételt. Általában belvárosi, körút menti patikákat vett célba. A támadások után pedig a 4-6-os villamossal menekült el a helyszínről. Volt olyan nap, amikor három gyógyszertárba is „betért”, s

olyan is, ahova többször visszament. Ez lett a veszte is. A rendőrök egy ideje már kiemelten figyelték a belvárosi patikákat, s mint Tóth Gábor budapesti rendőrkapitány a sikeres elfogás után elmondta, éppen itt, a kerületben akart újra megtámadni egy gyógyszertárat, amikor a rendőrök lefülelték. Kihallgatása után kiderült, hogy 8 lot-tózt is kirabolt. Ám, pechjére, egyik helyen sem tartottak nagymennyiségű készpénzt, így összesen 6-700 000 forintot szerzett az egyébként az orvostudományi egyetemen ápolóként dolgozó férfi a bűncselekményekkel. A rendőröknek elmondta, hogy a családjával akart összeköltözni, ehhez lett volna szüksége a pénzre. A rabolt pénzt aztán szerencsejátékokon tervezte megtöbbszörözni. Az elfogott férfi akár 12 év börtönbüntetést is kaphat gyűveres rablásért.

Kihallgatták Szabó Zoltánt

A Központi Nyomozó Ügyészség két ügyben is gyanúsítottként kezeli Szabó Zoltán volt mszp-s képviselőt: bűnsegédként elkövetett, jelentős vagyoni hátrányt okozó hűtlen kezelés és felbújtóként elkövetett hivatali visszaélés gyanúja miatt hallgatták meg. Az ügyészség szerint hatmilliós kárt okozott azzal, hogy a VII. kerületi önkormányzat számára korlátlan telefonhasználatot biztosított tanácsadói megbízásban, s számláit a hivatal állta. Szerződést azonban nem találtak erről.

A másik ügy, hogy szabálytalanul parkoló autójáról, az erzsébetvárosi jegyző közbenjárását kérve, végül fizetés nélkül leszerelték a kerékbilincset.



Szemöldökünk

A nagyon szép ívű, ápolt és vékonyított, se nem túl vékony, se nem túl vastag szemöldök a divatos. Formája illeszkedjen az arcformához, színe közel egyező legyen a haj színével. Ceruzával lehet színezní, ha túl világos lenne. A szemöldök belső sarka, ami az orrhoz van közel, legyen vastagabb, mint a külső részek. A pupilla fölötti részen legyen ívének a csúcsa, külső sarka pedig vékonyodjon el. Ha még nem csinált ilyet, menjen el szakemberhez, aki szép kezdeti formát tud neki adni. Utána már könnyebb megtartani a formát, és gondozni a szemöldököt. Szedés előtt tisztítsuk meg az arcbőrt, majd a formára igazítás után tonikkal fertőtlenítsük, bőrnyugtató krémmel ápoljuk. Ha lehet, ne nagyon sminkeljünk 24 óráig, hogy a bőr megnyugodjon. Legjobb lefekvés előtt kiszedni a ráncátlan szálakat.



Háziasszonyoknak

Apró, hasznos tanácsok - csak nőknek

A bodza

Érik a bodza virága, szedjük belőle, amennyit csak bírunk, mert nagyon ízletes, frissítő limonádét készíthetünk belőle. A jól megmosott virágokat áztassuk egy nagy kancsó citromos, cukros vízben, mely néhány óra múlva muskotályos ízzel gazda-



godik. Szörpje is ezen alapul, akkor hígítva fogyasztjuk, ilyenkor jóval több cukor, s citrom kell bele. Teája nyugtató, vizelethajtó, izzasztó. A virágból nemcsak ital, hanem palacsintatészta mártva és forró zsiradékban kisütve különleges édesség is készíthető.

Illatosítás

A mesterséges légrfrissítők csak a szagok elfedésére szolgálnak. Ha kellemes illatra és friss levegőre vágyunk, alaposan szellőztessünk ki. Ezután használjunk különböző természetes illóolajokat, amelyek párologtatóba téve hosszú időre biztosítják az illatunknak megfelelő illatot. Ha szekrényünk belseje kellemetlen szagú, hintsünk az aljába frissen őrölt kávét. Hasonlóan szagtalanít a levendulaolajjal átitatott vászon-

párnácska is. Porszívózáskor tegyük illóolajat a porszívó légszűrőjébe, így az egész he-



lyiségben kellemes illat lesz. Sokféle módszerrel készíthetünk saját ízlésünknek megfelelő potpourrit. Válasszunk kedvünk szerint gyógynövényeket, leveleket, virágszirmokat, teafüveket. Ezeket rétegezzük egy üvegedénybe, úgy, hogy közéjük tengeri só, vagy szárított gyümölcs héja (narancs, citrom, mandarin) kerüljön. Azonnal felhasználható, de ha zárt edényben, sötét helyen tartjuk néhány héttig, tartósabb, intenzívebb illatot eredményez.

Kiss Éva

Főzzünk, vagy hideget együnk?

Lesencei tarhonyás hús fejes salátával

– Most én kezdem azzal, hogy ehhez az ebédhez nem kell leves! Olyan kiadós ebédje lesz Szabóné, hogy minden kosztosa megemlegeti!
– Ne kíméljen Takácsné, diktálja, legföljebb majd elárulom, hogy a maga receptje szerint kotyvasztottam!
– Ez az a „egytálételnek” keresztelt bográcsos, amit közönséges félékben is elkészíthet, persze, szabad tűzön lógatott bográcsban befő a füst-iz, ami konyhai főzésnél nem járulék. Ez is a Nagymama „kapcsolásból” való, igaz, ő állandóan nyolctagú családra főzött. A lényeg? Vesz vagy másfél kiló sertéscsombot, fél kiló sörét-tarhonyát, kilónyi hagymát, darabka füstölt szalonnát, amivel indítja a főzést, és vagy 35 deka zsírt. A húst diónyi darabokra aprítja, a hagyma mennyiségétől ne ijedjen meg, szép szorgalmasan aprítsa fel, s a füstöltzalonna-darabokon kezdje meg a dinsztelést. Döntse hozzá a zsírt, majd az összes hagymát, s amikor már üveges, ejtsen bele két karikákra vágott zöldpaprikát, és kavargasson bele egy kis sűrített paradicsomot is. Így, hogy elkészítette az „ágyat” a húsnak, jöhet is, belekavarja, két deci vörös borral megkereszteli, lefedi, s vagy egy órán át lassú tűzön főzi. Amikor már olyan illatok áradnak, hogy az

valami csoda, átkavarja, és hozzáadja a piros fűszerpaprikát, az őrölt borsot, az őrölt köményt és az apróra zúzott fokhagymát és a sót. Egészen kis lángon izzasztja össze az ízekeket, s közben egy serpenyőben, diónyi zsíron megpirítja a tarhonyát, vízzel önti fel, újbóli kavargatás mellett majdnem teljesen puhára főzi, s az utolsó rotyantást már akkor ereszti a tarhonyára, amikor belekavarja a megfőtt húskeverékbe. Most aztán legyen észnél, mert, ha nem kavargatja, pillanatok alatt lekap, s kozmás lesz. Belekóstol, igazít az ízekeken, belesúvaszt egy kis csípőspaprikát is, hogy „húzása” legyen. Félrehúzza, s hagyja, hogy „megpunnyadjon”, megbőrösödjön, összeérjen. Fejedelmi éték lett belőle, s ha friss fejes salátát talál hozzá, egyszeriben kíváncsi lesz Lesencére, erre a falucskára a Káli medencében, ahonnan a Nagymama felgyűjtötte a hajdani szőlőőr-zőktől, pásztoroktól.

A Lesencei tarhonyás arra bizonyíték, hogy nem kell tengeri herebere a fejedelmi lakomához, a honi is megteszi.
H.I.

RECEPT



VICC-MUSTRA

Woody Allentől

Egyszer megkérdeztem a feleségem, hogy szex után miért nem gyújt rá, hiszen engem nem zavar. Azt felelte, csikkból egyszerre egy is elég.

Amikor az apám szexre vágyott, az anyám azzal hűtötte le a gerjedelmeit, hogy elébe tartotta a fényképetem.

Egyszer elvesztem, és egy rendőrhöz fordultam, hogy segítsen megtalálni a szüleimet. Rám nézett, s azt mondta, annyi helyre bújhattak előlem, hogy se vége, se hossza.

Amikor, réges-régen egy kisállat kereskedésben dolgoztam, a vevők mindig megkérdezték, melyik csoportba tartozom, és hogyan nőhettem ilyen magasra.

Ahányszor gyerekkoromban a homokozóban játszottam, mindig akadt egy macska, amely megszemlélt, s azonnal el akart kaparni a homokba.

Magyarok cselekedetei

Minden relatív

Leragadtam két hírmorzsnál. Mindkettő méretes felületre talált a sajtóban, bennem meg hírolvasó balekre, a tekintetben, hogy micsoda jó dolgunk is van nekünk itt a sárgolyón, akiknek reggelente a világháló ömlesztzi az emberiséggel kapcsolatos híreket.



Az egyik ilyen, hogy korszakalkotó új találmány segíti eztán a mobiltelefonálást, hiszen az új akkumulátor sós vízzel tölti fel a telefon lemerült telepeit, amivel az, újra két teljes órán át üzemel. A világ tengervízkészlete így több millió évre biztosítja a telefonok akku-gondjait, illetve a hír szerint szárazföldön sem jön zavarba a mobiltulajdonos, egyszerűen belepisil telefonja feltöltő-nyílásába, s anynyi. A találmány egyetlen bibije, hogy bizonyos biológiai eltérések miatt, ezután

női és férfi-telefonok kerülnek forgalomba, minthogy az apró feltöltő nyílás megközelítése pisilőileg eltérő. Könnyekig meghatódtam, hogy ennyire képbe kerültem, de elmosta a szenzációt a másik fontos közlemény, miszerint az új hűtőszekrények ajtajára gyárilag ragasztják fel a mágneses üntyümbütyüket, úgy, hogy a szomszéd, aki halszagú mágneses rákfígúrával akarta elárasztani a piacot, tuti, hogy csódba megy. Milyen jó ez a világháló, hisz ennek révén tudom, hogy a tetováló-szaftok ezután szint váltanak, csak tintahalragút kell „bevinni”, s a kémiai folyamatok miatt a kékből narancs, a narancsból zöld lesz. Azok a boa konztriktorra tetovált emberfiák, akik eddig nyugodtan aludtak, mert a bőrükre operált perzsaszőnyegeket időtállóknak hitték, most jól pofára estek. Bedobnak egy Wellington-szeletet, s barbirózsaszínre vált a Magyarok bejövetele a hasukon, amit egy Mercedes árértéért vésették magukra. A mellkasra ragasztható szexuális férfiszőrzet e-mailen is rendelhető, mert ezt nagyon csipázzák ám a hölgyek. Aztán e fontos hírek között apróbetűsen: A „Hubble távcső képei azt bizonyítják, hogy Naprendszerünkön túl, potom százmilliárd galaxis létezik.” Itt, e hírnél, kissé elbizonytalanodok. Minthogy a mi ócska kis galaxisunkat se tudom elképzelni. Még, hogy százmilliárd? Nappal, bolygókkal, Jupiterestől, Merkúrostól, Fiastyúkostól, felmelegedéssel és világválságostól? És a százmilliárdon túl, mi van?

Lehet, hogy amikor reggel a szomszéd odább rúgta a lábtörőmet, szólni se kellett volna?

H.I.

ARANY ALKONY **„Otthon az idősoththonban”** **MEDICATUS**

Az idősgondozás területén 13 éves szakmai tapasztalattal rendelkező Arany Alkony Idősek Otthona várja kedves lakóit,

a Mátyás téren!

Havi díjas ápolás, egyenlő életösszég tartó, kiemelkedő színvonalú egészségügyi ellátás is kőthető.

☎ 06 1 303 28 83 www.aranyalkony.hu

**NYUGTALAN?
IZZAD?
REMEG?**

Ezek a bliccelés tipikus tünetei.

Van rá gyógymód!

Kezelje őket

ÉRVÉNYES jeggyel
vagy bérlettel!*

*A kockázatok és mellékhatások tekintetében olvassa el a pótdíj-tájékoztatót, vagy kérdezze meg bérletüsrút, ellenőrt.

BUDAPEST

Budapesti Közlekedési Zrt. Budapesti Közlekedési Zrt. Budapesti Közlekedési Zrt.



Apróhirdetés

Érszűkület gyógyítása, teljes érrendszer tisztítása, kardiológus vezetésével, Sonotherapia. VIII.ker. József krt. 2. (Blaha L.tér) 220-4641, +36-20-959-8631, +36-20-349-4277

Ha nem akar folyton azzal szembesülni, hogy TÁRSASHÁZÁBAN nem jól mennek a dolgok, váltson közös képviselőt! Ingyenes ajánlatunkat kérje az info@inhouse.hu e-mail címen vagy telefonon: 451-0100.

Festés-mázolás-tapétázás, lakásfelújítás, galéria, parkett, szőnyegpadló. Azonnali kezdés! Garanciával. Tel.:06-30-95-050-95

Elcserélem 2 szoba összkomfortos megvásárolható önkormányzati lakásomat hasonlóra líftes házba vagy első emeletre. Megegyezünk. Tel: 06-30-447-0906

Vízórák szerelése, cseréje, ügyintézése, egyéb vízszelész. Tel.: 251-4912

TÁRSASHÁZKEZELÉS elérhető közelben TERVSZER BT. (Kubacsek Károly) 1085. Röck Sz. u. 2. Tel/Fax: 317-00-57, 06-20-461-5072

Hosszú távra kiadó a Múzeum utcában egy kétszobás, 55 nm-es, berendezett lakás. Csendes, kertre néző, külön is megközelíthető szobákkal, konyha, étkező, fürdőszoba, előszoba, saját előtér, havi 70 ezer plusz rezsi.

Telefon: 70/411-80-52

66 nm-es önkormányzati lakásomat elcserélném kisebbre, vagy két kisebb önkormányzatra. Ráfizetek, minden megoldás érdekel. Tel: 210-6330

Társasházak közös képviselőjét (1992-től), könyvelését külön is vállaljuk. Tartozások behajtását kiemelten kezeljük. Generál – F. Kft., a Klinikák metróállomásánál. 1091 Üllői u. 69. Tel/Fax: 216-8802 e-mail: iroda@general-f.hu

Felújított világos 3.emeleti, összkomfortos, 40 nm-es önkormányzati lakásomat elcserélném a 7-es busz vonalán hasonló önkormányzatra.

Tel: 06-20-525-8132

Gyógypedikúrt, manikúrt vállalom. Hívásra házhoz megyek. Tel.: 06-30-242-9507

NYÁR 2010, töltsd el egy csodálatos erdei környezetben, a Balaton partján, ingyenes strandhasználattal!

Káptalanfüreden a Józsefvárosi Gyermekekudulóban különálló faházakban családok és iskolai csoportok részére szállás és étkezés kedvező áron.

Érdeklődni, tájékozódni a www.jogyerm.uw.hu honlapon, vagy a 88 438 157 telefonon lehet.

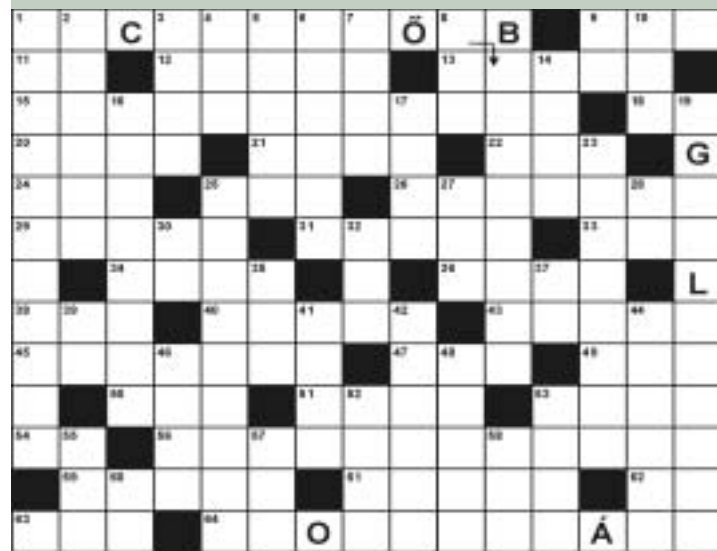
VJV Kft. VIII. Kálvária u. 22.

Telefon: 06-20-420-9508

Gyorsszolgálat, karbantartás

Beküldendő a vastagon szedett sorok megfejtése a szerkesztőség címére (1082 Harminkettesek tere 2.) **Beküldési határidő:** június 18. **Május 4-ei rejtvényünk megfejtése:** Többre becsülnök egy embert irodalmi ismeretek nélkül, mint irodalmi ismereteket ember nélkül. **Nyerteseink:** A könyvjutalmat személyesen vehetik át a szerkesztőségünkben.

Ez aztán a bátorság!



1. A csodaszép idomárnő a cirkuszban a szájába vesz egy kockacukrot. Dobpergés... Az oroslán a szájával veszi ki a cukrot idomítója szájából. Az istállómeister megszólal: - Hölgyeim és uraim! Aki utánacsinnálja a produktót, tízezer forintot kap. Egy dörgő hang a nézőtérrel: - a jelentkező szavait, azaz a vicc poénját a rejtvényben találja.
2. Egy vadász meséli: - Képzeld, amikor egy pálmafa tövében ledőltem pihenni, megjelent mögöttem macskaléptekkel egy oroslán. Már a nyakamon éreztem a leheletét. A hallgatóság, elszörnyedve: - Atyaisten! És mi történt? - A vadász válasza a rejtvényben.

VÍZSZINTES: 1. Az első vicc poénjának első része. 9. Az oszmán-török hadsereg tisztje volt. 11. Mely személy? 12. Híres egykori ménes jelzője. 13. Ünnepelesen beiktató. 15. A kapuját elhagyva merész mozdulattal ment a focikapus. 18. A lantán vegyjele. 20. Madár gyomra. 21. Üzemanyag-márka. 22. Masina. 24. Egri sportegyesület. 25. A szén és a réniüm vegyjele. 26. Ó egyedül. 29. A Matilddal rokon női név. 31. Pácként is használt folyadék. 33. Latin napisten. 34. Firenze folyója. 36. Eszes. 38. De addig ..., gyakran ...! /részlet a Neoton familia Irtam neked egy hosszú levelet kezdetű slágeréből/. 40. Sono ... orecchi; csupa fül vagyok, olaszul /TUTTO/. 43. Író, költő /1919-1990/. 45. Ellenértéket emelő, drágító, tájszóval. 47. My ...; dél-vietnami város. 49. ... Wullie; skót képregényfigura /OOR/. 50. Klasszikus só! 51. Sivata India és Pakisztán területén. 53 ... Aava; észt rali-versenyző /URMO/. 54. Madridi napilap. 56. A második vicc első része. 59. ...-öböl; a Földközi-tenger része Afrika déli csücskében. 61. Kanadai város Saskatchewan tartományban /ITUNA/. 62. Első osztályú. 63. ... mars!; kifelé! 64. Az első vicc második, befejező része.

FÜGGŐLEGES: 1. Helyesírási hiba lehet magánhangzó írásakor. 2. Krokodil jelzője lehet Egyiptomban. 3. ... Simeoni; veterán olasz magasugrónő. 4. Angol világos sör. 5. Főzőkanalat használ. 6. Kolozs megyei helység, román neve Aghiresu. 7. A vele összetett szóban kő a jelentése. 6. Német fürdővárosok nevében szereplő szó. 9. Autonóm terület, röv. 10. Labda a hálóban! 14. Fenimore Cooper regénye. 16. Posztumusz Kossuth-díjas színművész. /1935-1984/. 17. Szálfa természetű. 19. A második vicc második, befejező része. 23. Útlevel, több idegen nyelven. 25. Dallam, dalszerű ének, olasz zenei műszóval. 27. General Land Office, röv. 28. Goromba kezdés! 30. Diplomások neve előtti röv. 32. A Duna romániai mellék-folyója. 35. Kint van a labda /angol sport-szakkifejezés/. 37. Azonos magánhangzók. 39. Félig forr! 41. A Nyugat nemzedék jeles költője /Árpád, 1886-1928/. 42. A sertés házat nyitja! 44. ... Rolland, Nobel-díjas francia író. 46. A széf eredetije! 48. Angol filmforgatókönyv-író /Ashley/ /ARTUS/ 52. Webber-musical, filmváltozatát Roman Polanski rendezte. 53. Hivatkozik. 55. Angolna, németül. 57. ... Taylor, filmsztár. 58. Order of New Zealand, röv. 60. A dúr skála alaphangja. Zábó Gyula



HATÁRON ÁTNYÚLÓ EGYÜTTMŰKÖDÉS A FELNŐTTKÉPZÉS TERÜLETÉN A TIT SZERVEZÉSÉBEN

A Tudományos Ismeretterjesztő Társulat [1088 Bródy Sándor u. 16.] 2009-2010 között európai uniós pályázati forrásból – a **TÁMOP 2.2.4-08/1-2009-0031** projekt keretében – sikeres és eredményes szakmai tapasztalatcserét valósít meg romániai résztvevők bevonásával.

Az „Idegen nyelv, marketing a falusi turizmusban” című pályázat keretében létrejövő tapasztalatcseré események előkészítésében, megszervezésében kiváló együttműködés partner szervezet a gyergyószentmiklósi (Románia, Harghita megye) székhelyű **Delta-Info Line Kft.** felnőttképzési cég, melynek a közreműködésével – már a projekt megkezdése előtt – felmérték a gyergyószentmiklósi/környéki munkaerőpiaci és képzési szükségleteket, ill. a potenciális résztvevők képzési igényeit.

Az igényfelmérés eredményei azt mutatják, hogy a székhelyföldi felnőttképzési szakemberek erőteljesen igénylik a külföldi szakértőket; nyitottak az új felnőttképzési módszerek megismerésére és elsajátítására. Ugyanakkor a felnőttképzési témakörű tudásmegosztó rendezvények megszervezésén túl, nagyon sokan hasznosnak tartják egy turisztikai jellegű képzés elindítását is, hiszen úgy vélik, hogy a tanfolyamon megszerzett tudást a gyakorlatban is alkalmazhatják, tudásuk Székelyföldön még kiaknásítható a természeti kincsek ada turisztikai lehetőségeit.

Mindazek figyelembe vételével készült el a projekt szakmai tartalma, melynek alappillérei:

- 1) a TIT saját fejlesztésű okkreditált turisztikai képzési programjának, tananyagának romániai adaptálása, valamint
- 2) felnőttképzési és minőségirányítási tapasztalatok cseréje workshopok, ill. konferenciák keretében.

A 2009 őszi és 2010 tavaszi tanfolyamok, képzések nagy érdeklődés közepette valósultak meg. Összesen 70 fő romániai résztvevő látogatta a változatos programköteket, melyből 50 fő az „Idegen nyelv, marketing a falusi turizmusban” című

konferencián részt vett. Ez utóbbi programozást címe: „Európai Unió nyelvek a felnőttképzésben”.

A résztvevők életkori és képzettség szerkelete – különösen a turisztikai programokon – nagyon változatos volt, a 20 évesektől egészen a 70 évesekig, az alapfokútól az egyetemi végzettségűig reprezentálta a palettát. Mindannyian erőteljes érdeklődés tanúsítottak a részvétel iránt.

A felnőttképzési (munkaj) eszmecsereken a székhelyföldi partnerintézményünk munkatársai, felnőttképzési affinitással rendelkező pedagógusok, kis- és középvállalkozások vezetői, kulturális-kezelési intézmények, civil szervezetek munkatársai, népművelők, művelődésszervezők vettek részt. Velük sikerült megosztanunk szervezetünk több évtizedes felnőttképzési/szakképzési és idegen nyelvtanítási/vizsgáztatási tapasztalatainkat. Továbbá a szemináriumokon, konferenciákon lehetőség nyílt a romániai felnőttképzési tapasztalatok pozitívumok és negatívumok közös megbeszélésére, valamint a „jó gyakorlatok” hasznosítására is.

Úgy vélik, hogy mindkét programja eredményes volt, és reményeink szerint, a lekövetkezőkben hozzájárul – a résztvevők ambíciói révén – a székhelyföldi falusi turizmus bővítéséhez, ill. a helyi felnőttképzési/szakképzési lehetőségeinek kiaknásításához. Meggyőződésünk, hogy a gazdaságfejlesztés, a humánerőforrásfejlesztés és a logisztika elősegítése érdekében a helyi, regionális és külföldi szereplők közötti együttműködés kiaknásítása létfontosságú feladat.

Bővebb információ:

Lukács Csilla projektmenedzser

Telefon: 0036-1-327 8902

Email: csilla.lukacs@nifu.hu

A projekt az Európai Unió támogatásával,
az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósult meg.



ÚMFT infovonal: 06 40 638 638
nfu@nfu.gov.hu • www.nfu.hu

Beállítás a jövőre



Tisztelt Nyugdíjasok!

Örömmel tapasztaltuk, hogy a márciusban megrendezett nőnap teadélelőttünket óriási érdeklődés övezte. Kellemes környezetben jó hangulatú beszélgetést folytattunk a 65 éven felüliek pénzügyi lehetőségeiről és nyugdíjkiegészítő megoldásokról. A nagy sikerre való tekintettel ismét nyílt napot szervezünk.

Engedje meg, hogy tisztelettel meghívjuk Önt és kedves Partnerét a **2010. június 4-én 10.00 órakor az FHB Bankcsoport székházában (1082 Budapest, Üllői út 48., a Ferenc körút és Üllői út sarkától nem messze) megtartandó Életjáradék Nyílt Napra**, ahol első kézből értesülhet az Ön korosztályát érintő korszerű pénzügyi lehetőségekről.

Sok idős ügyfél fordul hozzánk különböző élethelyzetekkel, igényekkel:

- ▶ Számos esetben a havi nyugdíj kiegészítésére van szükségük, hogy biztosítottak legyenek a nyugodt hétköznapok.
- ▶ Mások a korábban felhalmozott tartozások okoznak komoly fejtörést.
- ▶ Előfordul, hogy a család fiatalabb tagjai vannak nehéz pénzügyi helyzetben, és a szülők, nagyszülők szeretnének biztonságos megoldást találni számukra.
- ▶ Vannak, akik meglátják a jó lehetőséget az FHB Időskori Programban, hogy készpénzzé tegyék ingatlan vagyonomukat, amelyet azután utazásra, pihenésre vagy régi álmak megvalósítására fordíthatnak.

Jöjjön el Ön is, és töltsön el velünk egy hasznos és kellemes délelőttöt!

Részvételi szándékát, kérjük, jelezze a helyi tarifával hívható 06 40 322 322-es FHB Életjáradék Vonalon!

Tisztelettel,
Hodorics András
vezérigazgató
FHB Életjáradék Zrt.



SEGÍTÜNK, HOGY KÖNNYEBB LEGYEN AZ ÉLET!