



# csepeli hírmondó

A XXI. Kerületi Önkormányzat lapja

XVI. évfolyam 14. szám | 2025. július 16.



CSEPELI  
GYERMEK  
SZIGET  
PROGRAM



## JÁTÉKOK, ÉLMÉNYEK, TUDÁS



Klímákat telepít  
az önkormányzat

2. OLDAL



Gubacsi híd:  
meddig bírja még?

3. OLDAL



Tarolt a Halker-KirályTeam  
a jubileumi világkupán

17. OLDAL



# KLÍMÁKAT TELEPÍT AZ ÖNKORMÁNYZAT

Az elmúlt években fokozódott a hőség, nem ritka a negyven fok körüli hőmérséklet, ami komolyan megterheli a szervezetet. A csepeli önkormányzat kiemelt célja, hogy a kerületi intézmények klimatizálása mihamarabb megvalósuljon, hogy a nyári forróság elviselhetőbb legyen.

## MEGKEZDŐDÖTT A MUNKA A SZAKRENDELŐBEN

A Tóth Ilona Egészségügyi Szolgálat (TIESZ) épületének 2018-as klimatizálása elsősorban a váróhelyiségeket, a folyosókat és az orvosi rendelőket érintette, a fejlesztések most folytatódnak. A szakrendelő klimatizálása július közepétől öt ütemben valósul meg. A munkálatok a Görgey Artúr tér 8. szám alatt kezdődnek, és a tervek szerint november 16-áig befejeződnek. Az első ütem július 14-e és augusztus 18-a között valósul meg. Ennek keretében a fogászat, a neurológia, a dietetika és a fül-orr-gégészet I. rendelőjében szerelnek fel klímát. A várótermek egyes részeit, a rendelőket, a mosdókat a munkálatok ideje alatt lezárják, de a szakrendelőben ez idő alatt is folyamatos és zavartalan a betegellátás. Az önkormányzat mobil klímaberendezéseket biztosított a TIESZ számára az ellátáshoz szükséges komfortos környezethez. A kivitelezés ideje alatt a Görgey A. tér 8. szám alatt rendelő fogorvosok a TIESZ harmadik emeletén található szájsebészeti rendelőben és a Görgey Artúr tér 6. szám alatt, az első emeleti gyermekfogászaton látják el a betegeket. A TIESZ egyes szakrendelése átmenetileg az épület más rende-

lőiben működnek, mint ahogy az eddig megszokott volt. A szakrendelések aktuális helyéről a páciensek a betegírányítóban és az intézmény honlapján tájékozódhatnak.

Az önkormányzat a fejlesztéseket tovább folytatja, a Vénusz utcai orvosi rendelő légkondicionálása is rövidesen megkezdődik.

A katasztrófavédelem munkatársainak munkakörülményein is szeretne javítani a kerület önkormányzata, ezért négy klímaberendezést telepítettek a csepeli tűzoltóságon.

## ÓVODÁK: KÉT ÜTEMEN ZAJLIK A KLIMATIZÁLÁS

Az óvodákban is gőzerővel halad a munka. A Csepeli Csodakút Egyesített Óvoda intézményeiben összesen 43 új klímaberendezést szerelnek fel 15 óvodában, két ütemben. A Kádár Katalin Tagóvodában már befejeződtek a munkálatok,



A Kádár Kata óvodában már nem okoz gondot a nagy hőség



A tűzoltóságon szerelik a klímát

a Tátika Tagóvodában pedig elindultak. Az első körben azok az intézmények kerülnek sorra, amelyek a nyári időszakban is ügyletet tartanak, hogy a gyerekek komfortos, hűs termekben játszhasznanak és a dolgozók is kellemesebb környezetben végezhessék a munkájukat.

## ERDŐSOR UTCAI ÚTÉPÍTÉS

Halad a munka az Erdősor utcában, ahol a Tihanyi és Csille utca közötti szakaszt újítyják fel. Jó hír, hogy a szegélyezés is elkezdődik. A beruházás kizárólag önkormányzati forrásból valósul meg.



# GUBACSI HÍD: MEDDIG BÍRJA MÉG?



Július 1-jén, kedden több internetes lapot is megkeresett egy olvasó. Elmondása szerint este vette észre, hogy a Gubacsi közúti híd pesterzsébeti oldalán beszakadt a járda. „*A megrogygyant burkolat balesetveszélyes, előttünk egy futó kis híján kitérte a lábát*” – tette hozzá. Azt is megjegyezte, hogy a járda hétfőn még nem volt ilyen állapotban. A híd kezelője és tulajdonosa a főváros. Szerintük a közúti hídelemmel nincs nagyobb baj, a szerkezet még tíz évig bírni fogja. A járda azonban zárva marad.

A Csepelt Pesterzsébettel összekötő Gubacsi híd csúnyácska, de fontos közlekedési csomópont. Az 1920-as években épült első hídszerkezet helyén a ma ismert híd 1948-ban létesült. Ezt több alkalommal átalakították, bővítették. A szerkezet azonban elöregedett, és komoly kihívást jelent.

A híd leromlott állapota évek óta napirenden van. Valójában pedig nem is egy hídról van szó, és a szakemberek szerint a vasúti híd állapota rosszabb. 2019-ben mégis a közúti híd kapott nagyobb figyelmet. Október 12-én ott tartotta kampányzáróját **Karácsony Gergely**. Fáklyás felvonulással hívta fel a figyelmet arra, hogy a felújítás halaszthatatlan. Bár **Karácsony** másnap megnyerte a választást, a felújítást már nem tartotta fontosnak.

Csak a kormány részéről történt cselekvés, de kevés. A tervezés, engedélyezés, pályázati források keresése és a politikai egyeztetések időszaka telt el, méghozzá a MÁV-hoz tartozó, és rosszabb állapotú vasúti híd miatt.

Most a kánikula hozott új lendületet a tervezgetésbe és ígéretésbe az említett, drámai módon. A járda leolvadása és beszakadása miatt le is zárták a gyalogosforgalmat. A Városi és Elővárosi Közlekedési Egyesület (VEKE) részletes elemzést készített a felújításról, melyben rámutattak: a híd közúti része használható, de a gyalogos felület állapota sürgős beavatkozást igényelne. A VEKE azt is tisztázta: a híd részben fővárosi, részben MÁV tulajdonban van, az üzemeltető pedig a Budapest Közút.



A híd leromlott állapota évek óta napirenden van. Valójában pedig nem is egy hídról van szó, és a szakemberek szerint a vasúti híd állapota rosszabb

A történetek miatt összehívták a Fővárosi Önkormányzat Klímavédelmi és Közlekedési Bizottságát is. Júliusi ülésükön megerősítették: a közúti rész megfelelő ellenőrzés mellett még legalább tíz évig biztonságosan használható, a gyalogosoldalt teljesen újjá kellene építeni. Ez 800 millió forintba kerülne. Ezért a gyalogosforgalmat beláthatatlan időre megszüntették, a járda zárva marad. Cserébe a BKV-buszok a híd két oldala között ingyen szállítják a gyalogosokat, aki pedig feltétlenül gyalog akar menni, a kerékpárutat választhatja.

A MÁV új, nagy teherbírású vasúti hídja a tervek szerint tizenöt méterrel az északi oldal felé épül majd meg, és három év alatt készülhet el. A közúti forgalmat és a közösségi közlekedést ezalatt is fenn kell tartani. Ennek során 2026-ban a saruk cseréje, 2026–2027-ben pedig dilatációs munkálatok várhatók. A közbeszerzést kiírták, de a pályázók számos pontosító kérdése miatt a határidőt kétszer is meg kellett hosszabbítani. Az eljárás eredményessége esetén indulhat a kivitelezés. A fővárosi elképzelések szerint az új vasúti híd mellett hosszabb távon új, kétszer kétsávos közúti híd épülne kerékpárúttal, járdákkal és villamossínekkel. Ezzel zárulna le a déli villamosgyűrű is a 3-as és 17-es villamosokkal. Arra, hogy ez mikor történik, annyi ígéret van, hogy talán a 2030-as években. Talán mielőtt leszakadna a közúti híd is. | TK



# ÚJ KRESZ KÉSZÜL – KERÉKPÁROS SZEMMEL A BIZTONSÁGOSABB KÖZLEKEDÉSÉRT



gázolások jelentős része éppen a kijelölt átkelőhelyeken történik. „A járművezetők gyakran nem állnak meg még akkor sem, ha a gyalogos egyértelműen jelezni akarja átkelési szándékát, ezért sokan már nem is mernek lelépni. A tervezett módosítás szerint a jövőben már a gyalogos szándéka is elsőbbséget élvezne, nem csak a tényleges lelépés” – mondta **Kürti Gábor**. Hozzátette, a zeb-rán való kerékpáros áthaladást is tisztáznák. „Sokan tévesen hiszik, hogy tilos átgurulni, pedig lehet, csak elsőbbsége nincs a kerékpárosnak. A módosítás ezt egyértelműen rögzítené, megszüntetve a félreértéseket” – fejtette ki.

## ELŐZÉS SZABÁLYAI

A hatályos KRESZ csak annyit ír elő, hogy a gépjárműnek „biztonságos oldal-távolsággal” kell előzni a kerékpárost, de ennek mértéke nincs pontosan meghatározva – hívta fel a figyelmet **Kürti Gábor**. A módosítás szerint ez a jövőben sebességhez kötött lenne: 50 km/h alatt legalább 1 méter, afölött pedig 1,5 méter lenne a kötelező távolság. Ugyanakkor egy kivétel is bekerült a tervezetbe: ha az autó legfeljebb 15 km/h-val halad, akkor kisebb távolság is megengedett, ami főként belvárosi forgalomban lehet releváns, ahol gyakran nincs elég hely az előzéshez.

## E-ROLLER: KERÉKPÁR VAGY SEGÉDMOTOR?

A javaslatcsomag egyik fontos eleme a kerékpárosok és e-rollerezők jogállásának tisztázása. A Kerékpárosklub azt szeretné elérni, hogy az elektromos rollereket a sebességük alapján sorolják be: 25 km/h alatt kerékpárként, afölött pedig segédmotorkerékpárként kezeljék őket, hasonlóan az elekt-

romos kerékpárokhoz. A tervezet szerint a kerékpárosok használhatnák a buszvávokat, ami biztonságosabb lenne, mint a gyorsan haladó forgalom és a buszok közötti lavírozás. A kerékpáros utca bevezetése is napirenden van, ahol a kerékpárosoké az elsőbbség, egymás mellett is haladhatnak, és az autók csak vendégként vehetnek részt a forgalomban.

## KERÉKPÁR A JÁRDÁN?

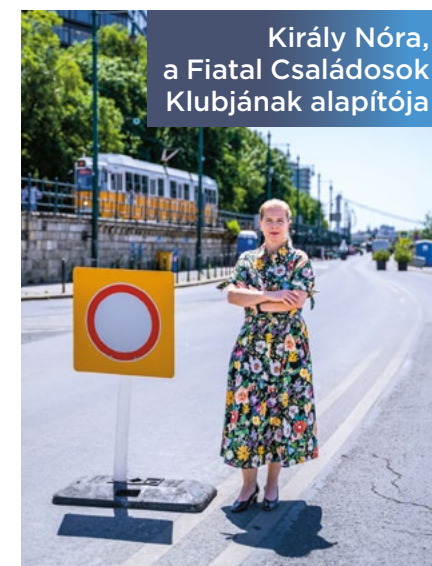
A járdán való kerékpározás sok konfliktushelyzetet szül. **Kürti Gábor** elmondta, a jelenlegi szabályok szerint csak akkor lehet a járdán kerékpározni, ha az úttest alkalmatlan rá, ez azonban gyakran ellentmondásos helyzeteket szül, különösen, ha egy szülő a gyermekével közlekedik. „A járdán való kerékpározás 10 km/h-s sebességhatárral általánosan engedélyezetté válhat, ami megoldaná a gyerekekkel közlekedő családok problémáját is” – mutatott rá. Hangsúlyozta, még nincs elfogadott jogszabályszoveg, csak javaslatokról folynak az egyeztetések, amely folyamatban több mint nyolcvan szervezet vesz részt. A végleges szöveget a tervek szerint a teljes nyilvánosság elé tárják, hogy ne csak szakmai szervezetek, hanem bárki – akár egy hétköznapi közlekedő is – elmondhassa róla a véleményét, és csak ezután kerülhet a kormány asztalára.

| Lass Gábor



## ONLINE TILTAKOZÁS A FŐVÁROSI KÖZLEKEDÉSI KÁOSZ ELLEN

A Fiatal Családok Klubja (Ficsak) online aláírásgyűjtést indított annak érdekében, hogy a budapesti közlekedési nehézségek enyhüljenek. A kezdeményezés célja, hogy a főváros vezetése nyissa meg ismét az autósok számára a pesti alsó rakpartot hétköznapiakon, valamint a nyári felújítások idejére tegye lehetővé a közúti áthaladást a Lánchídon is.



Király Nóra,  
a Fiatal Családok  
Klubjának alapítója

Az aláírásgyűjtés rövid idő alatt széles körű figyelmet kapott a médiában, mivel a budapesti közlekedés az elmúlt hetekben sokak számára vált kiszámíthatatlanná. A rakpart lezárása, a Lánchíd korlátozott használata és a város több pontján zajló felújítások miatt a forgalom gyakran teljesen megbénul, még a nyári időszak ellenére is. A mindennapos torlódások nemcsak az autós közlekedést nehezítik, hanem komolyan megterhelik a családok napi életét, az áruszállítást, a közösségi közlekedést.

**Király Nóra**, a Ficsak alapítója szerint a rakpart a város alpinfrastruktúrájának része, nem pedig hétköznapi piknikhely. Úgy fogalmazott: nincs elfogadható magyarázat arra, miért kell harmincfokos melegben lezárni egy fontos közlekedési útvonalat olyan közösségi programok miatt, amelyeket a hőség miatt senki nem látogat. A szervezet tapasztalatai szerint egyre többen panaszkodnak arra, hogy a közlekedési helyzet ellehetetleníti a munkába járást, a gyerekek napközis táborba juttatását vagy akár az egyszerű ügyintézését is. Az aláírásgyűjtés a [ficsak.hu/rakpart](https://ficsak.hu/rakpart) weboldalon érhető el.



Az önkormányzat által tavaly felújított Táncoló lány-szobor környezetét mostantól új, nagyméretű festmények díszítik, amelyek Szent László királyt ábrázolják. Az alkotó Kányi József, a Városgazda címfestő munkatársa

## Úárjuk 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 összejöveten, hogy újra találkozzanak egymással, a régi kollégákkal. Célunk, hogy összehozzuk a csepelieket egy kis nosztalgiára, kötetlen beszélgetésre.

A találkozó **2025. szeptember 12-én, pénteken, 10 és 16 óra között** lesz a Királyerdei Művelődési Házban. A részvételhez előzetes bejelentkezés szükséges.

Regisztrálni **július 21-től** lehet telefonon – hétfőtől péntekig 8 és 16 óra között – a **06-70-903-9960-as** számon, illetve a [kiralyerdeimuvhaz@csepelivaroskep.hu](mailto:kiralyerdeimuvhaz@csepelivaroskep.hu) e-mail címen.

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](mailto:kiralyerdeimuvhaz@csepelivaroskep.hu) • [csepelivaroskep.hu](mailto:csepelivaroskep.hu)





# SEMMELWEIS-NAP: KÖSZÖNET ÉS HÁLA



A hagyományokhoz hűen idén is köszöntötték a kerület egészségügyi dolgozóit Semmelweis-napon. A programot ezúttal a Kolonics György Szabadidőközpontban tartották, ahol szakmai elismeréseket adtak át.

**Borbély Lénárd** polgármester köszönetet mondott a kerület egészségügyi dolgozóinak áldozatos munkájukért, melyet a csepeli betegellátásért tesznek. **Vámosi Ágnes** főigazgató aszszony beszédében megidézte **Semmelweis Ignác** küzdelmes életét, munkásságát. Hangsúlyozta: „*Semmelweis életútja ma is időszerű és örök érvényű tanulságokat hordoz a világ számára. Az egészségügy ma is kiemelten nehéz ágazat és küzdelmes terep. E hivatás azonban nem munka, hanem küldetés.*”

Semmelweis-nap alkalmából polgármesteri elismerésben részesültek a következők: **Balikóné Farkas Andrea, dr. Gönczy Géza, Holl Lászlóné, Jeneiné Faragó Anna, dr. Kerényi János** és **Szűcs Ilona**.

A Segítség Köve Alapítvány jóvoltából 1,1 millió forint értékben illatszereket és Béres Cseppet tartalmazó ajándécsomagokat kaptak az egészségügyi dolgozók.

## A DÍJAZOTTAKAT KÉRDEZTÜK

**Holl Lászlóné, Ildikó** titkárságvezető. 1984. szeptember 1-jén kezdte meg munkáját a Csepeli Kórházban mint adminisztrátor és titkárnő. A Szakorvosi Rendelőben 1995 óta dolgozik. Munkája túlmutat a titkársági feladatok elvégzésén, hiszen jól ismeri a kerület minden orvosát és az egészségügyben dolgozó munkatársakat. Kivételes türelme és diplomáciai érzéke nagyban hozzájárul ahhoz, hogy az intézmény működése hatékony és harmonikus legyen.



„Pesterzsébeten a Varga Jenő Közgazdasági Szakközépiskolában tanultam. Ez egy jó hírű, erős iskola volt, sorban álltak a munkáltatók a végzős diákokért. Rám a harmadik évfolyam után egy külkereskedelmi vállalatnál vártak. Az osztályfőnököm azonban jelezte, hogy a Csepeli Kórház főigazgatóságán egy ilyen végzettségű munkavállalót keresnek. Az akkori főigazgató felesége is tanárnő volt az iskolánkban. Kérte, hogy csöngessek be hozzájuk, ha arra járok. Éppen strandolásból tartottam haza a barátnőmmel, udvariasságból eleget tettem a kérésnek. A tanárnő jelezte, hogy jó lenne, ha azonnal be tudnék menni a kórházba. Mivel nem éppen állásinterjúra készültem, ezért sortban, fapapucsban jelentem meg, sőt az ezt megelőző Duna-parti gyaloglás eredményeként még a lábam is koszos volt. De ettől még alkalmaztak, azóta is itt vagyok. Furcsa volt, hogy az egészségügybe kerültem, de beleszerettem ebbe a világba. Mindig ragaszkodtak hozzám a főnökeim, megbecsültek, a kollégáimmal jó a kapcsolat. Nagyon megtisztelő a díj, nagyon örülök, jóleső érzés, hogy elismerik a munkámat.”

**Dr. Kerényi János** szülész-nőgyógyász főorvos 1975-ben szerzte meg diplomáját. Néhány nappal később már munkába állt a Csepeli Kórházhoz tartozó szülészeti-nőgyógyászati osztályon. Az eltelt ötven év alatt a csepeli lányok és asszonyok orvosa lett. Pályafutása generációkon át ível, a szakrendelő oszlopos tagja, egyik legelismertebb orvosa.



„Édesapám majd negyven évig dolgozott a Weiss Manfréd Kórházban, belgyógyász-labororvos volt. Amikor elvégeztem az egyetemet, szóba került, hogy a kórházban helyezkedem el. Első nekifutásra sebésznek készültem, de nem volt sebészi állás, így a szülészeti-nőgyógyászati osztályra kerültem. Megszerettem ezt a szakterületet, ebből szakvizsgáztam. Ötven év nagyon nagy idő, Csepel lakosságának nagy része nálam született, ezerig még számoltam a gyerekeket. Volt olyan is, hogy egy családon belül több generációnak is én vezettem le a szülését. Ha újra-kezdhetném, ismét ezt a hivatást választanám, mert bár nagyon sok odafigyelést, körültekintést igényel, igazán szép pálya. Kollégáimnak is köszönettel tartozom, hisz sok segítséget, tudást kaptam tőlük az évek során. Jóleső érzés, nagy öröm számomra ez az elismerés, hisz annyi minden történt ez alatt az ötven év alatt, hogy regényben is nehéz lenne összefoglalni.”

**Szűcs Ilona** laboratóriumi szakasszisztens szakmai tapasztalatait a laboratóriumi hálózatban szerezte. Pályafutása alatt kórházi, ügyeleti és szakrendelői területen is dolgozott. Évekig volt az egyik magánlaboratóriumi hálózat központi mikrobiológiai egységének vezető asszisztense. Részt vesz az ágazati képzésben, a laboratóriumi asszisztensek oktatásában

nemcsak oktatóként, hanem vizsgáztatóként is.



„Már gimnazista koromban nagyon érdekelt a kémia és a biológia. A középiskolai tanulmányaim megalapozták mindazt, amivel ma foglalkozom. Nagyon jó tanáraim voltak, sok izgalmas ismeretet, tudást adtak át, így hamar eldöntöttem, hogy laborban szeretnék dolgozni. 1987-ben kerültem a Csepeli Kórházba, ahol a szakmai alapismereteket egy nagyszerű közösségben sajátíthattam el, amiért hálás vagyok mindenkinek, aki támogatott és segített a céljaim elérésében. 1998-ban a szakrendelői laboratóriumban, majd 2000 szeptembertől a magánszférában, szintén laboratóriumi területen folytattam a munkám, és 2017-ben jöttem vissza a Tóth Ilona Szakrendelő Intézetbe. Úgy érzem, minden szépségét felfedeztem, megtaláltam a szakmának. A mikrobiológián, a klinikai kémián keresztül gyakorlatilag minden szakmai területre volt alkalmam rálátni. Számomra onnantól kezdve szép ez a szakmai terület, hogy felveszem a betegek adatait, a beutaló orvos által kért vizsgálatokat a rendszerbe, a folyamat végén pedig jó érzés, hogy látom a laboreredményeket. Bízom benne, hogy a munkámmal segíthetek abban, hogy a páciensek közelebb kerüljenek a gyógyuláshoz. Az elismerés nagyon meglepett, váratlanul ért és izgalommal töltött el, hisz nem túl gyakran adatik meg, hogy ilyen kitüntetésben részesüljek.” PE

## LEZÁRULT A JÓTÉKONYSÁGI TÁRLAT

Lezárult a Kompanya Alapítvány jótekonysági kiállítása, melyet **Szilágyi Péter** amatőr festőművész felajánlásának köszönhetően rendeztek meg a Csepeli Munkásotthonban. A festményekből befolyó összeg teljes egészében a Kompanya Alapítvány működéséhez járult hozzá. A tárlaton egy meglepetésalkotás is kiállításra került, melyet egy tehetséges, de nehéz körülmények között élő középiskolás tanodás fiatal készített. A kép vételárából a diáklány kollégiumi és iskolai étkezését támogatták. „Összességében 430 ezer forintos bevétellel zárult a tárlat. Ez volt az első ilyen jellegű akció, melynek a művészeti érték mellett számos hozadéka is volt” – hangsúlyozta **Ladányi Erika**, a Kompanya Alapítvány kuratóriumi elnöke. Hozzátette, a tanoda életében is megkezdődött a nyári szünet, indulnak a táborozások. A balatoni üdülések mindig az örömteli együttlétről, kikapcsolódásról szólnak. A gyerekek jól teljesítették a tanévet, így most a megérdemelt pihenés a főszerep.

## „FOGADJ ÖRÖKBE EGY FÁT!” FELHÍVÁS



### TISZTELT CSEPELIEK!

„Fogadj Örökbe egy fát” programunkat 2025-ben is folytatjuk!

Azon **háztulajdonosok vagy társasházi lakók** jelentkezését várjuk, akik kerületünk és közvetlen lakókörnyezetük szépítésében aktívan szeretnének részt venni.

Az örökbefogadók által kért közterületi helyszínekre új fákat ültetünk, **a fák további öntözését, ápolását az örökbefogadók vállalják.**

**A fák elültetését,** az ehhez szükséges gödör kiásását, a talajcserét, a tápanyagpótlást, a támrúdhoz való kikötözést és a szalagozást **a Csepeli Városgazda Zrt. kollégái végzik el 2025. november és 2026. március között.**

A beérkező jelentkezéseket a következő nyugalmi időszakban, 2025 ősze és 2026 tavasza között tudjuk figyelembe venni.

*Borbély Lénárd*

**Borbély Lénárd**  
Csepel polgármestere



A JELENTKEZÉSI LAPOK BEADÁSI HATÁRIDEJE:

**2025. AUGUSZTUS 31.**

A **jelentkezési lap beszerezhető** a Csepeli Városgazda Közhasznú Nonprofit Zrt. Ügyfélszolgálati Iroda 1-es ablakánál ügyfélfogadási időben vagy letölthető a [www.csepel.hu](http://www.csepel.hu) vagy a [www.varosgazda.eu](http://www.varosgazda.eu) weboldalról.

A **kitöltött jelentkezési lap benyújtható** személyesen az Ügyfélszolgálati Irodán (1215 Budapest, Katona József utca 62-64.) ügyfélfogadási időben, vagy a [fogadjorokbe@varosgazda.eu](mailto:fogadjorokbe@varosgazda.eu) e-mail címen.

A program lebonyolítását a Csepeli Városgazda Közhasznú Nonprofit Zrt. Zöldterület-fenntartási Osztályának munkatársai végzik. Kertész szakembereink a felmerülő gondozással kapcsolatos kérdésekben szívesen adnak tanácsot és nyomtatott tájékoztatót is biztosítunk a programban részt vevők számára.



# JÁTÉKOK, ÉLMÉNYEK, TUDÁS: ELINDULT A NAPKÖZIS TÁBOR

Megújult programokkal, minden héten izgalmas, tematikus foglalkozásokkal várja a gyerekeket a nyári napközis tábor egészen augusztus közepéig.

## ELSŐ HÉT: A HELYI ÉRTÉKEK JEGYÉBEN

A helytörténeti hét gazdag programkínálata rengeteg izgalmas élményt tartogatott a gyerekek számára. A kerület történetével, természeti és kulturális értékeivel ismerkedhettek meg a táborozók. A hét minden napja egy-egy tematikus utazásra hívta a résztvevőket. Íjászat, guruló múzeum, kézműves-foglalkozások, régi játékok felelevenítése, állatsimogató, akadálypálya, air-soft, galambroptetés és számos izgalmas kaland várta a táborozókat. Többek között kipróbálhatták, milyen jurtát építeni, megismerkedhettek a kovácsmesterséggel.

Várhelyi Gabriella, a tábor vezetője lapunknak elmondta, jól indult a táborozás. Az előző évekhez képest változás, hogy korosztályonként alakították ki a csoportokat. A helytörténeti héten 200 fős volt a gyereklétszám, az alsó tagozatosok voltak többségben. Délelőtt 9 és 11:30 óra, délután pedig 13:30 és 15 óra között színes programok várták a gyerekeket. Ezen belül pedig nyolc-tíz állomás tette még kalandosabbá a táborozást. A programokat a nagy melegben sátor alatt tartják. „Úgy látom, a gyerekek nagyon élvezik a tábort. Mindennap élménynaplóval zárjuk a programokat, így a tábor végére saját készítésű emlékkönyvvel térhetnek haza” – tette hozzá Várhelyi Gabriella.

A helytörténeti tábor célja, hogy játékos formában fejlessze a gyerekek tudását, kreativitását, közösségi érzését, helyi kötődését. A szervezők törekedtek arra,

hogy a szórakozáson, játékon túl a gyerekek valóban minőségi időt töltsenek a táborban, nagy hangsúlyt fektettek az ismeretterjesztő, hagyományörző programokra. „A táborozók rengeteg új élménnyel gazdagodva térhetnek haza” – mondta Horváthné Csikós Ilona, a program koordinátora, a Királyerdei Művelődési Ház intézményvezetője. Együttal hozzátette, jól sikerült a hét, a résztvevők a sokszínű foglalkozásokon keresztül betekintést kaphattak a kerület múltjába, történetébe.

## KADÉTOK TORNÁJA

A hét egyik legkedveltebb programját a kadétkok tartották. A gyerekek szívesen ismerkedtek a katonaélettel. A Weiss Manfréd iskola végzős diákjai izgalmas állomásokkal készültek a gyerekek számára. A tájékoztató feladatban az égtájak megismerésén volt a hangsúly. Kipróbálhatták, milyen alakzatban mozogni, sorversenyeken részt venni, metndalt tanulhattak, ugyanakkor megismerkedhettek a kadétkok felszerelésével, élethű fegyvereivel is.

## KISTUDÓSOK HETE

A gyerekek a táborozás második hetében a Kvalitás Alapítvány jóvoltából játékos formában ismerkedhettek meg a természettudományok világával. Az első nap a logikai kihívásokról szólt. Izgalmas, óriás méretű játékokkal fejlődhetek a gyerekek, a hatalmas plüsshamburgertől kezdve a logikai párnacsatáig rengeteg érdekes eszköz

varázsolta el a táborlakókat. A csütörtök a tudományokról szólt. A gyerekek nagyon élvezték a programot: vulkánkitörést szimuláltak szárazjéggel, csirkelábat boncoltak, Öveges József kísérleteit csodálhatták meg, gyufarejtvényekkel, 3D-nyomtatással ismerkedtek, naptávcsöveztek, zsonglörködtek, a kisebbek asztali logikai játékokkal játszhattak. | Potondi Eszter



fotó: Milkovics

## Táborozási támogatás

A csepeli önkormányzat idén is táborozási támogatást nyújt a rászoruló családok általános és középiskolás gyermekeinek. A támogatás igényelhető nyári táborozáshoz, osztálykiránduláshoz, erdei iskolához vagy edzőtáborhoz is. A jelentkezés jelenleg is tart. A feltételekről és a szükséges nyomtatványról a [www.csepel.hu](http://www.csepel.hu) oldalon, a Családtámogatási Iroda oldalán adnak tájékoztatást, illetve telefonon a **427-6100/235-ös** melléken.



fotó: Tóth Beáta



A napközis tábor az önkormányzat szervezésében zajlik, a gyerekek jelképes összegért tölthetik itt a vakációt

# HAJÓMODELL VILÁGBAJNOKSÁG

2025. augusztus 4-10. | Királyerdei Művelődési Ház  
1213 Budapest, Szent István út 230.

A rendezvény fővédnöke:  
Borbély Lénárd,  
Csepel polgármestere

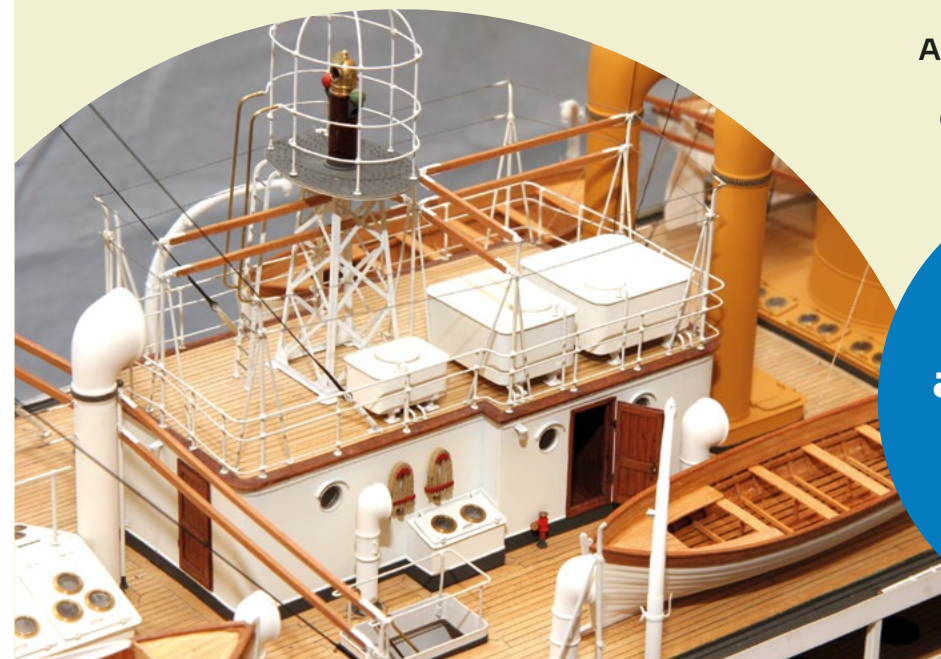


A rendezvény  
ingyenesen látogatható!

Nyitva:  
augusztus 5-9.:  
10-18 óráig,  
augusztus 10.:  
10-14 óráig



Hajómodellezők  
Világszövetsége





# Fedezd fel a Kis-Duna-part kincseit!

Csepel legújabb tanösvénye téged is vár!

Fedezd fel a természet titkait a Kolonics György sétány mentén vezető tanösvényen.

- Interaktív állomások kicsiknek és nagyoknak
- Séta a varázslatos Kolonics György sétány állomásain
- Játékos tanulás
- A természet tanít. Hallgasd meg, mit mesél!

Helyszín: Kolonics György sétány és Kis-Duna liget



Kiknek ajánljuk?  
6-14 éves gyermekeknek, iskolai csoportoknak, családoknak és természetkedvelőknek, illetve mindenkinek, aki szeretne tanulni és kapcsolódni egyszerre.



A tanösvény a Közös Csepelért Polgári Egyesület kezdeményezésére készült

Budapest XXI. Kerület Csepel Önkormányzata

## KADÉTOK A TŰZOLTÓ-LAKTANYÁBAN

A Weiss Manfréd iskola rendészeti tanulói egyhetes nyári szakmai gyakorlatukat töltik a csepeli tűzoltólaktanyában július közepén – mondta érdeklődésünkre **Pistai Ferenc** tűzoltó őrnagy, a csepeli laktanya parancsnoka. A Weiss Manfréd iskola tanulói a tűzoltók munkájával, feladataival ismerkedtek meg. Megtanulták, hogyan történik a gyakorlatban a riasztás, az életmentés, a tűzoltás és a katasztrófavédelem a legkülönbébb helyzetekben. Legutóbb a csepeli tűzoltóság által szervezett hagyományos gyermeknapon vettek részt bemutatókon a laktanyában. Itt szó esett arról, mi a teendő egy balesetet szenvedett járművezető mentésében. Hogyan lehet a leghatékonyabban és legkörültekintőbben eljárni, hogy a sérülteket kiszabadítsák az összeroncsolódott gépjárműből. A hivatásos tűzoltókkal közösen mutatták be a tűzoltás menetét. Speciális esetben habgenerátoros oltást alkalmaznak, amelyet zárt helyiségekben, például pincék elárasztásában vetnek be. A kadétkok ismereteket szereztek a katasztrófavédők felszereléséről és felpróbálták speciális öltözetüket is. | Cs.A.



fotó: Tóth Beáta

## KÖLYÖKNAPOK A STRANDON

Július első szombatján színes programokkal várta a gyerekeket a strandfürdő. A csepeli lacmímkártyával rendelkező 14 év alatti gyerekek ingyen vehettek részt a rendezvényen. Több mint 150 gyerek élvezhette a strandolás mellett a kreatív foglalkozásokat, többek között legyezőt készíthettek és homokvárat is építhettek. Legközelebb július 19-én, szombaton lesz Kölyöknapok a csepeli strandon, de augusztus 10-én és 16-án is csatlakozhatnak az érdeklődők a programhoz.

## KUTYAMELEG: MIRE ÜGYELJÜNK?

A hőség nemcsak az emberek, az állatok szervezetét is megviseli. A forró napokon érdemes jobban odafigyelni kedvenceinkre. Nagy Vilmos állatvédelmi tanácsnokot arról kérdeztük, hogyan bánjunk az állatokkal a nagy melegben.

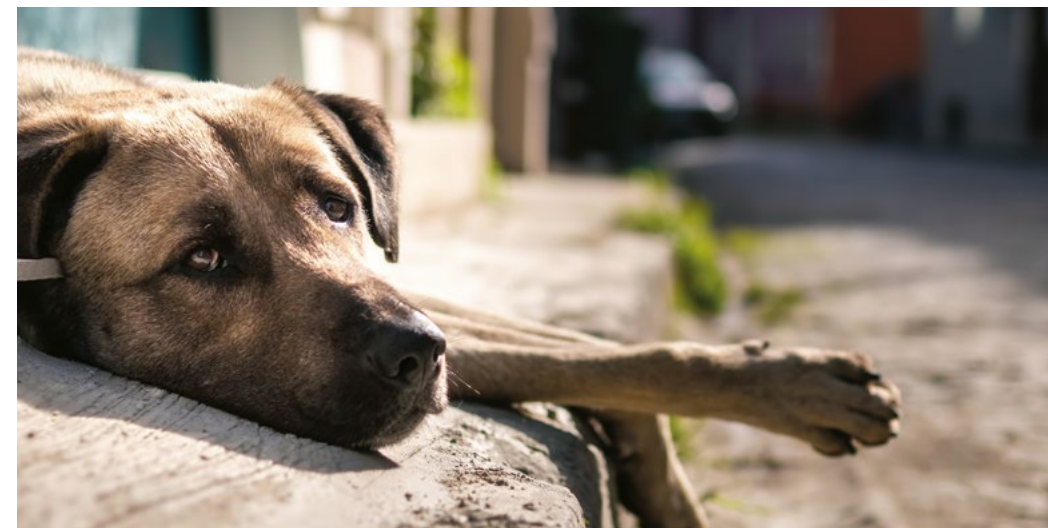


fotó: Hajdu Agnes

„Lehetőleg korán reggel és későn este sétáltassunk kutyát, ekkor már elviselhetőbb a meleg, a beton sem tűzforró. Mindig legyen friss víz a kutya előtt, kertben tartott ebeknél árnyékba helyezzük a tálat, hogy a víz ne melegedjen fel. Ha hajlamosak feldönteni az itatót, akkor érdemes legalább két tálkát kihelyezni erre a célra. Séták alkalmával is vigyünk magunkkal mobilitatót. Ha a lakásban nincs légkondicionáló, húzzuk el a sötétítőt, a redőnyt, a kutyát pedig engedjük be a lakás leghűvösebb helyiségébe” – javasolja Nagy Vilmos. Kiemelte, ügyeljünk arra, hogy tűző napon lévő autókba, szobákba véletlenül se zárjuk be az állatot. „A kutyák nem tudnak izzadni, csak a nyelvükön és a talpukon keresztül adják le a hőt, könnyen hőgutát kaphatnak. Ha a baj megtörtént, a kutya sokkos állapotba került, szédeleg, kókad, lógatja a fejét, akkor érdemes árnyékba vinni, fokozatosan hűteni. A legjobb, ha egy nedves törölközőt a hasa alá helyezünk. Ne itassuk azonnal, mert ha magától nem tud inni, könnyen félrenyelhet, lehetőleg a szája környékét vizezzük be. Ha jobban van, fontos, hogy állatorvoshoz forduljunk. Ilyenkor a kutya infúziót kap, hogy a hőháztartás-

egyensúlya helyreálljon. A macskáknál is hasonlóan járunk el, mint a kutyáknál, a nagy meleget ők sem bírják, igyekezzünk óvni őket” – tette hozzá.

„A madarak pontosan tudják hova menjenek inni, ha mégis látunk egy madarat, fiókát, ami gyengélkedik, akkor ne itassuk, etessük, inkább vigyük be a hűvösbe. Vannak madárvédő egyesületek, akik szakszerű segítséget nyújtanak ilyen helyzetben. A kertbe tehetünk vizet a sünöknek, madaraknak, rovaroknak is, de ügyeljünk arra, hogy folyamatosan cseréljük, mert a szúnyoglárvák elszaporodhatnak benne” – hangsúlyozta Nagy Vilmos. Egyúttal hozzáfűzte, célszerűbb egy lapos tál vagy egy olyan edény, melynek a közepére követ helyezünk, ha az állat véletlenül beleesne, könnyen ki-mászhatson belőle. | P.E.



## Aranylakodalom Csepelen

Csepel önkormányzata várja azok jelentkezését, akik 2025-ben ünneplik házasságkötésük 50., illetve 60. évfordulóját, s szeretnék azt – a polgári házasságkötés szertartása szerint – Borbély Lénárddal, Csepel polgármesterével megerősíttetni.

Jelentkezni az alábbi adatok megküldésével lehet:

- Férj neve, feleség neve (leánykori név)
- Lakcím
- Telefonszám

Kérjük, hogy a jelentkezés mellé csatolják a házassági anyakönyvi kivonat másolatát, az együtt töltött évtizedek rövid, egyoldalas történetét, és egykori esküvői fotójukat, melyet vissza fognak kapni a jelentkezők.

**Cím:** 1211 Budapest, Szent Imre tér 10., Anyakönyvi Iroda

**Jelentkezési határidő:**  
2025. augusztus 6., szerda

**A program tervezett időpontja:**  
2025. szeptember 12., péntek

Kérjük, a borítékra írják rá: „Aranylakodalom Csepelen”





## 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 dolgozóját.

Várjuk azok jelentkezését, akik 1989 előtt hosszabb ideig csepeli üzemekben – **Csepeli Papírgyár, Csepeli Szabadkikötő, 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 **2025. szeptember 13-án (szombaton), 10 és 16 óra között** lesz a Királyerdei Művelődési Házban. A részvételhez előzetes bejelentkezés szükséges. **Regisztrálni július 21-től** lehet telefonon – hétfőtől péntekig 8 és 16 óra között – a **06-70-903-9960**-as 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



Csepel napja korábbi képeinken:  
az Omega és a Bikini együttes is fellépett



## NYÁR, SZÜLETÉSNAP, DÍSZPOLGÁROK, KONCERT

A hagyományokhoz hűen július 18-án ismét megrendezik Csepel napját. 2012-ben kétnapos rendezvénysorozattal ünnepelte a kerület Csepel újjáépítésének 300. évfordulóját. „*Egy este, amely közösségünkről, értékeinkről és szeretett közös otthonunkról szól, hiszen több mint három évszázaddal ezelőtt, 1712-ben, ezen a napon történt meg Csepel község újrateremtése*” – írja **Borbély Lénárd** polgármester közösségi oldalán.

Csepel napján kerül sor a díszpolgári kitüntetések ünnepélyes átadására is. Ezzel az elismeréssel mondanak köszönetet azoknak, akik kiemelkedő módon szolgálták a kerület közösségét. Az ünnepi program csúcspontja pedig az esti nagykoncert. Az elmúlt években számos együttes adott nagy sikerű koncertet ezen a napon. Többek között: a Bon-bon, az Edda, a Bagossy Brothers Company, az Omega és a Beatrice is.

Csepel Napján **lezárássra és terelésre kell számítani, mely 2025. július 18-a hajnali 1 órától július 19-e hajnali 4 óráig tart.** A lezárással érintett útszakasz: a Szent Imre tér II. Rákóczi Ferenc út és a Kossuth Lajos utca közötti szakasz. Információ: Csepeli Hírmondó Facebook oldala, csepel.hu.

# TANULJON VELÜNK ANGOLUL!

## KEDVEZMÉNYES NYELVTANFOLYAM CSEPELEN

2025 ŐSZÉN CSEPEL ÖNKORMÁNYZATÁNAK TÁMOGATÁSÁVAL  
**KEDVEZMÉNYES ÁRON, FELNŐTTEKNEK SZÓLÓ ANGOL NYELV-  
TANFOLYAM INDUL!**

HA SZERETNE TANULNI, FEJLŐDNI, VAGY CSAK VISSZARÁZÓDNI  
AZ ANGOL NYELVBÉ, ITT AZ IDŐ: SOSEM KÉSŐ ELKEZDENI VAGY  
ÚJRAKEZDENI.

**TANFOLYAM:** 10 hét, 60 óra, kiváló tanárok, jó hangulat

**DÁTUM:** 2025. szeptember 15. – december 7.

**IDŐPONTOK:** Hétköznap délelőtti, délutáni és hétvégi  
időpontokban – rugalmas beosztással

**HELYSZÍN:** Csepeli Napközis Tábor (Hollandi út 18.)

**SZINTEK:** Kezdő • újrakezdő • alapfok (szintfelmérő alapján)

**LÉTSZÁM:** Összesen legfeljebb 60 fő – kis létszámú csoportokban

**KEDVEZMÉNYES 10 HETES TANDÍJ:** Csak 49.900 Ft (831 Ft/óra),  
ami két részletben fizethető, a fennmaradó összeget  
Csepel Önkormányzata átvállalja

**JELENTKEZÉSI HATÁRIDŐ:** 2025. augusztus 15.

**JELENTKEZÉS ÉS RÉSZLETEK:** **CSEPEL.HU**

TOVÁBBI INFORMÁCIÓ: **ANGOL@VAROSFEJLESZTES21.EU**

BUDAPEST XXI. KERÜLET CSEPEL ÖNKORMÁNYZATA





## EGYHÁZI ÉLET

## ÉBRESZTŐ!

Az ember testi-lelki egészségéhez hozzátartozik az, hogy ki tudja magát aludni. Minél többet alszik valaki éjjél előtt, annál kipihentebben ébred az ember, főleg, ha magától kel fel. De ez nem mindig sikerül. Ha időre kell menni, szükséges, hogy valami ébresszen. Évszázadokig ez a kakas volt, illetve kelt és feküdt az ember a Nappal együtt. Így óráátállítási probléma sem volt. Ugyanakkor, ha a kakas elaludt vagy belekerült a levesbe, már nem kukorékolt. Így jött helyette a vekker. A jó csörgős-zörgős hangra az ember 200-as vérnyomással ugrott ki az ágyból. Manapság legtöbbször telefonra kelnek, lágy zenére, vagy márdáhangra, vagy – bármire. Gond akkor van, ha valaki nem akar kelni és következetesen lenyomja az ébresztést, kikapcsolja a szundi üzemmódot. Mintha rólunk szólna a Példabeszédek könyve 24.: „Még egy kis álom, még egy kis szunnyadás, még egy kis kézősszetevés. És így jön el romlásod és szegénységed.” Bár Salamon király egy lusta emberről írta ezt, ma az ember nem is tudna nagyon lusta lenni, annyi dolog, tennivaló van. Ebből persze van hasznos és még több fölösleges. De nem baj, ha magunkra vesszük ezt a bibliai igét, mert van lelki lustaság is. Amikor az ember Isten nélkül él, szavát nem veszi komolyan, halogatja az imádságot. S nem keresi az Urat, Teremtőjét. S bekövetkezik, amit Salamon látott a lusta ember földjén: a kerítés bedült, a gaz magasodott. Azaz dolgaink szétfolynak, a család szétesik, az ember lerobban. Úgyhogy Ébresztő! Nem kakasra, telóra, hanem Jézus szavára: „Egy a szükséges dolog.” Hogy az embernek legyen ideje (erre van a vasárnap, az Úrnapja) egy kicsi megpihenni, lenyugodni, örökkévaló dolgokkal is foglalkozni. Az Úrra hallgatni. Hogy menyeyi kapaszkodót találjunk, erőt merítsünk.

Temesvári Imre plébános,  
Budapest-Csepel-Királyerdői  
Református Egyházközség

NÉPTÁNCFESZTIVÁLON  
A CSEPELI EGYÜTTESEK

Június utolsó hétvégéjén a Csepel Táncegyüttes és a Kokányok Egyesület Egerben járt a XIX. Szederinda Nemzetközi Néptánc Fesztiválon. Az együttesnek mindig nagy öröm visszatérni ide, hisz a szép helyszín és a kiváló hangulat mellett évről évre új nemzetek táncaival ismerkedhetnek meg. A péntek este fellépéssel indult, kalocsai koreográfiájukat adták elő, majd az este egy kellemes hangulatú görög tánccházsal zárult. A szombati megmérettetésen az együttesek férfi tagjai a „Lassú magyar barátság, avagy Bonchida Válaszúton”, míg a lányok a „Fiúk nélkül is tudunk mulatni” című rábaközi koreográfiájukat mutatták be. Mindkét produkció elnyerte a közönség tetszését. Az esti felvonulás és gálaműsor jó hangulatban telt, kivonult a város apraja és nagyja. A főtéren elhangzó köszöntők után indult az esti műsor, ami igazi örömtánc volt, majd az eredményhirdetés. A lányok produkciója a közönség mellett a zsűri tetszését is elnyerte – koreográfiadíjban részesültek. Az együttesek másnap vidáman és élményekkel teli tértek haza, utazásukat a csepeli önkormányzat a kerület kisbuszával segítette.

STRANDKÉZILABDA DIÁKOLIMPIA:  
CSEPELI DIÁKLÁNY A TORNA LEGJOBBJA

Szép eredményt ért el a csepeli székhelyű Baptista Gimnázium, Technikum és Sportiskola (BUBAKI) a középiskolák számára megrendezett strandkézilabda diákolimpián. Az országos döntőbe tíz csapat jutott, közülük a BUBAKI női együttese a harmadik helyet érte el. A diákolimpia legjobb strandkézilabdázójának járó díját **Kajdácsi Kírána**k, a csepeli iskola játékosának ítelték oda. „Most fejeztem be a szakmai vizsgákat és az érettségít, így elég sűrű volt a tanév vége. Jövő héttől kezdődik az ötetes tartalékos katonai kiképzésem, mivel jelentkeztem a Nemzeti Községi Egyetem rendészeti szakára. Ez fizikailag és mentálisan is kihívás lesz, de úgy gondolom, sokat fogok tanulni – mondta **Kajdácsi Kíra**. – A kiképzés után rögtön kezdődik a kézilabda-alapozás. A kézilabda számomra nemcsak egy sport, hanem szenvedély is, amely kitartásra, csapatmunkára és önfegyelmre tanít. A pályán érzem igazán, hogy önmagam lehetek, és minden egyes meccs új kihívást, fejlődési lehetőséget jelent számomra” – tette hozzá. | Cs.A.

EGY SOKOLDALÚ FIZIKATANÁR  
AZ ŰRKUTATÁS TITKAIRÓL

Balics Ákos

**Miért halasztották el több alkalommal Kapu Tibor magyar űrhajós és társai űrutazását? Miért éppen 27 ezer kilométer óránkénti sebességgel száguld Föld körüli pályáján a nemzetközi űrállomás? Milyen magasságban kezdődik az űr? Mi köze mindehhez a Jedlik Ányos Gimnáziumnak, konkrétan pedig Radnai Tamás matematika-fizika szakos tanárnak, aki népszerű pedagógus, ráadásul a csepeli sakkozók tömörítő Csepeli Testedző Kör éltáblás játékos?**

Csepelen nőtt fel, de az egyetemi évek alatt Dél-Budára költözött. Azóta is ott él, de még mindig ezer szállal kötődik a kerülethez. 2008-ban érettségizett a Jedlik Ányos Gimnáziumban, majd az ELTE Természettudományi Kara alapképzésén fizika szakon végzett, utána mesterszakon fizika-matematika tanári diplomát szerzett. 2014 óta tanít a Jedlikben, közben PhD doktori fokozatot ért el a fizika tantárgy oktatásának metodikája témájában. Az MTA és az ELTE közös kutatócsoportjában vesz részt, amely arra irányul, mi a jó oktatási módszer a fizikában. „Szeretek tanítani, mert érzem, hogy munkámnak van eredménye” – foglalta össze oktatói hitvallását.

## KÍSÉRLETEK AZ ŰRBŐL

Aktuális témaként rögtön az űrkutatásról beszélgetünk. Létezik ugyanis a középiskolásoknak szóló Univerzoom projekt a Budapesti Műszaki Egyetem és a Hunor űrprogram együttműködésében. A kezdeményezés célja, hogy minél több középiskolásban felkeltsék a természettudományok iránti érdeklődést. A programban részt vevő fizikatanárok és diákjaik földi körülmények között, saját osztálytermükben ismételik meg a nemzetközi űrállomáson végzett kísérleteket.

„Mivel éppen véget ért a tanév, ezeket a kísérleteket csak ősszel tudjuk elvégezni. **Kapu Tibor** mintegy huszonöt kísérletet hajt végre az űrben. Vegyünk például egy T-alakú tárgyat, amely a súlytalanság miatt másképpen pörög az űrben, mint földi körülmények között. Ennek természetesen megvan a magyarázata, akár csak a többi kísérletnek. Az interneten, a NASA csatornáján folyamatosan követem a fejleményeket. **Kapu Tiborék** kilövésének többszöri elhalasztásának az az oka, hogy a NASA teljes biztonságra törekszik. Maga az űr a magyar tudósról elnevezett Kármán-vonalnál kezdődik, amit úgy határozott meg, hogy az a magasság, ahol a légkör felhajtóereje már elhanyagolható a gravitációhoz képest. Ez a vonal nagyjából száz kilométer magasságban húzódik. Az űrrepülés 400 kilométer magasságban tökéletesen biztonságos. A 27 ezer kilo-

méteres óránkénti sebességet azért kell tartani, mert ha ennél gyorsabban vagy lassabban haladna az űrállomás a Föld körüli pályáján, kirepülne az űrbe vagy lezuhanna a Földre. Az űrállomáson az űrhajósok súlytalanságban lebegnek, de ez nem azt jelenti, hogy nem hat rájuk gravitáció. A Föld gravitációja tartja körpályán az űrállomást és benne az űrhajósokat, és szintén a Föld gravitációja okozza, hogy a Hold kering a Föld körül, a Nap gravitációja pedig a Naprendszer tartja egyben” – magyarázza **Radnai Tamás**. (**Kapu Tibor** és társai lapunk nyomdába adása előtt szerencsésen hazaértek.)

## MESTERJELÖLT SAKKOZÓ

**Radnai Tamás** mindeközben a Csepeli Testedző Kör mesterjelölt sakkozójaként a csapat első tábláján játszik a bajnokságban. Az ÁMK Nagy Imre Általános Iskolába járt, amikor Szöllősi László sakkmester megismertette vele a sakkot.

„Nyolc-kilenc éves lehettem, heti három órát alkalommal jártam edzésekre. A Csepel utánpótláscsapata igen eredményes volt akkor, én a korosztályomban a legjobb tíz-tizenöt versenyző közé tartoztam az országban. Tizenöt évesen elértem a mesterjelölt szintet. Az egyetemi tanulmányaim miatt ritkábban játszottam, ezért visszacsúszott a tudásom, de később a több gyakorlásnak köszönhetően visszanyertem a korábbi formámat. A sakk komplex játék: megtanít előre gondolkodni, fejleszti a logikus gondolkodást, a memóriát, ráadásul kitartásra is ösztönöz, mert egy parti akár öt óráig is eltarthat” – tette hozzá **Radnai Tamás**. | Csarnai Attila

## VILÁGKUPÁN A SPORTLÖVŐK

Százharminc résztvevő közül tizennyolcadik helyen végzett a felnőtt válogatott kerettag **Nagybányai-Nagy Anna** sportlövő a Münchenben megrendezett világkupán. A kisebb puska 3x20 versenyszámban 50 méter távolságból három testhelyzetből kellett leadni a lövéseket: térdelő, fekvő és álló pozícióból. Ugyanezen a versenyen indult **Fábián Sára Ráhel**, a Csepel TC sportlövő szakosztályának versenyzője, aki a 25 méter pisztoly versenyszámban nyolcadik, légfegyverrel pedig huszonegyedik lett. Mindkét csepeli sportlövő a július végén, Franciaországban megrendezendő Európa-bajnokságra készül. | Cs.A.



# LEGÓHEGYEKEN INNEN ÉS TÚL



Balics Ákos

Aki betoppant a Múzeumok Éjszakáján a Királyerdei Művelődési Házba, az jó darabig nem tudott szabadulni a ház előcsarnokát betöltő színes, szemet gyönyörködtető legóváros látványától. A kilenc asztalt beborító 18 méter hosszú, majd 30 m<sup>2</sup> alapterületű alkotásokat 16 óra alatt rakta össze Balics Ákos három segítőtjével. Nem is gondolnánk, hogy ennek a tökéletesen berendezett minivárosnak az alkotója csak 2017-ben kezdett el igazán komolyan a legózással foglalkozni.

A legókockák bűvöletében élő, kisebb-részt boltban kapható szettekkel építkező, valóságghú városrészletekért rajongó 43 éves Balics Ákos gazdasági tervező szakon végzett az Egri Főiskolán. Az első készletei egy verseny és egy tűzoltóparancsnoki autó volt. A legózást szerető ózdi kisfiú számára 1994 emlékeztető év volt, ugyanis a kitűnő bizonyítványáért cserébe egy budapesti legókiállításra látogathatott. Ekkor döntötte el, hogy neki komoly gyűjteménye lesz.

A legóépítő be is váltotta a magának tett ígéretét, össze sem meri számolni, mekkora értéket képviselnek az általa vásárolt kockák. 2024-ben arra adta a fejét, hogy népszámlálást tartson a minifigurái között: 1080 lakost írt össze, a

többiek börtönben, kórházban vagy még a készletek dobozaiban tartózkodtak.

„Az első nagy építményem a hegy volt – avat be Ákos a kezdetekbe, majd hozzáteszi: – Ezt és a modern lakó- és irodaházaimat tartom a legsikerültebb alkotásaimnak. De vonzanak a hajók is. Jelenleg két jachtomat töltöttem fel a Lego Ideas oldalra, ha kiválasztják őket, a Lego City termékcsalád részeként felkerülhetnek a polcokra.”

Egy vérbeli kockaépítő lakását faltól falig polcok borítják, melyeken könyvek helyett természetesen legók sorakoznak, a kisebb alkatrészek barkácsboltba illő rekeszekben kapnak helyet. Ákos a megépített alkotásait sosem bontja le; nem hasznosítja újra a kockákat, inkább újabbakat vesz. A legók a konyha és a vécé kivételével mindenütt megtalálhatók. Kedvenc helye a lakásban a nappaliban berendezett gamerszékekkel felszerelt sarok, ahol nyugodtan építhet, gondolkodhat. „Amikor esténként építgetek, közben filmet nézek, zenét hallgatok. Van olyan nap, amikor több órát is tudok alkotni, aztán az is előfordul, hogy egy hétig nem nyúlok a kockákhoz” – meséli Ákos.

A legózás nem magányos műfaj, közösségi élmény. Ákos a Kockabarátok kiállító közösség tagja, de a Brickmason csapatával is állított már ki. A családot büszkeséggel tölti el hobbi, barátaitól

rendszeresen kap legós mémeket, ismerősei legóvásárlásnál az ő szavára adnak, sőt még munkáltatója is támogatja szabadsággal, ha egy-egy bemutatóra készül, hiszen egy alkotó számára az a legnagyobb öröm, amikor egy kiállításon először egyben megszemlélheti az otthon csak részleteiben látott építményeket. Egy szenvedélyes építőnek mindig vannak ötletek a tarsolyában: már látja maga előtt a megépítendő Hungaring-pályát a komplett nyomvonallal, a célegyenessel és a boxutcával. Búcsúzáskor Ákos elárulja, hogy azoknak sem kell szomorkodnia, akik Szent Iván éjszakáján elmulasztották megnézni a hatalmas terepasztalt, mert novemberben barátaival összefogva nagyszabású kiállításra készülnek a Királyerdei Művelődési Házban. | Pozsonyi Veronika



A 30. jubileumi Magyar Kick-box Világkupán ismét reflektorfénybe került Csepel. A budapesti BOK Csarnokban megrendezett háromnapos (június 13–15.) viadalon a csepeli klub sportolói összesen negyvenöt aranyérmet szereztek, köztük ötöt a felnőtt kategóriában, így a Halker-Király-Team tovább erősítette pozícióját a világ élvonalában.

Mórádi Zsolt, a szervezőbizottság koordinációért felelős tagja elmondta, a világkupa Budapestre költöztetése stratégiai jelentőségű lépés volt. „1995-től 2016-ig Debrecenben, Nyíregyházán és Szegeden rendezték meg a hazai világkupákat, de kilenc évvel ezelőtt a szervezőbizottság úgy döntött, Budapestre hozza az eseményt, hogy nagyobb figyelmet kapjon a sportág. Azóta évről évre nő a versenyzői és nézői létszám, idén pedig minden rekordot megdöntöttünk” – mondta a 2018-ban visszavonult tízszeres kick-box világbajnok.

## NEVEZÉSI REKORD

Az idei világkupán 52 ország 2700 sportolója vett részt, 485 klub képviselőjében, amely nevezési rekord, így a 30. világkupa a sportág történetének eddigi legnagyobb versenye volt. A küzdelmek 5 ringben és 19 tatamin zajlottak, az összesített éremtáblázat élén a magyar versenyzők végeztek. „Egyre többen űzik a sportágat, és ez nemcsak a versenyzői létszámban, hanem a nézőszámokban is megmutatkozik. Az utóbbi években folyamatosan nőtt az érdeklődés, de az idei év kiugró volt ebből a szempontból is” – mondta Mórádi Zsolt. Hozzátette, a világbajnokságok és Európa-bajnoksá-



Bálint Martin és Fésű Lajos az edzői székéből is segítették a kicsik küzdelmét



## TAROLT A HALKER-KIRÁLYTEAM A JUBILEUMI VILÁGKUPÁN

gok válogatott szinten zajlanak, ahol a nemzeti szövetségek nevezik a sportolókat, a világkupák pedig klubversenyek, és ezek a legnagyobb presztízsű események ebben a kategóriában. A kick-box világszövetség évente mindössze öt világkupát engedélyez, így ezek rangja kiemelkedő. Ezeken a versenyeken lehet a legtöbb ranglistapontot szerezni, és a szervezés színvonalával szemben is magas elvárásokat támasztanak.

## ÉRTÉKES GYŐZELEM, SPORTDIPLOMACIAI SIKER

„Azt érzem, hogy most nemcsak egy versenyt nyertem meg, hanem egy olyan tornát, amit joggal nevezhetünk a világ legnagyobb kick-box eseményének” – mondta kérdésünkre Bálint Martin, a pointfighting szabályrendszer felnőtt

74 kg-os kategóriájának aranyértese. „Ez a győzelem számomra egyfajta felkészülés is volt a közelgő kínai világtérjáratokra. A döntőben egy kiemelkedő képességű ellenféllel küzdöttem meg, aki ugyan nem lesz ott a világtérjáratokon, viszont azok közül, akik kvalifikáltak, többeket már megvertem könnyedén, ezért bírom benne, hogy ott is hasonló formában tudok majd szerepelni” – tette hozzá a Halker-KirályTeam kiválósága.

A budapesti világkupa nemcsak a magyar sportolók, hanem a szervezők számára is óriási siker volt. Mórádi Zsolt szerint a cél továbbra is az, hogy Magyarország a nemzetközi kick-box élvonalában maradjon mind a versenyzők, mind a rendezvények szintjén.

A nyolc magyar felnőtt aranyérem közül ötöt a csepeli Halker-Király Team versenyzői szereztek: Bálint Martin (Pointfighting 74 kg); Kovács Laura Fanni (Light-contact 55 kg); Udvarhelyi Fanni – Formagyakorlat (kreatív és zenés); Kreatív vegyes csapat: Bíró Emese és Nagy Gábor.

A három nap mérlege az összes korosztályban: 45 aranyérem, 57 ezüstérem, 59 bronzérem. | LG



fotó: Sportfotóth



# ÉTELEK ÉS A CUKOR: AMIRE ÉRDEMES FIGYELNI

Ha cukros ételekről beszélünk, a legtöbb embernek a különféle édességek jutnak az eszébe, ám számos más termék is tartalmaz hozzáadott cukrot. Ezt egyrészt a fogyókúrázók, másrészt a szénhidrátanyagcsere-problémával küzdők számára is fontos észben tartani. Vegyük sorra, mire figyeljünk.

Sokan úgy gondolják, hogy a light termékek biztosan egészségesebbek. Azonban a light kifejezés a csomagoláson két dolgot is jelenthet: vagy a zsiradék-, vagy a cukortartalmát csökkentették az adott terméknek, így könnyen járhatunk úgy, hogy a light joghurt bizony tele van cukorral és csupán a zsiradéktartalma alacsonyabb.



Az üdítőitalok nagyon sok hozzáadott cukrot tartalmaznak: fél liter kóla például tizenegy teáskanálnyi cukrot tartalmaz, és az ízesített ásványvizek sem mindig édesítőszerrel készülnek. A cukormentesnek hangzó ételek – müzli, étcsokoládé, zabkeksz – diétásnak tűnnek, ám ha alaposabban áttanulmányozzuk a címkéket, rájövünk, hogy ezek is gyakran tartalmaznak hozzáadott cukrot, ráadásul nem is keveset,

## Mit nézzünk a csomagoláson?

A termékek csomagolásán nem csak a cukor szót kell keresni, a következő összetevők mindegyike hozzáadott cukortartalomra utal: barnacukor, nádcukor, invertcukor, méz, szacharóz, melasz, glükóz, fruktóz, dextróz, maltóz. Szirupok közül: glükóz-fruktóz szirup, magas fruktóztartalmú kukoricaszirup (HFCS), kukoricaszirup, keményítőszirup, juharszirup, agaveszirup, rizsszirup.



így mielőtt megvennénk ezeket, nézzük meg, miből készültek.

Bár sok időt lehet spórolni a félkész ételek, levesporok használatával, de ezek általában hozzáadott cukrot, sőt és ízkozókat is tartalmaznak. A legtöbb ketchup több cukrot tartalmaz, mint paradicsomot, és ha egy könnyű salátával szeretnénk zárni a napot, akkor lehetőleg ne előre elkészített salátaöntet válasszunk, mert ezeknek a többsége szintén magas cukor- és zsírtartalommal rendelkezik. A gyümölcsökről sem a magas cukortartalom az első, ami az ember eszébe jut, de azt nem árt tudni, hogy az aszalt gyümölcsök koncentráltan tartalmaznak gyümölcscukrot. Ettől, persze még kis mennyiségben nyugodtan fogyaszthatjuk őket – ha nincs szénhidrátanyagcsere-problémánk –, de sajnos számos márka tartalmaz még hozzáadott cukrot is.

Amit nem is gondolnánk, de több gyógyszer és étrend-kiegészítő is rejtett cukorforrás lehet, így egy megfázás elleni ital, torokfájás elleni szopogatótabletta, pezsgőtabletták, vitaminok esetében sem árt ellenőrizni az összetételt.

## CSEPELI MUNKÁSOTTHON

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

### SZÍNHÁZ

**Szeptember 24-e, 19 óra:** CLAUSÁGOK – Liptai Claudia önálló estje. Egy este, ahol minden Claudia. Őszinte és személyes. Humorral, öniróniával, énekkel és meglepetésekkel. Jegyet vásárolhat a Csepel Plaza földszintjén található Fotóboltban. • **Október 25-e, 18 óra:** A SZENT CSALÁD – Lakatos László önálló estje. (Egyszer volt, hol nem volt, réges régen, vagyis nem is olyan régen, sőt, most is, a messzi-messzi Corvin sétány mellett, a nyolcadik kerület szívében, a Práter utcában élt egy család... Egy Szent Család, Lakatosé!)

### TAMÁSI LAJOS IRODALMI KLUB

**Szeptember 9-e, 16 óra:** Katona Mária Krúdy-aranyérmes előadóművész Liszt Ferenc, az ember és Demse Márton Váci Mihály-díjas költő verseinek bemutatója. Közreműködik: Szöllősi Dávid költő ének, mandolin. Műsorszerkesztő: Lengyel Géza költő.

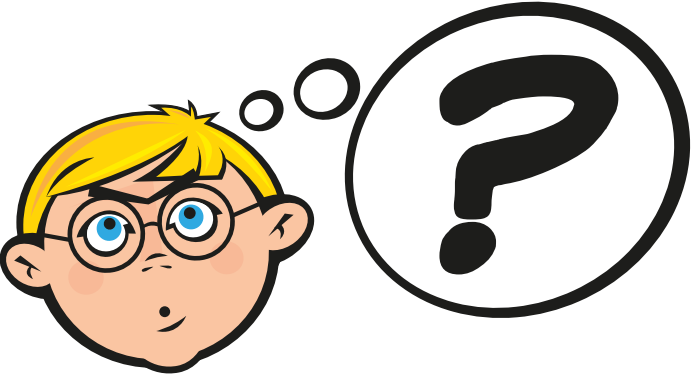
**EGYÉB** Zumba a Munkásotthonban Tóth Krisztina hivatalos zumbaoktató vezetésével! Minden szerdán 18.30 – 19.30 óráig. Várjuk a jelentkezőket! • **Nyári drámatábor gyerekeknek** 1000Szín-Házzal június 30.–július 4., illetve augusztus 4–8. között a Munkásotthonban. A drámatáborban sokéves tapasztalattal rendelkező művészek foglalkoznak a jelentkezőkkel. • A Csepeli Munkásotthonban **táncanfolyamok** minden korosztály számára! Jelentkezés, további információk: www.csepelitanciskola.hu • **Szenior örömtánc péntekenként 14 – 15 óráig.** 1500 Ft/alkalom. Oktató: Oláhne Rozsi Magdolna, tel.: 06-70/269-9273

**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

|  | VÁR-ÉPÍTŐ ROVAR                  | IMPONÁLÓ KEZDETI                    | SÉRÜLÉS (VÉRZŐ) HELYE            | NADRÁG, ZAKÓ TÁROLÓ-RÉSZE    | KATONAI GYAKOR-LÓTER             | AZ AMPER JELE                          | CSAVAROG, CÉLTA-LANUL KÖSZÁL             | BEC. ETELKA                        | BAL-KEZES, NÉPIESEN | A MÚLT IDŐ EGYIK JELE            | TÜVÉGI                                | ID. ELŐ-TAG: NAP-(ÉGITEST)   | APRÓRA DARÁL                         | OTA ...: CSEH KÖZ-GAZDÁSZ V. (sík)    | SUMER VÉSET AGYAG-TÁBLÁN         | A GALLIUM VEGYJELE                   | KÖZÉP-FÜLI                    | LITVÁN PÉNZ VOLT 1993-2014 KÖZÖTT | FORMA, IDOM                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------|------------------------------|----------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------|------------------------------------|---------------------|----------------------------------|---------------------------------------|------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|
| MEG-FEJTÉS, 1. RÉSZ                                                                 |                                  |                                     |                                  |                              |                                  |                                        |                                          |                                    |                     |                                  |                                       |                              |                                      |                                       |                                  |                                      |                               |                                   |                                     |
| NŐI NÉV (JÜL. 5.)                                                                   |                                  |                                     |                                  |                              |                                  | ÉNES ÁLLA-TOT ELLÁT CSAVARKÖ-TÉS ELEME |                                          |                                    |                     |                                  | NŐI NÉV (AUG. 31.) OSTOBA, ZAGYVA     |                              |                                      |                                       |                                  |                                      | VILÁG-RÉSZI! PORTÉKA FAJTÁJA  |                                   |                                     |
| RÁDIUSZ, RÖV.                                                                       |                                  | KOSÁRBA PAKOLYAT VAN, NÉME-TÜL      |                                  |                              |                                  |                                        |                                          |                                    |                     | MÉZGA ALADÁR KUTYÁJA MELY FAJTÁ? |                                       |                              |                                      |                                       |                                  | BARANYAI KÖZSÉG TÚZTÖL KILYUKAD      |                               |                                   |                                     |
| TE ÉS ÉN                                                                            |                                  |                                     | A BEL-SEJÉBE SZÍNÉSZNŐ V. (NÓRA) |                              |                                  |                                        |                                          | ELEKTRONI-KUS LEVÉL PÁRA!          |                     |                                  |                                       |                              |                                      | FÖLÉ TESZ FELSZÁLLÓ MELEG LÉG-ÁRAMLÁS |                                  |                                      |                               |                                   |                                     |
| KÉSEI NAPSZAK                                                                       |                                  |                                     |                                  | VÍZGŐZ ADÁZ, DÜHÖDT          |                                  |                                        |                                          | MESTERS. NYELV HANGSOR 4. FOKA     |                     |                                  |                                       |                              | PAPA RIT-KA BEC. KERÉK SÍK-IDOM RÉSE |                                       |                                  |                                      |                               |                                   | A ... MÓDON (AHOGY EDDIG IS TETTÜK) |
| (FILMES) FORGATÓ-CSOPORT                                                            |                                  |                                     |                                  |                              | TRÓP. BÜ-TORALAP-ANYAG SZANASZÉT |                                        |                                          |                                    |                     |                                  |                                       | MÉRGEZŐ GÁZ (ketén) FÉLKÉSZI |                                      |                                       |                                  |                                      |                               | A KÉN VEGYJELE SINUS, RÖV.        |                                     |
| ZORRO JELE                                                                          |                                  | GAZDAG-SÁG, JÓLET KÉTKERE-KÚ TALIGA |                                  |                              |                                  |                                        | PIROS TEST-NEDV ÚTJA A TESTBEN RUGÓ, ID. |                                    |                     |                                  |                                       |                              |                                      |                                       | MÓDOS. G-HANG A FOGA-DÁSÁRA      |                                      |                               |                                   |                                     |
|  | ÉLELEM, ÉTKEZÉS NŐI KÉZ-MELEGÍTŐ |                                     |                                  |                              |                                  |                                        | ÉPÜLET ELEME VOLT, RÉGISEN               |                                    |                     |                                  | FÉMPÉNZ NÉMET VE-GYI VILÁG-CÉG (basf) |                              |                                      |                                       |                                  | O SOLE ...: OL. DAL ISZKOLVA MENEKÜL |                               |                                   |                                     |
| ELEKTRO MOS TÁV-ÍRÁSI RENDSZER                                                      |                                  |                                     |                                  |                              |                                  | VESZÉLYES KUTYA JÓD, OZMI-UM VEGYJ.    |                                          |                                    |                     |                                  |                                       | BEC. CECÍLIA MIAIT (TÁJSZÓ)  |                                      |                                       |                                  |                                      | MUNKA-DARAB! HÁROM, A ZENÉBEN |                                   |                                     |
| SVÁJCI KANTON, SZÉKHELYE ALTDORF                                                    |                                  |                                     |                                  | UJEDT, RÉMÜLT ABONY HATÁRAI! |                                  |                                        |                                          |                                    |                     | AMILYEN MÓDON PÁROSAN LEHÜZI!    |                                       |                              |                                      |                                       |                                  |                                      |                               | KÖZÉPFOK! INNEN A TÚLOL-DALRA     |                                     |
| PÁRATLAN FEDŐ!                                                                      |                                  |                                     | D-AMERI-KAI ITAL NORVÉG AUTÓJEL  |                              |                                  |                                        |                                          | HULL A CSAPADÉK 100, RÓMAI SZÁMMAL |                     |                                  |                                       |                              |                                      |                                       | CIMBORA, PÁJTÁS A FLUOR VEGYJELE |                                      |                               |                                   |                                     |
| MEG-FEJTÉS, 2. RÉSZ                                                                 |                                  |                                     |                                  |                              |                                  |                                        |                                          |                                    |                     |                                  |                                       |                              |                                      |                                       |                                  |                                      |                               |                                   |                                     |

A helyes megfejtést beküldők között egy-egy 2500 forintos Libri utalványt sorsolunk ki. Beküldési határidő: **2025. július 25.**

## GYEREKSAROK



### Rejtvényünk megfejtését

a középső oszlopban olvashatod!

Előző rejtvényünk megfejtése: **tanösvény**

- Magor testvére
- Melyik helyen?
- Személyszállító bérautó sofőrje
- ...-mukk-fukk
- Réz és ón ötvözete
- Nincs közepe!
- Idős férfi, néni „társa”
- Közép-európai idő rövidítése
- A ... rossz tanácsadó
- És a többi röv.

|   |    |  |  |  |
|---|----|--|--|--|
| 1 |    |  |  |  |
|   | 2  |  |  |  |
| 3 |    |  |  |  |
|   | 4  |  |  |  |
| 5 |    |  |  |  |
|   | 6  |  |  |  |
| 7 |    |  |  |  |
|   | 8  |  |  |  |
| 9 |    |  |  |  |
|   | 10 |  |  |  |

**Sorsoltunk!** A július 2-ai skandináv rejtvény nyertese: Somogyi Tünde. A gyermekrejtvény nyertese: Varga Kata. Nyereményüket átvehetik szerkesztőségünkben (Csete Balázs utca 15.), hétfőtől-péntekig 8 és 14 óra között. **Gratulálunk!** • A megfejtéseket a csepelihirmondo1@gmail.com címre küldhetik.

|            |                                                                                                                                      |                                                                                                                                       |
|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| IMPRESSZUM | <b>A XXI. KERÜLETI ÖNKORMÁNYZAT LAPJA</b>                                                                                            | Máger Judit főszerkesztő. A lapot készítették: Csarnai Attila, Kis György, Kónya Gábor, Lass Gábor, Potondi Eszter, Pozsonyi Veronika |
|            | Ingyenes, megjelenik 30 000 példányban                                                                                               | Nyomatja: Mediaworks Hungary Zrt., 6729 Szeged, Szabadkai út 20.                                                                      |
|            | Felelős kiadó: Csepeli Városkép Kft., info@csepeilivaroskep.hu                                                                       | Felelős vezető: Marancsik Roland                                                                                                      |
|            | <b>Szerkesztőség és hirdetésfelvétel:</b> 1215 Csete Balázs utca 15., 1751 Pf. 28., tel.: 06-70-658-2832, csepelihirmondo1@gmail.com | Terjesztés: Csepeli Városgazda Közhasznú Nonprofit Zrt. Reklamáció: 278-5848                                                          |
|            | A másodközlés és a beküldött cikkek szerkesztésének jogát fenntartjuk.                                                               | ISSN 2062-3585<br><b>Következő számunk 2025. július 30-án, szerdán jelenik meg.</b>                                                   |



# 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**  
A belépés díjtalan! Júliusban és augusztusban előzetes bejelentkezéssel látogatható (június 23. - szeptember 3. között).

**KIRÁLYERDEI TÁJHÁZ – NÉPRAJZI BEMUTATÓHELY**  
Díjmentesen megtekinthető a Helytörténeti Gyűjtemény nyitvatartási idejében. Júliusban és augusztusban előzetes bejelentkezéssel látogatható.

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

**KÉZIMUNKA- ÉS SZÖNYEGSZÖVŐ SZAKKÖR:** csütörtök 13-16 óráig  
*Beszélgetőkör. Nőalak. Egy hely, ahol kimondható!* Egy este, ami jár! Klasszikus kommunikációs helyzetek. Megoldási technikák. Időpont: két-hetente hétfőn 18-20 óra között. Jelentkezés: sajoannamaria@gmail.com

**NYÁRON MŰKÖDŐ TANFOLYAMOK IDŐPONTJAI (JÚNIUS 23-TÓL AUGUSZTUS 28-IG):**  
*Alakformáló konditorna:* hétfő:19-20 óra, Tompa Csilla  
*Gerinctorna:* hétfő:19-20, csütörtök:8.30-9.30 óra, Kalmárné B. Zsuzsa  
*Jóga a mindennapi életben:* szerda:8-9.30 óra, Hajdú Zsuzsanna  
*Harmath Krisztina órái: Tartásjavító torna:* hétfő:18-19 óra; zsírégető torna: hétfő:19-20 óra.



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

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

**TANFOLYAMAINK**  
**FELNŐTTEKNEK**  
*Jóga a mindennapi életben:* szerda, 18-19.30  
*Zumba:* hétfő és szerda, 19-20 óra  
*Latin ritmusok, jó hangulat, könnyen követhető táncos mozdulatok.*  
*Érdeklődni lehet Vágási Szilvia fitness-oktatónál*  
*Tel: + 36-70/372-6314; facebook.com/Zumba for You*  
*Játsszunk együtt!* Játékklub minden hónap első szerdájá, 14-17 óra

**JELENLÉGI SZÜNETELŐ TANFOLYAMAINK**  
**SEPTEMBERTŐL FOLYTATÓDNAK.**

**MŰVELŐDÉSI HÁZUNK ÉS A KÖNYVTÁR**  
**AUGUSZTUSBAN ZÁRVA!**

**MINDENKINEK KELLEMES NYARAT KÍVÁNUNK!**





Radnóti Miklós  
Művelődési Ház

Bővebb információ: [www.csepeivaroskep.hu/radnoti](http://www.csepeivaroskep.hu/radnoti)  
[www.facebook.com/radnotimuvhaz](https://www.facebook.com/radnotimuvhaz)

**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 SZÜNETELNEK A NYÁRON.**  
**SEPTEMBERTŐL ISMÉT SZERETETTEL VÁRJUK ÖNÖKET!**

**TANFOLYAMAINK**  
*Zumba:* hétfő: 18.00-19.00; szerda: 18.00-19.00.  
*Zumba-Gold szerdán 10 órától.*  
*Vezeti: Zeitler-Pinelli Andrea 06-30-757-9311*  
*Hastánc: Információ: Tóth-Czirják Aliz alicebelldance@yahoo.com*  
*Varró tanfolyam kezdőtől a haladóig.*  
*Információ: Flaskay Noémi 06-30-849-9664*

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

**KELLEMES NYARAT,**  
**ÉLMÉNYDÚS SZÜNIDŐT**  
**KÍVÁNUNK MINDEN**  
**KEDVES LÁTOGATÓNKNAK!**



SZABÓ MAGDA  
KÖZÖSSÉGI TÉR

Információ: <http://www.csepeivaroskep.hu/szabomagda/>  
<https://www.facebook.com/szabomagdakozossegitert/>

csepeli hírmondó

HIRDETÉS

**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**



**MUNKÁT**  
**KERESEL?**  
Csatlakozz hozzánk!  
**www.jelentkezzmost.hu**



Franchisee: Cercatore del Nido Kft. 1214 Budapest, Kossuth Lajos utca 142.  
Minden ügynőkségnak saját tulajdonosa van és önállóan működik.

**APRÓHIRDETÉSEK**

**SZOLGÁLTATÁS**  
**FESTÉST,** mázolóst, burkolást vállalom, nyugdíjasoknak kedvezményrel. Bútormozgatással takarítással.  
Tel.: 06-30-422-1739g  
**EGYÉNI** vállalkozók könyvelését, esetleges bérszámfejtését vállalom reális áron. Tapasztalt, csepeli könyvelő:  
06-30-481-0590  
**EGYÉNI** vállalkozások könyvelését, illetve magánszemélyek részére pályázatok elkészítését vállaljuk.  
Tel: 06-20-390-1077, 06-30-677-8937  
**TETŐDOKTOR!** Régi hajlott tetők javítása, cseréje, beázás elhárítás, bádogozás, Lindab tető, új tető cserepezése, kisebb javítások, SOS munkák: 06-20-466-2774  
**FIGYELEM!** Hibás targoncát rossz raklapemelő, békát, rossz akkumulátort, vas-fém hulladékok vásárolok. A kiszállás díjtalan! Tel: 06-30-461-77-59  
**KLIMÁK** tisztítását vállaljuk, szakszerű és teljes körű fertőtlenítéssel! Az egészség megőrzése érdekében! Hétfőig en, garanciával! Tel: 06-30-976-1202  
**FÜNYÍRÁS,** fűkaszálas, bozótirtás, sövénynyírás, viharokos fák veszélytelenítése kivágása, zöldhulladék-elszállítás, kertépítés, kerítésfestés, rendszeres kertkarbantartás, elhanyagolt kertek, nyaralók, egyéb zöldterületek kezelése. Díjtalan kiszállítás! Jakab József, 06-20-327-222

**RÉGISÉG**  
**HÍVJON** bizalommal, mindent veszek mindenféle régiséget, hagyatékot. Kiszállás díjtalan: 06-30-461-7759

**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**  
**HÁZHoz MEGYEK!** Fogoror készítését, javítását vállalom garanciával. Hívjon bizalommal! Telefon: 06-20-980-3957

**INGATLAN**  
**ELADÓ** ingatlanokat keresek, jelzáloggal terhelt sem akadály. Tel: 06-30-348-0414  
**JÓ ÁLLAPOTÚ,** komfortos, téglalapítésú 1 szobás, 36 nm, önálló lakás kiadó a Teller Ede utcában. 170.000 Ft/hó Érdéklődni: +36-20-201-6890 EB-F

**ÉLETJÁRADÉK**  
**KIEGÉSZÍTENÉ** nyugdíját? Nagyobb készpénzre van szüksége? Kössön életjáradéki szerződést ápolással és akár ottlakással. 06-20-553-5474

**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 érdeklődhhetnek.**



**Z.BURGER**  
MINDIG FRISSEN



**HAMBURGER**

**ELŐRENDELÉS +36 70 88 49 259**



**BURRITO**



Gyere el, mert jó a hely!

**RENDELJ HÁZHOZ!** 

**WOLT és FOODORA**    1214 Bp., Erdősor a. 33.

**Készáruleszedőt keresünk 23. kerületi festékraktárba**  
**2 műszakos 8 órás munkarendbe.**

**Feladatok:** göngyölegkészítés, címkézés, pakolás.

**Bérezés:** Br. 400.000 Ft + 30% műszakpótlék + nettó 23.000 Ft cafeteria + bejárás támogatás

**Érd.: 06-70-300-3650**



**GÓZ**  
KLUB

**TÁRSASOZNÁL, DARTSOZNÁL VAGY BILIÁRDOZNÁL EGY JÓT? VAGY CSAK INNÁL EGY FINOM KÁVÉT, SÖRT VAGY LIMONÁDÉT? GYERE EGYEDÜL VAGY TÁRSASÁGGAL – NÁLUNK MINDIG TALÁLSZ VALAMI ÉLMÉNYT! AZ AKTUÁLIS PROGRAMOKÉRT LÁTOGASS EL FACEBOOK, INSTAGRAM, VAGY WEBOLDALUNKRA!**

**Mutasd fel ezt a hirdetést a pultnál, és egy ajándék fagyi a tiéd!**

**CSEPEL**  
**KÖSSUTH LAJOS UTCA 30 - 46**





**A HAJÓMODELL- VILÁGBAJNOKSÁG INGYENES ELŐADÁSAI:**

**Augusztus 8., 15 óra:**  
**Dr. Ákos György: Osztrák-magyar vitorlások és tengerészek**

**Augusztus 9., 10 óra:**  
**Dr. Ákos György: Lövés és találat (a tengerészeti tűzérési eszközök fejlődése)**

**Augusztus 9., 15 óra:**  
**Dr. Balogh Tamás: Jütland, 1916 – a történelem legnagyobb tengeri ütközetének története**

**Augusztus 10., 10 óra:**  
**Dr. Balogh Tamás: A drónháború hatásai a tengeri hadviselésre és a hadihajó-tervezésre**

**játsszunk együtt!**

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



**Önismereti workshop**  
**felnőtteknek**

**2025. augusztus 28. (csütörtök)**  
**18:00-20:00**

**Szabó Magda Községi Tér**  
**Pay What You Want – fizess annyit,**  
**amennyit szívesen adsz**  
**Mín. 10 fő**



**Jelentkezz Juditnál:**  
**+36.70.523.3638**





## Maximax Diszkont

1211 Bp., Kossuth L. u. 67.  
H-P: 8.00-18.30,  
Szo.: 8.00-16.00, V: 9-16

1211 Bp., Kossuth L. u. 85.  
H-P: 7.30-20.00,  
Szo.: 8.00-16.00, V: 9-16

1211 Bp., Deák téri piac  
H-P: 7.00-17.00, Szo.: 7.00-14.00

# AKCIÓ

időtartama  
2025.07.18. - 2025.08.01.

Löwenbrau 500 ml  
dobozos sör  
~~349 Ft~~  
**269 Ft** +50 Ft DRS



Coca Cola  
eredeti, 1,75l  
~~699 Ft~~  
**599 Ft**  
+50 Ft DRS

Nissin Soba  
instant tészta többféle  
110 g  
~~499 Ft~~  
**429 Ft**



Rio Mare tonhal  
olivaolajban 80g  
~~659 Ft~~  
**559 Ft**



Hell energiatial  
többféle 250 ml  
~~265 Ft~~  
**225 Ft**  
+50 Ft DRS



Heineken  
dobozos sör  
világos 0,5l  
~~419 Ft~~  
**379 Ft** +50 Ft DRS



Mizse ásványvíz  
többféle  
1,5l  
~~159 Ft~~  
**135 Ft** +50 Ft DRS



Emblaze légfrissítő  
utántöltő, többféle 260 ml  
~~749 Ft~~  
**649 Ft**



Perfex toalett papír  
10 tekercs, többféle  
~~995 Ft~~  
**849 Ft**



## Trendi Car Trans Kft.

megnyitotta új telephelyét, ahol különböző magas színvonalú szolgáltatásokkal várjuk Önöket!

**Klimatizált modern környezetben tud lottózni és akár egy szendvicset elfogyasztani**

\*prémium lottózó, ahol tabletek is állnak rendelkezésre

\*vákuum fóliázott szendvicsek, hűtött üdítők, energiatialok, sör, víz teljes választéka + kávé, snack, palackozott egri borok  
büfékocsi: meleg étel, hamburger, hot dog, sült kolbász, tortilla, meleg szendvics

**Autós Repont üvegviszaváltó üzemel,**

mely a jövőben kiegészül textil és használt sütőolaj leadási lehetőséggel is.

GLS csomagpont van jelenleg, továbbiak is lesznek

**Nyitva tartás: mindennap 07-18 óráig**

cím: 1214 Bp., II. Rákóczi F. u. 412.

(lámpás utcai kereszteződés, korábban 354. szám)



Cégünknel lehetősége van lakossági gumiabroncs-hulladék leadásra, melynek részleteiről tájékozódjon kollégáinknál!

**Július végéig az alábbi nyitási akcióval várjuk Önöket:**

\*1 db szendvics + 1 db 0,5 literes üdítő megvásárlása esetén 1 db energiatialt adunk ajándékba

\*1,5 literes Ice Tea mellé ajándék pohár jár (a készlet erejéig)

**Több termékünk folyamatosan kedvező, alacsony áron kapható.**

## Žsolnay terem

Életre kel a hagyomány, ahol a pillanatok ünneppé válnak!



GASTLAND M1 / FÉSZEK CSÁRDA  
Cím: 2071 Páty M1 autópálya 22. km  
Telefonszám: +36 30 513 4243  
E-mail: [reservations@feszekcsarda.hu](mailto:reservations@feszekcsarda.hu)  
[www.feszekcsarda.hu](http://www.feszekcsarda.hu)



GASTLAND M0 / HOTEL ÉS KONFERENCIA KÖZPONT  
Cím: 2310 Szigetszentmiklós, M0 autótú 19. km  
Telefonszám: +06 30 337 1000  
E-mail: [receptionm0@gastland.hu](mailto:receptionm0@gastland.hu)  
[www.gastlandhotelek.hu](http://www.gastlandhotelek.hu)



**ASIAN COUSINE**  
**ÁZSIAI RÖTYKA**



**All You Can Eat** **Korlátlan fogyasztás**



# CSEPEL NAPJA

**2025. JÚLIUS 18. | PÉNTEK**  
**SZENT IMRE TÉR**



A programváltoztatás jogát fenntartjuk.

**18:00 ELŐZENEKAR: WALL STREET**  
**19:00 DÍSZPOLGÁRI CÍMEK ÁTADÁSA**  
**19:30 KONCERT**

**MINDENKIT SZERETETTEL VÁRUNK!**

