

Erzsébetváros



Erzsébetváros Önkormányzatának havonta megjelenő, ingyenes lapja

2017/5.

2017. május 25.

7



2



Aktuális

Aktualitások,
friss információk
Erzsébetváros
életéből



I2

Portré

Kocsis Zoltán,
a zene nagykövete

I7



Kultúra

Für Anikó
rendsztelen
rendszere



I8

Egészség

Egy hét
az egészség
jegyében

A Pa-Sa Tanya 700 erzsébetvárosi óvodás gyermeket látott vendégül Erzsébetváros önkormányzatának támogatásával. A gyermekek különböző lovas programokon vehettek részt. Május 18-án Vattamány Zsolt polgármester is csatlakozott a Brunszvik Teréz Óvodába járó apróságokhoz, akik nagy lelkesedéssel próbálták ki a lovaskocsizást a környéken. A kezdeményezés célja egyrészt nemzeti hagyományunk népszerűsítése, másrészt a hasznos időtöltés volt.

Grafikai tervezés, tördelés:

Szalay Gábor (magazin)**Rezessy Szabolcs**

Olvasószerkesztő, korrektor:

Bogdán László

Fotó:

Deák Szabolcs**Kissimon István**

Tartalomért felelős szerkesztő-

bizottság tagjai:

Bóbis-Seres Edit**Rácz Attila, Perczel Olivér****Sári Judit****Szabó Dóra**

Kiadja:

Budapest Főváros VII. Kerület**Erzsébetváros Polgármesteri Hivatal**

Felelős kiadó:

dr. Gotthard Gábor

1073 Budapest, Erzsébet krt. 6.

Tel.: 06 1 462-3100

E-mail: ujsag.erzsebetvaros@gmail.com

Hirdetésfelvétel:

1073 Bp., Erzsébet krt. 6., I. emelet 115.

hétfőtől csütörtökig 10.00–12.00 óráig

Tel.: 06 1 462-3130 (10.00–12.00 óráig)

E-mail: hirdetes@erzsebetvaros.hu

Megjelenik 40 000 példányban

ISSN 2062-5812

Online ISSN 2062-5898

Nyomda:

Pharma Press Nyomdaipari Kft.

1037 Budapest, Vörösvári út 119–121.

Az újságban található adatok, fényképek,
egyéb tartalmak szerzői jogvédelem
alatt állnak.Az újságban feladott hirdetések
tartalmáért semmilyen felelősséget
nem vállalunk, és az azokban foglalt
szolgáltatások minőségéért sem.

Bárdos- találkozó

Április 28-án ünnepelőbe öltözött gyermekekkel és szüleikkel telt meg a Rózsák terei Árpád-házi Szent Erzsébet-plébániatemplom. Az Alsóerdősori Bárdos Lajos Általános Iskola és Gimnázium regionális Bárdos-találkozót szervezett, melyen a meghívó iskolán kívül a Lágymányosi Bárdos Lajos Általános Iskola és a Dunakeszi Bárdos Lajos Általános Iskola kórusai vettek részt. A magas színvonalú zenei képzést nyújtó intézmények szívükön viselik névadójuk, Bárdos Lajos zeneszerző,



karnagy emlékének ápolását. A koncertet Márkusné Natter-Nád Klára, a Bárdos Társaság elnöke nyitotta meg, aki köszönetet mondott az alsóerdősori iskolának, amiért újjáélesztette a kórustalálko-

zók hagyományát. A közönség szünni nem akaró tapssal jutalmazta a fellépő gyermekek teljesítményét. A műsor közös énekléssel zárult: Bárdos Lajos Nézz csak a réten szét című kánonja csendült fel.

Bölcsődék napja Erzsébetvárosban

A bölcsődékben folyó nevelő-gondozó tevékenységnek meghatározó szerepe van a gyermekek egészséges testi-lelki fejlődésében, valamint az anyák munkába állásának elősegítésében és támogatásában. Magyarországon 2010 óta április 21-e a bölcsődék napja, amely államilag elismert ünnepnapnak számít. Erzsébetvárosban ezen a napon minden évben hivatalosan is köszöntik a kerületben működő bölcsődék munkatársait, és szakmai felettesi javaslat alapján külön igazgatói dicséretben részesül öt dolgozó, aki kiemelkedő teljesítményével, a szakma iránti elhivatottságával hozzájárul a bölcsődéi munka színvonalának emeléséhez. A rendezvény idén szakmai előadással vette kezdetét, ezt követően pedig a Bischitz Johanna Integrált Humán Szolgáltató Központ képviseletében Mikulás Franciska igazgató asszony és Gazsi Judit, a családokat támogató szolgálatok igazgatóhelyetese nyitotta meg a hivatalos ünnepséget. Köszönetet



mondtak a bölcsődéi dolgozók mindennapi munkájáért, átadták az elismerő okleveleket és díjakat. A gratulációkhoz Vattamány Zsolt polgármester is csatlakozott, és 1–1 szál virággal is köszöntötte a bölcsődéi munkatársakat. A Dob Bölcsődéből ebben az évben Varga Istvánné (bölcsődéi kisegítő) és Schmidtné Laposa Viktória (kisgyermeknevelő) vehette át az okleveleket, a Lövdöde Bölcsődéből Urr Katalin (kisgyermeknevelő) kapott elismerést. A Városligeti Bölcsöde munkatársai közül

Lakatiné Sallai Zsuzsánna (kisgyermeknevelő) és Bérces Erzsébet (bölcsődéi kisegítő) kapta meg a díjat. A bölcsődék napja ünnepi ebéddel zárult. Gratulálunk a díjazottaknak!



„Lelkiismeretes munkája sokunk előtt példaértékű”

A Mozgássérültek Budapesti Egyesülete megalkulásának 40. évfordulója alkalmából Herczlné Rohonyi Olgát az Erzsébetvárosban élő mozgássérült emberek érdekében végzett kiemelkedő munkájának díjazása, elismeréseképpen Vattamány Zsolt polgármester Polgármesteri Dicséretben részesítette. Az elismerést május 20-án országos ünnepség keretében adták át a díjazottnak.

A Mozgássérültek Budapesti Egyesülete 1977-ben alakult, néhány tag részvételével. Az idő múlásával egyre nagyobb igény mutatkozott a fogyatékosokkal élő emberek részéről az egyesület tevékenysége, segítsége, érdekvédelme, érdekérvényesítő képessége iránt. Ma már több ezer fős az egyesület taglétszáma, és majdnem minden kerületben működik helyi szervezet. Az erzsébetvárosi szervezet 2005-ben alakult.

Herczlné Rohonyi Olga 1986-ban költözött a

kerületbe. Többek között a Központi Statisztikai Hivatalban dolgozott közel 30 évig üzemgazdászként, majd 42 dolgozó év után nyugállományba vonult. Ezt követően, 2008-ban vállalta el a kerületi mozgássérült szervezet vezetését. 2014 óta a Mozgássérültek Budapesti Egyesületének alelnöki tisztségét is ellátja. Nem volt idegen számára a sérült emberekkel való segítség: a testvére gyermek-paralízis következtében mozgássérült lett, így kisgyermekkorától hozzászokott, hogy óvja, védje a fizikailag gyengébb, fogyatékos embereket. Természetes volt számára, hogy egy fogyatékos ember ugyanolyan értékekkel bír, mint bármelyik más ép társa.

Olga – egyrészt, mert időközben maga is mozgássérültté vált, másrészt mint a helyi szervezet vezetője – ismeri a kerületben élő mozgássérült emberek gondjait, problémáit. Bárkinek, aki hozzá fordul, segít a legkülönbözőbb ügyes-bajos dolgok megoldásában, mint a lakás akadálymentesítése, kádlift beszerzése, közüzemi elszámoló kérelem megfogalmazása, személyi segítő, speciális szállítás iránti igény stb. Telefonon és személyesen is tartja a kapcsolatot azokkal, akik az állapotuk, a körülményeik miatt nem

tudják elhagyni. A közösségformálás érdekében a kerület mozgássérültjeinek különböző programokat, összejöveteleket rendez. Együtt mennek színházba, múzeumokba, kíméletesen összeállított programokkal egy- és többnapos, bel- és külföldi kirándulásokat szervez. Minden fórumon, minden alkalommal kiáll sorstársai, a mozgássérült emberek érdekeiért.



„Mikor megkeresést kaptam a Mozgássérültek Budapesti Egyesületétől, hogy a 40 éves jubileumi közgyűlésükön tagjaik részére elismeréseket adományoznak, megtisztelő volt élni a lehetőséggel, hogy ezen alkalomból a kerületi elnök asszonyt mi is kitüntessük. Lelkiismeretes munkája sokunk előtt példaértékű, így Herczlné Rohonyi Olgának ezúton is szeretnék gratulálni, és kívánok további áldozatos munkájához kitartást, jó egészséget és sok sikert!” – mondta el Vattamány Zsolt polgármester.



Elballagtak a kerületi végzősök

Május 5-én és 6-án búcsúztak az erzsébetvárosi középiskolákban és gimnáziumokban a végzős tanulók iskolájuktól, tanáraiktól. Idén is sok fiatal fejezte be tanulmányait a

kerületben: a Budapest-Fasori Evangélikus Gimnázium három osztályából 70 diák, az Erzsébetvárosi Kéttannyelvű Általános Iskola, Szakgimnázium és Szakközépiskolából 20



végzős tanuló, az Alsóerdősori Bárdos Lajos Általános Iskola és Gimnáziumból 24 nebuló, a Madách Imre Gimnáziumból 127 gimnazista, a Facultas Humán Gimnáziumból pedig 89 tanuló ballagott el. A búcsú után meg is kezdődtek az érettségi vizsgák, melyek végeztével

a sok tanulás és megfeszített munka után a végzősök számára is elérkezik majd a várva várt nyári szünet, a pihenés ideje. Reméljük, sokan nyerne felvételt a főiskolákra, egyetemre, és szeptembertől egy új, izgalmas fejezet kezdődhet a fiatalok életében!

Bóbita-napok

Az idei Bóbita-napok alkalmából „közlekedési kiállítást” szerveztünk az óvodánkba járó kisgyermek behozott játékaiból. A tárlat megvalósításában a szülőktől is nagyon sok segítséget kaptunk.

Április 24-én délután, a Föld napján óvodás gyermekeink szüleikkel együtt virágpalántát ültettek intézményünk udvarán. Másnap, április 25-én, a Bóbita-napok megnyitóját követően a kicsik köz-



reműködésével népi táncot, majd a Maci csoport előadásában pedig a „Tavaszi gombamese” című drámajátékot láthatták a szülők és meghívott vendégeink.

A Bóbita-napok záró rendezvényét április 26-án délelőtt tartottuk meg: budapesti városnéző buszos utazáson vett

részt intézményünk összes dolgozója az óvodásokkal együtt. A kétórás program keretében idegenvezető kalauzolta az utazókat, akik fővárosunk legfőbb nevezetességeit nézhették meg.

Gregor Istvánné
fejlesztő pedagógus
Erzsébetvárosi Bóbita Óvoda

Hétpróba vetélkedő Erzsébetvárosban

Május 3-án a Fővárosi Állat- és Növénykertben tartották az erzsébetvárosi Hétpróba vetélkedősorozat legújabb fordulóját. A szervezők a program kezdetén az állatkert főbejáratánál köszöntötték az alsós és felsős diákokat, majd kezdetét vette a két korcsoport versenye. Az intézmény munkatársai által összeállított feladatlapokon a diákok játékos, kérdésekre válaszolhattak

egy évre örökre fogadta az állatkert egyik lakóját.

A Hétpróba keretében a játékonyság fontosságára is felhívta a figyelmet egy feladat, melynek lényege volt, hogy az április 24-én kihelyezett gyűjtődobozba a május 19-i határidőig a lehető legtöbb felajánlható játék kerüljön a résztvevők jóvoltából. Fontos üzenete ennek a fordulónak, hogy mindenkor legyünk



saját megfigyeléseik alapján. A vetélkedőt követő szünetben – amíg a feladatlapokat javították – a gyerekek és kísérőik élőállat-bemutatón vehettek részt a Varázshegy Csillagterében. Kora délután tartották az eredményhirdetést és a díjátadót, melyet 3D-s vetítés követte. A nyitó programra ellátogatott Vattamány Zsolt, Erzsébetváros polgármestere is, aki a hétpróbázókkal közösen

nyitották a szükségét szenvedők irányába, és az adományozás nem csak az ünnepnapok szokása, hanem hétköznapi életünk része legyen.

A szervezők nem feledkeztek meg a kreatív képességet igénylő feladatok fontosságáról sem, így rajzpályázatot hirdettek az alsós korcsoport számára „Belvárosi gyerekkor” és „Álmaim játszótéren” címmel. A nevezők május 5-ig küldhet-



ték be munkáikat, melyekkel további pontokat gyűjthettek iskolájuk számára.

A Hétpróba versenynapját május 25-én tartják a K11 Művészeti és Kulturális Központban, ahol a sport, a tudomány, a környezet és könyvismeret kategóriájában mérhetik össze tudásukat a versenyzők. A sport témájú fordulóban korcsoportonként 8 fős csapatokban induló iskolák diákjai olyan területeken mérkőzhetnek meg, mint például az íjászat vagy a falmászás. A tudományos ismeretek hasznosítása terén a felsősök

4 fős csapatai jeleskedhetnek, míg a környezet témakörében mindkét korcsoport résztvevői találékonyságukról és környezettudatos gondolkodásukról tehetnek tanúbizonyságot úgy, hogy háztartási hulladékból készítenek használati tárgyakat. A „Tudod-e?” elnevezésű kategória – melyben szintén mindkét korcsoport tanulói bizonyíthatnak – feladataiban az előzetesen megadott olvasnivalóra vonatkozó kérdéseket kell megválaszolni. A versenyt lezáró díjátadónak a Wesselényi utcai művelődési ház ad otthont.

MEGHÍVÓ

Erzsébetváros Önkormányzata és az Erzsébetvárosi Hadigondozottak Egyesülete tisztelettel meghívja Önt és Családját a Hősök Napja alkalmából tartott megemlékező ünnepségre és koszorúzásra.

Időpontja:
2017. május 26. (péntek) 14.00 óra

Helyszíne:
Budapest VII.,
Szent Erzsébet-plébániatemplom templomkertje,
világháborúk áldozatai emlékhely

Koszorúzási igények bejelentése:
a helyszínen vagy előzetesen
Müller István elnök úrnál
(Tel.: +36 30 844 0071)



Óvodások az egészséges életmódért

Az Erzsébetvárosi Óvodák Tavaszi „Felfedező” Akadályversenye elnevezésű programot május 3-án rendezték meg a Dob utcai Csicsergő Óvodában. A kerületi ovik 10–10 fős, felnőttekkel kiegészült csapatainak részvétele mellett zajló esemény célja az volt, hogy játékos eszközökkel a lehető legkorábban felhívja a legifjabb korosztály figyelmét az

egészséges, mozgásban gazdag életmód fontosságára.

A verseny részeként teljesítendő feladatok között gyorsasági „kupak kirakó” (induló sorrend sorsolása), „nyomkövetés”, „óriás csúszás”, „szlalom kerékpározás”, „mocsárjárás”, „erdő felfedező”, „átkelés a hídon” és „célba dobó” fantáziánévű programpontok szerepeltek, melyeket



valamennyi résztvevő egységesen nagyszerű eredménnyel teljesített. A versenyhez szükséges eszközök beszerzését Erzsébetváros önkormányzata támogatta.

A „küzdelem” végén ajándékok, érmek, serlegek, oklevelek

találtak gazdára, ezt követően pedig frissítővel kínálták a résztvevőket, végül a nap ünnepélyes zárása következett. Az eseményre ellátogatott Vattamány Zsolt polgármester és dr. Vető Marietta alpolgármester is.

Mesék gyerekszemmel – rajzkiállítás

A nevelési év első megbeszélésén döntöttük el, hogy az Erzsébetvárosi Bóbita Óvoda a kerület óvodáival összefogva kezdeményez és megszervez egy rajzkiállítást. A felhíváshoz minden óvoda azonnal csatlakozott. Célunk egyértelműen annak a hagyománynak a felélesztése volt, hogy az erzsébetvárosi óvodák összefogása élő, létező,

látható legyen – hozzunk létre közösen valami csodát. Mi is lehetne ennek a legkézenfekvőbb eszköze, mint a Mesék gyerekszemmel elnevezésű rajzkiállítás.

Nagy lelkesedéssel láttunk hozzá a szervezéshez. Ahová fordultunk, mindenhol elfogadással, segítőkészséggel találkozunk. Elnyertük az önkormányzat hozzájárulását



is tervünkhöz – elfogadták pályázatunkat, és jelentős összeggel segítettek a munkánkat. A kiállításához méltó hely megtalálása volt az első fontos feladat, és megkaptuk az ERÖMŰVHÁZ támogatását: végig segítőkészen álltak hozzánk.

Igyekeztünk a kiállítás helyszínül szolgáló helyiségekben tematikus alapokat kialakítani a beérkező műveknek, alkotásoknak. Az egyik terem tematikája az ember megjelenítése a mesében – kastély, szegény ember házával, templommal – lett, a másik az állatmesék otthona, a harmadik a fantáziamesék és játékok

terme lett. A tárlat megnyitóján az Erzsébetvárosi Bóbita Óvoda Maci csoportjának óvodásai nagy-nagy lelkesedéssel játszották el a „Tavaszi gombamesét”, és a kis tündérnek sikerült varázslataiba bevonnia a közönséget is.

Köszönet mindazoknak, akik támogatták, létrehozták, segítettek, látogatták a kiállítást – és akik velünk örültek a sikernek. Szeretnénk ebből hagyományt teremteni, hogy megmutathassuk a kerület óvodásainak színes alkotásait.

Kerekes Rozália,
az Erzsébetvárosi Bóbita Óvoda
óvodapedagógusa

Zsidó művészeti napok 2017

Idén május 6-a és 14-e között 24 művészeti produkciót mutattak be nagy sikerrel a Zsidó Művészeti Napok keretében olyan multikulturális programokkal együtt, amelyek méltóképpen viszik tovább a zsidó hagyományokat és karolják föl e témakörben a modern, kortárs művészeteket. Budapest olyan kulturális

helyszínein rendezték meg az eseményt, amelyek híven tükrözik a tematika szerinti nyitottságot és sokféleséget. A Zsidó Művészeti Napokat a művészeti ág sokszínűsége jellemzi, egyedi, magas színvonalú produkciók és neves előadók részvételével. A felkért művészek örömmel vettek részt a programokban. Fellépett az

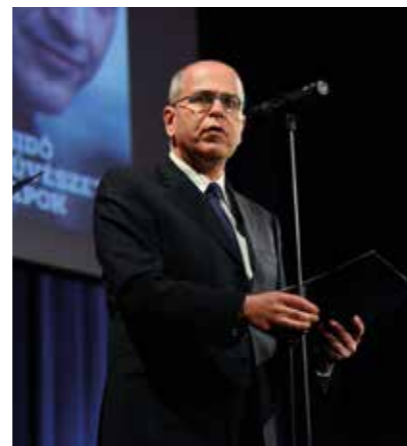


Szép jó estét, Mr. Green! Székelyi József és Pál Tamás főszereplésével, a Bethlen Téri Színházban. Foto: Gordón Eszter

I. Mendelssohn Nemzetközi Karmester Verseny győztese, Anton Shaburov, a francia Ensemble Voix Etouffées és számos kiváló hazai művész, illetve formáció, így a Budapest Bár, a Budapest Klezmer Band, a Miskolci Balett társulata, Alföldi Róbert, Dész László, Závada Pál, Udvaros Dorottya, Hegedűs D. Géza, Nógrádi Gergely, Nyáry Krisztián, Náray Erika, Székelyi József, Kollár-Klemencz László, Grecsó Krisztián, Schell Judit, László Boldizsár, Hábetler András, Szirtes Edina Mókus, Jordán Adél, Ónodi Eszter, Keresztes Tamás.

Az előadások, koncertek többségén egyedi felállásban léptek fel az előadók, olyan művészek dolgoztak együtt, akiknek régi vágya volt a közös munka, de eddig nem adódott rá alkalmuk.

A Bethlen Téri Színházban órási sikerrel mutatta be a Veres1Színház a Szép jó



Yossi Amrani, Izrael Állam magyarországi nagykövete nyitotta meg a Zsidó Művészeti Napokat az Uránia Nemzeti Filmszínházban. Foto: Vajda Tamás

estét, Mr. Green! című darabot, a Mazel Tovban pedig „Tel-Aviv Brunch” keretében értékelték a fellépő művészek a ZSIMŰ-n átélt élményeiket. Köszönet illeti a közönséget a zsidó kultúra iránti érdeklődésért, és a támogatókat, hiszen segítségükkel a Zsidó Művészeti Napok idén is színvonalas programokat valósíthatott meg.

Pályázati felhívás lakóközösségek és önkormányzati intézmények részére növényesítés támogatására 2017.

Budapest Főváros VII. Kerület Erzsébetváros Önkormányzata Képviselő-testületének Városüzemeltetési Bizottsága a 28/2013. (V.31.) számú, a helyi lakóközösségeknek és az önkormányzati intézményeknek nyújtandó növényesítési támogatásról szóló önkormányzati rendeletben foglaltak alapján pályázatot ír ki kerületi lakóközösségek és önkormányzati intézmények növényesítésének támogatására.

A vissza nem térítendő támogatás folyósítására rendelkezésre álló forrás: 8 millió forint, melynek mértéke nyertes pályázatonként legfeljebb 250 000 Ft.

A pályázatok benyújtására nyitva álló időszak: 2017. április 24. napjától a költségvetési keret felhasználásáig, de legkésőbb 2017. május 31. napjáig tart.

A pályázati kiírás részletei, mellékletei megtalálhatók Erzsébetváros honlapján (www.erzsebetvaros.hu) és az ügyfélszolgálati irodákon (Erzsébet krt. 6.; Garay u. 5.; Akácfa u. 42-48.)

A pályázattal kapcsolatban felvilágosítást ad hivatali időben a Polgármesteri Hivatal Vagyongazdálkodási Irodájának munkatársa a +36 (1) 462-3133-as telefonszámon.

PÁLYÁZAT

Pályázati felhívás szén-monoxid-érzékelő berendezés igénylésére 2017.

Budapest Főváros VII. Kerület Erzsébetváros Önkormányzata Képviselő-testületének Városüzemeltetési Bizottsága a 29/2013. (V.31.) számú, a helyi lakóközösségeknek és az önkormányzati intézményeknek nyújtandó biztonsági berendezések létesítéséhez nyújtandó támogatásról szóló önkormányzati rendeletben foglaltak alapján pályázatot ír ki kerületi lakóközösségek és önkormányzati intézmények szén-monoxid-érzékelő berendezés igénylésének támogatására.

A vissza nem térítendő támogatás folyósítására rendelkezésre álló forrás: 3 millió forint.

A jelentkezni jogosultak érvényes pályázat esetén lakásonként 7 évente nyújthatnak be pályázatot, lakások esetében legfeljebb a lakás szobaszámával egyező mennyiségben, a készlet erejéig.

A pályázatok benyújtására nyitva álló időszak 2017. május 9. napjától a költségvetési keret felhasználásáig, de legkésőbb 2017. augusztus 15. napjáig tart.

A pályázati kiírás részletei, mellékletei megtalálhatók Erzsébetváros honlapján (www.erzsebetvaros.hu) és az ügyfélszolgálati irodákon (Erzsébet krt. 6.; Garay u. 5.; Akácfa u. 42-48.)

A pályázattal kapcsolatban felvilágosítást ad hivatali időben a Polgármesteri Hivatal Vagyongazdálkodási Irodájának munkatársa a +36 (1) 462-3274-es telefonszámon.

Aktuális

7

PÁLYÁZAT

Virágültetés a Bóbita oviban

Erzsébetváros önkormányzata a Föld napja alkalmából idén 5. alkalommal rendezte meg az „Erzsébetvárosi Zöld7” elnevezésű programsorozatát a környezettudatosság jegyében. Az eddigi évek nagy sikereire való tekintettel a kerület nevelési-oktatási intézményei részére ismét ültetési „egységcsomagot” juttatott el az önkormányzat, hogy saját programjai közé beillesztve, szabadon választható időpontban tudják a növényeket elültetni. A csomagok a több mint 100 darab egynyári növény mellett ültetéshez szükséges eszközöket és egy interaktív tájékoztatót is tartalmaztak, utóbbi lehetőséget ad arra, hogy ezen keresztül a foglalkozásokon résztvevők részletesebben megismerkedhessenek a növényekkel, gondozásukkal. Az Erzsébetvárosi Bóbita Óvodában



április 24-én dr. Vető Marietta, Erzsébetváros alpolgármestere a gyerekekkel együtt virágládákban és a hatalmas, műanyag virágcserepekben helyezte el a színesebb-nél színesebb növényeket, melyek majd egész nyáron díszítik az udvart. A lelkes óvodások mellett a szülők is csatlakoztak a programhoz, és rengeteg gyönyörű palántával támogatták ezt a hagyományt. A különböző fajtájú növényeknek köszönhetően az esemény végére színpompás látványt nyújtott a Bóbita Óvoda udvara, melyben a gyerekek, az óvodai dolgozók és a szülők is nap mint nap gyönyörködhetnek majd.

Ingyenes program a kerületi időseknek

Erzsébetváros önkormányzata kiemelt figyelmet szentel a 7. kerületben élő időseknek, így a Bischitz Johanna Integrált Humán Szolgáltató Központ közreműködésével idén is változatos, ingyenes programokból álló rendezvénysorozattal színesíti a kerületi nyugdíjas lakosok mindennapjait.

A rendezvénysorozat első programjaként 2017. június 8-án, 14.30-tól 150 fő kerületi – nyugdíjas-igazolvánnyal és Erzsébetvárosi Kártyával rendelkező – idős lehet részese egy csodálatos, élő zenei élménynek 100 Tagú Cigányzenekar Ifjúsági Zenekar K11 Művészeti és Kulturális Központban megrendezett koncertjén.

A rendezvényen csak előzetes regisztrációval lehet részt venni, melyet a +36 (1) 283-4891-es telefonszámon a Humán Szolgáltató projektszervezőjének munkatársainál lehet megtenni.

A férőhelyek száma limitált, a részvételt a jelentkezések sorrendjében tudjuk biztosítani.

Sok szeretettel várunk minden kedves érdeklődőt!

Bischitz Johanna
Integrált Humán Szolgáltató Központ

Kosárlabda EB trófea roadshow

Nézd meg élőben a kosárlabda Európa-bajnokság trófeáját és a torna hivatalos labdáját!

2017. június 8., Madách tér

Programok: 14.00–20.00 óráig

- 3 pontos dobóverseny
- Meddig pörög az ujjadon a labda?
- Hivatalos FIBA nyeremények óránként
- Hangulatos chill-sarok a pályától és az Európa-bajnoki trófeától egy karnyújtásnyira
- Fotózás: **#eurobasket2017** – Légy részese a FIBA mozaiknak, és kerüelj fel a hivatalos weboldalra!

Fellép a Vivace cheerleader csapata és a FaceTeam akrobatikus sportszínház

*A program változásának jogát a szervezők fenntartják.

MEGHÍVÓ

Lovas programok az ovisok számára

Az elmúlt hetekben Erzsébetváros önkormányzatának támogatásával 700 erzsébetvárosi óvodás gyermeknek nyílt lehetősége kipróbálni a lovaglást a Pa-Sa Tanyán. A Budapesttől 35 km-re, a délegyházi tavak mellett található lovardában a kicsik a lovaglással kapcsolatos általános ismeretek megszerzése mellett szakedzők és lovas oktatók segítségével ki is próbálhatták a sportot, részt vehettek lovaskocsizáson és kézműves programokon. Minden erzsébetvárosi óvoda egy-egy napot tölthetett el a tanyán, melyet követően új élményekkel gazdagodva térhettek haza az apróságok.



Városkártyával a könyvtárba

Megállapodást kötött az önkormányzat a Fővárosi Szabó Ervin Könyvtárral, hogy a városkártyával rendelkezők, illetve az erzsébetvárosi diákok 50%-os kedvezményben részesülhessenek. A kezdeményezés célja szerint várhatóan növekedni fog Erzsébetváros olvasói létszáma, a lakosság olvasási kedve, és a kerületi diákok számára a könyvtárhasználat feltételei kedvezőbbek lesznek. A könyvtár az Erzsébetvárosi Kártyával rendelkező beiratkozók, valamint a 18. év alatti, diákigazolvánnyal és erzsébetvárosi állandó lakcímmel rendelkező beiratkozók részére 50% kedvezményt biztosít a beiratkozási díjból és a regisztrációs olvasójegy adminisztrációs díjából. A kedvezményeket személyes beiratkozáskor, a Fővárosi Szabó Ervin Könyvtár Központi Könyvtárában (Budapest, VIII. kerület, Szabó Ervin tér 1.) és az Erzsébetváros területén található tagkönyvtárakban (Budapest, Kertész utca 15., Budapest, Rottenbiller utca 10.) vehetik igénybe a jogosultak május 15-től. A kedvezmény igénybevételéhez a beiratkozó nevére kiállított Erzsébetvárosi Kártya, valamint – 18 év alattiak esetében – diákigazolvány és lakcímkártya bemutatására van szükség.



ERZSÉBETVÁROS KÁRTYA

ELFOGADÓHELYEK

Pesti Izé

Kedvezmény: 5%

Cím: 1073 Budapest, Akácfa u. 15.
Telefon: +36 30 263 6354
Honlap: www.facebook.com/pg/pestiize



Napimádó Szolárium

Kedvezmény: 15% a bérlet árából, melyet a vendég kollagén kezelésben kap meg.

Cím: 1074 Budapest, Dohány u. 57.
Telefon: +36 30 699 0020
Honlap: www.napimado.hu



Nap Egészség Centrum

Kedvezmény: 5%

Cím: 1078 Budapest, Rákóczi út 78.
Telefon: +36 1 788 0813
Honlap: www.napegeszseg.eu



Paróka Szalon és Fodrászat

Kedvezmény: 5%
(Valódi hajás termék: 5%, műhaj: 30.000 Ft-ig 10% kedvezmény)

Cím: 1074 Budapest, Rákóczi u. 68.
Telefon: +36 20 224 9222



Kartago Tours

Kedvezmény: 5%

(A kedvezmény kizárólag a Thököly úti irodában, az indulás előtt 20 nappal lefoglalt saját szervezésű utakra vonatkozik.)

Cím: 1076 Budapest, Thököly út 21-23.
Telefon: +36 1 462 8438
Honlap: www.kartagotours.hu/rodaink



Retro Kerékpárbolt és Múzeum

Kedvezmény: 10%

Cím: 1076 Budapest, Thököly u. 7.
Telefon: +36 70 410 4768
Honlap: www.facebook.com/pg/retrokerepar



A képek illusztrációk.

További elfogadóhelyek: www.erszebetvaroskartya.hu/elfogadohelyek

Babacsomagot kap minden újszülött

Május végétől a nemrég módosított, az Erzsébetvárosban született ifjú állampolgárok és a legalább 20 esztendeje itt élő 80 éven felüliek köszöntését szabályozó önkormányzati rendelet alapján minden kerületi újszülött babacsomagot kap ajándékba az önkormányzattól. A képviselő-testület a május 22-én hatályba lépett rendeletmódosítással azon szándékát is kifejezésre kívánja juttatni, hogy védje a család intézményét mint a nemzet fennmaradásának alapját, és támogassa a gyermekvállalást.

A köszöntőcsomagot postai úton fogják megkapni az arra jogosult szülők, melyben hasznos ajándékok és egy tájékoztató füzet is lesz, amely tartalmazza a legfontosabb információkat az újdonsült szülők számára.



Csökkentek a térítési díjak

Az erzsébetvárosi önkormányzat képviselő-testülete úgy döntött, hogy 2017. május 22-től a házi segítségnyújtás szolgáltatásainak térítési díját csökkenti annak érdekében, hogy az alacsonyabb jövedelmű idősök még több segítséget, ápolást és gondozást kaphassanak. A házi segítségnyújtás keretében a gondozók segítséget nyújtanak abban, hogy az ellátást igénybevevők lakóközösségükben, az egészségi állapotuknak és koruknak megfelelő ellátást kapjanak önálló életvitelük fenntartása érdekében. Szakembereink segítenek többek között a tisztálkodásban, bevásárlásban, étkeztetésben, a gyógyszer felírásában és kiváltásában, a szociális ügyintézésben, a háztartási munkában és az alapvető ápolási tevékenységekben is.

Az ellátás jogszabályi feltételeinek módosulása részeként elkülönítették a személyi gondozás keretében (gondozás és a háztartási segítségnyújtás) és a szociális segítség keretében (háztartási segítségnyújtás) nyújtható segítségnyújtási formákat.

Az önkormányzat döntésének értelmében az alacsonyabb jövedelmű idősöknek rendkívül kedvező áron van lehetőségük a személyi gondozás szolgáltatás igénybevételére annak érdekében, hogy a gondo-



zási szükségletfelmérés alapján jogosultak alacsony jövedelmük miatt ne essenek el a szolgáltatástól.

Külön állapították meg a szociális segítség személyi térítési díját. A döntés értelmében ezt a szolgáltatási elemet is igen kedvező térítési díjjal biztosítjuk Erzsébetváros alacsony jövedelmű lakosai számára.

A térítési díjakról és a szolgáltatás részleteiről a www.bjhuman.hu oldalon vagy alábbi elérhetőségeken kaphat tájékoztatást:

Humán Szolgáltató Központ Étkeztetési és Ellátásirányítási csoport: 1073 Budapest, Akácfa u. 61; Farkas Tünde, telefon: +36 (1) 342-5907, e-mail: farkas.tunde@bjhuman.hu

Bischitz Johanna
Integrált Humán Szolgáltató Központ



Egy hét a környezet-tudatosság jegyében

Ötödik éve rendezik meg a „Zöld7” elnevezésű programsorozatot Erzsébetvárosban, melynek célja a környezetvédelem kiemelkedően fontos ügyének népszerűsítése. Minden évben egyre többen csatlakoznak a népszerű akcióhoz. Idén tartották a legsokrétűbb programokat a kezdeményezés életre hívása óta.

A Föld napjához (április 22.) kapcsolódóan megvalósuló sorozat részeként a Bethlen Színház „Globe Fesztivál” elnevezésű programjával szólította meg az ifjabb korosztályt: a kisiskolások április 20–21-én tekinthették meg a Föld kincseinek megóvásáról szóló, „Maszmók a tengerentúlon” című előadást a Picaro Társulat jóvoltából, majd Éberhard Béla erdőmérnök tartott felvilágosítást a környezetvédelem témájában.



A „Takarítsunk együtt!” felhívásnak köszönhetően – a korábbi évekhez hasonlóan – idén is megszépülhetett számos erzsébetvárosi közterület a kerületi iskolák tanulóinak köszönhetően, akik számára ezúttal is az önkormányzat biztosította a szükséges takarítóeszközöket, pólokat.



Április 24-én az Alsóerdősori Bárdos Lajos Iskola 150 diákja, míg április 28-án a Baross Gábor Iskola 450 tanulója, illetve az Erzsébetvárosi Kéttannyelvű Iskola (Kertész és Dob utcai intézmények) 900 nebulója takarította saját intézménye területét, valamint a kerület utcáit, tereit. A résztvevők biztonságát az Erzsébetvárosi Rendészeti Igazgatóság munkatársai felügyelték, míg az összegyűjtött szemet elszállításáról az Erzsébetváros Kft. gondoskodott.

A programok közös takarítással folytatódtak május 19–20-án a Klauzál téren, ahol a Felelős Gazdi Program keretében az Azúr Kutyaiskola tartott bemutatót, gazdiképzőt és kézműves-foglalkozásokat az iskolai napközis csoportok részvételével. Az Almássy téren terápiás kutyaprogrammal várta a látogatókat a kutyaiskola, melynek munkatársai válaszoltak az érdeklődők kutyatartással kapcsolatos kérdéseire. A programsorozat igazi különlegessége volt a Kanga Alapítvány által szervezett kétnapos állatsimogató az Almássy téren.



Pályázati felhívás hevederzár felszerelésére 2017.

Budapest Főváros VII. Kerület Erzsébetváros Önkormányzata Képviselő-testületének Városüzemeltetési Bizottsága a 29/2013. (V.31.) számú, a helyi lakóközösségeknek és az önkormányzati intézményeknek nyújtandó biztonsági berendezések létesítésének támogatásáról szóló önkormányzati rendeletben foglaltak alapján pályázatot ír ki kerületi lakóközösségek és önkormányzati intézmények részére hevederzár felszerelésének támogatására.

A vissza nem térítendő támogatás folyósítására rendelkezésre álló forrás 1 millió forint, melynek mértéke nyertes pályázatonként legfeljebb 20 000 Ft.

A pályázatok benyújtására nyitva álló időszak 2017. április 24. napjától a költségvetési keret felhasználásáig, de legkésőbb 2017. május 31. napjáig tart.

A pályázati kiírás részletei, mellékletei megtalálhatók Erzsébetváros honlapján (www.erzsebetvaros.hu) és az ügyfélszolgálati irodákon (Erzsébet krt. 6.; Garay u. 5.; Akácfa u. 42–48.).

A pályázattal kapcsolatban felvilágosítást ad hivatali időben a Polgármesteri Hivatal Vagyongazdálkodási Irodájának munkatársa a +36 (1) 462-3274-es telefonszámon.

Nyílászáró-felújítási pályázat magánszemélyek részére 2017.

Budapest Főváros VII. Kerület Erzsébetváros Önkormányzata Képviselő-testületének Pénzügyi és Kerületfejlesztési Bizottsága pályázatot ír ki az Erzsébetváros közigazgatási területén lévő, 1990 előtt épült társasházakban és lakásfenntartó szövetkezeti házakban (továbbiakban: társasházak) külön tulajdoni hányaddal rendelkező magánszemély lakástulajdonosok, továbbá önkormányzati tulajdonú lakások bérlői részére nyílászáró felújítási munkák támogatására.

A képviselő-testület a 2017. évi költségvetésében vissza nem térítendő támogatás nyújtásának céljából nyílászárók felújítási munkálatainak támogatására bruttó 25 000 000 Ft keretösszeget különített el.

A pályázati kiírás részletei mellékletei elérhetőek: Erzsébetváros honlapján (www.erzsebetvaros.hu) vagy az ügyfélszolgálati irodákon (Erzsébet krt. 6.; Garay u. 5.; Akácfa u. 42–48., Klauzál Téri Vásárcsarnok – Klauzál tér 11.).

Álláshirdetés

Az Erzsébetváros Kft. mint közterületi tisztaságot felelős gazdasági társaság álláshelyet hirdet utcai kézi takarító munkakör betöltésére havi és/vagy hétvégi munkavégzésre. Az álláshely azonnal betölthető.

Érdeklődni az alábbi elérhetőségeken lehet:
telefon: +36 (1) 462-3428,
e-mail: erzsebetvaros.kft@gmail.com



PÁLYÁZAT

Kocsis Zoltán, a zene nagykövete

(1952–2016)

A tavaly elhunyt Kocsis Zoltánnak, a kétszeres Kossuth- és Liszt Ferenc-díjas karmester, zongoraművész és zeneszerzőnek ítélte oda az Erzsébetváros Díszpolgára posztumusz címet az önkormányzat. Az elismerést a díjazott özvegye vette át márciusban. Kocsis Zoltán május 30-án lenne 65 éves.

„Nemcsak zongoraművész és karmester volt, hanem zeneszerző és zenetudós is, akit kisgyermek korától fogva mélyen megérintett a zene élménye, a zeneszerzők egyéni hangja, formavilága, a tökéletes zenei formák tartalomteremtő ereje, lehetősége.



Fiatalkorától kezdve szívósan tökéletesítette technikáját, hallatlan szorgalommal gyűjtötte zenei ismereteit, megérezve saját zseniális képességeit, lehetőségeit.

Külső és belső hallása, a zene szövevényének gyors megértése, óriási szervezőkészsége és memóriája a zeneművek nagyvonalú megszólaltatását eredményezte” – így jellemezte Kocsis Zoltánt kortársa, Perényi Miklós gordonkaművész, a Liszt Ferenc Zeneművészeti Egyetem tanára. Ez a kiemelkedő és ritka tehetség Erzsébetvárosból indult útjára.

Iskola, betegség, zene

Kocsis Zoltán a Kertész Utcái Általános Iskolába járt, amit ugyan szeretett, diákévei mégsem voltak könnyűek. „Állítólag Karinthy és Rejtő is ugyanabban az iskolában volt kisiskolás, mindenesetre én ezt nem éreztem, amikor odajártam. Egy teljesen szabályos iskolába csöppentem. Olyanba, amilyen ma már talán nem is létezik. Negyvennyolc gyerek járt az osztályunkba, és nem volt koedukáció, csak – azt hiszem – ötödiktől. Tehát tulajdonképpen fiúosztályban tanultam, ami nekem kezdetben nagyon tetszett, aztán egyre kevésbé. Beteg is voltam abban az időben. 1960 késő őszen reumatikus lázzal kerültem be a II. sz. Gyermekgyógyászati Klinikára, ahol először hat hetet töltöttem

el, aztán otthon a lábadozás jó három hónapig tartott” – mesélte Kocsis Zoltán az Erzsébetvárosiak 2 című portrékötetben.

A kislí zenei tehetsége hamar nyilvánvalóvá vált, ötévesen már zongorázott. Viski János zeneszerző, zenepedagógus meg is látogatta a családot, és megnézte, mit tud a kis Zoltán. „Visszajátszottam a zongorán, amit hallottam. Először egy szólamban, azután több szólamban. Azt hiszem, talán a himnuszunk volt az első nóta, amit vissza tudtam játszani” – emlékezett vissza a karmester. Délután általános iskola, délután zeneiskola – erről szóltak gyermekévei, és ez később sem változott. A Bartók Béla Zeneművészeti Szakközépiskolába került, majd a Liszt Ferenc Zeneművészeti Főiskola zongora szakán tanult Kadosa Pál és Rados Ferenc tanítványaként.

„Azért az iskolát aránylag jól elvégeztem. Persze kettesekkel bukdácsoltam át, mert tanulni nem szerettem. Hát van olyan, hogy valakinek bizonyos képességei fejlettek, egyéb képességei pedig kevésbé. Én például az egzakt tudományok iránt nem nagyon érdeklődtem sohasem, ezzel szemben a humán tudományok iránt nagyon is. Tulajdonképpen a zene után a legközelebb az írás művészete áll hozzám, nem véletlen, hogy két folyóiratnak is voltam a szerkesztője” – vallotta be egy interjúban.

Határ a csillagos ég

Tanulmányai befejeztével azonnal elindult karrierje, ami egyre magasabbra és magasabbra ívelt. 18 évesen már nemzetközi ismertséget szerzett, amikor a Magyar Rádió



Beethoven-versenyét megnyerte. 21 évesen megkapta a legrangosabb zenei kitüntetést, a Liszt Ferenc-díjat.

Huszonöt évesen átvette a magyar állam által adható legmagasabb kitüntetést, a Kossuth-díjat,

és fellépett a világ számos vezető zenekarával. Rendszeres sztárvendége volt több fontos fesztiválnak, melyeket többek között Edinburgh-ban, Párizsban, Tours-ban, Luzernben, Salzburgban, Prágában, Mentonban rendeztek, és olyan ismert karmesterekkel dolgozott, mint Claudio Abbado, Christoph von Dohnányi, Edo de Waart, Charles Mackerras, Ferencsik János, Lovro von Maticic, Charles Dutoit, Herbert Blomstedt és Michael Tilson Thomas. 1983-ban Fischer Ivánnal megalapította a Budapesti Fesztiválzenekart. 1984-ben az Erdemes Művész címet, hat évvel később a Kiváló művész címet is megkapta. 1987-től, karmesteri pályája mellett, komponált is. Kocsis Zoltán 1997 ősztől a Nem-

zeti Filharmonikus Zenekart vezette. 2005-ben másodjára is megkapta a Kossuth-díjat.

Kocsis Zoltán Erzsébetvárosa

Az itt eltöltött évek miatt egész életében nagyon kötődött Budapest 7. kerületéhez,

és bár voltak rossz emlékei is, büszke volt Erzsébetváros fejlődésére. „Összességében nagyon szép emlékeim vannak, de csúnyák is természetesen. Például a Klauzál téren mindennaposak voltak a bunyók a Kazinczy utcai iskola növendékeivel. Az osztályom hatvan-hetven százaléka nem értelmiségi családból származott, viszont lehetett találkozni egy Ránki Dezsővel, egy Pallagi Tamással, aki annak a Pallagi Jánosnak a fia, aki itt nálunk, a Nemzeti Filharmonikusoknál nagyon sokáig a koncertmesteri tisztet töltötte be” – mesélte a világhírű zenész az interjúkötetben,

ahol arra a kérdésre, hogy egy vendégnek mit mutatna meg Erzsébetvárosban, azt válaszolta: a zsidónegyedet. „Az nagyon fontos része a kerületnek. Kezd megint visszajönni az a világ, ami a monarchia befejeztével vagy megszűnésével eltűnt. Örvedetes módon néha ugyanazokat a tulajdonosokat látom a cégtáblákon, mint a régi fényképeken. Azonkívül egyre több a kóser étterem. Újjáélednek a Klauzál tér környékének boltjai vagy a vásárcsarnok. A zsinagóga sem maradhat ki, amely Európában a legnagyobb, ha jól tudom. Természetesen nem akarok itt tiszteletbeli zsidóvá válni, vagy fogadatlan prókátorként olyasféle dolgokról beszélni, amelyek egyébként is nagy nyilvánosságot kapnak, de szinte végeláthatatlan, amit meg lehetne mutatni. Illetve van, amit már nem lehet. A Kertész és Akácfa utcában az akkori grundok, a beépítetlen házhelyek remek alkalmat adtak a focizásra, de ma már ezek nincsenek meg. Emlékszem nagyon jól, hogy amikor a Dohány utcai zeneiskolából hazafelé ballagtunk apámmal (mindig gyalog tettük meg az utat) megnéztük a nyomdát. Érdekes volt látni, ahogy nyomják az újságokat.”

Épületenergetikai felújítások Erzsébetvárosban

Pályázati támogatást nyert Erzsébetváros önkormányzata saját tulajdonú épületeinek épületenergetikai felújítására a 2016-ban megjelent, KEHOP-5.2.9 kódszámú, „Pályázatos épületenergetikai felhívás a közép-magyarországi régió települési önkormányzatai számára” megnevezésű, Magyarország kormánya által közzétett pályázaton.



Az elmúlt években nagy hangsúlyt fektettek a kerületben a saját tulajdonú épületek energiafelhasználásának hatékonyságát növelő korszerűsítésekre, melyek során

többek között iskolák, óvodák, bölcsődék, orvosi rendelők külső nyílászáróinak, fűtési hálózatának felújítása valósult meg.

Az épületek adottságainak figyelembe vételével külső hőszigetelést is végeztek. A Peterdy utca 16. szám alatti idősok otthonát 2015-ben már KEOP pályázat keretében újították fel.

A KEHOP pályázat keretében a közép-magyarországi régió önkormányzatai nyújthattak be támogatási kérelmet saját tulajdonú épületeik épületenergetikai hatékonyságnövelő felújítására. Az önkormányzat a pályázati felhívás ismeretében, a műszaki szempontok figyelembe vételével a Dózsa György út 46. szám alatti idősok otthonára és az Alsóerdősor utca 16. szám alatti Bárdos Lajos Általános Iskola felújítására adott be támogatási kérelmet 2016 júniusában, és ez év márciusában született meg a pályázati kérelem elfogadásáról a döntés.

A támogatásoknak köszönhetően a Dózsa

György úti idősok otthona épületének korábban már megkezdett energetikai korszerűsítése folytatódhat

(külső nyílászárók cseréje, fűtési rendszer teljes felújítása) a külső homlokzati hőszigeteléssel, a lapos tetővel fedett épületrészek renoválásával. A tender keretében az épületen áramtermelő napelemes rendszert építenek ki, amely a megújuló zöldenergia felhasználásának köszönhetően hozzájárul a környezetterhelés, valamint az épület fenntartási költségeinek csökkentéséhez. A munkálatok májusban kezdődnek, a befejezés pedig ez év októberében várható. A kivitelezés során az önkormányzat kiemelt figyelmet fordít az otthonban lakó idősokorúak ellátásának zavartalanságára, az ott élők nyugalmának megővására. A felújítás eredményeként az épület összesített energetikai felhasználása mintegy 40%-kal csökkenhet.

Az Alsóerdősor utca 16. szám alatti iskolaépület az elmúlt években szintén jelentős modernizáción esett át: befejeződött a homlokzati nyílászárók felújítása, a teljes fűtési rendszer korszerűsítése. Új játszótér, sportpályát és udvari közösségi teret alakítottak ki, és jelenleg is folyamatban van az iskola részleges belső felújítása. A KEHOP pályázat keretében megvalósuló rekonstrukciók során – hasonlóan a Dózsa György



úti idősok otthonánál készülő munkákhoz – az épület külső homlokzati hőszigetelését, a lapos tetők felújítását végzik majd el. Itt is kiemelt feladatként kezelte az önkormányzat, hogy a megújuló energiák használatát előtérbe helyezze, ezért építtettek ki napelemes rendszert, amely jelentős mértékben hozzájárul az iskola energiafelhasználása által okozott környezetterhelés csökkentéséhez. Az intézmény épülete több ütemben épült 1960-as és az 1980-as évek során, a tetőablakok és az utolsóként épült épületrész tetőszerkezetének felújítása azok elöregedése miatt szükségessé vált, erre szintén a pályázat biztosított lehetőséget: a tetőszerkezet fedésének felújítását, a hőszigetelést végezték el, illetve kicserélték a tetőablakokat.

Néhány adat a felújításokról: A benyújtott pályázat alapján **166 214 811 Ft** támogatást nyert el Erzsébetváros önkormányzata. A pályázati támogatás intenzitása a támogatott projektek vonatkozásában **82%-os** mértékű.



ERZSÉBET TERV

ÉPÜL ERZSÉBETVÁROS!

az épületek energiafelhasználása mintegy **40%-kal** csökkenhet. Az üvegházhatású gázok kibocsátása **88 000 kilogramm**al lesz kevesebb éves szinten.

Fontos kiemelni, hogy a pályázati támogatásnak köszönhetően az épületek külső megjelenése, tetőszigetelése és tetőfedése is megújul.

Erzsébetváros önkormányzata a korábbi években is kiemelt figyelmet fordított a tulajdonában és fenntartásában lévő középületek energiafelhasználását csökkentő, környezetünk védelmét, megővését elősegítő felújításokra. Ezek a beruházások döntően saját, önkormányzati forrásokból valósultak meg, köszönhetően a felelős gazdálkodásnak. Ebben az évben további, az üvegházhatású gázok kibocsátásának csökkentését elősegítő napelemes áramtermelő rendszereket építenek majd ki több önkormányzati épületen.

A felújításokat követően 64 kWh kapacitású megújuló zöldenergiát termelő rendszert építenek ki. A korszerűsítés eredményeként



Két új fejlesztés is megvalósul Belső-Erzsébetvárosban

Két erzsébetvárosi fejlesztés is támogatást nyert a Fővárosi Önkormányzat TÉR_KÖZ pályázatán. A támogatás felhasználásával megtörténhet a Kis Diófa utcai közösségi kert ökológikus szemléletű fejlesztése és a Nagy Diófa utcában az Erzsébetvárosi Kerületfejlesztési Tájékoztató Pont kialakítása. Ez utóbbi lesz a helyszíne a Klauzál tér közösségi tervezési folyamatának, amely során minden érintett részt vehet majd a tér jövőjének megtervezésében.

2016 novemberében két fejlesztési javaslatot nyújtottunk be a TÉR_KÖZ 2016 elnevezésű városrehabilitációs pályázatra: a Kisdiófa Községi Kert ökológikus szemléletben történő továbbfejlesztését és az Erzsébetvárosi Kerületfejlesztési Tájékoztató Pont kialakítását.

A Kisdiófa utcában Belső-Erzsébetváros zöldfelületi rendszerét szeretnénk alternatív módon növelni. A projekt keretében a közösség bevonásával, a már meglévő parcellák és ültetések tiszteletben tartásával a kert továbbfejlesztése és még élhetőbbé tétele a cél, ezt a kert északnyugati oldalán lévő hatalmas tűzfal hőszigetelésével és zöldfallal való burkolásával, egy új kerítés kialakításával és közösségi rendezvények megtartására alkalmas nyitott-fedett tér kialakításával szeretnénk elérni. A projekt keretében lehetőség lesz a kerületi óvodák/iskolák számára interaktív oktatási tevékenységekben való részvételre.

A környezettudatos-
ságra és a fenntartható
életmódra nevelő,
tanórákon kívüli
gyakorlati programok-
nak a közösségi kert
és annak házigazdái
adhatnak otthont.



Az Erzsébetvárosi Kerületfejlesztési Tájékoztató Pont kialakítása megteremti a részvételen alapuló közösségi tervezések alapját a kerületben. Célunk, hogy valós igényekre és problémákra választ adó, konszenzussal elfogadott kerületi fejlesztések jöjjenek létre. A jelenleg üresen álló Nagy Diófa 34. szám alatti ingatlan földszinti

helyiségében alakítják
ki azt a teret, amely
a Klauzál tér jövőjét
meghatározó szakmai,
lakossági egyeztetések
helyszíne lesz.

A közösség számára megnyíló új, innovatív városfejlesztési tér helyet biztosít egyéb kerületi fejlesztésekhez kapcsolódó partnerségi folyamatokhoz is. Még az idei évben szeretnénk megkezdeni a Nagy Diófa utca 34. szám alatti épület homlokzatának felújítását és a földszinti helyiség belső kialakítását annak érdekében, hogy a helyi lakosok, civil- és gazdasági szereplők, urbanisztikai szakemberek már 2018 tavaszán elkezdhessek közösen gondolkodni a Klauzál tér megújításáról.

Dr. Bajkai István



Erzsébetváros 2017. május 25.

Für Anikó rendszeretlen rendszere



Für Anikóval Csáki Judit beszélgetett a K11-ben a Színvadás című programsorozat részeként. A közönség sokat megtudhat kedvenc művészeiről a beszélgetések alatt, ez alkalommal az Örkeny Színház színésznője is mesélt olyasmit, amit korábban soha. Elárulta, hogyan ugrál az alagsorban, mennyire „ragad bele” a szerepekbe, és miért nem való neki a jóga.

Für Anikó határozott nő, az életét nézve azonban olybá tűnhet, hogy gyakran csak sodródik. Kislányként felvették a Balettintézetbe, de nem iratkozott be. Jelentkezett az Iparművészeti Főiskolára, de a harmadik rostán kiesett. Dekoratórként dolgozott éppen, amikor bejutott a Színműre, pedig azt sem tudta, hogy hívják leendő tanárait. Saját bevétele szerint nem megy neki, hogy ajánlkozzon, ezért

házhoz jött a csoda,
amikor a Madáchban
töltött nagyszerű évek
után Mácsai Pál
szerződtette az Örkeny
Színházhoz.

Tizenhét éve látja estéről estére ugyanazokat a „fejeket”. „De azt vallom, ha az ember nappalijában a Mona Lisa lóg, és azt kell bámulnia, az nem olyan borzasztó” – mondta a színésznő.

Nem lát különbséget sem a kezdő és a befutott színész felelőssége, sem a kő- vagy a független színházi feladatok súlya között. „Ahogy elkezdődik egy próbaanyag, mindenki a nulláról kezd. Az egyik partról át kell jutni a másikra. A vízben cölöpök vannak leerve, és a lábunkkal meg kell keresni őket. És az ember sokszor beleesik a vízbe. Mellélép, beleesik, de visszakapaszkodik. Ha megtalálta a cölöpöt, akkor nem felejt el, hogy hol van. És keresheti a következőt. Ugyanazokkal az esélyekkel indulunk. Mindenki hibázhat, mindenki alkothat remeket. Egy színész nincs más helyzetben attól, mert fiatal. Ahogy a független színházban is ugyanabból a spejzből kotorászik az ember” – fogalmazott a színésznő, aki nagyon sok zenés szerepet kapott

korábban a Madách Színházban. Ma is örömmel koncertezik, de amikor otthon dudorászik, öt éves kislánya csak annyit mond: „Köszönjük, majd értesítjük!”.

A beszélgetés során azt is elmesélte, hogy attól függően, mit játszik éppen, már reggeltől arról szól a napja. A nagy sikerű Anyám tyúkjá előtt a fürdőszobában már előző este elmondja a verseit. Kedvenc szerepe a Mesél a bécsi erdő Valériája, mert nem kell benne játszania semmit, ugyanis át tudja érezni az adott korosztály dilemmáit.

„A színpad egyébként
is olyan – vallja –,
mint egy lelki dialízis,
ahol az ember az összes
félelmét, nyavalyáját,
előítéletét átmoshatja
maga munkája
során.”

Für Anikó arról is őszintén beszélt, hogy a színház mellett másik bázisa a családja és a barátai. Mindig is igényelte, hogy a magánélete független legyen a színházitól, hiszen végül úgyis minden a színpadon fut össze, de „ahhoz előbb be kell vásárolni, hogy az ember jól tudjon főzni. Kicsit el kell távolodni.” Szeret kertészkedni, takarítani, az övével járni a természetet, társasjátékozni, beszélgetni, vagy sportolás gyanánt Billy Idolra ugrálni az alagsorban, amíg már nem kap levegőt. Mert neki a jóga tényleg nem való – vallotta be. Életét pedig így jellemezte: „Egyetlen rendszer van az életben, hogy minden rendszeretlen, avagy nekem a jóga nem való.”



Erzsébetváros 2017. május 25.

www.erzsebetvaros.hu



Egy hét az egészség jegyében



A Tavasz Egészséghetet április 29. és május 6. között tartották Erzsébetvárosban. Az egészségről, a tudatos-ságról és a megelőzésről szóló esemény igen népszerű a lakosság körében, ilyenkor bárki részt vehet az ingyenes szűrővizsgálatokon. Idén azonban a jótékonykodás is szerepet kapott a rendezvényen: 3 984 500 forint gyűlt össze a Péterfy kórház javára.

A nyár közeledtével mindenkinek szüksége van hasznos tanácsokra a szépségápolás terén is, így az ERÖMŰVHÁZ az önkormányzat Tavasz Egészséghehez kapcsolódva április 29-én „szépségnapot” rendezett. Ennek keretében délután szakemberek adtak személyre szabott tanácsokat a látogatóknak, akik kozmetikusnak és sminkesnek, fodrásznak, manikűrösnek és stylistnak



köszönhetően juthattak hasznos tanácsokhoz. A MASNI szakemberei munkaerő-piaci tanácsokkal látták el az érdeklődőket, valamint ajándék sminkelést és körömfestést is kisoroltak a szerencsés látogatók között. Hennafestésre és csillámtetoválásra is volt lehetőség, késő délután pedig Schiffer Miklós tartott előadást Stílus vs. divat címmel.

Kajakkal a világ körül

Végvári Tamás tartott ismét előadást az erzsébetvárosi iskolákban, ahol 50–60 gyermek hallgathatta egyszerre végig az utazó érdekes történeteit. Tamás már második alkalommal jött az erzsébetvárosi diákokhoz, most azt is elmesélte, hogy hamarosan újabb túrára indul. Sikerét mutatja, hogy blogját naponta ezrek követik, és a Kajakkal Európa körül című könyvsorozat első kötetének immár második kiadása is elkészült.



Testünk a csoda

Az interaktív utazó kiállítás szervezőinek célja, hogy az általuk fejlesztett egyedi eszközökkel bemutassák, és a gyermekek számára könnyen megérthetővé tegyék az emberi test működését. A gyerekek számára az egyik legizgalmasabb installáció a szívünk működését és dobogását bemutató eszköz volt. A kicsik feladata az volt, hogy egy gumipumpát kézzel összenyomva „működtessék a szívet”, így megtapasztalhatták, milyen kemény dolga van e szervünknek a vérkeringés folyamatos fenntartásában. A kiállítás témái, az eszközök nevei is beszédesebbek voltak: szívpumpa, szív-pingpong, hormonrakéta, májraktár, emésztőpálya, idegsejt-ragyogás, izomszalag-emelő, robotkar-irányítás, immundobáló, villámló agy, immun várvívás, bűjőcska az erekben, táplálékválasztó, tüdőventilátor, csonttráktó, idegrendszer-autópálya. Az erzsébetvárosi diákok is megtekintették a tárlatot a K11 központban, és hasznos információkkal gazdagodtak például az elsősegélynyújtásról, megelőzésről, egészséges életmódról, a helyes táplálkozásról, a szűrő- és önvizsgálatok fontosságáról.



Erzsébetváros 2017. május 25.

Az egészség mellett a jótékonykodás is főszerepet játszott

Az egészségről és a szórakozásról szóló május első szombatja, hiszen a Klauzál téren koncertekkel, beszélgetésekkel, sporttal és szűrővizsgálatokkal várták az érdeklődőket a Richter Egészségváros keretében.

A rendezvény kilenc éve minden esztendőben országjáró útra indul, hogy minél több emberhez eljuttassa az üzenetét, és minél többeknek tudjon biztosítani ingyenes szűrési lehetőséget. A Richter Egészségváros nemcsak szűrésekkel, tanácsadásokkal, beszélgetésekkel igyekszik segíteni: minden állomáson az adott város kórházának kétféle forintos adománylapot ajánl fel, amit a rendezvényre kilátogatók a szűréseken való részvétellel tovább gyarapíthatnak. Május 6-án a Péterfy Sándor Utcai Kórház-Rendelőintézet és Baleseti Központ Koraszülött osztályának gyűjtötték a Klauzál téren. A szeszélyes tavaszi időjárás is kegyes volt: sütött a nap, így a családok igazán jól érezhették magukat a programokon. „Kaptam lufit, és megpörgettem egy nagy kereket, amivel nyertem egy táskát” – mesélte lelkesen a 6 éves Szofi, aki arcfestést is kapott. Igazi családi programmal készült a Richter, hiszen a gyereket lufihajtogató és bábszínház is várta, de legnagyobb sikere kétségkívül az Alma együttes koncertjének volt, akik megénekeltek és táncoltatták a kicsiket.



A nagyobbak adománypontokért járták végig a sátrakat, és örültek, ha egy kérdésre jól tudtak válaszolni. „Ott van egy gép, ami megmondta, hogy hány kiló vagyok, és mennyi izmom van” – mutatott az



egyik sátorra Salamon, aki azt mondta: az általános iskolában is tanult már arról, hogy mi az egészség. A felnőtteket előadások és ingyenes vizsgálatok várták. Szó esett a szépségről, a táplálkozásról, a férfiproblémákról, a melldegánat megelőzéséről, az egészséges körömről és bőréről. Katus

Attila megmutatta, hogy akár otthon végezhető feladatokkal is sokat tehetünk a testünkért, Rudolf Péter színművész pedig a jó, azaz a betegség és fájdalom nélküli életről mesélt. A felállított sátrakba bárki betérhetett,

hogy információt szerezzen saját egészségéről. „Nehéz elmenni nekem már a rendelőbe, meg sokat is kell várni, örülök, hogy itt sok vizsgálatot megcsináltathattam. 82 éves vagyok, van bajom, de nem panaszkodom, inkább igyekszem javítani, amin lehet” – mesélte Ács néni, aki az Akácfa utcából sétált el a Klauzál tere. „Megnézték a csonttráktómat, megmérték a vérnyomásomat, és azt is megmondták, hogyan egyek, hogy a cukorom rendben legyen. Remek dolog, hogy ilyeneket szerveznek az itt élőknek, és hogy ingyen van” – magyarázta az asszony.



A rendezvényt dr. Bajkai István, Erzsébetváros alpolgármestere nyitotta meg. Köszöntőjében örömet fejezte ki, hogy a Richter Gedeon gyógyszergyártó cég útjára indította az „Egészség ezreknek, milliók a kórházaknak” elnevezésű kezdeményezését, melynek Erzsébetváros is részese lehetett. A sokszínű program megvalósulásához számos művész, sportoló és médiaszemélyiség is hozzájárult. Köszönetét fejezte ki emellett a Péterfy Sándor Utcai Kórház-Rendelőintézet minden dolgozójának. Erzsébetváros önkormányzata nagy gondot fordít a lakosság egészségének megőrzésére, éppen ezért minden évben jelentős összeggel támogatja az egészségügyi intézmények felújítását és modernizációját. Az önkormányzat 2017-ben több mint 280 millió forintot fordított az egészség védelmét szolgáló intézmények korszerűsítésére. Dr. Bajkai István beszédében kiemelte, hogy a rendezvény jó alkalom arra, hogy egészsége megőrzése céljából a különböző szűrőprogramokon való részvétellel minden erzsébetvárosi lakos hozzájáruljon a Péterfy Sándor Utcai Kórház támogatásához.

A vendéglátás ellenőrzése

A népi ellenőrző bizottságokat az 1957. évi VII. törvény hozta létre azért, hogy a megyei (fővárosi) tanácsok felügyelete alatt álló vállalatok, intézmények működését ellenőrizzék. Az ellenőrzés munkaterv szerint és lakossági bejelentés alapján történt.

1958-ban egy Lenin körüti lakos a Savoy kávéházban ért folyamatos megaláztatásaira panaszkodott a Fővárosi Népi Ellenőrzési Bizottságon. Az elégedetlen fogyasztó szónoka, milyen nagy kiadást jelent neki, hogy az ebéd árához minden alkalommal hozzá kell számolnia még két-három forint borraivalót. A bejelentéstevő még úgy emlékezett, hogy a vendéglátásban résztvevők tiltakoztak elsőként a kommunista rendszerben legális jövedelemmé váló, „megszégyenítő borraivalórendszer” ellen, ekkorra azonban „meg sem elégszenek szerény borraivalóval, hanem 2-3 forintos borraivalón alul nem adják, mert ellenkező esetben a vendég ülhet, várhat, s durva viselkedésükkel nevetnek is az emberen. Kinevetik a vendéget, megalázzák.”

Az eljárás során a Fővárosi Népi Ellenőrzési Bizottság többször figyelmeztette a felszolgálókat arra, hogy „egyformán udvariasan kell kiszolgálni a fogyasztót, és nem szabad különbséget tenni a vendégek között, akár adnak borraivalót, akár nem”. Viszont leszögezték, hogy „olyan rendelkezés, ami tiltja, hogy a felszolgáló borraivalót nem fogadhat el, nincs”.

Lakossági bejelentésekre alapozva a VII. Kerületi Tanács Végrehajtó Bizottsága 1964-ben az italboltok túlszűfolttségével foglalkozott. A kerületi italboltok száma 1958-hoz képest huszonegyre esett vissza, „a fogyasztás ugyanakkor erősen megnőtt, és így a 11 egység igen hamar leromlik a nagy igénybevétel miatt”. Az italboltok meg-



Fotók: Fortepan

szüntetése egyúttal azt eredményezte, hogy „megnőtt azoknak a személyeknek a száma, akik közért boltok előtt fogyasztották el italmennyiségüket”. Pedig Marosán György, az MSZMP Budapesti Bizottságának első titkára 1959-ben felhívta a figyelmet az italboltok szükségességére: „A sör ellátásáról is gondoskodni kell, hogyha bejön a jó idő, legyen elég sör, ha nem is tudjuk teljes mértékben kielégíteni az igényeket. A tanácsnak meg kellene néznie a kérdést is, hogy ne épüljön olyan sok presszó, legyenek italboltok is.”

Ennek ellenére italboltból alakították át étteremmé az Erzsébetvárosi sörözőt, a Családi kör éttermet, a Jó étvágyat büfét; kisvendéglővé a Kis kacsát, a Piroskát, eszpresszóvá a Tip-top, Capri, Zóna és „Y” boltokat és büfét a Kis Lucullus eszpresszó és tejbüfé vendéglátó-ipari egységet, de – az iskola közelsége miatt – a Dohány utca 30. szám alatti italboltot is megszüntették.

Az italboltok forgalmát növelte, hogy 1958-ban még tizenöt étterem működött nagy forgalmú söntéssel, köztük olyanok, mint a Fehér Ökör, a Betérő, a Kulacs, a Lyra, a Kukorica söntései. Söntéses étterme a kerületnek a vizsgálat évében azonban már csupán hat volt.

1960-ra a fogyasztási kultúra javítására „a vendéglátóipar új típusú italboltok létrehozására törekedett. Az átalakított italboltokba bevezették a saját készítésű frissensülteket, a büféáruk árusítását és a vásárlók kiszolgálására kulturáltabb körülményeket teremtettek.” Több italbolt konyhájának bővítését a szomszédos zöldságes vagy rövidáros boltjának hozzácsapásában, így a Wesselényi utca 27. szám alatti italbolt napi harminc-nyolcvan adag ételadag eladását biztosító konyha bővítését a tanácsi előterjesztő „a bolti kollektíva és az egység vezetője” egyetértésével a szomszéd kisiparosok üzlethelyiségeinek a bolt-

hoz csatolásában látta. A kisiparosok véleményéről természetesen nem szólt a fáma.

Az Almássy téri Poharazót területileg kicsinek, túlszűfoltnak tartották, melynek bővítésére a szomszédos közért és lakóház miatt nem láttak lehetőséget. Az üzlet jellemzője volt, „hogy különösen a csúcsforgalmi időben, de főleg az esti órákban ellepik a részeg és illuminált egyének, akik máshol ittasodtak le”. Ezen utóbbi egység működését több tanács végrehajtó bizottsági tag is nehezítette, hiszen a 7-8 órakor kiáramló „sok ittas ember” látványa zavarta a „kulturált park”-ban szórakozókat, más pedig a létrehozandó Nemzeti Színház közelsége miatt nem örült a nem éppen „épületes látványnak”. Az anomáliák megszüntetésére a tanács végrehajtó bizottságán a poharazó megszüntetését és cukrászda létesítését határozták el.

Rácz Attila

A mozgás öröme mindenkié

Lehetőségek az MTK-ban

A mozgás, a sport olyan időtöltési forma, amely összetett, sokrétű hatással van az ember egész szervezetére, fizikai és szellemi síkon egyaránt. Nemhiába, a kettő szorosan összefügg, és szét nem választható.



Címek, elérhetőségek

Lantos Mihály sporttelep:
1149 Budapest, Rákospatak utca 13–27.

Népszigeti vízitelep:
1138 Budapest, Népsziget út 10.

Web: www.mtk.hu,
e-mail: mtk@mtk1888.hu

A cikkben felsorolt kedvezmények kizárólag VII. kerületi lakcím igazolásával vehető igénybe.

Élete során mindenki kitapasztalja, melyik mozgásforma áll igazán közel hozzá, miben érhet el egyéni sikereket, mindezzel hozzájárulva életminőségének javulásához. Kerületünk település-földrajzi elhelyezkedésénél fogva szerényebb adottságokkal rendelkezik szabadidős tevékenységek lebonyolítására vonatkozóan, mint más városrészek, ezen oknál fogva az önkormányzat kiemelt figyelmet fordít minden lehetőség maximális kihasználására. Erzsébetváros önkormányzata, összhangban Magyarország Alaptörvénye XX. cikkének (1) bekezdésében foglaltakkal, tőle telhetően mindent elkövet, hogy a kerület lakói a rendszeres testedzéshez való jogot minél szélesebb körben gyakorolhassák. Nemcsak az utánpótlás-nevelés fejlesztésére fordítanak Erzsébetvárosban kiemelt figyelmet, de a kerületi vezetés szívére, hogy megteremtse a lakosság egészségmegőrzéséhez hozzájáruló szabadidősportok módjait. Ezen szándék alapján az önkormányzat együttműködési megállapodást kötött az MTK sportegyesülettel, hogy minél szélesebb

körben biztosíthassa helyi lakosság számára a sportolás lehetőségét. Az MTK (Magyar Testgyakorlók Köre) az egyik legnagyobb múltra visszatekintő budapesti sportegyesület, számos sikeres szakosztállyal működik, immár az erzsébetvárosiak egészségmegőrzésének résztvevőjeként is.

A megállapodás alapján a kerületi lakóhellyel rendelkezők a következő szolgáltatásokat vehetik igénybe:

Előre egyeztetett igények és időpontok alapján a hátrányos helyzetűek, a nők és családok a Lantos Mihály sporttelep területén lévő atlétikapálya 7-es és 8-as pályáját hétköznapokon, reggel 7 és 9 óra között, térítésmentesen használhatják.

Az MTK népszigeti vízitelepét – kizárólag előre egyeztetett időpontban – a májustól szeptember végéig tartó időszakban térítésmentesen vehetik igénybe a hátrányos helyzetben élők, családok és nők. Az egyeztetés az mtk@mtk1888.hu e-mail címen lehetséges.

Az MTK vállalja, hogy előzetes egyeztetés szerint karate, taekwondo, ökölvívás és egyéb harcművészettel foglalkozó szakosztályai által meghatározott időpontban olyan nyilvános edzéseket tart, amin kizárólag erzsébetvárosi lakosok vehetnek részt, kedvezményesen. Az előzetes bejelentkezés írásban az mtk@mtk1888.hu e-mail címen lehetséges.

Az MTK kézilabda, kosárlabda, röplabda szakosztályok nem kiemelt, idényenkénti 2-2 hazai mérkőzésére kedvezményes árú belépőjegyek megváltására van lehetőség. A www.mtk.hu weboldalon lehet a jegyeket igényelni, az ott megjelölt mérkőzésekre.



Bedák Pál:

„A szervezet nem felejt!”

Igazi sztár csapat áll össze a Telekom Vivicittá Városvédő futás Minicittá versenyén a 2,5 km-es távra. A játékonysági futócsapat célja az volt, hogy felhívja a figyelmet az autizmusra, amely egyre több embert érint. A csapat tagjaként futott Bedák Pál egykori vb ezüstérmes ökölvívó is, aki a VII. kerületben lakik.



Hogyan Ön is erősítette ezt a csapatot? Nem arról volt híres, hogy ennyire szeret futni.

Ha játékonyságról van szó, akkor az ember minden felkérésnek eleget tesz, így volt ez aktív versenyző koromban is. A szponzorunk azzal kereste meg a klubomat, a Fradit, hogy mai versenyzői és egykori bajnokai részvételükkel igyekezzenek segíteni rászoruló embertársaikon. Igazából nem vagyok híres futó, de a magam módján újra elkezdtem az edzéseket, mert már kezdett hiányozni a mozgás. Heti két futás és egy bokszedzés szerepel a programomban.

Hogy esik ez a fajta visszatérés a mozgás világához?

Jól bírom. Most már egészen mások a céljaim, mint versenyzőként, jelenleg leginkább azt szeretném elérni, hogy a súlyfeleslegtől megszabaduljak.

A célja elérése esetén akár majd magától is benevez utcai futóversenyekre?

Azt nem mondom, hogy valaha is maratonfutó válik belőlem, de egy 8–10 km-es táv, azt hiszem, belefér.

Egy hónap elteltével újra megkerestük az FTC ökölvívóedzőjét. Hol tart a futással és súlyleadással kapcsolatos terve?

Egy hetet sajnos ki kellett hagynom, de már alig várom, hogy ismét ott kapkodhassam a lábam a Népligetben, és lefussam a két kört, úgy 5 km-t, persze nem versenytempóban. Ezt követi egy 10 perces árnyékboxsz.

Láthatóan beindult a fogyás. Számokban ez mit jelent?

A mérlegre még nem állok rá, megelégszem azzal az érzéssel, hogy a korábbi méretek ismét jók rám. A hangulatjavulás is elkísér minden napomon. Annak, aki intenzíven végigsportolta az életét, a szervezete erre úgyis emlékezik.

Most mi a célja?

Önmagamhoz képest mindig jobban teljesíteni! Sportolóként belém van kódolva, hogy addig nem állok meg, míg célt nem érek.



Testületi hírek



Tájékoztatjuk a tisztelt lakosságot, hogy a képviselő-testület a 2017. május 9-én megtartott rendkívüli ülésén az alábbi rendeleteket alkotta:

- Budapest Főváros VII. Kerület Erzsébetváros Önkormányzata Képviselő-testületének 8/2017. (V.16.) önkormányzati rendelete a Budapest Főváros VII. Kerület Erzsébetváros Önkormányzata 2016. évi költségvetés végrehajtásáról (hatályba lép: 2017. május 17. napján);
- Budapest Főváros VII. Kerület Erzsébetváros Önkormányzata Képviselő-testületének 9/2017. (V.16.) önkormányzati rendelete a Budapest Főváros VII. Kerület Erzsébetváros Önkormányzata 2017. évi költségvetéséről szóló 3/2017. (II. 17.) rendelet módosításáról (hatályba lép: 2017. május 17. napján);
- Budapest Főváros VII. Kerület Erzsébetváros Önkormányzata Képviselő-testületének 10/2017. (V.19.) önkormányzati rendelete a Budapest Főváros VII. Kerület Erzsébetváros Önkormányzata Képviselő-testületének az erzsébetvárosi önkormányzati elismérések alapításáról és adományozásuk rendjéről szóló 37/2012. (IX.25.) önkormányzati rendelet módosításáról (hatályba lép: 2017. május 22. napján);
- Budapest Főváros VII. Kerület Erzsébetváros Önkormányzata Képviselő-testületének 11/2017. (V.19.) önkormányzati rendelete az Erzsébetvárosban született ifjú állampolgárok és a legalább 20 esztendeje itt élő 80 éven felüliek kerületi polgárként való köszöntéséről szóló 32/2012. (VI.29.) önkormányzati rendelet módosításáról (hatályba lép: 2017. május 22. napján);

- Budapest Főváros VII. Kerület Erzsébetváros Önkormányzata Képviselő-testületének 12/2017. (V.19.) önkormányzati rendelete a közösségi együttélés alapvető szabályairól és ezek elmulasztásának jogkövetkezményeiről szóló 2/2013. (I.25.) önkormányzati rendelet módosításáról (hatályba lép: 2017. május 22. napján);
- Budapest Főváros VII. Kerület Erzsébetváros Önkormányzata Képviselő-testületének 13/2017. (V.19.) önkormányzati rendelete a Budapest Főváros VII. Kerület Erzsébetváros Önkormányzata tulajdonában lévő közterületek használatáról és rendjéről szóló 6/2017. (II.17.) önkormányzati rendelet módosításáról (hatályba lép: 2017. május 22. napján);
- Budapest Főváros VII. Kerület Erzsébetváros Önkormányzata Képviselő-testületének 14/2017. (V.19.) önkormányzati rendelete a szociális támogatások és szociális szolgáltatások, valamint a pénzügyi, természetbeni és személyes gondoskodást nyújtó gyermekjóléti ellátások igénybevételének helyi szabályozásáról szóló 6/2016 (II.18.) önkormányzati rendelet módosításáról (hatályba lép: 2017. május 22. napján);
- Budapest Főváros VII. Kerület Erzsébetváros Önkormányzata Képviselő-testületének 15/2017 (V.19.) önkormányzati rendelete az egészségügyi alapellátásról és közzeteinek kialakításáról szóló 19/2013. (IV. 30.) önkormányzati rendelet módosításáról (hatályba lép: 2017. május 22. napján);
- Budapest Főváros VII. Kerület Erzsébetváros Önkormányzata Képviselő-testületének 16/2017. (V.19.) önkormányzati rendelete a Budapest Főváros VII. Kerület Erzsébetváros Önkormányzatának tulajdonában lévő piacokról szóló 9/2015. (III.31.) önkormányzati rendelete módosításáról (hatályba lép: 2017. május 22. napján).

Egészségfejlesztési Pont Családi Nap programsorozat

Ingyenes programok az egész családnak
Időpont: 2017. június 24. (szombat) 9.00–15.00
A Kábítószer-ellenes világnap jegyében
Függőség és Függetlenség

Helyszín: Akácus Udvar
Cím: 1073 Budapest,
Akácfa utca 61.

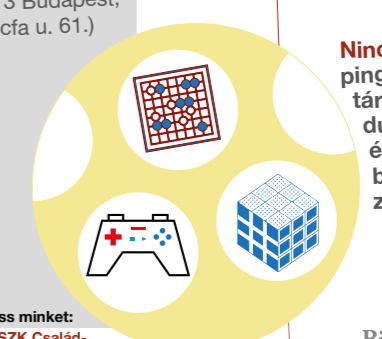


H.É.S.

- HETEDHÉT ÉJSZAKAI SPORTKLUB

11–16 éves korosztály részére, minden pénteken 18.00-tól 22.00-ig az Akácus udvarban
(1073 Budapest, Akácfa u. 61.)

„HA KELL EGY HELY”



Nincs jobb dolgod! pingpong, csocsó, társasjátékok, dumasarok, éjszakai bajnokságok, zene, üdítő

Keress minket:
BJHSZK Család- és Gyermekjóléti Központ
Tel.: +36 (1) 352-8672
csaladgyermekjolete@bjhuman.hu
www.bjhuman.hu
www.facebook.com/HetedhetEjszakaiSportKlub

Bischitz Johanna
Integrált Humán Szolgáltató Központ

„Mert az igaz ember hitből él.” (Gal 3,11)

PÜNKÖSD
A REFORMÁCIÓ PARKBAN
Budapest, VII. ker., Városligeti fasor 17-21.

2017. június 5-én 10-17 óráig

Erzsébetváros protestáns (baptista, evangélikus, metodista, református) gyülekezetei és pesti evangélikusok együtt várnak minden érdeklődőt a Reformáció 500 éves jubileumának közösségi programjára Pünkösdhétén.

10.00 Megnyitó a Reformáció Parkban
10.15 Folyamatos gyerekprogram: játékos foglalkozások, állatsimogató, ugrálóvár, póni, stb.
Új Teremtés koncert – nagyszínpad (gimnázium udvara)
11.00 Ünnepi istentisztelet – igét hirdet Gáncs Péter püspök (templom, udvari kivetítéssel)
14.00 Koncertek – Bolyki Brothers, Szélszása Band, Korál-sziget (nagyszínpad)
• Fórum beszélgetések (Diszterem) • Vizsolyi Biblia Workshop
• Reformációs séta • GyüMi gyülekezeti, ifjúsági élménypont
16.45 Interaktív záró áldás

Részletek: www.facebook.com/bpfasor/events

Egész nap a Luther, a Kálvin és a Harmat könyvkiadók standjai, gyülekezeti pavilonok, színes szabadidő programok, pénztárcabarát büfé.
Eso esetén alternatív helyszínek a gimnáziumban.

A belépés díjtalan, minden helyszínen ingyenesen látogatható!

Kiemelt támogatók:
Erzsébetváros Önkormányzata Pesti Evangélikus Egyházmegye

Ingyenes NŐI-, GYERMEKRUHA- ÉS JÁTÉKBÖRZE

Igényes, divatos, női használt ruhák és cipők, melyekben állásinterjúra is elmehet. Hozza magával gyermekét, és válasszon magának ő is egy játékot!

Fontos információk
Időpont: minden hónap páratlan hetében csütörtökön, 10.00–11.00 (májusi időpontok: 05.11., 05.25.)
Helyszín: MASNI Iroda (Munkaerő-piaci Aktivizálás Segítő Nőbarát Iroda) 1077 Budapest, Wesselényi utca 71. (74-es és 76-os trolibusz Rózsa utcai megállójával szemben)
Bővebb információ: (+36) 1 322 0272 vagy (+36) 1 322 5065
Online elérhetőségek: www.bjhuman.hu www.facebook.com/masniszolgaltatas

Egyéb információk
2–2 kiválasztott ruha és játékdarab ingyen elvihető. Amennyiben Ön nemcsak ruhát, hanem állást is keres, kérje szakképzett kollégáink segítségét foglalkoztatásának elősegítése érdekében! Ruhát és játékot bevételezni nem áll módunkban, az adománykövetést a Szolgáltatási Centrum végzi (1073 Bp., Kertész utca 20.).

masni Bischitz Johanna Integrált Humán Szolgáltató Központ

THE dOORS
2017/06/09-20.00
Kapunyitás: 19.00

K11 UDVAR

K11 Művészeti és Kulturális Központ
1075 Budapest, Király u. 11.
06 1 / 788-8139 * www.k11.hu

Belépőjegy elővételben 800 Ft, koncert napján: 1200 Ft

ERÖMŰVHÁZ
Nyári Napközis Tábor

Részvételi díj: 18.900 Ft/hét

> Helyszín: ERÖMŰVHÁZ
> 1077 Budapest, Wesselényi utca 17.

» Média-újságírás, riportkészítés
> 2017. június 26–2017. július 21.
> Hétfőtől péntekig 8–16 óra
> Ajánlott korosztály: 6–13 év

» Játsszunk színházat! A próbától az előadásig
» KézMűvész
» Társasjáték

tel: 06 1 413 3552 | honlap: www.eromuvhaz.hu | [f ERÖMŰVHÁZ](https://www.facebook.com/EROMUVHAZ)

Non-stop ajtónyitás kizáródás vagy kulcselvesztés esetén, hevederzár-szerelés, javítás, meglévő zárok cseréje új zárok beépítése, rácsok, vasajtók gyártása, szerelése, bukó ajtók, ablakok javítása, betörés utáni helyreállítás. Tomka Tamás. Tel.: 06 (20) 973-7029

Öné lehet örökre! Összkomfortos, 37 négyzetméteres bérleményem nagyobbra cserélném. Tel.: 06 (20) 583-8604

Felújítandó lakást vásárolnék saját részre készpénzfizetéssel. Komfort nélküli is érdekel. Tel.: 06 (70) 635-0558

Villanyszerelő, vízvezeték-szerelő, burkoló, festő és kőműves szakmunkásokat keresünk budapesti hibaelhárítási és karbantartási munkavégzéshez. „B” kategóriás jogosítvány előny. Tel.: 06 (20) 9549-584; 06 (20) 458-0949; e-mail: per.pulita@yahoo.com

Vízszelérés, villanybojler vízkö-telenítése, javítása, fürdőszobák, wc-k javítása, felújítása, szerelvények cseréje, felszerelése, anyagbeszerzéssel. Tel.: 06 (30) 447-3603

Elcserélem Budapesttől 100 km-re, M6-os autópályától 5 percre Alsószentivánon (Fejér megye) 3 szobás – téglá építésű, alapincézett, nagy kert, melléképületek – felújítandó családi házatot önkormányzati lakásra. 14.00 óra után tel.: 06 (30) 464-8847

Ablakjavítás! www.ajtoablak-doktor.hu 23 éve vállalom kedvező árakon ablakok, ajtók javítását, illesztését, zárok cseréjét, festését, hőszigetelő üvegezését, szigetelését garanciával. Díjtalan felmérés! Horváth Ákos. Tel.: 06 (70) 550-0269

Ingtalanirodánk eladó lakásokat/házakat keres ügyfeleink. Gyorsan vevőt hozunk, jutalék 3%, ügyvéd ingyenes. Ismerősének lakása eladó? Hívjon, ajánlasi jutalékot kap! www.Laurus ingatlan.com, tel.: 06 (20) 9-600-600

Készpénzért vásárolok bútorokat, dísztárgyakat, festményeket, ezüst-neműt, csillárokat, kitüntetéseket, pénzerméket, bizsukat, hangszereket, könyveket, ruhaneműt, teljes hagyatékot. Tel.: 06 (70) 651-1028

Magánházaknál éves vagy rendszeres nagytakarítást, ablaktisztítást vállalkunk. Ha fáradt vagy elfoglalt, hívjon bizalommal. Tel.: 06 (70) 2843-387

Eladó, felújítandó, emeleti örök-lakást keresek magánszemélyként, azonnal fizetek. Tel.: 06 (30) 780-5777

Izomletapadások, fej-, nyak-, hátfájdalmak kezelése, teljes test-masszázs. Szakrendelőben (Csengeri utca 25.) vagy az Ön otthonában. Csipak Zoltán gyógymasszőr. Tel.: 06 (20) 595-3057

Kézi és elektromos nagytőkés széles választéka. Soós kereskedés, 1077 Budapest, Wesselényi utca 10. Tel.: 06 (1) 460-0063, 06 (30) 466-4120

Mi nem csak karácsonykor segítünk. Stabil anyagi háttérrel rendelkező pár, óvodáskorú gyerekekkel eltartási szerződést kötne idős nénivel/báccival ottlakás nélkül. Tel.: 06 (20) 347-3727

HOTEL

HUNGARIA

CITY CENTER

SZOBALÁNYT KERES

Érdeklődni lehet:
Ónody Tünde
06 30 326 3269

MOSOGATÓT KERES

Érdeklődni lehet:
Horváth Júlia
06 30 336 3439

KIPUFÓGÓ

KLINIKA

Kipufogó dobok, sportdobok készítése szerelése, javítása

KIPUFÓGÓK

Katalizátorok garanciával.

MŰSZAKIVIZSGA

ÁLLOMÁS

1141 Bp. Fogarasi út 189.
Telefon: 383-8055

1039 Bp. Árpád utca 23.
Telefon: 240-5603

http://www.kipufogo.hu

Nyitva: H-P: 8-17 óráig

Manna abc

Éjféltől napig

BUDAPEST TÖBB KERÜLETÉBE KERESÜNK 3 MŰSZAKBA BOLTI ELADÓ, ÁRUFELTÖLTŐ MUNKATÁRSAKAT AZONNALI KEZDÉSEL.

AMIT NYÚJTUNK:

8 ÓRÁS MUNKAVISZONY (MELLÉK- VAGY MÁSODÁLLÁS IS LEHETÉSES)

KEZDŐ ÁTLAGKERESET NETTÓ 150.000,- FT

UTAZÁSI KÖLTSÉGTÉRÍTÉS, CÉGES VÁSÁRLÁSI UTALVÁNY

JELENTKEZÉS: 06-70-932-8700 (HÉTVÉGÉN IS HÍVHATÓ)

www.mannaabc.hu

Korlátlan étel- és italfogyasztás fix áron!

Svédasztalos fogyasztás

Gyermekeknek 12 éves korig
50% kedvezményt adunk,
szombaton, vasárnap és ünnepnapokon
ingyenes az ebéd számukra.*

Áraink a következő italok korlátlan fogyasztását is magukban foglalják:
pezsgő, sör, bor, üdítők, ásványvizek, kávé, cappuccino

Hétfőtől Péntekig ebédidőben: **4.399 Ft/fő**
Hétfőtől Csütörtökig vacsoraidőben: **5.999 Ft/fő**
Pénteken vacsoraidőben, hétfvégén egész nap
és ünnepnapokon: **6.599 Ft/fő**

TRÓFEA GRILL ÉTTEREM

0620 999 8797, 061 878 0522
e-mail: trofea.kiraly@gmail.com



VI. kerület, Terézváros
Király utca
30-32

A kedvezmények nem összehasonlíthatók! Igazolvány felmutatása szükséges!



ÉTEL HÁZHOZZÁLLÍTÁS

Telefonon és a weboldalon érkező rendelések esetén
10 % kedvezményt biztosítunk az árból!
Étkezési csekket, Bankkártyát, Szép-kártyát és Erzsébet-utalványt is elfogadunk!

+36 30 878 0505
+36 1 878 0505

www.trofea.hu