

ELKEZDŐDÖTT AZ ARANY JÁNOS ISKOLA FELÚJÍTÁSA



Folytatódik a Csepeli Panelprogram

A Csepeli Panelprogram keretében újabb társasházak kaptak támogatást energetikai korszerűsítésre. A sikeresen pályázók április 11-én írták alá az erről szóló szerződést a polgármesteri hivatalban. A programot a csepeli önkormányzat folytatja, április 22-étől indul az újabb felhívás.

Borbély Lénárd polgármester elmondta, a panelprogramot **Kovács Dávid Attila** független önkormányzati képviselő kezdeményezte. A csepeli önkormányzat 2023 tavaszán indított pályázatot a társasházak és lakásszövetkezetek energiamegtakarítást eredményező korszerűsítéseinek, felújításainak támogatására. A projektre 100 millió forintos keretösszeget biztosított az önkormányzat.

A pályázók a 1946–2002 között épült lakóépületekre igényelhetek forrást, melyek a földszinttel együtt legalább 3, de maximum 12 szintesek, minimum 15 lakással rendelkeznek. A támogatás homlokzati hőszigetelésre vonatkozott legalább egy teljes oldalfalon, lapostető hő- és vízszigetelésére együttesen, valamint hőszigetelő közösségi nyílászárók cseréjére. A pályázók épületszintenként maximum 1 250 000 forint támogatást igényelhetek, összege épületenként minimum 500 ezer, legfeljebb 15 millió forint lehetett. A pályázatok benyújtására a második ütemben legkésőbb 2024. február 15-e éjfélig volt lehetőség.

A nyertes pályázatok

2023-ban 15 nyertest hirdetett az önkormányzat 66 405 295 Ft támogatással. A 100 millió forintos keretösszeg maradványának elnyerésére pedig 6 pályázat bizonyult alkalmasnak, több mint 26 millió forint értékben.

Ennek köszönhetően hamarosan újabb **hat társasháznál** indulhatnak el a felújítási munkálatok: **Kossuth Lajos u. 132–138., Árpád u. 12., Kölcsey Lakásfenntartó Szövetkezet (Nyírfa u. 7–10., Kossuth Lajos u. 94. A-B.), Völgy u. 41–43., Bánya u. 1–17., Nyírfa utca 1–6.**

Ismét indul a program: fontos tudnivalók

A polgármester kiemelte, a programot a csepeli önkormányzat folytatja, április 22-étől indul a 2024-es felhívás. A programra **emelt keretösszeg, 150 millió forint áll rendelkezésre.** A kiírás legfontosabb paraméterei, illetve változásai a következők: tavaly kevés hőszigeteléses pályázat érkezett, ezért az önkormányzat felemeli a fajlagos támogatását (homlokzatszigetelés: 15 000 Ft/nm², tetőszigetelés: 20 000 Ft/nm²) és az épületszintenként kérhető támogatást 2 500 000 forintra. Ezzel akár 30 000 000 forint is lehet a hozzájárulás épületeként, így várhatóan több tízemeletes ház is pályázni fog hőszigetelésre. **Szabályzónak pedig megjelenik egy új elem:** lakásonként maximum 250 000 forint igényelhető. A támogatás intenzitását 40 százalékban

maximalizálják az igazságos elosztás érdekében. Ezek a feltételek együttesen értendők.

Ugyanakkor a polgármester hangsúlyozta, kis és nagy pályázókat egyaránt várnak, már kétszintes és minimum nyolclakásos társasházak is indulhatnak, amelyek használatba vételi engedélyt legkésőbb 2010. december 31-éig adták ki. Tavaly már a második ütem kiírásában is megjelent a közösségi terekben a villamos hálózati rendszerek cseréje. A tevékenységek köre újabb elemekkel bővül: liftszerkezet cseréje, felújítása, építése, valamint üzlethelyiségek felújítása, kialakítása is lehetővé válik. Így nem csupán energiamegtakarítást eredményező pályázatok nyújthatók be, hanem egyéb értéknövelő fejlesztések is megvalósíthatók.

A pályázatok benyújtására szeptember 15-éig lesz lehetőség, maradvány esetén folytatódik a projekt egy újabb beadási körrel. A program megvalósítására 2025. május 31-éig lesz lehetőség. A Csepeli Panelprogramon azok is indulhatnak ismét, akik már nyertek, de ezúttal új projektötlettel várják őket.

• Potondi Eszter



A felújítási munkák hamarosan elkezdődhetnek a Nyírfa utcai épületen is

foto: Tóth Beáta

Elkezdődött az Arany János iskola felújítása

A Csepeli Gyermeksziget Program keretében megkezdődött az Arany János Általános Iskola felújítása. A Herman, a Mátyás, a Katona és az Eötvös iskola után ez az ötödik oktatási intézmény, mely teljes egészében önkormányzati forrásból újul meg.

Az iskola épületét 1979-ben adták át, a tanulók létszáma 333 fő. A felújítás során a teljes homlokzat új nemesvakolatot kap. A belső munkák során – többek között – felújítják, illetve cserélik a burkolatokat, festenek, teljes megújuláson esnek át vizesblokkok. Egy tanterem is kialakítanak. Az udvarfelújítási munkák várhatóan 2024. június közepén kezdődnek meg.



Borbély Lénárd polgármester Busa Gabriellával és Somogyvári Andreával



Az Arany János iskola már az ötödik intézmény, amelyet az önkormányzat önerőből újít fel

foto: Hajdú Ágnes

Tisztelgés Weiss Manfréd előtt

Weiss Manfréd születésének 167. évfordulóján a tisztelőre állított emlékműnél koszorúztak április 11-én. Ez az ikonikus és kivételes személyiség nem csupán megalapozta a magyar ipar bölcsőjét, hanem személyes és cégvagyonából intenzív fejlődési pályára állította Csepelt. A rendkívüli mértékű fejlesztések eredményeképpen pedig utak és iskolák

épültek, több ezer munkáscsaládnak emeltek házakat, lakásokat. A gyár alkalmazottainak kórházat, óvodát, napközit, iskolát, szülészetet is létesítettek. **Weiss Manfréd** a magyar ipartörténet egyik, Csepel történetének pedig a legnagyobb alakja. A jelen és a jövő nemzedékek erkölcsi kötelessége a méltó megemlékezés, miképpen ez **Weiss Manfréd** egykori csepeli mellszobrán, a posztamensre vésett feliraton is olvasható volt: „Minden alkotásod és minden igaz ember örzi emlékedet.”



Új eszközöket kaptak a házi orvosok



Dr. Lusicza Ágnes háziorvos az átadáson Borbély Lénárd polgármesterrel és dr. Dobák Andrásal

Korszerű EKG-készüléket, vércukorszintmérőt adtak át a csepeli házi orvosi praxisoknak április 9-én, a Tóth Ilona szakrendelőben. A modern orvosi eszközök mellett a házi orvosi rendelők egy-egy hordozható, könnyen kezelhető defibrillátort is átvehettek. A beruházás összesen 40 millió forintból valósult meg.

Az esemény jelen volt **Borbély Lénárd** polgármester és **dr. Dobák András**, a Tóth Ilona Egészségügyi Szolgálat főigazgatója. A polgármester kiemelte: a kormány közbenjárása nyomán az Egészséges Budapest Program kere-

tében 3,5 milliárd forint támogatást kapott a kerület, melyet 200 millió forinttal egészített ki az önkormányzat. „A program kapcsán megvalósuló fejlesztések, az új orvosi eszközök sokat jelentenek a csepeli egészségügyi ellátásban, nagymértékben emelik annak színvonalát. Ami az egészségügyi ellátás javítása, fejlesztése terén megtehető, azt az önkormányzat igyekszik megvalósítani. Azt az álláspontot képviseljük, hogy a járóbeteg-szakellátás továbbra is maradjon a csepeli önkormányzat keretei között” – hangsúlyozta a polgármester. Ugyanakkor hozzátette, a kerület harminc darab defibrillátort

vásárol, melyeket Csepel legforgalmasabb pontjain helyeznek ki.

Dr. Lusicza Ágnes háziorvos: „Tösgyökeres csepeli vagyok. Már a nagymamám is a kerületben született, a szüleim a Csepel Művekben dolgoztak, itt jártam iskolába, a Jedlikben érettségiztem. 1984 óta vagyok családorvos Csepelen, a Királymajorban rendelek, 2350 betegem van. Csepel egy nagyon régi területe a kijelölt körzetem, mely a Szent Imre tértől a Csepeli Nyomdáig húzódik, de a gyár területén lévő Baptista Szeretetotthon és a Központi úton működő hajléktalanszállók is az én körzetembe tartoznak. Nagyon szeretem a munkámat, tíz évig tanítottam a Semmelweis Egyetem Családorvosi Tanszékén. A kisebbik lányom szintén családorvos lett, jelenleg két unokámmal van otthon, de hamarosan visszatér a munkába. A mostani eszközbeszerzés nagy segítség a házi orvosoknak, hisz nem a saját praxispénzből kell finanszírozniuk mindezt. A rendelőm jól felszerelt, sok évvel ezelőtt az OEP eszköztámogatásra kiutalt pénzből igyekeztem minden fontos alapeszközt, műszert beszerezni. Az önkormányzat folyamatosan támogatja a házi orvosi praxisokat. Nem csupán orvosi eszközökkel, de a rendelők rezsidíjának átvállalásával, a huszonegy órás orvosi ügyelettel is segíti a munkánkat.” • PE



EKG-készüléket, vércukorszintmérőt, egy-egy hordozható, könnyen kezelhető defibrillátort is kaptak a csepeli házi orvosi praxisok

A csepeliek fontosabbak, mint a pártérdek

Ábel Attila tizennégy éve dolgozik alpolgármesterként, sokáig volt a csepeli Fidesz elnöke. Pártjából Borbély Lénárd polgármesterrel együtt zárták ki, mert nemet mondtak az önkormányzati vagyont követelő Németh Szilárdnak. Az alpolgármester szerint Csepelen nyár elején arról is döntenek a választók, hogy a pártérdekeket vagy a csepeliek érdekeit engedik előbbre.



Ábel Attila

Miért nem indul egyéni jelöltként? Németh Szilárd szerint a polgármester kihasználta és félredobta.

Politikától távoli, személyes okok miatt nem leszek egyéni jelölt. De fontos tagja vagyok a csapatnak. Az elmúlt években 21 milliárd forinttal nőtt Csepel vagyona. Újjáépült a lakóparknak szánt napközis tábor, gyönyörű park lett a 300 lakásos lakótelepnek szánt Görgey iskola helyén, megújult a KRESZ-park, a Rákóczi Kert, megépült a Tejút park, a Brenner János park, megújulnak az iskolák, óvodák, telente nálunk van a legjobb jégpálya. De a legtöbb pénzt utépítésre, csatornázásra, városrehabilitációra és panelprogramra költjük. Sok a kedvezményes vagy ingyenes nyugdíjasprogram, családi program, a parkokban a sportolási és kikapcsolódási lehetőség. 2010-ben úgy tűnt, Csepel lecsúszott alvóváros lesz. Most naponta találkozom Budáról vagy más kerületből, agglomerációból érkezőkkel. Ide járnak pihenni, játszani, kutyát sétáltatni, futni, sétálni. A Kis-Duna-partunk Budapest legszebb zöld partjainak egyike lett. Ezért kell megvédenünk. Nagyhatalmú emberek szeretnék beépíteni. Ez a küzdelem tette **Borbély Lénárd** polgármestert a legfontosabb „harcostársammá”. Nagyon bízom abban, hogy nemcsak a kipróbált és bizonyított polgármester, de a csapata is többséget kap a választáson. Amennyiben ez sikerül,

személy szerint nem tervezem, hogy képviselőként is folytatom.

Hogyan fordulhat elő, hogy kizárták önöket a Fideszből azért, mert kiálltak a csepeliek érdekei mellett, védik a kerület vagyont meg a Kis-Duna-partot?

Azt mondják, akkor méretik meg az ember, amikor hatalomhoz jut, majd amikor arról le kell mon-

dania. A **Szilárddal** való konfliktusunk 2014 után kezdődött, amikor lemondott a polgármesterségről. De valójában nem volt képes rá. Azt állítja, a Fidesz alapszabálya szerint ő a főnökünk, így ő a polgármester. De ez egy jogállamban képtelenség. Nem adtuk át neki az önkormányzat vagyont és a Kis-Duna-partot, ezért kizártott bennünket. A helyi szervezet létszáma így a negyedére zuhant. Közben döbbenet nézik az emberek a KIMBA épületbe, kordonok mögé bújít rezsibiztos, aki úgy rendeli be a tisztviselőket, mint az alattvalókat. Trófeaként kerülnek aztán a közösségi oldalára, ha jól viselkednek. Ha pedig valaki nem nála jelenti be az igazgatói pályázatát, nem lesz többet iskolaigazgató. Szilárd kifordult magából. Neki csak a bosszú fontos, ezért rengetegen fordultak el tőle. Ezt ő is érzi, mert a hozzá kötődő cég már az ellenzéki **Dukán Andrást** reklámozza, aki cserébe a polgármestert ekézi. Ez bumerághatást kelt: ahogy egyre durvább lejárató kampány folyik a polgármester ellen, úgy nő a népszerűsége.

Bármi lesz a választás eredménye, Csepelen a negatív kampány már győzött. Ez Magyarországon így természetes, a pártpolitikai adok-kapok mindezt lenyom?

A politikának lételeme a konfliktus. De visszaüt, ha túlzásba viszik. Amikor

nincs választási kampány, a kormányoldal a kormányt, az ellenzék a főpolgármestert nyaggatja a színpalak mögött, hogy jöjjenek a fejlesztések. Egy jól működő kerületben így fognak össze a lakosságért. A kizárásunk és az ellenünk folytatott személyes bosszúhadjárat ellenére az elmúlt öt évben Csepel kiemelt támogatást kapott a kormánytól. Milliárdok jöttek utépítésekre, városrehabilitációra. Budapesten a legtöbb rezsitámogatást mi kaptuk. Ez nem változik, ha nyerünk. Csepelre koncentrálnunk, nem pártpolitikára. Leginkább a HÉV felújítása hiányzik, amit 2026-ra ígérnek. A polgármester erősen lobbizik érte. Jól jönne az új park és a híd is, de a HÉV után. A fővárosi fejlesztések közül a legfontosabb a gerincút, de leggyorsabban P+R parkolókat lehet építeni. Átmenetileg az is segítene. Amíg a főváros tízmilliárdokat költ fejlesztésekre, senki nem mondhatja, hogy nincs pénze fejlesztésre. Ez kifogás. Az is hiba, hogy a pártok úgy mutatják be a kormányzati és fővárosi fejlesztéseket, hogy azt Csepelnek kell megoldania.

Az ellenzék szerint önök a kis Fidesz, Németh Szilárd szerint az „elmagyarpéteresedett”, Soros-féle dollárbaloldal, ami lepaktált Gyurcsánnyal. Abban pedig a Fidesz-DK-MSZP-Momentum egyetért, hogy önök áll-civilek.

Sorossal, Gyurcsánnyal és mással sincs kapcsolatunk. **Magyar Péter** magasba szökött népszerűsége szerintem azt mutatja, hogy az embereknek elégük lett a parttalan pártpolitikából. Sok szomszéd országban hagyománya van a pártfüggetlen városvezetésnek. Nálunk a kis- és közepes településeken van így. Ez folytatódhat, ha a csepelieknek sikerül túllépni a pártérdekeken. Ha Budapesten ez létező megoldás, erős üzenetet adunk a pártoknak, hogy nem egymással, hanem az emberekkel kellene foglalkozniuk. A polgármester csapata valóban civil, tetterre kész és megérdemli a támogatást. • T

Emléktáblát avattak a HÉV-tragédia áldozatainak emlékére

A Szent Imre téri HÉV-megállónál a negyvenhat évvel ezelőtti HÉV-katasztrófában elhunyt tiszteletére – a Közösen Csepelért Polgári Egyesület kezdeményezésére – emléktáblát avattak.

1978. április 13-án, 17 óra 10 perckor egy Csepel felől érkező HÉV-szerelvény fékezés nélkül belerohant a Boráros téri állomásépületbe. A tömegszerencsétlenségben tizennyolc ember vesztette életét. A történeti visszatekintésben elhangzott, hogy több szerencsétlen tényező; emberi mulasztás és műszaki hiba egyszerre okozta a balesetet.

Egy esős napon

A katasztrófát okozó hatkocsis HÉV-szerelvény 1978. április elején átesett egy úgynevezett műszaki revízió, a vizsgálat a motorvonatot kifogástalannak találta. 1978. április 13-án délután a szerelvény vezetését a huszonegy éves **L. Sándor** vette át, aki 16.31-kor kezdte meg a műszakot. A kocsik aznap már három fordulót megtett a Boráros tér és Csepel között. A harmadik fordulónál a vezető jelezte, hogy műszaki hibákat tapasztalt, mégis úgy döntöttek, hogy a szerelvényt forgalomba állítják. **L. Sándor** vezetésével – nagyjából 12 perc késéssel – a



A Fortepan képei a Boráros teret mutatják a baleset után egy évvel, 1979-ben

HÉV elindult a Boráros tér felé. A jármű azonban nem gyorsult megfelelően, maximális sebessége csupán 15-20 km/h volt, ráadásul akadozva haladt. Észelve a gondokat, egy szolgálaton kívüli rutinosabb motorkocsivezető, **V. Károly** előresietett a vezetőfülkéhez, és önkényesen átvette a vonat irányítását. A jármű továbbra sem gyorsult fel, viszont a Szabadkikötőnél fékhibák jelentkeztek, ami miatt alig tudtak megállni. A szerelvény a Szabadkikötő megálló utáni lejtős szakaszon több mint 50 km/h-s sebességre gyorsult, a fékhiba miatt megállíthatat-

lanná vált, és belesapódott a Boráros téri várócsarnokba. A tragédiát fokozta, hogy esős idő volt aznap, így sokan kerestek menedéket az állomás épületében. Több mint negyvenen kerültek



foto: Tóth Beáta



foto: Fortepan / FŐMTERV

kórházba könnyebb és súlyosabb sérülésekkel, a szerencsésebbek hosszabb-rövidebb kórházi tartózkodás után hazamehettek.

A tragédiában többek között egy unokája születésnapjára igyekvő nagypapa is meghalt – az unokája jelen volt az emléktábla avatásán – és az áldozatok között volt családanya és esküvő előtt álló menyasszony is. **Borbély Lénárd** polgármester elmondta, a tragédia emléke a mai napig élénken él a helyiek kulturális emlékezetében, ki-ki felidéz, hol volt és mit csinált akkor, amikor a hírekben értesült a tragédiáról.

A baleset pillanata

Egy korabeli áldozat így emlékezett a baleset pillanataira a Magyar Hírlap 1978. április 15-én megjelent számában: „Mikor a vonat föltűnt, meglepődve láttuk, hogy nem a külső vágányra – ahová vártuk –, hanem a belső, a Duna felőli oldalra fut be. Az utasok egy része a vágány és a várócsarnok között



foto: Fortepan / FŐMTERV

megindult a túlsó peron felé. Közöttük voltam én is. Az esernyőktől és a tömegtől semmit sem láttam, csak azt vettem észre, hogy a szerelvény óriási csattanással, a vágányzárt áttörve eldübörög előttem. A következő pillanatban elájultam. Mikor a földön feküdve magamhoz tértem, már ott voltak a mentők.” A Legfelsőbb Bíróság több hónapon

keresztül tárgyalta az ügyet. Megállapították a műszaki és konstrukciós hibát, valamint kimondták a vezetők felelősségét. Végül 1979. március 20-án **L. Sándort** 3 év 8 hónap, míg **V. Károlyt** 3 év 6 hónap szabadságvesztésre ítélték. Az ügy hivatalosan lezárult, ám szomorú emléke örökre megmaradt a csepeli lakosok körében. •LG

INGYENES CSALÁDI HAJÓKIRÁNDULÁS

TARTSANAK VELÜNK!



BORBÉLY LÉNÁRD
CSEPEL POLGÁRMESTERE





Kedves Csepeli Családok!

Népszerű családi programunk tovább folytatódik! Az elmúlt évekhez hasonlóan, idén is közös dunai hajókirándulásra hívom Önöket!

Töltsünk el egy vidám napot együtt a Dunán! Kicsiknek és nagyoknak **színes gyermekprogramokkal és csodás meglepetésekkel** készülünk. Teljes körű **vendéglátással és fantasztikus családi élményekkel** várjuk Önöket – mindezt **teljesen ingyenesen!**

Tartsanak velünk!

Borbély Lénárd

Borbély Lénárd
Csepel polgármestere

2024. ÁPRILIS 27. (SZOMBAT)

JELENTKEZÉS: 2024. ÁPRILIS 18-19.

A jelentkezés módja és a részvétel feltételei:
A hajókiránduláson való részvétel ingyenes, de előzetes regisztrációhoz kötött, a szabad férőhelyek függvényében.
Jelentkezni 2024. április 18-19-én, reggel 8 órától a csaladhajokirandulas@csepelivaroskep.hu e-mail címen lehet. A hajókirándulásra csepeli lakcímkártyával rendelkező családokat várunk 3-11 év közötti gyermekekkel közösen, legfeljebb két felnőtt (szülő, nagyszülő) kíséretében.




FELHÍVÁS

Csepeli gyárak
egykori dolgozóinak
találkozója

Több éve nagy sikerrel kerül megrendezésre a Csepel Művek dolgozóinak találkozója. Ennek mintájára – lakossági kezdeményezésre – Budapest XXI. Kerület Csepel Önkormányzata idén egy külön rendezvényen szeretné vendégül látni a többi csepeli gyár egykori dolgozóit.

Várjuk azok jelentkezését, akik 1989 előtt hosszabb ideig csepeli üzemekben – **Csepeli Papírgyár, Csepeli Szabadjikító, Magyar Posztógyár Rt. csepeli telephelye, Mirelit Mélyhűtőipari Vállalat, Növényolajipari és Mosószergyártó Vállalat Csepeli Növényolajgyára** stb. – dolgoztak és szívesen részt vennének egy összejövetelen, ahol újra találkozhatnak a régi kollégákkal.

A találkozó **2024. május 18-án (szombaton), 10 és 16 óra között** lesz a Királyerdei Művelődési Házban. A részvételhez előzetes bejelentkezés szükséges. **Regisztrálni április 30-ig** lehet telefonon – hétfőtől péntekig 9 és 16 óra között – a **06 70 903 9991**-es számon, illetve a **kiralyerdeimuvhaz@csepelivaroskep.hu** e-mail címen.

A jelentkezéskor kérjük adják meg – nevük, telefonszámuk mellett –, hogy melyik gyárban, melyik időszakban és milyen munkakörben dolgoztak. Örömmel vesszük, ha a rendezvényre valamilyen emléket – fotót, használati, vagy emléktárgyat – hoznak magukkal, melyek segíthetik a régi idők felelevenítését.

Királyerdei Művelődési Ház

1213 Budapest, Szent István út 230., T.: 278-2747
e-mail: kiralyerdeimuvhaz@csepelivaroskep.hu
csepelivaroskep.hu

Csepelen a közbiztonság szavatolt
Rendőrségi évértékelés

fotó: Hajdú Ágnes

Csepelen a bűnügyi, közbiztonsági viszonyok szélsőségektől mentesek, a közterületek, közösségi életterek, a nyilvános helyek, valamint a magántulajdonú ingatlanok biztonsága szavatolt. Az elmúlt évben eredményes felderítési, nyomozási mutatók születtek – ezt közölte Szilágyi Sándor rendőr alezredes, a csepeli rendőrkapitányság vezetője a kapitányság évértékelő beszámolóján. Az évértékelőn részt vett **Borbély Lénárd polgármester, valamint Terdik Tamás rendőr vezérőrnagy, Budapest főkapitánya, Filipp Mónika, a kerületi bíróság elnöke és Cserhádi Zoltán kerületi vezető ügyész.**

A beszámolón elhangzott, hogy a regisztrált bűncselekmények száma 2023-ban minimálisan, 1197-re növekedett a 2022. évi 1146-ról. A felderítési és nyomozási eredményességi mutatók javultak. A nyomozások több mint felét az idén is eredményesen fejezték be: az adatok önmagukban és arányaikban is kiváló eredménynek tekinthetők. A **lopások száma** (a betörésekkel együtt) emelkedett, de a lakásbetöréseké csökkent. A betörések száma mérséklődött, ráadásul ezen a téren a felderítési és a nyomozási eredményességet sikerült javítani a korábbi évhez képest. 2019 óta folyamatos fejlődés figyelhető meg. Tavaly a **rablások száma** eggyel csökkent 2022-höz képest, a nyomozás és felderítés pedig százszázalékos.

A kerületből tizenkét **gépkocsit tulajdonítottak el** és ötvenet feltörtek tavaly. A felderítésnek és nyomozásnak köszönhetően jó hír, hogy Csepelen nem „érdemes” autót lopni vagy feltörni, mert a tetteseket kézre kerítik és elszámoltatják. Az elmúlt évben sikerült két sorozatügyet lezárni, amelyekben jelentős számú gépjárműfeltörés történt. A gépkocsilopások visszaszorítása tekintetében komoly előrelépés, hogy például 2013-ban még 108 gépjárművet tulajdonítottak el. A **közterületi és a személy elleni bűncselekmények** terén továbbra is az alkoholos befolyásoltság és az anyagi motiváció játssza a főszerepet. Előfordul, hogy vélt vagy valós sérelmek megtorlása miatt következik be a bűncselekmény. A garázdaságoknál a testi sértésekhez hasonlóan külső tényezők hatása figyelhető meg. A nyomozási és a felderítési eredményesség javult annak

is köszönhetően, hogy a kapitányság munkatársai célirányosan meghatározott járőrútvonalakon és frekvencián helyeken végeznek visszatérő ellenőrzéseket.

2023-ban számottevően megsaporodott az **internetes bűnözés száma**, továbbá a **pénzmosás bűncselekmény** is gyakorivá vált. Fel kell készülni az interneten keresztül elkövetett bűncselekmények kedvezőtlen változásaira. Ezt a helyzetet várhatóan tovább nehezíti majd a mesterséges intelligencia használatának térnyerése, például képek, videók, hivatalos levelek manipulatív közzététele. 2024-ben az egyik kiemelt cél az online térben elkövetett csalások elkövetőinek felderítése és elfogása.

A **kábítószerrel kapcsolatos bűncselekmények** felderítése során nagy előrelépés, hogy egyre több kábítószer terjesztő személlyel szemben indítottak büntetőeljárást és tesznek velük szemben vádemelési javaslatot. Ezen a téren több nagyszámú fogyasztói kört „kiszolgáló” kereskedőt vontak büntetőeljárás alá, amivel sikerült felszámolni ezen bűncselekmény elkövetői körének jelentős részét. Hetvenöt esetben rendeltek el nyomozást. A rendőrség nagy hangsúlyt fektet a **közterületi jelenlét fokozására**. A csepeli önkormányzat havi kilencmillió forinttal járul hozzá a közterületi jelenlét mind számszerű, mind szakmai színvonalának emeléséhez. Az önállóan kezdeményezett rendőri intézkedések száma a napi leterheltségek függvényében megfelelő színvonalú volt, ami megmutatkozik az elfogott és előállított személyek számában.

2023-ban a **személyi sérüléssel közlekedési balesetek** száma a megelőző évhez viszonyítva minimálisan – 98-ról 104-re – nőtt. A halálos baleseteknél sajnos nincs csökkenés: a korábbi kettőtől háromra emelkedett a szám. A **közlekedési balesetek fő okai** a gyorsajtásra, az elsőbbségadás és előzés, a kanyarodás szabályainak be nem tartására és a figyelmetlenségre vezethetők vissza. A szabálysértési eljárások túlnyomó többsége a közúti közlekedési szabályok megsértése miatt indult. Az esetek döntő többségében engedély nélküli vezetés szabálysértés elkövetése miatt történt őrizetbe vétel. A kerületi rendőrkapitányság és a BRFK közlekedési főosztálya rendszeresen tart közúti ellenőrzéseket, hogy kiszűrjék a másokat veszélyeztető közlekedőket a forgalomból. Kiemelt figyelmet fordítanak a gyorsajtások visszaszorítására, az ittas, bódult, illetve a szabályokat tudatosan semmibe vevő járművezetők kiiktatására.

A rendőrkapitányság kiváló kapcsolatot ápol a csepeli önkormányzattal, de példaértékű az együttműködés a kerületi ügyészséggel és a bírósággal. A kapitányság munkatársai közös szolgálatot látnak el a csepeli közterület-felügyelőkkel a kerületi rendezvények biztosításánál, illetve önkormányzati járőrszolgálat keretében. Szoros az együttműködés a Dél-Csepel Polgárőr Egyesület munkatársaival, akikkel a járőrszolgálatok összehangolásával fokozni tudták a jelenlétüket a bűnügyi szempontból fertőzött területeken. • Csarnai Attila

Várjuk a

CSEPEL MŰVEK

egykori munkatársainak jelentkezését!

Az elmúlt évek nagy érdeklődésére való tekintettel Csepel önkormányzata idén is megrendezi a Csepel Művek egykori munkatársainak találkozóját.

Várjuk azok jelentkezését, akik – 1985-tel bezárólag – hosszabb ideig a gyárban dolgoztak, és szívesen részt vennének egy összejövetelen, hogy újra találkozzanak egymással, a régi kollégákkal. Célunk, hogy összehozzuk a csepelieket egy kis nosztalgiára, kötetlen beszélgetésre.

A találkozó **2024. május 17-én, pénteken, 10 és 16 óra között** lesz a Királyerdei Művelődési Házban. A részvételhez előzetes bejelentkezés szükséges.

Regisztrálni **2024. április 30-ig** lehet telefonon – hétfőtől péntekig 9 és 16 óra között – a **278-2747-es és 06-70-512-5950-es számokon, illetve e-mailen: kiralyerdeimuvhaz@csepelivaroskep.hu**

A jelentkezéskor kérjük, adják meg – nevük, telefonszámuk mellett –, hogy a gyáron belül melyik üzemben, melyik időszakban és milyen munkakörben dolgoztak. Örömmel vesszük, ha a rendezvényre valamilyen emléket – fotót, használati vagy emléktárgyat – magukkal hoznak, melyek még inkább segítik a régi idők felelevenítését.

Királyerdei Művelődési Ház

1213 Budapest, Szent István út 230. • T.: 278-2747
e-mail: kiralyerdeimuvhaz@csepelivaroskep.hu • csepelivaroskep.hu





2024. MÁJUSI 11-ÉN A SZABÓ MAGDA KÖZÖSSÉG TÉR ELŐTT!

Ismét egy izgalmas Bográcsstusára hívjuk Csepel legkiválóbb szakácsait!

Magyaros bográcsételek versenyére várjuk 2-8 fős csapatok jelentkezését, akik bármilyen, bográcsban főtt finomság elkészítésével mérhetik össze főzőtudományukat!

Az elkészített fogásokat zsűri értékeli. A legjobb szakácsokat értékes gasztró-nyeremények várják!

Nevezési határidő: 2024. május 7.

A résztvevő csapatok száma korlátozott.

**Jelentkezés és bővebb információ:
bogracstusa@gmail.com**

Csapatonként egy-egy sörpád-garnitúrát és vizet biztosítunk a helyszínen, az ételhez, a főzéshez és a kóstoláshoz szükséges alapanyagokról, eszközökről a csapatoknak kell gondoskodnia. A helyszín adottságai miatt a főzéshez kizárólag gázzal működő eszközt lehet használni.

A legjobbakat díjazták a művészeti szemlén

A Csepeli Művészeti Szemlén kiemelt arany minősítést elért diákokat díjazták a polgármesteri hivatalban. A művészeti szemlét immár hagyományosan, évtizedek óta rendezzi meg a csepeli önkormányzat, a Dél-pesti Tankerületi Központ és a Szabó Magda Közösségi Tér. Idén csaknem ötszáz pályázatot nyújtottak be, és harmincegyen érdemelték ki a kiemelt arany minősítést.

A Csepeli Művészeti Szemlén több kategóriában nevezhettek a diákok egyénileg vagy csoportosan. Ezek közé tartozik a vers- és próza, mozgásművészet, képzőművészet, fotó, ének, zene és tánc. A kiemelt arany minősítés mellett arany, ezüst és bronz fokozatot is elérhettek a növendékek. **Kiemelt arany minősítést és ajándékot kapott:** *Filácz Nóra Liliána* (képzőművészet), *Kercza Zsombor Bendegúz* (vers-próza), *Szabó Mira* (ének), *Pfeffer Luca* (vers-próza), *Jónás Luca* (vers-próza), *Jónás Luca* (ének), *Rigó Eszter–Jónás Luca*-duett (ének), *Nagy Zsuzsanna Bianka* (fotó), *Egri Szilvia* (ének). Továbbá *Király Zsuzsanna Zsófia* (képzőművészet), *Martin Liliann Viktória* (képzőművészet), *Radácsi Borbála* (vers-próza), *Koch Dominik* (vers-próza), Heiny Jázmin (ének), *Pap Nika* (ének), *Pap Nika–Vékony Anna*-duett (ének), *Joó Marianna–Konkoly Anna*-duett (ének), Csillagvirág mazsorettcsoport (mozgásművészet), *Forgó Lilien* (vers-próza), *Kóhalmi Irina* (vers-próza). Továbbá *Boros Bálint* (vers-próza), *Szekszárdi Anikó* (gitár), *Géra Zoé* (zongora), *Concha-Óze Alicia* (zongora), *Cseszkó Míra* (fuvola), *Ács Dorina* (magánének), *Sárközi Péter* (magánének), *Ács Dorina*, *Romos Zsófia*, *Sárközi Péter*, *Nagy István* (csoportos magánének), *Koza Mihály Gyula* (trombita), *Marton Olivér* (oboa) és *Babinszki Lara–Moldován Csenge* (oboa). A felkészítő tanárok munkáját szintén ajándékkal köszönték meg.

Megkérdeztünk két szülőt gyermekeik eredményéről: **Lerner Viktória:** „Lányom, **Császár Pfeffer Luca** az Eötvös József Általános Iskola harmadik osztályába jár. Szereti a verseket, tavaly is kiérdemelte a kiemelt arany minősítést. Most **Móra Ferenc** egyik versét szavalta el. Kedvenc költője még nincs, a verseken kívül a matematikát szereti.” **Fábián Erzsébet:** „Kisfiam, **Budi Alex Botond** kilencéves, most arany minősítést ért el **Kányádi Sándor** egy versével. A **Móra Ferenc** Általános Iskolába jár, a matekot és a hittanórákat szereti. Tavaly még nem szerepelt. Bátyja, **Levente** hetedik osztályos, korábban kiemelt arany minősítést kapott vers kategóriában. Mind a két fiam nagyon ügyes, igazán büszke vagyok rájuk.” • Cs. A.



fotó: Tóth Beáta



1214 Budapest,
Simon Bolívar sétány 4–8.
Tel.: 355-4032
szm.iroda@csepepivaroskep.hu



Május 1., szerda CSEPELI RETRÓ MAJÁLIS a Daru-dombon

10.00 Dr. Bubó rendel - zenés mesejáték • **11.00 Az Egressy Béni Református Művészeti Szakgimnázium kórusának műsora**
11.30 Rendőrkutya-bemutató • **12.00 Májusfa-állítás csepeli ovisokkal**
12.30 Retró Plató Partí a Jimmy&Nika duóval
13.30 A Csepel Örökség-díjas Csepeli Auth Henrik Fesztivál Fúvószenekar fellépése • **15.00 Csepp barát interaktív gyermekműsora**
16.00 Orosz Gyuri humorista előadása (Showder Klub)
17.00 Retró Plató Partí II.

19.00

EDDA
művek



További programok: retró számítógépek és videójátékok, ugrálóvár, dartsfoci, nosztalgia vidámpark, hordóvasút, lego játékok, állatsimogató, Hagyományörző Rendőrszáhad kitelepülése, bábjáték- automata és sok más játék

A rendezvényre a belépés díjtalan. A programváltozás jogát fenntartjuk!



EGYHÁZI ÉLET

Intelek azért mindenek előtt, hogy tartassanak könyörgések, imádságok, esedezések, hálaadások minden emberekért: királyokért és minden méltóságban levőkért, hogy csendes és nyugodalmas életet éljünk, teljes istenfélelemmel és tisztességgel. (1Tim 2,1-2.)

Ma már ugyan nincsenek királyok, de vannak méltóságban lévők: államfők, kormánytagok, képviselők és más társadalomformáló erővel rendelkező emberek, akikért imádkoznunk kell. A közélet eseményei igencsak ösztönöznek az imádságra, akár belföldre, akár a határokon túlra tekintünk. Úgy vélem, az egyház feladata a közélet szereplőire nézve nem az ilyen vagy olyan oldalra állás, hanem az imádság. Erre bátorítja egykor tanítványát Pál apostol, és erre bátorít, hogy ne mondjam kötelez bennünket is Isten igéje. Miért imádkozunk? Mindenekelőtt azért, hogy Isten adjon alkalmas vezetőket, akik jóakarattal, önzetlenül és tisztességgel végzik munkájukat. Olyanokat, akik nem a saját érdeküket, hanem a közérdeket képviselik. A hatalomnak mindig nagy a kísértése. Azért is imádkozunk kell, hogy Isten tartsa meg őket jó embereknek akkor is, amikor rosszra hajlanának. Azért is imádkozunk kell, hogy Isten teremtsen egyetértést azok között, akikre a közérdek rábízott. Ne az töltse ki a közbeszédet, hogy ki tud több rosszat mondani a másiktól, hanem inkább, hogy hogyan lehetne összefogni ország-világ érdekében. Amikor vezetőket választunk, józan belátásunk szerint döntünk. Alkalmas vagy alkalmatlan emberek nagy hatással lehetnek sorsunk alakulására. Nem szabad azonban elfelednünk, hogy a történelem kerékét az forgatja, akinek adatott minden hatalom mennyen és földön. Reményiségünket nem emberekbe, hanem az Úr Jézus Krisztusba kell vetnünk. Ő az, aki jóra fordíthat mindent. Soha nem volt nagyobb szükség a hívők imádságára, mint a mi korunkban.

Zólyomi Máttyás evangélikus lelkész

Versek a zene szárnyán

A magyar költészet napján Versek a zene szárnyán címmel rendeztek zenés irodalmi estet a zsúfolásig megtelt Radnóti Miklós Művelődési Házban.

1964 óta ünnepeljük a magyar költészet napját **József Attila** születésnapján, április 11-én. E jeles alkalomból látogatott Csepelre **Kautzky Armand**, Jászai Mari-díjas színművész, érdemes művész és **Kalmus Felicián** csellóművész, hogy közös zenés-irodalmi estjükkel tisztelegjenek a magyar költészet előtt. Kautzky Armand az előadás előtt kérdésünkre elmondta, a zene szinte mindig jelen van előadóstjein. Többször lépett már színpadra zenészekkel, énekesnőkkel, azonban **Kalmus Feliciánnal** ez az első közös szereplésük. „*Mindkettőnk számára érdekes, izgalmas kihívás, hogy a versekre milyen muzsikával rezonál a csellóművész. A felkészülés során remekül tudtunk együttműködni, mert például amikor jeleztem neki, hogy elő szeretném adni Petőfi Sándor Falu végén kurta kocsmá című versét, ő rögtön tudta, milyen zenei aláfestés illene a költő népies humorához.*”

Az egyórás előadás során **Kautzky Armand** főleg a hazaszeretet és a szerelem témakörében válogatott verseket **Arany Jánostól, Petőfi Sándortól, Wass Alberttől, Reményik Sándortól** és **Ady Endrétől**. Minden



Kautzky Armand

szavaltat után **Kalmus Felicián** saját szerzeményű muzsikája segített a lelki átlényegülésben, ráhangolódásban. A színművész lapunknak elmondta még, nincs kedvenc költője, műfaji megkötés nélkül szeret verseket olvasni, klasszikusokat és kortársakat egyaránt. Csepeli kötődésével kapcsolatban kiderült, hogy édesanyja, **Kopetty Lia** színművésznő a második világháború alatt itt született, ő pedig többször lépett már fel a Munkásotthonban, különböző színházi előadásokban. Hozzátette, bár szabadúszó színész, de szeretne kőszínházhoz kötődni, hiszen lelkéhez nem a szabadúszó életforma áll közelebb. **Kautzky Armandot** a Körúti Színházban és az Art-Szintérben láthatjuk, ahol nemcsak játszik, hanem rendez is. • LG



Kautzky Armand és Kalmus Felicián

MAGYARORSZÁG IKONIKUS DALAI
KÉT FELVONÁSOS, LÁTVÁNYOS KONCERTSHOW-BAN!

SZÁLLJ FEL.
SZABAD MADOÁR
GÁLAELŐADÁS

CSEPELI MUNKÁSOTTHON
2024. MÁJUS 12. VASÁRNAP 15 ÉS 19 ÓRA

LEGYEN ÖN IS AZ ÉLMÉNY RÉSZESE!

JEGYVÁSÁRLÁS: JEGY.HU | TBGPROD.HU

Táncverseny nyugdíjasoknak



A táncversenyre sok néző is érkezett, a program ismét telt házas volt

Hosszabb kihagyás után ismét megrendezték a nyugdíjasok táncversenyét a Királyerdei Művelődési Házban. A népszerű program telt ház mellett zajlott, ez alkalommal 15 pár lépett színpadra, két-két produkcióval. A keringő, a rock and roll, tangó mellett sokféle táncműfaj bemutatkozott. A verseny végső sorrendjét a közönség szavazatai döntötték el. A program során vendégművészek is szórakoztatták a nézőket. Nagy sikert arattak Kassai Gábor és hip-hop táncosai, Takács Tünde hastáncbemutatója és Báder Mariska énekesnő fellépése is, aki világlágereket adott elő Kökény Csabával és zenésztársaival. A műsort Zelinka Tamás zene-történész konferálta.

Az idősebbek körében rendkívül népszerű programot a Csepeli Nyugdíjas Közösségi Ház munkatársai szervezték. A táncverseny résztvevői sokat készültek, gyakoroltak a versenyre, színvonalas produkciókat láthatott a közönség.

A versenyben harmadik lett **Farkas Margit** és **Mészégető István**. Második helyezést ért el **Liptai Katalin** és **Hevesi József**.

Az első díj pedig **Juhász Pétert** és feleségét, **Juhász Erzsébetet** illette. **Juhász**



1. Juhász Péter és Juhász Erzsébet

Péter és **Juhász Erzsébet**: „Harmadik alkalommal indultunk a táncversenyen.

Számunkra a tánc hobbi, sokáig tánciskolába is jártunk. Úgy kezdődött a közös életünk **Erzsébettel**, hogy felkértem táncolni és a feleségem lett. Külön kezdtünk el táncot tanulni, de amikor 2003-ban megismertük egymást, már együtt mentünk. 2012-ig tartott a lendület, akkor egészségügyi okok miatt abbamaradt a tánc egy rövid időre, aztán a műtét után elkezdtem társastáncot tanulni” – meséli **Péter**. „Rendszeresen járunk a Nyugdíjas Közösségi Házba, a Csilibé és a József Attila Művelődési Központba is. A Vigadó előtt is vannak nyáron izgalmas táncos programok. Bár többször indultunk már ezen a versenyen, de most nyertük meg először, nagyon boldogok vagyunk. Igyekeztünk a táncprodukciót a dallamos zeneválasztással is érdekesebbé tenni, megpróbáltunk fülbemászó melódiákat választani. A tánc mellett kertészkedni és pingpongozni is nagyon szeretünk. Hét éve, amikor megvásároltuk a családi házunkat, jórészt a férjem újította fel és együtt alakítottuk ki a kertet, hatalmas teraszt is építettünk, melyen a pingpongasztal télen-nyáron kint lehet. Próbáljuk ezzel is megőrizni az egészségünket, de szeretünk sütnifőzni is, főként azokból az alapanyagokból, amelyeket megtermelünk. Mindehhez még hozzájárulnak a barátaink, ismerőseink is, akikkel nagyon szívesen töltjük együtt a szabadidőnket” – teszi hozzá **Erzsébet**.

Liptai Katalin és **Hevesi József**: „Hét évvel ezelőtt első helyezettek voltunk ezen a versenyen, most másodikként végeztünk. A tánc régóta az életünk része, **Józseffel** 13 éve házasodtunk össze, alkotunk egy párt, így az életben és a táncparketten is. A Királyerdei Művelődési Házban ismerkedtünk össze egy táncos programon. Legszívesebben ott és a Munkásotthonban hódolunk szenvedélyünknek. Nagyon szeretjük a harminc-negyven évvel ezelőtti slágereket, az igazi tánczenét, a Beatlest, Bee Geest, de imádjuk a rock and rollt is. Mi a tangótól a keringőn

át valamennyi műfajban otthonosan mozgunk. Ezúttal egyedi koreográfiával készültünk, amit közösen találtunk



2. Liptai Katalin és Hevesi József

Magyarul rajzol a világ

A természetben, a művészetekben és a mindennapi életben megjelenő aranymetszés mértani szabályáról, a rajzolás megtanításának újfajta lehetőségéről tartott előadást **Huszár Antal** a Rákóczi Kertben.

Huszár Antal kalandos életet járt be: karatemesterként sokszoros magyar bajnok, aki elhódította az Európa-bajnoki címet is, fellépett rockzenészként, zeneszerzőként, majd grafikus képzőművész és rajztanár lett. Eredetileg Balatonfüreden él, de közben járja a világot, hogy minél többeket megismertessen a rajzoktatás egyedüli magyar módszerével.

A tudomány legalább öt ezer éve ismeri az aranymetszés szabályát, amely a legszebb mértani arány. **Püthagorasz**, az ókor híres matematikusa „isten számoknak” nevezte. A tökéletes harmóniát biztosító aranymetszés megjelenik az építészetben, képzőművészetben,

ki. Nagyszerű filmzenéket választottunk: a Volt egyszer egy vadnyugat és **Gianni Morandi** Térden állva jövök hozzád című slágerét. Keveset gyakoroltunk, mert a párom beteg lett, de a Nyugdíjas Közösségi Házban január óta volt párszor lehetőségünk előadni a versenyszámokat” – meséli **Katalin**.

Farkas Margit és **Mészégető István**: „Így közösen először léptünk színpadra. Amúgy összeszokott páros vagyunk, hisz együtt táncolunk a Nyugdíjas Közösségi Házban minden szombaton. A versenyre sokat készültünk, három hónapon át gyakoroltunk, próbáltunk, pénteken volt a főpróba. Egy kis lámpaláz volt, de utána elmúlt, hisz mindketten hozzászoktunk a színpadhoz.” Ahogy **Margit** meséli, ő rendszeresen szaval, verseket mond közönség előtt, így már nem okozott akkora izgalmat a fellépés. „Úgy gondoltuk, a részvétel a fontos, nem számítottunk rá, hogy az első háromban benne leszünk, de jó érzés, öröm volt, hogy ott vagyunk a legjobbak között.”



3. Farkas Margit és Mészégető István

István elmondta, idén nyolcvankét éves lesz, ahogy fogalmaz, „ebben a korban ez egy nagyszerű eredmény”. • PE

tartó, egészséges tudatállapotot teremt, ami rendkívül pozitív hatással van az idegrendszerünkre. Kortalan, a szerete nem kötött született tehetséghez, kevés eszközt igényel. Maga a rajzkészség mérhető képesség, mely – a köztudattal ellentétben – nem csak a született tehetséggel rendelkezők számára fejleszthető akár professzionális szintre is. A világ negyven országában több mint tízezer tanultak meg már sikeresen rajzolni a Huszár-módszerrel. • cs. a.



Váltsunk életmódot! De hogyan?



Valószínűleg, időről időre sokan megfogadják, hogy egészségesebben fognak élni, a mozgás része lesz a mindennapjaiknak. De a kezdeti lelkesedést valóban követik-e a tettek? Átállni a régóta megszokott étrendről, naponta sétálni, letenni a cigarettát, búcsút inteni a cukros ételeknek egyáltalán nem egyszerű feladat. Komoly elhatározás és akarat kell hozzá, s még akkor sem könnyű a váltás, ha az egészségünk múlik rajta. Tippek, tanácsok a mindennapokra.

A Magyarországon népbetegségnek számító szív- és érrendszeri betegségek kialakulásának és a nagyobb baj megjelenésének kockázatát néhány, életmódunkhoz kapcsolódó körülmény megváltoztatásával jól mérhetően csökkenthetjük. Azonban nem egyszerű gyökeresen felforgatni az életünket és nem is lehet egyszerre mindent átalakítani, de az apró, fokozatos változások is sokat segíthetnek.

Cigaretta nélkül: apró trükkök

Egyetlen nap is elég, hogy csökkenjen a szívinfarktus kialakulásának veszélye, de már egy félóra elteltével is mérhető az a pozitív hatás, amit a cigaretta elhagyása vált ki a szervezetben. A leszokás azonban – függőségről lévén szó – egyáltalán nem egyszerű. Sokszor azért igazán nehéz lemondani a cigarettáról, mert a társasági élethez, a kávézáshoz, az étkezések utáni ejtőzészhez hozzátartozott a rágyújtás. És egyáltalán nem elhanyagolható a cigihez kapcsolódó mozdulatok nyugtató hatása sem, ami a feszültséggel teli mindennapokban némi oldást ad a stressz alól.

Gyakran az is érvként hangzik el a cigarettázás fenntartása mellett, hogy annak elhagyása esetleg hízáshoz vezet. Az első időben valóban előfordul, hogy valaki túlzott nasolással kompenzálja a füstnélküliséget, de egy kis odafigyeléssel ezekből is lehet egészségeset – szeletelt gyümölcs, különböző magvak – választani. Az is jó megoldás lehet, ha a kezünk ügyében mindig van egy ásványvizes palack, amiből időnként kortyolhatunk és ezzel a kezünket is lefog-

lalhatjuk. A dohányzás elhagyásában a legnehezebb időszak rendszerint az esti, lefekvés előtti pár óra: napközben lefoglalnak a tennivalók, de az esti televíziózás, beszélgetés mellett könnyebben elcsúszunk. Ugyanígy a reggeli kávézás is komoly akaratpróba lehet: amíg át nem esünk a nehezebb időszakon, térjünk át inkább a teázásra, mert így kevésbé kívánjuk majd a cigit. Járjunk munka után sportolni, vagy keressünk olyan hobbit magunknak, ami esténként segít elterelni a figyelmünket: ez a stressz oldására is jó.

Mit együnk?

A kövér és túlsúlyos személyeknél már öt-tíz százalékos súlycsökkenés kedvezően befolyásolja a legfontosabb rizikófaktorokat. Türelmesnek kell lenni, hiszen a tíz-húsz év alatt felszedett többlettől rövid idő alatt nem lehet büntetlenül megszabadulni. A drasztikus fogyókúrák során nagyobb arányban fogy az aktív testtömeg, az izomzat, mint a testzsír, míg a lassú fogyás esetén éppen fordítva történik. Tapasztalatok mutatják, hogy a gyors fogyást követően nagyobb a későbbi visszahízás veszélye. Heti 0,5-1 kg testtömegcsökkenés ajánlott, amellyel egy hónap alatt 2-4 kg, két hónap alatt 4-8 kg, fél év alatt pedig 12-24 kg fogyás érhető el. Ezzel a kényelmes ritmussal az egészség megtartása, sőt az egészségi állapot javítása mellett lehet lefogyni, a visszahízás kockázata nélkül.

MEGHÍVÓ
a tízrészes ezeregyversbenmese második kötetének ingyenes, zenés, műsoros könyvbemutatója

a jóra kell hogy vágyjunk, a jóra kell hogy melldelünk, a jóra kell a jelenünk, a jóra kell hogy ember legyél

KÁRPÁTALJAI CITERÁSOK

JÚLIA ÉS A RÓCKSÁMÁNOK

Időpont: 2024.04.27. Szombat - 19:00 - 21:00-ig
Helyszín: Királyerdei Művelődési Ház
1213 Budapest, Szent István út 230.
Ingyenes parkolási lehetőség a művelődési ház melletti bal oldali téren

Zenei és irodalmi munkásságunkat az ezeregyversbenmese című könyv megismerésével tudjuk támogatni.
A jókedv a pozitív életérzés és a spiritualitás találkozási pontja.
www.versbenmese.hu

FÖLD NAPJA



2024. ÁPRILIS 20., SZOMBAT
CSEPELI NAPKÖZIS TÁBOR (CSEPEL, HOLLANDI ÚT 18.)

- 10.00** Island Rock Csepel TSE bemutatója
- 10.30** Capoeira Academia Egyesület bemutatója
- 11.00** Répa Úr és az Energia – interaktív mesejáték
- 12.30** A méhkirálynő koronája – mesés előadás és bogársimogató
- 14.00** BuliZOO – táncos gyerekkoncert
- 15.00** ÖKOskodó varázs-show a Világ Legügyetlenebb Bűvészeivel
- 17.00** Oláh Gergő koncertje



További programok:

Golfkóstoló – bemutatkozik a legzöldebb sportág | ÖKOlabirintus | RePlacc játszóház
Zero Waste pihenőpont | hoverboard – közlekedj ÖKOsan | bowlingfoci | mászófal
Gamefun társasjáték-klub | ÖKOlogika szabadulódobozok | óriás játékpark buborékjátsszóval
kézműves-foglalkozás kicsiknek és nagyoknak

A belépés és a programokon való részvétel díjtalan!

A programváltoztatás jogát fenntartjuk!



A projekt a Budapest 150. emlékév részeként, a Pro Cultura Urbis Közalapítvány anyagi támogatásával valósul meg.

Capoeira, ahol nem árt a csibészség



Tizenkilencedik alkalommal rendezte meg a Capoeira Academia Egyesület az első övesek ünnepélyes avatását és a haladók övcseréjét a Széchenyi István Általános Iskolában. A capoeira egy brazil tánc és harcművészeti kultúra, amely sajátos akrobatikus mozgást jelent különféle ritmusú zenére. Az eseményen az egyesület tagjait Borbély Lénárd polgármester köszöntötte.

Sárközi Béla, a Capoeira Academia Egyesület egyik vezetőtanára elmondta, hogy az egyesület húsz éve működik csepeli székhellyel. Tagcsoportjaik vannak Dunavarsányban, Szigetszentmiklóson és Zuglóban. Tagjaik száma kilencven. A csepeli csapathoz mintegy harmincan tartoznak, hetente kétszer másfél órás edzést tartanak a Radnóti Miklós Művelődési Házban. A négyéves gyerekektől kezdve az idősebbekig járnak a tréningekre. A capoeira mindenki számára javasolható foglalkozás, mert fizikálisan és mentálisan kedvező hatással van a művelőire. Ráadásul jó közösséget alkotnak: a tagok nemcsak az edzéseken, hanem más alkalmakkor is összejárnak. Szívesen mennek ki a szabadba, ahol az elmaradhatatlan gyakorláson kívül bográcsolnak, beszélgetnek. Gyakran felkeresik a Rákóczi Kertet és az Akácfa úti kiserdőt.



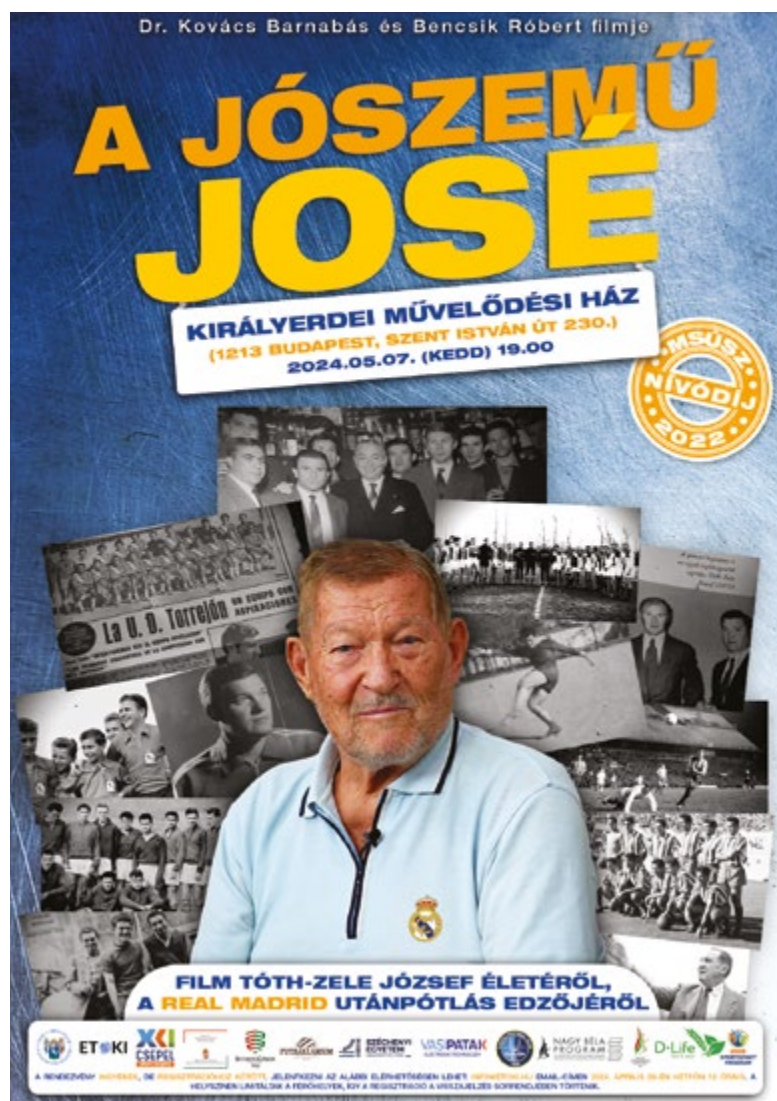
Capoeira: brazil tánc és harcművészeti kultúra, ami sajátos akrobatikus mozgást jelent különféle ritmusú zenére



Az eseményen az első övesek ünnepélyes avatása és a haladók övcseréje is lezajlott

foto: Tóth Beáta

A capoeira énekkel, zenével, kultúrával fűszerezett játékos harcművészet. Felnőtt szinten a harc játék részét képezik a köríves rúgások és pofonok. Miközben az ellenfelek megküzdenek egymással, az egész test mozog. Előnyt jelent, ha valaki kellően csibész: ügyesen gáncsol és képes kimozdítani az ellenfelet az egyensúlyából. Egy év gyakorlás után a kezdeti lépések elsajátíthatók, de több év elteltével magasabb szint érhető el. Évente egyszer van lehetőség az úgynevezett övcserére, amikor magasabb szintre lehet lépni. **Sárközi Béla** tizenhét esztendeje úzi a capoeirát, s úgy véli, most tart az út kétharmadánál. • Csarnai Attila



Szilágyi Zsanett úszó újabb sikerei



Szilágyi Zsanett

A Magyar Speciális Olimpiai Szövetség (MSOSZ) sportolói és ifjúsági munkacsoportjának tagjává választották **Szilágyi Zsanett** úszót, a Szabóky Adolf Általános és Szakképző Iskola növendékét, a Csepeli Öttusa VSE igazolt versenyzőjét. A fiatal sportoló „a tanulásban korlátozott, enyhén értelmi fogyatékosok” kategóriájában versenyez, s eddig számos kiváló eredmény fűződik a nevéhez. Legnagyobb nemzetközi

sikerét 2019-ben érte el, amikor az Abu Dzabiban rendezett speciális olimpián két aranyérmet és egy ezüstérmet szerzett. Csepel önkormányzata Csepel Büszkesége elismerő oklevéllel tüntette ki a fogyatékkal élők világnapján tavaly.

Legutóbb március elején szerzett négy aranyérmet a Fogyatékosok Országos Diák-, Verseny- és Szabadidősport Szövetség (FODISZ) országos úszó diákolimpiáján Hajdúszoboszlón. Megnyerte az 50, 100 és a 200 méteres gyorsúszást, és szintén

első lett a 4x50 méteres szabadon választott örömrúszás csapat tagjaként. Ezen a versenyen állt rajtköre **Neubauer Kinga**, aki szintén a Szabóky Adolf Általános és Szakképző Iskola tanulója. Saját kategóriájában aranyérmes lett 50 és 100 méteres gyorsúszásban. A csepeli középiskola a huszonnyolc tanintézmény közül a tizenegyedik helyen végzett. **Szilágyi Zsanett** az MSOSZ által Monoron megrendezett úszóversenyen is négy aranyérmet ért el március végén. • Csarnai Attila

SZENIOR AKADÉMIA

2024. április 18., csütörtök, 15 óra

Dr. Jászberényi József: A jobb és a bal agyfélteke működése időskorban
Kerülő Judit: Öreg a nénikéd!

2024. május 23., csütörtök, 15 óra

Dr. Jászberényi József: A megfelelő alvás fontossága
Dr. Báthory Orsolya: Étkezéstörténet - utak, tévutak

Helyszín: Szabó Magda Közösségi Tér
(1214 Budapest, Simon Bolívar sétány 4-8.)

A belépés ingyenes, de regisztrációhoz kötött:
06-1-355-4032 vagy szm.iroda@csepelivaroskep.hu



INGYENES VIRÁGPALÁNTA AKCIÓ

JELENTKEZÉS: 2024. ÁPRILIS 30-IG

Kedves Csepeliek!

A tavasz beköszöntével újra **ingyenes virágpalánta akció** indítunk Csepelen! Szeretnénk, hogy Csepelt **szép, virágos kerületté** tegyük közösen. Ezért idítottuk el **Csepeli Zöld Sziget Programunkat**, és ezért ajándékozunk meg idén is sokféle virággal az itt élőket.

Az **ingyenes virágpalántákért** kertés házban élők és társasházi közösségek is jelentkezhetnek. Az **ajándék növényekért** cserébe csak azt kérjük, hogy a virágokat otthonuk közelében **ültessék ki és gondozzák szeretettel**, hogy azzal az Önök lakóhelye és Csepel közterületei egyaránt **szépüljenek, gazdagodjanak**.

Tegyük zöldebbé, virágosabbá Csepelt közösen!

TUDNIVALÓK
A virágágyások beültetésére élők és egynyári virágokat 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. A tervezett választható növények listája a www.varosgazda.eu/lakossagi-programok/ oldalon az Aktuális programjaink fejezetben megtalálható.

HOGYAN LEHET JELENTKEZNI?
A **Jelentkezési lap** a www.csepel.hu és www.varosgazda.eu weboldalokról tölthető le. **Társasházak** esetében a lakóközösség nevében eljáró közös képviselő, illetve közös képviselő (cégszerű aláírással) tud pályázni, társasházanként vagy külön-külön lépcsőházként kiállított jelentkezési lappal. A jelentkezési lapon kérjük, hogy a virágok átvételére jogosult személy nevét és telefonos elérhetőségét is megadni szíveskedjenek. **Kertés házak** esetében az adott címre érvényes lakcímkártyával rendelkező lakó jelentkezését várjuk. A jelentkezési lapot a varosgazda.eu e-mail címre lehet benyújtani.

MEDDIG LEHET JELENTKEZNI?
A jelentkezési lapok benyújtásának határideje: **2024. április 30.**

A NÖVÉNYEK ÁTVÉTELE
A növények átvehetőek **2024. május 10-én, pénteken 7-18 óra között**, társasházaknak **12 órától** a Csepeli Városgazda Közhasznú Nonprofit Zrt.-nél (1215 Budapest, Katona József u. 62-64., a Kassai utca felőli dolgozói parkolóban).

BŐVEBB INFORMÁCIÓ ÉS FELVILÁGOSÍTÁS: Csepeli Városgazda NZrt. Zöldterület-fenntartási osztály • Telefon: 1/277-7856 • E-mail: varosgcsepelert@varosgazda.eu

	SZARAZ-DAJKA, GYERKONDOZONO	LAPATO-LAS A CSONAKBAN	1000, ROMA SZAMMAL	6. ROMA SZAMMAL	HALASZT, KESOBBRE KITOL	OLTÖZEK-TOL MEGSZABADUL	NAPOLYI-SZELET!	ANNÁL LEJEBB	A SIEMENS JELE	ELEKTROMOS HIBAFELE	ÉSZAK, RÖV.	POLGÁRI TÖRVÉNYKÖNYV, RÖV.	HÜZNI KEZD!	A FELSŐ VÉGTAG RÉSE	PIROSODIK AZ ALMA	A GALLIUM VEGYJELE	A KÖR SUGÁRÁNAK JELE	KONTINENSÜNK		
MEGFEJTÉS, 1. RÉSZ																				K
DERÉKSZÜ		ESZMÉNYKÉP BETŰNAGYSÁG							DEHOGY! TESTTÉR-BELI NAGYSÁGA		AZ UTCA MÁSIK OLDALÁRA MEGF. 2. R.						UDINE HATÁRAI! SKANDINÁV ISTENNŐ			
REPÜLÉS, REPÜLŐ, RÖV.			KÁVÉBAN VANI! ZENESZERZŐ (MAURICE)				INNEN ODA PAKOL HÁRMAS A LUTRIBAN						FÉL KILO! BARITONISTA VOLT (GYÖRGY)			ÍRORSZÁG NOB-JELE FÉLREHALL				
FURCSA, KÜLÖNÖS EMBER (TRÉF.)								NÉMÉT FOLYÓ (elz) KÉPZŐ, -TAT PÁRJA				NAGY SÁNDOR NÉPE A VÉGÉN ELRENDEZI!								
GÁRDONYI REGÉNYHŐSE, GÖRÖG IFJÚ					4 HÁROMSZÖG HATÁROLTA TEST A TALPÁTÓL										KÉZI NAGYÍTÓ FINNUGOR NÉP TAGJAI					
	HINDU FŐSTEN KOCSONYA HÜSLÉBŐL						KÓD, SIFRE 1, BETŰKKEL							GYŰJTŐÉR NŐNEMŰ NÉMÉT NEVELŐ					SZÉP MOZGÁS, NEMES LÓ	
HATÁROZOTT NÉVELŐ		TÉLI ÉVSZAKONKÉNT VERSENYLOVAS							IZIDOR NŐI PÁRJA DUNAKESZRI RÉSE										A FOSZFOR VEGYJELE RÉS, NYILÁS	
SZÁZAD, RÖV.			FÜGGŐ, CSÜNGŐ KIFENT KÉS JELZŐJE					HOLL. KAMIONMÁRKA SZÉKI ...; MADÁRFAJ				ÉPÍTÉSI TÖRMELEK SZEKRENY RÉSE							FÖLTÉVE HORTOBÁGY RÉSE	
ÁBÉCÉN UTOLSÓ BETŰJE, KIEJTVE				FOLYAM KÖZEPE! KRISZTUS ELŐTT, R.			ALMÁT FÁRÓL CSÓR FÉL TALLÉR!					METEORIT KÖZEPE! MESZESÉNI KEZDI!				SÜLYT MEGÁLLAPÍT A -VAL RAGPÁRJA				
CSEH NÉPI TÁNC						TILTÓ RENDELKEZÉS AZONBAN, AM							SZINTE, MINTEGY TE MEG Ő							
EGYIDŐS TESTVÉR						KÓRUS, RÉGISEN NÉMÉT AUTÓJEL							VERSENY, ŰT-SZANASZ LITER, R.							
LEMARADÁS, HATÁRIDŐCSÚSZÁS											Ó									

A helyes megfejtést beküldők között egy-egy 2500 forintos Libri utalványt sorsolunk ki. Beküldési határidő: **2024. április 21.**

GYEREKSAROK



Rejtvényünk megfejtését a középső oszlopban olvashatod!

Előző rejtvényünk megfejtése: **nyitnikék**

1. A magasból leesik
2. Makacsság
3. Majdnem hajlik!
4. Hálóór mgh-i
5. ...autó, szemeteskosci
6. Lakóépület
7. Étkezik
8. Észak-európai nép
9. Gyerekeknek szóló történetek

1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			

Sorsoltunk! Az április 10-ei skandináv rejtvény nyertese: Gyöngyösi Hajnalka. A gyerekrejtvény nyertese: Szabóki Gréta Julianna. Nyereményüket átvehetik szerkesztőségünkben hétfőtől-péntekig 8 és 15 óra között (Csete Balázs u. 15.) **Gratulálunk!**

IMPRESSZUM

A XXI. KERÜLETI ÖNKORMÁNYZAT LAPJA
Ingyenes, megjelenik 30 000 példányban

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

Szerkesztőség és hirdetésfelvétel: 1215 Csete Balázs utca 15., 1751 Pf. 28., tel.: 06-70-658-2832, csepehirmundo1@gmail.com

A másodközlés és a beküldött cikkek szerkesztésének jogát fenntartjuk.

Máger Judit főszerkesztő. A lapot készítették: Csarnai Áttila, Kis György, Kónya Gábor, Lass Gábor, Potondi Eszter
Nyomtatja: Mediaworks Hungary Zrt., 6729 Szeged, Szabadkai út 20.
Felelős vezető: Marancsik Roland
Terjesztés: Csepeli Városgazda Közhasznú Nonprofit Zrt. Reklamáció: 278-5848
ISSN 2062-3585
Következő számunk 2024. április 24-én, szerdán jelenik meg.
Lapunk áprilisban és májusban hetente jelenik meg.

PROGRAMAJÁNLÓ

KIRÁLYERDEI MŰVELŐDÉSI HÁZ
1213 Budapest, Szent István út 230. | Tel.: 278-2747 | fax: 427-0341
e-mail: kiralyerdeimuvhaz@csepeivaroskep.hu

CSEPELI HELYTÖRTÉNETI GYŰJTEMÉNY CSEPEL ÉS A GYÁR TÖRTÉNETE – ÁLLANDÓ KIÁLLÍTÁS
Nyitvatartás: szerda 8.00–14.30, péntek 14.00–18.00, szombat 9.00–13.00, vagy csoportok számára, egyéb előre egyeztetett időpontban. A belépés díjtalan!

KIRÁLYERDEI TÁJHÁZ – NÉPRAJZI BEMUTATÓHELY
Díjmentesen megtekinthető a Helytörténeti Gyűjtemény nyitvatartási idejében

1956-OS CSEPELI BÜSZKESÉGPONT, CSEPEL 1944 (TAMARISKA-DOMB) – állandó kiállítás
A tárlat díjmentesen megtekinthető, ezzel kapcsolatban érdeklődni lehet a művelődési ház telefonszámán.

NYUGDÍJASKLUB Május 4-e, szombat 15.00-18.00

KÉZIMUNKÁ- ÉS SZÖNYEGSZÖVŐ SZAKKÖR: csütörtök 13-16 óráig

JELENTKEZŐKET VÁRUNK TANFOLYAMAINKRA:

- Jóga a mindennapi életben felnőtteknek:** kedd, 18.30-20, szerda, 8-9.30 óra. Hajdú Zsuzsanna Sangam: 06-30-462-1635
- Csikung - mozgással a légzésért, az egészségért:** szerda: 18.30-20 óra. Ringer Lajos: 06-70-708-5633
- Szenior örömtánc:** Társasági tánc (tánc tudás és partner nem szükséges), szerda 11 óra. Vezető: Almási Judit: 06-30-729-2152
- Alakformáló konditorna:** kedd, csütörtök, 19.00. Tompa Csilla: 06-20-916-0607
- Nordic Walking:** sportgyógyulási-oktatás: május 14., csütörtök, 9.30. Vezető: Menyhérté Teri: 06-30-313-3991.
- Hangfürdő:** Tibeti hangtálak csodálatos hangjai és a gongok: április 20., szombat, 25., csütörtök 10.00. Vezető: Eisenmann Tünde, 06-20-455-9291

Tanfolyamainkról bővebb információ: Telefon: 278-2747; e-mail: kiralyerdeimuvhaz@csepeivaroskep.hu



KIRÁLYERDEI TÁJHÁZ néprajzi bemutatóhely

A tárlat díjmentesen megtekinthető a Csepeli Helytörténeti Gyűjtemény nyitvatartási ideje alatt (szerdán 8-14.30 óráig, pénteken 14-18 óráig, szombaton 9-13 óráig, vagy csoportok számára egyéb, előre egyeztetett időpontban)



KIRÁLYERDEI MŰVELŐDÉSI HÁZ 1213 BUDAPEST, SZENT ISTVÁN ÚT 230. - T. 278 2747 E-MAIL: KIRALYERDEIMUVHAZ@CSEPEIVAROSKEP.HU - WWW.CSEPEIVAROSKEP.HU

RADNÓTI MIKLÓS MŰVELŐDÉSI HÁZ
1214 Budapest, Vénusz u. 2. | tel.: 278-2757
e-mail: radnotimuvhaz@csepeivaroskep.hu

KALEIDOSZKÓP – színes ismeretterjesztő előadássorozat a Radnótiban: április 19-e, péntek, 18 óra
DIGITÁLIS NEVELÉS: MIT, MIKOR, HOGYAN? középiskolás korosztály. Előadó: Tóth Dániel, a pszichológus pasi, digitális nevelési szakértő

TANFOLYAMAINK

GYEREKEKNEK

- Ringató:** szerda, 9.15-9.45; 10.00-10.30; 10.45-11.15
- Babos mesekuckó:** kedd, 10–11 óra
- Csep' Jazz Dance:** Csoportbeosztás korosztályonként
- Akrobatikus Rock and Roll óvodásoknak:** szerda, 16.30-17.30
- English with Ildi, angoltanfolyam 3-8 éveseknek:** hétfő: 16.30-17 óra

FELNŐTTEKNEK

- Capoeira Abolicao:** kedd, 18.30–20; péntek, 19.30-21 óra
- Gymstick:** hétfő és csütörtök, 20–21 óra
- Jóga a mindennapi életben:** kedd, 18–19.30
- Zumba:** hétfő és csütörtök, 19–20 óra
- Gerinckímélő torna:** szerda, 20-21 óra
- M.H. Jóga:** hétfő, 14-16 óra

KLUBOK, KÖRÖK

- Új! Horgolókör indult. április 30-a, kedd, 17-19 óra.** További részletek és jelentkezés: Madarassy Judit: csepejihorgoloklub@gmail.com
- Játsszunk együtt!** Játékklub minden hónap első szerda, 14–17 óra
- Kattanj a hálóra!** Ingyenes számítógép- és internethasználati tanfolyam: szerda, 18–20 óra



Bővebb információ: www.csepeivaroskep.hu/radnoti www.facebook.com/radnotimuvhaz

Játsszunk együtt!

A Délután Alapítvány ingyenes játékklubjai szeretettel várnak minden játszani szerető 9-99 éves minden hónap első szerdáján 14 és 17 óra között a Radnóti Miklós Művelődési Házban 1214 Budapest, Vénusz u. 2., tel.: 278-2757

SZABÓ MAGDA KÖZÖSSÉGI TÉR
1214 Budapest, Simon Bolívar sétány 4–8. | tel.: 355-4032
e-mail: szm.iroda@csepeivaroskep.hu

CSEPELI NYUGDÍJASOKNAK SZÓLÓ INGYENES PROGRAMJAINK:

- Tartásjavító gémtorna:** hétfő: 9.45–10.45, péntek: 8.30–9.30
- Hatha jóga:** kedd: 10–11 óra
- Élettánc:** szerda: 9–10.30
- Örökifjak Klubja:** csütörtök: 10–11.30
- Kézimunkakör:** kéthetente péntek: 14.30–16.30.

TANFOLYAMAINK

- Zumba.** Hétfő: 18–19 óra. Szerda: 19–20 óra. Vezető: Zeitler-Pinelli Andrea 06-30-757-9311
- Kung-fu.** Hétfő: 19–20.30, csütörtök: 18–19.30. Vezető: Pataki Gábor
- Hastánc.** Kedd: 18–19 óra kezdőknek; csütörtök: Pilates–Stretching 18–19 óra. Szintfüggően hastánc: 19–20 óra. Vezető: Tóth-Czirják Aliz. alicebellydance@yahoo.com
- Varrótanfolyam a kezdőtől a haladóig:** péntek 17.00-20.00; ünnepnapra eső péntek helyett: március 5-e és 19-e, kedd; szombat 9.30-12.30. Vezető: Flaskay Noémi: 06-30-849-9664
- Gyermekszíntársulat foglalkozás.** Kedd: 15.30–18.30 óra. Információ: Varga Balázs, balazsvarga.vb@gmail.com
- Ovisuli Plusz.** Iskolaelőkészítő tanfolyam óvodásoknak. Szombat: 9–12 óra, 6000 Ft/alkalom. Jelentkezés: Szalai Dóra, 06-20-928-7275
- Néptánc:** alsósoknak: hétfő, szerda, 16.30. Vezető: Kreiszné dr. Paál Sára +36-30-381-0724.
- Felsősöknek:** péntek, 17-19.30. Vezető: Varga Edit +36-30-301-3314
- Tradiciónális Hatha Jóga:** Kedd: 18.00-19.10, csütörtök: 18.00-19.10. Vezető: Wágner Mónika 06-30-539-0997



információ: <http://www.csepeivaroskep.hu/szabomagda/> <https://www.facebook.com/szabomagdakozossegit/>

Csepeli Művészeti Szemle

A kiállítás megtekinthető: április 19-ig, hétfőtől-péntekig 9 és 19, szombaton 9 és 13 óra között.

XXI. CSEPELI MŰVÉSZETI SZEMLE 2024

Csepeli Nyugdíjas Közösségi Ház

1214 Budapest, Kossuth Lajos utca 115., tel.: 278-0128

Áprilisi programok

Zenei-irodalmi, ismeretterjesztő programok

Április 18-a, 15 óra: Tavasz zsongás. Előadó: Zelinka Tamás zenetörténész

Április 24-e, 15 óra: Szász Endre, a magyar festészet fegyvereke.

Előadó: Kállay Endre gépészmérnök, költő

Április 26-a, 15 óra: Varázslatos klasszikus zene.

Előadók: a Csepeli Fasang Árpád AMI művésztanárai

Jogi tanácsadás Hétfőnként 15 és 18 óra között polgári

és közigazgatási kérdésekben dr. Simonfalvi Éva ügyvéd ad tanácsot.

Őrizd az egészséged!

Kímélő torna minden hétfőn és pénteken 7.40 és 9.15 óra.

Zenés torna: minden kedden 9 és 11 óra között.

Görög tánc: minden hétfőn 14 és 16 óra között. Bemutató táncos: Tóth Gyuláné

Táncos szombatok

A zenét szolgáltatja: Somogyi Károly előadóművész.

Zenés-táncos délutánok 15 és 18 óra között.

Ének

A muzsika téged köszönt, jó barát. Énekelni, együtt lenni jó, énekelj velünk

április 18-án 11 és 12 óra között. Vezető: Péter Anna

Angol

Kezdknek és haladónak. Minden kedden 12 és 18 óra között.

Oktató: Várkonyi Ágnes angoltanár

Játékos délelőttök és délutánok

Kártyázni minden szerdán és csütörtökön 10 és 14 óra között, a sakkozni

vágyókat szeretettel várjuk hétfőtől csütörtökig 14 és 18 óra között.

Kvízjáték: április 17-én 14 és 16 óra között.

Játékvezető: Kállay Endréné, Szőke Márta, Nagy Ferenc



Programokra a regisztrált jelentkezőket tudjuk fogadni. Regisztrálni a 06-1 278-0128-as telefonszámon vagy a nyugdijhaz@csepelivaroskep.hu címen lehet. A változtatás jogát fenntartjuk. Nyitvatartási idő: program szerint 8 és 20 óra között.

CSEPELI MUNKÁSOTTHON

1215 Bp., Árpád u. 1. | Tel.: 276-7733 | www.csmoa.hu | csmo@csmoa.hu

SZÍNHÁZ Április 28-a, 11 óra: A három kismalac – bábjáték. Online foglalás esetén az eseményen való részvétel 3 500 forint, 1 éves kortól egységáras. Amennyiben a helyszínen, vagy alvállalkozói jegyértékesítőknél vált jegyet, annak ára: 3 800 forint.
• **Május 25-e, 18 óra:** Szalonka Zenekar – Vándorzenészek Hajnala. Zenés lírai est. Jegyár: 3000 forint.

TAMÁSI LAJOS IRODALMI KLUB Április 23-a, 16 óra: Katona Mária, művészetek pártfogója, Váci Mihály-díjas előadóművész 80. születésnapja. Közreműködik: Semes-Bogya Eszter a Magyar Kultúra Lovagja, Szöllösi Dávid ének, mandolin. Műsor-szerkesztő: Lengyel Géza költő

PROGRAM Május 4-e, 18 óra: Zámbo Jimmy Emlékkoncert. Jegyár: 10.000 Ft

GALÉRIA 21 Április 4-től a Stemmer Ferenc Fotóklub kiállítása tekinthető meg.

1000SZÍN-HÁZ Gyermekek és felnőtt színjátszó csoport indul a Csepeli Munkásotthonban az 1000Szín-Ház közreműködésében. Foglalkozásvezetők: Makay Andrea és Farkasinszky Edit színművészek. Gyerekek: ha érdekel a színház és minden, ami mögötte van, akkor itt a helyed. Felnőtteknek: önismeret színpadai gyakorlat, beszédtechnika, koncentrációfejlesztés. Beiratkozás, információ: Makay Andrea: 06-70-518-3228

CSEPELI TÁNCISKOLA Jelentkezés, további információk: www.csepelitanciskola.hu
Április 13-a, 10-15 óra: Kezdő felnőtt társastánc - 4óra, 4 tánc; április 20-a, 10-14 óra: Kezdő Lady latin intenzív nap, április 15-e, 1920 óra: Két tánc „tanfolyam”.
Április 20-a, 10-14 óra: Kezdő Lady latin intenzív nap „tanfolyam”. Várják a jelentkezőket.

KÖNYVTÁRI TÁJÉKOZTATÁS: Tisztelt olvasók! Könyvtárunk az átalakítás ideje alatt továbbra is zárva tart! • **JEGYPÉNTÁRI NYITVATARTÁS:** hétfő és péntek: 10-12, szerda: 16-18 óra. Tel.: 06-1-276-7242 • **INFORMÁCIÓK:** További információk honlapunkon (www.csmoa.hu) és Facebook (Csepeli Munkásotthon/Csepel Színház) oldalunkon. További közösségi megjelenés: Instagram: csmo21 és TikTok: csmo21. Tel.: 06-1-276-7733



KIRÁLYERDEI KÖNYVTÁR

Szent István út 230. | Tel.: 277-5278; e-mail: fszek2103@fszek.hu | fszek.hu/Entities/96
Nyitva: Hétfő, szerda: 12-18; kedd: zárva; csütörtök: 10-16; péntek: 11-17.

Programok: Április 22-e, hétfő: 16 órától kreatív kézműves-foglalkozás az újrhasznosítás jegyében Szentkirályi-Bali Beáta vezetésével. Érdeklődni és jelentkezni a könyvtárban lehet. Minden héten társasjáték parti. A programokon való részvétel ingyenes, de előzetes regisztráció szükséges.

Szolgáltatások: könyv- és folyóirat kölcsönzés, könyv átkérése, előjegyzése, külön díj ellenében. Ingyenes diafilm kölcsönzés. Kéthetente új könyvek! Internethasználat kölcsönzésre jogosító olvasójegyvel, nyomtatás. **Adatbázisok:** https://fszek.hu/onlibrary/databases. **Online napi- és hetilapok, folyóiratok:** https://fszek.hu/onlibrary/onlineper. **Várjuk régi és új olvasóinkat!**

Új! Kettlebell Tanfolyam
a Királyerdei Funkcionális EdzőterembenCím:
1213 Budapest,
Gyimesi út 39.Részletekért
hívj a
06 30 209 3332
számon!Ha fogynál, erősödnél, vagy csak mozognál, nálunk a helyed.
A tanfolyam nulláról indul, előzetes tudás és erőnlét
nem szükséges. Bármelyik korosztályt szívesen látjuk!

Tisztelt olvasóink, hirdetőink!

Kérjük, a csepelihirmondo1@gmail.com címre küldjék megjelentetni kívánt anyagaikat. Grafikai hirdetésekkel kapcsolatban a gszilvia65@gmail.com, illetve a 06-20-263-2524-es telefonszámon érdeklődhetnek.

APRÓHIRDETÉSEK

SZOLGÁLTATÁS

TELJESKÖRŰ festés, mázolás, kőműves javítás stb. Kovács Gergely Tel.: 06-30-568-255

SZOBAFESTÉS, mázolás, tapétázás bútormozgatással. Parkettacsiszolás, aljzatkiegyenlítés, PVC, szőnyegpadló-lerakás. Minőségi, precíz munka, mérsékelt áron. (Alapítva: 1998) Csapó György. Tel.: 06-70-6355-777, 06-1-229-5694, festesma.iwk.hu

FESTÉST, mázolás, burkolást vállalkok, nyugdíjasoknak kedvezményrel. Bútormozgatással takarítással. Tel.: 06-30-422-1739, 06-30-691-9424

ASZTALOSMESTER mindenféle asztalosmunkát vállal. Fa és műanyag ajtó, ablak, bútorgyártás, javítás. Helyszíni felméréssel. Tel.: 06-20-957-9533

GÁZKÉSZÜLÉKEK javítása, karbantartása, műszeres vizsgálata. Tel.: 06-20-964-5621

EGYÉNI vállalkozók könyvelését, esetleges bérszámfejtését vállalom reális áron. Tapasztalt, csepeli könyvelő: 06-30-481-0590

FAVÁGÁST, gallyazást vállalkok alpinechnikával, felelősségbiztosítással, akár szállítással is. Budapesten és környékén, valamint Fejér-megyében is. Tel.: 06-70-296-3231

LAKÁSSZERVÍZ: a kisebb javításoktól a komolyabb átalakításokig. Szerelés, karbantartás, beüzemelés, KERTRENDEZÉS és minden házon belüli és kívüli munkák. Tel.: 06-30-445-8646, Minden problémára van megoldásunk! www.otthonvarazs.hu

REDŐNY, relaxa, alumínium redőny, motoros is, napellenzők, szűnyogháló, roletták, harmonika ajtók, szalagfüggönyök gyártása, szerelése. Redőny javítás garanciával. Kiss Zoltán: 06-20-9575-038, 06-1-362-4112, www.kissz.hu, kiss.zoltan.armyekolas@gmail.com

LAKÁSFELÚJÍTÁST vállalkok: festés-mázolás, burkolást, kőművesmunkákat, házak hőszigetelését. 06-30-691-9424, 06-30-422-1739

KLIMABERENDEZÉS, hőszivattyú és segédanyag kereskedelem, kivitelezés. 25 éves szakmai tapasztalat. Várjuk üzletünkben: 2310 Szigetszentmiklós Tihany utca 38. (Csepel) iroda@cpont.hu Tel: 06-70-360-0265

ARANKA fodrász új üzlete: Királyerdő Pálma utca 4. Tel: 06-20-216-2964

SZOBAFESTÉS- mázolás-tapétázás 3 év garanciával. Ingyenes helyszíni felmérés. MyColor Mana Kft. Kiszállatként a mennyiség helyett a minőségre helyezük a hangsúlyt. Tel: 07-70-515-8885

BEVEZETETT szépségszalonna, meglévő vendégkörhöz munkájára igényes, azonnali kezdéssel kozmetikus keresek. Csepel Csikó sétány üzletor. NOSI Szépségszalonna. Tel: 06-30-746-9522.

VIHARKÁROS fák veszélytelenítése. Koronaigazítás. Bozótirtás. Sövénynyírás. Fűnyírás-Fűkaszalás. Zöldhulladék-elszállítás. Elhanyagolt zöldterületek kezelését vállaljuk. DÍJTALAN KISZÁLLÁSSAL! JAKAB JÓZSEF 06-20-327-22-20

BÚTOR

HASZNÁLT, megmaradt, újszerű, jó állapotú bútoraim eladóok Csepelen. Tel.: 06-30-511-0800

INGATLAN

KÉSZPÉNZES fizetéssel Csepelen, eladó lakást keresek! Teher, hagyatéki eljárás alatti nem probléma. Állapotól függetlenül! Telefonszám: +36-20-596-0390

KIADOM csepeli 2 szobás bútorozott lakásom. Tel: 06-70-886-5608

KIRÁLYERDŐBEN 52 nm-es üzlethelyiség kiadó. Tel: 06-20-216-2964

XX. KERÜLETBEN 63 m²-es beköltözhető ház tulajdonostól eladó 45 millióért. Telefon: 06-30-600-7183

KORREPETÁLÁS

ALSÓ tagozatos eredményes korrepetálását, pótvizsgára felkészítést vállalom, felső tagozatosoknak csak magyar nyelvből. Hívjon! Telefon: 06-24-475-030, 06-20-216-9550, 06-20-312-4546

EGÉSZSÉG

PROBLÉMÁS lábak (gombás, illetve benőtt köröm, tyúk-szem kezelése, körömszabályozás), esztétikai pedikűr. Kérem hívjon és látogasson el hozzám. Elérhetőség: 06-30-970-4417

HÁZHOZ MEGYEK! Fogor készítését, javítását vállalom garanciával. Hívjon bizalommal! Telefon: 06-20-980-3957
CSEPELEN karitatív (ingyenes) gyógymasszázs rászorultak részére hétvégen is. Előjegyzés: 06-20-936-5959



Bádogos munkák,
tetőjavítások,
faszerkezetek javítása,
festése, lemezése
bármilyen magasságban.
Nagy tapasztalattal,
rövid határidővel, számlaképesen.

RUDI

„a bádogember,,

Tel: 06-70/153-1521



Sziget Zárszerviz

06-70/701-7843

www.szigetzarszerviz.hu

Ajtózárak, ablakvasalatok,
erkélyajtók szakszerű
javítása!

Cseréje olcsón, garanciával!

Javítás vagy csere esetén a kiszállás ingyenes!



MRMP **TÉRKÖVEZÉS**
KERÍTÉS ÉPÍTÉS
GÉPI FÖLDMUNKA
ÉPÜLET BONTÁS
TÁMFAL

Telefon: 06 20 223 5531
E-mail: major.robert@mrmpp.hu

**Keresünk lakatost, villanszerelőt
legalább 3 éves gyakorlattal.**

Fizetés: nettó 400 000 Ft/hó kezdő
B-kategóriás jogosítvány és csepeli
lakhely előny.

Tel.: 06-30-954-8806



2024. JÚNIUS 9.

**HELYI ÖNKORMÁNYZATI
VÁLASZTÁS**

**NEMZETISÉGI ÖNKORMÁNYZATI
VÁLASZTÁS**

**EURÓPAI PARLAMENTI
VÁLASZTÁS**

Részletes tájékoztatásért látogassa meg a www.valasztas.hu weboldalt, vagy forduljon a polgármesteri hivatalban működő helyi választási irodához.



NEMZETI VÁLASZTÁSI IRODA