

Kőbányai siker a Diákra Hangolva tehetségkutató verseny döntőjében

„Mozdulj ki az iskolapadból, és gyere fel a színpadra!” - ez volt a mottója a Diákra Hangolva elnevezésű tehetségkutató versenynek, amelyet a Budapest Jazz Clubban rendeztek. A fővárosi középiskolák diákjai számára szervezett tehetségkutatóra egyénileg vagy csapatban négy versenyzői kategóriában (tánc, ének-zene, vers- és prózamondás és egyéb) 97 középiskolás jelentkezett. A döntőbe 4 tánc, 14 ének-zene, 6 vers- és prózamondás, illetve 4 egyéb kategória jutott. A szakmai zsűri a döntősök közül tánc kategóriában a Gálicz Barbara, Herr Szilvia és Iski Zsófia alkotta kőbányai csapatot hirdette ki győztesnek. A Fekete István Általános Iskolában, a Szent László Általános Iskolában és a Zrínyi Miklós Gimnáziumban tanuló trió a Kőbányai Fialatok Egyesülete égisze alatt működő Magic Dance School tánciskolában szerezte meg a győzelemhez szükséges tudást. A zsűri elismerte még Dobi Noel, a Szent László Gimnázium tanulójának produkcióját is, aki a Kereskedelmi és Iparkamara különdíját kapta meg ének-zene kategóriában.

Forrás: Budapest.hu



Herr Szilvia, Gálicz Barbara, Iski Zsófia

Ezer gyerek szavalt a költészet napján

Mintegy ezer kisiskolás gyerek mondta el József Attila Hull a levél a fáról című versét április 11-én 11 óra 11 perckor, a költészet napján a KÖSZI előtt. A Takács Erika jeltolmács és Weisz Fanni siket modell segítségével jelnyelven is előadott vers után Sebő Ferenc előadóművész és együttese énekelte el a megzenésített költeményt. A költészet parkjában Varró Dániel rendhagyó irodalomórát tartott, volt versírás a kiállított írógépen, kézzel olvasás, vagyis ismert verssorok felismerése tapintással, verslabirintus és az idézetek falára kedves verssorait is felírhatták az érdeklődők. Kőbányán a magyar költészet napjának megünneplése több éve kiemelkedő kulturális esemény. A költészet napját József Attila születésnapjának emlékére 1964 óta minden évben április 11-én ünneplik Magyarországon.

Forrás: MTI



Megkezdődött a Sibrik-felüljáró felújítása

Megkezdődött a meglehetősen rossz állapotú Sibrik Miklós úti felüljáró felújítása. Jó ideje a rengeteg úthiba miatt nem lehet autóval bosszankodás nélkül végigmenni a Kőbányát Kispesttel összekötő felüljárón, de a gyalogosan közlekedőket sem várja szép látvány, csak rozsdás korlát és töredezett, elhasználódott aszfalt a járdán. Nem csoda, hogy a felüljáró rendkívül rossz állapotban van, hiszen utoljára 1989-ben újították fel.

– Újabb régi adósságát tudja törleszteni a Fővárosi Önkormányzat azzal, hogy áprilisban megindul a felüljáró felújítása, amely a közbeszerzési eljárások miatt csúszott több mint fél évet – tudtuk meg a felújítást kezdeményező dr. György István főpolgármester-helyettes-től. A munkálatok idején a forgalom folyamatos lesz, csak a híd négy sáv helyett kettőre szűkül. A jelenlegi hídszerkezetet és a híderendákat alátámasztó vasbeton gerendákat teljes egészében, míg a korrodálódott pilléereket a szükséges mértékben elbontják, majd újraépítik.

Jó hír, hogy a híd mindkét oldalán 3,5 méteres, szalagkorláttal elválasztott gyalog-kerékpárút épül, amely mindkét oldalon csatlakozik a meglévő kerékpárhálózathoz. Így a korábbi években megépült Sibrik Miklós úti kerékpárút és a Vak Bottyán utcai kerékpársávok összekapcsolódnak, összekötve ezzel Kispestet és Kőbányát a kerékpárosoknak.

Forrás: BKK, Dr. György István

	Impresszum
	ISSN 2062-8331
	Kiadja: Infogo Kft.
	1 1 34 Budapest, Kassák Lajos u. 10.
	A kiadásért felelős: Dankó József, Zsellér Gábor
	Szerkeszti: szerkesztőbizottság
	+36-30-350-0860 szerk@kobanya.info www.kobanya.info
Nyomdai előállítás: Kölcsény Nyomda Kft. Megjelenik havonta 10 000 példányban	

ÖNKORMÁNYZATI HÍREK

Kőbányai választási eredmények Népszerű a szelektív hulladékgyűjtés

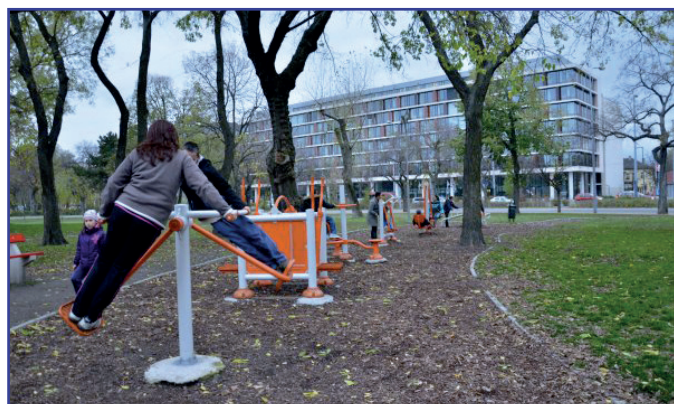
Kőbányát és Kispest egy részét magába foglaló 9. számú budapesti választókerületben a választók Burány Sándornak (MSZP-EGYÜTT-DK-PM-MLP) szavaztak bizalmat, aki a szavazatok 39 százalékát szerezte meg. A második Dr. György István (FIDESZ-KDNP) lett 37,45 százalékkal, Tubák István (JOBBIK) 13,80 százalékkal a harmadik, míg Tóth Balázs (LMP) 6,62 százalékkal a negyedik lett. További eredmények: 5. Kerezsi László (MUNKÁSPÁRT) - 0,77 százalék, 6. Mészárosné Rostás Katalin Márta (SMS) - 0,69 százalék, 7. Gönczö Zoltán János (EGYÜTT 2014) - 0,57 százalék, 8. Varga István Tibor (JESZ) - 0,34 százalék, 9. Vass Zsigmond László (EP) - 0,28 százalék, 10. Kara Sándor (FÜGGETLEN KISGAZDAPÁRT) - 0,20 százalék, 11. Balogh István Lajos (MCP) - 0,07 százalék, 12. Kállai Zsolt (ÚDP) - 0,06 százalék, 13. Kovács Julianna (MCF) - 0,05 százalék, 14. Jónás Lajos (ÚMP) - 0,05 százalék, 15. Mata András (EU. ROM) - 0,04 százalék.

Forrás: MTI

Dolgoznak a Népliget megújításán

A Népliget Budapest legnagyobb zöldfelülete, és bár egyre többen járnak ki kerékpározni, futni, a park legfőbb problémája még mindig az, hogy „nincs kitalálva”, nincs olyan funkció benne, ami vonzóvá tenné azt a családok számára a kulturált szabadidő eltöltésére. A kormány ezért kiemelt fejlesztésként kezeli a park megújítását, a munkát kiemelt kormánybiztos vezeti, a stáb tagja dr. György István főpolgármester-helyettes is.

– A park a Főkert munkájának köszönhetően gondozottabbá, szebbé vált, emellett egy szabadtéri fitnessparkot telepítettünk a Vajda Péter utcai részhez, amely nagy népszerűségnek örvend. Ez azonban önmagában kevés. Célunk, hogy a park zöld karakterét megőrizve újra élettel töltsük meg a Népligetet. Jelenleg a koncepciótervek elkészítésén dolgozunk, de a területrendezés ciklusokon átívelő távlatban képzelhető csak el – mondta dr. György István főpolgármester-helyettes.



Vajda Péter utcai szabadtéri fitnesspark

Egyhetes roadshow keretében ismerkedhettek meg a kőbányai iskolák tanulói a szelektív hulladékgyűjtés fontosságával. Az FKF Zrt. által szervezett eseményen sok érdekes program várta a tanulókat Szent László Gimnáziumban: volt kiállítás, előadások, interaktív játékok és rendhagyó osztályfőnöki órák. Az egyik legnépszerűbb program a hulladékgyűjtési verseny volt, amelynek során a lehető legtöbb műanyag hulladékot kellett összegyűjteniük az osztályoknak. A diákok még a verseny utolsó napján is zsákszámba hordták a PET-palackokat az iskolába, ahol egy igazi kukásautóval is testközelből megismerkedhettek az érdeklődők. A dobogós helyeken végzett diákok a szelektív hulladékgyűjtési rendszer edényeinek kicsi mását, pólokat és más reklámajándékokat kaptak dr. György István főpolgármester-helyettestől.

– Nagyon fontos, hogy környezetünk védelme érdekében, amit csak lehet, újrahasznosítsunk, és erre megtanítsuk gyermekeinket is. Bízom benne, hogy a Kőbányán élők is megszerették már, és élvezik a házhoz menő rendszer előnyeit – mondta dr. György István főpolgármester-helyettes. Kőbánya valamennyi otthonában szelektíven lehet gyűjteni a papírt, valamint a műanyag és fém hulladékot, amelyet ingyenesen elszállít az FKF Zrt. Az ingyenes szolgáltatás azért lehetséges, mert a szelektíven gyűjtött összegyűjtött hulladékot értékesítik olyan cégeknek, amelyek újrahasznosítják a papírt, a fémeket illetve a műanyagot – tudtuk meg a városvezetőtől. Dr. György István kihangsúlyozta: az eddigi tapasztalatok alapján a budapestiek kedvelik az új házhoz menő szelektív hulladékgyűjtést, hiszen ez jóval kényelmesebb, mint a szigetekre épülő rendszer.

Forrás: Dr. György István honlapja



Kőbánya valamennyi otthonában szelektíven lehet gyűjteni

Budapest Márka díjas a kőbányai zeneiskola



Széll Rita, a Kroó György AMI igazgatója örömmel vette át a Budapest Márka díjat dr. György István főpolgármester-helyettestől

Újabb kőbányai intézmény, a Kroó György Zene- és Képzőművészeti Iskola Kőbányai Alapfokú Művészetoktatási Intézmény kapta meg a Fővárosi Önkormányzat múlt évben alapított kitüntetését, a Budapest Márka díjat. A díjat Bartók Béla születésnapja, illetve a Tehetség Napja alkalmából megrendezett hagyományos kamarahangverseny keretében adta át dr. György István főpolgármester-helyettes a zeneiskola igazgatójának, Széll Ritának. Dr. György István hálás volt a gyerekeknek a zenei élményért, a zeneiskola tanárainak megköszönte a lelkiismeretes munkát, a szülőknek pedig a törődést és áldozatvállalást, amelyet gyermekeik művészeti oktatása érdekében hoznak. Széll Rita igazgatónő köszönetet mondott Kovács Róbertnek, Kőbánya polgármesterének, valamint a Kőbányai Önkormányzat képviselőinek, hogy szívükön viselik az intézmény sorsát és őszinte támogatásukkal lehetővé teszik az itt tanuló gyermekek színvonalas művészeti nevelését, oktatását.

A Fővárosi Közgyűlés tavaly novemberben alapított Budapest Márka néven új elismerési formát, amely azon személyeknek, szervezeteknek adományozható, akiknek, vagy amelyeknek kimagasló színvonalú tevékenysége a fővároshoz köthető, és ezzel hozzájárulnak Budapest jó hírnevének emeléséhez. Kőbányán eddig összesen hat céget, illetve szervezetet díjazott a Fővárosi Közgyűlés: az Egis Gyógyszergyárat, a Kőbányai Zenei Stúdiót, a Körösi Csoma Sándor Kőbányai Kulturális Központot, a Kőbánya Sport Clubot, a Mikropakk Kft-t, valamint a Kroó György Zeneiskolát.

Forrás: Kőbánya.hu

Megnyílt Budapest legnagyobb P+R parkolója a KÖKI-nél

Már birtokba vehetik az autósok a háromszintes, 330 férőhelyes őrzött P+R parkolóházat KÖKI Terminál bevasárlóközpontnál. Budapest legnagyobb P+R parkolóját dr. György István főpolgármester-helyettes nyitotta meg, ahol az eddig is üzemelő nyitott P+R parkolóval együtt mostantól több mint 530 férőhely áll az autósok rendelkezésére. Dr. György István főpolgármester-helyettes megnyitóbeszédében kiemelte: a KÖKI P+R parkoló hiánypótló Kőbánya és Kispest számára, hiszen jelenleg a kispestiek és XVIII. kerületiek jelentős része a metróállomások környékén, így például a lakótelepi parkolóknak hagyja az autóját, elfoglalva az ott élők parkolóhelyét. A metróvégállomásonál Budapest legnagyobb P+R kapacitása áll mostantól rendelkezésre. A BKK által üzemeltetett parkolóház mostantól éjjel-nappal várja az autósokat; a parkolásért mindössze egy BKK-vonaljegy árát kell fizetni egész napra: 6 és 22 óra között 350 forint a parkolás alkalmanként, akár egész napra, míg ezen időszakon kívül, éjjelente 210 forint/óra.

Forrás: Dr. György István honlapja

Újabb adományok az időseknek

Öt újabb kőbányai idősotthonnak, illetve idősklubnak adományozott masszázsfotelt dr. György István főpolgármester-helyettes. További felajánlások érkeztek a képviselő decemberi jótékonyági gitárkoncertje után is, így lehetőség nyílt arra, hogy a kerület legtöbb részén az idősek rendelkezésére álljanak az egészségügyi szempontból is előnyös berendezések. Három fővárosi és két kerületi fenntartású intézmény részesült a mostani adományozási körből: a Gergely, az Óhegy és a Halom utcai idősotthonok lakói, illetve a Keresztúri úti Borostyán idősok klubja, és a Pongrác telepen működő idősek klubja tagjai is igénybe vehetik a masszázsfoteles kezeléseket. Emlékeztet, hogy a decemberi koncert után az intézmények kívánságlistái alapján az Újhegyen működő Szivárvány idősotthon és a Kőbánya Kertvárosban található idősklub, valamint két kispesti intézmény kapott masszázsfoteleket, illetve háztartási gépeket, elektronikai eszközöket.

– Látva az idősek örömét elhatároztuk, hogy ha lehetőségünk engedi, azokra a helyszínekre is viszünk masszázsfotelt, amelyeknek a kívánságlistájuk alapján decemberben például hűtőt, tévét, rádiót és egyéb berendezéseket vittünk. Szerencsére egy nagylelkű felajánlásnak köszönhetően ezt most valóra válthattuk – mondta dr. György István.

A 2010-ben útjára indított „Adjunk a húroknak... és a rászorulóknak is” jótékonyági koncertsorozata révén 3 év alatt immár 7,7 millió forintnyi adományt kaptak a képviselőtől kőbányai rászorulóknak, illetve az idősellátó intézmények lakói.





ÚJHEGY
BEVÁSÁRLÓUDVAR
Budapest X., Gyömrői út 99.
Akció! 2014. április 17–23.





79
Ft/db

Nestlé Aquarel
ásványvíz
szénsavas,
enyhe, csendes,
1,5 l, 53 Ft/l



1299
Ft/kg

Füstölt nyers darabolt lapocka, gyorspácolt



2199
Ft/kg

Karaván sajt



499
Ft/db

Mizo tejföl 20%
800 g, 624 Ft/kg



179
Ft/db

HB dobozos sör
többféle,
0,5 l, 358 Ft/l



2349
Ft/db

Zwack Füttyölös mezes gyümölcslikőr
30%, többféle íz,
0,5 l, 4698 Ft/l



69
Ft/db

CBA Croissant
barackos, csokoládés,
epres, 60 g, 1150 Ft/kg



115
Ft/db

Dr. Oetker Vanillincukor
3+1, 40 g,
Sütőpor 3+1, 48 g



459
Ft/db

CBA Franciasaláta alap
1 kg

Vásároljon a gazdaságos, családi MAGYAR üzletekben!



Üzleteinkben Erzsébet utalvánnyal is fizethet!

Kossuth arcképével ünnepelt a Széchenyi

Egy valódi különlegesség bemutatásával emlékeztek az 1848-49-es forradalom és szabadságharc évfordulójáról a Széchenyi István Általános Iskolában. A diákok tartalmas és színvonalas emlékműsora után Sándor Zoltán igazgató köszöntötte a megjelenteket, majd bemutatta azt az 1849-ben készült, Kossuth Lajost ábrázoló arcképet, amelyet Jáger József talált Nagyszékelyben egy ház padlásán. Megtudhattuk, hogy a relikvia Kossuth Lujza eredeti kézírásával van ellátva. A felirat szövege a képen a következő: „Szeretett bátyámnak 1849.-i legsikerültebb egyetlen jó arcképe”. A kép Kunosy Vilmos és fia nyomdai műintézetéből került ki. Minden valószínűséggel ez volt az első és eredeti szöveggel is hitelesített lenyomat, amely fennmaradt a történelem viharai ellenére. Az arckép olajfestmény másolatát a Szent Lázár Katonai és Ispótyalos Lovagrend egyik tagja, Simon M. Veronika készítette el, majd az ünnep keretei között odaadományozta az iskolának. A Munkácsy-Krúdy díjas festőművésznek Sándor Zoltán – aki maga is a lovagrend tagja – megköszönte az adományt. Az igazgató arról is tájékoztatást adott, hogy a kerületi iskolák testnevelő tanárainak értekezletén átadták az „Év testnevelő tanára” díjat, amit Kovács Gabriella, a Széchenyi István Általános Iskola pedagógusa vehetett át. Az igazgató beszélt még az Önkormányzat által a közbiztonság javítása érdekében tett erőfeszítésekről, külön kiemelve a térfigyelő-kamerarendszer kiépítését. Elmondta, hogy a kerületben

vannak olyan civilek, akik szintén sokat tesznek a közbiztonságért. Ilyen a Kőbányai Wolf Polgárőrség, amely szervezettel az iskolának nagyon jó az együttműködése. Vannak olyan bonyolult élethelyzetek, amit nem is tudnának a polgárőrök segítségével megoldani. Sándor Zoltán külön megköszönte Orosz Tibor polgárőr parancsnoknak az önzetlen segítségét, akivel - a hivatalos együttműködésen túl - magánemberként rendszeresen szerveznek melegítél-osztást a kerületi rászorulóknak. Ezután Sándor Zoltán oklevélben ismerte el a Wolf Polgárőrség következő tagjainak az iskola érdekében végzett munkáját: Orosz Tibor, Bagdi Mihály, Göblyös János, Herczegh Henrik, Juhász Attila, Lőrincz József, Svanyova János, Varga Attila, Varga Miklós.



Az arckép és a róla készített másolat

Feledékenység okai

A feledékenység lehet a szellemi leépülés, az Alzheimer-kór egyik első tünete, éppen ezért sokan megijednek, amikor észreveszik magukon, hogy nem emlékeznek alapvető dolgokra.

A memória romlása valóban utalhat arra, hogy elkezdődött egy lassú leépülés, de nagyon sok más is állhat a háttérben. Ezek legtöbbször könnyen megszüntethető ok vagy lassítható folyamat, de gondolni kell rájuk, és tenni ellenük, mert enélkül tovább fokozódnak a tünetek.

- **Stressz:** A sok stressz nagyon leterheli a gondolkodást, szétszórta, felületessé tesz, csökkenti a koncentráció képességet, és így okoz feledékenységet.
- **Fáradtság:** A kialvatlanság, az állandó igénybevétel rontja a szellemi képességeket, így a memóriát is.
- **A figyelem szétaprózódása:** A figyelem szóródása, angol kifejezéssel élve a „multi-tasking” kifejezetten káros. Az ilyen jellegű munkavégzés fárasztó, és a kognitív képességek romlásához vezet.
- **Depresszió:** A hangulatzavar tünetei megtévesztően hasonlítanak a demencia tüneteire. A betegek képtelenek koncentrálni, amit feledékenységnek élnek meg. Gyakran nem tudnak válaszolni kérdésekre, de ez többnyire a kedvetlenség, érdektelenség számlájára írható, nem a tényleges emlékezetvesztésnek köszönhető.
- **Szorongás:** A szorongással járó leblokkolás hamar elmúlik. A baj akkor van, amikor a szorongás tartóssá válik, és emiatt a memóriazavar is állandósul.
- **Gyógyszerek:** A gyógyszereknek sokféle mellékhatása van, így vannak olyan szerek, melyek tompaságot, koncentrációra való képtelenséget, emlékezetkiesést okoznak, ezért mindig érdemes elolvasni a betegtájékoztatót.
- **Alkohol, drogok:** Ezek az élvezeti szerek mind a rövid, mind a hosszú távú memóriára károsan hatnak. Alkalmazásuk következményei megjósolhatatlanok, de a pillanatnyi emlékezetkieséstől, az évekkel később jelentkező szellemi leépülésig bármit okozhatnak.
- **Szervi betegségek:** A vese- és májbetegségek mindegyike okozhat zavartságot. A pajzsmirigy megbetegedéseinél az agy anyagcsereje lassul, ami a gondolkodás lassulásában nyilvánul meg. Megfelelő kezeléssel, illetve hormonpótlással a kognitív képességek is visszatérnek.
- **Fertőzések:** Húgyúti fertőzés, tüdőgyulladás szintén okozhat demenciához hasonló tüneteket, különösen a 65 év feletti emberekben.
- **Agyi keringészavar:** Az agy vérellátásának átmeneti romlása szintén eredményezhet lassulást, összeszedetlenséget, zavartságot. Hirtelen fellépő tünetek esetén azonnal orvoshoz kell fordulni!

Dr. Muzil Dóra

forrás: www.felejte.hu

Közösség

Szívritmuszavar ambulanciát hozott létre a Bajcsy-Zsilinszky Kórház

Szívritmuszavar gyakran jelentkezik egészséges embereken is. Ha szervi szívbetegséghez társul vagy lezajlott infarctus után lép fel, akkor speciális kezelést igényel. A betegek leggyakrabban rendetlen, szabálytalan szívverést, kellemetlen bedobbanásokat éreznek. Máskor hirtelen nagyon gyors lesz a szívverésük, amit vagy ritmusosnak vagy szabálytalanak éreznek. Figyelni kell a kísérő tünetekre is, mert megszüdülés, eszméletvesztés is felléphet. Ilyen panaszok esetén speciális kardiológiai kivizsgálásra van szükség. A Bajcsy-Zsilinszky Kórházban ilyen célra szívritmuszavar (aritmia) ambulanciát hoztak létre. Vizsgálatra a 432-7647-es telefonszámon lehet bejelentkezni.

Forrás: Bajcsy-Zsilinszky Kórház és Rendelőintézet

Családi napközi működtetésére felkészítő ingyenes tanfolyam indul

Ingyenes családi napközi működtetésére felkészítő 6 napos tanfolyam indul kőbányai lakosok részére az „Összefogás Kőbánya családjaiért” uniós pályázat keretében.

Kiket várnak?

- Azokat, akik érdeklődnek a gyermekneveléssel kapcsolatos kérdések iránt,
- Aki munkát keres, szívesen foglalkozna gyermekek gondozásával, nevelésével,
- vagy már ezen a területen dolgozik és szeretné tudását bővíteni, elmélyíteni, korszerűsíteni, a jövőben szívesen dolgozna családi napköziben, olyan munkakörben, ahol előírás a tanfolyami végzettség,
- szeretne államilag elismert tanúsítványt szerezni, mely szükséges családi napközit létrehozni.

A képzésről:

- A tanfolyam 2 hetes, 2014. május 6-tól május 17-ig, keddi, pénteki és szombati napokon 8:30 órától 16 óráig tart.
- Helyszín: a Kőbányai Gyermekjóléti Szolgálat tanácsterme, melynek címe 1108 Budapest, Mádi utca 86.
- A jelenléti képzés mellett lehetőséget adunk távoktatási anyagaink használatára is. Így igény szerint az internet segítségével is tanulmányozhatja a gyermekellátással kapcsolatos e-learning leckéket.

Kérdéseiket, jelentkezésüket várják minden hétköznapon 10-16 óráig, a Fehér Kereszt Gyermekvédő Alapítványnál a 06-1/343-6680-as vezetőkes, illetve a 06-70/3175354-es mobilszámon, vagy e-mailen: fkszakmai@gmail.com címen és a projekt honlapján: www.kobanyaicsaladokert.hu

Kőbányai Óvónők I. Sportnapja

Jó hangulatú sportnapot szervezett a Kőbányai Sportszövetség a kerületi óvónőknek. Potos Ilona és csapata remek versenyszámokat ötlött ki és az óvónők aktivitását is jelzi, hogy 17 csapat nevezett a sportnapon. A Széchenyi Általános Iskolában rendezett Kőbányai Óvónők I. Sportnapjára dr. György István főpolgármester-helyettes is ellátogatott. Rövid köszöntő beszédében üdvözölte a résztvevők kreativitását és hozzáállását, mondván: ez a sportnap is gazdagítja azoknak a kőbányai rendezvényeknek a sorát, amelyeken egyszerűen jó jelen lenni, jó látni a sugárzó arcokat, jelen esetben az óvónőket, akik a hétköznapi feladatok elvégzése mellett hétvégén is vidáman és örömmel vesznek részt egy ilyen egészségmegőrző, izgalmas napon. A résztvevő csapatoknak, illetve a több mint 150 versenyzőnek nagyon színes feladatokat találtak ki a szervezők: a tollas ütős lufi-terelgetéstől az öltöztető-versenyig jó néhány vidám rangadót élvezhettek végig az óvónők. A nagyon sok mókával fűszerezett, ám igazi versenyhangulattal átítatott fél-napos viadalon végül a Kékvirág Óvoda kék csapata nyert, másodikok a Gesztenye Óvoda versenyzői lettek, míg a Gyöngyike Óvoda csapata lett a harmadik. Az eredményhirdetést követően az addigra jócskán megéhező óvónők a Kőbányai Wolf Polgárőrség oszlopos tagjai által főzött pörkölttel lakhtak jól s egy levezető beszélgetés is jól esett a résztvevőknek.

Forrás: Kőbánya.hu



Ökoklub indult Kőbányán

Ökoklub indult a RADAR-ban, ahol az érdeklődők nyolc tematikus foglalkozás keretében foglalkoznak a víz témakörével, szakavatott előadások révén járják be a világot, valamint tesznek egy kirándulást Esztergomba. A programok elsősorban az általános 7-8. osztályosainak és a gimiseknek szólnak. A programok minden héten csütörtökön, 16:00 órakor kezdődnek a RADAR Ifjúsági Információs és Tanácsadó Irodában (Budapest, 1108. Mádi utca 173.). További infó: www.aprolepes.hu, email: info@aprolepes.hu



- ❖ Esztétikai fogászat
- ❖ Fogszokáskezelés
- ❖ Fémmentes pótlások
- ❖ Fogbeültetés
- ❖ Fogfehérítés
- ❖ Szájsebészet
- ❖ Gyermekfogászat
- ❖ Digitális röntgen
- ❖ Garancia
- ❖ Rövid határidő

FOGÁSZAT

Teljeskörű gyermek- és felnőtt fogászati ellátás Kőbánya centrumában

1102 Bp., Hölgý utca 16.

06/30/221-9241 és 06/30/382-3471

WWW.FOGORVOS.CO.HU

APRÓ

Társasházkezelés, közös képviselő

A Kőbányai Vagyonkezelő Zrt. vállalja társasházak számára a közös képviselői és társasházkezelői tevékenységgel összefüggő feladatokról magas színvonalú ellátását, társasházak gazdaságos és stabil üzemeltetését.

- Megbízható, ügyfélorientált munkavégzés
- Társasház számláinak kezelése
- A társasház közüzemi fogyasztásainak nyilvántartása
- Társasház szerződéseinek felülvizsgálata
- Háztakarító, karbantartók ellenőrzése, alkalmazottak felett munkáltatói jogok gyakorlása
- Közös területek biztosítási káreseményeinek biztosító felé történő jelentése
- Társasházi pályázatokon való részvétel
- Egyéni egyenlegek analitika, nyilvántartása
- Közös költség kintlévőségek behajtására jogi folyamatok megindítása
- Éves elszámolás és költségvetés elkészítése

Elérhetőség: KŐBÁNYAI VAGYONKEZELŐ ZRT., 1107 Budapest, Ceglédi utca 30., telefon: 06 (1) 666 27 73 vagy 06 (1) 666 27 75, email: kvzrt@kvzrt.hu, weboldal: www.kvzrt.hu

Újhegyi Piac

Termelői piac és adok-veszek bolhapiac várja az érdeklődőket az Újhegyi sétány 14/A szám alatt lévő Piac téren:

- keddenként és péntekenként 14-18:00 óra között Újhegyi Termelői Piac;
- szerda, csütörtök 9-18:00 óra, valamint szombaton 9-14:00 óra között Bolhapiac

További információ: www.vasar.kobanya.info

vagy www.facebook.com/KobanyaiVasar



ÖN KÉRDEZ, A RICHTER VÁLASZOL!

Mit tehetnék az allergia ellen?!



Allergia esetén hatékony megoldásunk a ZILOLA®!

Az allergiás megbetegedések közül az **allergiás rhinitis**, azaz a **szénanátha** jellegzetes tünetei a tüsszögés, viszserű orrfolyás, szemviszketés, torokkaporás, esetenként a fejfájás és a fáradékonyság. Ezek nagyon hasonlítanak a megfázás, influenza tüneteihez, ezért kialakulásuk kezdetén meglehetősen nehéz megállapítani, hogy milyen betegség is áll a háttérben. Amennyiben meg tudjuk ítélni, hogy mi lehet a bajunk, el lehet kezdeni recept nélkül kapható gyógyszerrel a kezelést.

Az allergiás nátha enyhe és súlyosabb tünetekkel járó formájában is javasolható a **legújabb generációs antihisztaminok** közé tartozó **levocetirizin** hatóanyag adása, amely hatékonyan képes enyhíteni az **orrfolyást, az orrdugulást, a tüsszögést, a viszketést, a szemtűneteket**. További előnye, hogy a régebbi gyógyszerekkel ellentétben **nem okoz álmoságot, fáradékonyságot**.

A levocetirizin hatóanyagot tartalmazó ZILOLA®:

- ✓ **már egy órában belül kifejti hatását,**
- ✓ **hatékonyan csökkenti a kellemetlen tüneteket,**
- ✓ **hatása több mint 24 órán át tart,**
- ✓ **nem okoz álmoságot!**



Zirola 5mg filmtabletta levocetirizin-hidroklorid tartalmú, vény nélkül kapható gyógyszer. Richter Gedeon 1103 Budapest, Gyömri út 19-21. Gyógyszerbiztonsági Osztály: +36-1-505-7032, drugsafety@richter.hu

RICHTER GEDEON – RÓLUNK GONDOSKODIK

A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

Kerthelyiség

Torockó Vendéglő

Esküvők,
családi ünnepek, ballagás,
céges rendezvények, bankettek,
baráti összejövetelek 120 főig.

1105 Bp., Martinovics tér 2.
264 5845, 06 30 746 0020, nyitva 10-22-ig
www.torockovendeglo.hu



Szolizone Szolárium

Szolizzon a Szolizone-ban!

- Pótolja nálunk a szervezetének szükséges D vitamint
- XXI. századi megjelenés
- Professzionális és folyamatosan ellenőrzött gépek
- Bőrkímélő, de intenzíven természetes barnaságot adó csövek
- Maximális higiénia
- Szakképzett személyzet
- Kedvező áru bérlet

 keressen minket a Facebook-on!

Hétfő - Péntek	9.00 - 21.00
Szombat	9.00 - 20.00
Vasárnap	9.00 - 18.00

TEL.: 06 20 282 35 35, 06 1 720 81 89
Budapest X.ker. Tavasz u. 1/c

Prima Wellness

AEROBIK MARATON

2014. MÁJUS 24.

BEVÁLLALOD!

HELYSZÍN:
Príma Wellness Sportközpont parkoló

SZÍNPADRA LÉP:
Tatarek Rezső, az Év edzője
Bartha Adri
és a Príma Wellness oktatói

Jegyárak
Maraton: 2990 Ft
Rajtszám nélküli részvétel (tetszőleges órákra): 2990 Ft
Félmaraton (4 óra) : 1990 Ft
(az ár tartalmazza a regisztrációs csomagot, a wellness használatát és frissítőket)

Regisztráció: a jelentkezes@primawellness.hu címen vagy személyesen a recepción
Infó vonal: 30/629-4125

 1103 Budapest, Gyömrői út 99.
Telefon: 1/431-01-32
www.primawellness.hu
www.facebook.com/primawellness