

# 24



**TÓTH MARGIT**  
Komplex  
telemedicina indult  
afáziásoknak  
a ZESZ-ben

# 14



**GÁRDOS PÉTER**  
A Hajnali láz okozta  
a legnagyobb  
örömet

2024. november | www.zuglo.hu | 34. évfolyam 11. szám | Ingyenes havilap

# ZUGLÓI LAPOK



*Cikkünk  
a 6. oldalon.*

## Tök jó volt ez a fesztivál!

Fotó: Balogh Róbert



KÉT ÓRÁRA EMELTÉK  
AZ INGYENPARKOLÁST **2**



ZUGLÓNAK NÉGY  
ALPOLGÁRMESTERE LETT **3**



TUDNIVALÓK AZ ÚJ  
ÜGYELETI RENDSZERRŐL **7**

## Tetszést aratott a modellünk

Lengyel testvértelepülésünknek, Racibórnak közel húsz óvodapedagógusa és pszichológusa látogatott Zuglóba, hogy megismerjék kerületünk gyermekvédelmi koncepcióját, a Zuglói Család és Gyermejjóléti Központ (ZCSK) ezen a területen végzett munkáját, a Nyugi Ovi, a Békés Iskolák és a Békés Harcos programokat.

– A gyermekvédelem nem tartozik a legkellemesebb témák közé, de egyike a legfontosabb feladatoknak – fejtette ki Rózsa András polgármester a szakmai konferencia megnyitóján, megjegyezve, reméli, ez a megbeszélés is hozzájárul, hogy Zugló és Racibórz között még szorosabb kapcsolat alakuljon ki.

– Vendégeinket megismertettük a három pilléren nyugvó gyermekvédelmi koncepciónk dokumentumaival és legfontosabb elemeivel, az elköteleződési nyilatkozattal, az intézményenkénti eljárásrenddel és a cselekvési tervvel, amelyet minden évben aktualizálunk – mondta Kinisch Andrea alpolgármester.

Luncz Gabriella, a ZCSK speciális szolgáltatások koordinátora előadásában a gyerekek mindenképp álló érdekképviseletéről, míg Adler Katalin, a Zuglói Közbiztonsági Non-Profit Kft. preventív koordinátora a Nyugi Ovi, a Békés Iskolák és a Békés Harcos programról tartott tájékoztatót. Racibórz interdiszciplináris csoportjának vezetője, Judyta Kwasnica elmondta, náluk Kék lapnak hívják azt a dokumentumot, amit gyermekbántalmazás esetén ki kell tölteni.

A rendezvényen megjelent szakemberek abban állapodtak meg, hogy jövőre Racibórz tart konferenciát az ottani gyermekvédelmi intézkedésekről.

P. R.

# Három alpolgármestert, hat bizottságot és hét Két órára emelkedik

Az elmúlt időszak testületi ülésein megválasztották Zugló alpolgármestereit, a képviselő-testület bizottságainak elnökeit és tagjait, valamint az önkormányzat tanácsnokait. A grémium arról is határozott, hogy napi két órára emeli a kerületi lakosok számára biztosított díjmentes parkolás időtartamát. Ezen túlmenően a testület döntött még az övezeten kívüli kedvezményes várakozási hozzájárulás bevezetéséről és a lakossági várakozási hozzájárulás költségterítésének az összegéről.

Rózsa András polgármester bemutatta a grémiumnak dr. Lehoczky Balázst, Zugló új jegyzőjét, illetve arról adott tájékoztatást, hogy a listás képviselői mandátumáról lemondott Kis Ilona helyére az Összefogás Zuglóért Egyesület Sógor Lászlót delegálta a képviselő-testületbe. Bejelentették továbbá a Fidesz-KDNP, a DK és a Momentum frakció megalakulását.

## Tisztségviselők megválasztása

A képviselő-testület Rózsa András polgármester javaslatára, Busznyák Imre (Momentum) mellé, titkos szavazással alpolgármesterré vá-

zottság, Lepsényi László (DK) a Jogi és Ügyrendi Bizottság, Tóth Attila (DK) a Népjelölti Bizottság, Szabó Gábor (Momentum) a Klíma- és Környezetvédelmi Bizottság elnöke lett.

A testület határozott a tanácsnokok személyéről is. Bitskey Bencét (DK) a kulturális feladatok, Czeglédi Jánost (Mi Hazánk) a közrendvédelmi feladatok, dr. Juhász-Pintér Pált (Fidesz) a helytörténeti és emlékezetpolitikai feladatok ellátásával, Borbély Ádámot (Fidesz) Csikcsicsó és Alsórákos külhoni magyar testvértelepülésekkel való kapcsolattartással bízta meg, míg Talpassyné Nagy Margitot (Fidesz) a nemzetiségi ügyeket, Tóthné Ferencsák



Fotók: Balogh Róbert

## Bejelentették, hogy a Fidesz-KDNP, a DK és a Momentum frakciót alakított

lasztotta Várnai László (Civil-Zugló), Kinisch Andrea (DK) és Hevér László György (DK) egyéni önkormányzati képviselőket. A választást követően Zugló új alpolgármesterei lettek hivatali esküjüket.

A grémium megválasztotta a képviselő-testület állandó bizottságainak az elnökeit és a tagjait is. Moldoványi Zsolt (CivilZugló) a Városfejlesztési Bizottság, Rozgonyi Zoltán (Fidesz) a Pénzügyi és Költségvetési Bizottság, Ruskal-Klemm Csilla (Momentum) a Gazdasági Bi-

Klárát (Fidesz) az egyházi kapcsolattartást, Matyasovszki Tamást (Fidesz) a nemzeti ünnepek és megemlékezések rendezvényeinek felügyeletét ellátó tanácsnoknak választották.

## Változások a parkolásban

A képviselő-testület módosította parkolási rendeletét. A változtatás értelmében másfél óráról napi két órára emelkedik a zuglóiak számára biztosított díjmentes várakozás időtartama.

# tanácsnokot választott meg ülésén az új képviselő-testület a zuglói díjmentes parkolás



**A gyermekszállítási várakozási hozzájárulás kiadása a zuglói szülőknek továbbra is díjmentes marad**

A támogatást a lakossági várakozási hozzájárulás költség-térítésének megfizetésével lehet igénybe venni. Ennek összege a 2017 óta változatlan 2000 forintról 6000 forintra emelkedett. Az önkormányzat a 60 év feletti kérelmezőknek jelentős kedvezményt biztosít, nekik 6000 forint helyett csak 2000 forintot kell fizetniük. A testület a lakosság igényét figyelembe véve

bevezette az övezeten kívüli kedvezményes várakozási hozzájárulást, amelynek éves díja 30 000 forint. Ezt azok a zuglói lakosok vehetik igénybe, akik a XIV. kerület parkolási zónáiban egész évben bármikor, korlátozás nélkül szeretnének várakozni. Azoknak a kérelmezőknek, akiknek a lakhelyén nem kell fizetni a parkolásért, az övezeten kívüli kedvezményes várakozási hozzájáruláson felül meg kell fizetniük a 6000 forintos, 60 év feletti esetén a 2000 forintos éves várakozási díjat is.

Az engedély csak a tulajdonos által üzemben tartott gépjárműre kérhető. Új kedvezmény a zuglói díszpolgári várakozási hozzájárulás. Ezt a térítés- és költségmentes várakozási engedélyt azok vehetik igénybe, akik Zugló díszpolgára elismerésben részesültek.

A gyermekszállítási várakozási hozzájárulás kiadása a zuglói szülőknek továbbra is díjmentes marad, viszont a kerületen kívül lakó gyermekek szüleinek az engedély kiváltásáért 6000 forintot kell fizetniük.

Papp Dezső



**Hevér László György alpolgármester a normatív utasítás elfogadása után, következő lapszámunkban ad tájékoztatást feladatairól és terveiről.**

## Fő célja, a kerület túlépítésének a megakadályozása



Várnai László, a CivilZugló Egyesület képviselője megtisztelőnek érzi, hogy a testület megválasztotta alpolgármesternek. Pozíciójában a városképvédelemért, a kultúráért és a sportért lesz felelős.

– Kiemelt feladatommak tekintem Zugló túlépítésének a megakadályozását és épített örökségének a megőrzését – nyilatkozta az alpolgármester, hozzátéve: szeretné, ha kerületünk új köztéri alkotásokkal gyarapodna, és olyan kulturális rendezvények lennének, amelyek budapesti szinten is figyelemre méltóak. Ilyen lehet a rákosmezei országgyűléseket felelevenítő középkori vigasság hagyománnyá tétele. Ezen túlmenően célja, hogy a zuglói helytörténeti gyűjtemény állandó kiállítóhelyet kapjon.

– A tömegsport fejlesztését tartom még fontosnak, a játszóterek, a focipályák rekortánnal borítását, köztéri fitnesseszközök kihelyezését és egy patakparti futóút kiépítését – fejtette ki Várnai László.

## Kiemelt fontosságot kapnak a társadalmi ügyek



Kinisch Andrea, a DK képviselője komoly elismerésnek érzi, hogy a képviselő-testület megválasztotta alpolgármesternek.

– Továbbra is kiemelt feladatommak tekintem a gyermekek védelmét és a fiatalok támogatását – fejtette ki az alpolgármester, megjegyezve: célja, hogy a gyermekvédelmi koncepció mellett legyen a kerületnek új ifjúsági

stratégiája, újuljon meg a Kábítószerügyi Egyeztető Fórum és javuljon az esélyegyenlőség.

– Fontos szerepet szánok a testvérvárosi kapcsolatok fejlesztésének, amely keretében elsősorban szakmai együttműködések és csereprogramokat szervezünk – mondta a politikus, hozzátéve: a kapcsolatok építésében számít a nemzetiségi önkormányzatok támogatására.

– Figyelemmel kísérem a fővárosi és az uniós pályázatokat, és igyekszem minél több támogatást elnyerni a kerületnek – nyilatkozta Kinisch Andrea, aki egyéni képviselőként fontos feladatának tekinti a zöldfelületek bővítését és karbantartását, a közterületek tisztaságának a növelését, a kerület biztonságosabbá tételét, valamint a túlépítés megállítását.

Megemlékezni becsületbeli ügy, amellyel nemcsak elődeinknek, gyermekeinknek is tartozunk

## Koszorúzás és megemlékezés október 23-án

Az 1956-os forradalom és szabadságharc 68. évfordulójára emlékeztek október 23-án a zuglóiak. Az önkormányzat rendezvényén a megjelentek ünnepi beszédekkel, kulturális műsorral és koszorúzással tisztelegtek a történelemformáló nap hősei előtt a Forradalom terén.



Fotók: Subits-Tóth Gergő

– Hátborzongató belegondolni, hogy kerületünkben azokon a helyeken, ahol mindennap járunk, gyakran tizenéves fiatalok szálltak szembe az akkori világ egyik leghatalmasabb hadseregével – mondta beszédében Rózsa András polgármester, hozzátéve: 1956 hőseiről és áldozatairól megemlékezni becsületbeli ügy, amellyel nemcsak elődeinknek, hanem a gyermekeinknek is tartozunk.

– Az 1956-os hőseket különösen tisztetem, és abban a szerencsés helyzetben vagyok, hogy néhányukkal még beszélhettem

– emelte ki Hadházy Ákos, Zugló országgyűlési képviselője, megjegyezve: felemelőnek érzi, hogy közülük többen a barátjuknak nevezték. A beszédekkel követően az önkormányzat nevében Rózsa András polgármester és Busznyák Imre alpolgármester megkoszorúzták az emlékművet, majd Hadházy Ákos és Vajda Zoltán országgyűlési képviselők rótták le kegyeletüket. Ezt követően a pártok, a civil szervezetek, az intézmények képviselői és magánszemélyek helyezték el a megemlékezés virágait.

Papp Dezső



Fotók: Subits-Tóth Gergő

**Az intézmény szerves részévé vált a kerület közösségi életének**

## Tízéves lett a közösségi élet központja

Tíz éve nyílt meg Zuglóban a főváros legnagyobb civil háza.

– A helyi szervezetek, alapítványok, klubok és csoportok találkozóhelyévé, igazi közösségi terré vált a Zuglói Civil Ház – mondta köszöntőjében Rózsa András polgármester, hozzátéve: a létesítmény a megnyitása óta egy olyan intézménnyé nőtte ki magát, amely szerves részévé vált kerületünk közösségi életének.

A polgármester szavai után Balogné Kalina Zsuzsanna és Dömény Péter, a tagintézmény korábbi, illetve Szabó-Gere Imre, a jelenlegi vezetője idézte fel a kulturális létesítmény legmeghatározóbb pillanatait.

A Magyar Vöröskereszt kerületi szervezetének vezetője, Bohácsné Vilimek Ágnes a születésnap ünnepségen azt mondta, rangot ad az intézménynek, hogy az önkormányzat fontosnak tartja a működtetését és fenntartását. A jubileumi ünnepségen Éles István szórakoztatta az eseményen megjelenteket.

P. R.

**A 720 négyzetméteres, csaknem egy év alatt épült ház agorája a nyitás óta kiállításoknak ad teret, a három csoportszoba fontos színtere a civil szervezetek műhelymunkáinak, foglalkozásainak, a kettéválasztható színháztér pedig több száz fős programoknak biztosít helyet. A nyitást számos cég támogatta, ám a helyi szervezetek is fontos szerepet vállaltak: a Zuglói Nyugdíjasok Egészségéért Sport Egyesület tagjai egy napon keresztül takarították az ablakokat, a Zuglói Kertbarátok Köre pedig számos cserepes virágot ajándékozott az intézménynek.**



## Szüreti mulatsággal és vidám műsorokkal szórakoztatták a szépkorúakat Egy hónapon át ünnepeltük az időseket

Világszerte október 1-jén tartják az idősek napját, Zuglóban azonban ez a dátum csak a kezdetét jelenti a hagyományos, egész hónapban tartó vigasságoknak. A kerületi idősklubokban ünnepséggel, szüreti mulatsággal és különböző szórakoztató programokkal várták az ünnepeltek.



Az **Őszirózsa Idősek Klubja** munkatársai dalokkal tarkított, vicces beszélgetésekkel szórakoztatták a szépkorúakat, a szüreti mulatságon pedig a Falu végén kurta kocsmá című vers átiratásával nevtették meg őket. A jókedvben az **Eleven Élet Idősek Klubjában** sem volt hiány, az ötvenedik házassági évfordulójukat anyakönyvvezető előtti esküvel megerősítő pár nevtette meg a „násznépet”. Az **Árnyaskert Idősek Klubjában** Tóth Józsefné, a Zuglói Szociális Szolgáltató Központ vezetője csalt mosolyt a klubtagok arcára,

miközben azt vitatták meg, hogy miként is kellene nevezni a megjelenteket. Végül arra jutottak, hogy teljesen mindegy, amíg jókedvű és összetartó közösségben töltik a napjaikat. A **Liget Idősek Klubjában** A bor születése című verssel köszöntötték az őszt, majd a szépkorúak nótaszó mellett fogyasztották el az ebédjüket, ami után jó hangulatban töltötték el a délutánt. A **Harmónia Idősek Klubjában** szürettel és borral kapcsolatos kvízzátékkal szórakoztatták a tagokat.

Fotó: Balogh Róbert, Subist-Tóth Gergő

Potos Rita

## Kilencvenévesen is sokat gyalogol

Kilencvenedik születésnapja alkalmából otthonában köszöntötte fel – oklevéllel, virággal és tortával – Kamondi Béláné Katalin néni Rózsa András polgármester. Katalin néni elmondta, 2005 januárjában költözött Zuglóba az azóta elhunyt férjével. A szépkorú ünnepelt arról is beszélt, hogy rendszeresen sétál, még rossz idő esetén is gyalog megy, ahová csak lehet. Katalin néninek nem volt könnyű élete, gyerekkorában a háború elől menekült a családjával, amíg pedig távol voltak, kifosztották a



Katalin néni szerint hosszú életét annak köszönheti, hogy a nehézségek erőssé tették

lakásukat. A munkahelyein is számos nehézséggel kellett megküzdenie, gyermeke pedig nyitott szívvel született. Nyugdíjas fia révén két unokája és négy dédunokája van.

A szépkorú hölgy még ma is szívesen segít másoknak, utcájukban mindenkivel jó viszonyt ápol. A lakóhelye közelében működő étterem spagettivel lepte meg a születésnapján. Katalin néni úgy véli, hosszú életét annak köszönheti, hogy a nehézségek megedzették.

P. R.

Kétszáz tökkel és faragószettel várták a szervezők az idei lelkes alkotókat

# Tökjó fesztivál

volt az Újvidék téren

Halloween közeledtével az önkormányzat megbízásából a Cserepes Kulturális Non-profit Kft. ismét tökfaragó- és aszfaltrajzversenyt rendezett az Újvidék téren. A szervezők kétszáz tököt biztosítottak a résztvevők számára, amelyből töklámpást készíthettek.



Az önkormányzat tavaly októberben rendezte meg első alkalommal a zuglói Tökjó fesztivált. Ennek tapasztalatait figyelembe véve idén a szervezők száz helyett kétszáz tökkel várták a tökfaragásra vállalkozókat, sőt a jelentkezőknek faragószettet is adtak a munkához. Azok, akik a rendezvényre halloweeni jelmezben érkeztek, külön jutalmat kaptak. A gyerekeket a tökfaragás mellett aszfaltrajzverseny, arcfestés, csillámtetoválás és kézműves-foglalkozás várta.

Az esemény leglátványosabb része sötétedés után kezdődött, amikor a közel kétszáz töklámpában kigyulladtak a fények. A faragásokat és az aszfaltrajzokat zsűri értékelt, amely Hegedűs Mátyás tökfaragványát találta a legkreatívabbnak. Az idei zuglói Tökjó fesztivál nyertese egy családi belépőt kapott a Vajdahunyad várába, a Varázslómester szigete – Trükkös trópusi küldetés című kiállításra és kalandjátékra.

Riersch Tamás



Fotók: Balogh Róbert

Életet veszélyeztető állapot esetén továbbra is a 112-es segélyhívót kell tárcsázni

## Amit az új orvosi ügyeleti rendszerről tudni kell

Október 1-jével Budapesten is életbe lépett az új alapellátási ügyeleti rendszer, amelynek megszervezését az önkormányzatoktól az országos mentőszolgálat vette át. A fővárosban 3 gyermek- és 15 felnőttügyeleti pontot alakítottak ki, utóbbiak közül az egyik Zuglóban, a Hermina úti szakrendelőben működik. Nincsenek területi kötelezettségek, bárki bármelyik ügyeletet felkeresheti.

A bevezetett rendszerben hétköznap 16–22 óra, hétvégén és ünnepnapokon 8–14 óra között a körzetekben dolgozó háziorvosok, 22 óra után és hétvégén délután pedig a mentőszolgálat munkatársai adják az ügyeletet, amelyet az országosan egységes 1830-as számon lehet elérni. Fontos tudnivaló, hogy életet veszélyeztető állapotok esetén továbbra is a 112-es segélyhívót kell tárcsázni.

– A 1830-as számon iránymutatást, segítséget adnak, illetve szükség esetén továbbítják a telefonhívásunkat – mondta dr. Kőszegi György, a Zuglói Egészségügyi Szolgálat orvos igazgatója, hozzátéve: az ügyeleti számot akkor hívjuk, ha riasztó tüneteink vannak, például csillapíthatatlan láz, hirtelen kialakuló fájdalom, görcsök, bizonytalan hasi vagy mellkasi panaszok, vagy a krónikus betegségek akut jelei mutatkoznak. Az ügyeleti pont a zuglóiak által ismert Hermina úti szakrendelőben maradt, de bármelyik másikat is felkereshetjük. Ezek listája a mentok.hu/ugyelet oldalon található. Az ügyeletet az Országos Mentőszolgálat szakemberei és a háziorvosok adják.

Az orvos igazgató hangsúlyozta: a ZESZ elkötelezett abban, hogy megkönnyítsék a háziorvosok helyzetét, ezért keresik a jogszabályi lehetőséget annak, hogyan segíthetnek nekik.

A háziorvosoknak havonta kétszer hatórás ügyeletet kell adniuk. Dr. Keczery Attila zuglói háziorvos, a Magyar Orvosi Kamara titkára szerint ez komoly megterhelést jelent számukra, egyrészt azért, mert nincs az ilyen típusú ellátásban jártaságuk, másrészt a háziorvosok átlagéletkora 61 év.

– A kerületben 66 felnőtt háziorvos van, csaknem húszan mondták azt, hogy ha ügyelni kötelezik őket, és nem találnak helyettest, akkor inkább feladják a praxist – tájékoztatott dr. Keczery Attila, megjegyezve: a budapesti háziorvosok délelőtt és délután is rendelkeznek, utóbbi esetben sokan négytől nyolcig, utána pedig ügyeletre vannak kényszerítve, így 12 órát dolgoznak egyhuzamban. Amikor ügyeltesek, akkor pedig reggel nyolckor elkezdnek dolgozni, délig rendelkeznek, utána van négy óra készenlét, amikor kijárnak a betegekhez, majd négytől tízig folytatják a munkát az ügyeleten. Dr. Keczery Attila átgondolatlanul tartja az új ügyeleti rendszert, főleg úgy, hogy több százezer ember is tartozhat egy-egy ügyeletben lévő orvoshoz, de meglátása szerint változásra egyelőre nincs esély. A gyermekorvosi ügyelet a XIII. kerületben a Révész utca 10–12. szám alatt, a Heim Pál Gyermekkorházban és a Szent János Kórházban működik. Hétköznap 16 és 8 óra között,

## KEDVES BETEGÜNK! HOVA MENJEN? KIHEZ FORDULJON?

**GYÓGYSZERTÁR**  
NYITVATARTÁSI IDŐBEN  
VAGY ÜGYELETES  
GYÓGYSZERTÁRBAN

**VÉNY NÉLKÜL KAPHATÓ  
GYÓGYSZEREK  
ALKALMAZÁSA JAVASOLT**

BIZONYTALAN  
A GYÓGYSZEREI  
SZEDÉSÉBEN

ENYHE FEJ-  
FÁJÁS, ÍZÜLETI  
FÁJDALOM

HASMENÉS,  
EMÉSZTÉSI  
PANASZ,  
MENZESZGÖRC

ENYHE LÁZ (38,5 °C  
ALATT), MEGFÁZÁS,  
ENYHE ALLERGIÁS  
PANASZOK

**HÁZIORVOS**  
RENDELÉSI IDŐBEN

**SZEMÉLYAZONOSÍTÓ  
OKMÁNY, TAJ KÁRTYA,  
LAKCÍMKÁRTYA  
SZÜKSÉGES**

HÜZÖDÉS,  
TARTÓS ÍZÜLETI  
FÁJDALOM

VÉNY NÉLKÜL KAP-  
HATÓ GYÓGYSZE-  
REKRE 3 NAPON  
TÚL NEM JAVULÓ  
LÉGÜTI, EMÉSZTÉSI  
PANASZOK

KRÓNIKUS BETEGSÉGEK  
(PL. CUKORBETEGSÉG,  
MAGAS VÉRNYOMÁS, ASZTMA)  
KEZELÉSE, GONDOZÁSA,  
KÓRHÁZI BEUTALÁS

RECEPTELFÍRÁS,  
VÉDŐOLTÁSOK,  
SZŰRŐVIZSGÁLATOK,  
TÁPPÉNZ, ORVOSI  
IGAZOLÁSOK

**HÁZIORVOSI  
ÜGYELET**  
ÜGYELETI IDŐBEN  
**TELEFON: 1830**

**A KÖVETKEZŐ HÁZIORVOSI  
RENDELÉSIG  
NEM HALASZTHATÓ  
HIRTELEN KIALAKULÓ  
NEM ÉLETVESZÉLYES  
PANASZOK ESETÉN**

EGYEB RIASZTÓ  
TÜNETEKEL  
JÁRÓ CSILLAPÍ-  
HATATLAN,  
MAGAS LÁZ  
(38,5 °C FELETT)

HIRTELEN KIALAKULÓ  
ÉS GYÓGYSZERRE  
NEM JAVULÓ  
FÁJDALOM, GÖRC

HIRTELEN KEZ-  
DETÜ, FOKOZÓDÓ,  
BIZONYTALAN  
HASI, MELLKASI  
PANASZ

KRÓNIKUS BETEGSÉGEK  
AKUT PANASSZAL  
(PL. TÜNETES VÉRNYOMÁS  
KIUGRÁS, ASZTMA ROHAM,  
VÉRCUKOR INGADOZÁS, AKUT  
ALLERGIÁS BŐRTÜNETEK)

**SÜRGŐSSÉGI  
OSZTÁLY  
VAGY MENTŐK**  
**TELEFON: 112**

**RÁNDULÁS, FICAM,  
SÜLYOS BALESET,  
MÉRGEZÉS, ERŐS  
VÉRZÉS, KÓMA.**

SZORÍTÓ, NYOMÓ,  
ERŐS MELLKASI  
VAGY HEVES,  
ÉLES HASI  
FÁJDALOM

NEHÉZLÉGZÉS,  
FULLADÁS,  
LÉGZÉSLEÁLLÁS

HIRTELEN KIALAKULÓ  
VÉGTAGGYENGESÉG  
VAGY BÉNULÁS,  
BESZÉDZAVAR,  
HEVES, ÉLES FEJFÁJÁS

ZAVARTSÁG,  
ESZMÉLETVESZTÉS,  
SZIVMEGÁLLÁS

## SEGÍTÜNK!



Forrás: OMSZ

hétvégén és ünnepnapokon 24 órában fogadja a betegeket. Dr. Ficzer Andrea, a Budapesti Uzsoki Utcai Kórház főigazgatója tájékoztatása szerint az új ügyeleti rendszer bevezetése nem okozott plusznehézséget az egyébként is leterhelt sürgősségi osztályon. A zuglói betegeket a mentő nem minden esetben hozzájuk szállítja, hanem a betegség vonatkozásában a területi ellátásra kötelezett intézménybe. Potos Rita

## Tapintható tárlat



Fotó: Archiv

A Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetsége (MVGYOSZ) a felújított Hermina úti székházában rendezett ünnepséget a fehér bot nemzetközi napja alkalmából. – Az ENSZ 1969-ben nyilvánította október 15-ét a fehér bot nemzetközi napjává, azzal a céllal, hogy felhívja a figyelmet a vak és gyengénlátó embertársainkra – fejtette ki köszöntőjében dr. Kósa Ádám, a Belügyminisztérium fogyasztóvédelmi államtitkára.

Az ünnepségen a látássérült emberek érdekében végzett munkájuk elismerésül Louis Braille-émlékérmeket adományoztak Keresztesi Lajosnének, Klausz Károlynénak és Lukács Gyulánénak. Hangozat adom díjban részesült Erényi Piroska, Fekete Ágnes, Pál Erzsébet és Csernenszky László. Ezt az elismerést azok az önkéntes felolvasók kaphatják meg, akik 500 órát meghaladóan olvastak fel műveket a Bodor Tibor Hangoskönyvtár számára.

A fehér bot nemzetközi napján két tapintható kiállítás nyílt az MVGYOSZ székházban. Szarka Bence képzőművész domború portrészorozatával ismert emberek arcát, a Canon Magyarország pedig réteges nyomtatási technológiával híres fotókat tett „láthatóvá” a látássérültek számára. R. T.



## A Budapesti Közlekedési Központ akciója jövő márciusban újraindul

# Nagytakarítás volt a Puskásnál

Októberben nagytakarítást végzett a Budapesti Közlekedési Központ (BKK) a Puskás Ferenc Stadion metróállomás aluljárójában és annak környékén. Az akcióval párhuzamosan a közrendvédelmi szakemberek is szemlét tartottak a területen.

A szeptemberi Örs vezér terei műveletet követően októberben Zugló másik nagy forgalmú csomópontjában jelentek meg az FKF Köztisztasági Divízió, a FŐKERT Kertészeti Divízió, valamint a BKV Zrt. munkatársai, akik korszerű takarító járművekkel és kézi erővel tisztították meg a metróaluljárót, illetve a busz-, a trolibusz- és a villamosmegállót. Vélük párhuzamosan a rendőrség a Fővárosi Önkormányzati Rendészeti Igazgatósággal és a Zuglói Önkormányzati Rendészettel közösen ellenőrizte a metróállomás környékét, illetve a csomóponton áthaladó tömegközlekedési

eszközöket, hogy a jelenlétükkel is fokozzák az arra közlekedők biztonságérzetét.

Az októberi volt idén az utolsó zuglói nagytakarítás, mert a BKK programja a téli időszakban szünetel és csak jövő márciusban indul újra az összehangolt akció. Riersch Tamás



Fotók: Balogh Róbert

**A szakemberek a busz-, a trolibusz- és a villamosmegállót is lemosták**

A BKK 2021-ben indította útjára akcióját, amelynek keretében a főváros frekvenciált közterületeit megtisztítják, illetve a közrendvédelmi szakemberek átvizsgálják. Az elmúlt négy évben már 17 helyszínen zajlott ilyen nagytakarítás, köztük az Örs vezér terén és a Puskás Ferenc Stadion metróállomás környékén. A két zuglói csomópont minden évben szerepel a takarítási programban.

## Égő autót oltottak a zuglói rendészek

Komoly tüzesetet akadályozott meg Gergely Ádám, Beszeda Dávid és Bernát Bence, a Zuglói Önkormányzati Rendészet (ZÖR) három munkatársa. A közterület-felügyelők a Sárrét park környékén járőröztek, amikor arra figyeltek fel, hogy az egyik parkoló autó csomagteréből füst szivárog. Szolgálati járművükből elővették a poroltót és megkezdték a csomagterben keletkezett tűz oltását, majd a tulajdonos segítségével áramtalanították a kocsit és értesítették a tűzoltókat. Mire a lánglovagok a helyszínre értek, már csak az utómunka maradt. A rendészek gyors beavatkozása megakadályozta a nagyobb kárt. Rózsa András polgármester a ZÖR mindhárom munkatársának köszönetét fejezte ki a szakszerű fellépésért. A járműtüzek többségét műszaki hiba okozza. Általában a motortérben keletkezik, és az éghető anyagok jelenléte miatt a lángok hamar eléri az autó más részeit. A tűz könnyen átterjedhet a többi parkoló kocsira. R. T.



Fotó: ZÖR



Rózsa András és Hadházy Ákos Zugló rendbetételéről beszélgetett a lakosokkal

## Változtatnak a parkoláson és a közbeszerzéseken is

Rendbe Tesszük Zuglót címmel tartott lakossági fórumot a Zuglói Civil Ankétok és a CivilZugló Egyesület a Bosnyák utcai AZTA közösségi tér előadótermében. A megjelentek Rózsa András polgármesternek és Hadházy Ákos országgyűlési képviselőnek tehető fel kérdéseiket kerületünk helyzetével és közéletével kapcsolatban.



Fotók: Balogh Róbert

**Zugló polgármestere és országgyűlési képviselője egyetértett abban, hogy az előző önkormányzat elment a falig a Bayer-beruházás megakadályozásáért, de a kormányrendeletek minden kezdeményezést ellehetetlenítettek**

Rózsa András elmondta, érzi, hogy irányába nagyok a lakosság elvárásai. Minden képviselő kapott tisztséget, viszont elvárja, hogy maradéktalanul elvégezzék a munkájukat. A polgármester Zugló egyik legnagyobb problémájának nevezte, hogy a kerületnek eddig nem volt gazdája. Ez most megszűnt, az eredmények érdekében rendszer szintű változtatások történnek. A gazdálkodás területén mérhető megtakarítást fog eredményezni, hogy egyetlen felesleges szerződést sem újítanak meg. A városvezető hangsúlyozta, kulcsfontosságúnak tekinti Zugló egészségügyének a megújítását, a kapacitásbővítést és a szolgáltatás színvonalának emelését. Az orvoshiány miatt jelenleg a legfőbb célja az állomány megtartása.

Rózsa András arról is tájékoztatást adott, hogy a Csömöri út és az Egressy út között a Rákospatak utcáig bővítik ki a fizetős parkolási zónát. Bevezetik a zuglóiak által igényelhető, egész kerületben érvényes kedvezményes lakossági bérletet és a kritikus helyeken kizárólagos lakossági parkolási övezet alakítanak ki, amelyben este 6 órától reggel 8 óráig csak az ott élők autói várakozhatnak.

A közrend romlásának megállítására a képviselő-testület többletfinanszírozást fog biztosítani a kerületi rendőrkapitányságnak, az önkormányzati rendészetnek és a polgárőrségnek, mert az állam nem nyújt kellő támogatást. A városvezető megnyugtatta az érdeklődőket, hogy a Bosnyák téri termelői és hétvégi piac megmarad. Azt is elmondta, hogy a kommunikáció javi-

tására rendhagyó közmeghallgatásokat, illetve utcafórumokat szeretnének tartani, és külön odafigyelnek arra, hogy mindenki választ kapjon a bejelentésére és történjen intézkedés is.

Hadházy Ákos azt mondta, országos változás csak akkor érhető el, ha az emberek foglalkoznak a politikával és élnek a nyomásgyakorlás lehetőségével, de erre jelenleg kevesen hajlandók. Az országgyűlési képviselő elismerte, hogy az előző kerületvezetéssel voltak problémái, de nemcsak neki, hanem a lakosságnak is, ezért döntöttek az emberek a változás mellett. A politikai ügy vélte, az új városvezetéssel jól ki fog jönni, mert a közügyek tisztaságához való viszonyuk és a demokráciáról alkotott felfogásuk hasonló. Hadházy Ákos hangsúlyozta, nem lesz háttérpolgármester, Rózsa András munkájába nem szól bele.

Az ellenzéki politikus szerint Zugló milliárdokat spórolhat meg, ha megszűnnek a korábbi, irányított közbeszerzések és kizárólag a legjobb ajánlatot tevők nyernek. Az országgyűlési képviselő úgy vélte, az előző önkormányzat a Bosnyák téri Bayer-beruházás megakadályozásáért elment a falig, de a kormány a



**Lesznek rendhagyó közmeghallgatások és utcafórumok is, hogy mindenki választ kapjon a kérdéseire**

rendeleteivel minden próbálkozást ellehetetlenített. Zuglónak egyetlen lehetősége maradt, minél több pénzt kiperéslni a beruházóból. Hadházy Ákos szerint Zugló lakói a légtérzaj jelentős növekedésére számíthatnak, mert a visszavásárolt repülőterre egyre több, a kínai gazdaságot kiszolgáló nagy szállító repülőgép érkezik majd. Ez ellen csak a lakosság tud fellépni, amelynek jó eszköze lehet a nagy kerületi utak forgalomlassító lezárása.

Papp Dezső

# A Népstadion és az Egressy úti óvoda kapcsolata mindig rendkívül szoros volt Nyolcvan éve az ovisok szolgálatában

Ha a ma használt épületet tekintve nem is, de története alapján mindenképpen a Zuglói Egyesített Óvoda egyik legrégebbi szervezete az Egressy úti Meseház tagóvoda. Az intézmény mindössze kilenc évvel fiatalabb Zuglónál.

Az idén 80 esztendőős óvoda története szorosan összefonódik Törökőr fejlődésével. Ahogy a városrész növekedett, úgy lett egyre nagyobb igény gyermekintézményre is. A mai Stefánia út – Ifjúság útja – Dózsa György út által határolt terület alkalmas volt egy új ovi létesítésére. A Barakk Óvodát 1944-ben adták át, és talán még ma is állna, ha néhány év múlva az említett területen nem kezdődött volna el a Népstadion építése. Az ovit 1948-ban áthelyezték az Egressy úti cipő- és felsőrészkészítő üzem helyére. A Népstadion és az óvoda kapcsolata a kezdetektől rendkívül



**A Barakk Óvodát 1944-ben adták át, majd 1948-ban az intézményt áthelyezték az Egressy úti cipő- és felsőrészkészítő üzem helyére**

Fotó: Fortepan

szoros volt. Ezt mi sem bizonyítja jobban, minthogy október 4-én a Meseház tagóvoda 80. születésnapja alkalmából tartott ünnepségen részt vett Németh Ferenc, az egykori Népstadion utolsó létesítményvezetője. – Mindig öröm számomra, ha meghívót kapok az óvodától, amelyet ma is a Népstadion egyik kihelyezett intézményének tekintünk – mondta a sportvezető. Az Egressy úti ovit 1986-ban statikai problémák miatt bezárták, a körzetét az Örnagy utcai intézmény vette át, azonban férőhelyhiány miatt az önkormányzat a létesítményt felújította és az óvodát ismét megnyitotta.



**Az Egressy úti ovit 1986-ban statikai problémák miatt bezárták, de férőhelyhiány miatt később felújították, és Meseház néven újraneyitották**

Fotó: Balogh Róbert

Riersch Tamás

## Digitális nevelés



Fotó: Balogh Róbert

Az óvodásokat érő digitális hatásokról rendezett fórumot a Zuglói Egyesített Óvoda (ZEÓ). Az óvodapedagógusokon túl a szülőket is meghívták. A rendezvény fő szervezője Nagy Ildikó Mária, a ZEÓ Csicssergő Tagóvodájának vezetője, az Oktatási Hivatal digitális szaktanácsadója kiemelte: a probléma összetettsége tette szükségessé a szakemberek és a szülők közös fórumát. A rendezvényen dr. Baracsi Katalin internetjogász, Vörös Zsuzsa, a szülők és óvodapedagógusok számára kifejlesztett kideaweb alapítója, és dr. Gaskóné Nagy Erika digitális gyermekvédelmi szakértő mondta el tapasztalatait. A szakemberek szerint már a bölcsődéseknél megjelennek a digitális eszközök, amelyeket a szülők adnak idő előtt a kezükbe. A digitális nevelés lényege a korlátozás és a szabályozás, ebben van nagy szerepe a szülőknek és az óvodapedagógusoknak. A zuglói Óperenciás tagóvodában tíz éve folyik digitális nevelés, amelynek jó gyakorlatát más intézmény is hasznosíthatja. R. T.



# ZUGLÓI DIÁKÖSZTÖNDÍJ 2024



Zuglóban élő 6.-7.-8. és 10.-11.-12. osztályos és felsőoktatásban tanulóknak



RÉSZLETES KIÍRÁS / ADATLAPOK

[www.zugloiakegymastert.hu](http://www.zugloiakegymastert.hu)  
[www.zuglo.hu](http://www.zuglo.hu)  
 „Pályázatok” menüben

**ÖSZTÖNDÍJ ÖSSZEGE: 150.000 Ft**

**Jelentkezési határidő: 2024. 11. 17.**

## Látványosan megújult a Zöld Lurkók Óvoda udvara a STADA Hungary Kft. jóvoltából Egészséges életmódra nevelnek az új udvari játékok

Egészségnapot tartottak a Zuglói Egyesített Óvoda Zöld Lurkók Tagóvodájában. Az eseményen az óvodások a szüleikkel közösen ültették be azokat a magaságysokat, amelyek a STADA Hungary Kft. STADA Palánta programjára benyújtott pályázat támogatásából készültek.

A STADA Hungary Kft. három éve ír ki egészségnevelő tendert az óvodák számára. Az idén egy fővárosi és egy vidéki óvoda lett a pályázat nyertese. A győztesek az egészséges életmódra nevelést szolgáló udvari játszóeszközöket kaptak, illetve a témával kapcsolatban foglalkozásokat szerveztek a gyerekeknek és a szüleiknek. Emellett a cég dolgozói tár-

sadalmi munkában segítettek az udvari játékok és a kert felújításában.

– Megtisztelő, hogy az idén ránk esett a választás – mondta Soós Ildikó, a tagóvoda vezetője, megjegyezve: külön öröm számunkra, hogy ebben az évben bekapcsolódhattak a Virágzó Zugló programba és egy fővárosi tenderen is sikerrel szerepeltek.

– Minden évben nehéz feladat a nyertes kiválasztása – tájékoztatott Villányi Orsolya, a cég menedzsere, hozzátéve: a zuglói intézmény mellett szólt, hogy már harmadszor kapta meg a Zöld Óvoda minősítést, nagy a gyereklétszám, lakótelepen működik és hátrányos helyzetű gyerekek is foglalkoznak.

Kiss Gyöngyvértől, a programot



Fotók: Subits-Tóth Gergő

**Egészségkonyha, piac és foglalkoztatótábla is került az ovi udvarára**

menedzselő Civil Impact Nonprofit Kft. ügyvezetőjétől megtudtuk, a STADA Hungary Kft. minden évben 6-7 millió forintot költ az óvodák támogatására. A Zöld Lurkók ovi udvarán egészségkonyha, piac, pad, foglalkoztatótábla és hat magaságys létesült.

Riersch Tamás



**A cég dolgozói és a szülők társadalmi munkában segítettek a magaságysok telepítésében**

## Érintőképernyős tábla az Európa 2000-ben



**Ez a típusú digitális tábla egyedülálló a hazai oktatásban**

Hatodszor rendezett digitális konferenciát az Európa 2000 Gimnázium. Az idei tanácskozás fő témája a mesterséges intelligencia oktatásban betöltött szerepe volt. Papp András igazgató elmondta, negyedik éve viselik a Microsoft Showcase School címet. Mint ilyen intézménynek élen kell járniuk a legmodernebb digitális technológia alkalmazásában és népszerűsítésében. Iskolájuk a szimpózium alkalmából avatta fel új, mozivásznon-méretű, érintőképernyős Ledman digitális tábláját, amely az első ilyen, oktatásban használt eszköz Magyarországon. A Microsoft Showcase School megnevezést kevés hazai iskola birtokolja, csak komoly feltételek megléte esetén lehet elnyerni a titlust és minden évben meg kell védeni. Zuglóban az Európa 2000 Gimnázium és a Herman Ottó Tudásközpont Általános Iskola rendelkezik ezzel a címmel. R. T.

## Kutyaotthonnak gyűjtöttek

Egy hétig gyűjtöttek a felajánlásokat a Hunyadi János Énekzenei, Nyelvi Általános Iskola diákjai a Rex Kutyaotthon Alapítvány lakói számára. Az oktatási intézmény ugyanis az idei állatok világnapja alkalmából adományozási programot hirdetett, amely keretében a tanulók október 1-8. között az alapítvány telephelyén élő kutyáknak és macskáknak állateledeleket, illetve kiegészítőket, valamint játékokat ajándékozhattak. Az akció olyan jól sikerült, hogy az utolsó napra megtelt a gyűjtésre kijelölt terület. Csaniga Andrea, a tanintézet igazgatója elmondta, a gyűjtésbe bevonták partnerintézményüket, a Zuglói Egyesített Óvoda Csicsergő Tagóvodáját is, ahonnan ugyancsak sok adomány érkezett. Az igazgató hozzátette, iskolájuk szeretne kapcsolatban maradni az alapítvánnyal és bevonni a gyerekek felelős állattartásra való nevelésébe. R. T.



## Ingyenes beszédnevelés

A Zuglóiak Egymásért Alapítvány támogatásával ingyenes beszédnevelési foglalkozásokat tartanak a Sárret Községi Térben a nyelvi fejlesztésre szoruló kerületi gyerekek számára. Balla Edit, a Sárret Községi Tér koordinátora elmondta, a logopédia területén rengeteg az ellátatlan gyerek, ennek orvoslására igyekeztek segítséget találni. Céljuk találkozott a Zuglóiak Egymásért Alapítvány Gyermekekért programjával. Az alapítvány biztosítja programjuk számára az anyagi hátteret.

A logopédus az artikulációs mozgásügyesítés, az artikuláció javítása, a beszédészlelés, a beszédértés, a fonológiai és grammatikai tudatosság, a verbális kifejezőkészség, az auditív és vizuális észlelés, a figyelem és memória fejlesztése területén tud segíteni kiscsoportos vagy egyéni foglalkozások keretében. A programot elsősorban alsó tagozatos gyerekeknek hirdették meg, de ovisokat és felsősöket is fogadnak. P. R.

**Érdeklődni és jelentkezni a koordinátor.sarret@cserepeskft.hu e-mail-címen vagy a +36-70/319-61-58-as telefonszámon lehet.**



Fotó: Sárret Községi Tér

Pedagógusok továbbképzésére fordították a Richter Anna-díjjal járó támogatást

## Tabuk nélkül a fiatalkori mentális zavarokról

Több száz pedagógusnak tartottak workshopot a zuglói székhelyű KórházSuli Alapítvány szakemberei. A Richter Anna-díjjal kitüntetett szervezet az elismeréssel járó pénzjutalomból valósította meg a Tabuk nélkül a fiatalkori mentális zavarokról című programját.



Fotó: Balogh Róbert

**Tizenhét iskolában, csaknem ötszáz tanárnak szervezett workshopot a KórházSuli Alapítván**

A kutatások szerint minden hetedik fiatal mentális zavarral küzd, tanáraik pedig sokszor tanácstalanok. Ezen kívánt segíteni a KórházSuli Alapítvány, amely a tavasszal elnyert Richter Anna-díjjal járó 4 millió forintból országos workshopokat szervezett 17 iskolában, csaknem ötszáz

pedagógus részvételével. Bercelédi Réka, az Eötvös József Gimnázium tanára, a KórházSuli társalapítója elmondta, többször tapasztalta, hogy kollégája azért fél az osztályfőnökségtől, mert nem tudja eldönteni, probléma esetén mikor kell szólni a szülőknek vagy a szakembereknek.

A dilemmát csak segítséggel lehet feloldani.

Workshopjuk alapját a mentális zavarokkal küzdő diákokat segítő, pedagógusoknak készült Kórházból Suliba 2. című kiadványuk képezi.

A tanárok erejükön felül próbálnak segíteni, mi ehhez adunk keretrendszert nekik – fejtette ki Tóthné Almássy Monika, az alapítvány vezetője, hozzátéve: fontos, hogy a pedagógusok észrevegyék, ha valamelyik diák másképp viselkedik és beszélgessenek el vele.

Ha baj van, mindenképpen jelezni kell a szülőknek, mert nem a tanárok feladata szakembert keresni.

A workshopokról érdeklődni, illetve azokra jelentkezni az [info@korhazsuli.hu](mailto:info@korhazsuli.hu) e-mail-címen lehet.

Potos Rita

## Fenntartható és francia a legjobbak között

Zugló egyetlen francia cukrászdája, az Ideál Desszert bekerült a neves Dining Guide Étteremkalauz tíz legjobb, fenntartható cukrászdái közé. Gogolák Csaba, a nemzetközileg elismert mestercukrász és felesége, Kohlmann Eszter nagyon büszke az ötödik helyre és arra, hogy a kerület cukrászdái közül elsőként kerültek be a neves kiadványba.

A fenntarthatóság a csomagolóanyagok használatára vonatkozik, de a sütemények minőségét, ízét, összetételét is figyelik a bírák, továbbá azt, hogy mennyire képes megújulni a választék egy éven belül. A családi cukrászdákat pedig kifejezetten támogatják – magyarázta Csaba a véletlenszerűen végzett vizsgálatok szempontjait. A díj szakmai tanúsítványának számít. A következő céljuk bekerülni a 10 legjobb hazai cukrászda közé. – Mi arra törekedtünk, hogy lebomló csomagolóanyagokat használjunk – tette hozzá Eszter. Mivel a termékeink árai jelentősen megemelkedtek az alapanyag- és a növekvő energiaárak miatt, igyekszünk a vásárlóinknak többet nyújtani változatos ízekkel, dekorációkkal és akciókkal.



Fotó: Balogh Róbert

**Gogolák Csaba: Célunk, hogy bekerüljünk a Dining Guide Étteremkalauz 10 legjobb hazai cukrászdája közé is**

Illés Sarolta

# Turczi István Zuglói alkony Zelkkel című művéhez Révész Tamás kerületünkben készítette a fotót Verseskötettel ünnepelte a születésnapját

Kevés alkotónak adatik meg, hogy a születésnapját saját könyvének megjelenése teszi emlékezetessé. A 67. születésnapját ünneplő Turczi István Prima Primissima, József Attila- és Magyarország Babérkoszorúja díjas zuglói költő és szerzőtársa, Révész Tamás Miféle épület az a katarzis című kötetét október 18-án mutatták be a Petőfi Irodalmi Múzeumban.

– Egy jó fénykép, akár egy jó vers alapjaiban képes megváltoztatni az önmagunkhoz és az egymáshoz való viszonyunkat – nyilatkozta Turczi István, hozzátéve: amikor egy fotóművész és egy költő elindul egymás felé, még nem sejtik, mivé fejlődhet a párbeszédük.

Révész Tamás nemzetközileg elismert magyar fotográfus szívesen fogadta Turczi felkérését, hogy fotóival illusztrálja verseskötetét.

Nem először jelent már meg a zuglói költőnek könyve más művészeti ág képviselőjével együttműködve. Korábban Eifert János fotóművésszel és Vásárhelyi Antal grafikussal készített közös alkotást. Turczi István új kötetében megjelent Zuglói alkony Zelkkel című verséhez Révész Tamás kerületünkben készítette a fotót. Riersch Tamás



**Turczi István Miféle épület az a katarzis című kötetét október 18-án jelent meg**

Fotó: Subits-Tóth Gergő

Turczi Istvánt a közelmúltban az idén 200 éve született Branko Radičević szerb romantikus költőről elnevezett Brankovo kolo nemzetközi irodalmi nagydíjjal tüntették ki. Az elismerés átadásával egyidejűleg egy válogatáskötete jelent meg szerb nyelven. A zuglói költő két éve a Boszniai Szerb Köztársaság, tavaly pedig a Kínai Népköztársaság irodalmi nagydíját is átvehette.

## Minden egyes mese a helyes orrtartásra tanít

**A mese mindig élményt okoz: aki az orrát lógatja, annak felesapja, aki fennhordja, annak rákoppint**



Zuglói óvodások szüleinek fabulázott a Lipták Villában a mese világnapja alkalmából Berecz András Kossuth-díjas mesemondó, énekes.

Az előadóművész a mesék természetével ismertette meg hallgatóságát.

– Minden emberi érzelem és viselkedési forma ott lapang valamelyik mesében, így együtt a sok mese maga az ember – fejtette ki Berecz András, hozzátéve: a mese mindig élményt okoz és megmozgatja a szívet, aki az orrát lógatja, annak felcsapja, aki fennhordja, annak rákoppint, vagyis a helyes orrtartásra tanít a nyelv széles tárházának a felhasználásával.

Az előadáson részt vett Kis Bernadett is, aki egy négy és fél éves kislány édesanyja. Az anyuka úgy vélte, a mese azért is elengedhetetlen, mert szoros kapcsolatot teremt a gyerek és szülő között. A programot szervező Zuglói Egyesített Óvodák

(ZEÓ) vezetője, Farkas Tibor Jánosné hangsúlyozta, fontosnak tartották, hogy a mesék iránt érzékenyítsék a szülőket, ezért szervezték meg az előadást.

– Ha ők átélnek, hogyan hat rájuk egy-egy történet és miként indítja be a képzeletüket, akkor talán tudatosabban törekszenek arra, hogy gyermekeik mindennapjait átszöjje az életkoruknak megfelelő mese – magyarázta a ZEÓ vezetője, megjegyezve: ez hozzájárul a gyerekek szókincsének, fantáziájának és képi gondolkodásának a fejlődéséhez.

Potos Rita

**Berecz András a jó történetmondás rejtelmeibe avatta be az óvodások szüleit**

Fotó: Subits-Tóth Gergő

## Vásáry André az élet nagy ajándékának tekinti különleges, férfi szoprán hangját Claudia Cardinalénak is énekelte a Vadnyugatot

Vásáry André volt a vendége Valler Gabriellának, az Éless-Szín vezetőjének a Zuglói Civil Házban tartott, Laza esti beszélgetések című talkshow-ban. A világ nagy színpadain megfordult énekes a Volt egyszer egy Vadnyugat című film közismert betétdalával is elkápráztatta a közönséget.



Fotók: Szűcs-Tóth Gergő

**Vásáry André családjában nem volt értéke a művészetnek, szülei tanárnak szánták**

Az előadóművészlől gimnáziumi évei alatt derült ki, hogy férfi szoprán hangja van.

– A mi családjában, ahol mindenki katonatiszt, jogász vagy könyvelő, a művészeti pályának nem volt értéke – mesélte Vásáry André, hozzátéve: ezért sokáig titkolta otthon, hogy énekelni tanul. Szülei kérésére ugyan elvégezte a történelemtanári szakot, de ő az éneklésben akart kiteljesedni. Hiába nyert operafesztivált, tanult ösztöndíjasként Bostonban komolyzenét, jelent meg lemeze itthon, sokáig mégsem indult be a karrierje. A Csillag születik tehetségkutató műsor hozta meg számára 2009-ben az országos ismertséget, ami után megnyitottak előtte a világ színpadai.

– A Volt egyszer egy Vadnyugatot már dachból nem akartam elénekelni a koncertjeimen. Panaszkodtam Csepregi Évának, aki azt mondta, sok előadó összetenné a kezét, ha legalább egy dalt hozzá kötnének. A művet a világ számtalan pontján előadtam már, de engem is meghatott, amikor Amerikában a Grand Canyon közelében léptem fel. Később pedig Claudia Cardinalénak is elénekeltem – fejtette ki az előadóművész, megjegyezve: szülei büszkék világhírű operaénekes fiukra, aki professzionális énekesként elvégezte a Liszt Ferenc Zeneakadémiát is.

– A hangom hatalmas ajándék. Fellépéseimen vannak, akiknek könnybe lábad a szemük és a koncertjeim végén, nem nagyképűségből mesélem, de állva tapsol a közönség.

Illés Sarolta

## Óriásit blöffölt az Uramisten előtt

Gárdos Péter Balázs Béla-díjas filmrendező, író volt a vendége a Cserepes-házban megrendezett Kulisszatitkok című talkshow-nak. Katona Zsuzsa kérdéseire a filmrendező beszélt életének fontos állomásairól és mesélt íróvá válásának a folyamatáról. Gárdos Péter szavaiból kiderült, gyermekkorától rendező akart lenni. Nem vették fel a filmművészeti főiskolára, ezért magyar-országi tanári diplomát szerzett, de nem mondott le az álmról, hogy egyszer nagyjátékfilmet készítsen. Előbb rendezőasszisztensként, majd rendezőként dolgozott a Mafilmnél, közben forgatókönyvterveivel bombázta a Hunnia Filmstúdió vezetőjét, Sándor Pált, de nem járt sikerrel. Egy nap előállt az Uramisten ötletével, ekkor Sándor Pál megkérdezte tőle: ki lesz az idős artista megformálója.

– Óriásit blöfföltem, az akkor már hat éve visszavonult Feleki Kamillt neveztem meg – mondta a rendező, megjegyezve: egy hetet kapott a színész írásos hozzájárulásának a megszerzésére. Az elkészült film hihetetlen sikert aratott. Gárdos Péter arról is beszélt, hogy tíz nagyjátékfilmmel, színházi és tévésorozatok rendezésével a háta mögött a kétezres évek elejétől négy mozifilm forgatókönyvét is visszadobták. Ekkor döntötte el, hogy szkriptjeiből regényt ír. Első könyve a szülei szerelmét feldolgozó Hajnali láz volt, amelyet 42 országban adtak ki.

– Az édesanyám és a feleségem biztatott, hogy írjak prózát, mert szerintük zseniális író lehetnék, és a könyvnek sokkal nagyobb hatása van az emberekre, mint a filmnek – tette hozzá Gárdos Péter.

– A Hajnali láz visszajelzése azt bizonyították, hogy igazuk van, egy filmemnél sem éltem át ekkora örömet.

Illés Sarolta



Fotó: Balogh Robert

**Gárdos Péternek nem a filmjei, hanem a Hajnali láz című regénye okozta a legnagyobb örömet**

## Dr. Janbaz Janan úgy érzi, hazánkban a magyar emberek között valódi otthonra lelt

# Tanulni jött Budapestre a zuglói állatpatikus

Ötven éve, hogy a kabuli állatorvosi egyetemen tanuló 19 éves Janbaz Janan (ejtsd: Dzsanz Dzsanan) ösztöndíjjal Magyarországra érkezett, hogy állatorvosi diplomát szerezzen. Miután befejezte a tanulmányait, hazatért és egyetemi tanár lett, majd ismét visszatért Budapestre, hogy PhD-vizsgát tegyen. A tudományos fokozat megszerzése után a politikai helyzet miatt nem tért vissza Afganisztánba, hanem Magyarországon vállalt állást.

– Nálunk hivatalosan nincsenek családi nevek. Janbaz néven születtem, ami önfeláldozót jelent a nyelvünkön. Apámat Janannak hívják, az ő neve a szerelmet és hazaszeretetet fejezi ki – mondta a magyarul kifogástalanul beszélő kutató-állatorvos, akit 1973-ban vettek fel a Kabuli Egyetem akkor induló állatorvosi fakultására. Kiemelkedő tanulmányai miatt egyenes út vezetett a magyarországi ösztöndíjhoz.

országi kandidátusi ösztöndíjat kapott, de akkor már az ötéves kislányával és a kislányával várandós feleségével érkezett Budapestre. Felesége itt elvégezte a gyógypedagógiai főiskolát, 1996-ban Janbaz PhD-fokozatot szerzett az állatorvosi tudományok terén. A kilencvenes évek politikai helyzete miatt tanulmányait befejezése után nem tértek vissza Afganisztánba. – A feleségem gyógypedagógus állást kapott Gödöllőn,

én pedig a Gödöllői Agrártudományi Egyetem (2000-től Szent István Egyetem, 2021-től Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem) babatpusztai lúdtelepén lettem állatorvos. A libák úgynevezett tolltépésének vagy tollszedésének kémiai, fiziológiai hátterét kutattam. Az állatnak az okoz stresszt, ha megfogja az ember. A tollszedés önmagában nem jelent gondot, hiszen a lúd amúgy is vedlik. De ha valaki erőből akarja kitépni az állat tollát, azzal kárt tehet. A Szent István Egyetemen 25 évig oktattam állatvédelmet 2020-as nyugdíjazásomig – fejtette ki az állatorvos, hozzátéve: 1995 óta tevékenykedik különböző állatpatikákban, a sajátját három éve nyitotta meg Zuglóban. Janbaz Janan azt is elmondta, családjával megőrizték az afgán szokásokat és hagyományokat.

Feleségével fontosnak tartották, hogy gyermekeik megtanulják ősik nyelvét. Mindezek ellenére az elmúlt 35 évben mindig úgy éltek, hogy tudták, Magyarországon a magyar emberek között igazi otthonra leltek.

– Ha az életemre visszatekintek, úgy érzem, szerencsés vagyok – beszélt érzéseiről a zuglói állatpatikus.

– Az, hogy Magyarországra kerültem, meghatározó a számomra, ennek az országnak is köszönhetem a sikereimet.

Illés Sarolta



**Dr. Janbaz Janan kifogástalanul beszél magyarul, de megőrizte az afgán szokásokat és hagyományokat**

1974. október 16-án érkezett hazánkba. Miközben az Állatorvosi Egyetemen tanult, a Mogyoródi úti kollégiumban lakott, öt évvel később állatorvosi diplomával tért vissza Kabulba, ahol az egyetemen állattenyésztést oktatott. Négy év katonaság után magyar-



Fotó: Subits-Tóth Gergő

# Nagy Károly: Örök életre vagyunk teremtve, a halál csak a földi élet befejezése

## Mindenszentek és halottak napja

A mindenszentek és a halottak napja mára a köztudatban eggyé vált, pedig jelentős különbség van a két ünnep között. Hogy mik a legfontosabb eltérések, arról adott tájékoztatást Nagy Károly esperes atya. A zuglói Rózsafüzér Királynéja Plébánia plébánosa egy saját történeten keresztül mesélte el, miért tekinti az egyház örömnappal mindenszentek napját.

– A november elsejei mindenszentek ünnepe, amely óriási örömnappal.

A győztesekre emlékezünk, akik földi életüket úgy élték, hogy elnyerték a mennyországot és rögtön odajutottak – mondta Károly atya a 741 óta megtartott ünnepéről, hozzátéve: hite szerint köztük van a nagyanyja is, mert az élete tényleg példaértékű volt.

– A halottak napja 998 óta ünnep és november másodikán tartjuk.

Ekkor minden halottért imádkozunk, hogy mielőbb a mennyországba jussanak. Mi abban is hiszünk,

hogy a szentek Istennel vannak és tudnak szólni az érdekünkben.

A földi életben nagy szerepe van a protekciónak, akik a mennyekben vannak, tényleg tudnak szólni értünk – fejtette ki a plébános, megjegyezve: a hit szerint örök életre vagyunk teremtve, a halál csak a földi élet befejezése.

– A nagymamám egy köztisztelőben álló, szent asszony volt, nagyon szép életet élt. Halála után felkerestem a helybéli plébánost, hogy a temetést megbeszéljük. Kijött elem és mosolyogva azt mondta: Gratulálok! Döbbenet néztem rá, de aztán megértettem, hogy mire gondolt, a nagymamám „célba ért”. Egy évre rá az ő édesanyja halt meg. Amikor meglátogattuk, óvatosan megkérdeztem, hogy

én is gratulálhatok-e. Ő pedig pezsgőt bontott, hisz régen a halotti torokon is ünnepeltek – mesélte Nagy Károly atya, aki azt javasolta, hogy az ünnep környékén a hozzátartozók álljanak meg egy pillanatra, és mondják

Fotó: Balogh Róbert



Fotók: Subits-Tóth Gergő

**November elseje mindenszentek, a halottak napját november 2-án tartjuk**



**A hagyomány szerint gyertyákat azért gyűjtünk, hogy a tévelygők visszataláljanak nyughelyükhöz**

el ezt az egyszerű fohászt: Istenem, segíts rajta, segítsd őt, mert én szerettem őt!

Illés Sarolta



**Nagy Károly esperes atya azt kéri, álljunk meg egy pillanatra, és mondjunk el egy imát szerettünkért**

## Változó temetkezési szokások

A hazai temetkezési szokásokról kérdeztük dr. Lányiné Kakas Magdolnát, a zuglói Téli-öld Temetkezési Szolgálat vezetőjét. A szakember szerint Budapesten az elhunytak többségét hamvasztják. A hozzátartozók általában a hamvakat temetőben vagy az otthonukba helyezik el, illetve gyakran szórást kérnek. Mint megtudtuk, egyre többször előforduló igény, hogy maradjon tárgyi emlék szerettük után. Ilyen az elhunyt ujjlenyomatát tartalmazó ékszer, egy cseppnyi hamvat őrző fiola, vagy karkötő. Dr. Lányiné Kakas Magdolnától megtudtuk, jelenleg a koporsós temetés ára 800 ezer forint fölött van, míg a hamvasztás a felébe kerül. Magdolna hozzátette, úgy látja, hazánkban tabunak számít a halál és a temetkezés, ezen a területen nincs elterjedve az öngondoskodás. Az emberek nem élnek az előtakarékoság lehetőségével, ami kapcsán szerződést köthetnek egy temetkezési irodával, így biztosítva, hogy az elképzelésük szerinti búcsúztatásban részesüljenek.



**Dr. Lányiné Kakas Magdolnától megtudtuk, hazánkban az öngondoskodás még kevésbé elterjedt**



Kivilágított zebrák, konténerházak, esőkertek és csomagmegőrzők létesítésére szavaztak a legtöbben

# Erre költik az egymilliárdot

A budapestiek döntése alapján 13 projekt valósulhat meg a fővárosi közösségi költségvetésből. Az idén öt kategóriában 175 ötletre lehetett voksolni.

A negyedik alkalommal megtartott szavazáson több mint 29 ezren vettek részt. Az egymilliárd forintos keretösszegeből többek között esőkertek, konténerházak és a Margitszigeten csomagmegőrzők készülnek. Zuglói projekt ezúttal nincs a győztesek között.

– A közösségi költségvetés egy olyan lehetőség, amely aktív párbeszédet biztosít a városlakók és a városvezetők között – mondta Karácsony Gergely főpolgármester a díjátadón.

A legnagyobb lakossági támogatást a Nyitott Budapest témakörben 4677 szavazattal a Jól kivilágított gyalogátkelőhelyek kialakítása, az Esélyteremtő Budapest kategóriában 12 665



Fotó: Balogh Róbert

**Karácsony Gergely: A közösségi költségvetés aktív párbeszédet biztosít a városlakók és a városvezetés között**

vokssal a Konténerházak hajléktalan családoknak, míg a Zöld Budapest tárgykörben 7959 szavazattal a Csapadék összegyűjtése esőkertekben című projekt kapta. Mindhárom ötlet kerete 120 millió forint. A Helyi kis ötletek tíz nyertese egyenként 50 millió forintban részesül.

Illés Sarolta

# FELHÍVÁS

**ZKNP**  
ZUGLOIPARKOLAS.HU

## Tisztelt Zuglói Lakos!

**Tájékoztatjuk, hogy a 2024. évi lakossági várakozási hozzájárulások 2025. január 31-ig érvényesek.**

2025. január 1-től bővül a kedvezményezettek köre. A díjfizető övezeteken kívül lakók is igényelhetnek parkolási engedélyt, további változás, hogy a napi másfélórás ingyenes várakozási lehetőség kétórásra módosul.

A gyorsabb ügyintézés érdekében javasoljuk, hogy Ügyfélablakunkban, online igényelje a lakossági várakozási hozzájárulást.

Részletes tájékoztatót az eljárásról, díjakról, egyéb tudnivalókról honlapunkon, a [www.zugloiparkolas.hu](http://www.zugloiparkolas.hu) oldalon talál.

POLGÁRMESTER		ÖNKORMÁNYZATI KÉPVISELŐK	
	<b>RÓZSA ANDRÁS</b> +36 70 479 3847 polgarmester@zuglo.hu		<b>TALPASSYNÉ NAGY MARGIT</b> Fidesz · 1. EVK mtalpassy@gmail.com
Előzetes bejelentkezés után fogadóóra minden hétfőn 16 órától. Amennyiben a bejelentkező mozgásában korlátozott, kérjük jelezze!			<b>RUSKAL-KLEMM CSILLA</b> Momentum · 2. EVK rk.csilla@zuglo.hu
<b>ALPOLGÁRMESTEREK</b>			<b>BUSZNYÁK IMRE</b> Momentum · 3. EVK +36 70 479 3835 busznyak.imre@zuglo.hu
	<b>BUSZNYÁK IMRE</b> +36 70 479 3835 busznyak.imre@zuglo.hu		<b>HEVÉR LÁSZLÓ GYÖRGY</b> DK · 14. EVK +36 1 872 9107 hever.laszlo@zuglo.hu
	<b>HEVÉR LÁSZLÓ GYÖRGY</b> +36 1 872 9107 hever.laszlo@zuglo.hu		<b>VÁRNAI LÁSZLÓ</b> CivilZugló egyesület · 4. EVK +36 70 436 0767 varnai.laszlo@zuglo.hu
Előzetes bejelentkezés alapján fogadóóra hétfőnként 16 órától. Bejelentkezni a hever.laszlo@zuglo.hu e-mail-címen lehet.			<b>BORBÉLY ÁDÁM</b> Fidesz · 5. EVK +36 1 614 5009 adamborbely88@gmail.com
	<b>KINISCH ANDREA</b> +36 70 704 2594 kinisch.andrea@zuglo.hu		<b>KINISCH ANDREA</b> DK · 6. EVK +36 70 704 2594 kinisch.andrea@zuglo.hu
	<b>VÁRNAI LÁSZLÓ</b> +36 70 436 0767 varnai.laszlo@zuglo.hu		<b>SZABÓ GÁBOR</b> Momentum · 7. EVK +36 30 093 6833 szabo.gabor@zuglo.hu
<b>PARLAMENTI KÉPVISELŐK</b>			<b>MOLDOVÁNYI ZSOLT</b> CivilZugló egyesület · 8. EVK zsolt.moldovanyi@zuglo.hu
	<b>HADHÁZY ÁKOS</b> 8. OEVK zuglo@hadhazyakos.hu		<b>TÓTH ATTILA</b> DK · 9. EVK +36 70 479 3837 toth.attila@zuglo.hu
	<b>VAJDA ZOLTÁN</b> 13. OEVK +36 70 673 9723 hello@vajdazoltan.hu		<b>LEPSÉNYI LÁSZLÓ</b> DK · 10. EVK +36 70 477 5122 lepsenyi.laszlo@zuglo.hu
<b>JEGYZŐ</b>			<b>BITSKEY BENCE</b> DK · 11. EVK +36 20 278 0977 bitskey.bence@zuglo.hu
			<b>DR. JUHÁSZ-PINTÉR PÁL</b> Fidesz +36 70 905 0824 juhaszpinter.pal@zuglo.hu
			<b>ROZGONYI ZOLTÁN</b> Fidesz +36 30 433 6079 rozgonyi66@gmail.com
			<b>CZEGLÉDI JÁNOS</b> Mi Hazánk +36 70 704 1697 czepledi.janos@zuglo.hu
			<b>BOMBA GÁBOR</b> MKKP gbomba.mkkp@zuglo.hu
			<b>GYÓRFFY PÉTER</b> MKKP gyorffypeter@zuglo.hu
			<b>SÓGOR LÁSZLÓ</b> Összefogás Zuglóért +36 70 436 0766 sogor.laszlo.laci@gmail.com
			

# KÖRNYEZETVÉDELMI NAP A ZUGLÓI CIVIL HÁZBAN NOVEMBER 29.

Környezetvédelmi napot tart november 29-én a Zuglói Civil Házban a Lelki Egészségvédő Alapítvány. Az első kerekasztal-beszélgetést 16.30-tól tartják A közös cselekvés hajtóerővé változtathatja a klímaszorongást címmel, öt órákor az Éghajlatváltozás: megfigyelések, projekciók, hatások címmel lesz előadás, fél órával később pedig a hétköznapi környezetvédelmi lehetőségekről adnak tájékoztatást.

A rendezvény rock and roll és retró show-val zárul.

Az esemény ideje alatt a Civil Ház kistermeiben művészetterápiás workshop és villámtanácsadás lesz, az aulában pedig társasjátékok, információs pultok és beszélgetések várják az érdeklődőket.

## VÁRUNK SZERETTETEL!

# FELHÍVÁS

A társadalmi kontroll erősítése és az önkormányzati cégek átláthatóságának növelése érdekében, az Önkormányzat kizárólagos tulajdonában álló gazdasági társaságok felügyelőbizottságaiban egy-egy civil tag is helyet kap. A helyekre zuglói lakosok pályázhatnak. A pályázat részleteit megtalálja a [zuglo.hu](http://zuglo.hu) oldalon



**Zuglói Cserepes**  
Kulturális Non-profit Kft.

## PROGRAMJAINK

**ZUGLÓ** Programjaink Budapest Főváros XIV. Kerület Zuglói Önkormányzatának támogatásával valósulnak meg.

**CSEREPESHÁZ**  
1144 Budapest, Vezér u. 28/b  
T: 363-26-56  
[www.cserepeshaz.hu](http://www.cserepeshaz.hu)

### MESESZÍNHÁZ

November 10-én (vasárnap)  
10.00 órától  
**A KÓRÓ ÉS A KISPADÁR**  
A Magyar Népmese Színház előadása  
3-12 éves korig ajánlott

December 1-jén 10.00 órától  
**A KÉT VIDÁM RÉNSZARVAS**  
A Szeleburdi Meseszínház előadása.  
(3 éves kortól ajánlott)

Jegyárak: 1 600 Ft/fő; 4 800 Ft/4 fő

**HANGVARÁZS KONCERTEK**  
November 16-án (szombat)  
16.00 órától  
**A NEMZETI FILHARMONIKUSOK**  
tagjainak közreműködésével  
Belépő: 1 900 Ft / fő / alkalom  
Családi belépő: 5 700 Ft / 4 fő

**MAGYAR TÁNC HÁZ GYEREKEKNEK**  
– APRÓK TÁNCA  
Október 17-én és 24-én (vasárnap)  
11.00 órától  
Előtte 10.00 órától **KÉZMŰVES FOGLALKOZÁS** Kiss Erzsébet vezetésével.  
Belépő: 1 000 Ft / fő

**KULISSZATITKOK**  
December 6. péntek 18.00 óra  
Vendégünk: **TÓTH KRISZTINA**  
költő, író, műfordító  
Belépő: elővételben 2 000 Ft,  
az előadás napján 2 500 Ft  
Jegyek online:  
<https://oneticket.hu/>

**A SAMODAI JÓZSEF ZUGLÓI  
HELYTÖRTÉNETI MŰHELY  
PROGRAMAJÁNLOJA:**

**KÖNYVBEMUTATÓ**  
November 15-én (péntek)  
17.00 órától  
**Majkó Zsuzsanna:** Zuglói sétakönyv  
A szerzővel dr. Dömény Péter,  
a Cserepes Kft. ügyvezetője beszélget.  
A programon a részvétel díjtalan,  
regisztráció: [helytortenet@cserepeskft.hu](mailto:helytortenet@cserepeskft.hu)  
vagy +36 (70) 408 9333

**Lipták Villa**  
1146 Budapest, Hermina út 3  
T: 220-67-77  
[www.liptakvilla.hu](http://www.liptakvilla.hu)

**LIPTÁK GALÉRIA**  
**EMOTION AND ART**  
Rohonczy Viktória Barbara fotókiállítása  
Megtekinthető: 2024. december 3-ig  
a [www.liptakvilla.hu](http://www.liptakvilla.hu) weboldalon  
található nyitvatartási időben.  
A részvétel díjtalan!

**CSALÁDI VASÁRNAPOK**  
November 10-én 10.00 órától  
**Zöld Péter** – Interaktív „bújóska-mese”  
a **Majorka Színház** előadásában.  
Óvodás kortól ajánljuk! Az előadást  
kreatív foglalkozás követi. Jegyek  
a helyszínen és online az alábbi linken  
válthatók: <https://oneticket.hu>

**EGYÉB PROGRAM**  
December 6. (péntek) 17.00  
**MIKULÁS A VILLÁBAN**  
A programon való részvétel  
regisztrációhoz kötött!  
Regisztráció: +36 1 220 6777,  
+36 70 675 8393  
E-mail: [info.liptakvilla@cserepeskft.hu](mailto:info.liptakvilla@cserepeskft.hu)

**Zuglói Civil Ház**  
1144 Budapest, Csertő park 12.  
T: 789-23-97, 799-90-67  
[www.zugloicivilhaz.hu](http://www.zugloicivilhaz.hu)

**A Stand Up Brigád bemutatja:**  
November 6. (szerda) 19.00 óra  
**SZIKRA LÁSZLÓ** önálló estje  
Jegyek válthatók:  
A helyszínen hétfőtől péntekig  
10.00-19.00 óra között  
A belépőjegyek ára: 4490 Ft

**Kiállítás megnyitó**  
November 8. (péntek) 17.00 órától  
**Morschhauser Miklós** akvarellfestő  
kiállítása.  
Megtekinthető november 29-ig.  
A belépés díjtalan!

**Színházi előadás**  
November 18. (hétfő) 19.00 órától  
Laza esti beszélgetés járai mátéval  
Jegyek vásárolhatók a Civil Házban.  
Jegyek ára: 4 000 Ft

**Zuglói Ifjúsági Centrum**  
1145 Budapest, Uzsoki u.57  
T: 251-19-10  
[www.zic.hu](http://www.zic.hu)

**Kiállítás megnyitó**  
November 15. (péntek) 18.00 órától  
**Hármas Horizont**  
Szeivolt Katalin, Kovács Viki,  
Szűcs Orsolya  
képzőművészek közös kiállítása  
A kiállítás megtekinthető:  
2025. január 16-ig  
A belépés díjtalan!

**Hulladékmentes világhét alkalmából**  
November 20. (szerda)  
14.30-15.30 óráig  
**KÉZMŰVES FOGLALKOZÁS**  
Előzetes bejelentkezés szükséges!  
A részvétel díjtalan.

**INTERNETES KLUB**  
Interaktív foglalkozás, időskorúaknak.  
Saját laptopot és tabletet is hozhatnak  
magukkal az érdeklődők.  
**Kedd 15.00-16.30 óráig**  
**Vezetői:** Tamusné Varga Erzsébet,  
számítástechnika tanár  
**A szolgáltatás ára:** 800 Ft/ alkalom

## Szolgáltatás

**FESTÉST, MÁZOLÁST, TAPÉTÁZÁST és BURKOLÁST** vállalok takarítással, fóliázással. Nyugdíjasoknak kedvezmény.  
Telefon: 06-30-422-1739

**GÁZKONVEKTOROK KARBANTARTÁSA, JAVÍTÁSA, FELÚJÍTÁSA, BEÜZEMELÉSE. GÁZTŰZHELYEK BEKÖTÉSE. GÁZKÉSZÜLÉKEK ÁLTALÁNOS KARBANTARTÁSA. GÁZCSATLAKOZÓK CSERÉJE, MEGSZŪNTETÉSE.** Tel.: 06-30-443-2031

**VÍZSZERELÉS, VILLANYBOJLEREK VÍZKÖTELENÍTÉSE.** Csapok, szifonok vécéartályok cseréje, javítása. Mosó-, mosogatógépek bekötése. Duguláselhárítás anyagbeszerzéssel.  
Telefon: 06-30-447-36-03

**TEHERTAXI!** Költöztetés precíz munkavégzéssel! Megbízható rakodókkal, gyors ügyintézással. Igény esetén dobozok, csomagolóanyagok. Komplet csomagolási tevékenység! Lomtalanítás is vállalunk. 06-70-214-4235

**KÁRPITOSMUNKÁK: ÁTHÚZÁSOK, FELÚJÍTÁSOK,** javítások, szivacs- és rugócsere, ingyenes felméréssel és szállítással. Több mint 200-féle szövetmintával és garanciával. 30 éves szakmai tapasztalattal! Keresen bizalommal! Girászi Attila Tel.: 06-1-291-6393, 06-30-438-3514, giraszatiila@gmail.com

**DUGULÁSELHÁRÍTÁS, VÍZ-, KÖZPONTIFŰTÉS-SZERELÉS,** ázások, csőtörések megszüntetése. Mosdók, WC-tartályok cseréje. Csatornakamerázás. Ingyenes kiszállítás. 402-4330, 06-20-491-5089

**KLÍMAMEN:** klímatisztítás, -karbantartás, -csere, új klíma telepítése. Hívjon bizalommal!  
Telefon: 06-30-857-2653

**LAKÁSFELÚJÍTÁS!** Szobafestés, parkettázás, tapétázás, vízszelérés, csempézés, villanszerelés, kőműves- és kisebb munkák is garanciával. Generálkivitelező · HALÁSZ TIBOR · Telefon: 202-2505, 06-30-251-3800

Hagyatéki eljárásokban, végintézkedések-végrendeletek elkészítésében, ingatlanügyletekben jogi képviselőt ellátása. Szükség

esetén házhoz megyek! Hívjon bizalommal, dr. Barna Tamás ügyvéd: 06-20-9691-377 (Iroda: 1071 Bp., Dózsa György út 70.; kamarai azonosító: 36057186).

**SZOBAFESTŐ SZAKEMBER** vállal festést, tisztasági festést, mázolás, tapétázást, lépcsőház- és homlokzatfestést.  
Telefon: 06-30-609-4294

**RÉZ- ÉS ROZSDAMENTES KÜSZÖBÖK BESZERELÉSSEL.** Zárak, kilincsek, pántok, zsanérok cseréje, régi ajtók, ablakok felújítása, szigetelése. Telefon: 06-20-381-6703, 251-9483

**KÁRPITOS** javítást, áthúzást vállal. Telefon: 2212-392, 06-20-553-8582. XIV. ker., Nagy Lajos király útja 43/B (Fogarasi sarok)

Klimák fűtésre is! Molnár Ádám, zuglói lakos: +36 70 371 3367 Hívjon bizalommal!

**V I L L A N Y S Z E R E L É S :** konnektorjavítástól, LED-lámpa felszereléstől a lakás teljes elektromos rendszerének felújításáig mindent vállalunk. Leinformálható zuglói szerelő 06-30-336-90-42

Teljes körű festés-mázolás, akár gyors kezdéssel, vakolatjavítás. Kovács Gergely. Telefon: 06-30-568-6255

**VÍZSZERELÉS.** Csapok, szifonok, WC-k, WC-csészék, mosdók stb. cseréje. Új vezetékek kiépítése. Akciós WC-tartály csere 32.990 forintért, új műanyag WC-tartályllyal és munkadíjjal együtt.  
Telefon: 06-20-412-0524

Tisztasági festés 800 Ft/m<sup>2</sup>-től. Lakások, kerítés mázolása, parketta csiszolás. Telefon: 06-20-9455-473; 06-30-499-1814

Ha tud olyan kis munkát, amit más nem vállal, mi elvégezzük. Kőműves, burkoló, festő, ács, víz-gáz-villanszerelő szakemberek állnak rendelkezésre. Fürdőszoba felújítása, kád cseréje zuhanykabinra. Teljes körű lakásfelújítást is vállalunk. Tel.: 06-30-457-2666

**GYORSSZERVÍZ**-Duguláselhárítás, víz-, villany-, gázszelérés, készülékcsere teljes ügyintézés-sel! Garanciával! 06-20-334-34-38 www.0-24szerviz.hu

Szétesett-meglazult székek, asztalok javítása, ragasztása, újralakozása. - Antik bútorok restaurálása - kézi politúrozással - faintarzia-készítéssel. Kézműves alkotásaim megrendelhetők: használati tárgyak - lámpabúrák - gyerek játékok - faliképek - fülbevalók. ITT találja: www: Molnár Attila Intarzia (27 típusú fotóalbumban) Molnár Attila intarziáművész-bútorrestaurátor: (hétfőtől szombatig 14-20 óra között: 06-20-443-4663) molnarintarzia@gmail.com.

Ács, tetőfedő, bádogos munkák, régi, új tető készítése, palatetők javítása. Beázás megszüntetése. Generál kivitelezés. 06-30-656-8107

Nagy tapasztalattal szakápoló idősgondozást vállal, 24 órában kététi váltásban. +36-30-22-93-879

Ács tetőfedő bádogos munkát vállalunk. Garancia, számla, referencia. Hívjon bizalommal! Telefon: 06-70-152-1968

Ingatlan, hagyatéki lomtalanítás, rakodással, hulladékszállítási engedéllyel, rövid határidővel. Telefon: 06-30-7030518

## Ingatlan

**BEÉPÍTHETŐ TETŐTERET, LAPOSTETŐT** keres építésszámológépeket, homlokzat és tető hőszigetelésért, társasház-felújításért cserébe. Tel.: +36-30-451-2169

Bosnyák térhez közeli ügyvédi irodám egyik szobájába társat keresek. Ügyvéd, könyvelő stb. Érdeklődni 06-209-822-885-ös telefonon.

Építési telket vásárolnánk Budapesten és az Agglomerációban. 06-30-452-5074

## Redőny, relaxa

**REDŐNY, RELUXA,** napellenző stb. szerelése, javítása, garanciával! Zuglói redőnyös. Telefon: 06-70-341-9489, 06-20-341-0043

## Könyv

**KÖNYVEKET, KÖNYVTÁRAKAT, MŰTÁRGYAKAT 1945 ELŐTTI KÉPESLAPOKAT VÉRTESI ANTIKVÁRIUM VÁSÁROL.** Azonnali fizetés. Díjtalan kiszállítás. www.vertesiantikvarium.hu  
Telefon: 06-20-425-6437

## Egészség

**ADAMOV ANNA TERMÉSZETGYÓGYÁSZ, REFLEXOLÓGUS,** akupunktőr, spirituális gyógyító, cupping terápia. XIV., Erzsébet királyné II. Minden betegséget gyógyítok. Telefon: 220-8165, 06-30-450-0821

Házhoz megyek! Fogsor készítését, javítását vállalom garanciával. Hívjon bizalommal! Telefon: 06-20-980-3957

**GYÓGYPEDIKÚR:** Benőtt köröm, tyúkszem eltávolítása, diabéteszes, érszűkületes lábak szakszerű kezelése! Házhoz is megyek! Fontos számomra a bizalom! Ildikó 06-30-343-4443

## Régiség

**Almási Katalin vásárol értékbeccsel legmagasabb áron!** Bútorokat, órákat, festményeket, dísz tárgyakat, kristályt, porcelánt, könyveket, írógépet, varrógépet, szőrmebundát, csipkét, bizsukat, kitüntetést, régi pénzt, teljes hagyatékot. Díjtalan kiszállással!  
Telefon: 06-30-308-9148

Németh Dániel vásárol legmagasabb áron díjtalan kiszállással bútorokat, festményeket, porcelánokat, könyveket, szőnyegeket, bakelitlemezeket, kristályüvegeket, varrógépet, régi bizsut, órákat. Telefon: 06-20-294-9205

## Számítógép

Papp István - kerületi szakember. Számítógép- és laptopjavítás, -karbantartás helyszíni kiszállással. Javítás nagy tapasztalattal, tisztességesen! Tel.: 06-20-418-1813

**SZÁMÍTÓGÉPEK JAVÍTÁSA** helyszínen, hétvégén is. Vírusirtás, tanácsadás, telepítések, alkatrészcsere garanciával. Ingyenes kiszállítás. Aradi Zoltán. Tel.: 06-70-519-2470  
E-mail: szerviz@azpc.hu

**COMPUTER KLINIKA** - számítógép-javítás, -karbantartás, -bővítés, vírusirtás, telepítés ingyenes kiszállással. Hívjon bizalommal! 06-30-857-2653

## Egyéb

Fiatal diplomás házaspár életjáradéki szerződést kötne idős hölgyvel vagy úrral. 06-30-965-0495

Életjáradékot fizetne leinformálható ügyvéd/pedagógus házaspár ingatlan örökléséért. Keressen bizalommal a 06-70-252-4897 telefonszámon.

Eltartási vagy örökösödési szerződést kötnénk idős személlyel. Megoldjuk gondjait, segítünk mindenben (rezi vagy hitel), ottlakással vagy anélkül.  
Telefon: 06-30-954-3987

**KIPUFOGÓ KLINIKA**  
Kipufogó dobok, sportdobok készítése szerelése, javítása  
KIPUFOGÓK  
Katalizátorok garanciával.  
**MŰSZAKIVIZSGA ÁLLOMÁS**  
1141 Bp. Fogarasi út 189.  
Telefon: 383-8055  
www.kipufogo.hu  
Nyitva: H - P: 7.30 - 16 óráig

**RENDELJE MEG  
hirdetését  
még ma!**

zugloilapok@zuglo.hu

Megrendelés határideje:

November 19.

Anyagleadás:

November 22.

Zuglói Waldorf Iskola 

**Felvételi Események**

2024. november 25. 17:30 - 19:30  
**ELŐADÁS: ISKOLAÉRETTSÉG**  
Hogyan kísérjük a gyermeket az óvodából az iskola felé vezető úton?

2024. december 03. 17:30 - 19:30  
**BEPILLANTÓ**  
Tanári és szülői bemutatkozások, valamint számolás és kézimunka órabetűt.

2025. január 11. 10:00 - 14:00  
**NYITOTT MŰHELY**  
Családi kézműves foglalkozás az iskolában.

2025. január 28. 17:30 - 19:30  
**BEPILLANTÓ**  
Tanári és szülői bemutatkozások, valamint írástanítás és Bothmer órabetűt.

2025. február 14. 17:30 - 19:30  
**ELŐADÁS: MINDENNAPJAINK GYAKORLATA**  
Hogyan segítik iskolánk ritmusai és tevékenységei a gyermekek fejlődését?

 **ESEMÉNYEINK**  
HELYSZÍNE:  
Zuglói Waldorf Iskola  
Budapest,  
Róna u. 177-179, 1145

Részvételhez kérjük regisztrálni a honlapunkon, vagy a QR-kódon keresztül elérhető felületen.  
További információ: www.zugloiwaldorfiskola.hu,  
www.facebook.com/zugloiwaldorfiskola

**KÖVESSE Zugló  
hivatalos**  
Facebook-oldalát!  
facebook.com/zuglo14/



## KERESSÜK SHREKET!

2024. 08.15.-én kiszökött a képen látható macskánk a 14. ker. Laky Adolf utcából. Shrek jellemzői: Kandúr 8 éves, chipelt, ivartalanított. Fekete, hosszabb szőrű, nyakán fehér folt, lábai végén fehér zoknik, farkán dúsabb hosszú szőrzet, a hátán a szőrzet vöröses. Sajnos krónikus fogínygyulladásra van, kezelésre szorul!

**Ha valaki látta vagy találkozik vele, kérjük hívjon.  
100.000 Ft pénzjutalom a megtalálónak!  
+36-70-587-4521 • Kapta Viktor**

# LAKOSSÁGI FÓRUM

**IDŐPONT:  
2024. NOVEMBER 27. 17 ÓRA**

**HELYSZÍN: HÁZASSÁGKÖTŐ TEREM  
(1145 BUDAPEST,  
PÉTERVÁRAD UTCA 11-17.)**

**MINDEN RÉSZTVEVŐ, AKI A HELYSZÍNEZEN JELZI,  
HOGY VAN KÉRDÉSE, EGY SORSZÁMOT KAP,  
AMI ALAPJÁN KÉRDEZHET ZUGLÓ POLGÁRMESTERÉTŐL  
ÉS ALPOLGÁRMESTEREITŐL.**

# KÖZMEGHALLGATÁS

**IDŐPONT: 2024. NOVEMBER 28.  
17:00-19:00**

**KÉRDÉSEKET LEHET FELTENNİ:**

- POSTAI ÚTON,
- AZ ÜGYFÉLSZOLGÁLATOKON KIHELYEZETT GYŰJTŐLÁDÁKBAN (HIVATAL, ÜGYFÉLSZOLGÁLAT, KORMÁNYHIVATAL),
- WWW.ZUGLO.HU OLDALON,
- KOZMEGHALLGATAS@ZUGLO.HU E-MAIL-CÍMEN,
- VALAMINT A HELYSZÍNEZEN SZÓBAN  
(A FORMANYOMTATVÁNY KITÖLTÉSÉT KÖVETŐEN)

Kérjük, írásbeli kérdéseiket november 22.  
12.00-ig küldjék meg a fent említett lehetőségek egyikére!

**WIDEX SMARTRIC™ 440 HALLÓKÉSZÜLÉK ELEGÁNS  
TÖLTŐDOBOZBAN 50% KEDVEZMÉNNYEL!**

Elérhetőségek:

06 (70) 335 8306

csomori@widex.hu

BUDAPEST, XIV. kerület

Csömöri út 18. fszt. 1.

/A Bosnyák téri piaccal szemben/

A kockázatokról olvassa el a használati útmutatót, vagy kérdezze meg kezelőorvosát!

\*A hirdetésen szereplő Widex SmartRIC 440 hallókészülék/gyógyászati segédeszköz nem szerepel a NEAK támogatási listán.

**INNOVATÍV FORMATERVEZÉS, JOBB FÓKUSZÁLÁS**

**WIDEX** HALLÓKÉSZÜLÉK  
STÚDIÓ



CS/24/11ZL1

## Történeteink tárlata



A Samodai József Zuglói Helytörténeti Műhely Emlékmentők címmel rendezett tárlatot a Zuglói Civil Házban.

A szervezet olyan szokásostól eltérő közösségi kiállítással lépett a közönség elé, amelynek minden darabja a kerület lakóitól származik, és a zuglóiak papírra vetett visszaemlékezésein, emléktárgyain, családi és archív fotóin keresztül mutatja be, milyen volt egykor a városrészünk.

– Jó érzés látni, hogy közös múltunkból nemcsak az épületek, hanem a hozzájuk kapcsolódó történetek is megőrződtek – emelte ki tárlatnyitó beszédében Rózsa András polgármester, hozzátéve: így nem merülnek feledésbe, akik már nem lehetnek velünk.

A kiállítást Majkó Zsuzsa, a helytörténeti műhely vezetője mutatta be. P. D.



Fotók: Subits-Tóth Gergő

# Hét hónap alatt 322 zuglói vált a szövetségesek Helytörténeti sorozat: Zugló

Az amerikai és a brit légierő 1944 őszén több hétig tartó támadássorozatot indított Budapest ellen. Az akcióba bekapcsolódtak a szovjet távolsági bombázók is. A lakosság szeptember 17-én élte át a leghosszabb ideig tartó bombázást, amely során az amerikai repülőgépek 40 hullámban támadták a magyar fővárost. Zuglóban több utcában házsorok dőltek romba, a Városligetben elpusztult az Iparcsarnok és a Királysárvány, újabb találatot kapott a Közlekedési Múzeum és az állatkert.

1944 augusztusának utolsó harmadától már szinte nem múlt el nap, hogy a szövetséges repülőkötelékek ne jelentek volna meg Magyarországon légtérben.

A nyári fővárosi és vidéki ipartelepek, gyárak, olajlétesítmények, hidak és vasúti csomópontok elleni pusztító légitámadások egyre jobban megviselték az embereket. A légoltalom számára a gyakori bombázások miatt a kárelhárítás és helyreállítás egyre nehezebbé vált, mert egyre több időt és nagyobb erőket igényelt a mentés.

Szeptember 5-én egy többhetes támadássorozat indult, amelynek elsődleges célja a Dunán átívelő északi és déli vasúti összekötő híd és a budapesti pályaudvarok lerombolása volt. Ebben az időszakban már a szovjetek is küldtek légi kötelékeket a

szerencsés Zugló, a 300 gépből álló szovjet kötelék a bombázást 21 óra 29 perckor kezdte. Minden kerület kapott a légiaknából.

A bombázás Zuglóban egy ember halálát okozta és súlyos pusztítást végzett az állatkertben. Nadler Hubert, az intézmény igazgatója 1946-ban a Budapest folyóiratban megjelent cikke szerint, három akna esett az állatkert területére. Az egyik a sasok és keselyűk nagy röpdéje mellé hullott és többek között romba döntötte a kis ragadozó madarak 1939-ben épített teletető házát. Ez és a kis tóba hullott második bomba több száz madár pusztulását okozta, köztük az állatkert legöregebb és leg-

régibb lakójáét, a kondorkeselyűt. A harmadik akna a nilgauház mellé esett le, repeszei megölték egy nilgau antilopot, egy shtlandi pónit és egy dámbikát. A légnyo-



### Nehéz légvédelmi ágyúk tüzelnek az éjszakai bombázókra

Fotó: Szikra, 1944. évi 6. szám



### Az állatkert 1939-ben épített madárteletető-házát romba döntötték a repülőgépek

Fotó: zoobudapest.hu

főváros ellen. 1944-ben először szeptember 13-án este jelentek meg a Vörös Hadsereg távolsági bombázói Budapest felett. Véltetően a pályaudvarok támadása volt a feladatuk. Ezen a napon a pontatlanul ledobott bombákból egy sem találta el a XIV. kerületet. Másnap, 14-én már nem volt ilyen



### A Közlekedési Múzeum Hermina út felőli szárnyát eltaláló bomba megsemmisítette a kiállított tárgyak többségét

Fotó: Közlekedéstudományi Szemle, 1993. évi 7. szám

más betörte a pálmaház, a krokodilterrárium és a melegövi madarak nagy teletetőházának az ablaküvegeit.

Szeptember 17-én élte át a főváros a leghosszabb ideig tartó bombázást. A Budapest elleni 20. légitámadás 11 óra 25 perckor kezdődött, amelyet a 15. amerikai légi had-

# hadászati légitámadásainak áldozatává a bombák tüzeiben V. rész

sereg (15. AAF – 15. Army Air Force) 440 bombázója és 279 kísérő vadászgépe hajtott végre. A repülőgépek 40 hullámban támadtak. Célpontjaik a pályaudvarok és az olajlétesítmények voltak. A legtöbb bomba Csepelre, a Szabadkikötőre, Ferencvárosra, Kőbányára, Angyalföldre és Zuglóra hullott. A Keleti pályaudvarnak szánt bombaszőnyeg elcsúszott és az akna Erzsébetváros külső részére, a Városligetre, illetve Zugló lakó-



**Az Iparcsarnoknak csak a vázszerkezete maradt meg**

Fotó: Fortepan/ Vizkeley László

házaira hulltak. Találat érte az Erzsébet királyné útja 114., 125., a Nagy Lajos király útja 181., 183., 185., 208., 210., a Czobor utca 1., 3., 4., 6., 25., 27., az Illosvai utca 17., 25., 27., 29., a Szőnyi utca 6., 10/a, 10/b alatti épületeket, illetve a Lőcsei utca több házát. A Városligetben rommá vált az Iparcsarnok és a Király-pavilon. Újabb találatot kapott a Közlekedési Múzeum, amelynek Hermina út felőli szárnya súlyosan károsodott. Elpusztult a világhírű 1:5 arányú, egyedi készítésű vasútmodell-gyűjtemény háromnegyede, néhány tárgy kivételével a teljes hajózási kollekció, és csupán három eredeti repülőgép maradt meg. Az állatkertben láncos bomba esett a gímszarvasok kerítése mellé. A robbanás az állatokban nem tett kárt, de húsz méter átmérőjű, két és fél méter mély tölcserűt vágott a földbe és szétszaggatta a közművezetéseket.

Szeptember 18-án, este kilenc óra után ismét a szovjet légierő repülőgépei csaptak le Bu-

dapestre. A kis méretű romboló- és gyújtóbombák többsége Kőbányára, Angyalföldre és Zuglóra esett. Néhány találat érte Rákosrendezőt és a Magdolna városi pályaudvart. Szeptember 19-én este egymást követően brit éjjeli bombázók és szovjet távolsági bombázók indítottak offenzívát a főváros ellen. A megközelítőleg 300 gépből álló légi armada a Hegyvidékre, Óbudára, Újpestre és Zuglóra szórta bombaterhét.

Az állatkert ismét találatot kapott, egy nagy akna a tevék kerítése mellé esett és három lámát megölt, egy kisebb akna pedig a nagy tó partján tanyázó vízimadarakat pusztította el. A légnomástól a Pálmaház újabb üvegkárt szenvedett.

Október első felében a rossz időjárás és a magyar fegyverszüneti tárgyalások miatt jelentősen csökkent a bombázás intenzitása. Miután október 15-én elbukott a kiugrási kísérlet, 19-én és 26-án ismét bombák hullottak Zuglóra, melyek öt embert öltek meg. Novemberben pedig újabb három személy esett a légiaknak áldozatául. December elejétől Budapest frontváros lett, ekkortól már nem támadták több száz gépből álló légi kötelékek, de a bombázások állandósultak, mert a Budapesten katlanba zárt német-magyar erőkre folyamatosan csapásokat mértek a Vörös Hadsereg repülőgépei.



**A Városliget látványosságát, a Sió tündér legendáját bemutató világító szökőkutat is szétzúzták a bombák**

Fotó: Zugló tegnap, ma, holnap. Budapest, 1970

Dr. Papp János, a Hadtörténeti Közleményekben 1991-ben megjelent adatai szerint a Budapest ellen 1944 áprilisa és novembere között intézett hadászati légitámadásoknak 2905 polgári személy esett áldozatul, közülük 322-en zuglóiak volt. Papp Dezső

## Munkácsy titkai



Fotó: Papp Dezső

A 180 éve született Munkácsy Mihály festőművész fotókon és képeslapokon megjelenített műveiről és életpályájáról tartott vetített képes előadást Tumpek Zoltán, a Samodai József Zuglói Helytörténeti Műhely rendezvényén. Az elmondottakból kiderült, a festő Lieb Mihály Leó néven született Munkácson és Lang Györgynél volt asztalosinas.

A sikert drámai hatású, Sira-lomház című festménye hozta meg számára, amellyel 1870-ben elnyerte a párizsi Szalon aranyérmét. A Krisztus-trilógiát 1881–1896 között készítette. A Golgota című képén Munkácsy magát festette meg a keresztre feszített Jézusként. 1893-ban fejezte be az Országház számára a Honfoglalás című művét. Tumpek Zoltán arról is beszélt, hogy a művész kora híressége volt, tevékenységét nagy figyelem övezte. Malonyai Dezső a titkára, Liszt Ferenc és Jókai Mór a barátja volt. Tumpek Zoltán több, a nagyközönség előtt ismeretlen fotót és dokumentumot is bemutatott, köztük Lang György házának a fényképét, illetve Lieb Mihályt inasává fogadó nyilatkozatát, valamint a művész I. Ferenc József királytól kapott nemesi levelét. Papp Dezső

## Napvitamin

November másodikán van a D-vitamin világnapja, amelyet azért hívtak életre, hogy ráirányítsák az emberek figyelmét erre a létfontosságú biokémiai aktivitású anyagra. A felmérések szerint a világ lakosságának egyharmada szenved D-vitamin-hiányban, mert sokan az erős napsugárzás káros hatásaitól tartva kevés ideig tartózkodnak a szabadban.

A D-vitamin elengedhetetlen az immunrendszer megfelelő működéséhez. Létfontosságú funkciót tölt be a csontoknál és a fogaknál is, hiszen az egészséges szerkezetükhöz nélkülözhetetlen kalcium csak megfelelő D-vitamin-ellátottság mellett tud beépülni. Emellett az inzulin kiválasztásában is szerepe van, ezért az egészséges szénhidrátháztartáshoz is szükség van rá – tájékoztatott Baráti Anikó dietetikus, hozzátéve: ha rendszeresen éri fedetlen végtagjainkat napsütés, akkor a szervezetünk tavasztól ősziig képes előállítani a D-vitamin leghatékonyabb formáját a napfény UV-B sugaraiból. Télen étrendkiegészítő formájában napi 2000-4000 NE bevitelével ajánlott pótolni a létfontosságú anyagot. A D-vitamin olívaolajos lágy kapszula formájában hasznosul a legjobban, amelyet főétkezés közben vagy után célszerű bevenni.

Jelentős mennyiségben tartalmaznak D-vitamint a tengeri halak, a halmájolajak, maga a máj, a tojás, valamint a tejtermékek és a gombák. A növényi források közül pedig a zabpehely – emelte ki Baráti Anikó.

Fontos azonban tudni, hogy D-vitamin-szükségletünket kizárólag élelmiszerekből nem tudjuk fedezni. I. S.

Videókonferencia keretében kaphatnak logopédiai ellátást a sztrókon átesett betegek

## Új utakon az afáziakezelés

Egyidejű oda-visszacsatolás, több szakember jelenléte és azonnali konzultációs lehetőség, ezeket nyújtja a Zuglói Egészségügyi Szolgálat szeptemberben elindított, komplex telemedicina rendszere, amellyel az afáziás betegek rehabilitációját segítik.



Fotó: Subits-Tóth Gergő

**Tóth Margit: Nyelvtani gyakorlatokból, szókinésbővítésből, szöveges és képi feladatok megoldásából áll a távgyógyítás**

Az együttműködő szakorvosok nagy hangsúlyt fektetnek a rizikófaktorok kiszűrésére és a megelőzésre. A telemedicina-kezelést a betegek beutalóval vehetik igénybe. Potos Rita

A tavaly kísérleti jelleggel elindított program lényege, hogy a sztrók utáni afáziás betegekkel a szakemberek a személyes találkozásokon túl távgyógyítás keretében is foglalkoznak. Tóth Margit logopédus úgy vélte, az új rendszerben hatékonyabb a kezelés, mert a szakorvosok együttműködve, közösen támogatják a beteg gyógyulását.

– Neurológus, kardiológus, pszichiáter, pszichológus, mozgásterapeuta és logopédus dolgozik együtt, és közösen kialakított, személyre szabott terápiát biztosítanak a betegnek – fejtette ki a szakember, hozzátéve: nyelvtani gyakorlatokból, szókinésbővítésből, szöveges és képi feladatok megoldásából tevődik össze a logopédiai távgyógyítás. Az igénybevételéhez csupán egy olyan eszközre van szükség, amellyel csatlakozni lehet az internethez, mert videókonferencia formájában folyik a kezelés.

Tóth Margit szerint a telemedicina forradalmasíthatja az afáziások ellátását, mert a videóbeszélgetésekbe bekapcsolódó szakorvosok valós idejű visszacsatolást kapnak a betegek állapotáról.

## Vitaminpótló finomságok egyszerűen

Számos olyan élelmiszer-alapanyag van, amely nagy mennyiségben tartalmaz D-vitamint. Ezek közé tartozik a lazac, a tonhal, a szardíniakonzerv, a sertésmáj, a tojássárgája, a tejföl, a gombafejek és a tofu. Az alábbiakban két gombából és tofuból készült finomság receptjét adjuk közre. 15 dkg zablisztból 2 egész tojásból, egy nagy csipet sóval és cukorral, egy késhegynyi szódabikarbónával, tejjel/alternatív tejjel palacsintát készítünk, amit félrerakunk pihenni. Ezalatt apróra kockázzunk 30 dkg csiperke- vagy laskagombát, és nagyon kevés olajon lesütjük. Felkockázzunk 15 dkg tofut, hozzákeverjük a lesütött gombához. Miközben összesütjük, petrezselyemmel, borssal és egy kis szójaszósszal ízesítjük. Újra lehúzzuk a tűzhelyről. A palacsintákat elkészítjük, beletöltjük a töltelékkel, téglalapfor-

mára hajtogatjuk, majd zablisztbe, tojásba, zsemlemorzsába forgatjuk, és felhevített olajba gyorsan aranybarnára sütjük. Snidlinges tejföllel, rizzsel, hasáburgonyával, de bármilyen körettel tálalhatjuk. Ezekből az alapanyagokból készíthetünk rántott töltött gombafejeket is.



**A töltött gombafejeket zablisztbe forgatjuk, ezzel is egészségesebb az elkészítése**

süssük aranybarnára. Házi tartármártással tálalhatjuk, amit egy tojássárgáját felfelve, lassan hozzáadagolva egy dl olajat, sót, borsot és mustárt, otthon is elkészíthetünk.

Illés Sarolta



# Kozák Ádám elfogadhatónak tartja a sakkolimpián nyújtott teljesítményét Éljátékosként ült az asztalhoz

Első alkalommal rendeztek szeptemberben Budapesten hivatalos sakkolimpiát. A versenyen 188 csapat indult. Magyarországot három férfi és három női csapat képviselte. A zuglói Kozák Ádám a B csapat éljátékosaként képviselte hazánkat a tornán.

– Nagy élmény volt egy ilyen versenyen asztalhoz ülni – mondta az olimpikon, aki szinte az utolsó pillanatig úgy tudta, hogy az A gárdában kap helyet, azonban Rapport Richárd és Lékó Péter világbajnokjelölt nemzetközi nagymesterek beválogatása átalakította a csapat-összeállítást, így a zuglói versenyző a B jelű magyar csapat elsőtáblás játékosa lett.

– Tizenegy forduló volt, tízszer ültem asztalhoz és 5,5 pontot szereztem, ami elfogadható teljesítménynek számít – fejtette ki Kozák Ádám, megjegyezve: csak az olimpiai bajnok indiai csapat éljátékosától és egy japán sakkozótól kapott ki. Utóbbit bosszantónak tartja, mert jó állásból veszített. A vereség okát a lelkiállapotának tulajdonítja.

A sakkozó idén szép eredményeket ért el, tavasszal megnyerte a magyar nyílt bajnokságot, az erős mezőnyt felvonultató Arad Openen pedig első lett.

– Az olimpia után részt vettem a román csapatbajnokságon és az őszi folyamán valószínűleg asztalhoz ülök a Francia Openen is – nyilatkozta az olimpikon, hozzátéve: szeretne egy kicsit pihenni is, mert ez az év rendkívül megerőltető volt számára. Kozák Ádám év elejétől az örmény olimpiai bajnokkal, Sergei Movsesiannal dolgozik, együttműködésük eredményét a jövő világvásárlásain igyekeznek majd kamatoztatni. Riersch Tamás



Fotó: Subits-Tóth Gergő

**Kozák Ádám a sakkolimpián tíz alkalommal ült asztalhoz és összesen 5,5 pontot gyűjtött**

## Kokó avatta fel a BVSC új boksztermét



**A klub jó úton jár, hogy újból meghatározó egyesülete legyen a magyar ökölvívásnak**

Új edzőtermet kapott a BVSC-Zuglói Ökölvívó Szakosztálya. Az egyesület Tatai út 79. szám alatti csarnokában a birkózók és a KI-MMA sportág után a bokszolók kaptak edzőtermet. A létesítményt Szentpáli Gábor, a BVSC elnöke és Kovács Kokó István olimpiai-, világ- és Európa-bajnok ökölvívó avatta fel. – Hosszú ideig nem volt ökölvívás a BVSC-ben, de ez a sportág



**Kokó első lakása épp a mostani edzőközponttal szemben volt**

Fotó: BVSC

olyan tradíciókkal rendelkezik Zuglóban, hogy azokat mindenképpen folytatni kellett – mondta Kovács István, hozzátéve: a Tatai úthoz kedves emlékek kötik. Egyesülete, a Vasas SC 1991–2000 között itt bérelt számára lakást és szinte a mostani edzőközponttal szemben vásárolta meg az első otthonát. Ahogy a bokszlegenda is kifejtette, a BVSC Ökölvívó Szakosztálya fontos szerepet töltött be a magyar sportban. Korábban olyan ökölvívók nevelkedtek itt, mint a háromszoros olimpiai bajnok Papp László. A klub első olimpiai bajnoka egyébként Énekes István öklöző volt 1932-ben. A zuglói intézmény jó úton jár afelé, hogy újból meghatározó egyesülete legyen a magyar ökölvívásnak. A negyven fővel működő szakosztálynak több tehetséges sportolója is van. Lakos Regina az Európa-bajnokságon ezüstérmet szerzett, Fehér Koppány pedig ötödik helyezést ért el. Az október 8-i teremavatón részt vett Hámori Luca, az első magyar női olimpikon ökölvívó, aki az ünnepélyes megnyitót követően örömmel kesztyűzött a zuglói fiatalokkal. R. T.

## Szarvas, mint szimbólum

A szarvas számos nép mondvilágának és jelképrendszerének szerves része. A magyar legendárium szerint a Csodaszarvas vezette Hunort és Magort az új hazába.

A különleges lény homlokán a hajnalcsillag (Vénusz), szügyén a Hold, a két szarva között pedig a Nap ragyogott. A középkori krónikák szerint a szarvas megmutatta, hova érdemes templomot és kolostort építeni. Vannak népek, amelyek úgy tartják, hogy Buddha egyik földi inkarnációjában szarvas testet öltött, így Indiában a bölcsesség jelképeként tekintenek rá. Az erdők és a vadászat görög istennője, Artemisz is hol nőstény medve, hol szarvas alakban jelent



Fotó: wikipedia.hu

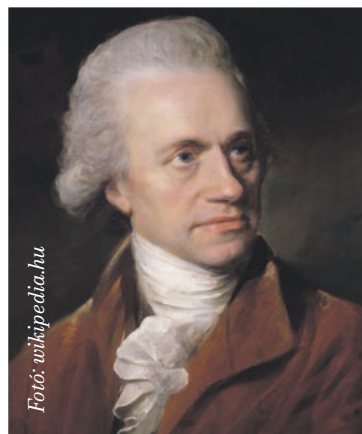
meg. Az északi népek körében a szarvas az életenergia és a nemzetség termékenységének megtestesítője. Lélekvezető állatnak is tekintik, a lét megújulását, ciklikusságát, de a Napot és Jézust is jelképezi, valamint a hosszú élet, a halhatatlanság, gyorsaság, bőség és teremtő erő szimbólumának is tartják. Jankovics Marcell tanulmánya szerint a Csodaszarvast az égen az Auriga, a Perseus és a Cassiopeia csillagai formázzák. Az utóbbi W alakja a csillagszarvas agancsa.

## William Herschel fedezte fel Naprendszerünk nyolcadik bolygóját

# Szenvedélye volt a távcsőépítés

**Minden idők egyik legnagyobb megfigyelő csillagászának tartják William Herschel német-angol zeneszerzőt, csillagászt, aki amellet, hogy felfedezte Naprendszerünk nyolcadik bolygóját, az Uránuszt, korának legmodernebb távcsöveit készítette.**

Friedrich Wilhelm Herschel néven született egy tízgyermekes családban 1738. november 15-én Hannoverben. Édesapja oboista volt a Hannoveri Katonazenekarban. Fia követte őt, az oboa mellett hegedűn, cseballón és orgonán is játszott. Később Angliába emigrált és Bathban telepedett le, a helyi zenekar direktora lett. Számos zene-művet írt, előadóművészként is fellépett. A zene vezette el a csillagászhoz, miután a hangzás filozófiájáról olvasott Robert Smithtől, aki írt egy könyvet a távcső felépítéséről is. Az utóbbi teljesen magával ragadta Herschelt, aki beleásta magát a témába. A bathi kertjében felállított, saját épí-



Fotó: wikipedia.hu

**Herschel építette kora legnagyobb távcsövet, melynek első használatakor észrevette a Szaturnusz egyik holdját**

tésű távcsövén át vizsgálta a bolygókat. Megfigyelte a Szaturnusz gyűrűit, a nagy Ori-

on-ködöt. 1781. március 13-án egy korong alakú tárgyra lett figyelmes az égbolton. Felfedezését jelentette a királyi csillagásznak. Tudóstársai segítségével kiderítette, hogy az objektum vélhetően bolygópályán mozog a Szaturnuszon túl. Az Uránusz nevet egy német csillagász javasolta az ég görög istenére, Uranoszra utalva. A távcsőépítés Herschel szenvedélyévé vált. Több mint 400 darabot készített, közülük a leghíresebb a 12 m fókusztávolságú és 126 cm átmérőjű főtükörrel felszerelt reflektor lett, amely korának legnagyobb teleszkópja volt. Már az első használatakor felfedezte vele a Szaturnusz egyik holdját.

## Kutyaharapás és kígyómarás ellen kérték a védelmét

Szent Hubetről (Hubertusz) november 3-án emlékezik meg az egyház. A ránk maradt legenda szerint hercegi családban született, ifjú korában a világi örömöknek élt. Kedvenc időtöltése a vadászat volt.

Egy nagypénteken az Ardennek erdejében űzte a vadat, amikor megjelent előtte egy ragyogóan fehér szarvas, agancsai közt fényes feszülettel és egy égi hang megtérésre szólította fel. Miután felvette a keresztény hitet előbb Maastricht majd Liège püspöke lett. A hétszázas évek legelején püspökké szentelését maga a pápa végezte, ám amikor a püspöki öltözetet átadta Hubertnek, a stóla hiányzott a ruhák közül. Ekkor egy angyal jelent meg, és átnyújtotta a ruhadarabot.

Élete utolsó hónapjában halászat közben megsérült, betegen indult el egy templom fel-

szentelésére, ahova nem érkezett meg, mert útközben meghalt, 727. május 30-án. A liège-i Szent Péter-templomban temették el.

A 743-ban fölnyitott sírjában testét épen találták meg. 825-ben ereklyéit átvitték az andoge-i apátságba, melyet később róla neveztek el.

1568. december 15-én egy lázadás alkalmával elpusztították arany ereklyetartóját.

Lotharingiában, a Rajna-vidéken és Belgiumban nagy hagyománya van a tiszteletének. A vadászok, az erdészek és az egykori lövészegek védőszentjének tartják. Kutyaharapás, kígyómarás ellen kérték a védelmét. Püspöki stóláját máig ráteszik azokra, akiket veszett kutya harapott meg.



**Szent Hubertusz püspöki stóláját máig ráteszik azokra, akiket veszett kutya harapott meg**

Fotó: wikipedia.hu

Az oldalt összeállította:  
Illés Sarolta



# Legyen Ön is Angyal:

teljesítse egy gyermek kívánságát!

Zugló Önkormányzata a Zuglói Családsegítő Központ segítségével 2024-ben is elindítja hagyományos karácsonyi kívánságteljesítő jótékonyági akcióját. Annak érdekében, hogy minden gyermek kívánsága teljesüljön, az Ön támogatását is kérjük.

**Csatlakozzon Ön is az akcióhoz, és valósítsuk meg együtt 50 nehéz sorsú gyermek kívánságát!**

Az akció november 19-én veszi kezdetét, és december 11-ig tart.



Az akció részleteiről november 19-től a következő weboldalon tájékozódhat:  
<https://zglmmedia.hu/kivansaglista/>



*Legyen Ön is Angyal!*

## Zuglói Advent

A BOSNYÁK TÉREN, A TEMPLOMNÁL



2024. december 1., Vasárnap

16:30 **Jégpályamegnyitó** a Bea Ice Dance Team Egyesület jeges műsorával

17:00 **gyertyagyújtás**

2024. december 8., Vasárnap

**Mikulás**

15:00 – 15:50 **Égi Hűhó Mikivel és Nikivel**

16:00 – 16:45 **Jön a Mikulás** (Mikuláscsomag osztás)

17:00 **gyertyagyújtás**

Részletek: [zglmmedia.hu](http://zglmmedia.hu)

A műsorváltoztatás jogát fenntartjuk.

