

# Helyi Hírek

Az első kerületi laphálózat

INGYENESEN TERJESZTVE a XVI. és a XIV. kerületben,  
Csömörön, Kerepesen, Kistarcsán, Nagytarcsán, Szilasligeten

Független folyóirat

**Zugló RESTAURANT ÉTTEREM**  
**TROFEA GRILL**

**MOSTANTÓL MINDEN NAP**  
**Sushi**  
Már 3600 forinttól!

KORLÁTLAN ÉTEL- ÉS ITALFOGYASZTÁS

**Trófea Grill Étterem**  
1145 Budapest, Erzsébet királyné útja 5-7.  
Telefon: (1) 251 6377  
www.trofeagrill.com

**Nyerjen Auchan ajándécsomagot**  
11. oldal

**ÁLLANDÓ ÜGYELET!**  
**NAGYICCE PATIKA**  
1163 Budapest,  
Veres Péter út 11.  
Tel: 401-0078

**Használja KEDVEZMÉNYES KÁRTYÁJÁT!**

**GYEREKNAP.**  
2015. május 31. vasárnap 10:00

**DUNA KARNEVÁL**  
2015. június 18. csütörtök 18:00

**FŐSZERKESZTŐI ÜZENET.** Lapunk mellékletében, a Közéleti Helyi Hírekben olvashatják Kertváros országgyűlési képviselőjének beszámolóját a választások óta eltelt egy évben végzett munkájáról. Szatmáry Kristóf az Erzsébet-liget 300 millió forintos fejlesztéséről, a repülőgépzaj ellen folytatott küzdelemről, a BVSC-nél lezajlott milliárdos fejlesztésekről, valamint az elkövetkező hónapokban várható kormányzati intézkedésekről is beszámolt. Emellett olvashatnak arról, hogy a XVI. kerületi önkormányzat mindent megtesz azért, hogy a szakrendelőben még a nem sürgős vizsgálatokra se kelljen 20 munkanapnál többet várakozni. Kertvárosban 11 utca újul meg idén, átadták a Hermina utcai kerékpáros szabadidőparkot, Zuglóban is új trolik közlekednek majd, a Magyar Nemzeti Bank vizsgálja a devizahitelek banki elszámoltatásával kapcsolatos panaszokat – erről is olvashatnak mellékletünkben.



**KÖZÉLETI HELYI HÍREK**  
Sokat fejlődött Kertváros

**Iskolafelújítás – fűtetővel**  
5. oldal

**Gázrobbanás Csömörön**  
2. oldal

**A XVI. kerület a legbiztonságosabb**  
3. oldal

**A Pálfi tér névtani kalandozása**  
3. oldal

**Hamupipóke Takarító Szolgálat**  
Magánházak és lakások piperetakarítása.  
Hívjon minket!  
+36 30 776 9145  
www.tisztasagmanias.hu

**Egyházi és világi borok versenye**  
7. oldal

**2015. MÁJUS HÓNAPBAN TARTÓSAN ALACSONY ÁRON A CSÖMÖRI AUCHANBAN!**

<b>SAJTAL SZÓRT POGÁCSA</b> 50 g, 817 Ft/kg -29% 69 Ft 49 Ft	<b>MÁRKA SZÉNSAVAS ÜDÍTŐITAL</b> 2l, 85 Ft/l, Több ízben -15% 199 Ft 169 Ft	<b>PRESTIGE CSIRKÉS MENÜ</b> 1200 g, 183 Ft/kg -31% 319 Ft 219 Ft
--	---	---

TOVÁBBI SZOKÁSOS NAPI AKCIÓINKAT KERESSE ÁRUHÁZUNKBAN!

**tzteam.hu**

**Submarine Station Étterem**  
www.submarinestation.hu  
Csapolt Wernesgrüner és csapolt Dreher  
30 féle étel MARHÁBÓL  
10 féle napi menü – 1090,-  
Legenda házi sörök  
ÉTELKISZÁLLÍTÁS!  
digi TV – óriás kivetítő  
Friss híreink a facebook-on!  
1161 Csömöri út 80. 405-3768  
Étekezési utalványt, SZÉP kártyát elfogadunk!

**Pizza 16**  
Gyorsan finomat!  
Minden nap nyitva: 11-22-ig  
Rendelés: 1-416-16-16  
06-30-416-16-16  
www.pizza16.hu  
Kiszállítás a környéken INGYENES!

**VERDA VIZSGA**  
Műszaki vizsgáztatás: 19 990 Ft  
www.verdavizsga.hu

**FOGTECHNIKA GAVALDA**  
alapítva 1979-ben

**Gavalda Zoltán fogtechnikus mester**  
kivehető fogsorok készítése, javítása – fogorvosi háttérrel  
(Dr. Iványi Judit fogszakorvos)  
1163 Bp. Datolya u. 20.  
**BEJELENTKEZÉS: 403-0801**

**Panasonic CS 80 Kft.**  
A PANASONIC klímaberendezések magyarországi hivatalos márkaképviselete

**Klíma értékesítés, szerelés, tervezés és szaktanácsadás!**

Vállaljuk:  
- Lakossági komfort klímák,  
- Ipari és Technológiai berendezések,  
- Levegő-víz hőszivattyús rendszerek,  
- Panasonic HIT napelemes rendszerek tervezését, kivitelezését

A Panasonic klíma berendezésekre 5 év garanciát is vállalunk!

1161 Budapest, Csömöri út 80. Nyitva: H-P 8.30 - 17.30  
Telefon: 401-3090, 401-3098, +36-20-263-3399  
www.cs80.hu www.panasonics80.hu

**CSEMPE ÉS PADLÓLAP ÜZLET**  
1161 BUDAPEST, CSÖMÖRI ÚT 38.  
NYITVA: H-P: 08-17. SZ: 09-12-ig.  
www.gres-massimo.hu  
TEL: 061-4010-140

**Gres Massimo**

**Asztrológia • Horoszkóp**

... A tanuláshoz és a vizsgázáshoz aztán létezik egy másik, szellemi értelmezése. E felfogás szerint az élet itt a Földön olyan, mint egy iskola, ahová valamennyien tanulni érkezünk. A fő tanulnivalókat kibogozhatjuk a horoszkópból, vagy más önismereti módszer segítségével. A legtöbbször a másik ember elfogadásáról, a felebaráti szeretet gyakorlásáról van szó. Ebben legjobb „tanítóink” azok, akikkel a legtöbb bajunk van: a szüleink, a testvéreink, az osztálytársak, a tanárok, a főnök, a házastárs, az anyósok, a szomszéd, a más vallást vagy politikai pártot követő személy. Az elfogadás nem egyenlő az egyetértéssel, és együtt lakni sem feltétlenül szeretnék a testvéremmel, de elfogadom, hogy más a felfogása a rendről például.... 8. oldal

**TJOGSIT SZERETNÉL?** Tanfolyam indul:  
Május 30. szo. 08 óra  
Június 8. hétfő 17 óra

**NYUGISULI**  
XVI. Veres Péter út 85-ben  
Jelentkezés: H-P: 8-12-ig, és K és CS: 16-19  
Információ: +36-30-950-2993  
www.nyugisuli.hu

**„A SZIGETELÉS ÉS KIVITELEZÉS SZAKÉRTŐJE” AKCIÓ!**

HŐSZIGETELÉSI RENDSZEREK • VAKOLATOK-FESTÉKEK  
FESTŐSZERSZÁMOK SZÉLES VÁLASZTÉKA

- Árgarancia
- Hívjon bizalommal!
- Ingyenes szállítás

**SAMARASBAU.hu**

BUDAPEST: XVI. Rákosi út 116; +36 70 941 1982  
E-mail: samarasbau@gmail.com

PI: 10 cm-es rendszer vakolattal	2450,-/m <sup>2</sup>
EPS ragasztó	1250,-/zsák
10 cm homlokzati polisztirol lap	1450,-/m <sup>2</sup>
5 cm lépésálló	850,-/m <sup>2</sup>

KISTARCSA VÁROS ÖNKORMÁNYZATA BEMUTATJA

**XX. KISTARCSAI JUBILEUMI NAPOK**  
2015. május 23-24.

**MAGNA CUM LAUDE PUNNANY MASSIF MAJKA ÉS CURTIS • HONEYBEAST ALMA EGYÜTTES • DOLHAI ATTILA JANZA KATA - EGYHÁZI GÉZA • KATUS ATTILA SZMATANA ANDREA & HÉTKÖZNAPI BROADWAY HŐSÖK KIÁLLÍTÁSOK • HAGYOMÁNYŐRZŐ PROGRAMOK PANNÓNIA NÉPTÁNCEGYÜTTES • SPORTESEMÉNYEK EGÉSZSÉGÜGYI SZÜRÉSEK • VÉRADÁS • TŰZIJÁTÉK GYERMEKPROGRAMOK • LOVAS BEMUTATÓK • TŰZZSONGLÓR TÁNCBEMUTATÓK • KERÉKPÁROS BEMUTATÓ • KIRAKODÓVÁSÁR**

A PROGRAMOK INGYENESEN LÁTOGATHATÓK!  
Részletes leírás a postaládákba terjesztett programfüzetben és az alábbi weboldalon  
www.histarcsa.hu www.histarcsamuhaz.hu  
MINDENKIT SZERETettel VÁR KISTARCSA VÁROS ÖNKORMÁNYZATA!







## Holtig tanulni

## Asztrológiai útmutató az Ikrék jegyében

Május 21-én, délelőtt 10 óra 38 perckor a Nap belép az Ikrék jegyébe. Az Ikrék a kommunikáció és a tanulás jegye. Változatos, információkban bővelkedő időszak kezdődik. A jegy ura, a Merkúr, a kíváncsi, örököző fiatal, a tipikus diák figurája. A Merkúr ezen a napon hátráló mozgásba kezd, a Nap pedig szembekerül a Szaturnusszal. Ha a Merkúr a diák, a Szaturnusz a tanár. Itt a vizsgálódások – de a számonkérés ezúttal nem csak az iskolásokat érinti.

Az Ikrék Nap – Nyilas Szaturnusz szembemállása a tanulás-tudás-számonkérés témakörére irányítja

A hátrafelé mozgó (mozogni látszó) bolygó pedig arra utalnak, hogy bizonyos kérdésekhez vissza kell térni. Lásd:

„*Ismétlés a tudás anyja*”. Illetve, lehetőség lesz újra foglalkozni valamivel, s kijavítani a korábbi hibákat. A **tanulók** közvetlenül érzékelik az égi állások hatását: itt az érettségi, a felvételi, az egyetemi vizsgálódások, máshol most lehet meg javítani a korábbi osztályzatokon.

**Aki már túl van az iskolás éveken**, másképp érzékeli a hónap energiáit. Közvetlenül fizikai szinten mindannyian szembefizetünk a holtig tanulás fontosságával. Asztrológiai értelemben a Nyilas jegyéhez tartozik minden magas képzettség ember, aki már szilárd világnézetű, kiértelmező bölcsességek birtokában van megszerzett tudása révén.

A jó pap, a tanár, a tudós, a bölcs öreg. Ugyanakkor senki nem hiheti magáról, hogy ő tudja az egyedül üdvözítő igazságot, és a külvilág, az élet változásai ellenére lemondhatna arról, hogy valami újat tanuljon. Az Ikrék jegyre jellemző fiatalos kíváncsiság, az új dolgok felfedezésének képessége ugyanannyira fontos tulajdonság, mint a használható, szilárd tudás, a befejezett képzés, a szintetizált ismerethalmaz.

Ha körülnézünk, számtalan konfliktust látunk abból, hogy az idősebb korosztály sokszor már olyasmit sem hajlandó megtanulni, aminek közvetlenül hasznát venné! Arról nem is beszélve, amiről csak áttételesen lesz előnye. Ezzel szemben a fiatalok minden újdonságra rámozdulnak, azt sem fogadják el, ami a javukat szolgálja, ha „ödivatú”. Az igazság talán itt is az arany középuton található. Meglehet, ezt viszont annak a korosztálynak illene jobban tudni, amelyik volt már az „Ik-

rek” életszakaszban, azaz ismeri az érme mindkét oldalát.

**A tanulásnak és a vizsgálásnak** aztán léteznek egy másik, szellemi értelmezése. E felfogás szerint az élet itt a Földön olyan, mint egy iskola, ahová valamennyien tanulni érkezünk. A fő tanulnivalókat kibogozhatjuk a horoszkópból, vagy más önismereti módszer segítségével. A legtöbbször a másik ember elfogadásáról, a felelősséget gyakorlásáról szól. Ebben legjobb „tanítóink” azok, akikkel a legtöbb bajunk van: a szüleink, a testvéreink, az osztálytársak, a tanárok, a főnök, a házastárs, az anyóék, a szomszéd, a más vallást

vagy politikai pártot követő személy. Az elfogadás nem egyenlő az egyetértéssel, és együtt lakni sem feltétlenül szeretnék a testvéremmel, de elfogadom, hogy más a felfogása a rendről például.

A tanulást ezen kívül jelentheti az is, hogy van, akinek a szerényebb, visszafogottabb viselkedést kell megtanulnia, és van, akinek inkább a határozottabb, bátrabb fellépést. Az egyik embernek valamiről lemondani, a másiknak meri elvenni azt, amit az élet neki szánt. Van, aki nehezen tud közel kerülni másvalakihez, egy másik ember esetleg elengedni képtelen a másikat. A horoszkóp ismerete nem feltétlenül szükséges a tanulnivalók felfedezéséhez. Néha elegendő egy kissé alaposabban megvizsgálni az életünket, hamar kiderül, milyen visszatérő szituációk okoznak gondot, fejtevést. Legtöbbször a munkánk is a fő életfeladattal kapcsolatos: például gyorsan dönteni, vagy meghallgatni a másik felet, figyelni a részletekre, kibékíteni az ellenségeket... Családi viszonyaink között körbetekintve szintúgy következtethetünk bizonyos tanulási feladatokra. Akinek négy lánya van, fia meg egy sincs, annak talán a női nem jobb megismerése a feladat. *(A tragikus eseményekkel kapcsolatos okoskodástól most eltekintünk.)*

A következő hónap mindenestre valamennyiünknek kínál majd lehetőséget arra, hogy újra foglalkozzunk a „tananyaggal”, és ezúttal jól oldjuk meg a feladatokat.

Tóth Éva Ágota

**KONTÉNERES**  
sitt, föld, sóder,  
homok szállítása:  
**4, 5, 6, 7, 8 m<sup>3</sup>**  
**LENYITHATÓ KONTÉNEREKSEL**  
Tel: 400-1178, 06-30-949-3551

## Alternatív gyógyítás!

## AZ ASZTMA GYÓGYÍTHATÓ

Mindenki számára hozzáférhető egy hazánkban még széles körben nem ismert ősi gyógymód, amellyel több negatív hatású betegségtől és kellemetlen, a napi életünket megkeserítő tünettől szabadulhatunk meg.

Ezzel a módszerrel az asztma, bizonyos allergiák, a depresszió, a pánik és az izületi betegségek teljesen gyógyíthatók. A gyógyulásra garanciát is vállalnak a született gyógyítók (Szabó Zsófia és Pálfi Gábor). Legújabb eredményeik az asztma gyógyításában érhetők tetten. Nahimi Seila és Nahimi Selim – négy év szenvedés után – két hónapos folyamatos kezelés hatására ma már teljesen tünet- és panaszmentesek. De nagy sikereket értek el emésztési problémák, mervedési zavarok, meddőség, aranyér problémák és cukorbetegség kezelése során is.

**Rendelés a XVI. kerületben – Hívható hétvégén is!**  
Tel: 20/942-1479, 30/865-7572 • Honlap: zsenizsg.viniker.hu



Kos (III. 21.- IV. 20.)

Sok kitartásra és türelemre lesz szüksége, ha sikert akar elérni. Lépten-nyomon akadályokba ütközik, úgy érzi, ismeretlen erők hátráltatják. Előfordulhat, hogy sokat beszél a terveiről és a tennivalókról, de amikor cselekvésre kerülne a sor, meghátrál. Ha viszont vizsgálják vagy tanul, akkor kifejezetten támogatják a csillagok. Gondolkodása egyszerre gyors, és elmélyült. Vítás ügyekben azonban már gondot is okozhat, ha túl gyorsan reagál. Ne tegyen elhamarkodott ígéreteket, kijelentéseket! Hallgassa meg a másik felet, fontolja meg a választ. Ebben az időszakban lehetőleg ne hozzon végleges döntéseket.



Bika (IV. 21.- V. 20.)

Határozottan kell fellépnie, mindenekelőtt családi ügyekben. A nő felmenőkkel és lezármaszítottakkal meggyűlhet a baja. Lehet, hogy nem lát tisztán valamilyen ügyben, esetleg egy (nő)rokon félre akarja vezetni. Lehetnek olyan ügyek a családban, amelyeket egyszer s mindenkorra rendbe kell tenni. A párkapcsolatban ugyancsak itt az idő néhány fontos kérdés tisztázására. Visszaköszönhetnek a múltból olyan problémák, amelyeket a szőnyeg alá söpört. Ezekkel most újból foglalkozni kénytelen, ezúttal jobb megoldást keresve.



Ikrék (V. 21.- VI. 21.)

Akár mennyi idő legyen, ezzel az évvel eljött a megkomolyodás ideje. Ha eddig még nem döntött volna egy nagyon fontos ügyben, most minden arra mutat, hogy nem odázhatja tovább. Sajnos, a felszínesség és jópofaság most nem nyerő. Világosan kell fogalmaznia, és az sem árt, ha pontosan értelmezi, amit mások mondanak. Kapkodásra viszont nincs oka. A most kezdődő időszak több hónapig tart, bőven lesz ideje alaposan

## HOROSZKÓP

átgondolni, hogyan tovább. A tanulmányokat folytatód vagy épp befejező Ikrék hihetetlen energiával és éleslátással rendelkeznek, jó eredményre számíthatnak.



Rák (VI. 22.- VII. 22.)

A párkapcsolat és a családi viszonyok körül forognak a gondolatai. Számtalan emlék kerül felszínre, különösen akkor, ha valamelyik hozzátartója vagy akár Ön személyesen fontos esemény előtt áll (mint például születés, házasság, költözés, iskola befejezése). Az összetartozás és az önállóság kérdése ugyancsak foglalkoztatja. Egyes családtagjaival jelentős mértékben megváltozik a viszonya. Többet vagy kevesebbet találkoznak, külön- vagy éppen összeköltöznek. Házasságkötés, válás, születés és sajnos halálozás is előfordulhat. Ami történik, mélyen megérinti és elgondolkodtatja.



Oroszlán (VII. 23.- VIII. 23.)

Ha van rá lehetősége, a szabadságának egy részét vegye ki június első felében! Egyébként pedig munka mellett fordítson több időt a kikapcsolódásra. Ebben a hónapban sokan keresik a társaságát. Próbáljon meg eleget tenni a meghívásoknak. Partnere, házastársa szívesen Önnel tart. Kapcsolatukra ugyancsak ráfér némi érdekesség, játékoság. A munkahelyén további jó lehetőségeket talál. Régóta déledgetett álma valóra válna egy hirtelen változás következtében. Csak arra vigyázzon, nehogy a sikerek, eredmények elbizakodottá tegyék.



LÁBÁPOLÁS OTTHONÁBAN KÉZI-GÉPI PEDIKŪR Hívjon bizalommal: 20/538-6192, 30/617-7784

**NAPPÉNY MOZGÁSSTÚDIÓ**  
Live,  
Love,  
Fitness!  
www.nappeny MOZGASSTUDIO.HU  
Családi programok, kirándulások, közös ilmezek. Zumba hétvégék bull hangulatu ünnepi fitness órák, törzsvendégeknél kedvezményes, minden vendégünknek nyereseményjátékok, akciók, ajándékok.  
Várunk Téged is!!! Tartozz közénk! :)  
**1162 Rsztm. Hermina út 16. • 06-70-612-9516**

**Személyi edzés és életmód tanácsadás**

- Fogyás
- Szülés utáni regeneráció
- Alakformálás, feszesítés
- Izomépítés
- Személyre szabott edzés
- Kardio és erősítő edzés
- Testösszetétel mérés
- Táplálkozási tanácsok
- Páros edzés is – hozd el barátánódet, testvéredet...

**Segíték céljaid elérésében!** Gyermekbarát helyszín

**Fodor Tamás • 06-70-612-9452**  
www.napfeny MOZGASSTUDIO.HU

- Szülés után nem mennek le a kiló?
- Lapos és feszes hasról álmodozol?
- Gyerek mellett képtelenség otthon edzeni?
- Nincs segítség, akire napközben 1-1 órára rábízhatnád a babádat?
- Este már se erőd, se kedved elmenni aerobik órára?

**Akkor ezt Neked találtuk ki!**  
Egy hely, ahová kiskorodok is jöhetsz.  
Szülés utáni regeneráció, fogyás, alakformálás, feszesítés, táplálkozási tanácsok a tartós eredményért.  
**Ingyenes konzultációért hívd Tomit!**  
Fodor Tamás – személyi edző, életmód tanácsadó, 2 gyermek édesapja • 06-70-612-9452



Szűz (VIII. 24.- IX. 23.)

A bolygók állása arra ösztönözné, hogy hirtelen változtasson, befejezzen vagy elkezdjen dolgokat. Ez azonban nagyon kockázatos lenne. Jobb, ha teszi a dolgát, és vár olyan időre, amikor megetheti az igazán nagy lépéseket. Ettől persze frusztrálnak és elégedetlennek érezheti magát. Tenni akaratát valahol máshol ajánlatos levezetnie. Próbáljon ki például egy új mozgásformát, vagy kezdje újra a régit. Partnerével előfordulhatnak kommunikációs problémák, félreértések. Fontos, életre szóló kérdéseket ne most próbáljon megbeszélni. Júliusban több esélye lesz rá.



Mérleg (IX. 24.- X. 23.)

Párkapcsolatában nagyon komoly, sorsdöntő eseményre számíthat. Talán maga is meglepődik, ha az örömteli hír (például gyermekalkadás, házasság) nem csak boldog érzést okoz, hanem aggodalommal is eltölti. Ez mindössze azt mutatja, hogy nagyon mélyen érinti a dolog. A családi változásokkal párhuzamosan a munkahelyén is érdekes fordulat állhat elő. Ez szintén pozitív végkifejlethez vezet, csak egy pillanatra borítja fel a lelki egyensúlyát. Keresse tudatosan a kellemes programokat és élményeket. Minden oka megvan a bizakodásra és az örömrre.



Skorpió (X. 24.- XI. 22.)

Az alapvetően bizalmatlan és féltékeny természetű Skorpiót sok kétség gyöttri mostanában. Vajon tényleg megtalálta az igazit? És ha igen, ő is így gondolja? Reményteljes, szép jövő előtt állnak, itt az ideje az elköteleződésnek. Ne rontsa el a saját életét (plusz a párját) a túlzott aggodással és a kételkedéssel. Mindketten megérdemlik a boldogságot! Más természetű ügyekben – pl. szerződések, pénzügyek – már indokoltabb a gyanakvás. Jól teszi, ha utánanéző a másik félnek s a szabályoknak egyaránt. Olvassa el az apró betűt, forduljon szakemberhez. Ha valamiben mégsem járna sikerrel, pár hónap múlva kap egy újabb lehetőséget.



Nyilas (XI. 23.- XII. 21.)

Kellemes hónap elé nézhet. A Szaturnusz lassan visszahátrál a Skorpió jegyébe – egy időre félreterelheti a komoly kérdéseket és a nyomasztó gondokat. A nyár az erőgyűjtés és felkészülés

**Fehér Dental** FOGÁSZAT  
AZ ÖRS VEZÉR TÉREN az Árkád mellett, Gyakorló u. 2.  
szíves és szabírtelment...  
Barátságos környezet, fájdalommentes kezelések, ingyenes állapotfelmérés, kedvező árak  
Hívjon bátran!  
VÁRJUK SZERETETTEL!  
Bejelentkezés: 216 4301  
0630 26 28 100  
www.feherdental.hu

**Mihály és társai**  
Kárpitos bútorkészítő és kereskedő Bt.  
Stíl és modern bútorok készítése, javítása  
Antik és bork bútorok restaurálása, asztalos munkával, bútorozóval  
Ajtópárnázás  
www.mihalybutor.hu  
1165 Budapest, Zsélyi Aladár u. 6.  
Tel/Fax: 321-0383, mobil: 30/954-1727

Álláshely  
lehetőséget mindenkinektöbb, mint  
10 000  
munkakeresőtöbb, mint  
5 000  
állás

1 HELY

Bálna Rendezvényközpont  
2015. Június 9-10.

www.allashely.hu

Keressen fel minket a facebook-on is!

NEMZETGAZDASÁGI  
MINISZTERIUMBUDAPEST FŐVÁROS  
KORMÁNYHIVATALA



# MiniBogyó futóverseny

**A legédesebb futóverseny: így szereted meg a futást a gyermekeddel – ezen gondolat jegyében tartották május 2-án az első MiniBogyó futóversenyt a XVI. kerületben, ahol a versenyzők átlagéletkora 5 év körül lehetett.**



A mezőny

eső. Mit volt mit tenni, délutáni halasztást kértek a szervezők. Szerencsére szinte mindenki visszajött a megbeszélte időpont-

tételés során mindenki a dobogóra állhatott. Nem is tudom, hogy vajon a kicsik vagy a nagyok örültek jobban?!

„A Runberries futóklub 3,5 éves történetének legszebb, legkedvesebb, legemlékezetesebb, legaranyosabb napja volt a mai nap. Hajrá MiniBogyók!” – írta Hajdú Péter a Runberries másik alapító vezetője.

A szülők hasonló lelkesedéssel nyilatkoztak: „Talán a jövő olimpikonjai futottak tegnap és a Runberries adta a kezdő lökést ehhez, ezért érdemes élni, ezért érdemes tenni!”

Egy futó anyuka pedig a következőkről számolt be a verseny után: „Gergő ma délután az autóban megkérdezte: **Mikor megyünk legközelebb futóversenyre?** Aztán azt mondta, hogy futóversenyre AKAROK menni, mert nekem az nagyon jó volt!”



Azt gondolom, valahogy így kell a futást megszerettetni a gyerekekkel. A gyerekek sikerélmény kell, mint nekünk felnőtteknek is. Már-már közhely, hogy igen: a szülői példamutatós mennyire fontos. Amikor ilyen édes, szívemengető szervezéssel találkozok az ember, akkor azt gondolja magában, hogy ez igen! És tudod Viki, hogy szerintem mitől működött ez az egész, miért kaptam fel a fejem én is a képeitekre?

Azért mert azon kívül, hogy valami kivételes dologgal szeretnétek voln megajándékozni a gyerekeket, a futás szeretetével – más nem volt mögötte. Nem volt mögötte szponzor, pénz, üzlet, várt haszon – csak a futás és a család. A XVI. kerületi futóklub szülők összehoztak valami igazán kivételesen, amit eddig még sehol sem láttam (én legalábbis). Gratulálok! Már csak a fotók nézegetése is hihetetlen jó érzés!

Hajdú Péter

XVI. kerületi futónagykövet



A futás csupa öröm. Viki és az egyik futó csemete.)

tőközösségünk minden tagja maximálisan kivette a részét. Sütöttünk, oklevelet, érmekeket készítettünk – felpezsdült a csapat.

Eredetileg szombat délelőttre írták ki a rajtot, de szakadt az

ra, így megindulhattak a küzdelmek.

A 3-4 évesek 100 métert futottak. Az 5-6 évesek 200 métert, a 7-8-9 évesek 800 métert, a legnagyobbak, a 10-11 évesek 1600 métert. A korosztályos ér-

## Csángó gyerekek egy nyári hétre befogadó családokat keresnek



2015. augusztus 18-25. között immár 12. alkalommal vendégeskednek moldvai csángó gyermekek a XVI. kerületben. A vendéglátó Kovász Egyesület színes programokat szervez számukra, megtekinthetik a Parlament épületét, és részt vesznek a Szent István-napi ünnepségen is, majd igényes műsorral köszönik meg a vendéglátást. A szervezők olyan családok jelentkezését várják, akik erre a hétre otthonukban szállást tudnának biztosítani 1-2 gyerekeknek. Jelentkezni lehet Petrovics Sándornál: 06-30-655-9271

## Kertvárosi kertbarátok



**KERTJEINK KINCSEI** címmel tartottak bemutatót a Kertvárosi Kertbarát Kör tagjai a Szent-Györgyi Albert Általános Iskola felső tagozatos diákjainak április 21-én – a kóstolóval egybekötött rendezvényen közel száz diák ismerkedhetett meg a kertészkedés hasznosságával, az egészséges táplálkozás fontosságával. A KALOT mellett működő kertbarátok következő rendezvénye május 30-án lesz a Sasvár utca 23. alatti közösségi házban a KALOT nap keretében 16 órai kezdettel, színes és érdekes programokkal. Előtte 14 órától lehet megtekinteni a közösségi kertet, amely a Zsemlékes út 80. számmal szemben található. **További információ – Tel: 409-1208**

**MOLNÁR AUTÓS-MOTOROS ISKOLA**  
TANFOLYAMOT INDÍT  
Május 18. hétfő 18-kor a mátyásföldi Táncsics u-i iskolában.  
Elméleti vizsgagarancia  
JELENTKEZÉS a helyszínen  
www.autosiskola.xls.hu  
407-2126, 06-20-9213-690

**KONTÉNER**  
nyitható  
4-6-8 m³  
sitt, lomtalánítás  
409-0933, 06/30-9441-106

**Emlékmentés**  
Videokazetták  
VHS, VHS-C, Hi8  
hanglemezek, hangkazetták,  
régiképek, filmek  
DIGITALIZÁLÁSA  
CD, DVD készítés  
Ferenci Videó  
405-6655, 06-20-9392-658  
XVI. Hermina út 16.

**Vállalkozói**  
apróhirdetések  
és keretes hirdetések  
a Helyi Hírekben:  
06-20-412-6353  
www.hh16.hu

**Szennyvízszippantás**  
csatornatisztítás, duguláselhárítás  
nagynyomású WOMÁVAL  
SZÍVÓ Kft.  
Baumholczer Tamás  
Precízen – pontosan 20 éve  
ISO 9002 minősítéssel  
Tel: 400-1116, 06-20-9349-972

**Mentse meg**  
rég felvételét, képeit!

- Videó és hang digitalizálása
- Fénykép és diafilm szkennelése
- Képvetítés készítése zenei aláfestéssel

**Időpont egyeztetés:**  
Fodor Tamás  
06-70-612-9452  
XVI. Rákosszentmihály

**BORKERESKEDÉS**  
Egri borok elvitelre  
Bikavér, Merlot 460 Ft/l  
Egri leányka, Muskotály,  
Rizlingszilváni 380 Ft/l  
Nytíva H-P: 15-19 óráig  
Szo: 8-13 óráig  
403-1563  
XVI. Sasvár – Lucfenyő u. sarok  
bejárat a Lucfenyő utcából

**Nemzedékekre tervezve**

**HARLMANN** **STIHL** **VÍKING**

1161 Bp. Csömöri út 2-4.  
402-0747, 06-70-318-5271  
Nytíva: H-Cs: 7-17  
P: 7-15, Szo: 8-12

STIHL MS 170  
65.900 Ft helyett  
56.900 Ft

STIHL FS 88  
50.900 Ft helyett  
45.900 Ft

(Akció május 31-ig)

**KIDOBÁSRA VÁRÓ RÉGI BEFŐTTEKÉRT**  
házhöz megyek. Tel: 405-6655, 06-20-9392-658

**Intenzív angol nyelvgyakorlás**

**Máltán 2015. július 7-19-ig!**

**Nyáron 8 - 18 év közötti diákok számára lehetőség nyílik, hogy 2 hetet töltsenek Szicília és Afrika között Málta szigetén!**

**DELFIN USZODA**

**Nyári úszó és lovas táborokat szervezünk 5-14 éves gyermekeknek, heti váltásban!**

**Angol – magyar sportóvodánkba várjuk gyermekét egész évben folyamatos beiratkozással!**

Elérhetőségeink: Barviczné Csilla 06-30-539-0883  
Cím: 2141 Csömör, Petőfi Sándor u. 29.  
www.facebook.com/DelfinUzoda  
www.facebook.com/DelfinSportOvi

**NYILÁSZÁRÓSZERVIZ**  
Nyílászáró felújítások  
Ablak és ajtócsere  
Ajtó, ablak felújítása, újragyártása

Tetőtéri Ablakok Velux, Shindler, Peta  
Hőszigetelésének Növelése Akár 2-3 fokkal  
Meglévő ablak elé új ablakot gyártunk  
Pára, penész megszüntetése részellőző beépítésével

**USA TOLÓABLAKOK**  
Praktikus, helytakarékos  
TEL/FAX: 409-13-78 nyilaszarorszerviz.hu  
06/20-934-60-71, 06/20-977-60-96  
Bemutatóterem: Bp., XVI. Csömöri út 269.

**RÁCZIÓ 2001 Kft.** **FŰTÉS VÍZ – GÁZ**

1162 Bp. Szlovák út 106. Tel: 402-1691, 402-1692

**AKCIÓS NAPOK A RÁCZIÓBAN minden pénteken**

2015. 05. 22. Geberit falon belüli és falon kívüli wc tartályok	-10%
2015. 05. 29. Radiátorok szelepek (Herz, Caleffi, Emmeti)	-10%
2015. 06. 05. Rézcsövek és és gáz press idomok	-10%
2015. 06. 12. Alföldi szaniterak	-20%

**Éljen a lehetőséggel!**

ø15 félkemény „SANCO” rézcső	1.080,-/fm
ø18 félkemény „SANCO” rézcső	1.350,-/fm
ø22 félkemény „SANCO” rézcső	1.750,-/fm
110/2 méteres PVC cső (I. oszt.)	920 Ft/db
16x2 HAKA (svájci) alubetétes cső MEGA AKCIÓ!	195,-/fm

**A fenti árak az áfát tartalmazzák!**  
**KIVITELEZŐKNEK KEDVEZMÉNY! • Ingyenes házhozszállítás**  
Nytíva: H-P: 7-17, Szo: 7-12 óráig