

Kőbányai Hírek

HAVILAP
XXXV/12. szám
2025. december

Búcsúbeszélgetés

Nyugdíjba ment Verbai Lajos, a Helytörténeti Gyűjtemény vezetője. A miértről, a terveiről, a helytörténet mai szerepéről kérdeztük.

20-21. oldal



A „kütyüzés” kockázatai



Lemarad-e az a gyerek, aki 3 éves koráig nem kap a kezébe digitális eszközöket, képernyőzés helyett pedig élőszóban hallgatja a mesét?! Spoiler: nem, sőt! A digitális gyermekvédelem volt a téma a Kőbányai Egyesített Óvodák első szakmai konferenciáján. **10-11. oldal**

Megnyílt a jégpálya, világít a hitgyertyája

Advent Kőbányán



Advent első hétvégéjén kerületszerte megkezdődtek az ünnepi programok. A Szent László téri betlehemnél kis ünnepség keretében gyújtották meg az adventi koszorú első gyertyáját. Az Óhegy parkban pedig zenés jéges bemutatóval megnyílt az ingyenes korcsolyapálya, amely idén nagyobb felületen várja a mozogni vágyókat egészen februárig.

2-3. oldal

SzakmaFeszt, harmadjára

Idén is ezres nagyságrendben vonzott érdeklődőket az állásbörze. A szervező a Kőbánya Gazdaságfejlesztési és Innovációs Tanács, vagyis az X-GAIN, az önkormányzat és a kőbányai nagyvállalatok együttműködésének szervezete egyedi lehetőséggel is készült: az érdeklődők „munkatúrára”, azaz gyár- és intézménylátogatásra regisztrálhattak. **6-7. oldal**

Irány az erdő!

Vezetett túrák indultak a megújuló Határ-erdőben. Hiába a nagyváros, az Álmos és a Tünde utca kereszteződésétől induló erdő igazi csendes kikapcsolódási lehetőség a kerületben élők számára. A Kőbányai Önkormányzat és a Pilisi Parkerdő együttműködésének eredményei pedig már látszanak a cseperedő csemetéken.

16-17. oldal

Advent 2025



Ünnepi fények

„Három, kettő, egy...” Százak állták körbe az Óhegy parkban felállított jégpályát, és számoltak vissza az őszi utolsó és egyben az adventi időszak első vasárnapján a polgármesterrel közösen. Ahogy elhangzott az „egy”, D. Kovács Róbert Antal ünnepélyesen

megnyomta a gombot, a karácsonyi fények pedig felgyúltak a szomszédos lámpaoszlopokon, a parki sétányon és a Kőér utca mentén. „Felöltöztettük a várost, hogy átvezessük a hétköznapiakból az ünnepbe számtalan fénnel, még több ragyogással” – mondta a

polgármester rövid köszöntőjében.

Akik időben érkeztek, emelvényről nézhették végig – a többieknek maradt a papa nyaka – a Jégkorszak SE táncosai-

nak show-műsorát, amelynek tematikáját a 2010-es évek „örökzöldje”, a Jégvarázs című animációs film adta. Az öltözőnél közben egyre komolyabb sor kígyózott, mert a többség

alapvetően korizni érkezett az Óhegy parkba. Dupla vonzerőt jelent, hogy a jégpálya továbbra is ingyenes, miközben a korábbiaknál nagyobb. A teljes jégfelület 1200 négyzetméter, ebből 700-at tesz ki a stilizált kará-

csonyfát körülölelő jégfolyosó, 100-at pedig a legkisebbeknek kialakított tanuló pálya. Akinek nincs korcsolyája, bérelhet, a büfékocsiban jó a kávé, van többféle percek, tea és forralt bor is.

Hit, remény, öröm, szeretet

A hagyományoknak megfelelően advent első vasárnapján délután a Nagycsaládosok Kőbányai Szent László Egyesülete által épített betlehemi meggyújtották az adventi koszorún az első gyertyát, a hit hírnökét. Weeber Tibor alpolgármester a meghitt rendezvényen arra emlékeztetett, hogy miközben a fogyasztói társadalom ilyenkor mindenkit vásárlásra, rohanásra ösztönöz, az adventi időszak alkalom a befelé fordulásra, lecsendesedésre.



Repcsik Gyula, a Szent László-templom plébánosa a hit szerepét emelte ki a mindennapokban. Mint mondta, ez a kapaszkodó, ha hívásokkal szembesülünk,

de egy sima hétköznapon is, amikor bízunk benne, hogy az aznapra szánt teendőinket el tudjuk végezni. Az első gyertyagyújtáson a Szent László gyermekkorú énekét

is meghallgathatták a résztvevők.

Cohen és Sziámi kombó a Kőrösiben

Halleluja!

„A dal ura elé úgy léphetek, hogy a nyelvemen nem lesz más, mint halleluja – az igazat mondom, legyen bár szép vagy csúnya.” Leonard Cohen legnépszerűbb dala is elhangzik december 19-én, a Kőrösi színpadán, Müller Péter Sziámi és a Thefriends előadásában.

Az összeállítást már ismerhetik a rajongók, de a bemutató óta viszonylag ritkán játszott-

ták a színpadokon. Ahogy Müller Péter Sziámi fogalmaz, eddig egyszerűen nem volt idő rá. Most örömmel tettek eleget a felkérésnek. Hagyomány az is, hogy a koncertekre neves vendégeket hívnak, ezúttal Gubik Petra és Tóth-Székely Zoltán lesznek Sziámi társai. Különleges este lesz, nem mindennapi alkalom. Nem szabad lemaradni róla.

A POLGÁRMESTER LEVELE

Kedves Kőbányaiak!



Advent első vasárnapja után írom e levelet, mire eljut Önökhöz, már túl leszünk a második gyertyagyújtáson is. Sokan örültünk együtt az Óhegy parkban megépített ingyenes korcsolyapálya megnyitásának. Az eddigieknél nagyobb felületen, a legkisebbek számára külön pályát biztosítva várjuk szeretettel a csúszkálni vágyókat. Felkapcsoltuk városunk karácsonyi fényeit, az idén új kerületrészek díszével gyarapítva, és a meghitt környezetben azon gondolkodtam, mit is kívánhatnék a következő hetekre – nemcsak magamnak, de a közösségünknek is.

Elsősorban azt kívánom, hogy legyen elég idő egymásra: beszélgetni, mesélni, együtt nevetni, mozogni, játszani, sétálni, vagy éppen kirándulni. Nincs semmi, ami a személyes együttlétnél jobban erősítené a közöttünk lévő láthatatlan, mégis erős szálakat. Azt is kívánom, hogy mindenki karácsonyfája alatt legyenek szívből jövő ajándékok. Nem nagy csomagokra gondolok, sokkal inkább az évnek azokra a pillanataira, amelyeket jó lesz majd felidézni az ünnep elhalkuló, bensőséges óráiban. És kívánom azt is, hogy minden kőbányai család asztalán legyen mindenből elegendő. A rászoruló családoknál ehhez az idén is hozzájárul önkormányzatunk, ahogy az elmúlt esztendőben is tettük egy kis karácsonyi támogatással.

Ahogy múltak a napok, hetek, évet is értékelünk. Városvezetőként büszke vagyok rá, hogy hónapról hónapra írhattunk egy sort az eredmények rovatra. Az év a KÖSZI felújított tanuszodájával indult, majd következett az új közösségi tér megépítése a Sportligetben. Folytatuk óvodáink korszerűsítését, időseink számára pedig elektromos kisbuszt szereztünk be. Újabb kerületi fenntartású utakat, járdákat, parkolókat újítottunk fel és új sportpályákkal fogadtuk a Balatonlelén nyaraló diákjainkat is. A Kőrösi Kulturális Központ korszerűsítésében is továbbléptünk, közterületi virágágyásaink, vadvirágos ré-tünk pedig minden eddigénél szebben pompázott a nyáron. Több száz új facsemetét ültettünk és ültetünk el idén kerületünk számos pontján és először indítottuk el a közösségi költségvetést.

Mindezt együtt tettük Kőbánya közös karácsonyfája alá. Amikor e sorokat írom, a hit gyertyája már ég az adventi koszorún, amikor olvassák, a reménye is kigyúl. Az öröm és a szeretet lángjával pedig teljessé válik az ünnep.

Áldott karácsonyi ünnepeket és békés, boldog új esztendőt, Kőbánya!

D. Kovács Róbert Antal

Kőbánya polgármestere

Aktualitásainkról az interneten is olvashatnak!
www.facebook.com/kovacsrobertpolgarmester

IMPRESSZUM

Felelős kiadó: Kőrösi Kulturális Központ, Györfy László ügyvezető, 1105 Budapest, Szent László tér 7-14. **Elérhetőség:** kobanyaihirek.szerk@gmail.com **Főszerkesztő:** Gyárfás Zsuzsa **Szerkesztő:** Nagy Zoltán, Kádasi Csaba **Nyomdai előkészítés:** Cseri Mária **Nyomdai előállítás:** Mediaworks Hungary Zrt. • Felelős vezető: Horváth Gábor nyomdaigazgató • 1225 Budapest, Campona utca 1. Harbor Park, DC 10 ép.

facebook.com/KobanyaiHirek



Közmeghallgatás 2025

A lakosság kérdez, a városvezetés válaszol

A nagy klasszikusok mellett egy-egy „kortárs darab” is szerepelt az éves közmeghallgatás háromórás programjában: parkolás, közösségi közlekedés, a reptéri út átépítése, faültetés és fapótlás – a sokakat érintő „örökzöld” kérdéseket kiegészítette egy-egy aktualitás.

Ilyen a Gyógyszergyári utca mentén formálódó Kincsem lakópark, amelynek I. ütemében 1385 lakás épül, és a tervek szerint 2026 végéig valamennyi lakó beköltözik. A beruházó Bayer Construct közben megkezdte az új városnegyed II. ütemének előkészítését, a folytatásban a Kőbányai Önkormányzat tudomása szerint további 740 lakás létesül, de már a Fehér út mentén. Szabályozási ügyekben az I. és a II. ütem között alapvető a különbség, a II. ütemet ugyanis, amelyet az Otthon Start Programra „szabtak”, a kormány kiemelt beruházássá minősítette. Ez nemcsak gyorsított engedélyezéssel jár együtt, hanem azzal is, hogy az előírásokat – a telekmérettől a beépíthetőségen át a fapótlásig – az állam határozza meg, így az önkormányzat mozgástere a II. ütem esetében minimálisra szűkült.

Az I. ütemhez kapcsolódóan Kőbánya vezetése még köthetett különmegállapodást a

beruházóval a lakópark hosszú távú velejáróinak ellentételezésére. A megállapodás értelmében a Fehér útnál, illetve a Keresztúri útnál a Bayer Construct olyan kapacitású közúti csomópontokat alakít ki, amelyek alkalmasak a megnövekvő járműforgalom elvezetésére. Az önkormányzat a Gyógyszergyári utcában hozzájutott egy értékes telekhez, amelyet már meg is hirdetett eladásra, a területen üzletek létesülhetnek a lakópark ellátására. Az önkormányzat kap továbbá a lakóparkban egy 180 négyzetméteres nem lakáscélú ingatlant, amelyet szabadon hasznosíthat, és mindezek mellett a város jelentős összeghez, több száz millió forinthez is hozzájutott.

A II. ütem esetében különmegállapodásra már nincs lehetőség, és a parkolóhelyek számának szabályozásában is érdemi az eltérés a beruházás két üteme között. Az I. ütemre az országos, így Kőbányán is irányadó rendelkezés vonatkozik, amely szerint lakásonként egy parkolóhelyet kell kialakítani felszínen vagy mélygarázsban. A II. ütem esetében lazább a követelmény, ott elegendő lakásonként 0,6 parkolóhely, miközben, ha csak az átlagos mutatót nézzük, ma már minden magyar háztar-



tásra jut egy autó. Ráadásul, és ez már általánosságban igaz, az új építésű társasházakba, lakóparkokba beköltözők nem kötelesek parkolóhelyet is venni a lakással. Aki erre nem költ, az a környező utcákban parkol. Ez az egyik oka annak, hogy Kőbánya egyes részein vadászni kell esténként a parkolóhelyet.

A Bajcsy környékén is régi probléma ez, itt a lakók kérésének is eleget téve fizetős lesz a parkolás. A rendszer 2026 második felében indulhat, ugyanis ekkortól a Fővárosi Közgyűlés döntésének megfelelően a kerületeknek nem kell drága parkolóórákat telepíteni, elég biztosítani az elektronikus fizetést.



Közösségi közlekedés

Troliügyben egyelőre nincs döntés, Kőbánya önkormányzata továbbra is a Városligeten át közlekedő 75-ös járat meghosszabbítását favorizálja a Pongráctealepet érintő útvonallal. Ugyanakkor a 75-ös ellen szól, hogy a Pongrácz úti dugók kiszámíthatatlanná tették a menetidőt. A jelenleg tesztelt 73-as járat a lakosság szerint reggel túl későn indul, este pedig túl korán áll le, amire a Budapesti Közle-

kedési Központ (BKK) képviselője azt mondta, hogy ha az utasforgalmi adatok indokolják, az üzemidő kitolható.

A 9-es buszjárat trolibuszokkal való kiváltásának terve egy lépéssel közelebb került azzal, hogy bár feltételelesen, azaz a pénzügyi fedezet megléte nélkül, a BKK a felsővezeték-hálózat kiépítésére kiírta a közbeszerzést. Kőbánya vezetése jelezte a főváros illetékeseinek, hogy a Szent

László térre nem kér „oszlop- és kábelrengeteget”, hiszen a templom a lechneri életmű részeként a „világörökség része” cím várományosa. A felek abban maradtak, hogy a főváros készített egy valóság-hű tervet a „trolisított” városközpont látványáról.

A repülőtérre vezető úttal kapcsolatban fejlemény, hogy a közelmúltban az állam közvettette a bontási munkálatokra vonatkozó tendert,

amely 169 épületet érint a X., illetve a XVIII. kerületben. A kisajátítások 2026 első felében indulhatnak, a kivitelezés pedig a jövő év második felében vagy 2027 elején kezdődhet el.

Kőbánya alsón a vasúti megálló épületének felújítása véget nem érő történet, az újdonság, hogy a munkálatok elvégzésére a városvezetés már kormányzati ígéretet is kapott.

Fakivágás, faültetés

A közterületen álló fák egy jelentős része előregedett vagy beteg, az állományt a Polgármesteri Hivatal és a Kőkert munkatársai szisztematikusan mérik fel. 2025-ben összesen 4263 fát vizsgáltak meg, a fák csaknem felénél volt szükség valamilyen beavatkozásra, 470 fát pedig ki kell vágni, mert életveszélyessé váltak. Ha a szemrevételezés nem elegendő a döntéshez, következik a műszeres vizsgálat. A fő-

szabály az, hogy az eltávolított fát pótolni kell, de az már nem előírás, hogy a csemetét ugyanarra a helyre kell elültetni, sok helyen nem is lenne lehetséges az elmúlt évtizedek közművesítései után. Az ültetési helyeket ezért az önkormányzat mint hatóság jelöli ki tervezetten, a különböző közmuhszolgáltatókkal folytatott egyeztetések után. Ugyanakkor időnként az is előfordul, hogy hiába az előzetes egyez-

tetés, a közmuhszolgáltatók menet közben visszavonják a hozzájárulásukat. Ilyenkor lehetőség nyílik arra, hogy más területen azonnal lehessen pótolni a kivágott fákat a már beszerzett, megrendelt csemetékkel. Ez történt idén is, aminek ezúttal az Erdősi utcai minilakótelep lakói örülhetnek.

A Kerepesi út és az emeletes házak közé telepített véderdőben tucatszám kellett kivágni előregedett akácokat. A pót-

lás jövőre lett volna, ám a visszavont közmű-hozzájárulások miatt „felszabadult” több mint 70 csemete, amelyeket ebbe a kiserdőbe ültetnek el, még idén, illetve jövő év elején. Ezek olyan, a városi környezetet tűró fafajták, amelyeket eredetileg máshova ültettek volna, ha a közmuhszolgáltatók meg nem gondolják magukat. Az Erdősi utcához hasonlóan a Kőér utcában is végez még idén fapótlásokat a Kőkert.

Szakmafeszt 2025

Helyben vagyunk

Gabriella pénzügyi vagy folyamatfejlesztési területen keresett állást a Szakmafeszten, két kisgyermek mellett a rugalmas munkavégzés elsődleges számára, de számít a fizetés és a munkahely stabilitása is. Utóbbi szempont „multis” munkavállalói gondolkodásra vall, és Gabriella valóban egy multinacionális cégnél kezdett dolgozni a diploma megszerzése után, így a Szakmafeszten is a kőbányai nagyvállalatok standjainál érdeklődött.

Kristóf friss diplomás, 2024-ben végzett gépészmérnök-ként, és azóta nem talál munkát sem itthon, sem külföldön, ami azt jelzi, hogy az európai autóipar válságos periódusát a Nyugat is megérzi. Egy másik, az ipar egészére igaz magyarázat lehet az, amire Kristóf tippel, szerinte a döntéshozók elkezdtek vizsgálni a mesterséges intelligencia (MI) alkalmazásának a humán erőforrás-gazdálkodásra gyakorolt hatását, és mindaddig kívárnak a fiatal szakemberek

felvételével, amíg nincsenek hiteles elemzéseik arról, hogy az MI mely szakterületeken váltja ki a juniorokat, vagyis az életmunkát. Interjúalanyunknak a jelenlegi helyzetben különösebb elvárásai nincsenek a munkáltatókkal szemben, neki most az elhelyezkedés a

legfontosabb, és a Szakmafeszten több nyitott gépészmérnöki pozíciót is kínáltak. Az állásbörzén, amelynek idén is a KÖKI Terminál adott otthont, a kerületi nonprofit szektor, a Kőbányai Önkormányzat, a Kőrösi Kulturális Központ és a Budapesti Rend-

ményláto-
gatásra re-
gisztrálhat-
tak, ez a kez-
deményezés világszinten is új-
donságnak számít. Lokális jel-
lege itthon a Szakmafesztet to-
vábbra is egyedülállónak teszi,
ez az „állásbörze” ugyanis a

helyben élőket és a helyi munkáltatókat hozza közel egymáshoz a hivatalos állásinterjúknál oldottabb hangulatban. A rendezvény ezúttal is ezres nagyságrendben vonzott érdeklődőket, a szervező továbbra is a Kőbánya Gazdaságfejlesztési és Innovációs Tanács,

vagyis az X-GAIN, az önkormányzat és a kőbányai nagyvállalatok együttműködésének szervezete. A Szakmafesztet D. Kovács Róbert Antal polgármester az X-GAIN Egyesület elnökével, Somlyódy Csaba alpolgármesterrel közösen nyitotta meg.

Ahol az innováció egyben

Újítás és megújítás – ezt a kettősséget értik innováció alatt a Szakmafeszt kerekasztal-beszélgetésének résztvevői. Azaz, az ő megközelítésükben nemcsak az innovál, aki korábban nem létezett hoz létre, hanem az is, aki a meglévőt tökéletesíti. Az üzleti szférát kizárólag gyártó cégek – a Bosch, a Ceva-Phylaxia, a Dreher, a Richter és a Continental járműipari üzletágából nemrégiben önálló vállalattá alakult Aumovio – képviselték, nekik az innováció elsődlegesen termékfejlesztést jelent, 3D-technológiával nyomtatott gyógyszert vagy a mindennapokat komfortosabbá tevő eszközöket. Ezek a cégek száz-százötven éve állják a piaci versenyt, számukra

az innováció ma már tradíció, a vállalati kultúra és identitás egyik alkotóeleme. A tradíciónak része a megújítás is, azaz a vállalati folyamatok rendszeres felülvizsgálata és tökéletesítése a hatékonyság javítása érdekében. A beszélgetés egyik résztvevője frapánsan fogalmazott, amikor azt mondta, hogy az innováció nem egyéb, mint nem szokványos megközelítéssel elért érték- és fogyasztói/felhasználói élményteremtés. A múlt okán az említett nagyvállalatok működésében az innováció mára intézményszerű. A folyamatot olyan ötlet indítja el, amely valós problémára keres megoldást, az eredményes záráshoz pedig

szükséges, hogy a kínált megoldás pénzügyileg, társadalmilag és környezetileg egyaránt fenntartható legyen. A jó ötlet tehát önmagában kevés a sikeres innovációhoz, miként az olimpiai aranyéremhez sem elég puszta tehetség. Az ötletgazda részéről szükséges az akarat, a szorgalom és az együttműködési szándék, a vállalat oldaláról pedig a támogató hozzáállás és a kiegészítő szaktudás, amely „szállítja” a kockázatelemzéseket, költségszámításokat, megtérülési mutatókat. A lényegyet tekintve a nonprofit szektor hasonlóan értelmezi az innováció fogalmát és folyamatát. „Végigvitt ötlet” – a Kőrösi Kulturális Központ veze-

tője, Gyórfy László ezt a definíciót használta a beszélgetésben, megjegyezve, hogy a nonprofit szféra használ eredetileg üzleti célra fejlesztett innovatív megoldásokat, főként a marketing és a közösségépítés területén. Példaként említette a Kőbánya Napja nevű rendezvényt, amelyet első alkalommal, de hagyományteremtő szándékkal szerveztek meg idén októberben. Ha az innováció felől szemléljük, a rendezvény „összművészeti kulturális szolgáltatás” volt, amely egyszerre szerzett élményt a látogatóknak, és erősítette bennük a kőbányai kötődést. És ezzel elértük az innováció missziójának kérdéséhez. A beszélgetés valamennyi

tradíció is

résztvevője úgy gondolja, hogy az innováció rendeltetése nem az önérték szolgálata, hanem a közösségi szintű értékteremtés. Az X-GAIN a helyi közösség szintjén teremt értéket azáltal, hogy már harmadik éve szervezi meg a Szakmafesztet. Az önkormányzati és az üzle-

ti szféra együttműködésének intézményesített fórumaként az X-GAIN a közgondolkodást is formálja, ahogy teszik azt a hasonló nemzetközi kezdeményezések. Bécsben például, a fenntartható fejlődés „váro-

si laboratóriumában”, globális kihívásokra fejlesztenek lokális megoldásokat, míg Barcelo-

nában globális kihívásokra keresnek globális választ. A katalán városban már most azon gondolkodnak, hogy a mesterséges intelligencia révén felszabaduló munkaidőt miként hasznosítsák, és egyáltalán, kit illet a felszabaduló idő: a munkáltatót vagy a munkavállalót.



Egészségnap a szakrendelőben

Legyen édes az élet, de csínján a cukorral!



Forgott a vékony színes kis kerék a Maglódi úti Kerkovits Gyula Szakrendelő aulájában, ahol pedig megállt, ott egy odaillő, étkezésre vonatkozó kérdést tett fel a dietetikus. Olyat például, hogy mely ennivalóban nem található szénhidrát. Ha pedig valaki a szakszerű válasz után is bizonytalan volt abban, hogy mi kerüljön a tányérjára, annak részletes tanácsokat is adtak. Egy másik asztalnál vércukrot és vérnyomást mértek, illetve bőrgyógyászati problémák megbeszélésére is volt lehetőség.

A szűrést a cukorbetegség világnapja alkalmából szervezte a Bajcsy-Zsilinszky Kórházhoz tartozó szakrendelő. Szükség is van a hasonló programokra, hiszen Magyarországon több mint egymillió ember érintett, miközben az időben felfedezett betegség, illetve hajlam, sokkal jobban kezelhető.

Révai Róbert megbízott főigazgató köszöntőjében azt hangsúlyozta, hogy a korai felismerés kulcskérdés abban, hogy a beteg a lehető leghama-



rabb a szakellátásba kerüljön. A Bajcsy arra törekszik, hogy a várakozási idő is lerövidüljön. Jó hír, hogy októbertől ismét van mammográfiai rendelés, a közeljövőben pedig a kardiológiai rehabilitáció megújítását tervezik, a szükséges lépéseket megtették.

Dunai Mónika, Kőbánya és Rákosmente országgyűlési képviselője az országos statisztikákat idézte, melyek szerint a szűréseken mindössze csak ötvenszázalékos a részvétel. Jó leleteket kívánt mindenkinek, és azt, hogy ha mégis valamiért rosszabbak az eredmények, senki ne szaladjon el, hanem beszéljék meg az

orvosokkal a következő lépéseket, és vigyék végig a terápiát.

D. Kovács Róbert Antal polgármester arra biztatott mindenkit, hogy vigyék hírét a rendezvénynek, hogy legközelebb még többen legyenek. Sajnos hajlamosak vagyunk halogatni, hiába érezzük, hogy az egészségünkkel valami baj lehet. Szerencsére ma már a háziorvosok is felírhatnak olyan szűrővizsgálatot, amelyet korábban nem tehettek meg. Kőbánya egyik úttörője a „mozgás receptre” programnak is. A polgármester emlékeztetett arra, hogy a



kerületben folyamatosan bővülnek a sportolás intézményi és szabadtéri szinterei, és a kezdésnél akár már egy fél óra séta is sokat jelenthet. Annak érdekében, hogy az intellektus sora ne csak mikrofonba kiáltott szó legyen, a köszöntők után a politikusok maguk is leültek az asztalhoz vérnyomást és vércukrot méretni.

Mindeközben a rendelőintézet udvarán a szűrőbusz előtt is egyre hosszabb lett a sor. Itt az érrendszer rugalmasságát mérő vizsgálatot is végeztek. A várakozók között hamar kialakult az eszmecsere: kinek mennyi a cukra, mikor méri, mit eszik és mit nem. Tanácsokat is lehetett hallani arról, hogy mit jó zsírral és mit olívaolajjal sütni, és hogy mi „dobja meg” jobban a cukrot, a cékla vagy a reszelt alma. Abban viszont mindenki egyetértett, hogy az állandó idegeskedés is sokat tud rontani a helyzeten. Ahogy abban is, hogy jól enni és jól lenni nem könnyű manapság, de mindennap tenni kell érte.

Közérthetően az Alzheimer- és a stroke-betegségről

A belső bolygó foglyai



Egyre tovább tart az út az élet ösvényén, komoly feladat az ép test és ép lélek megőrzése. Az időskori betegségek jó része elkerülhető és csillapítható, de vannak olyan kórok is, amit csak úgy „kiad a gép”. A felejtés betegsége, a rettegett Alzheimer-szindróma például nem gyógyítható, de a korai felismerés jelentősen javítja az élet minőségét. A szív- és érrendszeri problémák kezelése ugyanakkor – szó szerint – mindenkinek szívügye kell hogy legyen. Ezekről pedig soha nem lehet eleget beszélni. Így gondolta az Örökifjú és a Harmat nyugdíjasklubok vezetője, Mester Lászlóné, Piroksa is, aki a városháza átriumába hívta november 5-re a kerület szépkorú polgárait, hogy közérthetően, tudományos sallangok nélkül beszélgessenek az agy és a szív betegségeiről.

D. Kovács Róbert Antal polgármester bevezető szavaiban felidézte találkozásait nagyon idős kerületi polgárokkal, akik jellemzően sokáig dolgoztak, ma is olvasnak, társaságba járnak és rendszeresen megmozgatják tagjaikat. Ez lenne a titok? Nos, a tudomány és a tapasztalás sokban egyezik, még az olyan kifürkészhetetlen eredetű be-

tegség esetén is, mint az Alzheimer-kór, lehet esély a megelőzésre.

Az első előadó, Kiss Judit pszichológus előjáróban leszögezte: a „felejtés betegsége” elsősorban a hozzátartozók számára embert próbáló feladat. Sokszor úgy kezdődik, hogy a mama vagy a papa furcsán kezd viselkedni. Például a hűtő helyett a szekrényben tartja a túrót, nem mosdik, és ugyanazt a mackónadrágot hordja hetekig, vagy eltűnik otthonról és pizsamában találunk rá a közért előtt. Durvább, amikor lopással gyanúsítja a rokonokat, de a pénztét, vagyonát így is elkótyavetyéli. Végül saját belső világába vonul vissza, és ilyenkor nem ritka, hogy már etetni, pelenkázni is kell. Magyarországon mintegy háromszázezer beteg szenved az agysorvadás formájától, de mintegy egymillió ember érint közvetlenül a beteggel való foglalkozás. A diagnosztika fejlett, már évekkel a tünetek megjelenése

előtt kimutatható a hajlam. Ugyanakkor a hallászavar, a magas vérnyomás és vérszír-szint, a cukorbetegség, a dohányzás és az alkoholfogyasztás, valamint a magány is kísérik a kórt.

Hasonló rizikófaktorok juttatnak a stroke előszobájába is. A második előadó, dr. Lippai Zoltán neurológus mégis meglepő módon arról beszélt, hogy a felismert veszély hasznunkra is válhat. Például a magas vérnyomás, ha megfelelően beállítja az orvos, egyáltalán nem növeli az infarktus veszélyét. A kisebb túlsúly sem probléma, hiszen a statisztikák szerint a soványabb beteg nagyobb eséllyel kap ismét stroke-ot. A cél a súly megtartása inkább. A test megóvása mellett pedig legalább annyira fontos a lelki harmónia is. A depresszió, a bezárkózás ellen tenni a legegyszerűbb: keressük fel az ismerősöket, járjunk társaságba, osszuk meg mással is az élet apró örömeit.

Digitális gyermekvédelem - konferencia az Egyesített Óvoda szervezésében

A „kütyüzés” kockázatai és mellékhatásai

„Életünk filmjét” a minket érő környezeti hatások is írják, a kisgyermekkori, a születéstől hároméves korig terjedő szakaszban pedig sokszor rendezik is. Ilyenkor az agy tényleg olyan, mint egy szivacs, mindent magába szív. Tudományos megfogalmazásban: a kisgyermek tanul asszociálni, emlékeket, ingereket, képzeteket, gondolatokat társítani egymáshoz. És ahogy a szivacs, úgy az ő agya sem válogat, nincs benne szűrő, minden környezeti hatást összegyűjt, a jót is, rosszat is. Éppen emiatt a függőség kialakulása szempontjából a kisgyermekkor veszélyzónának számít. A kicsik simán „rácsúszhatnak” a kütyüzésre, és ennek megelőzésére az ő esetükben nem a féket, hanem a „lézerblokkolót” ajánlják a szakemberek.

A kisgyermek elsődleges „digitális kapuőre” a szülő. Persze a szülőt is érik környezeti hatások a digitális eszközhasználattal összefüggésben, az egyik ilyen külső hatás a FOMO. A mozaikszó a Fear of Missing Out kezdőbetűiből állt össze, az angol kifejezés magyarul annyit tesz: a kimaradástól való félelem. Továbbvitt változata pedig úgy szól, hogy „aki kimarad, az lemarad”. Gyakori érv ez a szülőknél, és egyben remek muníció

az „ideológiagyártáshoz”. Ha egy elfoglalt vagy fáradt szülő „gyereknyugtatóként” használja a képernyőt, hajlamos belemesélni magának, hogy ezzel valójában a túlélésben segíti „digitális bennszülött” utódát.

Az első „digitális bennszülött” nemzedéknek az 1995 és 2010 között született Z generációt tekintik – számukra az internet az „ötödik elem”. Néhány év múlva az ő gyermekeik adják majd az óvodásokat, hiszen ők a szülei a legújabb, a 2025-ben indult Béta-generációnak, amelynek tagjai már „másodgenerációs digitális bennszülötteknek” számítanak. Hogy ez az együttállás a családi (társas) mintázatokban milyen következményekkel jár majd, ma még nem lehet megmondani. Bár biztató, hogy a Z a személyes határai kijelölésében tudatosabb az Y és még inkább az X generációnál, kérdés, hogy „megremeg-e a keze” akkor, amikor saját kisgyermeke számára kell meghúznia a „digitális határt”.

Sokkoló jelenségre blokkoló megoldás

Az egyes szám használata tudatos, hároméves korig



ugyanis egyetlen határt ajánlott meghúzni, a totális blokkolását. A D. Kovács Róbert Antal polgármester kezdeményezésére a Kőbányai Egyesített Óvodák által összehívott első szakmai konferencia több előadója is hivatkozott az Egészségügyi Világszervezet, a WHO lassan tízéves állásfoglalására és annak magyar megfelelőjére, a negyven hazai szakmai szervezet által megfogalmazott képernyőidő-csökkentő programra. A WHO kétéves kornál húzta meg a határt. A magyarok szigorúbbak, ők azt mondják, hogy hároméves kor alatt még „fejlesztési céllal” sincs helye „képernyőzésnek”, se mobiltelefonon, se

laptopon, se tableten, se a tévé előtt. Egyetlen kivételt engednek, a távollévő családtaggal való kapcsolattartást, nyilván felnőtt felügyeletével.

A szigorra az evolúció a magyarázat, az emberi szervezet az alkalmazkodásban nem tudja tartani a tempót a technika fejlődésével. Egy kisgyermek 2025-ben is mozgás, érzékszervi tapasztalások és az utánnézést magában hordó társas kapcsolatok révén ismerkedik a világgal, amihez személyes interakciókra van szüksége: egyéves korig mindenekelőtt szemkontaktusra, élő beszédre, mimikára. Másként fogalmazva: valódi és nem mesterséges, a szü-

lőt „helyettesítő termékre”, ingerekre. A mai filmes tartalmak túlterhelik a formálódó idegrendszert, ha a kütyüt a felnőtt „gyereknyugtatónak” használja, a kisgyermek nem tanulja meg magát lenyugtatni, vagyis az érzelmeit kontrollálni, a képernyő a kreativitást fejlesztő szabad játéktól, szülői meséléstől, mondókázástól

vesz el időt. Utóbbiakat nevezik közös figyelmi helyzetnek, amelyből a kisgyermek érzelmi reakciókat, viselkedésmintákat, nyelvet sajátít el.

Pótolhatatlan lemaradások

Az elmaradt szülői figyelmi helyzeteket az óvodai, iskolai pedagógus értelemszerűen



nem tudja pótolni, ideje sincs rá, de nem is feladata. Az pedig tévhit, hogy a kisgyermek kizárólag oktatóvideókból megtanul angolul, hiszen a kétnyelvű gyerekek is szülői interakciók révén kezdik el beszélni az anyja és az apa nyelvét. Az viszont nem tévhit, hanem kutatási adatok által igazolt tény, hogy azoknál a kisgyermekeknél, akik órákat töltenek naponta képernyő előtt, az autizmus spektrumzavar tünetei alakulhatnak ki: kerülnek a szemkontaktust, alig beszélnek, amikor óvodába kerülnek, asszociációs képességük pedig elmaradt.

E téren Magyarország sem kivétel, nem is lehet az, egy idén publikált, de még a Co-

vid-járvány idején készített felmérés szerint a másfél éves magyar kisgyermekek 86%-a naponta „képernyőzik”, helyesebben naponta „képernyőztetik” őket a felnőttek: szülők, nagyszülők. Mit nyerne vele a kicsik? Lényegében semmit, miközben pótolhatatlan veszteségeket is elszenvednek.

A digitalizációt hajlamosak vagyunk túlmisztifikálni: ahhoz azonban nem kell „állandó edzésben” lenni, hogy megtanuljuk egyetlen mozdulattal feloldani a mobiltelefont. A FOMO tényleg valós veszély, csak nem úgy, ahogy a szülők többsége gondolja. Mert nem a gyermekük marad le a „digitalizációban”, hanem ők maradnak ki a gyermekük első éveiből.

A boldogság tanulható

A Kőbányai Egyesített Óvodák négy tagintézménye vette át az Örökös Boldog Óvoda elismerő címet: az Aprók Háza, a Gesztenye, a Hárslevelű és a Gyöngyike.

A Boldog Óvoda program ma már egy országos mozgalom, szakmai irányítói: Bagdi Bella, a Jobb Veled a Világ Alapítvány megalapítója, prof. Oláh Attila, az ELTE Pozitív Pszichológiai Kutatócsoportjának vezetője, és prof. dr. Bag-

dy Emőke klinikai szakpszichológus, pszichoterapeuta, a program fővédnöke. A „boldog óvoda” kifejezés olyan intézményeket jelöl, amelyek a hagyományos oktatás mellett a pozitív pszichológiai kutatásokra építve támogatják a gyermekek érzelmi intelligenciáját és szociális kompetenciáit, segítve őket a kihívásokkal való megbirkózásban és a kiegyensúlyozott életvitel kialakításában.



Adóügyek és év végi támogatások



Januártól 2500-ról 2800 forintra nő a négyzetméterenként fizetendő építményadó, a telekadó 450-ről 480 forintra emelkedik négyzetméterenként, a turisták által fizetett idegenforgalmi adó pedig 600 helyett 800 forint lesz. A helyi adók emelését a képviselő-testület vita nélkül hagyta jóvá novemberben, az új összegek továbbra is elmaradnak a törvényben megengedett maximumoktól.

Magasabbak lesznek a közterület-használati díjak is

2026-ban, itt a növekmény 5%. Az önkormányzati intézmények villanyszámlái viszont érdemben csökkenhetnek jövőre, ugyanis a kerület nagyjából 20%-kal olcsóbban szerzett be 2026-ra villamos energiát, mint 2025-re.

A testület egyhangúlag mondott igent olyan kisebb értékű fejlesztésekre, amelyeket a város a képviselők számára a költségvetésben elkülönített, 3-3 millió forintos pénzügyi ke-

retből finanszíroz. A Kőbányai Diákok Sportegyesülete, amely a Zsíros Tibor Kosárlabda Akadémiát működteti, a 2029-ig terjedő időszakra 20 millió forint évenkénti támogatást kért és kapott az önkormányzattól, miként a Kőrösi Kulturális Központban működő nyugdíjasklubok

is megkapták a szokásos hozzájárulást karácsonyi ünnepeikhez. A szolidaritás és a hajléktalan emberekért érzett közös felelősség jegyében Kőbánya Önkormányzata másfél millió forinttal járul hozzá az Életmentő Pont működéséhez, amelyet a Józsefvárosi Önkormányzat és a főváros hajléktalanellátását szervező Budapesti Módszertani Szociális Központ közösen tart fenn a Kőbányai út 22. szám alatt.

A kulturális életben fővárosi szinten is egyedülálló lehet az a képzőművészeti kiállítótér, amelyet az egykori Északi Járműjavító egyik épületében alakítana ki 2028-ig a Művészeti és Szabadművelődési Alapítvány. Épp ezért Kőbánya Önkormányzata úgy döntött, hogy közszolgáltatási szerződést köt a szervezettel.



Díjazták az Egyesített Bölcsődét

A novemberi testületi ülés megkezdése előtt a képviselők gratuláltak az Egyesített Bölcsőde vezetőjének, az intézmény ugyanis Családhaló Díjban részesült, a kitüntetést a Családhaló Magazin közösségének szavazatai alapján ítélik oda. Néhány perccel később a testület megerősítette tisztségében Göncziné Sárvári Gabriellát, és a következő időszakra is őt bízta meg a Kőbányai Egyesített Bölcsőde vezetésével.



50 éves a Törekvés

Készt a vonat, ezért a szege-di küldöttséget be kellett várni, emiatt fél órát csúszott az ünnepi megnyitó. A Törekvés Vasutas Nyugdíjas Klub és 14 meghívott társegyesület tagjai a KÖSZI nagytermében ünnepelték meg, hogy éppen 50

éve alakították meg a klubot az Északi Járműjavító volt dolgozói. A megjelenteket Radványi Gábor alpolgármester Petőfi őszi sorait idézve köszöntötte, hozzátéve, hogy az élet alkonya nem kell hogy mélabút hozzon. Borsi Sándorné Anika,

Vasutas Nyugdíjas Klub

a Vasutas Szövetség alelnöke, köszöntőjében a szeretetteljes emberi kapcsolatokról beszélt egy saját vers sorait is idézve. Az ünnepi műsor irodalmi blokkjának szerkesztője, Lipcsei Magdolna szintén egy saját, az ötvenedik évfordulóra

írt költeménnyel lépett a pódiumra.

Kiszel Ferencné vezető egy perc egy néma felállást és főhajtást kért az ötven év alatt „az égi asztalhoz költözött” klubvezető elődök és tagtársak emlékére. A verseket zene,

majd tánc követte. Az est fénypontja a 120 szeletes torta volt, rásztálva két épület képe: balra a Törekvés Művelődési Ház, amely 47 évig volt az otthonuk, jobbra a KÖSZI sziluettje. Múlt, jelen, jövő.



KÖBÁNYAI ÜGYEK A PARLAMENTBEN Kedves Barátaim!



Decemberi levelem a hagyományokhoz híven most is a közelgő ünnepekről szól.

Legyünk kicsik vagy nagyok, gyerekek vagy felnőttek, a karácsony mindannyiunk számára fontos ünnep – ahogy az azt követő szilveszter is.

A karácsony Magyarországon hagyományosan a család ünnepe. Sokan vannak, akik leginkább csak ilyenkor ülnek össze – messze laknak egymástól, egyre több családban él a rokonság egy része külföldön. Ezeken a napokon próbáljuk bepótolni törődésben, találkozásban azt, amit év közben kényszerűségből nem tudunk úgy megadni, ahogyan szeretnénk.

A karácsony egy sok évtizedes beidegződésből eredően gyakran a nagy mennyiségű és drága ajándékokról is szól. Sokan ezen keresztül szeretnék kifejezni az érzéseiket, mások szoronganak, mert nincs lehetőségük sokat költeni.

A karácsony meggyőződésem szerint a szeretetről szól. Emberi és kinek-kinek hite szerint emberen túli szeretetről.

Az ember büszke rá, hogy képes szeretni, és hogy ezt sokféleképpen tudja kifejezésre juttatni. S mivel a karácsony a család és a szeretet ünnepe, nincs is méltóbb alkalom rá, hogy ezt kimutassuk.

A család nem egy szűk fogalom, és mindenkinek joga, hogy a maga érzelmei alapján határozza meg azt. A vérségi kapcsolatokon túl családunknak érezzük a hozzánk párkapcsolatokon keresztül érkezőket, az örökbe fogadott gyermekeket, a barátainkat, a háziállatainkat és azokat az embereket, akikkel együttérzünk vagy közösséget vállalunk.

A család azon emberek közössége, akik szeretik egymást és vigyáznak egymásra. Vigyázzunk hát azokra is, akik tőlünk remélnék törődést, segítséget. Segítsünk az idős szomszédunknak, az egyedülálló szülőnek, a szegény családoknak – azoknak, akik a környezetünkben élnek, és sejtjük, hogy jólesne nekik egy kis figyelem, egy tálca süti vagy egy kis beszélgetés. Ha lehetőségünk van rá, segítsünk a menhelyeknek, gondoskodjunk árva állatokról és magányos emberekről. Egy pillanatnyi figyelem is képes fényt vinni azoknak az életébe, akik egész évben nélkülöznek azt.

Mikor, ha nem karácsonykor?...

Békés karácsonyt és boldog új évet kívánok szeretettel:

Arató Gergely

Arató Gergely
országgyűlési képviselő

Új hatóanyaggyárat avatott az Egis

Európai szintű értéktéremtés



Ma már megszokott, ha a szuverenitást politikusok emlegetik. Az kevésbé, ha üzletember kezd beszélni a szuverenitás jelentőségéről, ahogy tette ezt az Egist tulajdonló francia Servier Csoport első embere a kőbányai leányvállalat új hatóanyaggyárának avatóünnepségén. Olivier Laureau 2014 óta irányítja elnök-vezérigazgatóként a multinacionális gyógyszeripari nagyvállalatot. Miközben elismeréssel szólt az ágazat hazai szakértelméről és tudományos háttéréről, kiemelte, hogy a magyarországi üzem, amelynek van egy nemrég átadott „ikerpárja” Normandiában, Európa egészének ellátásbiztonsága szempontjából is fontos fejlesztés.

A Covid a gyógyszeriparban is megmutatta a globális ellátási láncok sérülékenységét, amire a Servier Csoport európai kapacitásbővítéssel, azaz az ellátási lánc rövidítésével

válaszolt. Jelenleg a kontinensen felhasznált gyógyszeripari hatóanyagok 80, míg az Európában értékesített késztermékek 40%-a Kínából vagy Indiából érkezik, hangsúlyozta az Európai Unió egészségügyért felelős biztosa, Várhelyi Olivér. Épp ezért ő is úgy gondolja, hogy a kőbányaihoz és a normandiaihoz hasonló beruházások az ágazat kontinentális szintű ellátásbiztonsági függetlenségét erősítik, ami alapfeltétele annak, hogy

az európai, így a magyar betegek is a lehető leggyorsabban hozzáférjenek korszerű készítményekhez. Az Egis új gyárában a Detralex hatóanyagát állítják elő, az érvédő hatású gyógyszer világszerte piacvezető a vénás megbetegedésekre kifejlesztett készítmények között. Az Egis a Keresztúri úton hetven éve gyárt hatóanyagot, és ezeket a kapacitásait akkor is megőrizte, sőt fejlesztette, amikor az ágazat más szerep-

lői visszafogták vagy egyesíten megszüntették Európában a hatóanyaggyártást – mondta Poroszlai Csaba vezérigazgató. Hozzátette, hogy mostanáig 35-féle anyagból 1000 tonna hatóanyagot állítottak elő évente, amit az új üzem modern gyártási technológiája több mint a kétszeresére növel.

A hatóanyaggyár barnamezős beruházás, egy korábbi üzemegység helyén épült 30 milliárd forintból, és 80 munkahelyet teremtett. Ez az Egis 112 éves történetének egyik legnagyobb fejlesztése, amelynek költségeit teljes egészében önerőből fedezték. Az avatóünnepségen Kőbánya önkormányzatát D. Kovács Róbert Antal polgármester és Radványi Gábor alpolgármester képviselte.

Workshop a közösségi média sajátosságairól



Fülszöveg a tartalomgyártáshoz

Tuti recept nincs, kísérletezni tehát ér, a „kockázatokról és mellékhatásokról” azonban érdemes megkérdezni egy szakembert. Egyetlen mondatban így összegezhető az a másfél órás interaktív workshop, amelyet a közösségi médiában fogyasztott tartalmak típusairól, valamint a social media Magyarországon leglátogatottabb platformjainak – Facebook, Instagram, TikTok, YouTube – jellemzőiről tartott egy reklámpiaci szakember a Budapesti Kereskedelmi és Iparkamara kőbányai tags csoportjának társszervezésében.

Jenei József Tamás tartalomfejlesztési vezetőként a „kreatív oldalról” érkezett, meg is mondta nyíltan, hogy nem marketinges, nem pénzügyes, és azt sem hallgatta el, hogy az általa képviselt ügynökség kis- és közepes vállalkozásokkal (kkv) nem foglalkozik. De a workshop nem is ígért célzott, a kkv-szektorra szabott tanácsadást, a résztvevők egy általános „termékismertetőt” vihettek haza.

A kommunikációs nullpont, a weboldal kívül esik ugyan a

közösségi médián, de mivel a kommunikáció alapja a honlap, ezért a „kicsiknek” is erősen ajánlott. A potenciális ügyfelek ugyanis elbizonytalanodhatnak, ha a vállalkozásnak a közösségi médián túli online világban nem tudnak utánanézni. Szintén alap a kommunikáció megtervezése, a rendszeres adatelemzés, szükség esetén pedig az újratervezés. Mi a cél, és mennyi pénz van rá? – ez az első két legfőbb döntés, majd következik a célcsoport, az elérni kívánt eredmény és a megvalósításhoz szükséges eszköz meghatározása. Az erősségeket hangsúlyozni kell, kamuzni viszont felesleges, mert csak a hitelességet rontja.

Reklám vagy tartalom? A ket-tő viszonya olyan, mint a bogaré és a rovaré: minden reklám tartalom, de nem minden tartalom reklám. Az üzleti szándék közös bennük, de más a csomagolás: a reklám direkt, a tartalom indirekt. Ahogy az előadó fogalmazott, a reklám akut problémára kínál megoldást, akkor vált ki aktivitást, ha valamire

azonnal szükségünk van. A piaci attitűd viszont egyre inkább az, hogy egy márkának (vállalkozásnak) törődnie kell az emberekkel, azaz „hasznos pluszt” kell adnia. Hozzáadott értéke miatt a tartalmat – legyen az szöveg, mozgókép vagy hang – a közösségi médiában szívesebben fogyasztják, mint a reklámot. A jó tartalom a gyártója által kívánt cselekvésre ösztönöz, azaz inspirál, szórakoztat, edukál, tájékoztat, támogat, jutalmaz, míg a reklám jellemzően egyetlen termékről informál.

Bár a jó tartalomra nincs tuti recept, a követőknek olyat érdemes kínálni, amit szívesen fogyasztanak. Ehhez törődni kell velük és ismerni a tartalomfogyasztási szokásaikat. A törődés velejárója a rendszeres tartalomgyártás, különben nemigen lesznek hű „törzsvenedégek”. A tartalomgyártásban bátran lehet kísérletezni, sőt muszáj is, de kreatívan. Akinek nincs ideje, vagy akiben nincs meg a kreativitás, jobban jár, ha megbíz egy profit, vagy legalább rendszeresen konzultál

vele. A jó tartalomból egy összetevő ugyanis nem hiányozhat: a „hoppáérzés”. Különösen igaz ez a TikTokra, ahol az első másodpercekben le kell kötni a felhasználót.

Noha a platformok népszerűségében vannak generációs különbségek, tartalomfogyasztásban a TikTok vezet, a magyarok hetente átlagosan kilenc órát görgetik. Ha a tartalom menő, a TikTokon jobb az esély az organikus terjedésre, mint a Facebookon és az Instagramon, ahol hirdetési költség nélkül nincs érdemi elérés. Az online hirdetési kampány megtervezéséhez ezért minden kezdőnek ajánlott leülnie egy erre szakosodott, úgynevezett PPC-menedzserrel. Ha az előadást a Jenei József Tamás által ismerttetett tartalmi kategóriák alapján értékeljük, egyszerre volt edukatív, támogató és jutalmazó. Az edukációt nem szükséges magyarázni, a „termékismertető” a támogató tartalom egyik módszere, a jutalom pedig az volt, hogy a résztvevők térítésmentesen jutottak hasznos információkhoz.

Séta három tételben a megújuló Határ-erdőben

Irány az erdő!

Ott, ahol a Tünde utca aszfaltcsíkja a fák között fut tovább, az autók útját egy sorompó állja el. A gyalogosok, biciklisek viszont mehetnek tovább, futni, elmélkedni, kutyát sétáltatni, szalonnát sütni. A mobilos cellaadatok szerint évente 2-300 ezres a látogatottság. Hogy ez továbbra is így maradjon, a Kőbányai Önkormányzat és a Pilisi Parkerdő összefogott, ennek nyomán két erdőrészlet fiatalítása kezdődött el az elmúlt években. Az eredmények bemutatására sétára hívták az erdőbarátokat. Akkor volt az érdeklődés, hogy két túra is indult egymás után.

Az Álmos utca sarkán Péter Norbert kerületfejlesztési és környezetvédelmi tanácsnok indította az első csoportot. Rövid bevezetőjében az erdő fiatalításának kőbányai programját méltatta, majd átadta a szót Rittling Istvánnak, a Pilisi Parkerdő budapesti erdészvezetőjének, aki a séta három pihenőpontján három kiselőadásban számított a hallgatóság figyelmére.

**I. tétel: Az öreg tölgy meséi, azaz a városi erdők a történelemben**

Magyarországon az 1920-as évek elejére 10 százalékra csökkent le az „erdősültség”. Az elszakított területeken ugyanis annyira nagy volt a bőség, hogy az ország közepén csak a mezőgazdasági termelés, illetve a tűzifaellátás volt szükséges. Bár arra 1875 táján már rájöttek, hogy a nagyvárosnak kell a zöld, és ezért 100 élderdősáv telepítésébe kezdte a Határ úttól Kőbánya határa mentén egészen Sasahalomig, ez a világháború után tarra ment. Néhány tanúja áll



csak, mint az a szép magányos tölgy, amelyet Rittling István meg is mutatott. Az ötvenes években volt a második telepítési hullám: ekkor 100 hektár akácós létesült. Így állt fel a három kerület határában a városi erdő.

2. tétel: A Városliget és az őserdő között, azaz mire való és mire nem a telepített rengeteg

Az erdészvezető a következő pihenőn leszögezte: a városi erdő nem érintetlen rendszer, hanem emberi termék. Valahol a park és az ősi természet között áll. Budapesten egy

emberre mindössze 33 négyzetméter erdő jut, vagyis egy plusz nappalit jelentő terület. Élünk is benne, hiszen 18 millió a látogatottsági szám, vagyis ez a főváros legnagyobb látványossága. Az erdésznek ezért feladata, hogy az emberi vágyak és a természet között egyensúlyozzon. Szerencsére a felmérések azt mutatják, hogy nincs igényünk műtárgyakra, lombkoronasétányra meg kilátóra, csak a zöld környezetre. A legnagyobb kihívás pedig az, hogy az, aki gyerekzsúrt tart, vagy kutyázik, megferjen azzal, aki a csendért ment ki a zöldbe.

3. tétel: Az akácok alkonya, azaz hogyan újulhat meg az erdő

Az erdei séta végén három egymással határos erdőrészleten mutatta meg Rittling István a megújulás kihívásait és lehetőségeit. Az egyik szelvényen kizárólag hetvenéves, többségében haldokló akácok álltak, jóval túl az életciklusuk határán. A törvények szerint ki kellene őket mind egy szálig vágni, ami után sok évvel nőne csak a helyükre új állomány. Ám várhatóan itt sem ez történik, hanem az, ami a két másik szelvényen. Ott az öreg fák helyett már nőnek az új csemeték, az

ostorfák egészséges példányait sem söpörték ki. Zömében tölgy, kőris, juhar és vagy tizenötféle cserje nevelkedik most alattuk, az ötéves társulásban máris sok az ember nagyságú példány. Figyeltek arra is, hogy a csemeték hőségűtörőek legyenek, például a tölgymagoncok is lehetőleg a balkáni fajtából származzanak. Így lesz színesebb, a természetes állapothoz közelítő, és ami talán a legfontosabb, folyamatosan üdítő a városi erdő. A most megújított részeket csak gyerekeink, unokáink fogják teljes pompájukban látni, de nem is kell ennél gazdagabb örökség.



HIRDETÉS

VERSENYFELHÍVÁS!**KERESSÜK KÖBÁNYA LEGFINOMABB HÁZI SÜTEMÉNYÉT!****A Kőbányai Önkormányzat farsangi mulatsággal egybekötött süteménykészítő versenyt hirdet nyugdíjasok részére.**

A versenyen minden kőbányai lakcímmel rendelkező nyugdíjas indulhat, aki nem foglalkozik hivatásszerűen a sütéssel, és kedvet érez kreativitása, cukrásztudása megmérettetéséhez.

A verseny időpontja: **2026. február 11. (szerda) 13:30 - 17:00 óra**
A verseny helyszíne: **KÖSZI színházterme**

A sütiverseny fővédnöke:
D. Kovács Róbert Antal, Kőbánya polgármestere

A pályázóknak a versenyre történő jelentkezéskor mellékelniük kell versenysüteményük receptjét és fantázianevét. Egy pályázó maximum 1 szilárd halmazállapotú, szeletelhető süteménnyel pályázhat. A versenyen való részvétel ingyenes.

Jelentkezési határidő: **2026. január 23. (péntek)**
Helyszíni jelentkezésre nincs lehetőség.

A pályázatok benyújtása: papíralapon a Kőrösi Kulturális Központ információs pultjánál (1105 Budapest, Szent László tér 7-14.), illetve elektronikusan a szigeti.monika@korosi.org e-mail címen lehetséges. A pályázóknak a frissen elkészített süteményeket fogyasztásra kész állapotban a verseny napján 2 db, körülbelül 20 cm átmérőjű hasznos területtel rendelkező, egyszer használatos tálaló eszközön kell a verseny helyszínére szállítani. A helyszínen nincs lehetőség további, befejező műveletre.

A sütemények szállítási határideje: **2026. február 11. 13.00 óra**

A pályázatokat a zsűri az illat, látvány, különlegesség és izhatás szempontjai szerint bírálja el. A legsikeresebb sütemények alkotói jutalomban részesülnek.

JÖJJÖN, VESSE ÖSSZE CUKRÁSZTUDÁSÁT A TÖBBI JELENTKEZŐÉVEL, ÉS VEGYEN RÉSZT EGY FERGETEGES MULATSÁGON!

D. Kovács Róbert Antal
Kőbánya polgármestere

**„Vannak történetek, amelyeket nem lehet elnémitani”**

A Szovjetunióba hurcolt kényszermunkásokra emlékeztek az Állomás utcai emléktáblánál a Kőbányai Önkormányzat és a kerületi nemzeti önkormányzatok képviselői. Dr. Mátrai Gábor alpolgármester beszéde után az II. szilenzio hangzott el trombitán, majd a résztvevők fejet hajtottak az ártatlanul elhurcoltak emléke előtt.



Húszéves a Polgár a helyi demokráciában nevű helyismereti

Jubileumi finálé

Ez egy „régimódi” vetélkedő abban az értelemben, hogy kutyázás nincs, saját kútfőből kell dolgozni. A kivétel itt is csak a szabályt erősíti, a vita feladatban, illetve a városvezetésnek írt levélben a lexikális tudás mellé belépett a kompetencia. Mert a meggyőzéshez a logikus érvelés általában nem elég, kell hozzá az átlagon felüli – karizmatikus – fellépés is. Szülők részvétele az iskolai felújítási munkákban, szegregált oktatás, diákokra fókuszáló szemétszedési akció, a viták e három téma körül forogtak, a városvezetésnek írt levélben pedig ahhoz kellett érveket felsorakoztatni, hogy a 73-as vagy a 75-ös troli maradjon-e Kőbányán.

Tematikában a vetélkedő nem mondható „régimódinak”, az egyik feladat a „fake news”, a figyelmetlenségéből téves vagy tudatosan manipulált tömegkommunikáció jelenségeire reflektált, a döntő résztvevőinek egy „fake” hírlevélben kellett megtalálniuk a hibás állításokat. A szövegértés képessége annak a feladatnak a megoldását is segítette, amelyben a szervezők Kőbányához kötődő hírességek életpályáinak részleteit vegyítették össze, a diákoknak „szét kellett szálazniuk” a mondatokat ahhoz, hogy kirakhassák a mozaikot. A kvízben, az igaz-hamis tesztben vagy a miniesszés feladatban már inkább a lexikális tudás volt a döntő, ennek megszerzéséhez a Helytörténeti Gyűjtemény vezetőjétől is kaptak támogatást, Verbai Lajos ugyanis tartott nekik egy felkészítő foglalkozást.

A finálé szoros eredményt hozott, a Bem József Áltá-



ános Iskola csapata egyetlen ponttal előzte meg a Kada sulí teamjét. A „nyertes négyes”, Benedek, Bence, Botond és Tamás személy szerint is igyekeztek „kigyúrni” magukat minden témában, bár voltak területek, amelyeket felosztottak egymás között. Ha elakadtak, bátran fordulhattak felkészítő tanárukhöz,

Nagy Gyöngyihez, aki Kőbánya utcaneveiből írta a szakdolgozatát. A Polgár a helyi demokráciában nevű vetélkedőn 19 csapat indult, az online „selejtezőt” követően hatan jutottak a döntőbe, amely után a résztvevőknek dr. Mátrai Gábor alpolgármester gratulált az önkormányzat képviselőjében.

nőke Edényi László, a Zrínyi Miklós Gimnázium igazgatója. A tárgyi ismeretek előtérbe helyezése tudatos döntés, ahogy Edényi László fogalmazott, az emberi gondolkodásra, érvelésre a „digitalizációs forradalom” közepette is szükség van. És jövőre is szükség lesz, mert 2026-ban is lesz Polgár a helyi demokráciában vetélkedő.

vetélkedő



A helytörténeti versenyt húsz éve szervezi a CIKK (Civil Ifjúsági Kör Kőbányáért) Egyesület, amelynek el-

Kicsengettek!



A becsengetés után egy-két diáknak a szó szoros értelmében égnek állt a haja azon a rendhagyó fizikaórán, amelyet Borbáth Gábor tanár úr tartott az elektromos töltésről a Kőbányai Helytörténeti Gyűjtemény régi taneszközeit bemutató kiállításának megnyitóján. A tárlat A kőbányai közoktatás 150 éve sorozat része, december végéig tekinthető meg. A bemutatott tárgyak összegyűjtésében a Kada Mihály Általános Iskola, a Szent László Gimnázium és a Szent László Általános iskola tantestületei voltak a legaktívabbak.



1956 áldozataira emlékeztek



A legidősebb srác 23 éves volt, a két legfiatalabb 16. A kilenc holttestet a mai Hungexpo területén találták meg 1956. november 6-án. Talán élelemért mentek, de az is lehet, hogy az utóvédharcokhoz akartak csatlakozni. Áldozatok voltak. Miként Lapedát Veronika is, az egyetlen nő a Pongrác Községi Ház falán lévő fekete márványtáblán. A 24 éves gyári munkás november 4-én, az invázió napján kapott halálos sebet. Csak meg akarta nézni a



Pongrácz úton dühöngő szovjet menetoszlopot...

A gyásznapon D. Kovács Róbert Antal polgármester mondott megemlékező beszédet, majd Húvösvölgyi Ildikó Kosuth-díjas színművésznő adott elő verseket a magyar költészet nagyjaitól.

Nyugdíjba ment Verbai Lajos, a Helytörténeti Gyűjtemény vezetője

Búcsúbeszélgetés

- Alig van ősz hajszála, még is elmegy nyugdíjba.

- Elértem a korhatárt, és ha az ember eléri, akkor szerintem vissza is kell vonulnia.

- Miért?

- Közhelyes, de attól még igaz, hogy a digitalizáció tényleg megváltoztatta a világot, a mesterséges intelligencia (MI) az én munkaterületemet is elérte, és mondjon bárki bármit, véleményem szerint fel is fogja forgatni. Az adatgyűjtésben már most több-havi kutatómunkát válthat ki az, aki ért az MI-hez.

- Rendszeres látogatói vagyunk a helytörténeti előadásainak, ezért pontosan tudjuk, hogy használja az MI-t.

- Valóban nem vagyok elmaradott, most még nem. De közben éreztem, hogy sokáig nem tudnám tartani a lépést.

- Sosem láttuk fásultnak, érezhetően szerette a munkáját vagy inkább hivatását, amit az is észrevett, aki először hallotta önt „mesélni”, mondjuk a Szent László Napokon. Ilyen attitűddel meg lehet egyik napról a másikra válni a Helytörténeti Gyűjteménytől?

- Nem egyik napról a másikra váltok, egy ideje tart már a nyugdíjas évek előkészítése. A munkának volt egyébként olyan oldala is, amelyet a „közönség” nem látott. Ilyen az adminisztráció, amit sosem szerettem. A feleségemet viszont mindig, és mostantól több időt tölthetek vele.

- Vissza fog járni?

- Csak ha hívnak. Szerintem félreértésekhez, felesleges feszültségekhez vezet, ha egy



nyugdíjas visszajár az egykori munkahelyére, akkor pláne, ha vezető volt. A magam esetében sem tartanám ezt szerencsésnek, sőt visszatetszőnek gondolnám.

- Említette az adatgyűjtést, amit az MI is csak akkor tud felgyorsítani, ha van adat. Kőbánya helytörténetének van internetes adatbázisa?

- Nincs, nekem viszont van négy folyóméternyi jegyzetem. Ha ezeket úgy teszem közzé az interneten, hogy az MI rátaláljon, hasznos munkát végzek nyugalmazott helytörténészként is, szolgálva a közösséget és egyúttal a jövőt. A gyűjtemény ettől függetlenül Kőbánya múltjának legfontosabb „tudásraktára” és adatbázisa marad.

- Forráskritikában, az adatok hitelességének ellenőrzésében a mesterséges in-



telligenciának van még tanulnivalója.

- Ma még igen, de hogy mit hoz a jövő, azt én sem tudom. Azt viszont ki merem jelenteni, hogy a közösséget az MI a jövőben sem fogja tudni helyettesíteni.

- Néhány percen belül másodsor használta a közönség szót.

- Eleve azt gondolom, hogy a helyi identitás megjelenítése, közvetítése révén a helytörténet közelebb áll a közösségszervezéshez, mint a klaszszikus muzeológiához. Azt látom, hogy a különböző közgyűjtemények keresik a helyüket, és ebben a profilbőví-

tésben fontos szerep juthat a közösségi rendezvényeknek, különösen helyben.

- Ennek a szemléletnek az eredménye, hogy 2019-ben méltó helyet kapott a gyűjtemény a Fűzér utcában, a régi Kőbánya egyik helyileg védett épületének felújításával?

- Meg kellett teremteni az igényt. A régiről újat és újszerűen, ez az én helytörténeti ars poeticám. Előadásaimat tudatosan építettem az érdekességekre. A sajtóból vett példával élve, a csomagolás bulvár, a tartalom szeriőz. Egyre többen és többen letünk, kialakult egy stabil kö-

zönség, amit a döntéshozók is érzékeltek.

- Fiatalabb generációk?

- Jelen vannak a „törzsgárdában”. A fiatalabb generációk tudatosságától „leesik az állam”, minden évben jönnek hozzánk olyanok, akik Kőbányára költöztek. Ők nemcsak a játszótereket, óvodákat, iskolákat, rendelőköt mérik fel, hanem a kulturális viszonyokra, szokásokra is kíváncsiak.

- Honnan a helytörténet iránti érdeklődése?

- Belenőttem, anyukám tulajdonképpen mindent gyűjtött, 160 kézzel írt naplója maradt fenn.

- Ön is gyűjt?

- Bűvészkellékeket, és nem csak gyűjtöm, csinálom is. Kikapcsol. A rejtvényfejtést keresztretjtvényvel kezdtem, de amikor már rutinból ment, meguntam, és elkezdtem fejben megfejteni kártyatrükköket.

- Fellép?

- Egyszer léptem fel, akkor is álarchban. Nem a show, a közönség elbűvölése izgat, hanem a rejtvényfejtés. Az út, amely elvezet egy-egy trükk „leleplezéséig”, megfejtéséig.

- Mire a legbüszkébb a munkájából?

- A találkozásokra. Sok olyan emberrel összehozott az élet, akiknek örültem, hogy találkozhattam velük.

HIRDETÉS



ÁLDOTT, MEGHITT
karácsonyt
ÉS BÉKÉS, BOLDOG
ÚJ ESZTENDŐT

kíván a Kőbányai Önkormányzat
nevében



D. Kovács Róbert Antal
polgármester



www.kobanya.hu | fb.com/KobanyaiOnkormanyzat

Volt egyszer egy Meduna-szalámigyár

Zöld, fehér, piros – piros, fehér, zöld

A szamárhús nem jött be a magyaroknak, száraznak találhatták, zamatát pedig idegennek. Giuseppe Meduna, vagy ahogy a hazai gasztrotörténet ismeri, Meduna József ezt a receptet hozta otthonról magával. Az otthon Észak-Itália keleti részét jelentette, a mai Friuli-Venezia Giulia (Friuli) régiót, illetve a Veneto régiót Veronával, utóbbi hagyományából a mi történetünk szempontjából a szalámi fontosabb, mint Rómeó és Júlia. Noha Giuseppe Veneto régióban született 1821-ben, családi neve Friulihoz köti – a két régió közötti különbségtétel mai, történetileg évszázadokon át egy egységet alkottak. Meduna egy folyó és egy vár neve is, a folyó az Alpokhoz tartozó Dolomitokban ered, a várat pedig jó eséllyel azért emelték a X. században, hogy elvegye a magyarok kedvét a további fosztogatásoktól.

A várat a Medunák hűbértokként kapták, így váltak Friuli uraivá a Velencei Köztársaság felemelkedéséig. Befolyásukat a kereskedőállamban nagypolgári, patrícius létre váltották, amíg a viszály több ágra nem szakította a családot. Egyesek Csehországig vándoroltak, ahol a Meduna név máig él. Giusep-

pe felmenői Friuliban maradtak, amely idővel ugyanúgy a Habsburg Birodalom része lett, mint Magyarország. 1848-ban az észak-itáliai tartományok is fegyvert fogtak a függetlenség kivívásáért. A „lázadók” között volt Giuseppe Meduna is, ám a felkelés csakhamar elbukott. Az akkor 27 éves fiatalember azonban nem tette le a fegyvert, hanem a Magyar Honvédségben folytatta a maga szabadságharcát. Elfogták, és ugyan megszökött, de távollétében halálra ítélték, ezért 1866-ig, vagyis tulajdonképpen a kiegyezésig álnéven élt Magyarországon. Nem mondanánk, hogy bujkált, mert közben 1850-ben eredeti családi nevén alapított szalámigyárat. És nem mellesleg a „bujkálás” éveiben hat gyermeket nemzett Wesley Alojziának, akit 1866-ban, amikor kegyelmet kapott, feleségül vett, és akitől a későbbiekben további nyolc gyermeke született.

Olasz szakértelem, magyar büszkeség

A szalámmal úgy vagyunk, mint a gulyással, azt hisszük, hogy minden ízében a magyar konyha „csodája”. Csak-hogy maga a szó sem magyar, hanem olasz, a sale, vagyis a



só kifejezésből származik, és sóval tartósított (hús)készítményt takar. Meduna József a magyar piacra minden bizonnyal veronai típusú szalámmal lépett be, amelyet borsal, köménnyel, fokhagymával, szerecsendióval fűszereznek, konyakkal vagy vörösborral ízesítik, természetes bélbe töltik, zsineggel kötik, hidegen füstölik, majd szárítják – a szárítás „mellékterméke” a fehér színű nemespenész. És a fő szabály szerint hússer-

tésből készítik, Friuli azonban szamárbán is gazdag volt, a hegyekben gazdag régióban a szamarakból álló „teherflotta” ár-érték arányban verhetetlen volt.

A Meduna familia a disznó mellett szamarat is vághattott otthon, Magyarországon azonban Giuseppének tisztán sertéshúsból kellett dolgoznia ahhoz, hogy üzletet csináljon. Mivel a kőbányai sertéskereskedelem mangalicára specializálódott, Meduna József kellő-

zen zsíros, 160-200 kilogramm közötti jószágokból választotta ki az alapanyagának valót.

Ő és a hozzá hasonló, a szalámkészítésbe a szülői házból „belenőtt” friuli bevándorlók profitáltak a kiegyezés után amerikai tempóban fejlődő Budapestből. Bár az észak-itáliai mikroklíma reprodukálására esélyük sem volt – a veronai szalámit a Garda-tó párája és az Alpok száraz, hideg levegője együttesen érleli –, a porhanyós mangalicahús, a fűszerpaprika, a szállítványozást megkönnyítő vasút és a természet által klimatizált barnarendszer kárpótolta őket.

Akkoriban még minden szalámi téli szaláminak minősült, nem csak a fehér nemespenésszel bevont – a hús állandó hűtése a korabeli technológiával nem volt megoldható, így a gyártás az ősztől tavaszig tartó időszakra, azaz a téli hónapokra korláto-

zódott. A kőbányai „szalámi-sok” azonban ki tudták tolni a szezon azzal, hogy a hátrahagyott bányajáratokat a Rákospatak mentén „jéggyártásra” kialakított tavak végtermékével hűtőkamrákká alakították. Bár tiltották nekik, hogy nagy mennyiségben vásároljanak fel sertést, találtak megoldást az alapanyag-beszerzés korlátozására. Saját hízaldákat hoztak létre, Meduna József a „csúcson” 3-4000 sertést tartott a kőbányai „sertésszállásain”, a hús feldolgozását pedig gőzzel hajtott gépekkel végezte.

Bár a Meduna szalámigyár receptúrái nem maradtak fenn, a termékek magas minőséget képviseltek, különben nem nyertek volna díjat a párizsi, majd később a brüsszeli világkiállításon, és a mester nem kapott volna állami kitüntetést Ferenc Józseftől. Készítményeit magyar szalámi-ként forgalmazta, és jogosult volt a

magyar címer, továbbá a magyar nemzeti színekből fontzsinag használatára. Fénykorában a Meduna-szalámigyár csak vasúton 60 tonna szalámit és 400 tonna zsírt szállított az Osztrák-Magyar Monarchia belső piacaira.

A generációváltást azonban nem sikerült megoldani a családi vállalkozás élén, Meduna József hiába vette maga mellé cégtársként legidősebb fiát, őt a pénzpiac, vagyis a tőzsde jobban érdekelte, mint a húspiac. Amikor az apa 1895-ben, a kőbányai sertésvész évében meghalt, a gyár túléléséhez minimum elkötelezett utódrára, de még inkább válságmenedzserre lett volna szükség, nem pedig egy „börzész emberre”.

Legendárium

„A dicsőség mégis a miénk s nem az olaszoké, mert a magyar szalámi a leghíresebb a világon” – így méltatta 1931-

ben a budapesti hentesek ipartestületének százéves fennállását a sajtó, amely a hazai szalámigyártás különböző eredettörténeteit jól megfűszerezte romantikával.

Az egyik változat szerint a történet Pesten kezdődött egy friuli gesztenyesütővel, akinek egy idő után „egyedül nem ment”, adott hát pénzt egyik honfitársának egy saját üzem megnyitásához. Egy másik verzió szerint a sztori Budán indult két friuli építőipari munkással, akik bekönyörögték magukat szalámit készíteni egy környékbeli hentesüzletbe. A két történet közös szereplője Meduna József: a gesztenyesütőtől ő kapta az indulótőkét, és ő volt az egyik „olasz kövezőmunkás”, aki betért a magyar henteshez.

(A cikk a Meduna család egyik leszármazottjának a Kőbányai Helytörténeti Gyűjteményben elhangzott előadása alapján készült.)



Interjú Sárközi Ákos séffel

Kőbányától a Michelin-csillagig

A Textúra ajtaja pontban 9 órakor, a megbeszélt időpontban nyílik. Leülünk a lépcsőre, mondjuk úgy, hogy „small talk”-ra. Nem látszik fáradtnak, pedig hajnalban tért haza egy vidéki rendezvényről. Fehér tornacipő és nulla manír. A túloldalon idősebb hölgy érkezik, köszönve átkiabál neki, ő is stábtag, aki a másik étterembe, a „csillagos” Borkonyhába tart. Bent zamatos eszpresszót kapunk szűrt vízből és szűrt vízzel. Fine dining? Az, és mégsem, a Textúra az angol nyelvű bemutatkozásban francia kifejezéssel definiálja magát. Haute cuisine, azaz „magas gasztronómia”. Mi a különbség? Filmes példával élve, az, amit a Fantomszálban láttunk a ruhatervezésben. Tudjuk, hogy nem high fashion, hanem több annál – houte couture. Művészeti forma.

– Az első jó kaja?

– Nem kérdés, anyukám töltött paprikája, annál jobb nincs, imádtam a karácsonyra készített jugoszláv krémesét is, egész tepsivel rendeltem belőle.

– Az egyik nagymamája szakács volt.

– Igen, de ő Ausztráliában élt. Amikor hazalátogatott, jókat főzött, azt is szerettem.

– Főz otthon?

– Persze, de senki ne gondolja, hogy otthon is degusztációs menüt rittyentek. Rántott párizsi rizibizivel vagy valami hasonlóan egyszerű. A kony-

ha egyébként alapvetően a feleségemé, aki mostanra nagyon rutinos lett, jön a szöveg, hogy csak egy picit segítek, mert nekem gyorsabban megy, aztán azon kapom magam, hogy megint én főzök.

– Hol van az a négyemeletes panelház, ahol felnőtt?

– A Kada utcában, az üvegezett lépcsőházból ráláttunk a környékre, ha banán érkezett a boltba, tudtuk, hogy mikor érdemes lemennünk és beállnunk a sorba. Volt hátránya is a háznak: nem volt szemétdobó, én pedig gyűlöltem levinni a szemetet.

– Kada iskola vagy Harmat 88?

– Harmat 88 a kőoroslánokkal, azoknál bandáztunk, kulcsos gyerek voltam én is. Szerettem a lakótelepet, volt központi fűtés, sosem fáztunk. Oké, hallottuk, hogy mi megy a többi lakásban, de sosem tapasztaltam, hogy ezzel bárki visszaélt volna. Kőbányát általában olyanok „gettózzák”, akik nem ismerik.

– Fotózás és tánc?

– A szüleim elváltak, édesapám hatására kezdtem fotózni, tőle örököltam az első gépemet, egy szovjet gyártmányú fotópuskát. Úgy nézett ki vele, mint egy „kommandós”. A tánc egy barátomtól jött, aki a Balettintézetbe járt. Láttam



a lányokat... De az alkatom és a mozgáskoordinációs képességem sem volt meg hozzá.

– Séfnek, „televíziós gasztroprédikátornak” vagy üzletembernek tartja magát, esetleg mindháromnak?

– Egyszerű szakács srác vagyok.

– Michelin-csillaggal, amely 2014 óta évről évre megőrzi.

– Vegyük akkor végig! A képernyőn eltöltött évek ellenére sem tartom magam kamera-

képesnek. A tévének sokat köszönhetek: embereket, akikkel máshol nem találkoztam volna, és az ismertséget, amely révén eddig csak szeretetet kaptam. Ha pedig azt nézem, hogy a fiatal generáció zselésít, habosít, szuvidál, akkor a „gasztroprédikációnak” is van eredménye, amúgy a vendéglátásban és a bolti kínálatban is. Nekem is könnyebb, ha olyan vendégnek főzök, aki érti, amit az étlapon olvas, az élelmiszerkereskedelem pedig elmozdult

a minőségi anyagok felé. Más kérdés, hogy az alapok még mindig hiányoznak sokaknál, ők bajban is vannak, ha a feladat egy hagyományos csirkepaprikás elkészítése.

– Rossz az oktatás?

– Még mindig receptközpontú, bár van elmozdulás. Én, és ezzel nem vagyok egyedül, az alapanyag- és a technológiai ismeretek készségi szintű elsajátításának vagyok a híve. A receptbiflázás – csúnya szóval – „droidokat” képez, a má-

sik irányzat gondolkodva alkotó embert.

– Versengő alkat?

– Alapból nem, szeretem a versenyt, de önmagáért, nem a győzelemért. Tudok veszíteni, és mostanra azt is megtanultam, hogy a sikerességhez nem kell mindig elsőnek lenni.

– Tökéletes átkötés. 2007, Hagyomány és Evolúció, a Magyar Gasztronómiai Egyesület versenye, ahol harmadik lett, a táján – laikus szemmel – több volt az evolúció, mint a hagyomány, pedig ön is „receptbiflázson” nőtt fel. Honnan az új irány?

– Két nevet mondok: Nagy Ferenc és Bicsár Attila. Nagy Ferenc volt az első főnököm, tűz és víz, érett „művészlélek”

és fiatal „egoharcos”, emberileg nem jöttünk ki, mégis jól tudtunk együtt dolgozni, kezdetben egy bisztró jellegű kávézóban, később nagyüzemi konyhán. Alázatra, szakmaszeretetre, emberismeretre, precizitásra tanított – idővel „meggyóntam” neki. Az Alabárdos Étterembe, amely a 2000-es években a magyar csúcsgasztró egyik meghatározó műhelye volt, Bicsár Attila (ma a Sauska executive chefje – a szerk.) vett fel. Csak később derült ki, hogy ő is dolgozott üzemi konyhán, ezért az én ott szerzett tapasztalataim sokat nyomtak nála a latban. Mintaértékűen vezette a konyhát, hangos szó nélkül tartott rendet, és hozta vissza korszerűen, innovatív mó-

don a Kárpát-medence „paprika előtti” gasztronómiáját. Sous chefként az ő helyettese voltam, amikor 2007-ben harmadik lettem a Hagyomány és Evolúción.

– És ment volna eredetileg egy francia étterembe szakmai tanulmányútra, végül az Atlanti-óceán partján landolt Portugáliában, Európa délnyugati csücskén, egy két Michelin-csillagos étteremben.

– A jóakaróim, tényleg azok voltak, figyelmeztettek, hogy jó-jó a francia konyha, de kegyetlen is tud lenni. Ők ajánlották alternatívaként a Vila Joyát, ahol azóta is az osztrák Dieter Koschina a konyhafőnök. Azt mondták, hogy az ő világa, mentalitása a kö-

Folytatás a 25. oldalról

zős kulturális gyökerek révén közelebb áll a miénkhez, az enyémhez. Igazuk volt.

- Mediterrán lazaság fogadta?

- Hát, vörös szőnyeg biztosan nem. Lementem reggel 6 órára a konyhába, nem volt ott senki, 10-kor sem, az első emberrel délután 2-kor találkoztam. Elfelejtettek szólni, hogy náluk 4-kor indul az élet. Összességében azonban támogató volt a közeg, mindent megmutattak, és ha kérdeztem, készséggel válaszoltak. Nem recepteket kaptam tőlük, hanem szemléletet.

- És mi volt ez a szemlélet?

- Ott tanultam meg, hogy az étel szépsége sokszor az egyszerűségben rejlik. Szezonálisra törekedtek, tisztelték az alapanyagot, amelynek mindig a sajátosságait emelték ki.

- 2025-ben hogy állunk hazai alapanyaggal?

- Egész jól, nálunk 10-20% a külföldi, a többi magyar. 2010-ben, amikor a Borkonyhához kerültem, nagyjából fordított volt az arány. Minőség akkor is volt, az állandóság, a folyamatos „rendelkezésre állás” hiányzott. E téren sokat léptünk előre.

- Számít az ökológiai lábnyom?

- Hogyne, mi a borosüvegeket, eltört poharakat beolvastjuk, és tányért csinálunk belőlük. És ez csak egy példa. Ügyelünk az egészségmegőrzésre is, igyekszünk kerülni az allergén alapanyagokat.

- Séf, tévé, üzlet, innen indultunk, a tévé megvolt, a konyha még nem teljes, az üzletet pedig nem is érintettük.

- Az üzletet a társaim viszik, én a konyháért, a „termékért” felelek. (Az interjúban szerényen ennyi hangzott el. Sárközi Ákos a Borkonyhában és a Textúra Étteremben, amelyben társtulajdonos is, executive chef, ami az ő mesteriségében a csúcst, a vezér-



igazgatói posztot jelenti. - a szerk.)

- A Borkonyha és a Textúra magyar konyha?

- Magyar vagyok, mi más lenne.

- Mesterség vagy művészet a gasztronómia?

- Bennem a kettő együtt. Aki a műszak végén leteszi a munkát, abból legfeljebb mester lehet, aki 24 órában agyal szenvedélyesen és kellő alázattal, abból művész is, ha megvan benne a tehetség. Beszéltünk már az edukációról, a vendégek egy része érti, sőt el is várja a játékoságot a textúrában, a formavilágban. E téren szerencsés vagyok, a feleségem fantasztikus festőművész, a látásmódja engem is inspirál.

- Merésznek tartja magát?

- Azt hiszem, az vagyok, és a visszajelzések alapján a vendégek is annak tartanak. Tet-szenek nekik az általam hasz-

nált színek, formák. Fontos a játékoság és annak az önmagán túlmutató szimbolikája. A Textúra belső díszítésében cellamotívumot használtunk, amely az emberi sejtben éppúgy feltűnik, mint a kettévágott káposztában.

- „Egőharcos” még?

- Dehogy, rég nem, a túlzott egó kontraproduktív, egyrészt a munkatársakból kiöli a kreativitást, másrészt görcsössé teszi a konyhát, ha az elsődleges cél a séf egójának kiszolgálása. Egy étterem csapatmunka és csapategység, hiába akarok én a világ legjobb séfje lenni, ha nincs mögöttem jó csapat, és fordítva, hiába a csapat, ha nincs jó vezető. Mindenki hibázik, a kérdés az, hogy fel meri-e vállalni. Én fel merem vállalni, ha valamit elrontottam, tudok bocsánatot is kérni, a vendégek általában mindkettőt respektálják. Nekem fontosabb,

hogy ki hogyan kezel különböző szituációkat, mennyire képes a munkában megjeleníteni az egyéniségét, mint az, hogy gleccservízzel főzünk-e. Amúgy, ha nem is gleccservízet, de szűrt vizet használunk.

- A beszélgetésben többször is használta az alázat kifejezést. Miért?

- Fene tudja, talán megtanultam helyén kezelni a világot és benne saját magam, igyekszem az értéket, a pozitívumot keresni és meglátni. Szerintem meghatározó az életben, hogy támogató családi környezetből érkezik-e az ember, nem anyagi, sokkal inkább lelki értelemben. Említettem, hogy a szüleim elváltak, mégsem éreztem hiányát semminek. Mert ott volt az anyukám olyan habitussal, amelyet szavakkal nem tudok leírni. De annyit tudok, hogy a habitusa meghatározta, meghatározza az egész életemet.

Márton-napi sokadalom és lámpás felvonulás

Liba, liba, gá-gá-gá!

„Aki Márton napján libát nem eszik, egész éven át éheznek” – így tartja a mondás. A jeles napon a KÖSZI színháztermébe bevonult természetes hortobágyi ludak, úgy tűnt, magukra is vették mindezt. Jóllehet cseppet sem voltak veszélyben, mégis hatalmas sivalkodással harsogták túl a gyerekeket. A maglódi illetőségű állatok, ahogy a tenyésztőjük elmondta, a párjukat keresték, azért voltak annyira oda. A simogatást viszont túrték, és a számtalan közös szelfinek sem álltak ellent.

Immár második alkalommal hívta így az ifjúságot a KÖSZI, hogy a jeles napon közősen idézzék fel a szerénységéről ismert szentéletű püspök alakját. A dátumhoz kötődő számtalan népszokás közül is jó néhányat bemutatnak a Tébláb művészeti iskola növendékei ezen a délutánon. Gorác József Márk igazga-



tó volt a ceremóniamester, aki először eleink életéről mesélt a gyerekeknek. Elmondta, hogy régen a legelőkről ilyenájt hajtották haza az állatokat. A pásztorok megkapták a jussukat, amit tele fazékkal ünnepeltek meg. Az újbort is ilyenkor kóstolták először. A korai sötétedés miatt pedig már lámpásokra is szükség volt, amelyek fényt és meleget hoztak az éjszakába.



tatták, milyen peckesen is tudnak járni. Élő zenekar biztosította, hogy a játékokat követő táncház minden ízében a népi hagyományokat jelenítse meg. Mindeközben a

A történelmi bevezető után a „Hatan vannak a ludaink” mondóka segítségével párt választottak a gyerekek, majd a „Száz liba egy sorban” című dalocskát harsogva megmu-

kézművesasztaloknál készültek a befőttesüvegekből fabrikált lámpások. Az est fénypontjaként végül a Rottenbiller parkban ezekkel vonultak fel a kicsik és a még kisebbek.

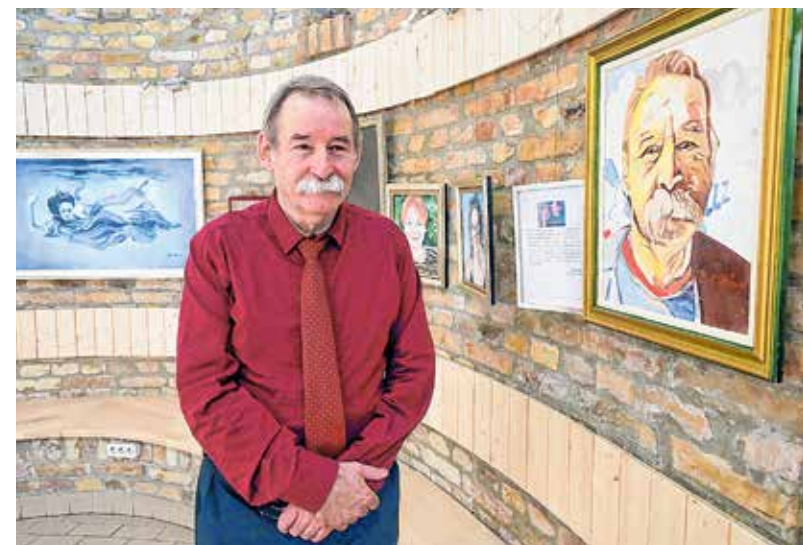
Pál Dávid munkái a Kő Cafében

Egy szenvedély mintázata

Portrék láthatók a falon Furkó Károlyról és Keres Emilről, mellettük vidám önarckép. Tájékepek és csendéletek, mellettük egy sorozat, kék vízben lubickoló hölgyekkel. Pál Dávid szemmel láthatóan minden műfajt a magáénak érez, ezért lett sokféle a legújabb tárlatára válogatott kollekció.

Az alkotó Szekszárdon született, Mátészalkán nevelkedett, és már kisgyerekként elkezdett komolyabban rajzolni. Szigorú

katona édesapja kis iskolapadot készített a fiainak otthonra, papírokat és tollakat kaptak, hogy a szabadidejükben is okosodjanak. A kis Dávid a képek alkotásában találta meg a szenvedélyt. A gimnáziumot is azért kellett otthagynia, mert a matekóra helyett inkább a rajzteremben mulatta az időt. Végül nem engedték művészeti pályára. Gyárakban, szakmunkásként kereste a kenyerét, de a rajzolás és festés soha nem



hagyta abba. Több alkotócsoport és galéria tagjaként számos kiállítással büszkélkedhet.

Aki nem az absztrakt irányzatok híve, hanem sokkal in-

kább a realista festményekben leli örömét, annak biztosan tetszeni fog Pál Dávid kiállítása, ami a KÖSZI Kő Cafében december végéig látható.

Kurucz Attila ezüstérmet szerzett az ügető-Eb-n

A kőbányai Ben-Hur diadala Szicíliában

A metró kerítése és a kőbányai vásárváros közötti területre lépve mintha vidéken, a „széles rónaságon” járna az ember. A Kincsem Park istállói és futatói hatalmas területet foglalnak el, csak a messzi építkezés toronydarui mutatják, hogy a főváros közepén vagyunk.

Az ügetőversenyekre készülve itt róják a bemelegítő köröket a versenyzők. Diófás gyeplőjét Kurucz Attila fogta, akit lépten-nyomon köszöntöttek a versenytársak. Az apropó pedig az volt, hogy a Kőbányán élő hajtó Európa-bajnoki éremmel tért vissza az amatőrök kontinensviadaláról. Ez a magyar amatőr ügetősport eddig legnagyobb nemzetközi sikere.

Míg Diófás az istállóba viszatérve a szalmában hente regge törölte le az izzadságot, a sportoló számára is adódott néhány perc a bemutatkozásra.

Kurucz Attila ízig-vérig városlaci srác, és hogy nem focizni kezdett el annak idején, egy apai jóbarátnak köszön-

hető. Vele jártak ki hármasban az ügetőre. Amikor 18 éves lett, megkérdezték, hogy akarja-e őket hajtani. Az istállók ugyanis tárt karokkal várják az amatőröket, hiszen a paripákat rendszeresen mozgatni kell, így a profiknak kevesebb a dolguk. Néhány hónap felkészülés után már versenyekre is lehet menni, ahogy ezt a különböző celebfutamok is mutatják.

A következő lépcső, hogy az amatőr hajtónak saját lova legyen, kiválthassa a licenct. Ezzel már „rendes” versenyeken is indulhat. 15 győzelem után akár a profik között is. Az amatőr jelző itt ugyanis



nem minőséget jelent, mindössze arról van szó, hogy a hajtó nem ebből él. Kurucz Attila is saját vállalkozást visz. Saját lovai pedig úgy lettek, hogy konzorciumban, vagyis másfél tucatnyian tartanak egy-egy paripát. Diófás, aki saját

nevelés, Ladánybenén él. Az idomár eteti, tréningeli, de már csikó korától kötődik Attilához is. Ő pedig minden hétvégéjét az istállók környékén tölti, a feleisége és a család támogatásával. A tavalyi év versenyei különösen sikeresek voltak a számára, a palermói Eb-n, ha kicsit szerencsebb a lósról, arany színű is lehetett volna az érem. De jövőre lehet próbálkozni a világ bajnokságon újra. Ehhez pedig jó belépő, hogy miután Diófásra újra felrakták a hámat és Attila felugrott a kocsira, győzelemmel zárták a kőbányai futamot. Egyetlen amatorként a profik között.

**Szerb Nap a Kincsem Parkban**

Csevapcsicsa és

„A történelem hozta!” – így válaszolt ironikusan Krebs András, a Kincsem Park kommunikációs igazgatóhelyettese arra a kérdésre, hogy miért jutott eszükbe szerb tematikába ágyazni a november eleji ügetőverseny programját. „Mindketten kicsei, ám lelkes, lóartató és ló-

szerető ország vagyunk” – folytatódott az érvelés. Tény ugyanakkor az is, hogy a magyar és a szerb lósport között nagy az átjárás. Sok vajdasági születésű szakember dolgozik a Parkban, és a legtöbb külföldi futtató is szerbiai. November elején ott lezárul a szezon, így remek al-

horo, lólépésben

kalom nyílt arra, hogy Budapesten legyen egy kis ráadás. A futamok közötti szünetekben a Tabán együttes táncosai mutatták be műsorukat, az étterem szerb menüvel készült, a hangszórókból szerb zene szólt.

Krebs András azt is elmondta, a jövőben legalább

havonta szeretnék hasonló tematikus nappal színesíteni a versenynaptárat. Az Ügető Szilveszter már régóta sikeres, az Ügető Farsangot is megismétlik 2026-ban. De a tervek között szerepel borfesztivál és sörünnep is. Ez utóbbi, Kőbánya szívében, nagyon is helyénvaló lenne.

HIRDETÉS

VÉDŐOLTÁSSAL A FERTŐZŐ AGYHÁRTYAGYULLADÁS ÉS SZEPSZIS ELLEN



Tájékoztatjuk a Tisztelt Szülőket, hogy a Kőbányán lakóhellyel rendelkező és lakóhelyén életvitelszerűen tartózkodó, 2015. január 1. és 2015. december 31. között született gyermekek számára a meningococcus baktérium által okozott fertőző agyhártyagyulladás és szepszis elleni négykomponensű (A, C, W-135, Y) védőoltás a Kőbányai Önkormányzat támogatásának köszönhetően ingyenesen igényelhető.

A védőoltás igénylése iránti kérelmet 2026. január 1-jétől 2026. február 15-éig folyamatosan lehet benyújtani

a) elektronikus úton az e-papír szolgáltatás igénybevételével (epapir.gov.hu, Témacsoport: Önkormányzati igazgatás, Ügytípus: Egészségügyi ügyek, Címzett: Budapest Főváros X. kerület Kőbányai Önkormányzat),

b) papír alapon postai úton, a Budapest Főváros X. kerület Kőbányai Polgármesteri Hivatal (a továbbiakban: Hivatal) Humánszolgáltatási Főosztály Szociális és Egészségügyi Osztályának címezve az 1102 Budapest, Szent László tér 29. címen, vagy a Hivatal Ügyfélközpontjában (1102 Budapest, Állomás utca 26.) kihelyezett gyűjtőláda-ba történő elhelyezéssel.

A kérelem a www.kobanya.hu honlapon az Ügyintézés/Nyomtatványok/Védőoltások menüpont alatt letölthető, valamint a Hivatal Ügyfélközpontjának (1102 Budapest, Állomás u. 26.) előterében beszerezhető.

A védőoltással kapcsolatos tájékoztató anyagok a www.kobanya.hu/Ügyintézés/Ügymentek/Védőoltások illetve a www.kobanya.hu/Ügyintézés/nyomtatványok/Védőoltások útvonalon érhetők el, valamint bővebb információ a +36 1 433 8332-es telefonszámon kérhető.

D. Kovács Róbert Antal
Kőbánya polgármestere



						✱	NŐSTÉNY LÓ	SZEMBE-TÜNŐEN NAGY	SZÉNMAGI	MINDENT BEMUTAT NEKI	...-FUT; ROHANGÁL	BELGA AUTÓJEL	FELADAT-KÖRT TELJESÍT	FRIGY, HÁZASSÁG	✱	BECÉZETT DOROTTYA
1															UTÓHAD!	
AJULÓ												SZEMMEL ÉRZEKELŐ JAGO FELESEGE				
A TILTÁS EGYIK SZAVA								VENDÉGLŐI MENÜ TÚLRA LOPÓDZÓ								
RÉGI EREDETŰ FÉR-FINEVÜNK										SZERENCSE A VARGÁ-NYA IS EZ						
A LEG-GYAKORIBB SZAVUNK								BŐVEBBÉ TESZ VIDÉK, KÖRNYÉK						ÜRES LAK!		
✱								BOSSZÚT ÁLL RAJT, INDLULÁS					BÉCSI NAGYPAPA! AMELY EGYÉNEK	...TŐ; BU-DAKALÁSZI ÁLLÓVÍZ		
✱	ZENÉSZ, HUMORISTA (ANDRÁS)	FÜSZIN SÁRGÁS ÁRNYALATA	ÍGY IS BECÉZIK GYULÁT	GYÖR CENTRUMA!	KÖZÉPFÜL!	IDŐHATÁ-ROZÓ-RAG, AZ -NTE PÁRJA	MÁRAI SÁNDOR SZÜLŐ-VÁROSA	HORVÁT AUTÓJEL	LÁPRÉTI NÖVÉNY GONDOZ-TAT		FLORIDAI VÁROS SZÍNÉSZ (JÓZSEF)					✱
2																I
	PÁ, KEDVES!				ESZE T. FALUJA RITKA NŐI NÉV				BUTÍTÓ BOR ERZSÉBET KIRÁLYNÉ			A MOZOG IKERSZAVA CSAHOLO (KUTYA)				
	ADÁS-VÉTELRE SZÁNT TERMÉK			DER, DIE, ... KORZÓ BORÍTÁSA				CSEVÉRE TEKER ELEFÁNT-SZERV			FALU SÜMEGNÉL FAZONT MÓDOSÍT				GRAMM POKORNY ...: SZÍNÉSZNŐ	
	VASÚTI VENDÉGLŐ					DUNAVECSE SÍKSÁGA E VALA-MENNYI			A -SÉG PÁRJA HÁBOR-GATÓ			EFFÉLE OLASZ SZÍNÉSZ (FRANCO)				
✱	SAVVAL FELOLDOTT								GRAMMA-TIKA ÁGA AZ OLASZ KÖZMÉDIA					KÖZEPEN KIÜL! SZIN-TELENÍT		
	... SAS; VÉDETT ÁLLAT						... CALLAS (SZOPRÁN) ISKOLAI 45 PERC				... ZWEIG; ÍRÓ NYÍL KIÖVÉSE					
	NÖVELNI KEZD!		LÍRAI ZENEMŰ VÉTKES A DOLOGBAN						FOGYASZ-TÁSMÉRO MELLKAS ALATTI						A KÁLIUM VEGYJELE FÖLDRE RÖGY	
	BORJAZÓ (TEHÉN)				DZSÚDÓ-FOKOZAT NEM IS ELŐRE!			SEJ! SZÉFBE REJTET				BÜKKÖSD FOLYÓJA SPORT-TRÓFEA				
	NÉMET PÁRT NÉVBETŰI			REST, TUNYA NEDVSZIVÓ PAPIROS					TELIVÉR JELZŐJE SZ, KIEJTVE				LÁM LABDA-RÚGÓ (ÁDÁM)			
	KÖTŐSZÓ	FOTÓKAT VETÍTŐ SZIKI MADÁR						HÚST TARTÓSÍT BÜKKI HEGY				SIR ... JOHN; ÉNEKES FOSZLIK				
	VALAMI ALJÁNÁL				ALIAS DEMJÉN FERENC GYÜMÖLCS				DIAGRAM ZSEBKENDŐ (BIZALMAS)					A VÉGEIN LEFED! KIPLING FARKASA!		
	VETÉS SZÁRBA SZÓKKENÉ-SE								FELVIDÉKI VÁROS, ALANTAS, ELVADULT					ELŐL ÜL! CSAVLEK ... (ÉNEK-MŰVÉSZNŐ)		
	ÍRÁSJEL SZÉLEI!		LAO-CE IZMUSAI			LOPVA SZERZÉS KERESZ-TÚLHAJÍT				DAGAD A TÉSZTA FARKAS-CSAPAT						
	OLIMPIAI BAJNOK OKLÓZÓ (GYÖRGY)				GYAKORI NŐI NÉV BUDAPESTI EGYETEM				VEREKEDŐT MEGFÉKEZ AZ A BIZONYOS				OND VEZÉR FIA MEG-MÉRGEZ			
	X, ..., Z	CSORBA ... RAJTA; KÁR ÉRTE EZ ITT				JÁR-KEL ANGOL VILÁGOS SÓR						A FOGAN-TATÁSSAL KEZDŐDIK HONI ADÓ				
	DÁNIA SPORTJELE			OROSZ AUTÓ-MÁRKA TÉBÉI				AIR ...; LÉGIPOSTA A DON PARTJAI!			RESTALL (NÉPIES) ÉS, LATINUL					
	EZEN A HARMADIK HELYEN				HIG KEVERÉK A Q-T KÖVETI					KABÁT-TISZTÍTÓ ESZKÖZ HEKTO-					-KA, ... A MARCAL TOR-KOLATA!	
✱	C									IVÁSRÁ ALKALMAT-LAN						

„A kis Jézuska itt van a ...” E havi rejtvényünk megfejtése egy Juhász Gyulától származó, a karácsonyi ünnepekkel kapcsolatos ismert idézet folytatása.

30 éves a Nagycsaládosok Kőbányai Szent László Egyesülete



Úszógumik a babakocsin

„Emlékszel, amikor Vámospusztán eltévedtünk az erdőben, és egy mély árkon kellett keresztüljutnunk? Hegyesi Pisti akkor egy kar tagságú botot, mint egy korlátot nyújtott ki, ezzel az egész csapat átevickélt.” „Hogy volt, amikor Balatonlellén az éjszaki fürdésen a Lajosnak be volt gipszelve a karja, és bent a Balatonba az elem-lámpával? A fehér keze világított, míg minden gyereket megtaláltunk a vízben!” „Ki volt ott, amikor az úszógumikat feltornyoztuk egy babakocsiban, és úgy mentünk át a síneken, hogy a partra jussunk?”

Peregtek az évtizedes történetek, és az emlékezés hullámai szinte tapinthatóan elárasztották a jelenlévőket az Újhegyi Közösségi Házban tartott ünnepi találkozón. Az est nyitányaként a Tutta Forza rézfúvósai léptek a pódiumra, és a „fanfárok” a Nagycsaládosok Kőbányai Szent László Egyesület tiszteletére szóltak, amely éppen harminc éve alakult.

Weeber Tibor alpolgármester, aki maga is régóta tevékeny egyesületi tag, köszöntőjében arról beszélt, hogy a sok gyerek felnevelése részben hivatás, részben életforma, részben logisztika. Összességében ugyanakkor egy olyan szeretetteljes kö-zeg, amely stabil hátteret biztosít a mai zűrzavaros világban.

A kezdeteket az „alapító anyja”, Himberger Katalin idézte fel. Az egyesület előd-jét még 1991-ben, férjével, négy lányával, tizenkilenc unokájával hozták létre. Három év elteltével kilenc kőbányai családdal alakult meg immár hivatalosan is a nagy-családos közösség. Kirándu-lások, színházi esték, Miku-lás- és anyák napi ünnepsé-gek, családi úszás és női tor-na szerepeltek rendszeresen a havi programban. Az egye-sületnek saját újságja is volt, Szent László harsonája cím-mel. És nekik köszönhető az is, hogy évről évre megépül



a bibliai betlehemi jelenet a Szent László téren.

Himberger Katalin 25 éven át volt vezetője az egyesület-nek, de mint kicsit ironiku-san megjegyezte: minden erő-feszítését önös, önző egyéni érdekből tette, hiszen mind-egyik örömet szerzett és ér-telmet adott a hétköznapok-nak. A volt „elnöki pár” az év-forduló alkalmából emlékla-pot vehetett át, mint ahogy a „nagy öregek”, azaz a Homá-nyi, a Nagy és a Hernádi fa-mília családfői is sorra léptek fel a színpadra.

A Nagycsaládosok Kőbá-nyai Szent László Egyesüle-te manapság mintegy száz-fős aktív közösség. Koós Judit jelenlegi elnök szerint a leg-

főbb kihívás, hogy az új generációkat is bevon-ják. Továbbra is nép-szerű a Nagycsaládo-sok Akadémiája, ahol szakértő előadók-kal vitatják meg a problémáikat. Legutóbb például az volt terítéken, hogy a fé-szekből kirepülő fiatalokkal és azok új családjával miké-pen kell új kapcsolódási pon-tokat kiépíteni. Jótékonykod-nak is. Nemrég saját forrásból támogattak egy családot, ahol a mozgássérült gyereket szállító autó meghibásodott, és a milliós javítási költséget kép-telenek lettek volna egyedül kifizetni.

Kihívás az is, hogy a virtuá-lis térbe egyre inkább átköltö-ző emberi kapcsolatok hogyan maradjanak teljese-k. Az egye-sület egyik válasza erre, hogy közös éneklésre hívták a tag-ságot. A program pedig a vá-rakozásokat felülmúlóan si-keres lett. Csak remélni lehet, hogy ez így is marad. Legalább még további harminc évig.

A kőbányai közoktatás 150 éve

Úszásoktatásban elsők!

Nincs a köztudatban, pedig tény, hogy a kőbányai pedagógusoknak oroszlán-részük volt abban, hogy az úszás tanítása bekerült a magyar közoktatás rendszerébe. A Szervátiusz Jenő Általános Iskola volt a program bölcsője, még a nyolcvanas évek végén. Nem okozott ezért meglepetést, hogy a kőbányai közoktatás 150 éve előtt tisztelgő sorozatban éppen egy vízisportverseny szervezésével ünnepeltek.

Az Újhegyi Uszodában ugrottak a medencébe a kerületi általános iskolák tanulói. Érmekért és plakettekért tempóztak a lányok és a fiúk, hátton és gyorsan. Azért ebben a két úszásnemben, mert ezzel kezdik a tanulást a harmadikos–negyedikes gyerekek. Végül úgynevezett örömuszás zárta a délelőttöt, amikor az volt a feladat, hogy minden csapatból legalább egyvalaki legalább fél órán át a vízben legyen.

A start előtt Demeter Antal, nyugalmazott címzetes igazgató köszöntötte a versenyzőket. 26 évig volt a Szervátiusz tantestületének vezetője, és szinte életművének tekintti az általa kidolgozott iskolai reformot. Szívesen mesélt a kezdetekről.

1986-ban érkezett a kerületbe, addig Terézvárosban szervezte az iskolai úszás oktatását. Éppen jó időben, hiszen ekkor Kőbányán újabb két uszoda épült a meglévő kettő mellé. Frissen hozott szakemberként elérte azt is, hogy az Újhegyi medencéje azonos mélységű legyen, és ne „ferde” talapzatú. Így jobban megfelelt oktatási célra. Demeter Antal, iskolavezetői megbízatása mellett, egy évig az uszodát is vezette, még ma is vannak olyan dolgozók, akiket ő vett fel annak idején.



A kerületben ezután a Kőbányai Önkormányzat támogatásával országos hírű oktatási program indult.

Az úszás alapsportág. Nagyon korán, már kisgyerekorban elkezdhető, és olyan képességeket ad, amelyre a többi mozgásforma is építhet. Ezen kívül az általános műveltség része is.

Tizenhét testnevelő tanár dolgozott azon, hogy az általános iskolások ne csak megtanulják rendesen a kar- és a lábtempókat, hanem évekig jár hassanak iskolai keretek között úszni. A Szervátiusz és a Fekete

István Általános Iskola külön osztályokat is indított. Sok tehetséges gyerek a Spartacus szakosztályában folytatta tovább. Az itteni tapasztalatok adták a tantárgy módszertanát.

Ez a program ugyan 2010-ben véget ért, de van folytatása. A Kőbányai Önkormányzat támogatásával több mint egy évtizede indult a „Mindен gyermek tanuljon meg úszni” program, amelyben óvodások és kisiskolások sajátítják el a tudást. 2023 óta pedig a kerület is csatlakozott az Úszó Nemzet Programhoz.