



**ÜZENET A NAGYINAK**

Beszélgetés Borbély Lénárd polgármesterrel a kerületi helyzetről, az eddigi intézkedésekről

# Az egyéni felelősségen múlik minden

Budapest talán legtöbb zöldterületével rendelkezik Csepel, ahol elfér mindenki. Ezért nem záratta le eddig politikai nyomásra sem a parkokat és az utakat Borbély Lénárd. Csepel polgármestere elmondta: ilyen időkben mindenkinek nehezebb az élete, és mindenkinek ki kell vennie a részét a nehézségekből. Ám hiába tesz meg mindent a Kormány, az önkormányzatok és a lakóközösségek, végső soron az egyéni döntéseken, felelősségérzeten múlik, hogy milyen árat fizetünk a járványban.

*Ha végigjárnuk Csepelt, talán csak a maszkos embereken, a patikák, bankfiókok, posták előtt álló sorokon vagy az utcát fertőtlenítő dolgozókon látszik, hogy valami nincs rendben. Mennyire állt le az élet a kerületben?*

A látszat csalóka. És ennél többről is van szó. Az üzletek többsége például zárva van. A Városgazda munkatársai mindent megtesznek, hogy aki kimegy az utcákra, az ugyanúgy gyönyörködhesse a kiültetett virágokban, vagy élvezhesse a gondozott közterületek látványát. Ám ők is erősen csökkentett

**Folyamatosan figyeljük a járvány alakulását, ez alapján döntünk a korlátozásokról**

létszámban dolgoznak. A hivatal kong az ürességtől, van, hogy hárman vagyunk az egész épületben. Aki tud, ott-honról dolgozik. Hasonló a helyzet az óvodáinkban és még sok más helyen. Nagyon szomorú, ami most történik. Minden tekintetben nehezebb az élet.

*Csepel az önkormányzatok közül az elsők között tett lépéseket a járvány fékezésére. Azonnal intézkedtek, hogy legyen fertőtlenítőszer az egészségügyi és az oktatási, nevelési, szociális intézményekben, először szüntették meg a parkolási korlátozást. Ugyanakkor nincs parklezárás, a bejövő utakat sem záratta le, holott az egyik csepeli ellenzéki párt, a Momentum már ezt követelte. Miért?*

Folyamatosan a hosszú távon legkedvezőbb és legkevésbé fájdalmas megoldásokat keressük. Például kocsival járni most biztonságosabb, mint a közösségi közlekedéssel. Ezért azonnal megkönnyítettük a parkolást ott, ahol korlátozva volt. A közterületek fertőtlenítését az elsők között kezdtük meg, mint ahogy fertőtlenítőszerrel is azonnal minden intézményünkbe juttattunk – legelőször az egészségügyi hálózatba. A Simon Bolívar sétányon levő nyugdíjas házra külön figyelmet fordítunk. Mire megvettük a szükséges fertőtlenítőszeret, hatszorosa ment fel az áruk: mi még pont időben léptünk.

Folyamatosan figyeljük a járvány alakulását, ez alapján döntünk a korlátozá-

sokról. Csepelen is sokan vannak karanténban, és van igazoltan fertőzött beteg is. Nem vagyunk turisztikai célpont, ám rendezett parkokkal 2010 óta évről évre jobban állunk. Budapesti szinten kiemelkedő az arányuk. Mindenki elfér, ha odafigyel. Az odafigyelést viszont mi nem tudjuk pótolni, az egyéni felelősség. Nem lehet mindenhol rendőr vagy közteret. Ha valaki azt látja, hogy egyre többen vannak körülötte, azonnal menjen odébb – ez a saját érdeke is.

Akik húsvétkor ilyen körülmények között a parkok és a Duna partok lezárását követelték, szerintem nem gondolták végig, hogy ez mivel járna. Az utcákon olyan tömeg lett volna, ami éppen a járvány előretörését okozná. A hosszú bezártságot nem bírja mindenki, ezt tudomásul kell venni. Így is több ember szorul lelki segítségre, fordul önmaga vagy családtagjai ellen, mint máskor.

*Az egyéni felelősségre a közleményében is felhívta a figyelmet. Mégis azt látni, hogy sokan – főként fiatalok, de néha idősek is – nem tartják be a szabályokat.*

Én is hallottam és tapasztaltam olyat, hogy a Kiserdőben, a Kis-Duna parton fiatalok „bandáztak”, vagy éppen idős emberek sétáltak – látszólag értelmetlenül – a központban a nekik kijelölt vásárlási időn kívül. És itt nem a zöldterületen folytatott sporttevékenységre gondolok, mert az nincs korlátozva. Sok ember arra vár, hogy majd mások megvédik. Vagy azt hiszi, hogy vele nem történhet meg, ami másokkal. Ez végzetes hiba lehet. Most az egyéni felelősségen múlik minden. Valószínűleg a fiataloknak például nem lesz komoly bajuk a vírustól, ám felelőtlenségük a nagyszüleik életébe kerülhet. Én azt kérem, hogy a szülők figyeljenek a fiatalokra, figyeljenek a nagyszülőkre. Mindenki vegye komolyan a veszélyhelyzetet, és tegyen meg maga minden tőle telhetőt.

Vigyázzunk egymásra és arra kérek mindenkit, hogy legyen türelmes és megértő ebben a helyzetben! • TK

## Fontos elérhetőségek

A koronavírussal kapcsolatban kialakult helyzet napról napra változik. Kérjük, kísérjék figyelemmel és tartsák be a kormányzati szervek, a hatóságok és az önkormányzat iránymutatásait, intézkedéseit!

Kormányzati koronavírus honlap: [koronavirus.gov.hu](https://koronavirus.gov.hu)

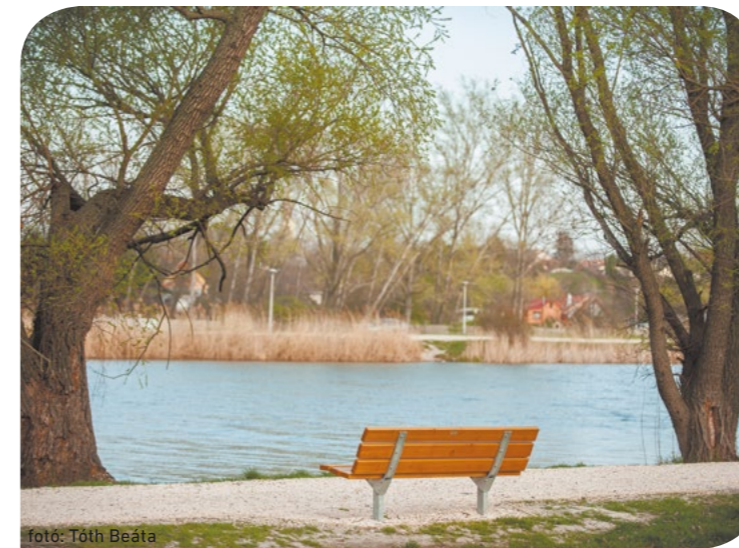
Kormányzati információs zöldsámok és e-mail cím: **06-80/277-455; 06-80/277-456; [koronavirus@bm.gov.hu](mailto:koronavirus@bm.gov.hu)**

Csepeli koronavírus információk: [www.csepel.hu](https://www.csepel.hu)

Naprakész információk a szakrendelőből: [tiesz.hu](https://tiesz.hu)

Feliratkozás a polgármesteri hírlevélre, melyben a legfontosabb és legfrissebb információkat találják: [www.csepel.hu/feliratkozas](https://www.csepel.hu/feliratkozas)

## Nincs szigorítás a csepeli közterületeken



**Borbély Lénárd** polgármester közösségi oldalán osztotta meg a csepeli közterületekkel kapcsolatos információkat.

„Többen érdeklődtek, javaslatot tettek a csepeli közterületek, kiemelten a Kis-Duna-part hétfégi lezárására. Ezzel kapcsolatban az alábbiakról tájékoztatom a lakosságot.

A Kormány kijárási korlátozásán túl, a csepeli közterületeken további szigorítást, zárást az önkormányzat nem rendel el. Ennek alapvetően két oka van. Az egyik az, hogy fizikailag lehetetlen kiviteleni, hiszen csak a Kis-Duna partja több kilométer hosszú. Gondoljanak csak

bele, hogy korlátozva, szalagokkal, emberekkel, hogyan is lehetne ezt megtenni? A második ok pedig az, hogy Csepelen a lakosság fele társasházakban, leginkább panelokban lakik. Azt pedig mindenki átérezheti, hogy ezekben a lakásokban, főleg, ahol gyerekek is vannak, nem várható el, hogy a kijárási korlátozások betartá-

sa mellett zöldterületen szabadidős vagy sporttevékenységet ne végezhesse a lakosaink. Budapest viszonylatában a mi kerületünkben nagyon jelentős a zöldterületek nagysága, erre kiemelt figyelmet fordítottunk az elmúlt években.

Azokat a helyeket, ahol a tömeges megjelenés valószínűsége a legnagyobb volt, már korábban lezártuk. Ilyen a Rákóczi Kert – Családok Parkja, a Tamariskadomb, a Kalózhajós és az összes többi játszótér, valamint a kutyafuttatók.

Arra kérek mindenkit, hogy a Kormány által elrendelt kijárási korlátozásokat tartsák be. Amennyiben elmennek ott-

honról, úgy tartsanak kellő távolságot egymástól és kerüljék el a csoportosulásokat. A csepeli rendőrök és a közterület-felügyelők hétfégenként kiemelten ellenőrzik a rendelet betartását. Ne feledjék el, hogy leginkább egyéni felelősségen múlik a vírus terjedésének megakadályozása.

Vigyázzunk egymásra és arra kérek mindenkit, hogy legyen türelmes és megértő ebben a helyzetben” – olvasható a bejegyzésben.

## Segítség lakástulajdonosoknak

Húsvét után újabb rendelet született, amellyel a csepeli önkormányzat segítséget szeretne nyújtani a kialakult helyzetben. Azok a régi önkormányzati lakásbérlettel, akik megvásárolták az ingatlant, a **részletfizetést április 1-je és december 31-e között felfüggeszthetik**. Ehhez kérelmet kell benyújtani a Csepeli Városgazda Zrt.-hez. További információk: [varosgazda.eu](https://varosgazda.eu)

# Bevásárlás, étkezés, lelki segély

A koronavírus-járvány veszélye továbbra is mindenkit fenyeget, különösképpen az idősebb korosztályt. Rájuk kiemelt figyelmet fordít az önkormányzat. Minden olyan csepeli lakosnak, aki a hetvenedik életévét betöltötte és a családon belül nem megoldott az ellátása, annak segítséget nyújtanak. Ennek feltétele, hogy a kerületben élő időseknek önként vállalniuk kell, hogy nem hagyják el ebben az időszakban az otthonukat. Hozzájuk a Humán Szolgáltatások Igazgatóságának munkatársai látogatnak el, segítenek a bevásárlásban, gyógyszerkiváltásban és postai ügyintézésében. Az eddigi tapasztalatokról **Nagyné Kovács Tímea** intézményvezetőt kérdeztük.

„Munkatársaink az otthonmaradó időseknek a bevásárlásban, gyógyszerkiváltásban, postai ügyek intézésében segítenek. Számottevő a hetven éven felüliek ellátása, aminek örülök, mert komolyan veszik, hogy nem mozdulhatnak ki a lakásból. Eleinte a gyógyszerkiváltást igényelték a legtöbben, viszont nem kifejezetten növekedett a tartós élelmiszerek beszerzése. Munkatársainknak a bölcsődei dolgozók is besegítenek, a bevásárlásokat heti egyszeri alkalommal végezzük, mindenki arcképes igazolvánnyal rendelkezik. Önkéntesek is sokan jelentkeztek, de egyelőre nem kellett igénybe vennünk még a segítségüket. Próbáljuk csökkenteni a különféle okiratok bemutatását, in-

kább bizalmi alapon dolgozunk. Jelenleg a szociális étkeztetés igénybevételéhez sem kérünk jövedelemigazolást, illetve diétáról szóló orvosi igazolásokat. Ter-



illetve a bölcsődékben is házhozzáállítással, ez térítésköteles. A szülőknek kell jelezni a megadott e-mail címeken vagy telefonszámon az igénylést” – hangsúlyozza **Nagyné Kovács Tímea**, aki azt is elmondja, hogy a HSZI-ben folyamatos a család- és gyermekjóléti szolgálat, a család- és gyermekjóléti központ működése, illetve az idősellátásban a házi segítségnyújtás, a jelzőrendszeres házi segítségnyújtás és a személyi segítség is. Ügyeleti rendszerben tartanak ügyfélfogadást – lehetőség szerint telefonos bejelentkezés alapján – hétfőn és szerdán 9 és 12 óra között.

„Külön telefonvonalat működtetünk a lelki segítségnyújtást kérőknek, szerencsére nem ugrott meg a segélykérők száma. Bízom benne, hogy együtt sikerül a vészhelyzet legyőzése” – tette hozzá az intézményvezető. •AZS

mésztesen, amikor ennek a veszélyhelyzetnek vége lesz, utána minden iratot bekérünk. Megemlekedett viszont a szociális étkeztetést igénybe vevők száma, továbbra jellemzően az idősek kéri. Szüneteltetjük a készpénzes fizetést, most postai úton és átutalással lehet rendezni a befizetést. Az önkormányzat biztosítja az egyszeri meleg étkeztetést az iskolákban, óvodákban,



Eleinte a gyógyszerkiváltást igényelték a legtöbben

## Fontos telefonszámok

- **HSZI ügyfélfogadás:** Előzetes bejelentkezéssel hétfőn és szerdán 9-től 12 óráig. Telefon: 06-1/425-2408
- **Idősellátás** ügyében, munkaidőn túl is folyamatosan hívható: 06-70/458-6102
- **Krízistelefon család- és gyermekjóléti ügyekben** munkaidőn túl: 06-20/518-9150
- **Lelkisegélyvonal** hétköznapokon 10 és 13 óra között: 06-70/458-6111

## Közétkeztetési információk

Amennyiben a szülők nem tudják otthon megoldani, igényüket az alábbi elérhetőségeken jelezzék:

- **Bölcsődék:** etkezes@hszi21.hu, valamint munkaidőben a 06-70/458-6104-es telefonszámon
- **Óvodák:** ovoda.etkezes@csepelgszi.hu, valamint munkaidőben a 06-70/458-6099-es telefonszámon
- **Iskolák:** iskola.etkezes@csepelgszi.hu, valamint munkaidőben a 06-20/264-3767-es telefonszámon

# Segít az önkormányzat



# Újabb közel ötezer maszk



Csepelen kiemelten fontos az idősek és az ügyeletben dolgozó kollégáink védelme. Ezért a **Szent József Otthon** idős lakóinak és az ott dolgozóknak, valamint a csepeli iskolákban ügyeletet tartó munkatársaknak többször használatos egészségügyi védőfelszereléseket adtak át.



Azok az állandó lakóhellyel vagy tartózkodási hellyel rendelkező csepeli lakosok, akik életvitelszerűen is a bejelentett címen élnek, s akik a koronavírus járvány miatt vagy egyéb más okból anyagi válsághelyzetbe kerültek, kérhetik az önkormányzat átmeneti krízis segélyét. Ezenkívül az időseknek a gyógyszerátogatásban, a családoknak a gyermekek nevelésével kapcsolatos támogatásban, valamint lakhatási támogatásban tudnak segítséget nyújtani.

**A családtámogatási irodához az alábbi elérhetőségeken fordulhatnak:**  
**csaladtamogatasi@budapest21.hu;**  
**Tel.: +36-70/797-6256, munkaidőben**

Köszönet az önzetlen támogatásért kerületünkben dolgozó cégeknek: a **Gerulus Kft.**-nek az 1900 db FFP2-es és a 2000 db **mosható textilmaszkot**, illetve a **Csizarik és Társa Kft.**-nek az 1000 db mosható textilmaszkot, mellyel a koronavírus elleni közös védekezést segítették.

Vigyázzunk egymásra és továbbra is fokozottan tartsuk be a kijárási korlátozásra vonatkozó rendelkezéseket!



## Üzenet a kerítésen

A Festő utcai tagóvoda dolgozói így üzennek a gyerekeknek. Ez a helyzet most mindenki számára nehéz, csak reménykedni tudunk abban, hogy mihamarabb elmúlik a veszély.

## Sikeres véradónap a Korall Sportszigetnél

A vártnál is többen jelentkeztek véradásra április 16-án, amelyet a Magyar Vöröskereszt és a Korall Sportsziget szervezett a Rizmajer Sörház támogatásával. A helyszín a Korall Sportsziget edzőterme volt, ahol délután két órától este nyolcig fogadták a jelentkezőket. Összesen ötvenkilencen jelentek meg, végül negyvenhat sikeres véradó volt. A többségük csepeli lakó. A véradáson az önkormányzat részéről **Borbély Lénárd** polgármester, **Ábel Attila** alpolgármester és **Muraközi Dóra** kabinetfőnök is részt vettek.

**Kovács Olívia** szervező, a Korall Sportsziget edzője elmondta: évente kétszer hirdetik meg a véradást, de korábban ilyen sokan nem jelentek meg. Ennek egyik oka, hogy a járványra való te-

kinttel többen érezték úgy, most még inkább szükség van a véradásra, beteg embertársaik segítségére. A résztvevők mintegy egyharmada első véradó volt. A jelentkezők türelmesen vártak a sorukra, hogy bejuthassanak az épületbe. Eredetileg délután fél hétig tartott volna a véradás, de többen vártak még odakint, ezért meg kellett hosszabbítani az esemény idejét. Egyszerre négy ágyon vették le a vért a Magyar Vöröskereszt munkatársai.

A szervezők kiemelték, hogy a csepeli véradás igazán sikeres volt, és köszönetüket fejezték ki valamennyi résztvevőnek. A Korall Sportsziget tervezi, hogy ősszel újra véradónapot hirdet meg, és remélik, a mostanihoz hasonlóan megint sokan fognak jelentkezni. •CS.




### BOLDOG ANYÁK NAPJÁT KÍVÁNUNK!

TISZTA SZÍVÜNKBŐL KÖSZÖNTJÜK A CSEPELI ÉDESANYÁKAT, NAGYMAMÁKAT ÉS DÉDNAGYMAMÁKAT!

Köszönjük önzetlen szeretetüket, amellyel gyermekeiket a mostanihoz hasonló nehéz időkben is odaadással felnevelték és oltalmazón nevelik ma is!

*Borbély Lénárd*  
**Borbély Lénárd**  
 Csepel polgármestere

## Park lesz az egykori Görgey iskola helyén



A csepeli önkormányzat a Csikó sétányon található egykori Görgey Artúr Általános Iskola rendkívül leromlott, balesetveszélyes állapotú épületét 2019-ben elbontatta. Ezt követően Tukacs Lívია javaslatára közösségi tervezésbe kezdett a kerület annak érdekében, hogy a terület a környékeliek elképzeléseinek megfelelően kaphasson új funkciót.

### Kérdőíves felmérés

Tavaly ősszel kérdőíves felmérést végeztek a helyi lakosság körében, hogy

megismerhessék, mire lenne igény. A sétányokon és a körzetben élő lakóknak két és fél ezer kérdőívet küldtek szét, hogy ezt felmérjék. Végül 228 kitöltött kérdőív érkezett vissza. A lakók egy nyugodt, pihenésre alkalmas terület kialakítását részesítenék előnyben.

Az eredmények összesítése után lakossági fórumot tartottak, ahol bemutatták azokat az elemeket, amelyeknek a legnagyobb támogatottsága volt a felmérésen. Itt a résztvevők megoszthatták további javaslataikat is.



### Padok, szökőkút, sétány

A tavalyi fórumon elhangzottakat figyelembe véve az alábbi műszaki tartalommal valósul majd meg a beruházás:

- térkő burkolatú gyalogos-sétányok létesítése
- futókör kialakítása
- parkolási lehetőségek bővítése
- szökőkút kialakítása
- padok, hulladékgyűjtők kihelyezése
- sport-, rekreációs célú terület kialakítása
- közvilágítási hálózat kiépítése
- automata öntözőrendszer kiépítése
- növénytelepítés, gyepesítés

A projektre vonatkozó közbeszerzési eljárás elindult, a beruházás megkezdésének időpontjáról tájékoztatni fogják a környéken lakókat.

**Borbély Lénárd** polgármester javaslatára a képviselő-testület a költségvetési tervezet részeként döntött a beruházáshoz szükséges fedezet biztosításáról: ez alapján megkezdődött a tervezési program összeállítás és tervek részletesebb kidolgozása.



fotó: GM

## Egyéves a Rákóczi Kert

Egy évvel ezelőtt, 2019. április 16-án nyitotta meg kapuit a felújított Rákóczi Kert – Családok Parkja.

Ez a hely lett azóta a legnépszerűbb közösségi helye a csepeli családoknak, ahova más kerületekből, településekről, sőt más országból is érkeznek látogatók. A jelenlegi helyzetben a Rákóczi Kert sem lehet nyitva, de amikor újra fogadhat látogatókat, ismét várnak mindenkit különféle foglalkozásokkal, programokkal, sportolási lehetőségekkel. Az intézmény valamennyi korosztály számára változatos programokat, rendezvényeket kínál. A parkban egy 500 méter hosszú futópálya épült. A modern játszótér mellett egy 900 négyzetméter alapterületű kisautópályát is birtokba vehetnek a gyerekek. A multifunkcionális sportpályán kézilabdázni és kosárlabdázni is lehet. A parkban két sakk- és pingpongasztal, valamint egy pétanque-pálya is van. A parkban infopont és ingyenes wifiszolgáltatás is működik.



# INGYENES VIRÁGPALÁNTA AKCIÓ

## HÁZHOZ SZÁLLÍTÁSSAL!



Tisztelt Csepeliek!

Jelenleg nehéz időszakot élünk a koronavírus járvány miatt. A mai problémák megoldása mellett azonban **gondolnunk kell a jövőre is**, hiszen mindannyian szeretnénk nemcsak biztonságos, de szép és barátságos környezetben is élni.

Ezért a Csepeli Zöld Sziget Program keretében 2020-ban is meghirdetjük a „Virágos Csepelért!” akciót. A kerületi családi és társasházak számára egyynári virágpalántákat ajánlunk fel **ingyenesen** azért, hogy azt kertjeikben, lakóházaik körül el tudják ültetni.

Ezzel is segíteni szeretnénk, hogy az itt élőkkel összefogva, környezetünkre még jobban odafigyelve, **természetesebbé és színesebbé tegyük közös otthonunkat, Csepelt.**

**TUDNIVALÓK**  
A virágágyások beültetésére lakcímenként (társasházaknál lépcsőházként) átlag 40 db egyynári virágot ajánl fel Csepel Önkormányzata. Társasházak esetén a be nem kerített előkert, a bejáratok melletti terület vagy a járda melletti zóldsáv használható; kertés házak esetén az ingatlan előtti járda és az úttest közötti zóldsáv. A növények elültetéséről és későbbi ápolásáról a jelentkezőknek kell gondoskodniuk.

**HOGYAN LEHET JELENTKEZNI?**  
A **Jelentkezési lap** a [www.csepel.hu](http://www.csepel.hu) és [www.varosgazda.eu](http://www.varosgazda.eu) weboldalakról tölthető le. Társasházak esetében a lakóközösség nevében eljáró közös képviselő (cégszerű aláírással), kertés házak esetében az adott címre érvényes lakcímkártyával rendelkező lakó jelentkezését várjuk. A jelentkezési lapot a [viragoscsepelert@varosgazda.eu](mailto:viragoscsepelert@varosgazda.eu) e-mail címre lehet benyújtani.

**MEDDIG LEHET JELENTKEZNI?**  
A jelentkezési lapok benyújtásának határideje: **2020. április 30.**

**A NÖVÉNYEK ÁTVÉTELE**  
A rendkívüli helyzetre tekintettel és a jelentkezők biztonsága érdekében **2020. május 11-15. között** a növényeket a pályázók lakcímére házhoz szállítjuk!

A szerződés magyar aláírói, Benárd Ágost küldöttségvezető (cilinderrel a kezében) és Drasche-Lázár Alfréd rendkívüli követ (jobbra, mellette) távoznak az aláírás után



forrás: Wikipédia

BŐVEBB INFORMÁCIÓ ÉS FELVILÁGOSÍTÁS: **Erdeiné Schuch Beáta** zöldterületi asszisztens, 1/277-7856, 30/698-5921, [erdeine.beata@varosgazda.eu](mailto:erdeine.beata@varosgazda.eu)

# A trianoni Magyarország – 1. rész

**Idén lesz százéves a trianoni békediktátum, melyet 1920. június 4-én írtak alá a versailles-i Nagy Trianon-kastélyban. A szerződés meghatározta Magyarország új határait. Most induló sorozatunkkal az eseményre emlékezünk.**

Az első világháború politikai, szociális és tömeglélektani megrázkódtatásai szétrepesztik a közép-európai államokat. Összeomlik a Habsburgok államrendszere. Csehország háromszáz év után feltámad, magával ragadva a magyar Felvidéket. A román fejedelemségek 1856-ban újjászervezett állama Erdélyt kéri és kapja, a világháborút kiprovokáló Szerbia pedig a dél-magyarországi vidékeket. Magyarországon a kormányzati hatalom szétmállik. A király, **IV. Károly**, a politikai ellenzék vezérét, **Károlyi Mihályt** kéri fel kormányalakításra.

Miután a békekonzferencia majdnem a Tiszánál húzza meg a demarkációs vonalat, a nemzetiségű többségű peremterületeket megszállják a román, a cseh és a szerb csapatok, **Károlyi** pedig átadja a hatalmat a kommunista-szociáldemokrata politikusoknak. Az új államforma a proletárdiktatúra, amely egy kommunisztikus társadalmi rendet kíván erőszakkal megvalósítani. Utópisztikus egyenlőségesdi érdekében erőszakosan lépnek fel a régi politikai rendszer képviselői ellen, és ateista meggyőződésből durva egyház- és vallásellenes politikába kezdenek. Bukásuk maga alá temette a gazdasági alapot nélkülöző, látomásos társadalomátalakítási terveket.

A magyar államszervezetet a győztes antant hatalmak igényeinek megfelelően konszolidálják. Az államforma a királyság marad, de élén

a kormányzó, **Horthy Miklós** áll. **Horthy** protestáns középbirtokosi családból származik, a Monarchia legmagasabb rendfokozatot elért magyar katonája. Visszaáll az 1918 előtti alkotmányos monarchia, parlamenti többpártrendszerrel.

Az új államhatalom aláírja a békeszerződést. A sok száz éves államterület kétharmada, a lakosság több mint felével a szomszédos államokhoz kerül. Közöttük a magyarságnak mintegy negyven százaléka. A határokat a nagyhatalmak határozták meg. A térség hét különböző államigazgatási és vámterületre esett szét, ami a nagy mennyiségeket termelő és nagy összegű beruházásokat igénylő korban óriási gazdasági hátrány. Viszsaesik a szabad mozgást kívánó nemzetközi tőkebefektetés. Szétestek a sok évszázados munkamegosztás egymásra utalt területei, megszűnt a munkaerő és a szakértelem szabad, a gazdasági igényeket követő mozgása. Ezek a térség feladatlan konfliktusai, a Nyugathoz való felzárkózás esélyének lerontói. A béke csak a fegyvernyugvás volt. A magyar

kisebbségek jogait (iskolázás, egyház) ugyan nemzetközi egyezmények garantálják, de ezek betartására nemzetközi szervezeteknek nincsenek eszközeik. Mégis a kisebbségek, sok vita és nemzetközi konfliktus árán, de fennmaradtak: nemzetmegtartó intézményeik, az egyház, művelődési egyletek, iskolák, és erős régi középosztályuk.

## Élet az új határok között

1923-ban kormányprogram születik a megmaradt Alföld jobb kihasználására, a gyümölcs- és szőlőtermelésre, a konzervipar fellendítésére, fásításra. Állami támogatással és külföldi tőkeérdekeltséggel indul meg az olaj- és bauxitbányászat. Az ipar szerkezetváltása: a vegy-, a textil-, a műszeripar és az elektronikai ipar fejlesztése. **Klebsberg** miniszter nevéhez fűződő kormányprogram igyekszik az elit- és tömegoktatás színvonal-emelésével a szürkeállomány hatékonyságát növelni. Az 1928-ban megindított villamosítási program szociális és termelési érdekeket követ. Már a szerkezetváltás kezdete is hozzájárult az új iparágakhoz szükséges képzett szakmunkás réteg erősödéséhez. A korszak meghatározó ipari termelési ágazata a motorizációhoz kötődik: az autó-, motorkerékpár-, majd a repülőgépgyártás.

A trianoni Magyarország fő piacképes terméke az élelmiszer volt. Piac, hasonlóan a korábbiakhoz, az iparilag fejlett Közép-Európában (Németország, Ausztria, illetve Olaszország) kínálkozott. Amikor kitör a gazdasági világválság, csak a mezőgazdasági termék a biztos áru. A jó áron exportált gabona- és hústermékek lassú modernizációt indítanak meg a mezőgazdaság magánszférájában, és egyensúlyt hoznak az államháztartásban, – egyben meghatározzák az állam külpolitikai iránykeresését.

• Dr. Klinghammer István akadémikus  
Közösen Csepelért Lokálpatrióta Egyesület

**Irodalom:** A magyarok krónikája (szerk.: Glatz Ferenc). Officina Nova, Budapest, 1996. • A Nemzeti Kőr az alkotmányozásról (szerk.: Jávör Béla). Kézirat, Budapest, 2011.

# Önkéntesek ingyen varrják az arcmaszkokat

Csepelen számos jó szándékú magánember összefogott: szájmászkokat készítenek ingyen a kerületi lakosok részére. Egyik felajánlás követte a másikat: önkéntesnek jelentkeztek varrónők, szervezők, szállítók, mások jó minőségű anyagot, cérnát küldtek adományként. Ráadásul nemcsak csepelieknek, hanem másoknak, például kórháznak is eljuttattak arcvédőt. Néhányan közülük.

A **Cse-Szi Angyalok** nevű csepeli csoport egy közösségi oldalon érhető el. Megfogalmazásuk szerint azért jöttek létre, hogy a fertőzésnek leginkább kitett embereknek nyújtsanak segítséget. Önkéntesei március vége óta folyamatosan varrják, és az igénylőknek továbbítják a maszkokat térítésmentesen.

Egy bejegyzésük szerint április 6-ig már ezer arcmaszkot gyártottak. **Kiss-Oroszné Mészáros Andrea** volt az egyik, aki a csepeli piac bejáratához is kivitt ingyen elvihető, mosható maszkokat. Most már ő is a Cse-Szi Angyalok csapatát erősíti.

**Kalmárné Rózsa** szintén a közösségi oldalán érhető el, folyamatosan varrja a maszkokat. „Először a dombóvári Szent Lukács Kórház dolgozóinak küldtem száz darab mosható maszkot. Nevelőszülőként szociálisan érzékeny vagyok, így minden olyan embernek juttatok maszkot, aki nem tudja megvenni vagy megvarrni magának. A következő nagyobb tételt a két csepeli anyaotthonnak küldöm. Majd következnek a gyár területén lévő családi

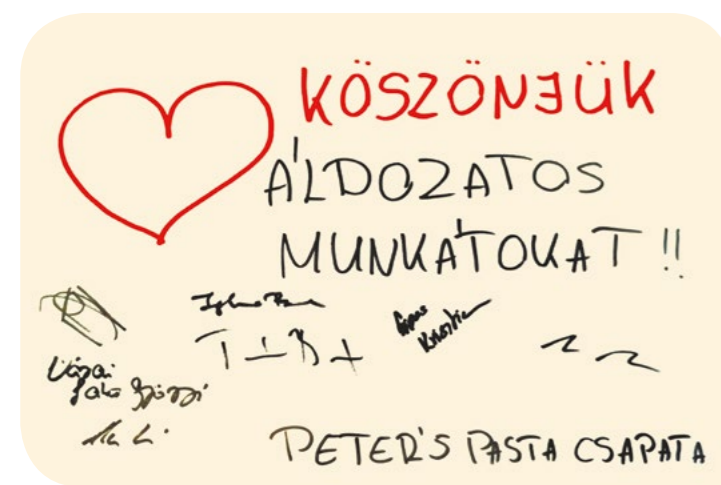
szállók és a hajléktalanszállók lakói” – mondta lapunknak. A szervezésben, az adományok összegyűjtésében **Somogyvári Andrea** segít. Az önkéntesek felajánlásoként szívesen fogadják a vászon, pamutvászon anyagot, a nem műszálal lepedőt, ágyneműt, pamutpólót, gumit, cérnát.

Érdemes megemlíteni a **Repkény utcai tagóvoda** dolgozóit is, akik szintén önkéntesként gyártják a maszkokat. A **Városgazda** megváltozott munkaképességű foglalkoztatottjai is varrják a textilmaszkokat, amelyeket a csepeli piacon vehetnek át a lakók úgy, hogy becsületkaszaként annyit fizetnek érte, amennyit jónak gondolnak. A befolyt összeget a munkavállalókat foglalkoztató csoportra fordítják. • CS.A.



fotó: pixabay

## Csepeliek hálája a mentősöknek



Érezhetően fokozott jóakarattal nyilvánul meg a magánemberek részéről a mentők munkája iránt a koronavírus-járvány terjedésének elmúlt heteiben – mondta érdeklődésünkre **Irmalós András**, a Csepel Mentőállomás vezetője. Nincs olyan nap, hogy ne csöngetne be egy vagy több ember is hozzájuk ismeretlenül, akik különféle módon kedveskednek munkatársaiknak hálájuk jeléül. Teszik mindezt név nélkül, mindenféle önreklámozás mellőzésével.

Csepeli magánemberek naponta visznek ételeket és

italokat a mentőállomásra. Meglepik őket süteménnyel, csokoládéval, palacsintával, kávéval, üdítőitalokkal, vagy rántott hússal, más ételekkel, különleges falatokkal. Egy cég, ahonnan a mentők rendszeresen megrendelik az ebédet, három hete ingyen látja el őket főétellel. Mások hálálkodó leveleket, egy iskola diákjai rajzokat küldtek nekik. A csepeliek egyebek között ezt írták a mentősöknek üzenetként: „Nagyon szépen köszönjük az áldozatos munkátokat! Kitaratást és nagy türelmet kívánok nektek!” • CS.A.

# A lelki egyensúly is fontos járvány idején

A koronavírus-járvány átrendezte hétköznapijainkat, sokan aggódnak testi egészségük miatt, de a mentális állapotunkra is hatással van a karantén időszaka. Nehéz az új helyzethez alkalmazkodni, a bezártság, a társas kapcsolatok hiánya, vagy éppen a folyamatosan együtt töltött idő komoly próbatétel elé állít bennünket. Hogyan lehet átvészelni ezt az időszakot? Erről kérdeztük Kiss Zsófia klinikai szakpszichológust.

## Figyelemelterelés, napirend

„Az aktivitás fenntartása, a figyelem elterelése nagyon fontos ebben az időszakban. A kényszerű bezártság ideje alatt bepótolhatjuk korábbi lemaradásainkat, elvégezhetjük a ház körüli teendőket. Érdemes keretet adni az otthon töltött időnek. A munka, a tanulás, a házimunka megtervezése mellett hagyjunk megfelelő időt a kapcsolódásra, hobbinkra is. A napirend egyfajta biztonságot ad ebben a bizonytalan élethelyzetben, de ez nem jelenti azt, hogy nem térhetünk el ettől!” – magyarázza **Kiss Zsófia**, aki azt is hozzáteszi: például az ünnepeket, születésnapot, névnapot, házassági évfordulót próbáljuk különlegessé tenni. A gyerekekkel ilyenkor beiktathatunk egy tanulásmentes napot is.

## Szabadidő, mozgás, szociális kapcsolatok

„Figyeljünk arra, hogy a családból mindenkinek legyen magára ideje. Hagyjuk, hogy a másik feltöltődhessen, magára figyelhessen. Érdemes meditálni, mozog-



Nem könnyű alkalmazkodni a karanténhoz, a gyerektársak hiányához

fotó: pixabay

ni, tornázni, relaxációs hanganyagok is segítik a lelki békénk fenntartását. Beszéljünk meg, osszuk meg egymással negatív érzéseinket, gondolatainkat is. Ne vágjuk el magunkat a szociális kapcsolatoktól. Hívjuk fel hozzátartozóinkat, barátainkat, hiszen ez segít a helyzettől kapcsolatos stressz, szorongás kezelésében” – mondja **Kiss Zsófia**.

## Kontroll a hírfogyasztásban

Érdemes tájékozódni a járványról, de legyen egy lelki limit. Ne engedjük, hogy eláraszsanak minket a hírek. Válasszuk ki, milyen forrásokból tájékozódunk. Tudatosan korlátozzuk, mit és mennyit olvasunk, milyen információkat osz-

tunk meg a témával kapcsolatban a közösségi oldalakon. Érdemes megtalálni az egyensúlyt. „A túlzott híráradat fokozza a szorongásunk. Ha tudjuk mivel állunk szemben, tudjuk, milyen eszközeink vannak a járvány elleni védekezésre, akkor a szorongásunk is csökkenthető. A koronavírus-járvány az egész világot érinti, mindannyiunk érdeke, hogy a fertőzés véget érjen. A kollektív összefogás optimizmusra ad okot. Most mindenki aktív módon, felelősségteljesen részt vehet a járvány elleni küzdelemben, akár úgy hogy bejár dolgozni, akár úgy hogy segíti a gyermekeit a tanulásban, vagy úgy, hogy otthon marad” – teszi hozzá a szakember. • PE



## Köszönet a pedagógusoknak

Néhány nappal ezelőtt került az a molinó a Dél-Pesti Tankerületi Központ Bajcsy-Zsilinszky utcai épületére, melyen megköszönik a csepeli és a soroksári tanárok és szülők munkáját, kitaratását ebben az emberpróbáló időszakban.

## EGYHÁZI ÉLET

## Miért hagyja ezt Isten?

Sokszor tették már fel ezt a kérdést a hittanosaim, ha valami baj történt, vagy azt, hogy Isten miért teremtette meg a rosszat. Az ember Istentől lelket, ezáltal értelmet és szabad akaratot kapott. A szabadság azonban nem azt jelenti, hogy mindenki azt csinálja, amit akar. Szükség van szabályokra, melyek megóvnak a káosztól. Például a KRESZ szabályait mindenki elfogadja, hiszen ezek nélkül súlyos balesetek történének, megalkotóik nálunk jobban tudják, hogyan lesz a közlekedés a legbiztonságosabb. Tehát, ha a közlekedésben ennyire fontos a rend, akkor az életünkben még inkább.

A világot Isten teremtette, logikus, hogy csak Ő tudhatja, hogyan működhet a legjobban. Szabályokat (parancsokat) adott, hogy boldogan élhessünk.

Mindenki tudja, hogy a közlekedési szabályok megszegésének előbb vagy utóbb nem kívánt következményei lesznek. Akkor mennyivel inkább igaz ez életünkre, és a következmények mennyivel súlyosabbak lehetnek! Bekövetkezik a rossz, amiről azt gondoltuk, soha nem fog megtörténni, mert azt hittük, mi is képesek vagyunk uralni a világot, bármit megtehetünk. Ferenc pápa mondta: „Úgy gondoltuk, örökre egészségesek maradunk egy beteg világban.”

Fontos, hogy megértsük, ami történt, nem Isten büntetése! Jézus ígérte: „...én veletek vagyok mindennap...” (Mt 28,20) Rajtunk múlik, hagyjuk-e, hogy segítsen rajtunk? Mellette döntünk, vagy továbbra is ellene? Elfogadjuk-e, vállaljuk-e, hogy az általunk okozott „balesetben” szerzett sérüléseinkből esetleg fájdalmas a kigyógyulás, de utána egészségesek leszünk? Tanulunk-e mindebből?

A Szent Imre téri templom előtti feszület talapzatán ez olvasható: „Értetek Út, Igazság, Élet, Erő, Irgalmasság, Áldozat vagyok! Nem rajtam múlik, ha nem vagytok boldogok!”

Sztancsikné Losonci Tímea  
r. k. lelkipásztori munkatárs

## Eltemették dr. Siklósy Ferencet

A Csepeli temetőben, családjá sír-boltjában helyezték végső nyugalomra **dr. Siklósy Ferenc** orvost, Csepel díszpolgárát április 15-én. A járványra való tekintettel a szertartást szűk családi körben tartották. A közkedvelt orvos és a kerület ismert közéleti alakja életének 74. évében hunyt el.

**Siklósy Zoltán**, az elhunyt fia érdeklődésünkre közölte, hogy terveik szerint a járvány levonulása után egy nagyobb összejövetel keretében egy szál viraggal azok is megemlékezhetnének majd édesapjáról a Csepeli temetőben, akik most nem vehettek részt a búcsúztatásán.



## Zárva vannak a könyvtárak

A koronavírus-vészhelyzetre való tekintettel, a főváros vezetésének döntése alapján, a **FSZEK tagkönyvtárai március 13-a óta nem fogadnak olvasókat, rendezvényeket nem tartanak.**

A könyvtári tagságok, olvasójegyek, illetve a kikölcsönzött könyvek és egyéb dokumentumok lejáratát idejéig a könyvtár **automatikusan meghosszabbítja**. A szolgáltatások felfüggesztésének idejére **késedelmi díjat nem számolnak fel**. Az újrainvitásig nem fogadnak előjegyzési kéréseket. Az intézkedések a helyzettől függően változhatnak. Minden fontos, aktuális információ a következő oldalon olvasható: **fszek.hu**.

A hatályos rendelkezések szerint a **Csepeli Munkásotthon** is zárva tart.

Megértésüket köszönjük!



## Üzenet a nagyinak

Rajzpályázat indult óvodásoknak és kisiskolásoknak Üzenet a nagyinak címmel. Az elmúlt napokban számtalan alkotás érkezett, amiken azt rajzol-

ták le a gyerekek, mit üzennek a nagymamáknak és a nagypapáknak ebben az időszakban, amikor nem látogathatják meg őket. A rajzokról készült fotót

küldték el a szülők, ezek megjelennek a csepel.hu oldalon, és egy részük itt az újságban is. A rajzokat továbbra is várják a név, a csoport és tagóvoda feltüntetésével az **ovodavezetes@csepelg-szi.hu** e-mail címre. Az iskolások az **ildiko.revesz@kk.gov.hu** e-mail címre küldhetik el a lefotózott alkotásokat.



Di Pol Vince, 2. osztály



Szabó Hajnak Csillag, 4. osztály



Paizs Lotti Senon, 5,5 éves



Soltész Luca, 4 éves



Horváth-Mijatov Miron, 6 éves



Reider Emma, Kaszinczy F. Ált. Isk. 4/b

# Tanórák online

Március 13-án bezártak az iskolák, digitális formában folytatódik a tanév, az óvodai és bölcsődei ellátás ügyeleti rendszerben működik. Nem egyszerű ez az állapot senkinek.

A gyerekekre sokkal több feladat szakadt, nehéz megszervezni a mindennapokat. Főleg a kezdetekre volt ez jellemző, amíg beállt az új rend, amelyhez alkalmazkodniuk kellett. A legnagyobb probléma viszont a közösség hiánya, a társaktól való távollét. Hiába van otthon a szülő, a testvér, az nem ugyanaz, mint az iskola-társak. Főleg az elsősöknek és másodikosoknak nehéz, akik még írni, olvasni, számolni tanulnak. „A szülőknek mindegyik segíteniük kell, emberpróbáló feladat ez. A felsősök már könnyebb helyzetben vannak, önállóbbak, jó esetben tudnak egyedül tanulni, az internetes felületeket jobban kezelik, maximum a tananyag mennyisége okozhat gondot” – mondja Müller-Kiss Adrienn iskolapszichológus.

**Megkérdeztünk két anyukát, hogyan élnék ebben a megváltozott helyzetben.**

**Beatrix** nagycsaládos anyuka, három gyermeket nevelnek. Niki 15, Dorina 13, Koppány ha-



fotó: pixabay

téves. „A nagylányomnak és a kislányomnak nem lesz ballagása, ezt nagyon sajnáljuk. Kertes házban lakunk, amíg a lányok tanulnak, a fiammal az udvaron játszunk, sokszor kint ebédelünk, tízóraiunk. Nekem sokat változott az életmódom, mivel itthon vagyok velük, ez jövedelemkiesést okoz. Sokkal többet kell főznom, itthon sütöm a kenyeret, a zsemlet. Mindhárom gyerekem focizik, itthon az edzést az udvaron meg tudjuk oldani. De nagyon hiányoznak nekik a társaik, nekünk, szülőknek sokkal több lett a dolgunk, s a tanároknak sem egyszerű ez a mostani helyzet.”

**Edit** két tizenéves fiú nevel férjével. „Csökentett munkaidőben



Teljes cikk:



dolgozom, két nap munka, két nap itthon. Néha azt sem tudom, milyen nap van. A fiúk jól vették az akadályokat, szerencsés helyzetben vagyok, hogy nagyobbak, önállóak. Így nem okozott gondot, kívül legyenek itthon. A dédnagynak nagyon hiányoznak, néha elbiciklizünk arra felé és beintegetünk. Eddig nem unatkoztam még, a háztartás vezetése kitölti a mindennapokat. Úgy érzem, sokáig tart még ez az időszak.” • Antal Zsuzsa

## A XXI. KERÜLETI ÖNKORMÁNYZAT LAPJA

Ingyenes, megjelenik 32 000 példányban

Felelős kiadó: Csepeli Városkép Kft., info@csepehivarskep.hu

Szerkesztőség és hirdetésfelvétel: 1215 Budapest, Csete Balázs utca 15. (Csepel Galéria), 1751 Pf. 28., tel.: 278-0711, info@csepehivarskep.hu

A másodközlés és a beküldött cikkek szerkesztésének jogát fenntartjuk.

Máger Judit főszerkesztő. A lapot készítették: Antal Zsuzsa, Csarnai Áttila, Kecskés Dóra, Kis György, Kónya Gábor, Lass Gábor, Nagy Zita, Potondi Eszter

Nyomatja: Mediaworks Hungary Zrt., 9021 Győr, Újlak u. 4/a.

Felelős vezető: Szabady Balázs műszaki igazgató

Terjesztés: Csepeli Városgazda Közhasznú Nonprofit Zrt. Reklamáció: 278-5848

ISSN 2062-3585

Következő számunk május 6-án, szerdán jelenik meg.

# LÁTOGATÁSI TILALOM

Tisztelt látogatóink!

A 46/2020. (III. 16.) Kormányrendelet 5. §-a alapján tilos a Csepeli Városkép intézményeinek (Csepel Galéria, Királyerdei Művelődési Ház, Radnóti Művelődési Ház, Szabó Magda Községi Tér, Rákóczi Kert – Családok Parkja, Nyugdíjas Községi Ház) látogatása.

A járvány megfékezése, lelassítása miatt a korábban meghirdetett események, programok, előadások, kiállítások elmaradnak, a gyűjtemények nem látogathatók.

A házakban csak az ott dolgozók tartózkodhatnak.

Türelmüket, megértésüket köszönjük.



## APRÓHIRDETÉSEK

### INGATLAN

**TÖKÖN**, a Nyakas-hegyen 800 négyzetméterű, gondozott, zártkertből átminősített kert eladó. Gyönyörű panoráma a zsámbéki-völgyre. A telek beépíthető. Jelenleg villanyház, garázs, toalett, szerszámház, vizesblokk van. Víz, villany be van vezetve. Több, mint 40 már termő gyümölcsfa van. I.ár: 18 mFt. T.: 06 70 375 91 73

**RÁKÓCZI** Kertnél 3 szobás, lift nélküli, negyedik emeleti, erkélyes, gázkonvektoros lakásom elcserelném kisebbre értékegyeztetéssel. T.: 0620 97 11 611

### SZOLGÁLTATÁS

**EGYÉNI** vállalkozók könyvelését, esetleges bérszámfejtését vállalom reális áron. Tapasztalt, csepeli könyvelő: 0630 481 0590

**MEGBÍZHATÓ** közös képviselő Csepelen! Jelszavam: transzparencia és harmonikus lakóközösség. T.: 0620 355 22 71

**KERT**-telekrendezés! Metszés, permetezés, favágás, bozótirtás, térkövezés, kerítés építés. Reális áron! www.telekrendezés.hu Tel.: 06 20 259 6319

**FAVÁGÁSSAL**, alpin favágással, telekrendezéssel, kertesztel, betonozással, bontással-javítással kapcsolatos munkák elvégzése. Tel.: 0670 617 79 40

**IGÉNYES** szobafestés, mázolás, tapétázás fóliatakarással, bútormozgatással, garanciával, számlával. Megbízható, pontos precíz munka! Kisuczky Attila Tel.: 36 30 7903027

**SZIGET** zár szerviz! Minden típusú zár javítása, cseréje olcsón, szakszerepen, garanciával! 06 70 701 7843, Javítás vagy csere esetén a kiszállítás ingyenes! www.szigetzarszerviz.hu

### ÁLLÁS

**CSEPELI** telephelyünkre azonnali felvétellel keresünk műszaki előkészítőket (árkalkulátort), lakatos, hegesztőt, B. kategóriás sofőrt (munka hiányában lakatos mellett kell segíteni), hagyományos fémestergást (lehet nyugdíjas is), műszaki vezetőt. T.: 0630 981 14 01, 0630 349 16 14.

**CSEPELI** Üzemünkbe polietilén csomagolóanyag-gyártó gépre keresünk kétféleképpen munkarendben betanított fizikai munkára dolgozókat. Szükséges: Szakmunkás bizonyítvány, érvényes erkölcsi bizonyítvány. T.: 06 20 9 343 998

### OTTHONI MUNKA

**OTTHONI** munka! Kosmetikai dobozok összeállítása, egybek. Elérhetősek, érd.: 06 90 603 905 (audiopress.iwk.hu, 635Ft/min. 06 20 496 3980).

### ADÁS-VÉTEL

**PAPÍR**- és fémpénzt, bélyeget, képeslapot, papírregiszeret, régiségeket vásárolunk és árverésre átveszünk. VI., Andrássy út 16. Tel: 266 4154, H-Cs: 10-17

**ARANY**, ezüst, antik és régiség felvásárlás: órák, bútorok, festmények, agancsok, Herendi/Zsolnay porcelánok, ki-tüntetések. Készpénzben fizetek. T.: 0620 955 02 13

**CSEPELEN** és környékén! Korrekt áron autót vennék készpénzért. T.: 06 30 951 5322

### KERES

**SEGÍTŐT** megjutalmazom, örökös keresek. Idősebb családtalan nő keresi szeretet ügyben (mert telefonszámát elvesztettem) Csepelen vagy környékén lakó Dorina nevű fiatal szőke kisgyermekes anyukát és nagyon vékony szőke taxis férjét, akikkel a csepeli Sétáló utcai önközpontunkban találkozunk. Köszönettel: Dóra. E-mail cím: vizonto2014@gmail.com

**KERESEK** használt Zepter Bioptron Lámpát, Szinterápiát, Légtérápiát és Ceragem ágyat készpénzért! Érdeklődni: 06-20-529-9861

A hirdetések tartalmáért felelősséget nem vállalunk!

**A személyes hirdetésfelvétel a kialakult járványhelyzet miatt határozatlan ideig szünetel!**

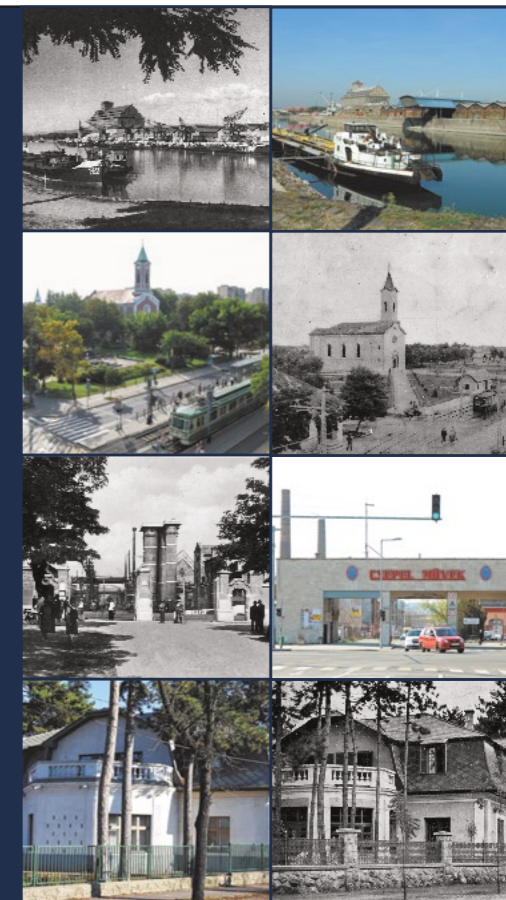
Hirdetésfelvétel csak elektronikus úton az info@csepehivarskep.hu e-mail címen lehetséges, a fizetés csak utalással történhet!

# EGY SZELET CSEPEL

Megjelent Budapest XXI. Kerület Csepel Önkormányzatának támogatásával, a Csepeli Városkép Kft. kiadásában.

A közel 300 oldalas képes kiadvány átfogó formában tárja az olvasó elé Csepel történetét. A fejezeteket rendkívül gazdag archiv fotó- és dokumentumanyag teszi igazán érdekessé. Rövid leírások és képsorok mutatják be a település városrészeit, valamint a kerület értékeit, kulturális programjait. A kötet háromdimenziós fotókat, valamint az azok megtekintéséhez szükséges szemüveget is tartalmaz. További melléklete egy térkép az egykori és a mai Csepelről.

A könyv megrendelhető önköltségi áron, **1990 forintért**. Csepeli címre néhány napon belül ingyenesen kiszállítjuk.



**Királyerdei Művelődési Ház**  
1213 Budapest, Szent István út 230. T.: 278-2747  
e-mail: kiralyerdeimuwhaz@csepehivarskep.hu  
www.csepehivarskep.hu



# KORONAVÍRUS TÁJÉKOZTATÓ

# VIGYÁZZUNK EGYMÁSRA!

## ALAPVETŐ TUDNIVALÓK

- A KORONAVÍRUS CSEPPFERTŐZÉssel TERJED.
- LEGVESZÉLYEZTETETTEBBEK AZ IDŐSEBBEK ÉS A KRÓNIKUS ALAPBETEGSÉGBEN SZENVEDŐK, VIGYÁZZUNK RÁJUK!
- VÍRUSSEL SZENNYEZETT TÁRGYAKTÓL IS MEG LEHET FERTŐZÖDNI, FIGYELJÜNK A HIGIÉNIÁRA!
- AZ ARCMASZK NEM VÉD MEG A VÍRUSTÓL, DE A FERTŐZÉS TOVÁBBADÁSÁT CSÖKKENTI.
- A KORONAVÍRUST FERTŐZÖTT, DE TÜNETMENTES SZEMÉLYEKTŐL IS EL LEHET KAPNI, EZÉRT FONTOS AZ ELŐVIGYÁZATOSSÁG.
- LEGFONTOSABB A MEGELŐZÉS!

## TÜNETEK

### Jellemző tünetek:

- LÁZ
- SZÁRAZ KÖHÖGÉS
- LÉGSZOMJ

### Előfordulhat még:

- TOROKFÁJÁS
- ORRDUGULÁS
- ORRFOLYÁS
- FÁRADTSÁG
- IZOMFÁJDALOM
- HASMENÉS

## HOGYAN CSÖKKENTSÜK A KOCKÁZATOT?

- KERÜLJÜK A CSOPORTOKAT, A TÖMEGET, KÜLÖNÖSEN A ZÁRT TEREKET, A TÖMEGKÖZLEKEDÉST!
- LEHETŐLEG TARTSUNK 1-2 MÉTER FIZIKAI TÁVOLSÁGOT EGYMÁSTÓL.
- KERÜLJÜK A LÁZAS VAGY INFLUENZASZERŰ, LÉGÚTI TÜNETEKET PRODUKÁLÓ SZEMÉLYEK KÖZELÉSÉGET.
- MELLŐZZÜK A PUSZIT, AZ ÖLELÉST, A KÉZFOGÁST!
- HA LÉGÚTI TÜNETEKET ÉSZLELÜNK MAGUNKON, HASZNÁLJUNK ARCMASZKOT.
- MOSSUNK KEZET ALAPOSAN ÉS RENDSZERESEN, HASZNÁLJUNK ELDOBHATÓ PAPIRSEBKENDŐT, SZELLŐZTESSÜNK GYAKRAN!
- ERŐSÍTSÜK AZ IMMUNRENDSZERÜNKET, EGYÜNK SOK GYÜMÖLCSÖT, ZÖLDSÉGET ÉS VITAMINDÚS ÉTELEKET!
- TÜNETEK ESETÉN JELENTKEZZÜNK TELEFONON HÁZIORVOSUNKNÁL, DE NE SZEMÉLYESEN!

## HOGYAN VÉDJÜK MEG IDŐS SZERETTEINKET?

- IDŐS SZERETTEINK JOBBAN KI VANNAK TÉVE A KORONAVÍRUS KOCKÁZATÁNAK, EZÉRT FOKOZOTTAN VIGYÁZZUNK RÁJUK!
- FIGYELJÜNK AZ IDŐSEKRE ÉS SEGÍTSÜNK NEKIK BEVÁSÁRLÁSSAL VAGY A RENDSZERESEN SZEDETT GYÓGYSZEREIK BESZERZÉSÉVEL!
- AZ IDŐSEK MEGÓVÁSA ÉRDEKÉBEN A FIATALABBAK KERÜLJÉK A SZEMÉLYES ÉRINTKEZÉST IDŐSEBB HOZZÁTARTOZÓIKKAL.

TOVÁBBI INFORMÁCIÓ:

[koronavirus.gov.hu](https://koronavirus.gov.hu) 06-80-277-455 06-80-277-456

A koronavírus napról napra változik, kövessük és tartsuk be a hatóságok és az önkormányzat intézkedéseit!

[www.csepel.hu](https://www.csepel.hu)



BUDAPEST XXI. KERÜLET CSEPEL  
ÖNKORMÁNYZATA