



csepeli hírmondó

A XXI. Kerületi Önkormányzat lapja

XVI. évfolyam 8. szám | 2025. április 23.



KÖLCSEY ISKOLA: ELINDULHAT A FELÚJÍTÁS



Új orvosok és előjegyzés
a szakrendelőben

2. OLDAL



Anyák napja
a nagyvilágban

11. OLDAL



Futni jó!
De mire figyeljünk?

16. OLDAL

ÚJ ORVOSOK ÉS ELŐJEGYZÉS A SZAKRENDELŐBEN

Az elmúlt hónapban – ahogy erről röviden hírt adtunk – négy új szakorvos érkezett a Tóth Ilona Egészségügyi Szolgálatához (TIESZ). A Járóbeteg-irányítási Rendszer (JIR) előjegyzésének köszönhetően pedig nem csak a lakóhely szerinti, hanem az ország bármely szakrendelőjébe lehet időpontot foglalni. Az újdonságokról Vámosi Ágnes főigazgatót kérdeztük.

„Új reumatológus és traumatológus szakorvosunk teljes munkaidőben, a hét minden napján, a szemsz heti három, az urológus szakorvos heti négy rendelésen látja el a pácienseket” – mondta el lapunknak Vámosi Ágnes. Dr. Czinege András hónapokig egyedül gyógyította a kerület reumatológiai betegeit, így nagy előny dr. Stubner Tamás Géza érkezése, aki fiatal, lendületes és nagy szakmai tapasztalattal rendelkezik. Széles körű gyakorlati tudására az Országos Reumatológiai és Fizioterápiás Intézetben tett szert. Dr. Nagy Éva Mónika a szemészeti szakrendelés csapatát erősíti, a jövő hónap elejétől már teljes munkaidőben. Nagy doktornő a Szabolcs-Szatmár-Bereg Megyei Oktatókórházban szerzett óriási tapasztalatot e szakterületen. Dr. El Batta Mishal több mint harmincéves gyakorlattal rendelkező szakorvos. Érkezésével az urológiai szakrendelés bővült. Dr. Hegedűs István nyugdíjba vonult, helyére dr. Szentgyörgyi Zsolt traumatológus ér-

kezett, aki a hét minden napján ellátja a baleseti sérülést szenvedett pácienseket. „Az új szakorvosok felvételével az előjegyzési időket csökkenteni tudjuk, hogy mindenki, akinek szüksége van rá, egészségügyi ellátáshoz jusson. Több szakorvosi álláshirdetésünk folyamatosan aktív. Szeretnénk a még hiányzó szakorvosi óraszámokat is feltölteni, azonban vannak olyan hiányszakmák, amelyeket nagyon nehéz pótolni, ez országos probléma. Sajnos hosszú az előjegyzési idő, például az endokrinológia és az érsebészet esetében, de örülhetünk, hogy kerületünkben vannak olyan szakorvosaink, akik ezeket a hiányzó szakterületeket képviselik” – tette hozzá a főigazgató.

BÁRHOVA LEHET IDŐPONTOT FOGLALNI

„Naponta átlagosan ezerszáz páciens fogadunk a szakrendelőben, munkatársaimmal törekszünk arra, hogy elégedett hagyják el intézményünket betegeink” – mondja Vámosi Ágnes. Kiemelte: a szakrendelések bevonása a digitális időpontfoglaló rendszerbe folyamatos, melyről a szakrendelő honlapján tájékoztatják pácienseinket. A Járóbeteg-irányítási Rendszer, a JIR előjegyzés alapján már működő rendelések: fizioterápia, fül-orr-gégész, gyógymasszázs, gyógytorna, neurológia, onkológia, pszichiátria, nőgyógyászat, urológia, reumatológia, felnőtt ortopédia. „Az irányítási rendszer lényege, hogy már nem csak a lakóhely szerinti, hanem az ország

bármely szakrendelőjébe lehet időpontot foglalni. Az eddigi személyes, telefonos

Hogyan működik?

A JIR-t használó szakrendelésekre előzetesen időpont foglalható, módosítani és törölni is lehet, a lehetőségek a következők: az Egészségablak mobilapplikáció időpontfoglaló menüpontjában; a 1812-es telefonszámon; az EESZT lakossági portáljára történő belépéssel (eeszt.gov.hu/hu).

Az Egészségablak applikáció és a 1812-es telefonszám használható a beutaló nélküli ellátások és a beutalóköteles ellátások esetén, amennyiben a páciens e-beutalóval rendelkezik. Időpont-foglalási lehetősége van a páciensnek, hozzátartozójának, a háziorvosnak és a szakorvosnak.

Kiemelten fontos: ügyeljünk arra, hogy ha az előzetesen foglalt időpont bármely ok miatt mégsem megfelelő, azt a beteg, vagy az időpontot foglaló törölje, hogy az más számára elérhetővé váljon.

és online időpontkérés lehetőségei kiegészültek a digitális időpontkéréssel, de természetesen a korábbi időpontkérési opciók továbbra is adottak” – fűzte hozzá a főigazgató. | Potondi Eszter

ELBONTJÁK A ROSSZ ÁLLAPOTÚ ÜZLETSORT

„Hamarosan elbontjuk a Kossuth Lajos utca 111-113. alatt található, egykor szebb napokat látott üzletsort. A helyiségek után többen is érdeklődtek az elmúlt időszakban, de mindenki egybehangzó véleménye az volt, hogy olyan rossz állapotban van az épületsor, hogy annak a felújítására pénzt költeni pazarlás. Az egykori szolgáltatók helyét

ma már csak lehúzott redőnyök, betört kirakatok, hajléktalanok és omladozó falak jelzik. A bontás után lehetőség nyílik arra, hogy új közösségi funkciókat álmodjunk ide. Rendet teszünk tehát nemsokára itt is, hiszen célunk egy rendezettebb, biztonságosabb, élhetőbb városkép kialakítása” – írta közösségi oldalán Borbély Lénárd polgármester.



KÖLCSEY ISKOLA: ALÁÍRTÁK A FELÚJÍTÁSSAL KAPCSOLATOS MEGÁLLAPODÁST

A csepei iskolák felújítását 2019-ben határozta el a kerület önkormányzata, majd a Csepei Gyermekprogram keretében 2020-ban útjára indult az iskolafelújítási program. Ennek során öt általános iskola – Herman Ottó, Mátyás király, Katona József, Eötvös József, Arany János iskola – újult meg saját forrásból: az önkormányzat több mint kétmilliárd forintot költött eddig az iskolák megújulására. Ugyanígy saját forrásból újítaná fel a Kölcsey Ferenc Általános Iskolát is. A Kölcsey iskola felújításával kapcsolatban Csepel önkormányzata, illetve a Dél-Pesti Tankerületi Központ mint hivatalos fenntartó több egyeztetésen van túl. Ahogy korábban beszámoltunk róla, a februári testületi ülésen Tóth Endre tankerületi igazgató nem adott engedélyt az iskola felújításra, a munkaterület átadá-

sára, mivel – állítása szerint – a korábbi iskolafelújítások során több intézményi rendszer károsodott. Március elején a Közös Csepelért Polgári Egyesület kezdeményezésre utcafórumot tartottak szülők, tanárok részvételével a Kölcsey iskola előtt, így tiltakozva a tankerület döntése ellen: ide a tankerületi igazgatót is meghívták. Tóth Endre itt bejelentette: a tankerület mégis engedélyezi a felújítást bizonyos feltételekkel. Ezekről a feltételekről, a felújítással kapcsolatos munkákról egyeztettek a felek. Az írásos megállapodás elkészült – ez részletezi a Kölcsey Ferenc Általános Iskola komplex megújítását –, ezt április 22-én az önkormányzat és a tankerület részéről is aláírták. A Közös Csepelért Polgári Egyesület korábban kezdeményezett aláírásgyűjtési akciója sikeres volt. A több



Elkezdődhet a felújítás

ezer aláírás jelzi, hogy a csepeiek elkötelezettek mellett, hogy a nagyszabású iskolafelújítási program folytatódjon.

A Kölcsey iskola alsós osztályai a tavaszi szünet után már a Csepei Napközi Táborban folytatják a tanévet, az átköltözés elkezdődött. A helyet az önkormányzat térítésmentesen biztosítja az iskolának. A felújítási munkák az iskola főépületének alsó szintjén kezdődnek el, ha ez készen lesz, ide költöznek majd a felső tagozatosok. A 2025/26-os tanévet már a felújított Kölcsey iskolában kezdenek meg a tanulók. | mj



BORBÉLY LÉNÁRD
CSEPEL POLGÁRMESTERE

NAGYON BOLDOG ANYÁK NAPJÁT KÍVÁNOK!

KEDVES CSEPELI ÉDESANYÁK, NAGYMAMÁK ÉS DÉDNAGYMAMÁK!

Mindannyiunk nevében szívből köszönöm Önöknek a végtelen gondoskodást és szeretetet, amit gyermekként, unokaként, dédunokaként egy életen át Önöktől kapunk!

További sok boldogságot kívánok gyermekeik, családjuk és közösségünk körében Csepelen!



CSEPEL
síkerre hangolva



Borbély Lénárd
Csepel polgármestere



KÖZÖSEN CSEPELÉRT
POLGÁRI EGYESÜLET



BORBÉLY LÉNÁRD CSAPATA

BUDAPEST XXI. KERÜLET CSEPEL ÖNKORMÁNYZATA

JÓL HALAD A DÉLI KÖRVASÚT MÁSODIK ÜTEMÉNEK ÉPÍTÉSE

Jó tempóban halad a Déli Körvasút második ütemének építése, a beruházás az elmúlt száz év legjelentősebb budapesti vasútfejlesztése – hangzott el az Építési és Közlekedési Minisztérium (ÉKM) sajtótájékoztatóján. A Szerémi út és az 1-es villamosvonal csomópontjában helyére került új vasúti híd fontos mérföldköve a beruházásnak.

Kovács Balázs Norbert, az ÉKM budapesti kormányzati beruházásokért felelős miniszteri biztosa kiemelte, a Déli Körvasút nem csak a főváros, de a teljes hazai közlekedés egyik legfontosabb beruházása, amelynek második ütemében a magyar vasúthálózat egyik legnagyobb forgalmú szakaszán, a Ferencváros és Kelenföld vasútállomások közötti részt újítják fel, bővítik a vasúti összeköttetést. A beruházás csökkenti a zsúfoltságot a budapesti utakon. Az új vágányok megépítésével fejlesztik az elővárosi vasúti közlekedést, a kapacitásbővítéssel a budapesti utakat napi hatvanezer gépjármű forgalmától tudják mentesíteni. A Szerémi út és az 1-es villamosvonal csomópontjában helyére kerülő



Helyére került az új vasúti híd



fotó: Milkovics

Kovács Balázs Norbert és Király Nóra

új vasúti híd fontos mérföldköve a beruházásnak. Az egyenként 10-17 tonna közötti elemekből álló új hidat helyben szerelték össze, ezt követően tölték a végleges helyére az összesen mintegy 250 tonnás szerkezetet.

CSEPELT IS ÉRINTI

Király Nóra, a Déli Körvasút fejlesztésének közösségi kapcsolattartásáért felelős miniszteri megbízottja elmondta, a Déli Körvasút fontos városfejlesztési projekt, amely közvetlenül érinti Újbudát, Ferencvárost és Csepelt is. Hangsúlyozta: céljuk, hogy a kivitelezés a lehető legkevesebb terheléssel járjon a környéken élők számára. Ennek érde-

kében folyamatosan kapcsolatban vannak az illetékes civil szervezetekkel, önkormányzatokkal. A minisztérium hamarosan megkezdí a zöldterületek tervezését, ebben is számítanak a lakosság észrevételeire – mondta, és bejelentette, hogy új látogatóközpontot alakítanak ki, ahol a lakosság folyamatosan új információkhoz juthat a beruházásról. Király Nóra lapunk kérdésére elmondta, a Déli Körvasút pozitív irányba tereli, nagymértékben átalakítja a főváros közlekedését. „Néhány év múlva, ennek elkészültével már a külvárosban élők, így a csepeliek és a pesterzsébetiek is ennek előnyeit fogják élvezni, egy korszerű, fejlett vasútvonal jön létre” – hangsúlyozta Király Nóra. Együttal hozzátette, mindent megtesznek, hogy a közlekedés a lehető leggördülékenyebben menjen, bár vannak lezárások, felbontások, de azon dolgoznak, hogy minél gyorsabban túllendüljenek ezeken.

| Potondi Eszter

KÖZÖS KUTYASÉTÁLTATÁS A KIS-DUNA-PARTON



A csepeli önkormányzat tavaly szeptemberi képviselő-testületi ülésen döntött arról, hogy Állatvédelem a csepeli gyermekeknek elnevezésű projekt keretében minden csepeli óvodás és általános iskolás gyerekkel megismertesse a felelős állattartás szabályait, az állatvédelem fontosságát. Mi történt azóta?

E projekt részeként Nagy Vilmos környezetvédelmi tanácsnok, a Jókutya Iskola vezetője félórás kutyás bemutatót tartott a csepeli óvodákban. Májustól két új foglalkozással is bővül a program, melynek célja, hogy fejesszék a gyerekek empátikus képességét, az állatokhoz való felelős hozzáállást. „Új állatvédelmi érzékenyítő programunk a Szivárvány Tagóvodával és az Agenor Civil Állatvédő Egyesülettel karöltve valósul meg. Amikor a Szivárvány Óvodában előadást tartottam, jelezték nekem, hogy szívesen részt vennének más, hasonló programban is. Ekkor körvonalazódott a közös kutyasétáltatás gondolata. Az Agenor rendszeresen tart önkéntesek segítségével sétanapot a mentett kutyáknak. Úgy vélem, jó lenne, ha az ovisok szüleikkel együtt jönnének el a programra” – mondta Nagy Vilmos. „A Daru-dombtól indul a séta a Jókutya Iskolába. Ott egy közös interaktív foglalkozást tartok a kutyákkal és a családokkal, majd visszasétálunk a Daru-dombra. A tartalmas, másfél-két órás program során hasznos ismereteket, tapasztalatokat gyűjthetnek a gyerekek, melyek az élményeken keresztül rögzülnek. Időről időre jó érzés látni, hogy vannak, akik azért jönnek az önkéntes sétára, hogy segítsenek. A programba még több óvodát, iskolát is szeretnének bevonni” – hangsúlyozta.

HÜLLŐK ÉS ROVAROK

Ugyanakkor májusban indul egy hullő- és rovarbemutató is Tóth Brigittával, a Tropicarium hullőszakértőjével. „Az előadások során igyekszünk bemutatni, hogyan élnek ezek az állatok, miért értékesek. Elmagyarázzuk, miért hasznosak a rovarok, a pókok, a hullők – például a szúnyogok elleni biológiai védekezésben. Reményeim szerint a programsorozat segít abban, hogy a most felnövekvő generációk sokkal inkább tiszteljék az állatokat, felelősen, környezettudatosan gondolkodjanak” – tette hozzá Nagy Vilmos. | Potondi Eszter

MEGHÍVÓ Csepel SC egykori sportolóinak találkozója

Az 1912-ben, a csepeliek összefogásával létrehozott Csepel SC közös örökségünk. Az elmúlt 112 esztendőben elért sportsikerekre méltán lehetett és lehet ma is büszke minden csepeli. Csepel Önkormányzata alapvető kötelessége és felelőssége, hogy a Csepel SC legendáinak emlékét méltó módon megőrizze.

Az évek óta nagy sikerrel megrendezett Csepel Művek egykori dolgozóinak találkozójának mintájára Csepel Önkormányzata idén már harmadik alkalommal hívja és várja a Csepel SC egykori sportolóit egy kötetlen összejövetelre, beszélgetésre.

**A találkozó 2025. május 23-án,
pénteken 15 órától lesz
a Királyerdei Művelődési Házban.**

Regisztrálni a protokoll@budapest21.hu e-mail címen vagy a **06-70-903-9983** telefonszámon lehet munkaidőben legkésőbb május 16-ig.

**Sok szeretettel várjuk a Csepel SC
egykori sportolóit, elevenítsük fel együtt
a közösen elért sportsikereket!**



JELENTŐS BÉREMEELÉS A VÁROSRENDÉSZET MUNKATÁRSAINAK

Május 1-jétől kimagasló béremelésben részesülnek a Városrendészeti Igazgatóság dolgozói – ismertette az önkormányzat előterjesztését Borbély Lénárd polgármester az intézmény állománygyűlésén. Az eseményen jelen volt Busa Gabriella alpolgármester és Szilágyi Sándor, a Csepeli Városrendészeti Igazgatóság vezetője.

„Az új önkormányzati ciklusban kiemelt célunk, hogy Csepel Budapest egyik legbiztonságosabb kerülete legyen. A cse-

peliek egyértelmű visszajelzése az, hogy erre van a legnagyobb igény. Szeretnék elérni, hogy minden csepeli érezze: itt jó élni, mert itt figyelnek ránk” – mondta Borbély Lénárd. Együttal kiemelte, az önkormányzat a rendőrséget is folyamatosan támogatja. Többek között túlszolgálati keretet biztosítanak, autót, traffipaxot, alkoholszondát, mobilnyomtatóeszközt vásárolnak, szolgálati lakásokkal segítik őket.

A közrend és a közbiztonság megerősítésében kulcsszerepe van a Csepeli Vá-

rosrendészeti Igazgatóság munkatársainak. A polgármester hangsúlyozta, a cél az, hogy ez az intézmény ne csak hatékonyan működjön, hanem vonzó, megbecsült munkahely is legyen. „Ennek érdekében jelentős béremelést hajtunk végre május elsejétől: bruttó minimum hétszáz-ezer forintos bért biztosítunk a rendészek számára, bruttó hatszázezer forintot a segédfelügyelőknek. Ez nemcsak elismerés a már nálunk dolgozók számára, hanem üzenet mindazoknak is, akik elhivatottságot éreznek a közösség szolgálata iránt: Csepel számít önre!” – tette hozzá. | P

ÜLTESSÜNK FÁT, ÜLTESSÜNK JÖVŐT!

ÁPRILIS 26. (SZOMBAT)

Csepel zölddebbé válik!
Csatlakozzon hozzánk a Föld napja alkalmából és ültessünk együtt fákat a kerület különböző pontjain! Egyetlen fa is számít.

Helyszínek és időpontok:

9:00 Vízmű lakótelep
Tejút park melletti zöldterület
Nyuszi sétány 7-19.
Kokilla tér és környéke

10:30 Nyírfa utcai sportpálya
Petőfi tér
Duna utcai park
Kossuth udvar (Kossuth 47. mögött)

11:40 Kossuth 124. melletti zöldterület
Dunadülő 7. mögött és Dabas Tér
Csepeli Strandfürdő
Bokros-Repkény park



Jöjjön el, hozza a családot, barátokat,
és ültessünk együtt egy zölddebb jövőt!
Ne feledjék! Egyetlen fa is hatalmas változást hozhat!

Az ültetéshez szükséges eszközt/eszközöket kérjük
hozzanak magukkal, mert a készleteink korlátozottak.



A MI DUNA-PARTUNK

Nagy volt a nyüzsgés a Csepeli Napközis Táborban április 16-án. A Föld napja alkalmából 12. alkalommal rendezték meg a csepeli óvodások környezetvédelmi találkozóját. A programon részt vett Hirholczné Faragó Tünde, a Csodakút Egyesített Óvoda vezetője, Szántó Tiborné, szakmai tanácsadó, a Kokosz elnökségi tagja, Nagy Vilmos, Hajdu Imre és Vadász Norbert önkormányzati képviselők.

„Nagyon fontos a környezettudatosságra, a fenntarthatóságra nevelés. A Kis-Duna-parton, ebben a szép környezetben próbáljuk a gyerekeknek játékos állomásokon keresztül megmutatni, hogyan szeressék, óvják a természetet” – mondta **Hirholczné Faragó Tünde**.

„Több száz gyermek jön el évről évre a rendezvényre, mind a huszonegy csepeli tagóvoda képviseltette magát a programon, de a nem állami fenntartású óvodák is meghívást kapnak, idén a baptista óvoda jött el a találkozóra. A gyerekek izgalmas feladatokon, élményeken át gyűjthetnek ismereteket, tapasztalatokat a környezetvédelemmel kapcsolatban” – mondta el lapunknak a program szervezője, **Szántó Tiborné**, a Csepeli Csodakút Egyesített Óvoda szakmai tanácsadója, a Gyermekláncfű Oktatóközpont szakmai vezetője. Kiemelte, idén 21+1 állomás fogadta a gyerekeket, legfőképp a Kis-Duna élővilágának védelmére igyekeztek felhívni a figyelmet, új ismereteket átadni. „Mindegyik állomáson a tagóvodákban dolgozó kollégák és az igazgatóság dolgozói várták a gyerekeket. A játékos megmérettetés nem igényelt külön felkészülést, a meglévő ismereteket pontosítottuk, bővítettük. Fő célunk, hogy a gyerekek sikerélményhez jussanak, örömteli tevékenységgé váljon a természetvédelem. A program a csepeli önkormányzatnak köszönhetően valósult meg, valamenyny résztvevőnek ajándékkal kedveskedtek. A gyerekek és a kollégák is örömmel fogadják, szívesen részt vesznek a programon” – tette hozzá **Szántó Tiborné**. | PE



fotó: Tóth Beáta

NÉPDALOKBÓL ÉPÍTETT HÍD

A magyar költészet napját egy különleges zenei koncerttel ünnepelte a Radnóti Miklós Művelődési Házban Csepeli önkormányzata. Csemer Boglárka Boggie Fonogram- és Hangvilla-díjas énekesnő-dalszerző és Petruska András, az akusztikus gitár virtuóza Hunclorique című előadásukkal modern köntösben szólaltattak meg ismert népdalokat – például Tavaszi szél vizet áraszt, A csitári hegyek alatt –, kiemelve a magyar kultúra gazdagságát és időtlen értékeit.

A Hunclorique, azaz **Csemer Boglárka** és **Petruska András** duója a magyar népzene és a modern zenei világ különleges találkozása. A két énekes-dalszerző a Csepeli Hírmondónak arról mesélt, hogyan formálta életüket a népzene, mit jelent számukra a közös munka, és milyen küldetéstudat hajtja őket. Húsz évvel ezelőtt, egy kőbányai zenei stúdióban találkoztak először – bár néha közreműködtek egymás lemezein egy-egy dal erejéig és volt már közös zenei projektjük is –, alapvetően a saját útjukat járták. Kapcsolatuk két évvel ezelőtt vett új fordulatot, amikor **Boglárka** tízéves jubileumi koncertjén András vendégként lépett fel. „A koncert végén egymás nyakába borulva beszélgettünk arról, miért nem zenélünk többet együtt. Úgy éreztük, ideje lenne valami közös produkcióba kezdeni, hiszen jól megértjük egymást” – mondta **András**. A sors váratlan fordulata gyorsan megerősítette elhatározásukat, amikor Dél-Koreából érkezett egy különleges felkérés: képviseljék Magyarországot egy népzenei előadással a szöuli Eurázsiai Fesztiválon. Alig három hetük volt összeállítani egy magyar népdalokból álló repertoárt. Az előadás hatalmas sikert aratott, és a duó úgy tért haza, hogy mindenképpen folytatniuk kell a közös zenélést.

CSEPELEN KEZDŐDÖTT

Petruska András elmondta, az amerikai folk, az ír és az afrikai zene már korábban is inspirálta,

azonban hamarosan jött egy felismerés, hogy miközben külföldi kultúrák zenéjével foglalkozik, kevés figyelmet szentel a magyar népzenenek. **Boglárka** kapcsolata a népzenevel csepeli iskolás éve alatt kezdődött. „A Karácsony Sándor Általános Iskolában egy erdélyi énektárnő, **Orbán Enikő** mutatta meg azokat a régi felvételeket, amelyeken idős néni népdalokat énekelnek. Elragadtatással hallgattam ezeket, és az ő indíttatására indultam el népdaléneklő versenyeken” – emlékezik vissza az énekesnő. Meghatározó volt számára nemrég egy algériai utazás is. „Algériában az élet természetes része a saját kultúrájuk ápolása. Ez az élmény vezetett rá arra, hogy a népzene hazánkban is megerősítheti az összetartozás érzését. Úgy érzem, a két táborra szakadt társadalmunkban a népzene lehetne az, ami összeköti az embereket, függetlenül attól, hogy ki mit gondol a politikáról vagy mi a világnézete” – magyarázta.

Csemer Boglárka a népzenei gyökekhez való visszatérést küldetésének tekinti. Úgy érzi, a magyar kultúra ápolása és terjesztése terén számos tennivaló akad. Elmondta, amikor külföldön képviseli Magyarországot, hatalmas fe-

lelősséget érez, hiszen őt a magyar kultúra megtestesítőjeként hallgatják, ezért tartja rendkívül fontosnak a magyar népzene népszerűsítését, amely saját lelki kötődését is erősíti. „A Hunclorique helyre teszi a lelkemet is, és azt érzem, hogy amit csinálunk, az egy misszió. A koncerteken az emberek összekapcsolódnak, teljesen más hatása van, mint amikor például a Parfümöt éneklek. A népdalokon keresztül valóban összehozzuk az embereket, mintha egy ritmusra verne a szívünk” – fogalmazott.

TISZTELGÉS A MÚLT ELŐTT

Petruska András szerint a koncertjeik egyik különlegessége, hogy a közönségben fokozatosan éled fel a népzene iránti érzékenység és szeretet. Kiemelte, a népzene és a könnyűzene kedvelői között gyakran nagy szakadék van, de a népdalok univerzális ismeretében rejlik az a kapocs, amely hidat képezhet. **Csemer Boglárka** hozzátette, a népzene lényege az, hogy a népe legyen, nem pedig csak azoké, akik beleszülettek egy népzenei hagyományokkal teli faluba, vagy akik gyerekkoruk óta néptáncolnak. Az énekesnő elmondta még, előadásai során fontosnak tartják a népdalok autentikusságának megőrzését, miközben saját zenei világukhoz is igazítják őket. Hozzátette azt is, hogy egy népzenei koncerten eltérő az előadói stílusa.

„Egy Hunclorique-esten sokkal szerényebb az előadói eszközkészletem, mint egy Boggie-koncerten, mert ezek a dalok nem azért születtek, hogy valaki színpadon előadja őket. Gyakran olyan mindennapi helyzetek ihlették, mint amikor az asszonyok kukoricát morzsolnak. Ezek valódi lelki igényekből születtek, nem előadói szükségletből” – hívta fel a figyelmet. Hangsúlyozta, nagy figyelmet fordítanak arra, hogy az új köntösbe bújtatott népdalok azonosak maradjanak. Zenéjük így egyszerre tisztelgés a múlt előtt, és modern megközelítés, amely új fényt vet ezekre az időtlen dallamokra. | Lass Gábor



Csemer Boglárka és Petruska András

fotó: Tóth Beáta

EGYRE TÖBB A FELELŐS KUTYATARTÓ

Előző számunkban már foglalkoztunk a felelős kutyatartás szabályaival, azzal, hogyan tudjuk állataink jólléte mellett a közösségi együttélés szabályait is betartani. Folytatva a témát, ezúttal a Nagy Vilmos, a Jókutya Iskola vezetője mondja el véleményét.

Nagy Vilmos tíz éve aktívan dolgozik a felelős kutyatartásért. „Az elmúlt évtizedben jelentős előrelépés történt, de még sok a tennivaló. Bár a kutyatartók többsége felelősségteljes és összeszedi a kutyapiszkot, néhány felelőtlen gazda miatt negatívan ítélik meg a kutyatartók

többségét. Nem a kutyatartók közösségének egésze a probléma forrása” – hívta fel a figyelmet. A pórázhasználatról szólva azt emelte ki, hogy a flexibilis pórázok gyakran megtévesztőek, mert nem mindig látszik, hogy a kutya pórázon van. Sétáltatás közben szerinte a gazdának a kutyájukra kellene figyelniük, nem pedig a telefonjukra vagy bármi másra, ami elvonja a figyelmet az ebeikről. Szintén fontosnak tartja, hogy az utcai séta során a kutyák, ha nem ismerik egymást, ne érintkezzenek egymással. A társasházakban élő kutyatartók kapcsán hangsúlyozta: a lépcsőházban érdemes távolságot tartani két ott lakó kutya között, így könnyen elkerülhető a konfliktus. Ha a kutya szennyezést okoz a lépcsőházban, a gazdának kötelessége feltakarítani a kutyája után.

Szerinte az elmúlt tíz évben pozitív változások történtek a felelős kutyatartásban. Példaként említette, hogy egy évtizeddel ezelőtt alig találkozott kutyasétáltatókkal karácsonykor, ma azonban, ha kimegy a Duna-partra, több tucat egykori kutyaiskolással találkozik, akik

megfogadták tanácsát, hogy fontos időt szánni a kutyasétáltatásra. A legjobb ajándék pedig a séta karácsonykor is. „Az általános fejlődés látható, sok gazda felelősségteljesen viselkedik, de még sok e területen a munka. Még akkor is, ha Csepelen már kialakult egy erős, felelős kutyás közösség” – fejtette ki.

ISMERETTERJESZTŐ VIDEÓK

Mint megtudtuk, már készülnek a rövid videók ahhoz az önkormányzati kampányhoz, amely tájékoztatja a csepelieket a felelős kutyatartásról. Videó készül többek között a kutyával való biciklizésről és futásról is. Nagy Vilmos hangsúlyozta, ez elővigyázatosságot igényel a gazdik részéről, mivel a kutyák számára a futás más jelentéssel bír, mint az emberek számára, ezért a gazdának tisztában kell lenniük az állat igényeivel és viselkedésével. „Egy másik kutyával való találkozásnál a zsákmányösztrön könnyen kiválthat konfliktushelyzetet. A helyes etikett szerint érdemes megállni a másik kutya előtt, majd biztonságos távolságban elhaladni, hogy elkerüljék az esetleges problémákat” – hívta fel a figyelmet. Hozzátette, meleg időben az aszfalton futó kutyák lába megsérülhet, amire a gazdának figyelni kell. LG



ÚJ PADOK, SZEMETESEK

Hamarosan új padokat telepítenek a Kis-Duna-partra. Ötöt a Kolonics György sétányon, a Daru-dombtól a fahídig tartó szakaszon, egyet a sétány feletti



zöldterületen, a Szigetbecse utca magasságában, a Dunához közeli részen raknak ki. A padok mellett gondoltak a tisztaságra is: négy új szemetes- és két kutyapiszokgyűjtő ládát is kihelyeznek ezeken a szakaszokon.

ASZFALTOZÁS, BURKOLATJAVÍTÁS

A tavasz beköszöntével is zajlanak az útépitési, felújítási munkák a kerületben. A Plútó utcai gyalogátkelőnél a hibás burkolatot szedték fel, az aszfaltozás itt befejeződött. A Laurencz László Sportcsarnoknál elkezdődött a járdajavítás, az

alapozási munkákat az aszfaltozás követi. A Damjanich János út – Hollandi út sarkánál a hibás burkolat javítását követően már befejezték az aszfaltozást. A Duna-



dülő utcában a gyalogátkelőhely burkolatát teljes egészében el kellett távolítani az alapig, a javítással már elkészültek. A felújítások folytatódnak.

ELHUNYT BENEDEK FERENCNÉ, A BENEDEK FERENC-DÍJ ALAPÍTÓJA

Életének 79. évében meghalt Benedek Ferencné, Jutka néni, aki férje, Benedek Ferenc (1926–2020) öttusa mesteredző halála után megalapította a Benedek Ferenc-díjat, amelyet minden évben február elején adtak át az év legjobb csepeli öttusázójának a Csepel Öttusa és Vízi Sport Egyesület évnívító rendezvényén. Az esemény egyben emlékezés is volt Benedek Ferencre, aki február 5-én született.



Benedek Ferencné

Benedek Ferencné nemcsak férje emlékét ápolta, hanem szívügyének tekintette a csepeli öttusasport felvirágoztatását is. Csepelen olyan öttusázók szereztek világhírnevet férje irányítása alatt, mint Balczó András sokszoros olimpiai és világ bajnok, Németh Ferenc olimpiai bajnok, Villányi Zsigmond és Marackó Tibor olimpiai ezüstérmesek, Dobi Lajos és Pajor Gábor világ bajnoki ezüstérmesek. Benedek Ferencné folyamatosan tartotta a kapcsolatot az egykori tanítványokkal, ugyanakkor lelkesítette a fiatal csepeli öttusázókat is. Minden jelentősebb csepeli öttusa rendezvényen megjelent, hogy

személyesen kövesse figyelemmel az ifjú nemzedék törekvéseit. Legutóbb február elsején adta át a Benedek Ferenc-díjat Simon Sroltának.

Ő volt az, akihez bármikor fordulhattunk segítségért, ha a csepeli öttusasport múltjáról vagy jelenéről volt szó. Nagy szeretettel beszélt a németországi Sankt Augustinban élő sógoráról, a szintén csepeli kötődésű, 98 esztendősen Benedek Gáborról, aki januártól Magyarország legidősebb olimpiai bajnoka. Benedek Ferencné május 6-án, 12 órakor búcsúztatják el a Farkasréti temetőben. cs. a.

BAROKK KONCERT HÚSVÉT ELŐTT



fotó: Hajdú Ágnes

Húsvét közeledtével egy különleges barokk hangversenynek lehettek részesei az érdeklődők a Szent Imre téri Kisboldogasszony-templomban. A koncerten Antonio Vivaldi, Jean-Philippe Rameau és Giovanni Battista Pergolesi művei csendültek fel. Közreműködött a Csepeli Szimfonikus Zenekar, a Csepeli Fasang Árpád Vegyeskar és a Zrínyi Kórus. A hangversenyt Holló Gyula Fasang-díjas karnagy vezényelte. A szervezésért köszönet dr. Szentkirályi Aladárnak.

EGYHÁZI ÉLET

SZOLGÁLAT

„Amit nekem adsz: mindenkinek adod – hirdeti a földi hatalom. Amit mindenkinek adsz: nekem adod – hirdeti az égi hatalom.”

„Az az indulat legyen bennetek, mely Krisztus Jézusban volt. Aki, mikor isteni formában létezett, nem ragaszkodott ahhoz, hogy ő Istennel egyenlő, hanem önmagát megüresítve, szolga lett, egy az emberek között”. (Fil 2,5.)

Szolgálatban lenni. Vállaljuk-e ezt a szerepet? A szolgálat az élet minden területét átjárja a gyermekkortól a felnőtt, majd időskorig. Vajon készségesek-e a gyerekeink, amikor apró szolgálatokra kérjük őket? Rendrakás, takarítás, kis állatok gondozása. Vajon nem fáradunk-e bele a szolgálatba felnőttként, házastárs mellett, gyermekek vállalásakor, gondozásukban, nevelésükben? A munka világa is kitartó szolgálatot követel. Idős korban pedig különösen nagy kihívás a szolgálat, amikor fogyatkozik az erő és az ember esetleg már csak magára gondol. A szolgálatban azonban fontos, hogy az milyen lélekkel történik. Jézus őszinte alázattal szolgált. Az az indulat legyen bennetek! Isten olyan nagyra értékelte Jézus szolgálatát, hogy olyan nevet adott neki, amely előtt a látható és láthatatlan világ minden teremtménye térdet hajt. Ő pedig egy alkalommal így szólt a tanítványokhoz: Aki nekem szolgál, megbecsüli azt az Atya. Amit teszünk, azt ne önmagunknak, ne is embereknek tegyük, hanem mint az Úrnak. Így nem érhet csalódás és örömmel is tehetjük, tudva, hogy amikor senki sem értékeli, Ő akkor is látja, tudja. Ennél nagyobb jutalmunk pedig nem lehet.

Én is világot hódítani jöttem s magamat meg nem hódíthatom.

Csak ostromolhatom nehéz kövekkel vagy ámíthatom és becsaphatom.

Valaha én is úr akartam lenni ó bár jó szolga lehetnék!

De jaj, szolga csak egy van: az Isten s uraktól nyűzsög a végtelenség. (Weöres Sándor: Én is)

Zólyomi Mátyás evangélikus lelkész



Az érmes pincértanulók

ISMÉT A SZAMOS: ÉREMESŐ A LEGJOBBAKNAK

Újabb nagyszerű sikereket értek el a BKSZC Szamos Mátyás Technikum és Szakközépiskola növendékei a Szolnokon megrendezett gasztronómiai versenyen, a rangos Pelikán Kupán értek el négy érmes helyezést. **Kajdácsi Petra** cukrásztanuló aranyérmet és két különdíjat nyert. **Pethe Napsugár** pincértanuló ezüstérmet, **Barsi Ágnes** és **Szelner Zoltán** pincértanulók bronzérmet szereztek.

Lapunkban korábban is beszámoltunk a Szamos iskola növendékeinek kimagasló eredményeiről, amelyeket az elmúlt hónapokban értek el. **Dudás Gábor**, a Szamos iskola igazgatója jogos büszkeséggel nyilatkozta: „Elmondhatatlan öröm tölt el, hogy iskolánk versenyzői újra bizonyították, mit jelent szívvel-lélekkel dolgozni. Egy arany-, egy ezüst-, két bronzérem: mi ez, ha nem egy igazi Szamostarolás? **Kajdácsi Petra** ráadásul a Pelikán Kupa abszolút győztesének járó elismerést is megkapta. Tehetség, alázat, tartás és szorgalom – minden benne van, amit példaképként képviselhet egy fiatal szakember. Köszönöm **Hóra-Berekszei Katalinnak**, hogy felkészültségével, türelmével és emberségével végigkísérte **Petrát** ezen a gyönyörű úton. És a pincéreink is elképesztő eredményeket értek el, hiszen minden versenyzőnk érmes lett. Köszönet **Sáska Sándornak**, hogy szakmai tudásával és emberi támogatásával áll tanítványai mögött. A Szamosban nemcsak tanítunk, hanem nevelünk, támogatunk, együtt örülünk, csodálatos közösséget alkotunk.” | Cs. A.



Kajdácsi Petra és oktatója



CSALÁDI FILMVETÍTÉS

Időpont: 2025. május 10., (szombat) 11 óra
Helyszín: Szabó Magda Községi Tér
(1214 Budapest, Simon Bolívar sétány 4-8.)



A rendezvény ingyenes, de kérjük, hogy regisztráljanak a 06-1-355-4032-es telefonszámon, vagy az szm.iroda@csepelivaroskep.hu címen

ANYÁK NAPJA A NAGYVILÁGBAN

Május első vasárnapja anyák napja. E kedves ünnep gyökerei egészen az ókori görögökig nyúlnak vissza. Bár az anyák napját világszerte megünneplik, egyes országokban, például Angliában több száz éves hagyományai vannak.

Nálunk az első anyák napi köszöntést a Magyar Ifjúsági Vöröskereszt kezdeményezésére 1925-ben a MÁV-gépgyár foglalkoztatójában tartották. 1928-tól pedig már itthon is a hivatalos iskolai ünnepek közé sorolták. A világ más országaiban ez az ünnep eltérő időpont-ra esik, de a szokások, hagyományok tekintetében hasonló. Az édesanyák és a nagymamák legtöbbször virágcsokrot vagy saját, kézzel készített ajándékot kapnak, vannak azonban érdekes egyedi szokások is.

Az Egyesült Királyságban a gyerekek nem virággal, hanem az előző napon

elkészített „anyák süteményével”, azaz a Simnel tortával köszöntik az anyukájukat. Ez egy könnyű gyümölcsös sütemény, amit marcipánnal töltenek meg és vonnak be. Svédországban jótekonysági alkalom is az anyák napja. Ezen a napon a Nemzetközi Vöröskereszt apró művirágait vásárolják meg az emberek, és tűzik ki a ruhájukra, a bevételből származó összeget pedig a rászoruló gyermekek és anyák kapják. Ausztráliában különféle színű szegfűt vásárolnak, viselnek, kifejezve ezzel az édesanyák iránti szeretetet és megbecsülést. Ha a feltűzött szegfű fehér, az azt jelenti, hogy anya már nem él. Ezen a napon Ausztráliában a gyerekek még inkább odafigyelnek az édesanyjukra, ágyba viszik neki a reggelit, apró ajándékot adnak.

Nálunk idén május 3-ára esik az ünnep. Ne felejtsek el köszönteni az édesanyukat, nagymamákat, dédmamákat!



Anyai ösztönök – felkészülés a valóságra

Ha betöltötted a 32. terhességi hetet, és szeretnéd tudni, mi vár rád VALÓJÁBAN, látogass el ingyenes előadásunkra, ahol nyíltan beszélünk a szülők előtt álló kihívásokról, valamint hasznos tanácsokat kapnak a leendő szülők.

Az esemény minden hónap második péntekén kerül megrendezésre

Első alkalom: 2025. május 9. (péntek) 17 óra

Helyszín: Rákóczi Kert – Családok Parkja
(1212 Budapest, Rákóczi tér 34.)

Előadó: Borsi Hajnalka szoptatási segítő,
hordozási tanácsadó, posztpartum coach

A baba jólléte az Anyával kezdődik, adj teret az öngondoskodásnak!
Szeretettel várunk minden kismamát és jövődöbéli édesapát is!

Előzetes regisztráció
az info@aranycsepp.hu
e-mail címen



MÁJUSFA, KONCERT, CSALÁDI PROGRAMOK

„Fákon újul a hajtás, Fogadjuk a tavaszt dallal! Itt van május elseje, Énekszó és tánc köszöntse!” – talán sokan emlékeznek még erre az egykori május elsejéken gyakran felhangzó dalra, ami a felvonulások, iskolai ünnepségek elmaradhatatlan nótája volt. Május elseje, a munka ünnepe egy rendszeresen átívelő ünnepnap, mely mára a szórakozásra, a hagyományörzésre és a családi programokra helyezi a hangsúlyt.

A hetvenes évekbeli munka ünnepére egyik beszélgetőtársam így emlékszik vissza: „A Hősök terére minden utcából rácsatlakoztak a felvonulók. Gimnazista voltam, különféle koreográfiákat tanultunk be, olyan volt az egész, mint egy olimpiai felvonulás, a csapatok élén

zászlóvivők mentek. Aztán következett az ünnepség a Városligetben, de külvárosok focipályáin is összegyűltek az emberek, sört és virslit ettek”. Majd hozzáfűzi, hogy benne leginkább az maradt meg, hogy ezen a napon nyitottak a strandok is. A régi majálisokról sokaknak a Magyar Televízió május elsejei különkiadásai, a Felvonulók kérték című műsor jutott az eszébe. Egy másik megszólított azt meséli, hetedikes lehetett, amikor egy majális alkalmával virtusból megmászta szülőhelye piac téren felállított, hatméter magas májusfát. „Csupasz lábbal meg sem lehetett



mászni a fát, mert szálkás volt. A májusfa egy keresztben végződött, amire plüssállatokat, csokit, mézeskalács szívet rögzítettek, ezeket lehetett leszedni róla, ha felértél” – emlékszik vissza nevetve a férfi serdülőkori mászóteljesítményére.

Ha májusfára mászás nem is, de májusfaállítás lesz Csepelen, a Daru-dombon. Jöjjenek a zöldbe, ünnepeljük együtt a tavaszt! Készüljenek egy nosztalgiaival, vidámsággal, színes programokkal teli egész napos szórakozásra, melynek részletes programját az újság hátsó borítóján találják. | Pozsonyi Vera



MÚZEUMOK MAJÁLISA ÉS LEVÉLTÁRI PIKNIK

Idén 28. alkalommal rendezik meg a Magyar Nemzeti Múzeum kertjében a **Múzeumok Majálisát**. Csepelt az Ősz-tetartozás Háza kitelepülése képviseli az eseményen, amelyre szeretettel várnak minden érdeklődőt **május 24-én és 25-én** (szombat-vasárnap) 10 és 18 óra

között. Lesz pontgyűjtő játék, felnőtt, gyerek és családi programok egyaránt. A rendezvény látogatása és az összes programon való részvétel ingyenes.

És még egy program, ahol Csepel is megjelenik: Budapest Főváros Levéltára **május 31-én**, szombaton, 10 és 17 óra között megrendezi a **VIII. Levéltári Pikniket**. Az idei rendezvényt megelőző napon, május 30-án nyitja meg a főpolgármester a Nagy-Budapest 75 című kiállítást. Csepelről a Csepszi érkezik az eseményre. A piknik helyszíne: Budapest Főváros Levéltára, Budapest XIII., Teve u. 3–5.



ÖTVENÉVES A KIRÁLYERDEI MŰVELŐDÉSI HÁZ

Idén ötvenéves a Királyerdei Művelődési Ház. Ebből az alkalomból a ház **elmúlt öt évtizedét felelevenítő kiállítással** találkozhatnak az érdeklődők a Csepeli Retró Majálison, ahol egy vendégkönyv is várja azokat, akik megosztanák személyes élményeiket a művelődési házzal kapcsolatban.

A kiállítás május 2-án és 3-án, az ünnepi hétvégén, a művelődési házban is megtekinthető 10 és 18 óra között. A kézimunka- és szönyegszövő-kiállítás is várja ugyanekkor a látogatókat. A Helytörténeti Gyűjtemény és Tájház pénteken 14 és 18 óra, szombaton 9 és 13 óra között nézhető meg.



Váczi György

EGY CSEPELI KÁRPITOSMESTER, AKI A PÁPA TRÓNSZÉKÉT IS FELÚJÍTOTTA

Két éve történt: a Győri Egyházmegye Váczi György csepeli kárpitosmestert kérte fel, hogy újítsa fel azt a 1800-as évekből származó, szépen díszített trónszéket, amelyet II. János Pál pápa akkor használt, amikor Magyarországra látogatott. De miért éppen Váczi Györgyre esett a választás?

Váczi György munkái révén elismert kárpitos az országban. A trónszéken kívül imaszékeket is gyártott, és ő kárpitozta a Győri Egyházmegye egyik termének falát is. Szintén az ő nevéhez fűződik, hogy elkészítette azt a bársonyos párnahuzatot, amelyre az Ország-ház épületében található Szent Koronát helyezték.

A kárpitosmester műhelye Csepel külterületén található: néhány helyiség, köztük raktárak, ahol kárpitozásra váró székek, különféle bútorok sorakoznak, valamint egy ipari varrógép, szerszámok sokasága, szövetminták, egyéb kellékek. **Váczi György** eredetileg óbudai, de felesége csepeli, így költözött a kerületbe. A Kaesz Gyula Szakközépiskolában érettségizett és szerzett kárpitosszakmai végzettséget, 2010-ben pedig mestervizsgát tett. Miközben egyre kevesebb a kárpitosmester az országban, ő huszonhat éve vállalkozóként végzi a munkáját, amelyre folyamatosan igény van.

NINCS KÉT EGYFORMA MUNKA
A kezdetekre így emlékezik: „Amikor Óbudán laktunk, az egyik szomszédunk kárpitos volt. Szüleim úgy látták, hogy ez jó szakma, és nekem is megtetszett. Nincs két egyforma munka: másképp kell kárpitozni a székeket, foteleket, kanapékat, diványokat és a többi bútort. A kárpitos munkája azzal kezdődik, hogy szétszedi a bútordarabot, aztán következik a hagyományos rugóköttetés és alappárnázás. Az alappárnázás során növényi és állati anyagból álló afrikot, szőrt, vattát használunk, amely megadja a bútor formáját és puhává teszi a felületét. Az afrikkal olyan párnázást hozhatunk létre, hogy az ülőrész harminc év múlva is megtartja a rugalmasságát. Sokkal jobb a szivacsnál, igaz, időigényesebb az elkészítése. Az afrikra jön rá a zsákvászon, majd a szőr és a néhány centiméteres vatta. Utána húzzuk rá a szövetet és készítjük el a díszítést a megrendelő kívánsága szerint. Ajánlhatok biedermeier, barokk vagy modern stílusú huzatot, kinek milyen az igénye” – meséli.

KÉZZEL KÉSZÜLT BÚTOROK

Váczi György korábban tanoncokat is oktatót a szakmára, de az utóbbi időben egyre kevesebben képezik magukat kárpitosmesterré, noha nagy szükség volna jó iparosokra. „Ahhoz, hogy valakiből valómirevaló szakember legyen, nem elég a hároméves szakiskola, hanem legalább még öt év gyakorlat is szükséges. Fontos

a kezűgyesség, a stílusérzék, a szakma szeretete és a türelem, mert csak hosszú évek múltán válik tanulóból mesteremberre. A hozzáállásból rögtön kiderül, kiből lesz alkalmas szakember. Jó páran gyorsan akarnak meggazdagodni, de ez nem olyan szakma, hogy egykettőre megszedsje magát az ember. Amióta a multicégek, a bútóráruházak megtelepedtek az országban, tömegárut kínálnak, amelynek a minősége olyan, amilyen: néhány év múlva már akár ki is lehet dobni ezeket a termékeket. Emlékszem, szüleink, nagyszüleink még őrizték a régi bútorokat, amelyek évtizedekig tartósak maradtak. A tömegárut nem minőségi alapanyagból állítják elő: a fa nem fa, hanem pozdorja. A műbőr hamar szétreped és lepereg. A nagy cégek egy-egy termékből több ezer darabot legyártanak, de én mindent kézzel, méretre és egyedi igények szerint készítek. Szükség szerint összedolgozom egy varrónővel és asztalossal, hogy a lehető legtökéletesebb árut adjam ki a kezemből. Vallom, hogy a kárpitosmunka alkotó tevékenység, amelyből meg lehet élni, ha becsületesen végzi az ember. Manapság azonban sokan csupán betanított munkásként űzik a mesterséget, mert megelégednek tömegáru minőségű termékek előállításával. A színvonalasan elkészített darabokra ugyanakkor továbbra is igény van, ezt érdemes szem előtt tartani” – mondja a csepeli mesterember.

| Csarnai Attila

FUTNI JÓ! DE MIRE FIGYELJÜNK?

Monspart Sarolta a futás szerelmese volt, majd később a gyaloglás nagykövete lett. Tőle származik az az idézet, miszerint a „gyaloglónak van keze, lába, de a fej mondja, hogy indulj!” Nincs ez másként a futással sem. Ha már egyszer felhúztuk a futócipőt, nincs megállás, rá lehet érezni az ízére!

A futás az egyik legnépszerűbb szabadidősport Magyarországon, soha nem látott tömegek indulnak el a különböző futóversenyeken. Aki már látta azt a sok boldog, mosolygós embert áthaladni a célvonalon – köztudott, hogy a futás boldogsághormont termel – szinte egyből kedvet kap, hogy ő is a futóközösség részese lehessen és átélhesse a célba érkezés összehasonlíthatatlan örömét. Hogy ez az érzés ne csak vágyálmom maradjon, lássuk, hogyan fogjon bele az, aki még csak a pálya széléről figyel a futókat. Hiszen futni mindenki tud, a többi csak elhatározás kérdése...

FONTOS A FOKOZATOSSÁG

Testünk mozgásra termett, ezért érdemes kikökkenteni magunkat az ülő életmódból és a munkahelyi stresszből. Tíz perc futás bárki számára megvalósítható és beilleszthető a napi



Tanácsok kezdő futóknak

- A futócipőnek egy vagy két számmal nagyobbnak kell lennie az utcai cipőnél. 800-1000 kilométernél ajánlott lecserélni a cipőt!
- A megfelelő futócipő kiválasztásához érdemes futószakember tanácsát kikérni vagy egy futópados lábvizsgálatra bejelentkezni, ahol a futóstílusunknak legmegfelelőbb cipőt ajánlják.
- A BSI Futó Leszek! kezdőknek szóló ingyenes hírlevélével három hónapon át házhoz jönnek az e-edzéstervek, táplálkozási tanácsok és a futófelszereléssel kapcsolatos tudnivalók: futanet.hu

rendbe, és még segít is visszaszerezni a napközben elveszett energiát, motivációt, koncentrációt. A futás olyanok számára is megfelelő sportot jelenthet, akik korábban nem mozogtak rendszeresen, ám fontos, hogy mindig figyeljünk a fokozatosságra! Egy kezdőknek szóló, gyaloglásból kiinduló edzésből négy hét alatt felépíthető a futás. De a Futó Leszek! ingyenes hírlevélre való feliratkozással három hónapon keresztül ház-

HORGÁSZOK, FIGYELEM!

A Csepel Horgász Egyesület megalapításának 90. évfordulója alkalmából tagjainak házi horgászversenyt szervez május 24-én. Találkozás a helyszínen 7 órakor. Várnak minden jelentkezőt! Nevezési díj nincs, de a regisztráció kötelező, csak az előre regisztrált horgászokat fogadják. Regisztráció: cshe.hu oldalon. Itt és az egyesület közösségi oldalán is megtalálják a versenykiírást. **További részletek a plakáton.**

hoz jönnek az e-edzéstervek, táplálkozási tanácsok és a futófelszereléssel kapcsolatos tudnivalók is.

Motivációnk fenntartásában és önmagunk figyelésében segít, ha kiteszünk egy asztali naptárt jól látható helyre a lakásban, amibe rögzítjük a napi távokat, pihenőnapokat. A teljesítés után pipáljuk ki – és legyünk büszkék magunkra! De jó ötlet a megvalósult futásainkat futóapplikációkban (például: Runkeeper, Strava) rögzíteni, mert ilyenkor alkalmunk lesz az eredményünket visszanezni, összehasonlítani, másokkal megosztani, vagy csak egyszerűen nyugtázni, hogy ma is megtettük a magunkét az egészségünkért. Tízezer lépés nagyjából nyolc kilométernek felel meg, egészségmegőrzésre napi 7-8000 lépés ajánlható.

A KEDVÜNK IS JOBB LESZ

A legtöbbször egy órát is utaznak, mire hazaérnek a munkából. Érdemes megtervezni előre a hetünket a mozgás szempontjából is: beilleszteni olyan napokat, amikor biciklivel megyünk munkába, vagy a munka után a közeli uszodába vesszük az irányt, hiszen minden edzéstervben a futómunkával töltött napot pihenőnap követi, amikor más izomcsoportokat megdolgoztató mozgás végezhető. Hamar kiderül, hogy a futás nemcsak a derékbőrségre, hanem a mentális egészségre, kedélyállapotra is jótékony hatással van, a futás elkezdésével új barátságok szövődhetnek és támogató közösségre is találhatunk. A Budapest Sport Iroda (BSI) 2011-ben kezdett bele futónagyköveti hálózatának kiépítésébe. Ez azt jelenti, hogy országszerte lelkes emberek vezetésével hétről hétre létrejövő, Facebookon meghirdetett közösségi futásokhoz lehet csatlakozni, kiválasztva a lakóhelyhez közel eső helyszínt. **Vicsorek-Lakatos Gabriella**, aki maga is tíz kilométerekkel és heti egy-két edzéssel indított, az edzések gyakoriságának és a távjának növelésével szépen fejlődött a csepeli futókörben. Tavaly ő lett a csepeli közösségi futók BSI-futónagykövete. A futóközösségben a kocogóktól az ultrafutókig sokan megtalálhatók. Aki kedvet kapott egy jóízű beszélgetéshez futás közben, vagy fejlődni szeretne, az jelölje be a Facebookon a BSI Csepeli FNK-csoportot.

FUSSUNK EGYÜTT!

A reális sportcélok kitűzése több értelmet adhat futóedzéseinknek. Minél többet futunk, testünk annál jobban alkalmazkodik a terheléshez, idővel könnyebbé válik a kezdetben leküzdhetetlennek tűnő táv is. Válasszunk egy elérhető célt! Ajánlunk is egyet: április 27-én jön a Mozdulj, Csepel! futóverseny családi sportnap a Kolonics György Szabadidőközpontban. A 3,5 kilométeres táv egyéniben és háromfős váltóban is teljesíthető, a legkisebbek 400 méteren, a gyakorlottabbak 7 kilométeren indulhatnak. A célba érkezőket müzlivel és almával várják, a kisebbek érmet, a nagyobbak sportkulacsot kapnak. A részvétel ingyenes, de regisztrációhoz kötött: www.runaway.hu/mozduljlcsepel. | Pozsonyi Vera

SPORTESEMÉNYEK

Az alábbi táblázatban a különböző sportegyesületek mérkőzéseinek helyét és időpontját közöljük. Az információkat az egyesületek tájékoztatója alapján tesszük közzé.

KÉZILABDA – CSEPEL DSE

férfi NBII	április 25.	19.30	Csepel DSE – Högyész SE	Laurencz László Sportcsarnok
női NBII	május 4.	18.00	Csepel DSE – Szekszárdi FGKC	
női NBII	május 24.	16.00	Csepel DSE – PTE-PEAC	
férfi NBII	május 25.	18.00	Csepel DSE – Nagykanizsa	

KOSÁRLABDA – CSEPEL KK

u14 fiú	április 26.	14.00	Csepel KK – Újpest-MT/C	Ív u. 65-71.
u13	május 3.	10.00	Csepel KK – SZKHSE	
u16 fiú	május 7.	17.30	Csepel KK – WSK U16F	
u13	május 10.	10.00	Csepel KK – Göd	
regionális férfi	május 14.	19.30	Csepel KK – E5vös Okapik	
női	május 16.	19.30	Csepel KK – Közgáz	

LABDARÚGÁS – CSEPEL FC USE

férfi felnőtt BLSZ III.	május 4.	10.00	Csepel FC USE II. – Polgári SC	Hollandi úti sporttelep
férfi felnőtt BLSZ I.	május 10.	11.00	Csepel FC USE – TFSE	
fiú u19 MLSZ	május 11.	10.00	Csepel FC USE – ESMTK	
férfi felnőtt BLSZ I.	május 17.	11.00	Csepel FC USE – Fővárosi Vízművek	
fiú u19 MLSZ	május 17.	14.30	Csepel FC USE – Fővárosi Vízművek	
fiú u19 MLSZ	május 31.	10.00	Csepel FC USE – Dabas	

VÍZILABDA – CSEPEL ÖVSE, VÍZILABDA SZAKOSZTÁLY

baby bajnokság	április 27.	10,00	Csepel ÖVSE – Göd Csepel ÖVSE – Megathlon	III. ker. TVE uszoda
Ob II. felnőtt	május 10.	tervezés alatt	Csepel – Göd Csepel – Sopron	Kőér utcai uszoda
Ob II. felnőtt	május 31.	tervezés alatt	Csepel – Békéscsaba Csepel – Sopron	Margitsziget

A Csepeli Sportsziget Program részeként az önkormányzat vállalta, hogy közreműködik a programban részt vevő egyesületek programjainak, eseményeinek megszervezésében. Azok az egyesületek, amelyek szeretnék, hogy hazai meccseik bekerüljenek az újságba, kérjük, írjanak a csepelihirmondo1@gmail.com címre.

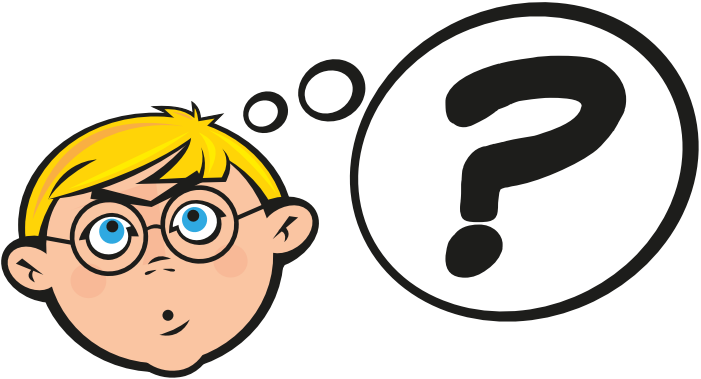
HAJRÁ, CSEPEL!
HAJRÁ, KÉK-PIROS!



MEGFEJTÉS, 1. RÉSZ	ÓVODÁSOK DOKTORA, PEDIÁTER	AZ ITTRIUM VEGYJELE	SZLOVÁK AUTÓ-JELZÉS	FŐNÉV-KÉPZŐ, -ZET PÁRJA	... A FIATA-LOK; BANO-VICH TAMÁS FILMJE	FÜGGŐ-ZÁR	KÉTELL!	AZ A HARMADIK SZEMÉLY	FESZÜLT IDEGÁL-LAPOTBA HOZ	ELEGE LESZ BE-LÖLE, BE-LEFÁSUL	GYULLA-DÁS, RÉGI SZÓVAL	OSLÓ KÖZ-PONTJA!	EZEN A HELYEN, NÉPIESEN	A KÁLIUM VEGYJELE	A KÖLNIVÉZ (EAU DE COLOGNE) NÉPI NEVE	FR. VÁROS (AISNE ME-GYE SZÉK-HELYE)	TEXT-TO-SPEECH, R. (ÍRÁS-OLVASÓ)	ÁBÉCÉNK ELSŐ BETŰJE	
																			P
SPANYOL AUTOJEL		NAGY SZAL-MARAKÁS MIKÓZBEN, AMIG						LÁMPÁT KI-KAPCSOL						BATU KÁN NÉPE					
IPSZILON								KATOLIKUS JELKÉP						ELEFÁNT-CSONT					
EMELET, RÖVIDEN			TEKINTE-TES, RÖV. ORTODOK KOLOSTOR				EGYLET, TÁRSASKÖR					SOMOGYI KÖZSÉG						SZÓVÉGI ÁLLÍTÁST KÉTSÉGBE VONÓ ÍRÁS	
BRILL KÖZEPE!				TEJFEHÉR-JE ELEMÉ VESZPRÉM PATAKJA						CSOKIMÁZ-ZAL BORÍT LASKÁRA VÁG							VÉGE A REVÜNEK!		
A MEUSE FOLYÓ HOLLAND NEVE					FORMÁT-LAN, RÜT PAZAROL, FÉCSÉREL					KARBOL-SAV (fenol)						54. RÓMAI SZÁMMAL			
								EGYLET-BEN VAN!									RÉGI KEL-MEMÉRTÉK		
CÉLT TÉVESZT						PÁRTFO-GÓL, RÉG. ... BUT NOT LEAST							HAJNALI MI-SE (ADVENT)						
VÍVÓFEGY-VER VÁGÓ-RÉSZE							POFON, ARGÓBAN GYÖNYÖ-RÜBB							BIZOTTSÁG HÖLGY EGYEDE					
														AZÁR, BEC.					
CSEH FÉRFINÉV				INDIAI TÁR-SAD. CSOP.	SZÜKSÉGES, SZEGEDEN!					MERENGŐ, TÚNÓDÓ						MY ... LADY (MUSICAL)			
										TÜLTÖTT SÜTEMÉNY						MAGASBA TART			
RÉSZÉVNY-TÁRSASÁG, RÖV.			ELESÉG, ENNIVALÓ MELYIK EMBERÉ?					TERMÉSZE-TESEN!		GRENADA NOB-JELE						HÁROM, OLASZUL			
																FOHÁSZ			
A VOLT JELE		... VAN; BELEKE-VEREDETT NÉMÁN DÖF!						ÜVEGES GYURMÁJA					BEC. IMRE					ALUMÍNI-UM VEGYJ.	
								METEORIT KÖZEPE!					A KÖZE-LEBBI					JUTTAT, NÉPIESEN	
CLUNY APÁT VOLT (odllo)							OPERETT-SZERZŐ (HENRIK)						A TENKES KAPITÁNYA NEVE						
							DEHOGY!						A KÉN VJ.						
MEGFEJTÉS, 2. RÉSZ																		A FOSZFOR VEGYJELE	

A helyes megfejtést beküldők között egy-egy 2500 forintos Libri utalványt sorsolunk ki. Beküldési határidő: **2025. május 2.**

GYEREKSAROK



Rejtvényünk megfejtését a középső oszlopban olvashatod!

Előző rejtvényünk megfejtése: **rügyfakadás**

- Rácsos palacsintaféle
- Magyarország angol rövidítése
- Kempingben verik fel
- Az ábécé-ben az ny betűt követik
- Túlsúlyos ember
- Félig berreg!
- Hüvelyes zöldség
- Essek!
- Sajtó angolul
- Galléros férfi fehérnemű
- A leggyengébb osztályzat

1				
	2			
3				
	4			
5				
	6			
7				
	8			
9				
	10			
11				

Sorsoltunk! Az április 9-ei skandináv rejtvény nyertese: Komenczi Lenke. A gyermekrejtvény nyertese: Marosi Emma. Nyereményüket átvehetik szerkesztőségünkben (Csete Balázs utca 15.), hétfőtől-péntekig 8 és 14 óra között. **Gratulálunk!** • A megfejtéseket a csepelihirmondo1@gmail.com címre küldhetik.

IMPRESSZUM	A XXI. KERÜLETI ÖNKORMÁNYZAT LAPJA Ingyenes, megjelenik 30 000 példányban	Máger Judit főszerkesztő. A lapot készítették: Csarnai Attila, Kis György, Kónya Gábor, Lass Gábor, Potondi Eszter, Pozsonyi Veronika
	Felelős kiadó: Csepeli Városkép Kft., info@csepelivaroskep.hu	Felomatja: Mediaworks Hungary Zrt., 6729 Szeged, Szabadkai út 20.
	Szerkesztőség és hirdetésfelvétel: 1215 Csete Balázs utca 15., 1751 Pf. 28., tel.: 06-70-658-2832, csepelihirmondo1@gmail.com	Felelős vezető: Marancsik Roland
	A másodközlés és a beküldött cikkek szerkesztésének jogát fenntartjuk.	Terjesztés: Csepeli Városgazda Közhasznú Nonprofit Zrt. Reklamáció: 278-5848
		ISSN 2062-3585

Következő számunk 2025. május 7-én, szerdán jelenik meg.

PROGRAMAJÁNLÓ

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

CSEPELI HELYTÖRTÉNETI GYŰJTEMÉNY
CSEPEL ÉS A GYÁR TÖRTÉNETE – ÁLLANDÓ KIÁLLÍTÁS
A belépés díjmentes! 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 díjmentes!

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.

KÉZIMUNKÁ- ÉS SZÖNYEGSZÖVŐ SZAKKÖR: csütörtök 13-16 óráig
NYUGDÍJASKLUB: április 26-a, szombat 15-18 óra.

NÉMET NEMZETISÉGI ÉV VÉGI TANÉVZÁRÓ TÁNCGÁLA:
május 24-e, szombat 17-21 óráig

Kerekítő mondókázó 0-3 éves korig. Kerekítő Manó torna 1-3 éves korig.
Időpont: csütörtök 10 és 10.30. Vezeti: Farkas Katalin: 06-20-9677-628

Beszélgetőkör. Nőalak. Egy hely, ahol kimondhatod! Egy este, ami jár!
Klasszikus kommunikációs helyzetek. Megoldási technikák. Időpont: két-hetente hétfőn 18-19 óra között. Jelentkezés: sajoannamaria@gmail.com

Új! Horgoldási alapismeretek elsajátítása. Időpont: május 10-e, 10-12 óráig. Regisztráció: kiralyerdeimuvhaz@csepelivaroskep.hu

Női tánc-harmónia, nőiesség: Zenék a jó hangulatért, tánc a harmonikus mozgásért, gimnasztika-streching a szép idomokért. Szerda: 18.00-19.00. Vezeti: Szabó Csilla: 06-30-999-0702

Hangfűrdő. Tibeti hangtálak csodálatos hangjai és a gongok: április 26., szombat 10.00, május 8., csütörtök 18.00. Eisenmann Tünde 06-20-455-9291

Nordic Walking: Sportgyaloglás-oktatás április 10-e, 9.30. Vezeti: Menyhértné Teri: 06-30-313-3991

Új! Csipőgé átmozgató foglalkozás, május 10-e, szombat, 14 órától. Tanulja meg, hogyan tarthatja mozgékonyan és erősen ezt az izületet egyszerű, hatékony gyakorlatokkal. Jelentkezés: info.korrigallak@gmail.com

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

A Királyerdei Művelődési Házban működő

Kézimunka- és szőnyegszövő szakkör

kiállítás május 7-ig látható
hétköznaponként és szombaton
10-18 óra között.

Ünnepnap és vasárnap zárva.

Királyerdei Művelődési Ház
1213 Budapest, Szent István út 230.
Tel.: 278-2747 | Fax: 427-0341
E-mail: kiralyerdeimuvhaz@csepelivaroskep.hu

A belépés díjmentes!

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

TANFOLYAMAINK
GYEREKEKNEK

Baba-mama torna: csütörtök, 9:15-10 óra. Ajánlott gyermek-korosztály: betöltött 6 hónap, nyakát már stabilan tartó kisbaba!
Vezeti: Németvölgyi Fanni, csoportos fitnesz-instruktor, fannymancsok90@gmail.com

Ringató: szerda, 9:15-9:45; 10:00-10:30; 10:45-11:15.
Vezeti: Venczel Mónika: ringato.hu

Babos mesekuckó: kedd, 10-11 óra. Komplex fejlesztőfoglalkozás 1,5-5 évesekre hangolva. Vezeti: Varga Krisztina; www.facebook.com/babosmesekucko

English with lldi, angol tanfolyam gyerekeknek:
Hétfő: 16.15-17.00 és 17.00-17.45. Jelentkezés és bővebb információ: Geier lldi 06-20-547-4308; englishwithlldi@gmail.com
Csep' Jazz Dance: Csoportbeosztás korosztályonként.

FELNŐTTEKNEK
Új! Gerincjoga: szerda, 8.15-9.15. A fizikai test egészségének helyreállítása elsősorban a testtartás, a helyes légzés és a relaxációra való képesség javításával. Jelentkezés és bővebb információ:

Illés Annamária, gerincjoga-oktató: 06-20-224-9363
Új! Hatha jóga: szerda, 17.30-18.30. Vezeti: Czine Erika jógaoktató: 06-30-860-8518. Az első óra ingyenes!

Capoeira Abolicao: kedd, 18.30-20.00; 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

Gerincímélő torna: szerda, 20-21 óra
M.H. Jóga: hétfő, 14-16 óra

KLUBOK, KÖRÖK
Horgolókör: minden páros kedd, 17-19 óra. További részletek és jelentkezés: Madarassy Judit: csepelihorgoloklub@gmail.com
Játékszunk együtt! Játékklub minden hónap első szerdájá, 14-17 óra
Kattanj a hálóra! Ingyenes számítógép- és internethasználoi tanfolyam: szerda, 18-20 óra

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

CSEPELI VEZETÉSI PONT

KIÁLLÍTÓHELY

SÉTA A MÚLTBA

2025. MÁJUS 10., 10 ÓRÁTÓL

A LÉTESÍTMÉNY A WIDEHÁBORÚ IDEJÉN, AZ 1948-49 ÉVEKEN – HÁBORÚ VAGY KATASTROFA ESETÉRE –
A MENÉSI FELADATOK VEZETÉSI KÖZPONTJÁKÉNT ÉPÜLT CSILÁGTELPEKEN –
SAJÁT ÁRAMFELSZÁRTÓVAL, LEVEGŐSZŰRŐVEL, VÍZNYERŐ-BERENDEZÉSSEL, IRÁNYTŰVAL,
LABORRAL ÉS KISZÁRLÓ HELYSÉGEKKEL RENDELKEZIK, MELYEK EREDETÍ ÁLLAPOTUKBAN MARADTAK FENN!
BEJELENTKEZÉS ÉS BŐVEBB FELVÁLOGATÁS:
RADNÓTI MIKLÓS MŰVELŐDÉSI HÁZ • 1214 BUDAPEST, VÉNUSZ U. 2.
TEL.: 278-2757 • E-MAIL: RADNOTIMUVHAZ@CSEPELIVAROSKEP.HU • WWW.CSEPELIVAROSKEP.HU
CÍM: 1214 BUDAPEST, TEJÚT UTCA 12.

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

CSEPELI NYUGDÍJASOKNAK SZÓLÓ INGYENES ÉS KEDVEZMÉNYES PROGRAMJAINK

Tartásjavító gerinctorna: hétfő: 9:45-10:45; péntek: 8:30-9:30

Hatha jóga: kedd: 10.00-11.00

Élettánc: szerda: 9.00-10.30

Örökifjak Klubja: csütörtök: 10.00-11.3

Kedvezményes: Hatha jóga lldivel, és női jóga Krisztivel.

Csütörtök: 8.30-9.30 0

Kézimunkakör: kéthetente péntek: 14.30-16.30

TANFOLYAMAINK
Zumba: hétfő: 18.00-19.00; szerda: 19.00-20.00. Új! Zumba-Gold szerda és péntek 10 órától . Vezeti: Zeitler-Pinelli Andrea 06-30-757-9311

Kung-fu: hétfő, 19.00-20.30; csütörtök: 18.00-19.30. Vezeti Pataki Gábor

Has tánc: kedd, 18.00-19.00 kezdőknek; csütörtök: Pilates-Stretching 18.00-19.00; szintfüggetlen has tánc: 19.00-20.00.

Vezeti: Tóth-Czirják Alíz alicellydance@yahoo.com

GYEREKEKNEK!
Gyermekszínijátászó-foglalkozás keddenként:15.30-18.30. Információ: Varga Balázs balazsvarga.vb@gmail.com
Néptánc: Alsósoknak: hétfő, szerda: 16.30. Vezeti: Kreiszné dr. Pád Sára: 06-30-381-0724.
Felsősöknek: péntek, 17-19.30. Vezeti: Varga Edit 06-30-301-3314

KLUBOK
Mozgásos önismereti foglalkozás: csütörtökön 18 és 19.30 között. Jelentkezés: 06-70-151-8966
AA Klub: szerda, 18.00-19.00 óra

SZABÓ MAGDA
KÖZÖSSÉGI TÉR

Információ: http://www.csepelivaroskep.hu/szabomagda/
https://www.facebook.com/szabomagdakozossagier/

Vincze Angéla

Vallomások

A tárlatot megnyitja
Feledy Balázs művészeti író
Közreműködik
Király Angelika zongoraművész

A kiállítás megtekinthető:
2025. május 30-ig, hétfőtől péntekig 9.00-19.00 óráig, szombaton 9.00-12.00 óráig (előzetes bejelentkezéssel)

Csepel
Szabó Magda
Közösségi Tér

Dobos Magda Művelődési Tér
1214 Budapest, Simon Bolívar sétány 4-8.
Tel.: 355-4032
E-mail: szm.iroda@csepelivaroskep.hu
Hirdetve: csepelivaroskep.hu/tudastudomany/

CSEPELI MUNKÁSOTTHON

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

SZÍNHÁZ Árpilis 29-e, 19 óra: Nevetni kell, ennyi az egész! – kabaré két részben a Pesti Művész Színház előadásában. Fellépnek: Nyertes Zsuzsa, Fogarassy Bernadett, Czető-Fritz Éva, Egyházi Géza, Czető Roland, Várfi Sándor. Jegyár: 6.000,-Ft. Jegyek a Csepel Pláza fotóboltban is megvásárolhatók. • **Árpilis 30-a, 10 óra:** Csipkerózsika – VSG Táncszínház előadása óvodások és kisiskolások részére. Részvételi szándékukat a bodo.jozsef@csmoa.hu email címre várjuk. • **Május 3-a, 18 és 20.30 óra:** A Dumaszház dupla előadásai. Kovács Péter András (KAP) önálló estje. • **Május 9-e, 19 óra:** Férjek a slamasztikában, avagy ártatlanok...? Francia vígjáték 2 részben. Szereplők: Várkonyi András, Borbáth Ottília, Szőke Zoltán, Cseke Katinka, Zsiga László, Nyertes Zsuzsa, Gubik Ági.

PROGRAM Május 10-e, 19.30-22.30: újra zenés-táncos este az Original zenekarral. Jegyár: 2.000 forint. • **Május 17-e szombat 20 – 2 óráig MÁJUSI RETRO DISCO – DJ. RINGÓVAL** Topslágerek a retrótól napjainkig. A rendezvény alatt a büfé üzemel! Kapunyitás 19.30! • **Május 24-e, 11 óra:** Kippkopp a fűben. a Nefelejcs Bábszínház előadása

TAMÁSI LAJOS IRODALMI KLUB Május 13-a, 16 óra: H. Tóth Maja Gondolatok az élet labirintusában és Egri Artúr költő új kötetének bemutatója. Műsorszerkesztő: Lengyel Géza költő

GALÉRIA 21 Kiss Gyula Zsolt, a Csepeli Képzőművész Kör tagjának Felfedezés című önálló kiállítása május végéig tekinthető meg

EGYÉB Újra indult a zumba Tóth Krisztina hivatalos zumba-oktató vezetésével! Minden szerdán 18.30 és 19.30 között. Várjuk a jelentkezőket! • **Nyári drámatábor gyerekeknek** 1000Szin-Házzal június 30. – július 4., illetve augusztus 4-8. között a Munkásotthonban. A drámatáborban sokéves tapasztalattal rendelkező művészek foglalkoznak a jelentkezőkkel. • A Csepeli Munkásotthonban **táncanfolyamok** minden korosztály számára! Jelentkezés, további információk: www.csepelitanciskola.hu • **Senior örömtánc péntekenként 14 és 15.30 között.** 1500 Ft/alkalom. Oktató: Oláhne Roszi Magdolna, tel.: 06-70/269-9273 • **JEGYPÉNZTÁR:** hétfő és péntek 10-12; szerda 16-18 óráig. 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

Csepel legszebb fája 2025 – Döntsünk közösen!

Idén először megválasztjuk Csepel legszebb fáját – és ebben Ön is segíthet!

Hogyan vehet részt?

- Fotózza le a legszebbnek ítélt csepeli fát!
- Küldje be a képet Facebook Messenger üzenetben! Beküldési határidő: **2025. április 30.**
- Szavazás: **2025. május 1-8.**

A legtöbb szavazatot kapott fa elnyeri a „Csepel legszebb fája 2025” címet, és egy emléktáblával is megörökítjük!

Nem tudja a fa fajtáját? Segítünk!

További részletek a Facebook-posztban!

Szavazzunk együtt, és találjuk meg közösen Csepel legszebb fáját!



XXVII. KIRÁLYERDEI ÁSVÁNYKIÁLLÍTÁS ÉS BÖRZE

2025. MÁJUS 10., SZOMBAT 10-17 ÓRA



A belépés ingyenes

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

Álláshirdetés

Montessori Tehetség Óvoda és Bölcsőde
dajka- konyhai kisegítő
munkatársat keres csepeli intézményébe.

Gyermekszerető, kiegyensúlyozott,
mosolygós, kedves kolléga jelentkezését
várjuk jól összeszokott csapatunkba.

A munkakör magába foglalja
az intézményen belüli gyermekgondozási,
takarítási és étkeztetéssel kapcsolatosan
feladatok ellátását.

A munkára főállású pályázók
jelentkezést várjuk, fényképes önéletrajz
megküldésével:
montessoriroda@gmail.com

Bérezés PUÉTV + megegyezés szerint.

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

ÁLLÁS

CSEPELI telephelyünkre, azonnali belépéssel felvesszünk acélszerkezeti lakatos, hegesztőt, műszaki előkészítőt (árkalkulátort). Bér személyes megbeszélés alapján. Tel: 06-30-349-161

SZOLGÁLTATÁS

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

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

EGYÉNI vállalkozások könyvelését, illetve magánszemélyek részére pályázatok elkészítését vállalkozok. Tel: 06-20-390-1077, 06-30-677-8937

FESTÉS-mázolás-tapétázás, kőműves, -burkolatjavítás, díszlécfelrakás, bontás. Tel: 06-30-568-6255

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

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

TETŐDOKTOR! Régi hajlott tetők javítása, cseréje, beázás elhárítás, bádogozás, Lindab tető, új tető cserepezése, kisebb javítások, SOS munkák: 06-20-466-2774

VIHARKÁROK kezelése, veszélyes fák kivágása, koronagyazítás, sövénynyírás, bozótirtás, fűnyírás, fűkaszalás, metszés, permetezés, zöldhulladék elszállítása, kertrotálás, tereprendezés, kertépítés, kerítésfestés, rendszeres kertkarbantartás, elhanyagolt kertek, nyaralók, zöldterületek kezelése. Díjtalan kiszállás! Jakab József, 06-20-327-22-20

FESTÉS-mázolás-tapétázás, laminált padlóaszt és lakás szervizt vállalom! Korrekt áron, garanciával. Keressen bizalommal! +36-20-233-6817

LAKOSSÁGI KLIMÁK SZAKSZERŰ TISZTÍTÁSA! Teljes körű fertőtlenítéssel, az egészség megőrzése érdekében. Délpest és vonzáskörzetében, rejtett költségek nélkül, garanciával! Hétvégén is! 06-30-976-1202

BÚTOR

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

KORREPETÁLÁS

ALSÓ tagozatos eredményes korrepetálását, pótvizsgára felkészítését 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, tyúkszem kezelése, körömszabályozás), esztétikai pedikűr. Kérem hívjon és látogasson el hozzám. Elérhetőség: 06-30-970-4417

HÁZHÓZ MEGYEK! Fogor készítését, javítását vállalom garanciával. Hívjon bizalommal! Telefon: 06-20-980-3957

INGATLAN

ELADÓ ingatlanokat keresek, jelzáloggal terhelt sem akadály. Tel: 06-30-348-0414

RÉGISÉG

RÉGISÉG felvásárlás! Disztrgyárak, festmények, órák, bútorok, porcelánok, ezüst tárgyak. Teljes hagyatékat, akár ki-űrtéssel. Díjtalan kiszállítás. Készpénzfizetéssel. 0620/365-1042 Jakab Dorina antikceg@gmail.com

MEGHÍVÓ
A MÉE 55. VÁNDORGYŰLÉSÉRE

2025. 04. 27. (Vasárnap)
08:00-tól-12:00-ig

A vándorgyűlés helyszíne:
Csepeli Munkásotthon
1215 Budapest, Árpád utca 1.
Földszinti rendezvényterem

Minden gyűjtőt, érdeklődőt tisztelettel varunk rendezvényeinkre!
A belépés díjtalan az eseményre!

Támogatóink:

- XKI CSEPEL
- mée
- PROCOPIUS NUMIZMATIKA
- MONETARIUM
- NUMIS NUMISMATICS
- SM
- NEMETVÖLGYI EREMBOLT

Kapcsolattartó és asztalfoglalási lehetőség:
Mészáros Zoltán
Tel: +3620457 5708
e-mail: zutyi12@gmail.com



Királyerdei Klinika

06 30 951 6541 // 06 1 420 7309
1213 Budapest, Szent István út 248-250.

Ahol semmi sem lehetetlen!

Nőgyógyázat • Üzemorvos

Anyajegy eltávolítás

Plasztikai sebészet

Ultrahangos zsírbontás

Gigi kozmetika

Lézeres szőrtelenítés

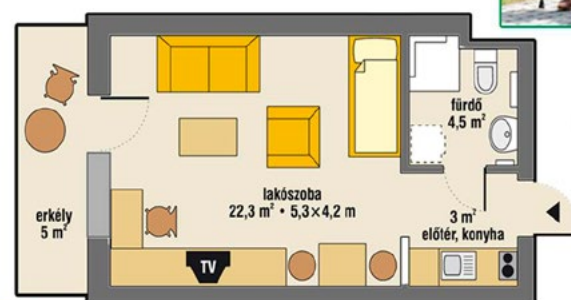
Labor

Töltse gondtalanul nyugdíjas éveit!

Költözzön most várakozás nélkül önálló,
erkélyes 33-51m²-es luxuslakásba!

Amit megtalál nálunk:

- egy és kétszobás apartmanok
- akadálymentes környezet liftekkel
- állandó ápolói/gondozói segítség
- háziorvosi-szakorvosi ellátás
- menüválasztásos és diétás étkezés
- tartalmas időtöltés, napi programok
- gyógytorna, fizikoterápia
- fodrász, masször, pedikűr



Életöröm Idős Otthon és Nyugdíjsház
+3688-688-100 www.eletorom.hu

PINCE
SZÍNHÁZ

MÁJUSBAN AJÁNDÉKOZZ SZÍNHÁZI ÉLMÉNYT ÉDESANYÁDNAK!

Kedves Nézőink!

Májusban teljes árú színházjegy vásárlása
esetén kísérőjük jegyét kedvezményesen,
fél áron vásárolhatják meg.

Így ketten, mindösszesen 7500 forintért
látogathatják színházunk előadásait*.

**A kedvezmény személyes jegyvásárlás esetén
érvényesíthető az alábbi jelszóval!**

„PINCE ANYÁK NAPJA”



ELÉRHETŐSÉGEK
1093 Budapest Török Pál u. 3.
penztar@pinceszinhaz.hu
+36 (1) 218 0116
pinceszinhaz.hu

*A kedvezmény Kamaszharc
előadásunkra nem
érvényesíthető!

Teljes árú jegy / 5000 Ft

Diák jegy / 3500 Ft
(érvényes diákigazolvány felmutatásával)

Nyugdíjas jegy / 3500 Ft
(nyugdíjas igazolvány felmutatásával)

**TOVÁBBI INFORMÁCIÓKÉRT
LÁTOGASSON EL A
PINCESZÍNHÁZ.HU-RA!**



PONTOSAN-GYORSAN-PRECIZEN

Ács-tetőfedő-Bádogos

Régi tetők javítása,
új tetők készítése.

Bádogos munkák, lapostető szigetelés,
beázás javítása, **SOS** megszüntetése!

Munkáinkra és árainkra garanciát vállalunk!

Keressen bizalommal, Csepelen sok referencia munkával rendelkezünk.

www.sos-tetofedes.hu

06 20 616 3462 **Maka Sándor**

ABLAKCSERE AKCIÓ!

Kedvezmény -20%
Nyugdíjasoknak további 5%!



Műanyag ablakok, ajtók:

-Technológiánk által pár óra alatt
egy ház ablakai beépíthetők
még télen is!

-Bontás és falsérülés nélkül is
kitudjuk cserélni a nyílászárókat,
nincs kosz, nem kell festeni!

Bontás esetén
szakszerű faljavítás.
5 év garancia

Redőny, Szúnyogháló:
-Reluxa, roletta, napellenző, szalagfüggöny
-Fa nyílászárók utólagos gépi szigetelése
svéd horonymarásos technológiával.

HÍVJON!

06-30/994-2973

SPIRIT NYOMDA
A CAMPONÁBAN 1. EMELET

ÜZLETDEKORÁCIÓ TERVEZÉS, KIVITELEZÉS

ÚJ! PÓLÓ ÉS MUNKARUHA
NYOMTATÁS, NAGY TÉTELBEN IS

KÉRJ AJÁNLATOT AZ ALÁBBI ELÉRHETŐSÉGEKEN:

+36 70 450-5945

INFO@SPIRITNYOMDA.HU | WWW.SPIRITNYOMDA.HU

Ecseri autóipari céghez operátorokat keresünk.

Munkaidő: 3 műszak 8 óra

Egyéni bejárás.

Bérezés: Bruttó 450.000 Ft

Bónusz: 100.000 Ft

Cafetéria: Próbaidő után

Telefon:

+36-1-433-2659

+36-70-508-3962

PINCE 2025.
SZÍNHÁZ MÁJUS



FERENCVÁROSI PINCESZÍNHÁZ

1093 Budapest Török Pál u. 3.

Telefon: +36 (30) 413 3997

és +36 (1) 218 0116

E-mail: penztar@pinceszinhaz.hu
pinceszinhaz.hu

4. V	15:00	SEMMIT SE BÁNOK
5. H	19:00	LEVELEK ADYTÓL - JORDÁN TAMÁS ÖNÁLLÓ ESTJE
6. K	19:00	KURTIZÁNKÉPZŐ ÁGENS TÁRSULAT
7. SZE	19:00	BENKÓ DIXIELAND BAND DIXIE KLUB
11. V	19:00	MI vagyok
12. H	19:00	KIRAKATBAN AZ ÉGBOLT
	20:30	KATARZIS - SZÍNHÁZTÓL LÉLEKIG
13. K	19:00	MIT MÁSZKÁLSZ MEZTELENÜL!
14. SZE	19:00	BENKÓ DIXIELAND BAND DIXIE KLUB
15. CS	15:00	MIRO GAVRAN: A BABA ELTE GTK TEHÁTRUM TÁRSULAT
	19:00	MIRO GAVRAN: A BABA ELTE GTK TEHÁTRUM TÁRSULAT
17. SZO	15:00	KAMASZHARC
	19:00	MIT MÁSZKÁLSZ MEZTELENÜL!



A műsorváltoztatás jogát fenntartjuk.

18. V	15:00	SEMMIT SE BÁNOK
20. K	19:00	ÉLET-RITMUSRA
21. SZE	19:00	BENKÓ DIXIELAND BAND DIXIE KLUB
22. CS	19:00	KIRAKATBAN AZ ÉGBOLT
25. V	19:00	BÁNYAVIRÁG
26. H	19:00	MI vagyok
27. K	19:00	HAJMERESZTŐ
28. SZE	19:00	BENKÓ DIXIELAND BAND DIXIE KLUB
29. CS	19:00	AZ SEMMI... - KOLTAI RÓBERT ÉS JORDÁN TAMÁS ESTJE
30. P	15:00	FEDÉL NÉLKÜL - ÉV ALKOTÁSA DÍJTADÓ
31. SZO	19:00	KAMASZHARC

**2025. MÁJUS 1.,
CSÜTÖRTÖK**

Csepeli Retró Majális a Daru-dombon

10.00 Óz, a csodák csodája –
mesemusical a Napraforgó
Meseszínház előadásában

11.00 A Hagyományörző
Rendőrszázad
kutyás-bemutatója

11.45 Ismerjük meg
a Hip-Hop táncot
a Dance of Destiny-vel

12.30 Májusfa-állítás a Jupiter
Tagóvoda ovisaival

13.00 Retrósláger platóperti
Holik Csabával

14.00 Naninski & Figaro
cirkuszi kalandjai

15.00 Kívánságszatyor
Bellus Istvánval

16.00 Bíró Csongor Vitéz
Greatest Hits platópertija

17.00 Színpadon a Rock Fanatic

19.00 **KARTHAGO**

További programok:

nosztalgia vidámpark, bábjáték-automata,
régí idők számítógépei és videójátékai, ugrálóvár,
hordóvasút, pedálos retróautók, hajóhinta
és más fajtékok, igazi retróhangulat egész nap!

A rendezvényre a belépés díjtalan. A programváltozás jogát fenntartjuk!

