

Római Parti Hírek

DUNAI ÉLETKÉPEK 2009. XVII. évf. 5. sz. • Rómaifürdő Telep Környezetvédő, Szabadidő és Diák Vízisport Egyesület

Megálmodott figurális és esküvői tortáját is elkészítjük.



Receptajánlat a 12. oldalon

Cziniel
cukrászda és kávéház



OSTYAFOTÓK
készítése tortákra, bármilyen képről vagy adathordozóról!

Bp. III., Nánási út 55.
Tel.: 240-1188

NYITVA TARTÁS:
minden nap 9,00–22,00-ig

www.cziniel.hu




Szeretettel várunk minden kedves vendéget szállodahajónk éttermében, melynek konyháján megtalálják a házias ízeket, hangulatos, családias környezetet, valamint az elegáns és udvarias kiszolgálást.

Ételpunkon megtalálható a hagyományos magyar és nemzetközi konyha. 70 fős teraszos éttermünkben, valamint 150 fős körpanorámás szintén teraszos termünkben vállaljuk esküvők (akár polgári szertartással is), születésnapok, családi összejövetelek, üzleti találkozók, konferenciák, továbbképzések magas színvonalú lebonyolítását.

A hirdetés bemutatásával 10% kedvezményt biztosítunk az étlap áraiból.

Asztalfoglalás:
06 1 240 8288

AQUAMARINA
boat hotel & restaurant

NAPI MENÜ
790,- Ft-tól 990,- Ft-ig

Aquamarina Hotel** és Rendezvényhajó**
H-1031 Budapest, Rozgonyi Piroska utcai kikötő
Tel.: +36-1-2408288, Fax: +36-1-2407887, Mob: +36-30-683-6274
E-mail: info@aquamarinahotel.hu Web: www.aquamarinahotel.hu

DIEGO SZÖNYEG • PVC • PARKETTA • FÜGGÖNY



BOMBA ÁR!
9.990
2.990
Ft/db

SZÖNYEG
Sima, 120x170 cm

SENZÁCIÓS SZÖNYEGVÁSÁR! AMÍG A KÉSZLET TART!



BOMBA ÁR!
1.445
990
Ft/m²

PADLÓSZÖNYEG

Ajánlataink 2009. július 1-31-ig, azaz július 1-ig érvényesek!

ÓBUDA, III. Bécsi út 267. • Tel.: 436-00-97 Nyitva: H-P: 9-19, Sz-V: 9-14

A kikapcsolódás és pihenés oázisa Budapesten, a Római-parton



www.holidaybeach.hu

A tartalomból

Nyár van!
Változtatási tilalom a rómaifürdői kempingre!
- Bús Balázs polgármester közleménye
Rómaifürdő SE hírek
Megy a gőzös, megy a gőzös

Civil összetartás a Duna-parton
Suli Hírek: Keve-Kiserdei iskola, Fodros iskola
A nyár veszélyei – állatorvosi rovat
Nyári táborajánlatok
Átváltoztatjuk – a Gábor Stúdió sorozata
Környezetvédelem – Zöld Hírek, programajánló
Cicák, könyvel és egy élet

Böbe recept-túrája: adriai ízelítő
Életmód mozaik: napégés, napallergia
„Amiért a harang szól” – programajánló
Kulturális kínálat, könyvajánlók
Az Óbudai nyár programjából
Felújításra vár a Kiserdei iskola
Tisza-tavi vakáció

Kedves Olvasó!

Nyár van!

A naptárra nézve még hajlamos vagyok elhinni, de ha az elmúlt hetek időjárás- emlékei között kutatok, aligha kaptam kedvet a szabadtéri nyári programokhoz. Egy kicsit úgy érzem magam, mint szilveszter előtt. Ne ijedjen meg, kedves olvasó, nem kaptam napszúrást két felhőszakadás között, de hasonló-
ságot valóban érzem. Mit csinálunk a nyár közeledtével? Tervezünk: na, majd most, egy igazi felejthetetlen nyarat rakunk össze! Kinek, mi meríti ki a felejthetetlen jelzőt, akképpen próbálkozik. Ugyanez, a néha már görcsös "felejthetlenségi" kényszer teszi tönkre sokszor a szilveszteri hangulatot is. Túlságosan akarjuk, túlságosan várjuk az "ilyen még soha nem volt" életérzést. Aztán egyszer csak azt vesszük észre, hogy a naptár lapját júliusba fordítottuk át, és még semmi nem történt. Illetve hogyan történt volna: vihar, jégeső, árvíz, áfaemelés. Csupa kedélyes, nyári téma. Azért a tanév véget ért, és ezt már nem csak a naptárból tudjuk. Saját szemünkkel győződhetünk meg arról, hogy egyre több és egyre fiatalabb gyerekek kóborolnak egyedül vagy csapatban az utcákon, a lakótelepeken. Hiába a jobbnál jobb tábori ajánlat, érdekes program. "Évről-évre kevesebb a jelentkező" - tudjuk meg a táborozatóktól. "Nagyon drágák a táborok, még egy gyereknek is...! - sajnálkoznak a szülők. Marad a nagyobb testvérré bízott kicsi, a játszótér, a haverok, no meg a televízió és a számítógép. Önmagában egyik sem rossz, csak az arányokat kell eltalálni: mostanában például a Magyar Televízió elővette és leporolta azokat a régi, magyar gyermek- és ifjúsági filmeket, amelyek nekünk annak idején a nyaralási, időöltési tippek tárházát jelentették. A nagy klasszikus a Tüskevár volt, de az Utánam srácok vagy a Le a cipővel sem volt rossz, ahogy a Vakáció a halott utcában sem. A mai iskoláskorúak sok mindenen csak mosolyognának, mert nekik talán már nem jelent kalandot a táborozás egy lakatlan szigeten, együtt berendezni egy helyet, ahová visszavonulhatnak, de a nádasok között madarakat lenni még ma is izgalmas lehet, különösen, ha akad egy modernkori Matula bácsi, aki mindent megmutat, elmagyaráz, amit a természetben élve lehet csak megtapasztalni. A program kínálat most is színes, csak válogatni kell. Gyerekeknek, fiataloknak jó és megfizethető elfoglaltságokat kínálnak a művelődési házak, a sportegyesületek, míg a felnőtteknek az Óbudai nyár színvonalas műsorválogatása kínál - remélhetőleg forró nyári napokon - felüdülést. Minden kedves olvasónknak kívánunk sok, kellemes nyári napot, mosolydús szabadnapokat, a családdal együtt szerzett élményeket. Jó pihenést!

Fehér Ágnes

Weöres Sándor: Kánikula

Szikrázó az égbolt
aranyfüst a lég,
eltörpül láng-űrben a
tarka vidék.
Olvadtan a tarló
hullámzik, remeg,

domb fölött utaznak
izzó gyöngyszemek.
Ragyogó kékségen
sötét pihe-szál:
óriás magányban
egy pacsirta száll

RÓMAI PARTI HÍREK – DUNAI ÉLETKÉPEK

Kiadja az R.S.E. Kft, Budapest, Petur u. 22.

Felelős kiadó: Rátkai János üv.ig

Főszerkesztő: Fehér Ágnes

Szerkesztőségi titkár: Veilandné Jenei Györgyi

Tördelőszerkesztő: Kiss Marianna E-mail: marianna.kiss@chello.hu

Munkatársak: Orbán Béla, Horváth Ferencné,

Kotulics Mónika, Szűcs Boglárka, Böbe mama,

Nyomda: Oláh Nyomda és Kiadó Kft.

Hirdetésfelvétel: a szerkesztőség címén és telefonszámán

1031 Bp., Petur u. 22. Tel.:240-3048, 06 20 9436-521

e-mail címünk: rse@enternet.hu • www.romaifurdo-se.hu

Kéziratokat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza.

Megjelenik havonta 15.000 példányban. Eng. sz. B/ISK/204/1993

Bús Balázs polgármestertől

Ismét változtatási tilalom a rómaifürdői kempingre

A Római parton élő lakosok, valamint a civil szervezetek aggodalmára tekintettel a 2009. június 24-i Képviselőtestületi ülésen, Bús Balázs polgármester javaslatára a Rómaifürdői kemping területén ismételten változtatási tilalmat rendelt el Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata a Kerületi Szabályozási Terv elfogadásáig.

Budapest legnagyobb kempingjét 1967-ben egy arborétum helyén nyitotta meg a Fővárosi Idegenforgalmi Hivatal. A terület tulajdonos cégét 1992-ben privatizálták, majd a többszöri tulajdonosváltást követően a különleges adottságú, hét hektáros terület az IBUSZ Invest Kft. tulajdonába került. A cég ügyvezetője a sajtóban úgy nyilatkozott, hogy a középtávú fejlesztési programjukban három – iroda és kereskedelmi jellegű „bizniszpark”, illetve lakópark – beruházás szerepel, több 10 milliárd forint értékben. A Rómaifürdői kemping területére, a Szentendrei út- Monostori út- Dósa utca-Rozgonyi Piroska utca által határolt területre 2004 óta készül kerületi szabályozási terv. A sokéves tervezetetések, bizottsági döntés eredményeként sikerült a lakás célú fejlesztésétől elteríteni. A megjelölt területen már korábban 2003. december és 2006. december között is változtatási tilalom volt.

A vonatkozó jogszabály alapján az érintett területre az Önkormányzat legfeljebb három évre írhat elő változtatási tilalmat. A 2006-ban lejárt tilalom megszűnése nem az Önkormányzat önkényes döntése volt, hanem a hatályos jogi szabályozás maximális felső határa, a 3 év járt le.

Jelentős kár érte Óbudát a Hajógyári-szigeten

2009. áprilisában jutott Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat tudomására, hogy a tulajdonában álló Hajógyári sziget szélén található 13.3 ha területű galériaerdőben jelentős mennyiségű illegális fakivágás és annak elszállítása történt.



Ezekért a római-parti fákért ki fog fizetni?
Aki vágta vagy aki engedélyezte a vágást?

Bús Balázs Polgármester még aznap feljelentést tett a Kerületi Rendőrkapitányságon természetkárosítás bűntette, valamint falopás tárgyában, ezzel párhuzamosan pedig szakértői vélemény elkészítését rendelte el. A hétfői napon megküldött előzetes szakvélemény megállapítja: 234 darab fát engedély nélkül vágta ki, az okozott kár összegét 134.550.000 Ft-ra becsülik.

A Sziget Kft. már korábban elismerte, hogy a fakivágás az ő megbízásukból történt.

Érthetetlennek tartjuk, hogy a környezet - és levegővédelmi civil szervezetek hallgatásukkal - Óbudán már nem először - asszisztálnak a természet -és környezetkárosításhoz. Az Önkormányzat minden jogi lépést megtesz a kár megállapítása és annak mielőbbi megtérítése érdekében.

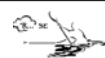
Civil szervezeti megjegyzés a fakivágásról

Tisztelt Polgármester Úr!

Lehet, hogy a Hajógyári-szigetei fák védelmében nem emeltünk szót, de arra ritkábban járunk. Nem úgy a Római-parton, ahol építkezés címen fák százait vágják ki hétről-hétre. Alig egy hete kétségbeesetten telefonáltunk, illetékest keresve az önkormányzatnál, hogy védelmet kérjünk a Sportlétesítmények egy értékesítésre váró vízi telepén lévő fák-
nak, ahol módszeres irtásba kezdtek a munkások, hogy még több motoros elférjen. Telefonáltunk. Annnyit sikerült kideríteni, hogy a „hozzáért” munkatársa éppen szabadságon van, aztán csak tehetetlen hümmögés következett. Ezen sajtó orgánum hasábjain adtunk hangot elégedetlenségünknek, hogy a Rozgonyi Piroska utcán épülő soklakásos „üdülő” építésének kezdetén évszázados fák vettek végső búcsút a Római-parttól. Utána néma csend. Biztos engedélyük volt rá... Honnan? Kitől?

Így asszisztálunk mi civilek itt a Római-parton, de ki asszisztál a római-parti befektetőknek a kerületben?

Fehér Ágnes, Rátkai János
Rómaifürdő SE





Rómaifürdő SE HÍREK

**SPORTMASSÁZS az „R...”SE Fitness teremben.
Tel.: 06-20-431-1463**

Ezüstérmesek a Római-parti hősök

Csak néhány hónapja alakult a Rómaifürdő SE kosárlabda szakosztálya, de már egy ezüst-érem boldog gazdája a csapat tagjai. A 2008/2009-es szezonban a *Nyuszi Kupa* nevet viselő versenysorozat végén állhattak a dobogó 2. fokára.

Az érmes csapat.

Álló sor: Vér Daniella, Bernáth Réka, Borbás Gergő, Bálint bácsi, Soltész Levente, Retteggy Tamás.

Térdelő sor: Horváth Fruzsina, Korbel Tamara, Illés Márton, Jártas Dávid, Fehér Napsugár Luca, Antal Ármin



Nagy a nyüzsgés a Római fürdő SE vízitelepén



Túrázók jönnek-mennek. A tanévzáró Tisza-tavi túra résztvevői még az elmúlt napok élményeit felidézve pakolnak, a Nemzetközi Duna Túrara indulókat leginkább az foglalkoztatja, hogy vajon levonult-e az árhullám a Dunán annyira, hogy ne zavarja az 54. túra vízre szállóit Ingolstadtban.

Vízitúra a Túron - 2009. július 16-19.

A vadregényes útvonal a bedőlt faágak csodaszép vízi útvonalak minden túrázó számára feledhetetlen élményt nyújtanak. A túra során lehetőség adódik a környék történelmi, irodalmi emlékeinek megtekintésére is.

1. nap Találkozás a vízitelepen (1031 Bp. Nánási út 53.) 7,00 órakor. Hajópakolás, indulás Kölcse. A Kistúr Vendégház udvarán építünk tábort.

2. nap Nagyhódos - Sonkád - Kölcse (15 km evezés). Reggeli után buszra szállunk, és hajókkal együtt Nagyhódosra megyünk, vízre tesszük a hajókat, és levezünk Sonkádig. A kis bukógátnál átemelünk, és evezünk tovább Kölcse.

3. nap Kölcse-Túristvándi (10 km evezés) A Túr vadregényes kanyarulatait bejárva Túristvándiig evezünk, ahol már várnak, sül a kemencében a friss kenyér és lángos. Ebéd után tábort építünk, majd autóbusszal átruccanunk Szatmárcsekére, megnézzük a kopjafás temetőt és tisztelgünk a Kölcsey emlékműnél. Estefelé térünk vissza a táborba és



még vacsora előtt be vesszük a helyiek büszkeségét, a még ma is üzemképes, ipartörténeti szempontból egyedülálló vízimalmot.

4. nap Túristvándi - Nagyar (20 km evezés). Igazi vadregényes, dzsungelharcos nap elé nézünk. Az izgalmakat a keresztbe bedőlt fák jelentik, amelyek a vízi utat szinte teljesen elzárják. Ebéd után a hajók visszakerekülnek a trélerre, indulás haza! Út közben értékeljük a mögöttünk hagyott napokat.

Résztvételi díj: 17.000,-Ft/fő, mely tartalmazza a sátorhelyet, az étkezést, utazást. Igény esetén hajót biztosítunk.

Várjuk jelentkezéseket!

Érdeklődni és jelentkezni

Rátkai Csabánál a 06-30-25-77-457-es telefonszámon lehet.



III. ker. Nánási út 67. Tel.: 250-4549

www.lidofitness.hu

SZOLGÁLTATÁSAINK

ERŐSÍTŐTEREM	SZAKEDZŐK	FORMA TORNA
CARDIO	BÜFÉ	CALLANETICS
FITNESS	SHOP	STEP
SZAUNA	AEROBIK	FIT-BOXE
SZOLÁRIUM	KONDI TORNA	JUDO - BOKSZ

PING-PONGOZÁSI LEHETŐSÉG!

Minden kedves régi és új vendégünket várjuk szeretettel, szakmai, étrendi és orvosi szaktanácsadással!

Nyitva tartás: H-P: 7,00-22,00-ig Sz-V: 8,00-20,00-ig

LIDO JUDO Iskola

Előző számunkban képet közzeltünk a **LIDO JUDO Iskola** növendékeinek verseny előtti eligazításáról. A Húsvét Kupát a Bp. Honvéd SE Tüzér utcai csarnokában rendezték, melyen a „judopalánták” szép eredményeket értek el.

Lássuk az eredményeket:

I. helyezést ért el: *Tóth Barnabás*, II. helyezést ért el: *Demeter Marcell*, III. helyezést ért el: *Adorjáni Gergő, Borsi Gergő, Demeter Bendeguz, Donnerth Raymond, Varsányi Levente*. V. helyezést ért el: *Aradszky Zsolt, Bors Bence*

VII. helyezést ért el: *Pálfy Márk*

Nagyszerű eredményeikhez gratulálunk!

NYÁRVÉGI JUDO TÁBOR A Lido Fitnessben augusztus 24-28-ig!

Érdeklődni

Ledényi Lenveténél a 06-20-411-1911-es telefonszámon lehet.

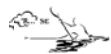
KOSÁRLABDÁZNI VÁGYÓ

ÖRÖKMOZGÓ, LASSÚ,
ALACSONY VAGY MAGAS
7-11 ÉVES FIÚK ÉS LÁNYOK
JELENTKEZÉSÉT VÁRJUK

A RÓMAIFÜRDŐ SPORTEGYESÜLETBE.

JELENTKEZNI LEHET TELEFONON

BÁLINT BÁCSINÁL 06-70-276-6189



Megy a gőzös, megy a gőzös... Hűvösvölgybe

A természet és az időjárás egyre gyakrabban tréfál meg bennünket, tavasszal 30 fokban keressük az árnyas menedéket, majd június elején 10 fokban, esőben nyitjuk meg a strandszezont. Nehéz így előre programot szervezni, aki azonban biztosra szeretne menni, az tervezzen kisvonatos kirándulást a Budai-hegységekben.

A MÁV Zrt. üzemeltetésében már több mint 60 éve működő Széchenyi-hegyi Gyermekvasút télen-nyáron, jó időben és rossz időben egyaránt ideális választás egy néhány órás, vagy akár egy egész napos szabadtéri program eltöltéséhez. Hiszen a kisvasutakat nem lehet nem szeretni, méretüknél, játékvonatra emlékeztető alakjuknál, természetbe illő színeiknél fogva mindenki rajong értük. Már önmagában egy-egy utazás is felejthetetlen élmény, a felnőttek újra gyermekké válnak, a kicsik abba sem akarják hagyni, s mindeközben észrevétlenül vezetnek be a természet olykor érintetlen világába. Ebben rejlik turisztikai vonzereje is, hiszen a városokat és autókat hátrahagyva olyan tájakra juthatunk el velük, ahol csodálatos állat- és növényvilágot ismerhetünk meg. Ráadásul a végállomásnál nem feltétlenül ér véget a ki-

rándulás, utunkat gyalogszerrel folytathatjuk tovább, felfedezve újabb és újabb tájakat, helyszíneket, rejtett kincseket. Az ország, de bátran kijelenthetjük, hogy a világ egyik legismertebb kisvasút-vonala éppen a főváros felett, a Budai-hegységben kanyarog. Az út során élénk tárló egyedülálló panoráma mellett különlegessége abban rejlik, hogy a szolgálatot 10 és 14 év közötti gyermekek látják el. A pajtások – miután sikeresen levezgáztak egy tanfolyamon – szabályos, a nagyvasúthoz hasonló szakszolgálatot látnak el. Több száz fős közösségük a „munkahelyen” kívül is egy összetartó baráti társaság, akik együtt járnak kirándulni, bulizni, és gyakran még felnőtt korukban is ezekre az évekre emlékeznek vissza a legszívesebben. Az év minden napján üzemelő kisvasút számos programmal és különleges szolgáltatással várja az ide látogatókat. Rendszeresen közlekedtet gőzvontatású nosztalgia-vonatokat, melyek népszerűsége a mai napig is töretlen. Aki egyszer már kipróbált egy igazi gőzöst, az biztos megérti, miért terjedt el a híres vasutas mondás: „akit egyszer a mozdony füstje megcsapott...”. Utunk során bármelyik állomáson szállunk le, számos látnivaló közül válogathatunk, a legismertebbek ezek közül is a



Budakeszi Vadaspark, a Budaszentlőrinci pálos kolostor, az Erzsébet-kilátó. A jó levegőn és szép tájakon kívül számtalan programmal és rendezvénnyel várják a gyermekvasutas pajtások a vendégeket. Legközelebb egy különleges esti program várja a látogatókat, a korábbi évek sikerének köszönhetően augusztus 20-án

ismét elindulnak a Tűzijátéknéző vonatok, itt garantáltan nem marad le senki egyetlen különleges látványelemről sem. A további programokról, érdekességekről, a gyermekvasút múltjáról és jelenéről a www.gyermekvasut.hu oldalon olvashatnak.

(x)

Civil összetartás a Duna-parton

A Duna-parton, a Dunáért, a Római-partért. Erről szól az a nap, amit kerületi civil-szervezetek töltöttek meg programmal június 6-án Pünkösdfürdőn.

A Római SE elnöke Gyepes Lajos és fia Ádám ötlete nyomán fogott össze a Rómaifürdő SE, a Csillaghegyi Polgárkör Egyesület és a Zöldgömb Sport Klub, kiegészítve az Óbudai Futókörrel, hogy lehetőséget adva több, más civil szerveződésnek a bemutatkozásra, hogy egy futóversennyel és sok érdekes kísérő rendezvénnyel hívják fel az emberek figyelmét a civilek jelenlétére, az összetartás fontosságára. A rendezvény fővédnökségét Bús Balázs polgármester vállalta el. Hatvannál többen regisztráltak az Óbudai Egészség Olimpia keretében meghirdetett szűrővizsgálatokon az Óbudai egészségügyi Kft. sátránál.

Civilek a rajt és célkapuknál, civilek a bemutatkozó sátrakban, civilek a színpadon, ők:

Aquincum Baráti Kör
Aquincum-Mocsaras Egyesület
BKV Előre SC Kajak-Kenu Szakosztálya
Corona Hungarica - lovagi hagyományörzők
Elveszett Állatokért Alapítvány
Izgő-Mozgó Együttes
Kamasztér Alapítvány
Lidó Fitness Judo Iskola
Magyarok Szövetsége III. kerületi szervezete
NF Huangari Neurofibromatózisos Betegek és Segítők Társasága
Sinkó Fitness - Óbudai Wellness és Diáksport Egyesület
Tung Harcművészeti SE



A színpadon délután Pais Dezső Általános iskola metallofon csoportja és szavalói léptek fel, majd a Keve-Kiserdei Iskola néptáncosai teremtettek fesztiváli hangulatot. Este a zené volt a főszerep a színpadon. Nagy sikert aratott Pólya Andriék westerntáncra, majd az utánuk következő DSP zenekar. A Custom Colors együttes zenéje egyre több érdeklődőt csalt a színpad elé. A képen az Ice Cream Blues Band zenél, élén Török Péterrel, aki maga is kivette a részét a szervezőmunkából.

A RENDEZVÉNY TÁMOGATÓI

MÉMÉP Kft,
www.extrasound.extra.hu
fény- és hangtechnika kölcsönző,
Loidl Ajándék Nagykereskedés,
Pyron Kft,
Mandala - egzotikus ajándék nagykereskedés.



Vásári forgatag és hangulat Pünkösdfürdőn



Nyolc kilométert futottak a Dunáért, a Római-partért. Az ezt megelőző rövid távon, a rendezvény délelőttjén hatvanan álltak rajt-hoz. (Részletes eredménylista a Zöldgömb Sport Klub honlapján.)

SULI HÍREK

KEVE

80 éves a Keve

Iskolánk ebben a tanévben ünnepelte megalapításának 80. évfordulóját.

A születésnapot az egész tanévben végighúzó programsorozattal, különféle pályázatokkal ünnepeltük.

Ennek megkoronázása volt az utolsó héten a Suligála.

Ide hívtuk és vártuk korábbi és mai kollégáinkat, régi és jelenlegi tanítványainkat, hogy együtt ünnepelve emlékezzünk meg a nevezetes évfordulóról. Itt adtuk át a pályázatok nyertesének jutalmait is.

A gálán legtehetségesebb tanulóink léptek fel.

Igazán művészi élményben volt részünk: a csodálatos zenei előadásokat egy-egy prózai (vers vagy mese) szám kísért. A kezdő és befejező szám pedig az alsósok egy-egy néptánc produkciója volt.

Hagyomány, hogy a kerek évfordulóra iskolánk egy tanárának, aki már legalább 25 éve a tantestület tagja, és munkájával sokat tett az iskola jó híréért, emlékgyűrűt ajándékozik a tantestület. Az idén ezt *Somogyi Józsefné Ági néni* kapta. És hogy még nagyobb legyen a meglepetés ráadásaként igazgatónk, *Szumega Rudolf* is megkapta az emlékgyűrűt. *Gratulálunk Nekik!*

A gála utolsó meglepetés-ajándéka egy hatalmas szülinapi marcipános csokitorta volt, melyből minden ünnepelő kapott egy-egy szeletet. (Köszönet érte a *Cziniei cukrászdának*.) Szülinapi parti zárta a Gálát, ahol vendégül láttunk minden velünk ünnepelőt.

Reméljük, öt év múlva újra együtt ünnepelhetünk!

Gálné Eichberger Éva



Állatbemutató

Május 5-én, egy átlagos keddi napon, amikor beléptünk a biológiai terembe, nem mindennapi látvány tárult a szemünk elé. Iskolánkba különböző állatok érkeztek, hogy mi, diákok meg-



ismerhessük őket: hüllők, kétélűek, ízeltlábúak vártak ránk. „Gazdáiktól” kiselőadásokban hallhattunk és láthattunk sok érdekességet a gyíkokról, kígyókról, siklókról, pókokról, sőt megérinthettük, kezünkbe is vehettük azokat. A „legbájosabb” kis állat egy teknősbéka volt. Bár a bemutató kissé félelemkeltő volt, sokaknak segített ezen állatok iránti félelmük leküzdésében.

Burkert Edina – Őry Annamária 8.a.

Jutalomkirándulás az OSZK-ban

Az év elején a Platán Könyvtár olvasó csapatversenyt hirdetett. Én az elsők közt jelentkeztem.

Egész évben folyt a munka: több könyvet olvastunk el, feladatlapokat töltöttünk ki, kutakodtunk interneten, színeztünk, terveztünk iniciálékát, képeslapokat, és persze jól éreztük magunkat a közös munka során.

Az ötödik forduló után a Kevéből a mi csapatunk bizonyult a legjobbnak.

A legjobb 6 csapatot hívta meg egy közös játékra-vetélkedőre a Platán Könyvtár, ahol negyedikek lettünk. Jutalmul elmehettünk egy tárlatvezetésre az Országos Széchényi Könyvtárba.

10 órakor kezdődött a vezetés. Nagyon sok mindent megtudtunk, például azt, hogy 1803-ban nyílt meg, és azt is, hogy Széchényi Ferenc, Széchenyi István édesapja teljes könyvtárát felajánlva alapította.

Nagyon jól éreztem magamat. Örülök, hogy indulhattam a döntőben, és hogy elmehettem az Országos Széchényi Könyvtárba.

Méry Anna 4.a.

Érdekességek a Széchényi Könyvtárról

A Nemzeti Könyvtárban minden Magyarországhoz kapcsolódó (vagy itt nyomtatott, vagy róla szóló) könyvet, kódexet, naptárakat, térképeket, kis dokumentumokat gyűjtenek.

A Széchényi Könyvtár állománya először Pesten, a Nemzeti Múzeum épületében került elhelyezésre, később (1985) átkerült a Budai Várba, ahol már egy helyen – az olvasótermekkel és a raktárakkal együtt – tudják tárolni a könyvtár teljes állományát.

Nagyon érdekes volt látni azt az elektronikus rendszert, amely teljesen automatikusan szállítja kis, síneken guruló kocsikban azt a könyvet az olvasókhöz, amit a szabadpolcon nem találhatnak meg. Szomorúan hallottuk azt a hírt, hogy csak 18 éven felüliek iratkozhatnak be, így csak évek múlva lehetünk a Nemzeti Könyvtárának tagjai.

Kiss Kornél 4.a.

FODROS

A Fodros Általános Iskolában is véget ért a tanév



Az idei tanév is bővelkedett a programokban, sikerült ebben az évben is biztosítani a gyerekeknek az élményszerzési lehetőségeket. Felsorolni is sok: költészetnap megemlékezés mentálhigiénés rendezvénysorozat, csecsemőgondozási verseny, pavilonátadási ünnepség, pódium, tőzsdejáték.

Hagyományosan kétszer ballagnak tanulóink: az ünnepélyes, elegáns, tele virágcsokros ballagást megelőzi a bolondballagás. Az öltözékek a fantáziákra vannak bízva. Ilyenkor a nap mint nap látott, tanított gyerekeket sem ismertük meg. Az osztályfőnökök is részt vettek a vidám forgatagban, természetesen jellemzően.

Az évzáróval 19-én lezárult a tanév.

Megkapták a tanulók a bizonyítványukat, az alsósok közül az 1-3. évfolyamosok a szöveges értékelést vihetek haza.

Minden diáknak jó nyaralást kívánunk és épségben várjuk vissza őket az augusztus 31-ei évnnyitóra!



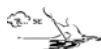
Gyermektábor Poroszlón július 20-24.

Szárzaföldi és vízi kalandozás a Tisza-tavon és körülötte

Szállás: sátorban a Nyárfa Kempingben
Túrák után közös bográcsozás, tábortűz.
Sportjátékok, közösségi élmények

Részvételi díj: 25.000,-Ft/fő

Jelentkezés: Rátkai János: 06 20 9436 521



Állatorvosi rovat

Szerkesztő: Dr. Varga József



A nyár veszélyei

Nem is hinnénk, hogy a nyár önmagában mennyi veszélyt rejt.

Sajnos mindenévben találkozunk a rendelőkben hőgutát vagy napszúrást elszenvedett állatokkal, akik nagyon rossz állapotban kerülnek hozzánk, és sokszor már nem tudunk rajtuk segíteni. A nyári, szezonális megbetegedések 90%-át meg lehet előzni, ezért fontosnak tartjuk, hogy írjunk a leggyakoribb megbetegedésekről és megelőzésének módjairól.

A nyár együtt jár a napsütéssel és a meleggel. Először beszéljünk a napsugárzás hatásairól. A napsugaraknak nélkülözhetetlen szerepük van a csontok fejlődésében, illetve a csont egészséges anyagcseréjében. A szervezetben termelődő D-vitamin előnyaga az anyagcsere folyamán a bőrbe kerül, és ott a napfény hatására átalakul D-vitaminná. Ez a vitamin pedig nélkülözhetetlen ahhoz, hogy a bélcsatornából felszívódjon a kalcium, ami beépül a csontokba. Ha nincs D vitamin, akkor nincs kalcium-beépülés, és fiatal korban kialakul az angolkór. Idősebb korban is szükség van a szervezetnek a napfényre, hiszen hiánya miatt a csont anyagcsereje szenved károsodást, és kialakul az osteomalátia. Mindkét esetben a csont kalcium tartalma lecsökken, ezért könnyen törik, és deformitást szenved.

Ezen kívül a napnak számos előnye mellett a negatív oldaláról is kell említést tennünk. Az emberek bőre fedetlen, nem takarja sűrű

szőrzet, ami megvédené a leégéstől, és ennek következményétől, a bőrrák kialakulásától. Sok kutya rendelkezik fehér vagy világos rövid szőrzettel, és világos, pigment-szegény bőrrel. A káros UVA/UVB fény ezen állatok bőrét (főleg az orrhát, a füleket, fejtetőt, és fark területét) égeti, és kialakul a klasszikus leégés, és a bőr fölhólyagosodása. Nagy figyelmet kell fordítani azon ebekre is, akik frissen lettel nyírva. Főleg fehér színű macskáknál és kutyáknál diagnosztizáltunk fülön kialakuló bőrdaganatot, ami kezelés ellenére is kiújulásra hajlamos, és halálos kimenetelű is lehet. Mint minden betegségénél, itt is a megelőzés a legfontosabb. Tűző napon sohasem tartózkodjon az állat huzamosabb ideig, és a veszélyeztetett egyedek érzékeny bőrtületeit érdemes lekenni napvédő krémmel, amit az állatorvos javasol. A hagyományos napvédő krémek bőrirritációt okozhatnak az állatnak, ezért kell kikérni egy szakember véleményét, tanácsát az adott krémmel kapcsolatban.

Még gyakrabban fordulnak elő hőgutás megbetegedések, ez tipikus nyári betegség, ami akkor alakul ki, ha az állat meleg, levegőtlen helyen tartózkodik hosszabb, vagy akár csak rövidebb ideig. Klasszikus példa erre a kocsiba zárt kutya. Az autó légtere könnyen túlmelegedhet, ha nincs meg a légmozgás (az ablakok nincsenek kellő mértékben leengedve). A meleg ellen a kutya lihegéssel védekezik, így próbálja a plusz hőt leadni. Ha azonban a kocsiban, vagy bármely más zárt térben a hőmérséklet túl gyorsan, vagy túl magasra

emelkedik, illetve a levegő páratartalma nagymértékben nő, akkor már nem tud több hőt leadni, és a szervezete túlmelegszik. A testhőmérséklet ebben az esetben akár 43 fokra is felemelkedik, és kialakul egy sokkos állapot. A kezdeti lihegést egy sokkal intenzívebb lihegés váltja fel, amelyet levertség követ. Az állat figyelme tompul, nem, vagy csak csökkent mértékben reagál a környezetére, és kialakul a kómatikus állapot. Az állat elvesztheti az eszméletét, és görcsrohamok is jelentkezhetnek. Az idegrendszeri tünetek azzal magyarázhatóak, hogy a megemelkedett testhőmérséklet miatt kialakul egy agyi ödéma, ami ha hosszabb ideig fennáll, az agy szövetében visszafordíthatatlan roncsolódás következik be, és az állat elpusztul. Ez a tragédia azonban nem csak a kocsiba zárt állattal történhet meg, hanem meleg időben erős fizikai munkát végző ebeknél is pl.: vadászat, versenyek, vizsgák, kiképzés alkalmával. A hőguta kialakulását még segítheti, ha az állat nem kap vizet, és nincs folyadék bevitel. Minden esetben az ember vonható felelősségre, ha ez az állapot bekövetkezik, ezért nyári időszakban a következőkre kell fokozott figyelmet fordítani: soha ne tegyék ki kutyájukat erős fizikai megterhelésnek nagy melegben! Az állatnak mindig biztosítva legyen friss víz, és sohasem hagyják a kutyájukat a kocsiban akár még pár percre sem. Ahhoz hogy a betegség kialakuljon nem feltétlenül szükséges kánikula, vagy tűző nap, elég csak egy párás, levegőtlen helyiség. Ha azonban mégis bekövetkezik a hőguta, akkor az

első és legfontosabb teendő, míg az állatorvoshoz nem érnek, a kutya testhőmérsékletének normalizálása. Ezt enyhébb esetben el lehet érni, ha az állatot hűvös, szellős helyre rakják, és itatják. A lázat csökkenteni lehet azzal, ha nem túl hideg vízzel locsolják, hűtik a beteg testét, illetve hideg vizes borogatást tesznek a kutya tarkójára és fejére. Természetesen súlyosabb állapotban: agyi ödémánál, eszméletvesztésnél illetve görcsöknél ezek a beavatkozások még kevesek az állat állapotának stabilizálásához, ezért sürgősen orvoshoz kell fordulni, de minden hasonló tüneteket produkáló állatnál állatorvos segítségét kell kérni, hiszen sokszor csak ő tudja megállapítani az állapot súlyosságát.

A nagy melegben a kutyák is tudnak napszúrást kapni. Természetesen ennél a betegségnél is van fajtadispozíció, pl. csivavák, bulldogok, mopszok fokozottan veszélyeztetett fajták. A betegség lefolyása és tünetei hasonlóak a hőgutához, és természetesen itt is a megelőzés a legfontosabb. Minden esetben biztosítani kell az állat számára árnyékos helyet és természetesen ivóvizet. Sétáltatás csak kora reggel illetve késő este legyen, és ilyenkor is kerüljük az erősebb fizikai megterhelést.

A nyári napokra tehát nem csak magunkat, hanem kedvencünket is fel kell készíteni, és folyamatosan óvni. Ez a felelős állattartás egyik alapszabálya, amely minden állatra vonatkozik.

Dr. Landauer Krisztina, dr. Varga József

Kérjük, támogassa az Elveszett Állatok Alapítványt!

Alapítványunk célja az elveszett, elhagyott és rászoruló állatok egészségének megőrzése és gyógyító rehabilitációs tevékenység, emellett az iskolákban végzett oktatásainkon keresztül tájékoztatni a fiatalokat a helyes állattartásról, állatvédelemről, és környezetvédelemről.

Amennyiben adománnyal járulna hozzá munkánkhoz:

Bankszámlaszám:

CIB 11102209-18113633-10000001

Segítségét előre is köszönjük!

Az Alapítvány kuratóriuma



1039 Budapest, Család utca 36/a

Tel.: 240-9780, 06-30-934-5480

IDŐSKORI SZŰRŐVIZSGÁLAT

Színes doppler ultrahangos vizsgáló berendezés

*** teljeskörű laboratóriumi szolgáltatás**

*** allergiateszt és kúra * geriátriai szűrés.**

RENDELÉSI IDŐ:

Hétfőtől – péntekig 9-11 és 17-20 óráig

Szombaton 9-11 óráig, vasárnap és ünnepnap 17-20 óráig

RSE Fitness

1031 Budapest, Petur u. 22.

Havi bérlet: 5.500 Ft

12 alkalmas bérlet: 6.000 Ft

Napijegy: 700 Ft

Szolárium: 200,-Ft/5 perc

Szauna: 600,-Ft

Terem bérlet: 2.500,-Ft/óra



Tel.: 06 1 242 4213

KÖMŰVESMESTER

Harmadik kerületi kőművesmester és brigádja vállal

CSALÁDI HÁZAK ÉPÍTÉSÉT, EMELET RÁÉPÍTÉSEKET, LAKÁS ÉS IRODA FELÚJÍTÁSOKAT, TETŐTÉR BEÉPÍTÉSEKET.

25 éves szakmai tapasztalattal,

építőmesteri, ács-tetőfedő, szigetelő, burkoló,

térburkolat készítő munkák végzése. • Felelős műszaki vezetés.

Referencia munkák a harmadik kerületben (is).

Hitér János telefon: 06-1 7690860, 06-20 9334044



MATEMATIKA

korrepetálás, felzárkóztatás,
pótvizsgára felkészítés felsősöknek. Tel.: 06-30-432-5574

Csillaghegyen 2 lakásos, külön-külön utcai bejáratú családi házban dél-nyugati fekvésű saroktelken

70 m²-es földszinti lakás + 50 m²-es szuterén, + 8 m²-es terasz + 250 m²-es földterülettel 35 Mft-ért ELADÓ!

Tel.: 06-20-9229-333

VÍZ-GÁZ-FŰTÉS SZERELÉS

Kisebb javításoktól a konyha-WC-fürdőszoba
KOMPLETT SZERELÉSÉIG MINDENT VÁLLALOK!

KISS TIBOR – épületgépész

KORREKT MUNKADÍJ-GARANCIA

Tel.: 243-58-92, 06-30-347-2800, 06-70-396-1114

Római úti lakótelepen külön bejáratú szoba
nem dohányzó részére KIADÓ!

Tel.: 06-20-342-3718

USZODATECHNIKA

Telepítés, karbantartás, téliesítés, szervizelés

Tel.: 06-70-318-3121

NYÁRI ÚSZÓ TÁBOR

Táborozz együtt Óbuda legeredményesebb úszóival!

A Római Sport Egyesület úszó táborát szervez gyerekek részére 6 éves kortól.

A tábor időpontja: június 15-től augusztus 31-ig folyamatosan 5 napos turnusokban hétfőtől – péntekig 7,30 -16,30-ig

A tábor helye: Pünkösdfürdői Strand

Résztvételi díj: 15.000,-Ft/öt nap, mely tartalmazza a kalóriadús ebédet és uzsonnát is.

Felvilágosítás és jelentkezés:

Gyepes Lajosnál (Erzsébet Királyné díjas, olimpikon úszóedzőnél) a 06-30-293-7302-es telefonszámon 10,00-18,00-ig.

Minden érdeklődőt szeretettel várunk!

TENISZTÁBOR A RÓMAI-PARTON

Helyszín:

Hotel Noé, Római-part, Királyok útja 301.

A tábor 5 napos kurzusokkal hétköznapokon

9,00-16,00 óráig tart. Az oktatás három tenispályán 4-6 fős csoportokban zajlik.

A foglalkozásokat Gráczol Ágnes testnevelő-teniszedző tartja.

Időpontok:

július 20-24-ig, július 27-31-ig,

augusztus 17-21-ig, augusztus 24-28-ig.

Résztvételi díj: 18.900,-Ft/fő, amely tartalmazza a teniszkutatást, a pályabérletet, a teniszlabdák, illetve az egyszeri étkezés költségét.

Szükség esetén teniszütő biztosított.

Információ: Hotel Noé recepció: 454-0742



Dr. Toldi Implantologia

- **FOGBEÜLTETÉS, IMPLANTÁCIÓ**
- **ESZTÉTIKAI PÓTLÁSOK**
- **FOGSEBÉSZETI MŰTÉTEK**
- **ALSÓ KIVEHETŐ FOGSOR STABILIZÁLÁSA**
- **3DIMENZIÓS IMPLANTÁTUM TERVEZÉS**
- **SZÁJPADLÁS NÉLKÜLI KIVEHETŐ FOGSOR**

Bankkártyát elfogadunk

E-mail: drt@enternet.hu • Web: www.drtoldi.eu

RENDELÉS: BEJELENTKEZÉSRE

TELEFON: 368-3850, Fax: 437-0164

www.dentalwellness.hu • e-mail: info@dentalwellness.hu

1039 BP., KALÁSZI UTCA 20.

Elérhető a drága benzin ellenszere

COMTEX Green Zrt.

A tisztán elektromos meghajtású jármű használata mindennapjainkban többé nem a jövő ígérete. Már hazánkban is megrendelhető a világszerte ismert REVA elektromos jármű. A környezetbarát „villanyverda” már két típusal van jelen Magyarországon; az energiatakarékos „zöld” autó Budapesten és Debrecenben kapható.

Az Európában, Indiában, az USA-ban és Japánban is népszerű REVA a kizárólagos forgalmazó Comtex GREEN Elektromos Járműtechnikai Zrt. jóvoltából mostantól Magyarországon is kapható. A zero emissziójú „villanyverda” hatótávolsága 80 km, végsebessége pedig 80 km/óra. A nagyvárosi forgalomban ideális, könnyen vezethető autó teljesen automatikus – vagyis kuplung és váltó nélkül vezethető –, két felnőtt és két gyermek számára kényelmes férőhelyet biztosít. Kis fordulási sugara miatt (3,5 m) könnyen irányítható, egyszerű vele a parkolás, és még a nehéz városi közlekedési viszonyok közepette is remekül végrehajthatóak vele a különböző manőverek.

A nulla szén-dioxid kibocsátás a járművet meghajtó akkumulátornak köszönhető. Ennek teljes feltöltése – jelenleg – 389 forint, tehát fogyasztása nem egészen 5 Ft/km. A fedélzeti töltő bármilyen szabvány dugaljhoz csatlakoztatva könnyedén feltölti a járművet.

Mostantól még többet tehetünk nagyvárosaink levegőjének tisztaságáért. A Comtex Green hazai forgalmazásában a „villanyverda” Magyarországon is kapható. Vásárlás előtt pedig ki is lehet próbálni az autót, június 30-ig ingyenes tesztvezetésre is lehetőség van, melyre a www.villanyverda.hu oldalon lehet feliratkozni. Az elektromos autó Budapesten az Aréna Plázaiban, illetve Debrecenben a János u. 11-15-ben megtekinthető és megrendelhető.

Tények a járműről

- Kaliforniában fejlesztették
- Gyártója a Kanadai-USA-Indiai vegyesvállalat, a



REVA Electric Car Company Ltd. Bangalore-ban • 1994 óta fejlesztik, 2001 óta gyártják, 2005 óta forgalmazzák Európában

• Magyarországi kizárólagos forgalmazója a

COMTEX GREEN Elektromos Járműtechnikai Zrt.

• A jármű szén-dioxid és egyéb károsanyag kibocsátása nulla.

• Teljes feltöltése – jelenleg – 389 forint, tehát fogyasztása nem egészen 5 Ft/km.

• Az „alap REVA”, azaz az ólom akkumulátoros REVAi teljes töltési ideje 8 óra, hatótávolsága 80 km

• A REVA L-ion teljes töltési ideje 6 óra, hatótávolsága 120 km

• A benzines autókhoz képest „tankjának” feltöltése heted annyiba kerül, a biztosítási költség a hagyományos autó biztosításának hatoda, a gépjárműadó ötöde, és a szerviz költsége is jóval olcsóbb.

• Egy 1.4L-es benzines gépkocsit véve alapul annak éves összköltsége körülbelül 700 ezer forint, míg a REVAi-é kevesebb, mint 200 ezer.

<http://www.villanyverda.hu/elonyok.html>

További információ a COMTEX GREEN Elektromos Járműtechnikai Zrt. vezérigazgatójától,

Szabó Jánostól kérhető,

a 06/30/9358-222-es telefonszámon, vagy az info@villanyverda.hu e-mail címen.



BIO dental praxis & labor



- Színvonalas fogászat igényes környezetben
- Rendelő és fogtechnikai labor egy helyen

- | | |
|-------------------------------------|-------------------------|
| – Esztétikai fogászat | – Esztétikus fogtömések |
| – Implantológia | – Gyökérkezelés |
| – Fémmentes esztétikus fogpótlások: | – Ínyproblémák kezelése |
| o Zirkónium | – Szájsebészet |
| o Procera/Ceramill | – Mosolytervezés |
| o Préskerámia (Empress) | – Digitális röntgen, |
| – Hidak, koronák | panorámaröntgen |

Cím: 1031 Budapest, Római tér 3. I. em.
(Posta és a patika fölött)

Tel.: 06 (1) 4360-006

Fax: 06 (1) 4360-007

BEJELENTKEZÉS:
H-P: 9.00–19.00-ig

Tisztelettel várjuk Önöket!

Bringóvár - MARGITSZIGET

KERÜLETEK HÓNAPJA A MARGITSZIGETEN

Július 01.: I. kerület

Július 02.: II. kerület

Július 03.: III. kerület

Július 06.: IV. kerület

Július 07.: V. kerület

Július 08.: VI. kerület

Július 09.: VII. kerület

Július 10.: VIII. kerület

Július 13.: IX. kerület

Július 14.: X. kerület

Július 15.: XI. kerület

Július 16.: XII. kerület

Július 17.: XIII. kerület

Július 20.: XIV. kerület

Július 21.: XV. kerület

Július 22.: XVI. kerület

Július 23.: XVII. kerület

Július 24.: XVIII. kerület

Július 27.: XIX. kerület

Július 28.: XX. kerület

Július 29.: XXI. kerület

Július 30.: XXII. kerület

Július 31.: XXIII. kerület

Júliusban egy-egy meghatározott napon
Budapest valamennyi kerületének lakója

50 % kedvezménnyel

veheti igénybe kölcsönzési szolgáltatásainkat!

Az akció feltétele érvényes lakcímkártya bemutatása.

A Rendezvény támogatója:



H-3394 Egerszalók, Széchenyi út 31.
Tel.: (+36-36) 574 500 Fax: (+36-36) 574 505
e-mail: info@shiraz.hu www.shiraz.hu

MINDEN NAP 8 órától sötétedésig

www.bringohinto.hu • Tel.: 329-2073

VÁRUNK A MARGITSZIGETEN A 26-OS AUTÓBUSZ
„HALASTÓ – SZÁLLODÁK” MEGÁLLÓJÁNÁL!

Velünk kerék a világ!

CSOMAGTARTÓK

MINDEN TÍPUSÚ NYUGATI AUTÓRA IS



Bp., XIII. Jász u. 62.

Tel.: 330-6395, 237-0890

Nyitva: H-P 9-16 óráig

Tekintse meg honlapunkat:

www.csomag tarto.com



KÍNÁLATUNKBÓL:

- KERÉKPÁRTARTÓK
- CSOMAGTARTÓ
- TETŐBOXOK BÉRELHETŐK
- SÍLÉCTARTÓK
- AUTÓMAXI KÉPVISELET
- MIKROBUSZOKRA CSOMAGTARTÓK ÉS SZÁLANYAG SZÁLLÍTÓK KAPHATÓK

Használt csomagtartók
visszavétele

GOMBOS-FÉLE TÍPUSCSOMAGTARTÓK

www.pedalos.atw.hu

„Pedalos” KERÉKPÁR JAVÍTÓ ÉS UTÁNFUTÓ KÉSZÍTŐ

schwinn csepel márkaszerviz

kerékpár javítás - felújítás - beszerzés

kerékpár utánfutó gyártás - kölcsönzés

kerékpáros kiegészítők

teremedző gépek javítása



NYITVA TARTÁS H.-P: 10⁰⁰ - 17⁰⁰, SZ.: 09⁰⁰ - 13⁰⁰

1039 Deák utca 12. T.: (20) 994-6614

e-mail: pedalos2@t-online.hu

STIHL

SAKKERESKEDÉS
ÉS SZERVIZ

VIKING

MINDENT A KERTNEK!

Bp. III., Miklós u. 11.

Tel.: 250-8291

Nyitva: H: zárva,

K-Sz-Cs: 8.00-17.00-ig,

P: 8.00-16.00-ig,

Szo.: 8.00-13.00-ig.

STIHL és **VIKING**

gépek és alkatrészek
értékesítése.

CREDIGEN

Áruhitel helyszíni ügyintézés
a csillaghegyi üzletünkben.

www.erparker.hu

HIRDESEN a Római Parti Hírekben!

Tel.: 240-3048 • www.romaifurdo-se.hu



Átváltoztatjuk

Múltkori lapszámunkban megjelent felhívásunkra jelentkezők közül a szerencse Szepesi Imolának kedvezett. Imola 36 éves két éves kislányával tölti otthon a GYED napjait. A csillaghegyi **Gábrriel Stúdióban** Rácz Éva kozmetikus és Rácz-Bódi Andrea fodrász vállalta a változtatás varázslatát. Csiribú, csiribá, lássatok csodát!



Imola előtte és utána. A farmer+pólót felváltó szexisen nőies ruhát, a kiegészítővel együtt **Bertalan Adrienn** stylist (Tel.:06 30 414 5496) álmodta Imolára. Hogy mit szólt Imola két éves csemetéje a változás láttán? Legyen az az ő titkuk. A **Római Parti Hírek** és a **Gabriel stúdió** szépsései továbbra is várják a jelentkezőket személyesen az üzletben, vagy emailen az rph@romaifurdo-se.hu címen életkor, esetleg fénykép csatolásával. **Sorsolás augusztus 20-a után.**

Gabriel Stúdió	Gabriel Stúdió	Gabriel Stúdió
FODRÁSZAT	KOZMETIKA	PEDIKÚR-MANIKÚR
Gyerek hajvágás: 1300 Ft	Nagykezelés: 7500 Ft	Gyógypedikúr 2500 Ft
Férfi modern hajvágás: 1700 Ft	ultrahanggal	Japánmanikúr 2500 Ft
Női rövid hajszáritás: 2000 Ft	Arcmasszírozás: 3000 Ft	Műkörömépítés 4900 Ft
Női rövid haj berakás: 2000 Ft	Gyanták: 600-4500 Ft	Parafinos kézápolás 1200 Ft
Vágás-száritás (r. h.): 3000 Ft	ÉVA: 20-368-3448	BÖBE: 30-246-0810
Egész hossz festés, vágás, száritás (rövid haj): 5700 Ft		MANIKÚR - MŰKÖRÖM
Dauer, vágás, száritás: 5500 Ft		KRISZTI: 70-703-6099
(rövid haj)		NYITVA:
Melír, vágás, száritás: 6200 Ft		H-P: 9-20
(rövid haj)		Szo.: 9-13
KRISZTI: 20-460-2289		
ERIKA: 20-595-0253		
ANDI: 20-968-7026		
www.gabrielstudio.hu		
AJÁNDÉKOZZA MEG SZERETTEIT ÚTALVÁNYAINKKAL!		
BUDAPEST, 1039 POZSONYI U. 32. Üzlet telefon: 240-9271		



ZOZO SPORT CSILLAGHEGY SZABADIDŐ ÉS SPORTRUHÁZAT

ÚJ NYÁRI KOLLEKCIÓ ÉRKEZETT!



1039 Budapest,
Mátyás király út 5.
Telefon:
06-20-9-552-564

Nyitva tartás:
H-P: 10-18,
Szo.: 9-13



BEPA®

Az otthon varázsa

FÜRDŐSZOBA • CSEMPE • PADLÓLAP
Olaszországból.

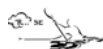
ÁLLANDÓ AKCIÓK!
DÍJTALAN HÁZHOZZÁLLÍTÁS!

BP. III. BÉCSI ÚT 232.

BP. IX. SOROKSÁRI U. 106.

VASÁRNAP is nyitva
tartunk 9-16 óráig!

www.bepa.hu
bepa@bepa.hu



KÖRNYEZETVÉDELEM

SEGÍTSÉG! DENEVÉR REPÜLT A LAKÁSBA!

Ilyenkor a tavaszi-nyári eleji időszakban gyakran fordul elő, hogy denevér repül be az ablakon. A denevérek szempontjából aktív periódus – április elejétől október végéig – második felében a fiatal denevérek repképessé válnak, de még gyakorlatlanok szálláshelyük pontos meghatározásában. A fiatal példányok tehát tájékozódási hiba miatt választják a nyitva hagyott nyílászárók réseit lehetséges szálláshelynek. De megvilágított ablakok előtt repkedő táplálékállatok tömege is vonzza a denevéreket.

Ha denevér repül be az ablakon, semmi esetre se kezdjük üldözni az állatot! Egy viszonylag nagy szoba sem nyújt a nagytű denevérek többségének akkora szabad légteret, hogy abban akadálytalanul tudjanak repülni. Nyugodt manőverezési lehetőségek és alkalmas kapaszkodóhelyek hiányában a falon megpihenni vágyó megrémült állat rövid időn belül megszűnik és a szoba berendezési tárgyaira vagy közvetlenül a földre esik.

Ahova a denevér berepült, onnan általában ki is tud jutni! Táruk ki az ajtót, ablakot, tegyük szabaddá a kirepülés útját (húzzuk el az ablak előtti függönyt), így a szobába betévedt denevér valószínűleg távozni fog. A lámpafény a denevér tájékozódó képességét alapvetően nem befolyásolja, de jobb, ha ilyenkor lekapcsoljuk a villanyt, ez az állapot jobban hasonlít a természetes körülményekre. Ha mégsem találja ki, vagy a denevért már a földön találjuk, egy vastagabb bőrkesztyű, esetleg törülköző, felmosóruha vagy (végsőként) kislapát segítségével felemelhetjük.

Az állat az ablakpárkányra helyezve szabadon engedhető. A denevér ablakon való kihajtása azonban tilos, mert a megriadt, esetleg sérült állat a váratlan földet érés következtében elpusztulhat!

Szabad kézzel sose érintsük az állatot, mert mint bármely vadállat, védekezni fog a kézbevitel ellen, haraphat is! A szabadon engedést minden esetben sötétedés után végezzük. Ha napközben találunk az állatra, várjuk meg az estét. A legjobb tárolóeszköz addig a kartondoboz, amelyre

üssünk egy ceruzával, tollal 20-30 lyukat. Időközben az állat „bealudhat”, de az ablakpárkányon (mindig magas helyre tegyük!) felébreszti magát. Ha a denevér láthatóan valamilyen sérülést szenvedett (képtelen repülni, vérzik, láthatóan csonttörést szenvedett), hívjunk állatvédelmi szakembert, megérkezéséig pedig egy kisebb, zárt vagy lefedett kartondobozban tarthatjuk a bőreget.

Segítség Budapestén a Magyar Madártani és Természetvédelmi Egyesülettől kérhetünk:

1121 Budapest, Költő u. 21.
Tel: 275-6247

Fontos tudni!

Bármely, védett faj (így a denevéreket is), vagy annak élőhelyét érintő tevékenység esetén be kell szerezni az illetékes természetvédelmi hatóság (nemzeti park) engedélyét. Különösen érvényes ez a panelépületek szigetelésére, az ezt természetvédelmi szempontból szakszerűtlenül végző munkások védett denevérek tömegeit pusztíthatják el illegálisan!

A denevérek valamennyi faja védett hazánkban. Egy példányának pénzben kifejezett értéke 10.000 Ft.

Forrás: www.kothalo.hu

ZÖLD HÍREK

KukaDiéta verseny

Őn szerint mennyi szemét kell a teljes élethez? A HuMuSz (Hulladék Munkaszövetség) szerint semennyi. Hogy ezt bebizonyítsa, kukadiéta versenyt hirdet!

Persze a jelenlegi körülmények között nem könnyű megoldani a szemétkes életet, de sok mindent tehetünk azért, hogy minél kevesebb tárgy, anyag, érték landoljon a kukában. Ehhez csak arra van szükség, hogy átgondoljuk fogyasztási szokásainkat és kis kreativitással megtaláljuk azokat a pontokat, ahol változtatni tudunk. Sok jó példát találunk már most is a háztartásokban. A HuMuSz most ezeket szeretné egybegyűjteni és megjeleníteni honlapján.

Érdeklődéssel várják az Ön kukadiéta programját is! Ön hogyan csökkenti a kukába kerülő hulladéka mennyiségét? Nem csak nagy újdonságokra kíváncsiak, hét-

köznapi példakkal is bátoríthatjuk egymást. A legösszetettebb, legtöbb ötletet tartalmazó és legkreatívabb javaslatcsomagokat jutalmazzuk.

Töltse ki és a versenyhez tartozó kérdőívet 2009. augusztus 31-ig!

Részletek:

www.kukadieta.humuszu.hu

Hőszigetelt jégkocka

A Környezetvédelmi Világnapon a Reflex Környezetvédő Egyesület kicsomagolta azt a győri Megyeháza előtti téren felállított, hőszigetelt jégkockát, amely 2009. április 8-tól viselte az időjárásviszontagságait. A jégkocka meglepően jól viselte az elmúlt két hónap szokatlanul meleg napjait is.

Az eredetileg 120x120x120 cm-es jégkocka mérete 112x113x115cm-re csökkent. A jégkömb tehát az eredeti méretének csak alig több mint 15 %-át veszítette el, 84,23 %-a megmaradt, bizonyítva azt, hogy jó hőszigeteléssel milyen sok energiát, s pénzt lehet megtakarítani, mellesleg a kevesebb energiafelhasználással az ember még a környezetet is kíméli. A Jégkocka akció során bárki megtippelhet, hogy a jégkömb hány százaléka marad meg június 5-ig. Közel 300 tippből a legtöbben helyesen jósolták meg az olvadás várható mértékét.

Júliustól kötelező elemgyűjtés

Sok kereskedő nem tudja, hogy július elsejétől kötelező gondoskodniuk a száraz-elemek visszagyűjtéséről. A kereskedők ingyenes gyűjtőtárlat igényelhetnek az elemek visszagyűjtését koordináló Re'lem Kht.-tól. A kereskedő nem csak azt az elemet köteles visszavenni, amelyet ő maga adott el. Ha valamely üzlet nem tesz eleget a visszavételi kötelezettségének - a boltban nincs ott a megfelelő gyűjtőedény - akár százezres bírságra számíthat, amely alól nincs kivétel. A hazai lefedettség már most is kiemelkedő nemzetközi szinten, a visszavitt mennyiség pedig megfelel a törvény által jelenleg előírt mértéknek. Igazi előrelépés természetesen az elemmel működő berendezések és ezzel együtt az elemek mennyiségének csökkenése vagy legalább akkumulátorra való cseréje lenne.

Gazdaságos és ökológikus szúnyogirtás Olaszországban

Rovarirtók nélkül, nulla ráfordítással sikerült kiirtani a szúnyogok javarészt az olaszországi Novara megye rizsföldjeiről. A módszer viszonylag egyszerű volt: csak a rovarok természetes ellenségeit, a békákat és a szitakötőket kellett hozzá „helyetbe hozni”.

A modern rizstermelés ciklusaiban hamarabb lecsapolják a vizet a növényről, aminek következtében szárazabb lesz a föld. Ezzel együtt jár a vízben élő organizmusok, köztük a békák és a szitakötők, illetve tojásaik elpusztulása, ami viszont a szúnyogok elszaporodását eredményezi. A Corriere della Sera olasz napilap tudósítása szerint a pavai egyetem biológusainak tanácsára a rizstermelők folyamatosan, a száraz periódusok idején is tartottak vizet egy csatornában. Így tovább élhettek a békák és a szitakötők - és jaj volt a szúnyogoknak, amelyeknek 40-60 százaléka az ellenség gyomrában végezte.

Forrás: *greenfo*

PROGRAMAJÁNLÓ

Duna Delta – élet a folyó és a tenger között fotókiállítás

2009. jún. 22 - júl. 3-ig láthatóak a Környezetvédelmi és Vízügyi Minisztérium Zöld Galériájában (1011 Budapest, Fő utca 44-50.) a Nemzetközi Természetbarát Szövetség (NFI) és a Nemzetközi Duna Védelmi Bizottság (ICPDR) fotóversenyének legjobb darabjai. A verseny célja az volt, hogy felhívja a figyelmet a Dunára, mely összekötő híd a természet, a kultúrák és az emberek között.

Közel három ezer fotó érkezett 22 országból. A legjobb alkotásokat 2009-ben vándorkiállításon mutatják be a Duna menti országokban, ennek első állomása Magyarország. A 28 fotóból álló kiállítás a hazai Duna napi ünnepségek része. A Duna-medencei országok az idén hatodik alkalommal ünneplik a június 29-i nemzetközi Duna Napot.

*Az oldalt Szűcs Boglárka
szerkesztette*

Cicák, könyvek és egy élet „Szeretem őket, mert szeretni kell valakit.”

Bozsoki Nagy Edith Rómaifürdőn él. Ő a cicák, macskák védelmezője, szószólója. Sok kóbor állat talált nála menedéket, vagy általa szerető gazdát. Könyveiben macskatörténeteket, macskasorokat mesél el. Minden cicabarátnak, vagy csak ezután barátkozóknak ajánljuk.

„Hogy miért szeretem a macskákat?

Nem csak azért, mert ártatlanok, gondozásra szoruló, puhaszőrűek, hízelegnek, kecsesen mozognak - egyszerűen szeretetre méltóak, örömet szereznek.

Szeretem őket, mert olyanok, mint én. Hűségek, büszke, önfejlő egyéniségek, de lelkük mélyén végtelenül érzékenyek.

Szeretik a szabadságot, de elfogadják a rendszert. Tisztaságszeretők, intelligensek, és kölcsönösen megértjük egymást. Ők inkább testükkel, lábukkal, farkukkal, szőrükkel és tekintetükkel beszélnek. Hangot csak félelem esetén hallatnak.

Unatkozni vagy depresszióba esni nem lehet mellettük, nekem ők jelentik a társakat.”

(A szerző)



Társasházi pályázat vissza nem térítendő támogatással

Információs portállal és pályázat útján elnyerhető, nettó 5 100 000 forint vissza nem térítendő támogatással segíti saját forrásból az OTP Bank a hazai társasházakat és lakásszövetkezeteket.

Napjainkban egyre fontosabb kérdés, hogy korszerű technikával készült-e otthonunk szigetelése, lehetőség van-e megújuló energia felhasználására, szelektív hulladékgyűjtésre, biztonságos és zöld lakókörnyezet kialakítására. Legalább ugyanennyire fontos, hogy

akadálymentesített lakóépületek, kerékpártárolók és egyéb hasznos közösségi terek álljanak a lakók rendelkezésére.

A környezettudatosság és a közösségi célok támogatására az OTP Bank pályázatot írt ki, amelynek segítségével az ország bármely településén élő lakókörösség hasznos, környezetbarát fejlesztéseket valósíthat meg. A Társasházi pályázat három kategóriában érhető el: *Környezetvédelem, Közösségépítés és Életminőség-javítás*. A bank összesen nettó 5,1 millió forint vissza nem térítendő támogatást biztosít 9 nyertes pályázó részére. Az egyes kategóriákon belül 1 millió, 500 ezer és 200 ezer forint támogatási összegre

lehet pályázni.

A pályázat gyorsan és egyszerűen elkészíthető, ugyanis nincs szükség engedélyek és hatósági papírok beszerzésére, mindössze egy oldalban kell összefoglalni, hogy a beruházás milyen mértékben szolgálja a közösségi érdekeket és a környezet minőségi javítását. A pályázatokat online (a www.hazforum.hu weboldalon keresztül) vagy postai úton (OTP Bank Társasházi Pályázat 2009., 1550 Budapest Pf. 195. címre) július 10-ig lehet benyújtani. Az elbírálásban a Társasházak és Társasházkezelők Országos Egyesülete is részt vesz. A pályázatnak fontos közösségépítő szerepe lehet,

ennek segítségével a lakókörösségek egyszerűen felmérhetik, milyen célok magvalósítása javítaná komfortérzetüket, környezetüket, mondta dr. Bék Ágnes, a szakmai szervezet elnöke.

Az OTP Bank létrehozta a www.hazforum.hu weboldalt, amely segítséget nyújt mindazoknak, akik további részleteket szeretnének megtudni a társasházi pályázat feltételeiről. A www.hazforum.hu oldalon ezen kívül társasházakat és lakásszövetkezeteket egyaránt érintő aktuális hírekről, valamint a szakmai szervezetek 2009-es eseményeiről is olvashatnak az oldalra látogatók.

Közhasznúsági jelentés 2008. évről

Vargabetű Klub-Műhely Egyesület
1038 Budapest, Tánácscs M. u. 24.

Adószám: 18083378-1-41

A Vargabetű Klub-Műhely Egyesületet a Fővárosi Bíróság 1996. augusztus 29-én a 7. Pk. 60953/1996-os számon vette nyilvántartásba. Az Egyesület 1998. január 1-től, mint kiemelkedően közhasznú szervezet tevékenykedik. Közhasznú besorolásának nyilvántartási száma: 7171 Kiemelten közhasznú tevékenységét elsősorban dropprevenciót célzó közösségi tér biztosítása során klubok, szabadidős programok szervezésével, és a részurólók munkaerő-piaci felkészítése és elhelyezkedés segítése területén fejti ki, amely során a fiatalok és felnőttek érdekvédelme, iskolarendszeren kívüli felnőttoktatása, tranzitfoglalkoztatás, pszichoszociális gondozás, személyre szabott fejlesztés - önmenedzsment, munkaerő-toborzás, -követítés, - elhelyezés területére fókuszál.

2008. évben főfoglalkozású munkatársak száma 4 fő volt. Megbízási szerződést elsődlegesen elméleti oktatókkal és más, speciális szolgáltatást végzőkkel kötöttünk (Pl. oktatási szakemberek, könyvelő, alapítványok stb.).

Az elmúlt, 2008. évben elsődlegesen a szakmai munkavégzés feltételeinek a megtartására, a várható tendenciák felmérésére, értékelésére, a munkaerő-piaci helyzet változására, igényeire, ezek alapján a szükséges folyamatok biztosítására helyeztük a hangsúlyt.

Az Európai Unió pályázatokon nyert és 2008. évben megvalósított HEFOP 2.2.1 projekteken belül a szociális szakemberek munkaerő-piacra felkészítő munkájának a segítése, szakmai színvonalának emelése volt az elsődleges célunk.

II. Kimutatás a költségvetési támogatás felhasználásáról
Óbuda Békásmegyer Önkormányzata 2008. évben 5.000.000.-Ft működési támogatásban részesítette egyesületünket, amelyet az egyesület működéséhez, a székhely fenntartási költségéhez használtak fel. Emellett nyári tábor szervezési költségeihez, a karácsonyi ünnepségek bensőségebb ünnepléséhez és szerény ajándékozási lehetőséghez nyújtott támogatást.

III. Kimutatás a vagyon felhasználásáról

Az értécsökkenési leírának eredménymódosító hatása van, amelyek elszámolása a kis értékű tárgyi eszköz beszerzésen kívül nem jelentett pénzkiadást, összesen 1.301.000,- Ft volt.

IV. Kimutatás a cél szerinti juttatásról

Támogató neve	Beérkezett támogatások ezer Ft)
ESZA Kht. HEFOP 2.2.1-06/1.-2007-03-0044/4.0	7.294.372,-
„Fókuszban a Munkaerőpiac” szociális szakemberek munkaerő-piaci továbbképzése	
ESZA Kht. HEFOP. 2.2.1.-06/1.-2007-03.01-0198/4.0	451.000.-
Józan szenvedélybetegek munkába állását segítő szakemberek komplex képzése	
Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata:	
Zöldfelület gondozás	150.000.-
Karácsony nehéz időkben is szeretettel, közösséggben	175.000.-
Vízitúra Vargabetűvel a hátam mögött a Mosoni Dunán	90.000.-
Budapest Főváros Önkormányzata, Esélyegyenlőségi, Foglalkoztatáspolitikai és Kisebbségi Bizottság Foglalkoztatás elősegítése munkaerő-piaci szolgáltatások nyújtásával	400.000.-
Beérkezett támogatások összesen:	8.560.372,-

Egyesületünk célszerinti juttatásban nem részesített szervezeteket, sem belső, sem külső magánszemélyeket.

V. Kimutatás a Közhasznú tevékenységre kapott támogatásokról és a realizált árbevételről

VI. Kimutatás a vezető tisztségviselőknek nyújtott juttatásokról

A Vargabetű Klub-Műhely Egyesület 2008. évben a vezető tisztségviselőket nem részesítette juttatásban.

VII. Szöveges beszámoló a közhasznú tevékenységről
A Vargabetű Egyesület 2008. évben a Magyarországi foglalkoztatási projektekt, különös tekintettel az EU-s támogatások felhasználására és szakmai munka értékelésére, a munkaerő-piaci anomáliák, tendenciák felmérése alapján végezte tevékenységét. Ennek ellérére ismét nehéz, pénzügyileg átgondolt gazdálkodást valósítottunk meg. A Vargabetű Egyesület 2008. évben negatív eredményt zárt a gazdálkodása során, amikor is bevételei nem fedezték a tárgyévben figyelembe vehető költségeit így a tárgyévi közhasznú eredménye 5.255.000-Ft, amely elsődlegesen a hazai humán erőforrás fejlesztéshez kapcsolódó pályázati rendszer sajátosságai, valamint az országos forráshiány idézett elő.

Kiemelkedő tevékenységaink a következők voltak:

2008. évben a szakmai munkavégzés feltételeinek a megtartására, a gazdasági recesszió határa kialakult munkaerő-piaci helyzetben a munkavállalók és munkáltatók igényei alapján a fejlesztés mellett a szociális ágazatban tevékenykedő segítőik felkészítésére és a dropprevencióra helyeztük a hangsúlyt.

1. Felújítás

Egyéni és csoportos fejlesztésre valamint 35 fő képzésére alkalmas előadótermeket újítottunk fel, és az épület előkertjét sikerült szépé tennünk.

2. Képzés

2.1. *Társadalmi befogadás elősegítése a szociális területen dolgo-*

zó szakemberek képzése

A Vargabetű Klub-Műhely Egyesület és az Óbudai Családi Tanácsadó és Gyermekvédelmi Központ "Fókuszban a munkaerőpiac" címmel, Európai Unió által támogatott HEFOP 2.2.1 projektet valósított meg a munkanélküliekkel aktív kapcsolatban tartó szociális területen dolgozó 35 szakember ill. önkéntes számára.

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap Társfinanszírozásával valósult meg.

A képzés eredményeként a szociális szakemberek, önkéntesek a képzés során az elsajátított tudás és kompetenciák birtokában hatékonyabban végezhetik tevékenységüket, szakszerűbben segíthetik ügyfeleiket az elsődleges munkaerő-piacra jutáshoz és a munkahely megtartásához.

A képzést attitűdvizsgálat kísérte, amelynek célja volt a lehetséges pozitív attitűdváltozás nyomon követése a hallgatók képzés eleji - és végi viszonyulása, valamint a kontrollcsoport véleménye között. A kérdőív arra is választ adott, hogy a hallgatók mennyire voltak előítéletesek a munkanélküliséggel, és az álláskeresőkkal szemben. A képzés végére dokumentálhatón megindult a hallgatók attitűdváltozása és empátiás készségeinek fejlődése a képzés elejéhez képest. 2.2. *Józan szenvedélybetegek munkába állását segítő komplex képzés*
A Tiszta Jövőért Alapítvány és a Vargabetű Klub-Műhely Egyesület a projekt keretében különböző fővárosi szociális intézmények, és a - 31 civil tagszervezetet tömörítő - Magyar Dropprevenció és Ártalomcsökkentő Szervezetek Szövetsége (MADASZSZ) szakemberei számára nyújtottunk komplex képzést annak érdekében, hogy a hozzájuk forduló, a munkaerőpiacon hátrányos helyzetű csoport - a józan szenvedélybetegek - társadalmi és munkaerő-piaci be- és visszailleszkedését személyre szabottan támogassák, foglalkoztatási esélyeiket növeljék.

Erre azért volt szükség, mert a leáltt szenvedélybetegek a rehabilitációt követő társadalmi visszailleszkedés folyamatában a munkakeresés a legkritikusabb pont. A szerhasználó egyén szociális kapcsolatrendszere beszűkül, elsorvad, ismeretei elavulnak, nincs megfelelő tapasztalata, képessége, képzettsége a munkahely megszerzéséhez. A rehabilitációt követően ilyen élethelyzetben nagyon nehéz az újraindulás, amhez a segítőik felkészültsége nélkülözhetetlen.

A projektben tesztelt speciális képzési programot fejlesztettünk ki amely a későbbiekben is felhasználható, ez biztosítja a projekt eredményeinek elterjesztését és folyamatos fenntartását.

A Tiszta Jövőért Alapítvány az önismereti modult, a Vargabetű a pályaorientációs és munkaerő-piaci modulok készítését valósította meg, amelyben 53 szakember továbbképzésére került sor.

2.3. *Ipari alpinista képzésére való felkészülés*

Az Országos Képzési Jegyzék (OKJ) változása lehetővé tette, hogy a régóta munkaerő-piaci igényként jelentkező ipari alpinista szakirányban fejlesszünk ki képzést. A tematikát elkészítettük, a feltételeket megteremtettük, amely alapján 2009. évben a képzés elindulhat.

2.4. *Textilfestő tanfolyamok*

A textil "szerelemesei" számára textilfestések egyedi, házilag elvégezhető módszereit tanítottuk meg összesen 40 fő számára. A családias hangulatban gyönyörű kelmék, textíliák, faliképek készültek el különféle szín és stílusvilágban.

3. Munkaerő-piaci felkészítés,

3.1. *Munkaerőpiaci felkészítés a közhasznú foglalkoztatásban lévővők számára*

A 2008. évben intézményi szintű együttműködés keretében a Ill. kerületi Óbudai Rehabilitációs Központtal együttműködve az Óbuda-Békásmegyer Önkormányzatban és intézményeiben közhasznú foglalkoztatásban lévőket, összesen 35 fő fejlesztettünk az elsődleges munkaerő-piacra juttatásának segítése, a közhasznú időszek lejártát követően a sikeres elhelyezkedésük érdekében.

A megismerkedést, célok tisztázását és az együttműködés formáinak kialakítását követően havonta egy fejlesztési napon fejlesztettük személyes kompetenciáikat, amely alapján önállóan képesekké válnak a munkakeresésre, az önmenedzsmentre, ezáltal a sikeres elhelyezkedésre.

A fejlesztés eredménye:

Fejlesztésben résztvevők közül:	35 fő	100%
Elhelyezkedett:	12 fő	34%
Állásigérlettel rendelkezik:	6 fő	17%
Egyéni álláskeresősi konzultációban részesül, állást keres:	13 fő	37%
Jelenleg nem keres állást:	2 fő	6%
Nem jár álláskeresősi konzultációra:	2 fő	6%

3.2 *Komplex program az álláskereső és inaktív emberek foglalkoztatásáért*

A Máltai Szeretetszolgálat Álláskereső Irodájával együttműködve a Közép-magyarországi Regionális Munkaügyi Központ (KMRMK) felkérésére a Közép-magyarországi Régió Észak-budai kirendeltség és a Szentendrei kirendeltség vonáskörzetében 2008. január elseje és 2009. december 31. között az Új Magyarország Fejlesztési Terv Társadalmi Megújulás Operatív Program (TÁMOP) 1.1.2. intézkedésének regionális programja keretében hátrányos helyzetű álláskereső és inaktív személyek munkaerő-piaci (re)integrációját valósítjuk meg.

A program célja a Közép-magyarországi régióban élő, hátrányos helyzetű emberek számára biztosítani annak lehetőségét, hogy a nyílt munkaerőpiacra visszaküljének és ott hosszú távon meg is

maradjanak. Másodlagos (de nem kevésbé fontos) cél, hogy a munkaügyi központ a civil szervezetekkel az eddigieknél szorosabb és más jellegű együttműködés lehetőségét teremtes meg, illetve új szolgáltatások (pl. életpályaterv) beemelését a hátrányos helyzetű álláskeresők speciális problémáinak kezelésére.

A projekt keretében nyújtott szolgáltatások:

Egyéni tanácsadási formák:

- munka-, pálya-, álláskeresősi-, rehabilitációs tanácsadást
- Csoportos tanácsadási formák

- motivációs csoportfoglalkozást
- álláskeresői technikák oktatását
- álláskeresői tréninget
- kulcskompetencia fejlesztést
- személyiségfejlesztő tréninget

3.3 *Komplex program az álláskereső és inaktív emberek foglalkoztatásáért*

Ez évben is nyitottan, bárki számára hozzáférhetővé tettük a sikeres munkaerő-piaci elhelyezkedést célzó, személyre szabott szolgáltatásunkat.

A munkaerő-piaci fejlesztés, álláshoz jutás segítése során személyes felmérés, a személyes kompetenciák szintjének megismerését követően az egyéni célokat azonosítottuk be, amely során reális egyéni célkitűzések megvalósítását kezdhettük meg.

A fejlesztés kitért a

- személyes felmérés
- egyéni célok beazonosítása, reális célok kitzése,
- szükséges fejlesztés meghatározása,
- együttműködés - fejlesztés
- álláskeresős
- önmenedzsment
- elhelyezkedés, beilleszkedés segítése

4. *Vállalkozások működésének segítése*

Kezdő és fiatal vállalkozások napi izletmenetének gesztését végeztük folyamat tanácsadás keretében. A vállalkozások elmondása alapján komoly segítséget jelentett számukra az információk és tapasztalatok átadásán túl a más vállalkozások tapasztalatainak egyedi megoldások megismerése.

4. Dropprevenció, környezettudatos nevelés, közösségi programok, klubok, nyári táborok

4.1. *Zeneklub*

A klub alkalmakon résztvevő 12-30 éves fiatalok elsődlegesen elektronikus és dobgitáron alapokat tanultak meg, megismerkedtek több stílussal - a sláger eleinte a rock, később a latin volt. Páran már olyan szintű gitártudásra tettek szert, hogy közösségi programokon a klubvezető irányításával fellépést is el tudtak vállalni (Pl. Civil és Esélyegyenlőségi Nap, KEF szerződés ünnepi aláíró eseménye, Vargabetűs Karácsony).

4.2. *Dropprevenciós munka*

2008. évben is folytatjuk általános és dropprevencióis tevékenységünket.

A tájékoztató tevékenységünk során felhívtuk a fiatalok figyelmét a veszélyekre, az elkerülési lehetőségekre, a visszautasítás technikáira. Elsősorban a nehéz helyzetben lévő fiatalok vettek részt azokon az alkalmakon, amelyeken hasznos időtöltést és kulturált szórakozást biztosítottunk számukra. A programok aktuálisain illeszkedtek az évszakok ünnepeihöz, népszokásokhoz (pl. hagyományos kerti partik, karácsony)

A dropprevencióis munka eredményeként 2008. évben több mint 450 fiatall értünk el.

A Tiszta Jövőért Alapítvánnyal együttműködve 2008. évben új dropprevencióis-reintegrációt segítő program valósítottunk meg. Az együttműködés célja a szociális hátrányt elszenvető, ezen belül az alkohol- vagy kábítószerfüggők rehabilitációját követően a társadalmi reintegrációjuk elősegítése, akiket jelentős mértékű marginalizálódás, kirekesztődés, szociális depriváció fenyeget. A Vargabetű Egyesület 2008. szeptember - december között egyéni és csoportos tanácsadás - fejlesztés keretében pályaorientációs - álláskeresői tanácsadást nyújtott.

„Vargabetűs Karácsony”

A Vargabetű Klub-Műhely Egyesületben hagyományosan, 12. alkalommal rendeztünk Karácsonyi ünnepséget regisztrált és nem is regisztrált, munka nélküli lévők, munkaerő-piaci és személyes fejlesztésben résztvevők, illetve azok részvételével, akik már sikeresen túlléptek a fejlesztésen. Természetesen a közös ünnepről nem hiányozhattak az egyesület tagjai, partnerei és volt munkatársai sem.

A karácsonyi ünnepségen 78-an vettek részt. A „Vargabetűs Karácsonyon” szokás szerint folyamatos mozgásban voltunk, mindenki úgy és annyi időt töltött el nálunk, amennyire a lehetőségei, ideje engedte, azonban a vacsora idejére megpróbált mindenki ott lenni. Az este során óriás dobókockás (szivacsból készült textil bevonattal) vetélkedővel, logikai és kvíz feladványokkal szórakoztattuk a vendégsereget, majd közösségi játékokat tanultunk és játszottunk.

Hagyományosan ez évben is vizitúrát szerveztünk. Idén a túra célpontjaként a Mosoni Dunát céloztuk meg - a környék nevezetességeivel, látványosságaival és programjaival. A túrán résztvevő fiatalok nagyon jól érezték magukat, a programokat érdekesnek és tartalmasnak ítélték. A résztvevő és szervezésben segítő egyesületi tagok és önkéntesek mindannyian felajánlották segítségüket egy jövő évi túrára.

Fenti programokon túl az egyesületi tagok számára hétfőnként este lehetőséget biztosítottunk a rendszeres sportolásra egy középiskola tornatermében.

A szakmai munkánkat 2009-ben a rendelkezésre álló lehetőségek alapján tovább szeretnénk fejleszteni.

Budapest, 2009. május 28.

Kis Gizella
Elnök
Varga László
Alelnök
Bővebb információ a www.vargabetu.net honlapon található.

18083378 7491 529 01 Bővebb ismertetés megtekintése (csaknem 0) Vargabetű Klub-Műhely Egyesület 1038 Budapest, Tánácscs M. u. 24. KETTŐS KÖNYVVITEL VEZETŐ EGYÉB SZERVEZETEK KÖZHASZNÚ EGYSZERŐSÍTETT ÉVES BESZÁMOLÓJÁNAK MÉRLEGE 2,008 ÉV																																																																																																																																																										
<table> <tr> <th colspan="2">Ezer forintban</th><th colspan="2">Ezer forintban</th><th>Ezer forintban</th></tr> <tr> <th>A</th><th>B</th><th>C</th><th>D</th><th>E</th></tr> <tr> <td>1</td><td>A Befektetett eszközök (2-6 sorok)</td><td>5.897</td><td>0</td><td>4.613</td></tr> <tr> <td>2</td><td>1 IMMATERIÁLIS JAVAK</td><td>186</td><td></td><td>76</td></tr> <tr> <td>3</td><td>1 TÁRGYI ESZKÖZÖK</td><td>5.711</td><td></td><td>4.537</td></tr> <tr> <td>4</td><td>4 BEFEKTETETT ESZKÖZÖK ERTÉKELÉSVERTE</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>5</td><td>5 FÜGGESZÉSKÖZ (7-10 sorok)</td><td>660</td><td>0</td><td>7.903</td></tr> <tr> <td>6</td><td>6 FÜGGESZÉSKÖZ (7-10 sorok)</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>7</td><td>7 FÜGGESZÉSKÖZ (7-10 sorok)</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>8</td><td>8 KÖTELEZÉSEK</td><td>180</td><td></td><td>21</td></tr> <tr> <td>9</td><td>9 ERTÉKPAPÍROK</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>10</td><td>10 PÉNZESZKÖZÖK</td><td>480</td><td></td><td>7.882</td></tr> <tr> <td>11</td><td>11 KÖZVALÓZÁSOK ERTÉKELÉSE</td><td>23.060</td><td></td><td>12.245</td></tr> <tr> <td>12</td><td>12 ESZKÖZÖK ÁRTÁNYÁK DÖZSÉSEN (1 + 4 + 11 sor)</td><td>29.617</td><td>0</td><td>24.761</td></tr> <tr> <td>13</td><td>13 Saját tőke (14. 15 sorok)</td><td>-525</td><td>0</td><td>-5.780</td></tr> <tr> <td>14</td><td>1 INDULÓ TŐKE / JAVÍTOTT TŐKE</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>15</td><td>15 KÖZVALÓZÁSOK ERTÉKELÉSE</td><td>11.312</td><td></td><td>-525</td></tr> <tr> <td>16</td><td>16 ERTÉKELÉSI TARTALÉK</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>17</td><td>17 ERTÉKELÉSI TARTALÉK</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>18</td><td>18 TÁRGYI EREMEKNY ALAPTEVÉNYSZÍKÖZÖK (KÖZHASZNÚ EREMEKNY ALAPTEVÉNYSZÍKÖZÖK)</td><td>-11.837</td><td></td><td>-5.255</td></tr> <tr> <td>19</td><td>19 TÁRGYI EREMEKNY ALAPTEVÉNYSZÍKÖZÖK</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>20</td><td>20 Ertékelési tőke (21. 22 sorok)</td><td>28.382</td><td>0</td><td>30.412</td></tr> <tr> <td>21</td><td>21 KÖZVALÓZÁSOK ERTÉKELÉSE</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>22</td><td>22 KÖZVALÓZÁSOK ERTÉKELÉSE</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>23</td><td>23 KÖZVALÓZÁSOK ERTÉKELÉSE</td><td>28.382</td><td></td><td>30.412</td></tr> <tr> <td>24</td><td>24 Ertékelési tőke (25. 26 sorok)</td><td>1.760</td><td></td><td>129</td></tr> <tr> <td>25</td><td>25 Saját tőke (26. 27 sorok)</td><td>29.617</td><td>0</td><td>24.761</td></tr> <tr> <td colspan="5">0</td></tr> <tr> <td colspan="5">Budapest, 2009. május 28.</td></tr> <tr> <td colspan="5">Az egység szervezet vezetője (képviselet)</td></tr> </table>					Ezer forintban		Ezer forintban		Ezer forintban	A	B	C	D	E	1	A Befektetett eszközök (2-6 sorok)	5.897	0	4.613	2	1 IMMATERIÁLIS JAVAK	186		76	3	1 TÁRGYI ESZKÖZÖK	5.711		4.537	4	4 BEFEKTETETT ESZKÖZÖK ERTÉKELÉSVERTE				5	5 FÜGGESZÉSKÖZ (7-10 sorok)	660	0	7.903	6	6 FÜGGESZÉSKÖZ (7-10 sorok)				7	7 FÜGGESZÉSKÖZ (7-10 sorok)				8	8 KÖTELEZÉSEK	180		21	9	9 ERTÉKPAPÍROK				10	10 PÉNZESZKÖZÖK	480		7.882	11	11 KÖZVALÓZÁSOK ERTÉKELÉSE	23.060		12.245	12	12 ESZKÖZÖK ÁRTÁNYÁK DÖZSÉSEN (1 + 4 + 11 sor)	29.617	0	24.761	13	13 Saját tőke (14. 15 sorok)	-525	0	-5.780	14	1 INDULÓ TŐKE / JAVÍTOTT TŐKE				15	15 KÖZVALÓZÁSOK ERTÉKELÉSE	11.312		-525	16	16 ERTÉKELÉSI TARTALÉK				17	17 ERTÉKELÉSI TARTALÉK				18	18 TÁRGYI EREMEKNY ALAPTEVÉNYSZÍKÖZÖK (KÖZHASZNÚ EREMEKNY ALAPTEVÉNYSZÍKÖZÖK)	-11.837		-5.255	19	19 TÁRGYI EREMEKNY ALAPTEVÉNYSZÍKÖZÖK				20	20 Ertékelési tőke (21. 22 sorok)	28.382	0	30.412	21	21 KÖZVALÓZÁSOK ERTÉKELÉSE				22	22 KÖZVALÓZÁSOK ERTÉKELÉSE				23	23 KÖZVALÓZÁSOK ERTÉKELÉSE	28.382		30.412	24	24 Ertékelési tőke (25. 26 sorok)	1.760		129	25	25 Saját tőke (26. 27 sorok)	29.617	0	24.761	0					Budapest, 2009. május 28.					Az egység szervezet vezetője (képviselet)				
Ezer forintban		Ezer forintban		Ezer forintban																																																																																																																																																						
A	B	C	D	E																																																																																																																																																						
1	A Befektetett eszközök (2-6 sorok)	5.897	0	4.613																																																																																																																																																						
2	1 IMMATERIÁLIS JAVAK	186		76																																																																																																																																																						
3	1 TÁRGYI ESZKÖZÖK	5.711		4.537																																																																																																																																																						
4	4 BEFEKTETETT ESZKÖZÖK ERTÉKELÉSVERTE																																																																																																																																																									
5	5 FÜGGESZÉSKÖZ (7-10 sorok)	660	0	7.903																																																																																																																																																						
6	6 FÜGGESZÉSKÖZ (7-10 sorok)																																																																																																																																																									
7	7 FÜGGESZÉSKÖZ (7-10 sorok)																																																																																																																																																									
8	8 KÖTELEZÉSEK	180		21																																																																																																																																																						
9	9 ERTÉKPAPÍROK																																																																																																																																																									
10	10 PÉNZESZKÖZÖK	480		7.882																																																																																																																																																						
11	11 KÖZVALÓZÁSOK ERTÉKELÉSE	23.060		12.245																																																																																																																																																						
12	12 ESZKÖZÖK ÁRTÁNYÁK DÖZSÉSEN (1 + 4 + 11 sor)	29.617	0	24.761																																																																																																																																																						
13	13 Saját tőke (14. 15 sorok)	-525	0	-5.780																																																																																																																																																						
14	1 INDULÓ TŐKE / JAVÍTOTT TŐKE																																																																																																																																																									
15	15 KÖZVALÓZÁSOK ERTÉKELÉSE	11.312		-525																																																																																																																																																						
16	16 ERTÉKELÉSI TARTALÉK																																																																																																																																																									
17	17 ERTÉKELÉSI TARTALÉK																																																																																																																																																									
18	18 TÁRGYI EREMEKNY ALAPTEVÉNYSZÍKÖZÖK (KÖZHASZNÚ EREMEKNY ALAPTEVÉNYSZÍKÖZÖK)	-11.837		-5.255																																																																																																																																																						
19	19 TÁRGYI EREMEKNY ALAPTEVÉNYSZÍKÖZÖK																																																																																																																																																									
20	20 Ertékelési tőke (21. 22 sorok)	28.382	0	30.412																																																																																																																																																						
21	21 KÖZVALÓZÁSOK ERTÉKELÉSE																																																																																																																																																									
22	22 KÖZVALÓZÁSOK ERTÉKELÉSE																																																																																																																																																									
23	23 KÖZVALÓZÁSOK ERTÉKELÉSE	28.382		30.412																																																																																																																																																						
24	24 Ertékelési tőke (25. 26 sorok)	1.760		129																																																																																																																																																						
25	25 Saját tőke (26. 27 sorok)	29.617	0	24.761																																																																																																																																																						
0																																																																																																																																																										
Budapest, 2009. május 28.																																																																																																																																																										
Az egység szervezet vezetője (képviselet)																																																																																																																																																										

KETTŐS KÖNYVVITEL VEZETŐ EGYÉB SZERVEZETEK KÖZHASZNÚ EGYSZERŐSÍTETT ÉVES BESZÁMOLÓJÁNAK EREDMÉNYKIMUTATÁSA				
2,008 ÉV				
azonos E FT ezer				
Száma	A szöveg megnevezése	Ezer forint	Ezer forint találatossága	Teljes
A	B	C	D	E
1	Össze Kifizetés költségvetési bevétele			
1	(1 = 2 + 3 + 4 + 5)	12.543	0	25.253
2	Közhatalmi költségvetési bevételek	4.354	0	17.735
3	A ellátás			
3	a. központi költségvetés	843		12.320
5	c. helyi önkormányzatok	3.480		5.415
6	d. egyéb, többé 1 %	31		
7	2. Pályázati úton kifizetés	2.478		
8	3. Közhatalmi költségvetési bevételek	5.126		6.649
9	4. Egyéb bevételek	4		9
10	5. Egyéb bevételek	581		860
11	Változatok költségvetési bevételei			
12	C Össze bevételek (A + B)	12.543	0	25.253
13	Közhatalmi költségvetési ráfordítások (1 + 2 + 3 + 4 + 5 + 6)	24.380	0	30.508
14	1. Államháztartási ráfordítások	8.519		12.252
15	2. Személyi juttatások	10.806		7.961
3	3. Feladatok ellátása	1.541		1.301
4	4. Egyéb ráfordítások	1.166		3.573
5	5. Pénzügyi működési ráfordítások	2.348		5.421
6	6. Rendszerváltoztatás	0		0
20	E. Változatok költségvetési ráfordítások (7 + 8 + 9 + 5 + 6)	0		0
21	1. Államháztartási ráfordítások			
22	2. Személyi juttatások			
23	3. Feladatok ellátása			
24	4. Egyéb ráfordítások			
25	5. Pénzügyi működési ráfordítások			
6	6. Rendszerváltoztatás			
27	F. Össze ráfordítások (C + E)	24.380	0	30.508
28	G. Átadás előtti eredmény (B - E)	0	0	0
30	H. Adóssághoz költésfelhalmozás			
31	Teljesen vállalkozási eredmény (D - H)	0	0	0
31	J. Teljesen vállalkozási eredmény (A - D)	-11.837	0	-5.255
Tájékoztató adatok				
32	A. Személyi juttatások			7.961
33	1. Személyi juttatások			5.961
34	adatok - megjelölés			
35	1. Személyi juttatások			
36	2. Személyi juttatások			50
37	3. Személyi juttatások			1.950
38	A. Személyi juttatások			
39	adatok - megjelölés			
40	4. Személyi juttatások			

Az egyes szervezetek részéről a közhasznú tevékenység értékelésére szolgáló adatok alapján megjelölt adatok

Böbe recept-túrája

Egy kis útravaló azoknak, akik a szikrázó Adriára tervezik nyári szabadságukat...

Szerb, horvát, dalmát, bosnyák, montenegrói receptek



Zadari rizsleves

Hozzávalók: 4 evőkanál rizs, fél csésze olaj, só, bors, pirospaprika, 2 tojás

A rizst az olajban pirítsuk meg arany színűre, kis vízzel öntsük fel és pároljuk meg. Ezután sóval, őrölt borssal, paprikával fűszerezünk ízlés szerint, és öntsünk rá annyi vizet, hogy leveses legyen. Hagyjuk felforrni, majd a levesestálba villával felvert két tojássárgáját öntsünk. Alaposan keverjük össze, és friss tejföllel habarjuk be.

Horvát almaleves

Hozzávalók: 6 alma, fahéj, fél citrom, liszt, vaj, fél l fehérbor.

A borízú almákat hámozzunk meg, távolítsuk el a magházukat, vágjuk fel kis darabokra, majd fél liter vízben fahéjjal s a citrom levével főzzük puhára. Törjük át szitán az almát. Egy evőkanál lisztből kevés vajjal csinálunk rántást. Öntsük fel a fehérborral és egy kevés vízzel, ízesítsük tetszés szerint cukorral. Ezután keverjük hozzá a passzírozott almát, és hagyjuk még egyet forni. Pirított zsemlekockákkal tálaljuk.

Bosnyák csevap

Hozzávalók: 50 dg zsíros marha- vagy birka-hús, 2 dl étolaj, 4 darab pitaminpaprika, 4 db paradicsom, 2 közepes fej vöröshagyma, 30 dkg burgonya, só

A húst kis szeletekre vágjuk és megsózzuk. A paprikát nagyobb darabokra, a vöröshagymát, paradicsomot és a burgonyát vastagabb karikákra vágjuk, majd nyársra húzzuk a húst, paprikát, hagymát, paradicsomot, végül a burgonyát. Ezt addig ismételjük, míg a nyársunk tele nem lesz. Tepsiben olajat hevítünk, ráhelyezzük a nyársakat, megsózzuk, és sütőben puhára sütjük.

Gibanica

Hozzávalók: 50 dkg vékony rétestészta, 70 dkg tehéntúró (lehet ömlesztett is), 3-4 tojás, 1/4 l tej, 1-1,5 dl étolaj, só.



Különválasztunk 6 szép rétestészta-lapot. A jól kikent tepsit (vagy lábas) alját 3 lappal befedjük. A túrót összetörjük, hozzáadjuk a tojássárgáját, tejet és a megmaradt rétestésztát (a félretett 3 lap kivételével!). Jól összekeverjük. Hozzáadjuk a tojások keményre vert habját. A töltelékkel a tepsibe tesszük, meglocsoljuk olajjal és a tetejét befedjük a megmaradt 3 tésztalappal. A tetejét is megkenjük olajjal és egy kevés vizet locsolunk rá. 200 °C-on 40-45 percig sütjük. A kisült gibanicát felszeleteljük és melegen tálaljuk.

Balkáni csupor

Hozzávalók: 80 dkg birkahús, 4 húsos zöldpaprika, 45 dkg vöröshagyma, 5 gerezd fok-

hagyma, 75 dkg burgonya, 75 dkg friss káposzta, 2 babérlevél, 1/2 csomó petrezselyem zöldje, köménymag, bors, só, 5 dkg étolaj, 2 dkg liszt, 2 dl joghurt.

A húst megmossuk, megszáritjuk és kockákra vágjuk. A paprikát megmossuk, kimagozzuk és csíkokra szeljük. A burgonyát maghámozzuk, megmossuk és feldaraboljuk. A káposztát megmossuk és vastag csíkokra vágjuk. A vöröshagymát és a fokhagymát apróra vágjuk. Az edény (egy mély lábas vagy fazék) aljára egy kevés olajat teszünk, majd a húst és a főzelékféléket egymásra rétegezzük. Mindegyik sort meghintjük apróra vágott petrezselyem zöldjével, babérlevéllel, köménymaggal, sóval és borssal. Annyi vizet öntünk rá, hogy ellepje. Alufóliával letakarva lassú tűzön puhára főzzük. Mielőtt megfőne, hozzáadjuk a joghurtban elkevert lisztet, és még 10-15 percig együtt főzzük vele. A főzés ideje alatt az edényt rázogassuk. Az étel akkor kész, ha az edény tartalma felényire csökkent és a levét nagyrészt elfőtte.

Gyevrek

Hozzávalók: 60 dkg borjúhús, 10 dkg Trappista sajt, 10 dkg szalonna, 3-4 gerezd fokhagyma, 1 kiskanálnyi őrölt bors és zúzott pirospaprika, 20 dkg kajmak (tejföl).

Az előzőleg besózott borjúhúst kislukú darálón ledaráljuk. Apró kockákra vágjuk a Trappista sajtot, szalonnát, fokhagymát, összekeverjük a fűszerekkel, majd a darált hússal. A húsmasszából 4 egyforma labdácskát formázunk és roston jól átsütjük. Ujjunkkal mélyedést formálunk benne, majd kajmakkal (tejföllel) ízesítjük. Tepsiben sült babhoz ajánljuk

Dalmát fazék

Hozzávalók: 65 dkg marhafelsál, 10 dkg füstölt szalonna, 14 dkg hagyma, 15 dkg sárgarépa, 20 dkg csiperkegomba, 12 dkg rizs, 4 gerezd fokhagyma, 2-3 zöldpaprika, só, őrölt bors, 2-3 evőkanál ecet, 4-5 dl húsleves vagy víz.

A kockára vágott szalonnát serpenyőben kiolvasztjuk, a pörccöt kiszedjük és félretesszük. A szalonna zsírjában átpirítjuk a nagyjából 2 cm-es kockákra vágott húst. Beletesszük egy szorosan lefedhető, magas falú cserépedénybe vagy tűzálló táliba, hozzáadjuk a karikára vágott hagymát, a szétnyomott fokhagymát, a felkarikázott sárgarépát, meglocsoljuk az ecettel, sózzuk, borsozzuk, felöntjük a húslevessel vagy vízzel, lefedjük, és nagyjából egy órán át a sütőben sütjük. (A sütőt előzőleg nem kell felmelegíteni.) Egy óra múltán hozzákeverjük a rizst, a felszeletelt gombát, valamint a kicsumázott és cikkekre vágott zöldpaprikát. Ha a leve nagyon elfőtt volna, pótoljuk, és újra lefedve további fél óra alatt a sütőben készre sütjük. A folyadék arányára kell ügyelni, hogy se száraz ne legyen, se el ne ázzon ez a kiadós egytálétel.

Közreadta:

Böbe -mama, amúgy Rómaifürdőről.
Elérhetőségem: e.a.asztalos@freemail.hu



cukrászda és kávéház

SZERETI ÖN AZ
ÉDESSÉGET?
rovatunk

Czinél cukrászda és kávéház ajánlata:

Cukros diós – linzer keksz

15 dkg szitált porcukorhoz 30 dkg puha vajat adunk, egy csipet sót, 1 egész tojást, egy kiskanál vaníliás cukrot, és az egészet összekeverjük. Ha ezzel megvagyunk, akkor 40 dkg lisztet szitálunk hozzá, továbbá 10 dkg finomra darált diót, egy késhegynyi sütőpor, egy citrom héjának reszelékét. Az anyagokat először morzsoló mozdulatokkal a két kezünk között elgyújtjuk, amikor az anyagok összeálltak, akkor erőteljesen összegyúrjuk. Vigyázat! Sokáig gyúrni nem szabad, mert a tésztánk kimelegszik, kiszírosodik, és rántássá válhat.



Fóliába csomagoljuk, és fél órára hűtőbe tesszük pihenni.

Közben előkészítünk durvára tört diót és kristálycukrot, amit fele-fele arányban összekeverünk. Egy egész tojást és egy tojás sárgáját villa segítségével kicsit felverünk, ez lesz a kenőanyagunk.

A kihűlt tésztát lisztezett gyűrődesház 3 mm vastagra nyújtjuk. Ezután különböző alakzatú fém kiszűrőkkel kiszaggatjuk, tetejüket az előkészített kenőtojással lekenjük és a cukrozott dióba fordítjuk.

Sütőpapírral bélelt tepsibe rakjuk, 180 C fokos sütőben világos sárgára sütjük. Sütési ideje 10-15 perc.

Ajánlott a tészta formákat félujjnyi hézaggal elhelyezni, hogy össze ne sültjenek! Amikor kihűlt, tála rakjuk, és délutáni kávé, vagy tea mellé kínálhatjuk vendégeinknek.

Előre is elkészíthető, és fém dobozba téve sokáig eláll.

ajándékba szülinapra névnapra vendégségbe évfordulóra kertbe ablakba erkélyre csak úgy



ALAP SZAMÍTÁSTECHNIKAI TANFOLYAM
NYUGDÍJASOKNAK IS!

BEKAPCSOLÁSTÓL KEZDVE A LEVÉLÍRÁSON AT
AZ INTERNET HASZNÁLATÁIG!

GRAFIKA ÉS | VAGY [PROGRAMOZÁS]

INFORMÁCIÓ: 06/20 9310-761, TEREM: 1039, JUHÁSZ GY. 2



Napégés, napallergia



Az ózonréteg elvékonyodása óta egyre fokozottabban kell figyelnünk a biztonságos napozás szabályaira. Mivel a mérsékelt éghajlati övből is egyre szúrósabb, égetőbb a kánikulai napsugárzás, hatványozottabban szükséges figyelnünk, különösen a gyerekek nyári napozási szokásaira!

A bőrünk festékanyaga a melanin – kinél kevésbé, kinél jobban, ugyan leköti a napfény egy részét, és így védelmet nyerünk. Ám a túl erős, vagy tartós napsugárzás hatását már nem tudja kompenzálni, és így káros hatások érik szervezetünket. Fontos tudatosítani önmagunkban és gyerekeinkben is, hogy a délelőtt 11 óra és a délután 4 óra közötti időszakban kerülni kell az erős napfényt. Noha az árnyékban kellemesebb, ott is ér bennünket bizonyos mennyiségű UV sugárzás, sőt, még a felhőkön is jut át belőlük. Ha mégis a szabadban vagyunk, a napvédő krém, a hosszú ujjú könnyű ing, a karimás kalap, vagy sapka mindenképpen indokolt!

Az UV-A és a fokozottan gyulladáskeltő UV-B sugarak intenzív hatására alakul ki a nap-
égés, esetenként a napallergia.

Napégés esetén a bőr pirosodása egyre intenzívebbé válhat. Súlyosabb esetben a bőr felhólyagosodik. Kísérő tünet lehet a láz, a hidegrázás, esetleg hányás. Az égett bőr pár nap múlva hámlani kezd. Az új bőrrön a szeplők is megjelenhetnek. A leégett bőrt nem ajánlott tartósan hűteni hideg vízzel, mert a bőr mélyebb rétegei is lehűlhetnek, és így a gyulladás fokozódhat. Hatásos népi gyógymód az aludttejes pakolás, melyet szobahőmérsékletű joghurttal is megtehetünk. A kézzel felvitt laza pakolást kb. negyed óra múlva langyos vízzel leöblítjük. Ez a pakolás nem alkalmazható olyan ekcémásoknál, akik tehenéltre érzékenyek,

Ilyen esetben segítség a Dr Hauschka kozmetikum, a kúraampulla 5. (Hautker Sensitive). A speciális készítmény növényi és ásványi alkotói megnyugtatóják a gyulladt bőrt. A kúra során 1-2 ampulla tartalmát kézzel vigyük fel az érintett bőrfelületre. Célszerű ezután a Dr. Hauschka féle napozás utáni testápolót használni.

Sajnos ma egyre gyakrabban fordul elő a napallergia. Ilyenkor az arcon, a vállak, karok bőrén, de más helyeken is apró viszkető hólyagocskák jelennek meg. Ilyen esetben is alkalmazhatók az említett kezelések. Súlyosabb esetekben hatékony homeopátiás készítményeket is ajánlanak a szakemberek.

A megelőzés azonban ez esetben is sokkal hatékonyabb. A déli órákban tudatosan kerülünk kell az intenzív napozást, ha kerülni szeretnénk a gyulladást okozó UV-B sugarak hatását!

[illegible]

HAJÓKÖLCSÖNZÉS

Római-part,

Nánási út 53. Rómaifürdő SE

2008-as, változatlan árak!

2-3-4 személyes **TÚRAKENU**: 2.200,-Ft/nap
 Nagy **4 SZEMÉLYES KENU**: 2.500,-Ft/nap,
 1-2 személyes **TÚRAKAJAK**: 1.900,-Ft/nap
 7-8 személyes **TÚRAKENU**: 4.000,-Ft/nap
 1-2 személyes **TENGERI KAJAK**: 5.000,-Ft/nap,

A FÉL NAPI KEDVEZMÉNY KIZÁRÓLAG
 HÉTKÖZNAP 14,00 ÓRÁTÓL VEHETŐ
 IGÉNYBE!

MENTŐMELLÉNYT INGYENESEN
 BIZTOSÍTUNK, KÖTELEZŐ!

HORDÓ: 300,-Ft/nap

HAVI TAGDÍJ HÉTFOJTÓL PÉNTEKIG
 9,00-19,00 ÓRÁIG: 5.000,-Ft
ÉVES TAGDÍJ: 24.000,-Ft/ÉV
VASAS TAGOKNAK: 15.000,-Ft/ÉV

HAJÓTÁROLÁS: 30.000,-FT/ÉV,
 SZEZONRA (május 1-szeptember 30-ig):
 15.000,-Ft

TAGDÍJAS KEDVEZMÉNYEK:
 HAVI TAGDÍJASOK
 HÉTVEGI 1-es KAJAK BÉRLÉSE:
 1.200,-FT
 A HAVI TAGDÍJASOKKAL HÉTKÖZNAP
 EGYÜTT EVEZŐ SPORTOLÓK
 A 2-3-4-5-6-7-es HAJÓKAT
 500,-Ft/FŐ/ALKALOM VEHETIK IGÉNYBE!

KÖLCSÖNZÉSI FELTÉTELEK:
 ÚSZNI TUDÁS
 SZEMÉLYI IGAZOLVÁNY LEADÁSA
 A HAJÓZÁSI SZABÁLYZAT BETARTÁSA
 A KÖLCSÖNZÉSI FELTÉTELEK BETARTÁSA
 TÚRANAPLÓ VEZETÉSE

Tel.:
06 20 9436 521

www.romaifurdo-se.hu

Kulturális ajánló

**PLATÁN
KÖNYVTÁR**
1031 Budapest,
Arató Emil tér 1.

(Bejárat a Kadosa utca felől)



www.platankonyvtar.hu
platan@kszki.obuda.hu

Tel.: 368-7093

NYÁRI RÖVIDÍTETT NYITVA TARTÁS

június 15-től augusztus 29-ig

hétfő: 14-18, kedd: 14-19, szerda: zárva, csütörtök:
14-19, péntek: 14-18, szombat: zárva

NYÁRI ZÁRVA TARTÁS

Értesítjük kedves olvasóinkat, hogy könyvtárunk
2009. július 6 – július 31. között ZÁRVA lesz.

NYITÁS augusztus 3-án (hétfőn).

RENDEZVÉNY

Római – parti könyvparti

a Platán Könyvtár bemutatkozik

a **Platán Sörözőben**

(1031 Budapest, Római part 18.)

2009. augusztus 2-án vasárnap

(esőnap augusztus 9.)

14-18 óráig: Használt könyvek vására

14-18 óráig: Szélforgó készítése

17 órától: Koncert

– fellép a Paid Holiday blues zenekar

(Swing-Boogie and Blues '30-'40-'50 USA

– Louis Jordan, Count Basie, Willie Dixon,
Kurt Weil, Alex Arsenic)

INGYENES



1032 Budapest
San Marco u. 81.
kulturkozpont@kulturkozpont.hu
Honlap: www.kulturkozpont.hu

ÓBUDAI KULTURÁLIS KÖZPONT

„Ha szerda, akkor ÓKK!”

Unatkozol? Elutaztak a barátaid? Látogass el hozzánk,
és mi segítünk abban, hogy kellemesen és hasznosan
teljenek a napjaid. A nyári szünetben, szerdai napo-
kon, 10 és 12 óra között az Óbudai Kulturális Központ
látja vendégül a kézműves foglalkozások iránt érdeklő-
dő gyermekeket és szüleiket, valamint azokat a sportos
fiúkat és lányokat, akik szívesen mérik össze tudásu-
kat játékos formában.

Július 01. Kézműves foglalkozás – Sport: legjobb ka-
pus

Július 08. Kézműves foglalkozás – Sport: pingpong
villámturna

Július 15. Kézműves foglalkozás – Sport: 11-es rúgó
verseny

Július 22. Kézműves foglalkozás – Sport: tollaslabda
villámturna

Július 29. Bábelőadás – Kézműves foglalkozás
A Szünidő programokon a részvétel ingyenes!

CSILLAGHEGYI KÖZÖSSÉGI HÁZ

1039 Budapest, Mátyás király út 13-15.

Tel: 240-07-52

kulturkozpont@kulturkozpont.hu;

www.kulturkozpont.hu

Kézműves tábor – általános iskolás korú gyerekeknek

Július 20-24. és július 27-31.

Bővebb információ a www.honismeretitabor.hu olda-
lon található.

Papírfestő tanfolyam könyvrestaurátoroknak

Július 24-26.

Vezeti: Gönczi Péter könyvrestaurátor

Jelentkezés és információ:

Sáringer Erzsébet 240-0752; 240-9171



ÓBUDAI TÁRSASKÖR

Bp. III. Kiskorona u. 7.

Tel.: 250-0288 Fax: 387-8376

info@obudaitarsaskor.hu

www.obudaitarsaskor.hu

SZÍNHÁZ A KERTBEN (III., Kiskorona u. 7.)

Július 1., 2. 20,30-kor, esőnap július 3.

D. L. Coburn: Kopogós rómi – tragikomédia két felvo-
násban – MOÓR MARIANNA, SZILÁGYI TIBOR
Belépőjegy: 2.800,-Ft

MUZIKA A KERTBEN

(Rossz idő esetén a nagyteremben)

Belépőjegy: 2.000,-Ft

Július 8., szerda 20,00 óra

PESTALOZZI TRIÓ

Július 15., szerda 20,00 óra

CHAMELEON BIG BAND – Szving- és latinest

Július 29., szerda 20,00 óra

PÁRIZS EGE ALATT... Bardocz Attila és az Orosz
Zoltán trió szanzonejtje

Augusztus 5., szerda 20,00 ÓRA

BUDAPEST RAGTIME BAND

OPERA A KERTBEN

Július 22., 23. 20,00 óra, esőnap: július 24.

DONIZETTI: SZERELMI BÁJITAL – vígopera
2 részben, magyar nyelven

HANGVERSENYEK A KISCELLI

ROMTEPLOMBAN (III., Kiscelli u. 108.)

Belépőjegy: 3.000,-Ft

Július 19., 26., augusztus 2. 20,00 órakor

LISZT FERENC KAMARAZENEKAR

TEPLOMI KONCERTEK

Belépőjegy: 1.500,-Ft

Óbudai Szent Péter és Pál – Főplébánia Templom
(III., Lajos u. 168.)

Augusztus 29., szombat 20,00 óra

BAROKK ORATÓRIUM- ÉS OPERAEST – Óbudai
Kamarakórus

Óbudai Református Egyházközség Temploma

(III., Kálvin köz 4.)

Szeptember 5., szombat 20,00 óra

RENESZÁNSZ VARÁZS – Banchieri Énekegyüttes

Óbudai Szent Péter és Pál – Főplébánia Templom

Szeptember 12., szombat 20,00 óra

HAYDN: A TEREMTÉS – Albert Schweitzer Kórus
és Kamarazenekar

Óbudai Református Egyházközség Temploma

Szeptember 19., szombat 20,00 óra

EGYHÁZI ÁRIÁK, DALOK ÉS ORGONAMŰVEK
– Virágh András - orgona, Pitti Katalin – ének.

KÖNYVAJÁNLÓ

Szorokin: Az opricsnyik egy napja

Budapest: Gondolat, 2008.

Vlagyimir Szorokin, a mai orosz irodalom nemzetközi
sztárja, nagy kísérletezője és igazi botrányhőse. Leg-
újabb regénye hátborzongató víziót vetít elénk. Orosz-
országba visszatér a züllött Nyugattól fallal és terrorral
elzárt „Szent Oroszország” szelleme.

Treman, Rose: Színarany

Budapest: Park, 2008.

A szép és szomorú történetben a maorik, a pakehak, a
kínaiak, a gyerekek és a felnőttek addig hajszolják ön-
ző módon a maguk boldogságát, míg végérvényesen
tönkre nem teszik egymást.

Godin, Seth: Hab a tortillán

Budapest: HVG, 2008.

A szerző az egyik legismertebb marketinggel foglalkozó
blogger a világon. Bemutatja a korszerű marketing tizen-
négy trendjét, amit senki sem hagyhat figyelmen kívül.

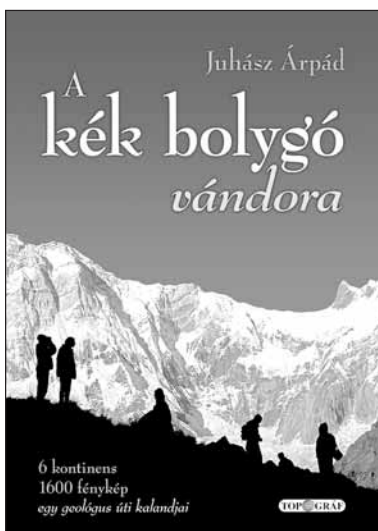
Juhász Árpád

A kék bolygó vándora

Topográf Kiadó, 2009

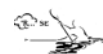
Dr Osman Péter ismertetése

Juhász Árpád életműve a tudomá-
nyos ismeretterjesztés legjobb szín-
vonalát nyújtja. E kötet fülszövege
is elmondja: 45 úti filmjét vetítette
a televízió, élményeiről 17 könyve
jelent meg, s munkásságáért az
amerikai sajtó a világ ötezer ismert
személyisége között tartja számon.
Ez a hatalmas és gyönyörű album e
bámulatos életmű legjavából ad sű-
rítményt. „6 kontinens, 1600 fény-
kép, egy geológus úti kalandjai” al-



címmel. A „geológus” ugyanakkor
itt messze több mint szakmájának ki-
váló képviselője, hiszen Juhász a sa-
ját tapasztalatainak, élményeinek
tükrében hatalmas ívű áttekintést
tár elénk a Föld élővilágáról, annak
különlegességeiről, és különféle né-
peinek sajátos életmódjáról is. Aki
azt állítja, hogy ezt lapozgatva nem
mardossa a sárga irigység, az vagy
nagyon érzéketlen azok iránt az örö-
mök iránt, amelyeket a mindezekkel
való találkozás nyújt, vagy nagyon
nem őszinte. Ugyanez áll arra is, aki
azt mondaná, hogy nem nyűgözi le
mindaz, amit itt láthat és olvashat.
Tény, hogy bolygónk természeti
szépségeiről és civilizációjáról egy
könyvben csak ízelítőt lehet adni, ám

ez a kötet így is ezeknek igazán méltó bemutatása. A
szerző joggal írja itt az előszavában, hogy kilencvenki-
lenc országot járt be, történeteinek száma végtelen, s
egyike azoknak Magyarországon (valószínűleg a világon
is OP.), akik a legtöbbet tudnak és a legtöbbet doku-
mentáltak a Föld természeti környezetéről. „Úti kaland-
jainak” már a bevezetőben olvasható kurta összefoglalása is
elég ahhoz, hogy őszinte csodálatot érezzünk a világ
megismertetését célzó utazásainak rendkívüli száma és
sokszínűsége iránt, s nem csekély örömet, hogy az uta-
zások számtalan viszontagságaival ő birkózott meg, él-
ményeinek legjavát viszont mi kapjuk, amennyire csak
az album bámulatos képanyaga, s a szerző rövid leírásai
és fényképek magyarázó szövegei képesek azokat közve-
títeni. 750 oldal tömény természeti szépség, kaland, ér-
deklenség a világljárás ingyenceinek. És 750 oldal arról,
milyen elképesztően sok élmény férhet bele egy elköte-
lezett természetudós életébe, akit hajt a megismerés és
a megismertetés szenvedélye.



AQUINCUMI MÚZEUM

T.: 250-1650;
430-1081

aquincum@aquincum.hu
www.aquincum.hu



Az Aquincum Baráti Kör és az Aquincumi Múzeum közös programjai

Arisztophanész: Lüsizisztraté

2009. július 17-18-19.; 24-25-26.

Esőnap: 20.; 27. Főpróba: július 15.
Kezds: 19.00

A csodálatos helyszínt kínáló aquincumi romok között elevenedik meg a közismert történet. Arisztophanész fergeteges komédiája kiváló szerepeket kínál a színészeknek, a nézőknek pedig nagyszerű szórakozást, amellyel, hogy gondolkodásra késztet: nem kéne-e a ma asszonyainak az egykorvált athéni és spártai elődök példáját követni?

Szereplők: Bede Fazekas Anna, Nyertes Zsuzsa, Szabó Gabi, Závodszy Noémi, Maszlay István, Urmai Gábor, Mihályfi Balázs, Janicsk Péter

Rendező: Papp János,
Zeneszerző: Schmidt Ferenc,
Koreográfus: Dékány Edit,
Jelmez: Rátkai Erzsébet,
Emberparavánok: Papp Luca, Asszisztens: Putnoki Ilona

Jegyek megvásárolhatóak az Aquincumi Múzeumban, az Óbudai Társaskörben és az ismert jegyirodáknál.

A jegy ára: 2000,- Ft.

Információ: 06 1 250-1650;
aquincum@aquincum.hu



Nimfa ünnep

2009. augusztus 1. 11.00-17.00

helyszín: Római Strand

A nimfák a természet szépségeit megtestesítő római istenek, akiket az ókorban a mai Római Strand területén álló szent ligetben tiszteltek.

A rendezvény során a látogatók régészek segítségével ismerkedhetnek meg a helyszínnel, az aquincumi vízvezeték forrás-foglalásának területével, a vizek felhasználási módjával az ókori kultúrákban, az ókor gyógyászati és szépségreceptjeivel (gyógynövény bemutató).

Az ókori mitológiai alakok világát színészek jelenítették meg antik irodalmi szemelvények felhasználásával. Ebben a Tér Színház művészei és Halmágyi Sándor működik közre.

A gyermek közönséget kézműves foglalkozások (forrásfoglalás makett, orvosi szelence, pánsíp, oltárkő készítés) várják, míg az egész családot színészek, nymphák, satyr-ok és sylenos-ok („Öltözz nimfának!” és „Fotózkodás a satyr-okkal”) szórakoztatják.

A programon a strand belépőjével lehet részt venni, a kézműves foglalkozásokért külön kell fizetni a foglalkozás helyszínén.

ÓBUDAI NYÁR 2009

Július 2., csütörtök 20.30
Néró és a Sztárcsinálók (főpróba)
az első magyar rockopera,
Zichy-kastély udvara

Július 3., 6., 20.30
Néró és a Sztárcsinálók
az első magyar rockopera,
Zichy-kastély udvara

Július 5., vasárnap 20.30
KertMozi: Berlin felett az ég
Zichy-kastély udvara

Július 10., péntek 19.00
Benkő Dixieland Band, Fő tér

Július 12., vasárnap 20.30
KertMozi: Hannibál tanár úr
Zichy-kastély udvara

Július 17., péntek 19.00
Boldi és a Keresztapák, avagy egy szelet New York-i nápolyi... és a Hot Jazz Band koncertje, Fő tér

Július 18., szombat 20.00
Rák Béla Combo
Békásmegyeri Közösségi Ház

Július 19., péntek 20.30
KertMozi: Kerülőutak
Zichy-kastély udvara

Július 24., péntek 19.00
Besh o droM
Fő tér

Július 25., szombat 20.30
Acélmagnóliák
Zichy-kastély udvara

Július 26., vasárnap 20.30
KertMozi: Régi idők focija
Zichy-kastély udvara

Július 31., péntek 19.00
Boldog békeidők
– **Zenés nosztalgiaest,**
Fő tér

Augusztus 1., szombat 20.30
Acélmagnóliák
Zichy-kastély udvara

Augusztus 2., vasárnap 20.30
KertMozi: Jules és Jim
Zichy-kastély udvara

Augusztus 30., vasárnap 10 – 22.00
Hékás Békás
Békásmegyer, Csobánka tér:
15.00 Alma együttes
16.30 DSP
18.00 Kisthén zenekar
20.00 KFT

VÍZ- GÁZ- FÜTÉSTECHNIKAI SZAKÜZLET



THERMO-CSILLAG

1038 Budapest, Szentendrei út 307.

(A régi Szentendrei úton, a HÉV állomásnál)

Tel.: 240-0309, Fax: 250-3410



Saunier Duval

SEMA C az kéményes kombi fali gázkazán
SEMA F az zárt égésterű kombi fali gázkazán

Gázkazánok, gázóraszerelvények, acél- és rézcsövek, idomok, PVC lefolyó idomok, acél lemezzradiátorok, valamint gázcsövek és egyéb kiegészítők, alkatrészek nagy választékban kaphatók.



ÚJDONSÁGI!

AD/L model

íves kivitel

OTP ÁRUVÁSÁRLÁSI HITEL ÜGYINTÉZÉS!

Nyitva tartás:

H-P: 8-17 óráig, Szo: 8-13 óráig

Felújításra vár a Kiserdei iskola

A III. kerület az egyik legnépszerűbb alsó tagozata a Keve-Kiserdei Általános Iskola Kiserdei tagozata. *Bakó Vilma*val, az intézmény alsós igazgatóhelyettesével beszélgettünk.

– *Milyen érzés egy ilyen közkedvelt, nívós intézményt irányítani?*

– Kétélű dolog. Mondhatnám, egyik szemem sír, a másik nevet. Nagyon sok mindenre büszkék vagyunk. Például a tanítványaink által a kerületi, budapesti és országos tanulmányi-és sportversenyeken elért kiemelkedő eredményekre, vagy a 8 osztályos gimnáziumokba felvett tanulóink számára. De a legbüszkébbek arra vagyunk, hogy tanulóink nagyon szeretnek ide járni, jól érzik magukat itt, s ezt szüleik is igazolják. Sokan közülük rendezvényeinkre is visszalátogatnak.

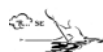
– *Mi az, ami miatt mégis sír a másik szeme?*

– A másik szemem az épület állaga, és az udvar helyzete miatt. Ez az egyetlen olyan intézmény a kerületben, amelyik az év 12 hónapjában maximálisan kihasználta. Ugyanis a tanév befejezése után Napközi Tábor üzemel nálunk. Jelenleg is 7 iskolából 350 tanuló tölti itt a szünidejét. Ehhez képest állagmegóvásra, felújításra nagyon kevés jut. Cserére szorulnak a nyílászárók, felújításra a tantermek. (A nyílászárók ideiglenes felújítása alapítványi pénzből megtörtént.) Az udvaron egyetlen egy EU szabványoknak megfelelő játék van. A többit el kellett bontani. Pénzhiány miatt nincs módunk újakat építtetni. Tudom, hogy

korlátozott az Önkormányzat forrása, de a szülőktől sem várhatunk el több segítséget. Ennek ellenére igyekszünk a színvonalat tartani, és tartalmas programokat biztosítani tanulóinknak, de arról a szabályról, amit közgazdaságilag mindenki magától értetődőnek tart – „befektetés nélkül nincs haszon” – nem felejtkezhetnek el a döntéshozók még egy iskola esetében sem.



Az elbontott rönkvár



1. Tanévzáró vízi túra

Tisza-tó Csillagtúra – június 21-25.

Biztonságos túrahajók, biztonságos, tiszta víz.

Részvételi díj: 25.000,- Ft/fő

Az ár tartalmazza a szállást, étkezést, hideg ebédet, meleg vacsorát, utazást, a hajók és a felszerelések bérletét. Mentőmellényt biztosítunk!

Érdeklődni lehet a 06-30-25-77-457-es telefonszámon.

Rátkaiban a 06-30-25-77-457-es telefonszámon lehet.

2. Gyermektábor Poroszlón – július 20-24.

Szárazföldi és vízi kalandozás a Tisza-tavon és körülötte

Szállás: sátorban a Nyárfa Kempingben

Túrák után közös bográcsozás, táborűz.

Sportjátékok, közösségi élmények

Részvételi díj: 25.000,- Ft/fő

Az ár tartalmazza a sátorhelyet, a reggelit, hideg ebédet, meleg vacsorát, utazást, a hajók és a felszerelések bérletét. Mentőmellényt biztosítunk!

Jelentkezés: Rátka János – 06 20 9436 521

3. Integrált tábor mozgáskorlátozottakkal – július 29-02.

Helyszín: Poroszló, Nyárfa kemping

Ép és mozgássérült fiatalok együtt-táborozása, túrázása. Tolerancia, együttműködés, elfogadás, és a Tisza-tó felfedezése.

Vidám tábori esték, sportversenyek.

Részvételi díj: 25.000,- Ft/fő

Az ár tartalmazza a sátorhelyet, a reggelit, hideg ebédet, meleg vacsorát, utazást, a hajók és a felszerelések bérletét. Mentőmellényt biztosítunk!

Jelentkezés: Fehér Ágnes

– 06 20 9436 521

www.romaifurdo-se.hu



Általános tudnivalók:

A gyerekek nyaralásához minden esetben házi orvosi igazolás és a vízre szálláshoz írásbeli szülői hozzájárulás szükséges.

Üdülési csekket elfogadunk.

Tisza-tavi vakáció

Aktív kikapcsolódás

Természetes környezet

Egyedülálló madárvilág - madárrezervátum

Zöld kalandok: madármegfigyelő tornyok felfedezése

Szabadstrand, sportjátékok

Túrakenu – kerékpár – sátorozás

Kisköre – Sarud – Poroszló – Tiszafüred



4. Családi nyaralás

Poroszlón

– augusztus 02-09-ig.

Helyszín: Nyárfa kemping

Az időpont tájékoztató jellegű.

A családok a programba bármikor bekapcsolódhatnak.

Utazás egyénileg.

Program: felnőttek oktatása

túrakenu kormányzásra

Cél: képesek legyenek egyedül

a Tisza-tavi túrázásra

Amit biztosítunk: hajó kötelező felszereléssel, oktatás, túra-vezetés, étkezés, szállás

Szállás: 4 fős, családi apartmanok, 2-3 fős faházak, Sátor

Részvételi díj: felnőttek

3.500-5.000 Ft/fő/nap (szállástípustól függően)

Gyerekeknek

2.500-4.000 Ft/fő/nap

Jelentkezés: Rátka János

06 20 9436 521

**Fontos Önnek Családja,
Rendezvénye,
Vállalata
BIZTONSÁGA?**

Váltson a biztonsági szelepes

Stafétagáz® termékcsaládra!

**NEMROBBANÓ
PB-gázipalackok
HÁZHOZZÁLLÍTÁSA
már a III. kerületben is!**

További infó:

+3620/5825886

www.gasshop.hu



A nyár megérkezett!

Ne sajnáljunk magunktól egy jó alakformáló kúrát!

Hatékony akupunktúrás és gépi fogasztás!

Allergiás tünetektől mentesen élvezze a nyaralást!

Voll-diagnosztikával kiszűrjük az allergén anyagokat, biorezonanciás terápiával kioltjuk az allergiás reakciót.

Szabaduljon meg a minden napok feszültségeitől!

Eredményesen kezeljük a **pánikbetegséget, depressziót** és más lelki problémákat.

Orvosi masszázs, mágneság és fényterápiás kezeléseink rendkívül jó hatással vannak **sport-sérülésekre, csonttörésekre, izom-**

görcsökre, izületi és gerinc panaszokra, mozgásszervi problémákra, ajánlott reumára illetve ortopédiai műtétek, gerincsebészeti beavatkozások után jelentősen lerövidíthető a rehabilitációs idő.

Fényterápiával kiváló eredmények érhetők el **magas vérnyomás, migrénes fejfájás, pikkelysömör, visszér esetén.**

Reflexológia – adott szerv zavarát a talp szakszerű masszírozásával fel lehet oldani, a szervezet belső egyensúlya helyre állítható.

Augusztus 20-ig bérletek vásárlása esetén plusz egy kezelés INGYENES!

1037 Budapest, Bécsi út 314/c. Tel.: 30 343/9703

www.david-egeszseg.hu

