

**Sóbarlang** Pécel központjában  
(körforgalomnál)

Száraz, aeroszolos technológia, tengeri só beporlasztásával

**További szolgáltatások**

Alfamasszázs fogyókúra	Alakformálás
Szabadalmaztatott orvosi táplálkozási program és a legújabb Oxy SPA kapszulas testkezelés nyero kombinációja	Testsúlycsökkentés
	Cellulit redukció
	Méregtelenítés
	Oxigénes bőrfiatalítás
	Kollagén és bőrfiatalítás
	Talp- és gerincmasszázs
	BEMER mágnesterápia
	Bioptron fénykezelés

Bejelentkezés, információ: 06-30-742-4103  
www.alfaszalon.hu

Egészségpénztár és üdülési csekk elfogadó hely

**Alfa Egészség és Szépségszalon**

A hirdetés felmutatója 10 % kedvezményt kap

**MŰSZAKI VIZSGA** **Strausz**  
AUTÓSZERVIZ KFT

**HELYBEN, EGY NAPON BELÜL,  
MINDEN NAP**

Motorkerékpár: 12.200,- Ft,  
Szgzk: 23.000,- Ft,  
Tgk 3,5 t-ig: 26.000,- Ft,  
Utánfutó: 16.500,- Ft

1106 BUDAPEST, KERESZTÚRI ÚT 208.  
TEL.: 260-1583. 06-70-364-4709

**FINI-MINI PÉKSÉG**

„Az vagy nekem, mi testnek  
a FINI-MINI kenyér...”

Keresse az új piacon!

**Keresztúron a legjobb!**

2011. május 14-én NYÍLT NAP  
az **ÁBV** teniszklubban!

Budapest, XVII. kerület, Gyergyóalfalu utca 8.  
(Pesti úti lakópark, Home Center mögött)

Tenisz-Angol napközis tábor  
befizetés 5% kedvezménnyel

Telefon, információ: 06-30-441-9291

**www.abv.hu** **ÁBV TENISZKLUB**

## „Nagyböjt” – OXY kapszulában

Húsvét közeledtével sokan betartják a negyven napos böjtöt – legyen az bármilyen nehéz vállalkozás is. S hogy ez a táplálkozási önmegtartóztatás nem pusztán vallási követelmény, hanem komoly egészségügyi célokat is szolgál, ma már egyre többek számára válik világossá.

– A test tisztítása mindenki számára fontos – mondja Kállai Ildikó (képünkön), akinek nevét bizonyára sokan ismerik határainkon belül és túl. 1996-ban ugyanis fitness magyar bajnok volt, amit 1997-ben és 98-ban egy-egy európbajnoki címmel is megtoldott. Sőt, e cím második elnyerése után hét héttel megnyerte a világbajnokságot is Las Vegasban. S mivel a fitness nem csupán a test építését-szépítését, hanem egészségben tartását is jelenti, Ildikó szakavatottsága e témában vitathatatlan.

– A húsvéti 40 napos nagyböjt talán drasztikus formája a tisztításnak, de vannak ennek barátságosabb változatai is. Ajánlatos lehet mindannyiunk számára hetente egy gyümölcsnapot tartani, vagy pedig egy olyan napot beiktatni, amikor csak tiszta, citromos vizet iszunk.

Ez ugyanis elősegíti, hogy a béltraktus tisztuljon, s kiürüljenek onnan az esetlegesen ártalmas anya-

gok is. S ha ezt egy éven keresztül, heti rendszerességgel végezzük, nem marad el a kívánt hatás. De a



tudomány és a technika jóvoltából ma már létezik az öntisztításnak még ennél is egyszerűbb és kellemesebb, mindenki számára elérhető formája – emelte ki Kállai Ildikó.

– Ez pedig a NASA szakemberei által kifejlesztett 'Alpha LED Oxy' készülék, melyet Pécel központjában,

az ALFA Egészség és Szépségszalonban bárki kipróbálhat. A be rendezésen több funkció található, amelyek mindegyike külön-külön is állítható. A kezelés színes lámpácskák által kibocsátott fényterápiával kezdődik, melyek 8-10 mm mélyen hatolnak a bőrbe. Hatása a salaklanítás, a tisztítás, s mindemellett vérbőséget okoz, felgyorsítja a bőrmegújító tényezőket és az anyagcserét. Mindehhez egy automatikus, tetszés szerinti erősségű rezgés is járul, ami a nyirokkeringés működését és a mentális ellazulást segíti. Végül pedig az oxigénbefúvás következik, ami serkenti a vörösvérsejtek képződését, a bőrcserét, a nyirokrendszer működését, s a szervezet tisztulását stimulálja. S mindehhez tetszés szerint aromaterápia is igénybe vehető, amit ki-kijelölés szerint választhat ki. A gép által biztosított hő, fény, rezgés, oxigén és aromaterápia kombinált alkalmazása biztosítja testi, szellemi és lelki jólétünket egyaránt. Ez a hatáseggyüttes nemcsak a salaklanítást segíti elő, de szabályozza a szívritmust is. Az Alfa szalon más berendezéseinek együttes használatával pedig további kedvező hatásokat tudunk elérni – mondta befejezősül Kállai Ildikó.

## Megalakult az IKSZ

A képviselő testület márciusi ülésén dr. Fenke Ferenc KDNP-s önkormányzati képviselő bejelentette, hogy 2011. március 11-én tizenegy helyi fiatal összefogásával megalakult az Ifjúsági Kereszténydemokrata Szövetség (IKSZ) XVII. kerületi csoportja. Elnök: Pálfalvi Milán, elnökségi tagok: Forrási Róbert, Csorba Béla. Elérhetőség: tel: 0630 438 9150, e-mail: 17iksz@gmail.com, web: http://www.rakosmente.iksz.net. Minden érdeklődő fiatalot szeretettel várnak.



Dr. Fenke Ferenc

## Várostartarító önkéntesek



Szabó Tiborné (mellényben) a Helikopter lakópark melletti erdőben dolgozott, közben szervezte a munkát

Rákosmente önkéntesei az önkormányzattal és az FKF Zrt-vel közösen március 26-án szemétszedő akciót szerveztek kerületszerte. Rákoshegyen Bényi Zsolt és Szabó Tiborné szervezte a munkát. A szemétszedők által bejárt terület mindkét csapatnak izgalmas volt. A Lőrinci út menti kiserdő zugait Illiczky Sándor és csapata tárta föl. E térség egyik jellemzője, hogy a Lőrinci út menti örömpar beteljesedésének kínál természetes terepet. Az érintettek földutakat építettek ki az erdőbe, ahonnan további beállásokhoz tapostak ki nyomvonalakat. A természet lágy öle így azonban nem csak ringatózásra kínál alkalmat, hanem a hulladék észrevétlen, illegális elhelyezésre. A Népkertben a TESZ aktivistái, civil szervezetek tagjai vitézkedtek Lukoczi Károly képviselő irányításával. Itt járta a terepet a Mezei Örszolgálat kocsija is, hogy egy helyről szállíthassa majd el a zsákokat, konténereket az FKF. Rákoscsabán Rózsahegyi Péter a ligetieket fogta össze a vasút és a patak között. Virág Mihály saját kocsijával szállította a szemétszákokat. A csabai piactér környékén Dunai Mónika képviselő szervezte a szemétygyűjtést. **Hatvani Zoltán** és Fohsz Tivadar körzetében a déli órákra végeztek a szemétygyűjtéssel. Az alpolgármester körzetében a rákoskerti vasútállomás előtt gyűltek a szemétszákok, Hatvani Zoltán csapata pedig a sajnos mindig szemetes városszéli Zsigmond utcában vágott rendet.

**MUNKAVÁLLALÁS? VÁLLALKOZÁS?**  
Folyamatosan induló szaktanfolyamok

**TARGONCA, EMELŐGÉP, FÖLDMUNKAGÉPKEZELŐI**  
OKJ-s bizonyítvánnyal és gépkezelői jogosítvánnyal, Tel: 06-20-424-4843

**GÉPJÁRMŰVEZETŐ KÉPESÍTŐ IGAZOLVÁNY**  
Munkavállaláshoz előírt képesítés tehergépkocsivezetőknek és autóbusszvezetőknek  
Tel: 06-20-248-4700

**SZAKTANFOLYAMOK**  
Árufuvarozó, Autóbussz és Taxis Vállalkozói, Gépjármű ügyintézői, Veszélyes áru szállító (ADR), Hulladékgyűjtő és szállító, Túlméretes szakkisérő  
Tel: 06-20-938-4663

www.fuvinfoiroda.hu  
1106 Budapest, Jászberényi út 24-36.  
Tel/fax: 06-1-261-0078, 06-1-261-9836

**VÉRADÁS**

Helye: 1171. Budapest, Péceli út 106.  
Ideje: 2011. április 28. (csütörtök) 14.00-tól - 17.00 óráig

**HAJNI SZÉPSÉGSZIGET**

→ Fodrászat  
→ Kozmetika  
→ Műköröm, pedikűr  
→ Masszázs  
→ Hangterápia  
→ Szolárium  
→ Testtetoválás  
→ Sorselemzés, tarot kártya

Szerettel várjuk régi és új vendégeinket!

1173 Budapest, Pesti út 160.,  
Tel.: 256-6503,  
Nyitva: hétfőtől-péntekig, 9-19 óráig,  
szombaton bejelentkezés alapján

**HŰTŐGÉPEK, FAGYASZTÓK, MOSOGÉPEK JAVÍTÁSA**

www.hutogepszerelo.hu  
Tel: 258-0395, (06-20) 938-1763

**Akciós raktározási lehetőségek a XVII. kerületben!**

Raktárak, műhelyek kiadók már 500 Ft/nm-től, irodák 1500 Ft/nm-től. Érdeklődni: 06-30-338-3-338"

## Mérlegben a képviselő testület márciusi ülése



**Ruthner György**  
képviselő  
(MSZP)  
álláspontja

### ESZREVÉTEL

A márciusi testületi ülésre rányomta bélyegét a napokban meghirdetett Orbán-csomag. Sajnálattal konstatáltuk, hogy a megszorítások elérték Rákostentét is. Februárban, a költségvetési vita során is kiderült, hogy a FIDESZ-KDNP többségű városvezetés 2011-ben jelentős megszorításokra készül.

Idén művelődési házaink elorsvasztása kezdetének lehetünk tanúi, amelyet racionalizálásnak álcáz a FIDESZ-KDNP többségű városvezetés. Az intézményvezetők és dolgozók teljes kizárásával, véleményük figyelmen kívül hagyásával készített előterjesztés feltételezéseken alapul. Valódi célja a közművelődés területéről minél nagyobb pénzek elvonása, munkahelyek megszüntetése. Ezzel idén már a második csapás éri az oktatás-művelődés területét.

A februárban elfogadott költségvetés tárgyalásakor kihirdetett tanári állások megszüntetése után a művelődési házakból is kirúgnak 14 embert. Ahogy a vita során egy független szakértő fogalmazott, a „Bokros-csomagot” észre sem vette a kerület közművelődése, ezt az átalakítást azonban nem fogja túlélni az intézményhálózat. Kerületünk egyik nagy vívmánya – melyet országosan is elismernek – művelődési házaink tevékenysége és azok rendezvényeinek kiváló

színvonal, melynek lerombolása most elkezdődött. Közművelődést Pártoló Önkormányzat címet többször elnyert önkormányzatunk ezzel a lépéssel kérdemelte a Közművelődést Felszámoló Önkormányzat címet.

A rákoshegyi Bocskai utcában lakóknak készített „tavaszi meglepetést” a FIDESZ-KDNP többségű városvezetés az ott lévő, használaton kívüli temető megnyitásával. Az önkormányzat által kiírt pályázatra egy olyan cég adta be az elképzelését, amelynek tulajdonosa egy másik, Seychelle-szigetekre bejegyzett, ismeretlen tulajdonosi körrel rendelkező „offshore” társaság. A benyújtott anyagból kiderült, hogy a pályázó egy modern ravatalozóval és boncteremmel felszerelt épületgyűjtést álmódott a temető területére, ahol urnás és hagyományos temetés egyaránt lenne. A megjelölt lakók és a szocialista frakció tiltakozása ellenére a jobboldali kerületvezetés megszavazta, hogy a temető az ismeretlen tulajdonosi háttérű, „offshore” cég tulajdonába kerüljön. Érdekes és példa nélküli, hogy Budapesten a Főváros tulajdonában lévő Budapesti Temetkezési Intézet helyett egy magánbefektető kezébe kerüljön a kegyeleti szolgáltatás ezen formája, s mindehhez a FIDESZ-KDNP többségű városvezetés tevételesen asszisztáljon.

A jobboldali kerületvezetés ebben a hónapban további szolgáltatások díját emelte fel. Ezúttal a labbérekért és egyéb szociális szolgáltatásokért kell többet fizetni. Csak remélni tudjuk, hogy a jelenleg folyó felülvizsgálatok eredményeként a polgármester nem tesz javaslatot újabb díj- és adóemelésre április hónapban.

## Bajnokok az Újlak ringjében



**Nemesapáti Norbert, Rózsashegyi Péter, Szebelédi Renáta, Nemesapáti Szabolcs és Szebelédi Richárd a verseny végén**

A WTKA Interkontinentális Küzdősport Bajnokságán az Újlak utcában tapsolhattunk Ligetről a közelmúltban Rákoshegyre költözött Kormány József sikereinek, köszönhetően a Nemesapáti fivéréket, a bajnok Norbertet és a nyolc éves bokszoló öccsét, Szabolcsot. Végül, de egyáltalán nem utolsó sorban a Szebelédi család két tagját,

Szebelédi Richárdot és testvérét, a december óta az UBO szervezet 53 kilogrammos súlycsoportbeli női bokszvilágbajnokát, Szebelédi Renátát. A verseny megrendezését segítette, és végig figyelemmel kísérte, egy-egy küldöttség szállításába is besegítő Rózsashegyi Péter, illetve Petróczy Dániel önkormányzati képviselő.



**Hatvani Zoltán**  
képviselő  
(FIDESZ)  
álláspontja

### ESZREVÉTEL

A 2011. március 24-én megtartott testületi ülésen hosszasan tárgyaltuk a kerületi művelődési házak struktúrájának átalakítását tartalmazó előterjesztést.

A testületi ülésen is elmondtam, rendszeres látogatója vagyok a Rákoskerti Művelődési Háznak, az elmúlt négy évben közel 100 rendezvényen vettem részt. Ismerem a ház költségvetését, problémáit és szorosan együttműködöm a ház vezetőjével (Lipcseyné Horváth Ágnes) és az intézményben dolgozókkal. A testületi ülés vitájában többször hangsúlyoztam, hogy magánemberként, sőt cégvezetőként is úgy gondolkozom, mint képviselőként, vagyis: csak annyit szabad a körzetben, illetve a kerületben az intézményhálózat működtetésére elköltenie az önkormányzatnak, amennyit a bevételek lehetővé tesznek. Egy körzetes képviselő felelősséggel tartozik azért, hogy a városrészében működő önkormányzati fenntartású intézmények gazdasági szempontból is megbízhatóan és stabilan gazdálkodjanak. Ez alól a Rákoskerti Művelődési Ház sem lehet kivétel. A 2011-es évben a költségvetés előkészítése során már látszott, hogy a kerület ideai bevételei nem fogják fedezni a működési kiadások korábbi mértékét, ezért nagyon sok területen át kellett gondolni a finanszírozást. Az elmúlt hónapokban több alkalommal elmondtam, hogy a különböző intézményeknél előkészített megtakarítások azt a célt szolgálták, hogy az adott óvodában, iskolában és művelődési házban dolgozók novemberben és decemberben is megkapják a fizetésüket. Ha nem takarékoskodunk, akkor veszélybe kerültek volna az év végi kifizetések. Az átszervezéseknek az óvodák és iskolák után a művelődési házak hálózatát is érinteniük kell. Nem lehet érintetlenül hagyni a 90-es évek óta változatlan formában működő rendszert, hiszen 2011-re megváltozott a gazdasági helyzet, mások az elvárások és a követelmények is az ilyen intézményekkel szemben.

Fontos hangsúlyozni: egyetlen

egy művelődési ház sem fog bezárni a kerületben, így a Rákoskerti Művelődési Ház sem. A napirendi vitában elmondtam, képviselőként a jövőben sem fogok intézménybezárást támogatni. Az önkormányzatot is ez a meggyőződés vezeti. Hozzáállásunkra jó példa az elmúlt négy év: folyamatosan fejlesztettük a művelődési házakat, számos beruházás történt, elég ránézni a felújított épületekre.

Az előterjesztésben az olvasható, hogy az ún. kicsi házakat (rákoskerti, csabai, ligeti, hegyi) egy közös igazgató fogja vezetni, aki a Vigyázó Sándor Művelődési Ház egyik igazgatóhelyettese lesz, a házak pedig a Vigyázó tagintézményeivé válnak. (A Rákoshegyi Községi Ház a kezdetek óta tagintézményként működik, a helyiek civilek, klubok, közösségek nagy meglepedésére). Nem az igazgatói pozíciók számához kell ragaszkodni, hanem a jól és hatékonyan működő házakhoz.

Bízom abban, hogy ezt az új pozíciót egy olyan szakember fogja betölteni, aki képes lesz a megváltozott struktúrában is költség-hatékonyan irányítani a kerület művelődési házait, tagintézményeit, így a Rákoskerti Művelődési Házat is. Bízom a mai vezetőkben, hiszen sokuk több mint 10 éves vezetői tapasztalattal rendelkeznek. Van olyan köztük, aki közel 20 éve szolgálja Rákosmenté közösségét. A kerület közművelődési intézményeiben jelenleg 53 fő végzi a napi feladatokat, de odafigyeléssel, a felesleges párhuzamosságok elhagyásával ezt a feladatot a jövőben 38 fő is el fogja tudni látni. Az átszervezés után a házak nem konkurenciáknak és versenytársaként fognak egymásra tekinteni, hanem olyan szövetségesre, akik együtt fognak mindent megtenni azért, hogy a kerület minden részén hozzá lehessen jutni közös eladáshoz. Nem fordulhat többé az elő, hogy egy napon két házban is tartanak hasonló rendezvényt, ezzel is megfizetve saját nézőközönségük számát.

Cél, hogy minden művelődési házba látogató vendég a barátságos légkört, a gazdag programkínálatot és a házon elvégzett folyamatos fejlesztéseket tapasztalhasssa meg.

Rákoskerten – ahogy eddig - a jövőben is erre számíthatunk. A művelődési ház a helyiek aktív közösségi tere lesz, ahová egy kiállítás vagy rendezvény alkalmával örömmel betérni.

## Lakberendezés tippek

Tanácsstalan, hogyan alakítsa át lakását? Nem tudja, milyen színekkel, kiegészítőkkel dobatná fel megunt bútorait? Szüksége lenne néhány ötletre? Írjon nekünk, lakberendező szakértőnk segít Önnek! leander@leander.tonline.hu, info@lak-asz.hu

Májustól új rovatval bővül a Tizenhetedik. Olvasóink lakberendezéssel kapcsolatos kérdéseire Virág Afrodité, a LAK-ÁSZ studio vezetője válaszol. 06-20/916-07-25