

Kávézzunk együtt!

FÓT CAFE

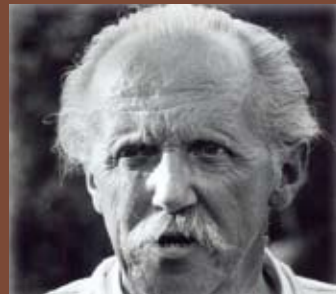


Havonta megjelenő magazin
A következő számunk december 10-én fog megjelenni

II.évfolyam 10. szám, 2008. november
www.fotcafe.hu

INGYENES
KIADVÁNY

• Emlékezés Németh Kálmánra



• '56-os városi ünnep



• Tánc mindenk felett



• A "Gyeri" ötven éve - belülről



Südi Iringó: „Jó volt
Fóton veletek táncolni!”

szög és csavarárú

Tömítő és ragasztó anyagok

Profi és barkácsgépek

Garanciális szerszámok márkaképviselete

Hegesztés technika

Rögzítéstechnika

Munkavédelmi eszközök és munkaruházat



Megnyílt!

SZERSZÁMKER EURÓPA Kft

Fót, Móricz Zs.u.39./a

Nyitva:

Hétfőtől -Péntekig:07-17,

Szombat:07-13 óráig

Telefon: 06(27)816-202

Email:

szer.ker.e@citromail.hu

szer.ker.e@gmail.com

CSOMAD FELE

DUNAKESZI FELE

Móricz Zs.u.
52.

Delikát
ABC

MÓRICZ ZS U.

Bankkártya
VISA
elfogadás



- Üdítő italok, édességek, sós és édes ropogtatni valók. Sör, pálinka, minőségi italok, hűtött borok és pezsgők !
- Újságok, napilapok,
- Online feltöltés - Pannon, Vodafone, T-Mobile
- Friss pékáru, tejtermékek, csomagolt hús termékek, általános élelmiszer és háztartási termékek
- Saláták, szendvicsek kaphatók, hidegtál rendelést felvesszünk.
- Higiénia és illatszerek
- AVON szerződött kereskedése.AVON termékek a polcra és katalógusból heti szállítás.

NYITVA: Hétfőtől - péntekig 06-24
Szombat- vasárnap 07-24 óráig

MISIVILL KFT

2151 Fót, Móricz Zs.u. 39./A

Tel/fax:(27)362-285 (70)384-1088

870)384-1086 (70)9411-485



**VILLANYSZERELÉSI ANYAGOK
KIS ÉS NAGYKERESKEDÉSE**

**Hűtő-fűtő klímák,
légtechnika
értékesítése és
generálkivitelezése**

BENZINKÜT

BUDAPEST FELE

Válságkezelés új polgármesterrel

Üdvözöljük olvasóinkat itt, a Fótcafé novemberi számában. Nem tudjuk, hogyan hat egy súlyos, egész világot érintő gazdasági válság egy ilyen kisvárosra, mint a miénk, de ismerve lakóhelyünk több sebből is vérző működését, minden bizonnyal tovább mélyíti a válságot. Nekünk, egyszerű földi halandóknak hosszú távon minden bizonnyal drágulásokat és egyéb megszorító intézkedéseket tartogat a következő időszak. A gázár folyamatos emeléséhez már hozzáadódott a szervezetünk (remélve, hogy pénztárcánk is bírja az öldöklő rohamot), bár egyre többen térnek vissza a gyökerekhez és választják a fűtés olcsóbb, hagyományos változatát, ami ugyan kissé több macerával jár, de megtakarításos végeredményéhez nem férhet kétség. A fával való fűtés legnagyobb negatívuma, hogy ajtóinkat, ablakainkat folyamatosan zárva kell tartanunk, hiszen a füst szinte rátelepszik a városra, ezzel pedig olyan perspektívákba kényszerítve a lakókat, hogy vagy a füsttől, vagy a gázártól fulladunk meg. Nem túlságosan jó kilátások... Evezünk azonban más vizekre és körülnézve szűkebb pátriánkban, van azért minek örülnünk. Pár lelkes aktivista, akik kedvét már semmi sem veheti el, továbbra is szervezik Fóton a kulturális eseményeket, fogcsikorgatva tartják életben a pár sportkör működését, dicséret nekik.

Természetesen továbbra is folytatódik az önkormányzatban a képviselők csatája, a legújabb fejlemény, hogy a bíróság döntése értelmében jogerősen is búcsút intünk a majd tíz évig regnáló polgármesternek, Szent-Iványi Gézáknak. Ez azt jelenti, hogy pár hónappal az előző népszavazás után (az egészségügyi központ áthelyezése okán kellett voksolnunk) ismét az urnák elé kell járulnunk, ezúttal polgármestert kell választanunk. Ennek időpontja január 25. lesz, no de mire kell, mire lehet majd voksolnunk? Az előzetes esélyek alapján a nagy pártok jelöltjei biztos indulónak tűnnek, de ki indul rajtuk kívül? Információink szerint a jelenlegi alpolgármesterek közül Bartos Sándor még nem tudja, Földi Pál a CÖF döntését tartja magára nézve meghatározónak, de nem lesz ott a régebbi polgármesterjelöltek közül Dr. Hajdúné Tuli Mária pénzügyi szakember, valamint Növényi Norbert olimpiai bajnokunk sem. Az egészségház-kérdésben markáns véleményét érvényre juttatni próbáló csoport képviselője minden bizonnyal ott lesz a jelöltek listáján. Természetesen az említettek még meggondolhatják magukat, vagy újjak csatlakozhatnak hozzájuk, de túl sok idejük nincsen, főleg, ha eredményes kampányt akarnak folytatni, bemutatva ezzel magukat a lakosságnak. Meglátjuk... Mi, a Fótcafé szerkesztői mindenesetre dolgozunk tovább, hiszen minden hó tizedike környékén ott vagyunk és ott leszünk továbbra is az Önök postaládájában. A novemberi szám böngészéséhez jó szórakozást kívánunk, és előre jelezzük, hogy az évszám decembri szám bővebben, ismét 24 oldalon jelenik majd meg.

Tisztelettel - a FÓTCAFÉ munkatársai

Üdvözöljük!

Látogasson el rendszeresen a FÓTCAFÉ megújult weboldalára. Aktuális lapszámunk cikkeinek beharangozóit, elözeteseit elolvashatja vagy böngészhet a nyomtatott újságból terjedelmi okokból kimaradt fotók között, esetleg megtekintheti régebbi lapszámait. Jó szórakozást!



www.fotcafe.hu

A FÓTCAFÉ weboldalának támogatói

Marco Polló pizzéria - www.marcopollo.uw.hu
RHR pozitív benzinkút Fót, Keleti Márton u.7.
Danielisz autóbontó - www.fotibonto.hu
Molnár Péter földmérés 06(30)9713-988
Petrolino benzinkút Fót, Kossuth köz 1.
ECOCRANES - Daruszerviz www.ecocranes.hu
Kalmár Lajos építési vállalkozó
Fótból söröző Fót, FSE pálya
Perfektklíma Fót - www.minosegiklimak.hu

Egy szál virág és mécses.....

Parkoló autók sora a temetőknél, botladozó árnyak a mécsesek fényénél: halottainkra emlékeztünk. Igen, emlékeztünk, mert egész évben nagyon kevés időnk volt kimenni szereteteink sírjához, hogy rendezzük a környezetét, hogy a hulló leveleket letisztítsuk a sírkőről. Néha lelkiismeret-furdalással érkezünk sírjaikhoz, urnáikhoz - megállunk, megtorpanunk és emlékeket próbálunk felidézni róluk. Igen, itt vagyunk, de ahogy megboldogult édesapám mondta: az élet az élőké. A november eleji ködös estén, a mécsesek világánál nemcsak szereteteimre emlékeztem, hanem az egy évvel ezelőtt elhunyt nagyszerű barátira, mindenki dokijára, Papp Zolira és Balogh Sanyi bácsira is, a halk szavú bölcsre, aki nemrég ment el közülünk...



Gondoltunk mindazokra is, akiknek sírját már nem látogatja senki, magányosan fekszenek és az emléküket lassan a feledés homályába vész. Egy szál virággal és mécsessel szereteteinkre, halottainkra emlékeztünk... Sípós János

Apróhirdetések

80m²-es családi ház Fóton kiadó!
 Tel:06(30)9505728

Vendégkörrel rendelkező kozmetikust keresünk a Mandarin Egészségházban, érdeklődni a 30/246-3645-ös telefonszámon

Fóton a Papírfeldolgozó Szövetkezet területén működő nyomda kötészet szakmunkást keres (betanított munkás).Jelentkezés: 06-27-539-885 vagy 06-30-9324-878

TÁRSKERESŐ

Szeretné megtalálni kedvesét, párját? Nagyon elfoglalt, nincs ideje és alkalmja ismerkedni? Kérjen segítséget tőlem! Bizalomra és őszinteségre épülő közvetitésemre számíthat minden korosztály. 06/30 228-4096



**CSATORNATISZTÍTÁS
 DUGULÁSELHÁRÍTÁS**
 Professzionális szinten
06 / 30 3346-207



105 éve született Németh Kálmán...



Október 12-én a „hagyomány szerinti” napsütéses időben podolini Németh Kálmán (vagy ahogy még ma is sokan mondják: Kálmán bácsi) születésének 105. évfordulójára emlékeztünk. Vendégeink voltak: Kobzos Kiss Tamás előadóművész és László Zoltán. Köszönet illeti az ünnepi délutánon közreműködő diákokat és pedagógusokat: a Garay János Általános Iskola diákjait, Gábor Bencét és Szij Dánielt a szép fogalmazásért - felkészítő tanáruk: Csiszáriné Jaskó Tünde -, Molnár Bencét, a Waldorf Iskola XIII. osztályos tanulóját az erre az alkalomra írt színműért (címe: A töretlen szív mögött), és színjátszó társait: Smál Gábort, Takács Orsolyát, Nábelek Anitát

Köszönet Márkus Andreának és Cone Adriennek - a Fáy András Általános Iskolának - Kiss Eszternek - a Garay János Általános Iskola, az Ökumenikus Általános Iskola és a Népművészeti Szakközépiskola Képzőművészeti Körének, Tóth Erzsébetnek és Imre Istvánnak - a Németh Kálmán Általános és Alapfokú Művészeti Iskola tanárainak.

Köszönet

Márkus Andreának és Cone Adriennek - a Fáy András Általános Iskolának - Kiss Eszternek - a Garay János Általános Iskola, az Ökumenikus Általános Iskola és a Népművészeti Szakközépiskola Képzőművészeti Körének, Tóth Erzsébetnek és Imre Istvánnak - a Németh Kálmán Általános és Alapfokú Művészeti Iskola tanárainak.

Ezúton is köszönjük a rendezvényhez nyújtott segítséget: Vörösmarty Művelődési Ház Búzavirág Nyugdíjas Klubja Bári Zsolt vállalkozó Szekeres Károly vállalkozó Települészolgáltató Kht.



ARADI VÉRTANÚK



Az összmagyarság gyásznapján - Október 6-i gondolatok

„Gondolatban sokan szeretnék vértanúk lenni a családjáért, a hazájáért, a legszentebb ügyekért, Krisztusért. Gondolatban szebbnél szebb halálokat tudnánk halni - olyan szépeket, hogy azok már nekünk is felettébb tetszenek.

De ha valóban menni kéne...? Ha valóban menni kéne a vérpad felé itt hagyva mindent: családot, hazát, a szép eszméket, vajon hányunk térde nem remegne? Vajon hányan tudtuk volna hinni azon a hajnalon, hogy a vérpad valóban a mennyek kapuja?”

(Kiss Tamás, 2002. október)

Az „emlékezés” kevés, ha október 6. hőseiről - hőseinkről szólnak. Kötelességünk emléküket felidézésekor a tisztelgés és az önmagunkkal való szembenézés is.

A kicsinyes és pökhendi XXI. század igyekszik kora embere, vagyis a mi fogalomtárunkban „poros romantikájúvá” tenni a „példakép” és a „hősi halál” szavakat (is).

Van-e bátorságunk e „poros romantikát” a legtisztább erkölcs szerint értelmezni, s őket példaképeinkké állítani? - mert ha igen, hősi halált nem kívánó korunkban is tisztességben, tartásban hozzájuk kell igazodnunk, és pedig kifogások nélkül.

Amikor az aradi tizenhármakról szólnak, ne feledjük: nagyrésztük egyáltalán nem, vagy alig tudott magyarul. Mégis hűek maradtak a független magyar kormánynak tett esküjükhöz, és életüket is hajlandók voltak feláldozni a magyar szabadság szent ügyéért. Mert ami számított: a haza, a becsület, az adott szó. A magyar alkotmányra esküdtek fel, hát védték életük árán is, méltóságos sorsvállalással. Palágyi Lajossal szólva: „Nem csak azt tudták, hogyan kell élni, azt is megmutatták, hogy lehet meghalni.”



Bicskei Éva igazgató
Fóti Közművelődési és
Közgyűjteményi Központ

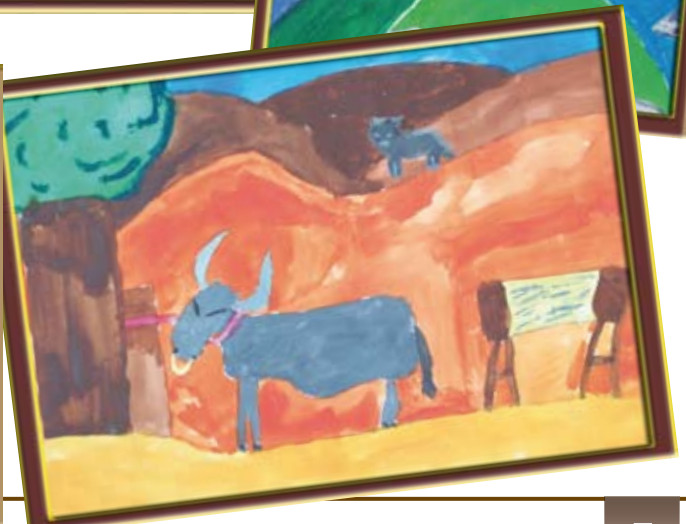
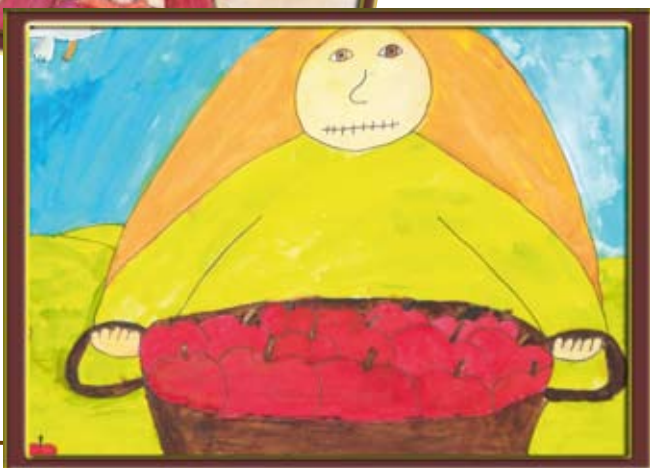


Erre az alkalomra rajzpályázatot hirdetett a Művelődési Ház, amelyre meglepően sok pályamű érkezett.

A rajzpályázat nyertesei:

- Felső I. helyezett:** Simon Dóra
Németh Kálmán Általános és Alapfokú Művészeti Iskola
- Felső I. helyezett** Frigyesi Réka
Garay János Általános Iskola
- Felső II. helyezett** Hawarteh Mirjam
Németh Kálmán Általános és Alapfokú Művészeti Iskola
- Felső II. helyezett** Téglás Zoltán
Németh Kálmán Általános és Alapfokú Művészeti Iskola
- Felső III. helyezett** Bakk Nikoletta
Németh Kálmán Általános és Alapfokú Művészeti Iskola
- Felső III. helyezett** Szűcs Olivér
Németh Kálmán Általános és Alapfokú Művészeti Iskola
- Felső külön díj** Szabó Flóra
Németh Kálmán Általános és Alapfokú Művészeti Iskola
- Felső külön díj** Hajdara Bettina
Garay János Általános Iskola
- Alsó I. helyezett** Garancsi Tilda
Népművészeti Szakközépiskola Képzőművészeti Kör
- Alsó I. helyezett** Kovács Máttyás
Népművészeti Szakközépiskola Képzőművészeti Kör
- Alsó II. helyezett** Bartha Vivien
Garay János Általános Iskola
- Alsó II. helyezett** Sziráki Bíbor
Népművészeti Szakközépiskola Képzőművészeti Kör
- Alsó III. helyezett** Nagy Soma
Népművészeti Szakközépiskola Képzőművészeti Kör
- Alsó különdíj** Bertalan Kata
Garay János Általános Iskola
- Középiskolás különdíj** Nagy Alexandra
Dózsa György Gimnázium

A győztes művek közül láthatnak néhányat a teljesség igénye nélkül.



56-ra emlékeztünk...

Október 23-án 10 órakor kezdődött a Vörösmarty Művelődési Ház vendégekkel teljesen megtelt színháztermében az ünnepi megemlékezés, amelyet Horváth Zsolt, a FÖKE Iskola helyettes igazgatója konferált. Elsőként Móczár Bélánét, a helyi Fidesz elnökhöznyát kérte fel köszöntője elmondására, aki tömör beszéde után felkínálta a szónoki „emlévnyt” Csurdi Sándor történésznek. Csurdi úr mintegy félórás ünnepi szónoklata befejeztével a FÖKE Iskola diákjai töltötték be a ház színpadrészét, a jelenlévő vendégeknek színvonalas előadást prezentálva, amelyet dörgő tappsal jutalmazott a nagydémű. Az ünnepség záróakkordjaként is aposztrofálhatjuk azt a közjátékot, amely azzal kezdődött, hogy Lániczky Zoltán, a FÖKE Iskola igazgatója váratlanul - illetve Horváth Zsolt felkérésére - mikrofonhoz lépett és felháborodásának adott hangot, amiért az önkormányzat jó ideje tartozik az iskola költségvetési pénzének egy részével. Fábrý Béla alpolgármester gyors választ adott, de szavaiból csak annyit lehetett érteni, hogy a tartozásukat az iskola felé természetesen rendezni fogják, mert ekkorra hangos pfújolás és bekiabálások töltötték meg a kopottas falakat. Sportnyelven szólva jókor jött a szünet, hogy aztán a koszorúzásokkal folytatódjék a városi ünnep.

A kopjafánál és az új emlékműnél a pártok és civil szervezetek képviselői helyezték el a megemlékezés virágait.



Csurdi Sándor



Móczár Béláné



KHF Aktuális



Régi és új fótiak honlapja

levél: 1242 Bp. Pf.280 - e-mail: info@kethetfol.hu - www.kethetfol.hu

Városi hírek

Útfelújítás

A Magyar Közút Kht. Pest Megyei Igazgatósága értesítette Fót Önkormányzatát, hogy a települést érintő közutak egy részét felújítják. Arról, hogy pontosan melyik útról van szó, Légrádi Veronika, a Közút Kht. szóvivője tájékoztatta a szerkesztőséget.

- A felújítás a 2102. számú útnak a CORA behajtó-úttól Csomád üdülőterületig tartó szakaszán valósul meg, ami összesen 7,3 km. A munkálatok során méretezett burkolat-megerősítést (marás, aszfaltozás) végzünk. Jelenleg a munkafolyamat tervezése zajlik. A felújítás tartalmazni fogja a burkolat állapotának helyreállítását, a vízelvezetés helyreállítását és a forgalomtechnikai felülvizsgálatot is. Az útszakaszon a burkolati jelek és a gyalogos-átkelőhelyek is megújulnak. Az útfelújítás ideje alatt félpályás - jelzőőrös, illetve jelzőlámpás - forgalomkorlátozásra kell majd számítani. A kivitelezés várható időpontja: 2008. október közepe - 2008. december eleje.

Tolerancia-nap

Idén harmadik alkalommal rendezték meg Dunakeszin, a Radnóti Miklós Gimnáziumban a kistérségi Tolerancia-nap című rendezvényt. A kulturális, szórakoztató, sport, egészségügyi, lelki és fizikai programokkal teli eseményre nemcsak Dunakeszi, de Fót lakóit is várták.

A gimnázium színpadán kulturális programok szórakoztatták a felnőtteket és a gyermekeket, köztük sok fogyatékkal élőt. A Tolerancia-nap célja, hogy közelebb hozza és megismerhetővé tegye a fogyatékkal élő emberek életét azoknak, akik számára sokszor ismeretlen és félelmetes a hátránnyal élő világ.

A Tolerancia-nap résztvevőit ebéddel is várták a szervezők, aminek elkészítéséhez környékbeli támogatók segítségét kérték. Földi Pál, Fót alpolgármestere és segítői ezúttal palócgyulást készítettek saját költségükön.

Kampány

A Pest Megyei Rendőr-főkapitányság Baleset-megelőzési Bizottsága októberben közlekedésbiztonsági kampányt indított az elalvás miatt bekövetkező közúti közlekedési balesetek számának csökkentése érdekében. Az ilyen balesetek általában lakott területen kívül, egyenes útszakaszon, a kora reggeli órákban következnek be. Az okozó a legtöbb esetben külföldi munkahelyéről hazafelé tartó, több órája folyamatosan vezető autós. A megelőzés legegyszerűbb módja a megállás, lehetőség szerint egy rövid alvás vagy legalább a végtagok megmozgatása, kávé vagy energiaital fogyasztása, de sokat segíthet a speciális head-set, amely a fej előrebillenése esetén vibrálva, illetve sípolva jelzi a veszélyt, figyelmeztet a pihenés beiktatására.

Régi-új elnökök

A Magyar Vöröskereszt Pest Megyei Szervezete és a Magyar Vöröskereszt Pest Megyei Vezetősége megtartotta a Magyar Vöröskereszt XII. Kongresszusát előkészítő Pest Megyei Tisztújító Küldöttgyűlését.

Az ülésen a Pest Megyei Szervezet 2005-2008. évi szakmai és gazdasági tevékenységének bemutatása mellett sor került a négyévenkénti társadalmi tisztségviselők megválasztására is. Itt választották meg a következő ciklus megyei vezetőségi tagjait, a kongresszusi küldötteket és a megyei elnököket. A megye területéről érkezett küldöttek újabb 4 évre szavaztak bizalmat Dr. Zelen Bélának, Pest Megye Díszpolgárának, aki 2010-ig betölti a Magyar Vöröskereszt Pest Megyei Szervezetének megyei elnöki tisztségét, valamint kongresszusi küldöttek és országos vezetőségi tagnak is megválasztották.

Polgármester-választás

Az illetékes ítéletábla 2008. október 1-én másodfokon elmarasztalta Szentlíványi Gézát, akinek ezzel jogerősen megszűnt polgármesteri megbízatása. Ez egyben azt is jelenti, hogy a fóti választópolgároknak hamarosan új városvezetőt kell választaniuk. A voksolás kiírásáról a Helyi Választási Bizottság (HVB) dönt majd.

Sikertelen kt.

Az október elsejére Fábry Béla által összehívott rendkívüli képviselő-testületi ülés határozatképtelen volt, mivel azon csak 9 képviselő jelent meg. A Polgári Munkacsoport és a CÖF képviselői jelezték, hogy csak azon a kt-n vesznek részt, amelyet a bíróság által jogába visszahelyezett Bartos Sándor hív össze, amire csak a hivatalos átadás-átvétel után kerülhet sor.

A könyvtár vár

A városi könyvtár október közepén továbbra is csak részlegesen üzemelt. Ugyan nyitva vannak az olvasótermek, de kölcsönözni csak korlátozottan - elemlámpával - lehet. A szeptember végén keletkezett elektromos hiba elhárítása az árajánlatok bekérésénél tart. A döntés a képviselők kezében.

300 méter új út

Az Öreghegyen lakók összefogásának köszönhetően a Lovas utca 275 méteren, egy abba torkolló utca pedig 20 méteren kapott aszfaltburkolatot a közelmúltban. A mintegy 2,5 milliós beruházást a lakók finanszírozták, akik három öreghegyi út kövezését is elvégezték már ebben az évben.

1%-ból 200 ezer

A Fóti Öreghegyi Építőközösség a 2007. évi személyi-jövedelemadók 1%-os felajánlásából 200 ezer forintot jutott - mondta el Ambrus Tibor elnök. Az egy évvel korábban nagyobb összeg felhasználásáról a közösség intézőbizottsága dönt következő ülésén.

Forog a Robin Hood

Az állami tulajdonú MAFILM Zrt. birtokában lévő fóti filmgyárban jelenleg is forgatnak. A MAFILM-től kapott tájékoztatás szerint november végéig a BBC megrendelésére készülő Robin Hood sorozat harmadik szériáját forgatják a Keleti Márton utcai filmes bázison

JÓ EGÉSZSÉG + ENTRUM

ALAPÍTVÁNY

ÉRSZŰKÜLET?
MAGAS VÉRNYOMÁS?

- alsó végtagi, nyaki, szívkoszorúér
- cukorbetegség okozta érszövődmény
- lábszárfelekély kezelése
- csontritkulás, ízületi panaszok
- potencia zavarok, immunrendszer erősítése
- méregtelenítés, mozgásszervi betegségek

Klinikailag igazolt új és hatékony gyógymód
MOFETTA gázkabin és MICROSTIM
hangterápiás készülék segítségével

Üdülési csekket elfogadunk!
Érdeklődni 0630/4833158

FODRÁSZAT

Székely Edit
(Edit néni)

Puskás Mónika



Fót, Béke u. 70.

Tel: 06/27 358-287

Nyitvatartás:

H: Zárva K-P: 9-18 Szo: 8-13 óráig

Tánc minden mennyiségben..

Manapság ismét divattá vált a társastánc, mint a legszelebb korosztályban művelhető táncforma. S bár rengetegen érdeklődnek e műfaj iránt, mégis nehezen mernek nekivágni. Félelemre pedig semmi ok, hiszen a ritmusérzék, a test rugalmassága bizonyos szintig minden életkorban fejleszhető. Minden csak elhatározás kérdése....



Fóton immár negyedik éve működik egy táncklub, amely a társastánc minél szélesebb körű megismertetését és egy egyszerű közösség létrehozását tűzte ki célul. Nálunk a tánc nem csupán cél, hanem eszköz, amellyel megtanulhatod kifejezni önmagad, növelheted önbizalmad, s nem utolsósorban egy kiváló csapat tagjaként új és hasznos ismeretsekre tehetsz szert.

Szinte minden korosztály számára működnek csoportok:

- a gyermekek már 5 éves kortól jól képezhetők, különböző ritmus- és készségfejlesztő gyakorlatokon keresztül ismerkedhetnek meg a társastánc műfajával. Nálunk elsősorban a mozgás és a játékoság a cél, fontos, hogy megszeressék a táncot, amely aztán akár egész életükön keresztül elkísérheti őket;

- az sem marad le semmiről, aki csak általános vagy középiskolás korában határoz úgy, hogy táncolni szeretne. Az ifjúsági csoportokban a táncok elsajátítása mellett helyet kap a viselkedéskultúra megtanulása is, így aki elvégzi ezeket a tanfolyamokat, magabiztosabban boldogul akár saját korosztályában, akár a felnőttek világában. Ja, és biztos tánc tudásra tesz szert, ami azért sem mellékes, mivel a tánc különlegessé tesz...

Sokan vagyunk manapság, akik egy-egy ritmusos zene hallatán vagy egy táncos filmjelenet láttán felsóhajtunk: „bár csak lett volna lehetőségem annak idején, hogy megtanuljak táncolni”. Sőt, vannak olyanok is, akik unják már a „sörözést a haverokkal”, vagy kimozdulnának a párjukkal a gyerekek mellől, de nincs hová menniük. Kedves Felnőttek! Vége a kifogásoknak,

itt a nagy lehetőség, a társastánc bármilyen korosztályban elkezdhető! 5 heti egyszeri másfél óra felhőtlen kikapcsolódás még az „öregeknek” is jár...

Néhány példa az elsajátítható táncok közül: keringők, tangó, foxtrott, blues, cha-cha-cha, szamba, rumba, mambó, salsa, rock'n'roll...

Persze ezeket a táncokat nem egyszerre tanuljuk, hanem megfelelően felépített tematika szerint.



Gyermek és Ifjúsági Társastánc csoportunkba még csatlakozhatsz!

Salsa és Latin táncok tanfolyamunk újra indul november 15-től szombatonként 10.00-11.00 óráig !!
Felnőtt Társastánc iránti nagy érdeklődésre való tekintettel újabb csoportot indítunk szerdánként 19.00-20.30 óráig a Művelődési Házban.

Ehhez előzetes telefonos jelentkezés szükséges, mivel a csoport a megfelelő létszám elérésekor indul !!

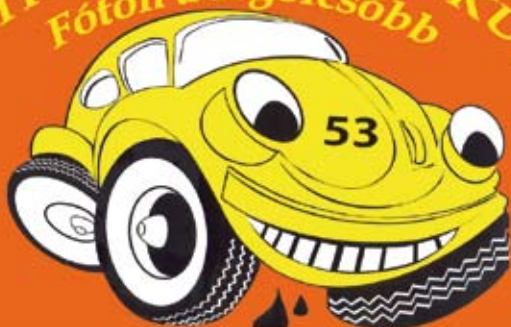
Elérhetőségeink: Rio Ritmo Táncklub
Méri Ildikó táncoktató 06-70/339-0155
e-mail: rioritmo@freemail.hu
honlap: www.rioritmo.fw.hu

rendszerünkről, klubunkról, az időpontokról, ha csatlakozni szeretnél hozzánk, látogass el honlapunkra: www.rioritmo.fw.hu

HIRDETÉS

Fót, Kossuth köz 1.(Tüzép mellett)

PETROLINO BENZINKÜT
Fóton a legolcsóbb



BÚTORHÁZ

Új és használt bútorok adás-vétele
Új lakberendezési, felszerelési tárgyak

Hagyatékát megvásároljuk
szükség esetén szállítását megoldjuk

2151 Fót Vörösmarty tér 1.
A Dózsa ABC mellett

TEL.: 06(30) 232-4428

Kalciumot a fogaknak, - állítják a kutatók magnéziumot az idegeknek

Korunk egyre többet emlegetett népbetegségei a csonttritkulás (osteoporosis) és a túlzott terhelésből, stresszből adódó idegi problémák. Sokan tudják, de még kevesen alkalmazzák azt a tudományos tény, hogy a természetben található ásványi anyagok, illetve vitaminok fogyasztásával ezen egészségkárosodások egyszerűen és könnyedén megelőzhetőek lennének.

Az orvostudomány egyik viszonylag korai felfedezésének számít, hogy az emberi test szilárd vázát, a csontokat alapvetően kalcium alkotja. Napjainkban azonban egyre többet hallunk arról, hogy főleg az idősök körében a csontok kalciumtartalma jelentősen csökkenhet. Ezt nevezik csonttritkulásnak, orvosi nevén osteoporosis-nak. Ebben az esetben a csontok könnyebben törnek, repednek, vagy akár meghajlanak, deformálódnak, amely természetesen fájdalmas következményekkel jár.



Miért csökken a kalciumtartalom?

A válasz a táplálkozásunkban rejlik. A kutatások szerint a mai étrend - különösen a cukor és a szénsavas üdítők, illetve néhány fehérjetípus - lebontásakor szervezetünknek nagy mennyiségű kalciumra van szüksége, amelyet, ha nem kap meg a táplálékkal, a csontokból von ki.

Tudományos kutatások szerint az emberi test optimális működéséhez és jó állapotának fenntartásához napi 1.500 mg kalcium bevitelére van szükség. Ezzel szemben a táplálékunkban a webdoki orvosi honlapon megjelentek szerint ennél jóval kevesebb található: „Ugyanakkor a hagyományos magyar étrend mindössze 500-600 milligramm kalciumot tartalmaz, így a megfelelő bevitel kizárólag táplálkozás útján a legtöbb esetben nem oldható meg.”

Mit tehetünk? Pótolhatjuk, illetve folyamatosan biztosíthatjuk a szervezet kalciumszükségletét. Léteznek nagyon jó étrend-kiegészítő termékek, amelyek könnyen felszívódó formában tartalmazznak kalciumot.

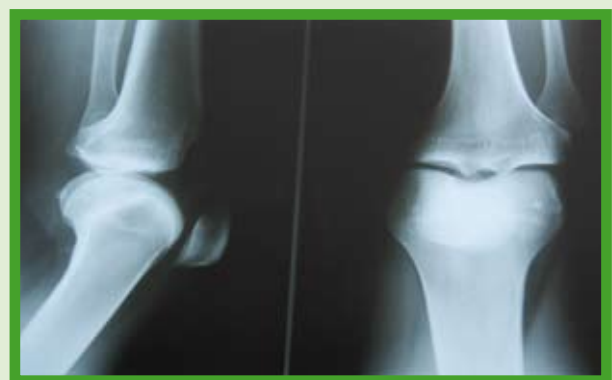
Ugyanekkor egyre többet hallunk az idegeinket őrülő stressz káros következményeiről. Idegrendszerünk nyugodt működéséhez is szükség van tápanyagokra, ezek közül is kiemelkedik a magnézium, amely közismerten nyugtatja az idegeket, segíti a feszültség oldását és nyugodt alvást biztosít.

Ne felejtsük el, hogy a kalcium csontokba való beépüléséhez szükség van D-vitaminra is. A legújabb tanulmány szerint, amelyet az Amerikai Gyermekegyógyászati Akadémia októberi konferenciáján tettek közzé, még egy gyermeknek is napi 400 NE (Nemzetközi Egység) D-vitaminra van szüksége.

A legjobb tehát olyan készítményt keresni, amely a megfelelő arányban és mennyiségben tartalmaz kalciumot és magnéziumot, könnyen felszívódó formában. Ehhez a kutatások szerint enyhén savas környezetre van szükség, ezért az ilyen termékekbe C-vitamint vagy más étkezési savat szoktak hozzáadni. Ne feledjük továbbá az elegendő D-vitamint tartalmazó étrend-kiegészítő fogyasztását sem.

Az ENSZ Egészségügyi Világszervezetének korábbi főtitkára, Dr. Mahler egyszer azt mondta: „Mindaz, amit Önök egyénileg tesznek a saját egészségükért, többet fog érni az egészség fenntartásában, mint a világ összes egészségügyi ellátása.” Érdemes megszívlelnünk a szavait.

CORA Áruház – Posta mellett Telefon: 06(27) 395-220 Pólus Center – Tesco mellett Telefon: 06(1)416-1188



Csontritkulás?

Veszélyesen törnek a csontok és fájdalmas is lehet!
Nem javul, idővel pedig gyakran romlik is az állapot.

Mit lehet tenni? Van remény?

Dr. Lenkei Gábor kutatóorvos speciális készítménye segíthet!

MEGKÖNNYEBBÜLÉST hozhat!

Nem csodaszer, de másokon segített már!

Jelentkezzen segítségért a fóti Corában levő Dr. Lenkei Vitamin üzletben!



Őszi méregtelenítés, egészségmegőrzés a Mandarin Egészségházban.

Az **infratréner (infrabicikli)** egy forradalmian új technológia cellulit ellen. Rendkívül hatásos eszköz a méregtelenítés és a test súlycsökkenés terén, illetve az alakformálásban is, mivel a kezelése alatt jelentős mennyiségű mérgeanyagokkal telített folyadék távozik a szervezetből verejtékezés útján. Szigorú pulzus-kontroll mellett egyénre szabott edzés állítunk össze vendégeink részére. A berendezésben 40-50 percet kell eltölteni könnyű tekeréssel, ezalatt szervezetünk 600-800 kalóriát éget el, ami egy 15-17 km-es futó tréningnek felel meg. Az intenzív 15 kezelésből álló kúra várható eredménye 3-8 kg fogyás. A bőr simább lesz, gödröcskék elsimulnak. Önmagában is szépíti a bőrt és beindítja a fogyást, de hatékonysága növelhető egészségházunkban igénybe vehető Styx testtekeréssel és cellulit masszázzsal.

A betegségek korai felismerése és időben történő kezelése a későbbi súlyosabb állapotok elkerülése miatt fontos. Ebben forradalmian új lehetőség az **élővércsepp vizsgálata**. A sötétlátóteres élővércsepp-analízis rendszerint igen mély benyomást gyakorol a páciensekre. Nem véletlenül, hiszen az érintettek saját szemükkal láthatják a vérükben kimutatható esetleges elváltozásokat. Az orvos a beteggel közösen nézi a mikroszkóp alatt a vér alkotórészeit és pontos felvilágosítást ad a látottakról. Fontos felvilágosítást ad a vér alakos elemeinek minőségéről és működőképességéről. Az élővércsepp-analízis átfogó jellegű vérvizsgálat. Segítségével lehetővé válik meghatározott betegségekre utaló tendenciák, bizonyos zavarok és elváltozások megfigyelése az „élő vérben”, mielőtt még a konkrét betegség kialakulna. A vizsgálat igen nagy előnye, hogy olyan testre szabott terápiás tervet lehet készíteni, ami a beteg szervezetének sajátos szükségleteihez igazodik.

Mindössze néhány cseppnyi, ujjbegyből vett vére van szükség hozzá, melynek levétele után azonnal elvégezhető a teszt. Mivel a vér összetétele és alakos elemeinek állapota követi a szervezetben zajló kóros folyamatokat, ezért azokat élő állapotukban vizsgálva még csak nagyon enyhe vagy akár egyáltalán nem jelentkező tünetek esetén is megállapítható a betegségre való hajlam.

Egyetlen csepp vér vizsgálatával megállapíthatjuk:

- az anyagcsere állapotát
- az emésztés és a felszívódás hatékonyságát
- a szervezet ásványianyag és/vagy vitaminhiányát
- az érelmeszesedés, a trombozisos kialakulásának korai jeleit
- egyes szervek (például a máj, a vese, a szív stb.) meggyengülését
- az oxigénellátás aktuális állapotát
- a kórokozó mikroorganizmusok (baktériumok, paraziták, gombák) jelenlétét
- a vérben történő salakanyag-felhalmozódást (ideértve a fogakból kioldódó amalgámterhelést is)
- a hormonháztartás felborulását
- a baktériumflóra egyensúlyzavarát
- a daganatos elváltozásokra utaló jeleket
- külső és belső mérgezőanyagok jelenlétét
- a sav-bázis háztartás eltolódásának jeleit

Akkor tudunk jól, hatékonyan dolgozni, akkor érezzük jól magunkat, ha testünk és lelkünk harmóniában van. A testi-lelki egészség visszanyerésében és megtartásában, fájdalmak csökkentésében tudunk segítségükre lenni egészségházunkban az alábbi szolgáltatásokkal:

- **infratréner**
 - **testtekerés**
 - **vércseppanalízis**
 - **ingyenes gerincvizsgálat, tartásvizsgálat**
 - **masszázs (gyógy-, talp-, sport-, thai-, shiatsu)**
 - **gyógytorna (egyéni, kiscsoportos, gyerek, felnőtt)**
 - **kineziológia**
 - **füllakupunktúra**
 - **kozmetika**
 - **egészséges gyerekcipők, téli bundacipők is!**
- 18-38-as méretig, SUPI+

ŐSZI AKCIÓINK:

Infratrénerünket

na nagyon kedvezményesen, 3500 Ft helyett 2000 Ft-ért lehet kipróbálni.

10 alkalmas bérlet

vásárlásakor 1 Styx tekeréssel adunk ajándékba, értéke **3500 Ft**.

15 alkalmas bérlet

vásárlásakor 2 tekeréssel adunk, **7000 Ft!!!** ajándék.

Cellulit masszázs+testtekerés 1500 Ft kedvezménnyel.

Testtekerés+infratréner együtt.

5 alkalmas bérlet vásárlásakor **5000Ft-ot!!!** takaríthat meg.

Shiatsu masszázs 7000 Ft helyett 5500 Ft.

Kozmetikánkban minden arckezeléshez választható ajándék krém, vagy pakolás, vagy szempilla festés, vagy szemöldök szedés+festés. Minden gyantázás árából 10% kedvezményt adunk.

Az akciók november 30-ig érvényesek.

ÁLLANDÓ KEDVEZMÉNYEK:

Masszázs bérlet lehetőség, 3 alkalmas bérlet vásárlásakor 10%, 6 alkalmas bérlet vásárlásakor 20% kedvezményt biztosítunk. A bérlet átruházható más személy részére is.

Infratréner 10 alkalmas bérlet vásárlásánál **2000 Ft** a kedvezmény.

Infratréner 15 alkalmas bérlet esetén **1 alkalom ajándék**.

Kozmetikai barát kedvezmény, kozmetikánkban barát-barátnő kedvezményt vezetünk be, ha egy régi vendég magával hozza barátját, barátját, aki még nem járt nálunk a kozmetikánkban **2000-2000 Ft** kedvezményt adunk a teljes arckezelés árából.

Ajándékutalványok vásárolhatók születésnapra, névnapra, házassági évfordulóra, karácsonyra. Lepje meg szeretteit kényeztető kozmetikai kezeléssel, masszázzsal. Névre szóló, személyes ajándék.



KREADANCE TÁNCISKOLA

Iringó fóti tánca

A KREADANCE táncsoport vendége volt Südi Iringó táncosnő, aki az RTL Klub „Szombat esti láz” című produkciójában Somló Tamással párban nyújtott teljesítményével és kisugárzásával robbant be a köztudatba. A Kreadance vezetője, Kalmár Eleonóra egy, a Thália Színházban rendezett darabban (Salsha show) ismerkedett meg és barátkozott össze Iringóval, kézenfekvő volt tehát a Fóton működő tánciskolájába invitálni a nagyszerű művésznőt. Südi Iringó egy délelőttöt töltött Fóton, a Garay iskola tornatermében, ahol kb. másfélórás gyakorlatot tartott (cha-cha-cha táncóra) a mintegy ötven jelenlévő növendéknek. A táncsoport tagjainak és vezetőinek egyöntetű véleménye volt, hogy Iringó személyisége lebilincselő, a tartott óra pedig lendületes, dinamikus volt, vagyis elhangzott minden jó, amit egy táncóráról el lehet mondani. Iringót egyébiránt édesanyja kísérte el, a tanítványok képzettségével maximumisan elégedett volt, a számára meglepiként táncoló retró-tánc pedig annyira tetszett neki, hogy a Szombat Est Láz című produkcióra, ahol Stohl Andrással alkotnak egy táncospárt, a Kreadance koreográfusát, Csaba Árpádot kérte fel a disco-koreográfia megkomponálására.



KÉK HÍREK

Két férfi, egy eset..

Ezúttal egy konkrét történetet veszünk górcső alá. Az utakra is áterjedő indulatok olykor idáig fajulhatnak.



A Rákóczi utcában egy Kisalag felől érkező terepjáró vezetője nem mérte fel a vele szemben közlekedő Suzuki típusú gépkocsi sebességét, s mivel a menetirány szerinti jobboldalon lévő útfelbontás miatt megállni nem tudott volna, ezért -elkerülvén a frontális ütközést - inkább balra rántva a kormányt bekanyarodott egy ingatlan kapubejárójába. A Suzuki vészfékezéssel megállt a terepjáró háta mögött, ezzel lezárva számára a kiutat. A két fél kiugorva az autóikból válogatott becsületsértéseket vágott egymás fejébe. Ezt megelégedve a Suzuki vezetője kést rántott és hasba szúrta a terepjáró sofőrjét, aki mellett felesége is ott ült az autóban. A megszárt férfi ekkor, sérülésével mit sem törődve, ellentámadásba ment át és egy dorong segítségével, jól irányított ütéssel leterítette a késelőt. A késelő percek múltán tért magához, majd a terepjárós figyelmeztetése ellenére beugrott gépkocsijába és elszáguldott, így a helyszínre kiérkező rendőrök és a mentősök csak a hült helyét találták. Rendszám alapján könnyen nyomára akadtak a nyomozók és előállították a vadnyugati erőnyeket csillogtató elkövetőt. A sértett terepjárós súlyos sérülései kapcsán igazságügyi szakértő vizsgálja a sérülések maradandóságát. Az ügyben a nyomozás még tovább folyik.

Hajnal Kornél rendőrhadnagy



Visszacúszo fótiak, kapaszkod(gat)ó kisalagiak

Előző megjelenésünk óta csapataink öt fordulón jutottak túl, s bár számszerűen a fótiak jobban szerepeltek, mint a kisalagiak, megítélésük nem ilyen egyértelmű: a korábban a dobogót is megjáró FSE az elvesztett rangadók miatt visszasüllyedt az üldözőbolyba, míg a KSC - ha nehézkesen is, de - a nyerhető meccseket legalább hozta, s ezzel az alsóházban kissé feljebb rukkolt, az összképet azonban nagy különbségű vereségek rontják.

Csapataink szurkolóbosszantó győzelmekkel kezdték októbert: a fótiak elképzelés nélküli, gyenge teljesítménnyel álltak elő szerencsére náluk is gyengébb ellenfelük otthonában, így kétszer is sikerült betalálniuk - másodjára a 92. percben -, míg a kisalagiak gyorsan megszerzett háromgólos előnyük ellenére - kihagyott büntetővel és helyzetek tömkelegével, illetve az ellenfélnek ajándékozott találatokkal - maguknak tették szorossá a sereghajtó elleni ütközetet. Szerencsére a labdarúgás nem szépségverseny: a lényeg az előzetes esélyek szerint abszolált két siker és a velük járó 3-3 pont.

A folytatásban a fótiak vérszegény, energált első félidő után kaptak szárnyakra a Püspökszilágy ellen, s a második játékrész elején villámgyorsan megszerzett vezetést követően már csak az óriási erőfölényben játszó és a hajrára örömfocit bemutató hazai csapat győzelmének aránya volt kérdéses, miközben az ellenfél teljesen „kiulladt”. Eközben a kisalagiak eleve az esélytelenek nyugalmaival utaztak Csomádra, de az első 45 perc nagy részében tartani tudták a lépést a vendéglátókkal. Egy véleményes büntető jelentette a találkozó fordulópontját, s innentől már a papírforma érvényesült, bár az egyoldalúan fújó sípmester nagyban hozzájárult a reálisnál nagyobb különbségű KSC-vereséghez.

A következő, kutya kemény hétvégén a két éllovas ellen léptek pályára csapataink, sajnos, kevés sikerrel: az FSE a Püspökhatvan otthonában durva védelmi bakik - utolsó ember hibáját követő 11-es, öngól, felesleges (bár szigorúan megítélt) kiállítás - után bukta el a rangadót: egyszer ugyan sikerült egyenlíteni, a találkozó hajrájában azonban a szerencsésebb és koncentráltabb ellenfél fölényessé tette sikerét a meddően kitámadó fótiakkal szemben. Ezalatt Kisalagon a listavezető Göd a két félidő elejét megnyomva, különösebb erőlködés nélkül gyűjtötte be a 3 pontot az egyébként példásan küzdő, a mezőnyben is egyenrangú ellenfélnek bizonyuló és a kapura sem veszélytelen hazaiak ellen.

Egy héttel később az FSE újabb rangadót bukott el: csapatunk a mezőnyben ugyan helyenként jobbnak bizonyult a tavalyi bajnok sződiek ellen, ám a sokadszor katasztrofálisnak bizonyuló helyzetkihasználás mellé ezúttal durva kapushibák is társultak, így - bár elsőre most is sikerült egyenlíteni - a vendégek már a második játékrész közepére eldöntötték a három pont sorsát. A kisalagiak Galgamácsán a gyors vezető találat után gólkülönbséget is javíthattak volna, ám a második félidő elején egy kiállítás után emberhátrányba kerülő hazaiak „dabcból feltámadtak”, s öt perccel a lefújás előtt - öngóllal... - egyenlítették is. De ezzel nem volt vége: a bellekesült vendéglátókat a végén kétszer is sikerrel lekontrázta a magához térő KSC, s még egy-egy újabb piros lap is „szinesítette” a kriminális hajrához összecsapást.

A Galga-partiak a következő fordulóban Fótra látogattak, ahol a „második sort” szerepeltető hazaiak igen mérsékelt első félóra után indították be az erőviszonyok alapján elvárt hengert, az utolsó félórában pedig a kispadról beszállók fejezték be a gólpárádét. Eközben még ennél is nagyobb intenzitással hullottak a gólok Gödöllőn, bár ettől szívesen eltekintettünk volna: bár a kisalagiak egy órán keresztül tisztességgel helytálltak, a fizikálisan „tülerőben” lévő egyetemisták a hajrában lenullázták a mieinket - akik viszont saját, a korábbi hetekben mutatott elfogadható teljesítményükkel bántak ugyanígy...

Lapzártakor már az őszi zárófordulót rendezik: a FSE Váchartyánba, míg a KSC az erdőkertesi „fakó” otthonába látogat.

Luzsicza I.

Pest megyei III. osztály, Gödöllői csoport

8. forduló:

Szada - Fóti SE 0-2 (0-1)

Fót: Nádas T. - Kapitány G., Püspöki L., Báló Zs., Szatmári L. - Szász I., Czill B., Szatmári L., Ernyes I. - Görbe T. (Osztentzky), Puskás T. (Hegedűs Cs.), Barna G. (Kovács R.)

Gólszerzőink: Puskás T., Szász I.

Kisalag SC - Acsa 4-3 (3-1)

Kisalag: Csepi K. - Kunszabó G. (Nagy I.), Kalászi T. (Liska S.), Fűhrer T., Cservena V. - Kovács Gy., Tóth Zs., Márkus L. (Kalma K.), Mái S. (Venczel Cs.) - Kovács P., Karlovsky F.

Gólszerzőink: Tóth Zs. (3), Kovács P.

9. forduló:

Fóti SE - Püspökszilágy 5-0 (0-0)

Fót: Nádas T. (Vízi A.) - Nagy F., Püspöki L. (Hegedűs Cs.), Kovács R. (Czill B.) - Kapitány G. (Barna G.) - Szász I., Báló Zs., Szatmári L. - Görbe T. (Tóth B.), Puskás T. (Kapitány B.), Ernyes I.

Gólszerzőink: Puskás T. (2), Kapitány G., Ernyes I., Barna G.

Csomád KSK - Kisalag SC 6-1 (2-1)

Kisalag: Csepi K. - Kunszabó G., Kalászi T., Fűhrer T., Cservena V. - Liska S., Tóth Zs., Márkus L. (Venczel Cs.), Kovács Gy. - Kovács P., Gazdag I.

Gólszerzőnk: Kovács P.

Kiállítva: Cservena V.

10. forduló:

Püspökhatvan - Fóti SE 4-1 (3-1)

Fót: Nádas T. - Nagy F., Pazar K. (Barna G.), Báló Zs., Kapitány G. - Szatmári L., Tóth B., Szász I. (Görbe T.), Ernyes I. - Czill B. (Salánki J.), Puskás T. (Kovács R.)

Gólszerzőnk: Szász I.

Kiállítva: Tóth B.

Kisalag SC - Gödi SE 0-3 (0-2)

Kisalag: Csepi K. - Vass L., Fűhrer T., Kalászi T., Venczel Cs. - Kovács Gy., Tóth Zs., Gazdag I., Mái S. (Kunszabó G.) - Kovács P., Karlovsky F.

11. forduló:

Fóti SE - Sződi LK 1-3 (1-1)

Fót: Nádas T. (Nagy Gy.) - Kapitány G., Püspöki L., Báló Zs. - Szatmári L., Pazar K., Szász I. Szatmári L., Czill B., Ernyes I. - Barna G. (Orosz G.; Görbe T.), Puskás T.

Gólszerzőnk: Czill B.

Galgamácsa - Kisalag SC 1-3 (0-1)

Kisalag: Csepi K. - Nagy I., Fűhrer T., Vass L., Liska S. - Kovács Gy., Márkus L., Kovács P. - Tóth Zs., Gazdag I., Karlovsky F.

Gólszerzőink: Gazdag I., Kovács P., Tóth Zs.

Kiállítva: Kovács P.

12. forduló:

Fóti SE - Galgamácsa 6-1 (2-0)

Fót: Nagy Gy. (Vízi A.) - Kovács R. (Püspöki L.), Szatmári L., Báló Zs. (Czill B.) - Kapitány G., Pazar K. - Görbe T. (Szász I.), Pákozdi A., Barna G. (Osztentzky D.) - Orosz G. (Ernyes I.), Kapitány B. (Puskás T.)

Gólszerzőink: Barna G. (2), Görbe T., Szász I., Ernyes I., Osztentzky D.

Gödöllői EAC - Kisalag SC 11-0 (2-0)

Kisalag: Csepi K. - Nagy I., Fűhrer T., Vass L., Liska S. - Cservena V. - Kovács Gy., Tóth Zs. (Venczel Cs.), Kovács P. - Mái S., Karlovsky F.

A bajnokság állása a 12. forduló után

| | | | | | | | | |
|-----|---------------|----|----|---|----|----|----|----|
| 1. | Göd SE | 12 | 10 | 1 | 1 | 54 | 13 | 31 |
| 2. | Püspökhatvan | 12 | 9 | 0 | 3 | 43 | 23 | 27 |
| 3. | Gödöllői EAC | 11 | 8 | 2 | 1 | 42 | 8 | 26 |
| 4. | Vácduka | 12 | 8 | 2 | 2 | 46 | 18 | 26 |
| 5. | Sződ | 11 | 8 | 0 | 3 | 38 | 17 | 24 |
| 6. | Fóti SE | 12 | 7 | 2 | 3 | 30 | 17 | 23 |
| 7. | Csomád KSK | 12 | 7 | 0 | 5 | 43 | 19 | 21 |
| 8. | Erdőkeres II. | 12 | 5 | 0 | 7 | 28 | 26 | 15 |
| 9. | Szada | 12 | 4 | 2 | 6 | 22 | 23 | 14 |
| 10. | Püspökszilágy | 11 | 3 | 1 | 7 | 16 | 38 | 10 |
| 11. | Kisalag SC | 12 | 3 | 0 | 9 | 18 | 57 | 9 |
| 12. | Váchartyán * | 12 | 3 | 0 | 9 | 18 | 52 | 6 |
| 13. | Galgamácsa | 12 | 1 | 1 | 10 | 14 | 55 | 4 |
| 14. | Acsa | 11 | 0 | 1 | 10 | 10 | 56 | 1 |

* A Váchartyántól 3 pont levonva.

A „Kisalag labdarúgás története” című sorozatunk második részét anyagtorlódás miatt, decemberi ünnepi számunkban olvashatják! Megértésüket köszönjük.

Fótcfe szerkesztők

A „Gyeri” ötven éve - belülről

Rovaticímunktól ezúttal is eltérve, ismét fóti tényirodalmat ismertetünk e hasábkokon: ezúttal a Gyermekváros nyugdíjas pedagógusának, Priszlinger Károlynak az Accordia Kiadónál tavaly megjelent „50 éves a Fóti Gyermekváros” című könyvét mutatjuk be.

A szerző - feleségével együtt - a Gyermekváros megalapítása, 1957 óta dolgozott (nevelőtanárként, történelem-ének szakos tanárként, zenekarvezetőként, önmaga meghatározása szerint afféle „mindenesként”) a „Gyeriben”, onnan ment nyugdíjba, ma is annak területén él. 2007-ben volt fél évszázada, hogy az egykorvolt Károlyi-birtokon létrehozták a nevelőintézetet, s bár az egyre inkább leépülő, immár Károlyi István Gyermekközpont névre hallgató intézményben is szerveztek ünnepséget, teljesebb képet az évfordulóra napvilágot látott könyv által kaphatunk, amelyben Priszlinger Károly a saját szemszögéből, a kerítésen és falakon belülről mutatja be, miként is nézett ki ez a bizonyos ötven év.



Az olvasó alapján véve dokumentarista és kronologikus leírással találkozhat, ám mivel a szerzőnek élete legnagyobb része idekötődik, így nem véletlen, hogy megannyi emlék, sztori, adoma „borítja fel a rendet”. Ez a kedves, sajátos csapongás természetesen éppúgy szól a növendékek életéről, mint saját életállomásairól, amelyek mellett időről időre kitér a múlt és a jelen állapotainak összevetésére is, olykor szerteágazóan elkalandozva a Gyermekváros műszaki adatai között vagy a Károlyi-család történetében. Imitt-amott kikerülhetetlenül bennfentessé válik a szöveg, de ezt tekintsük bocsánatos bűnnek: bár a sorok ilyenkor szinte csak és kizárólag az egykori szereplőknek, volt kollégáknak, régi tanítványoknak szólnak - vagy a már eltávozottakra emlékeznek -, ez is roppant széles réteget érint, ráadásul amúgy is sokunk ismerőseiről van szó - emiatt idegennek az sem érezheti magát benne, aki nem volt részese a leírtaknak. Ebben segítségünkre van a gazdag, helyenként kuriózumjellegű fényképmelléklet is.

A szubjektív beszámoló és a nosztalgikus életézés együttese végül is ügyesen kerüli ki az édesbús hangulatot, az alaptónust a vidám vagy az idő megszépítette emlékek határozzák meg. Mert megszépíteni azért volt mit - belső harcok, elsimítandó konfliktusok, küzdelmek, kompromisszumok egyaránt jellemezték a múlt rendszert, Priszlinger Károly aktív korszakának jelen idejét: azt az időt, amikor a „Gyeri” a fénykorát élte. Ez a fénykor pedig akarva-akaratlan is kordokumentummá, az egykori érárt bemutató művé avatja a könyvet, de ez a fénykor az a jelenség is, amely mai mindennapjainkat és az elmúlást állítja szembe önmagával. S így aztán, kezünkben a városunk egyik emblematisz jellegzetességének elmúlt fél évszázadát bemutató kötetel, felmerül bennünk a súlyos kérdés: lesz-e, aki és lesz-e, amiről írhat újabb ötven év múlva az utókornak?

L. I.

PRISZLINGER KÁROLY: 50 ÉVES A FÓTI GYERMEKVÁROS (RÉSZLETEK):

„Buli, bicaj, Balaton - Megettük a kerékpáralkatrészt

Az elemóziánk már fogytán volt. Csak olyan pénzünk maradt, amit kerékpáralkatrészekre kaptunk. (...) ...bementem a boltba, és mindent elmondtam a Fóti Gyermekvárosról, magunkról, egyebek között azt is, hogy szegény kis árva gyerekek vannak most itt velem. Annyira meghatódtak, hogy egy néni még sírt is. Erre én:

- Már szinte nincs kajánk, mert elfogyott a pénzünk. Igaz, kerékpáralkatrésze van, de azt nem lehet megenni.

Ekkor, mint a bomba, mindenki agyában felfénylett az ötlet, hogy biciklialkatrésze adnak számlát, de helyette - kaját adnak.

- De lehet ilyent csinálni? - aggályoskodtam.

- Lehet, nem lehet, asszony, adjál kaját, és monddad, menyibe kerül, majd én kiállítok alkatrészekekről egy számlát!

Nem én, hanem ők intézték a többit. Lesült a bőr a képepremlől szegye-nemben.

- Ugyan már! A szükség törvényt bont! - mondta a nagy tudós boltos.

Capcarap

(...) A gyermekváros a régi értelemben megszűnt. A fóti önkormányzat az épületek egy részébe kinti gyerekeket toborzott. Az épületek egy részében kapott helyet (...) a népművészeti szakközép-szakiskola és gimnázium (...) ... itt működik a Szabad Waldorf Óvoda, Művészeti Általános iskola és Gimnázium, és a Száz Juhocska Református Óvoda is. Honnan tudta volna a kihívott korifeusok bármelyike, hogy ezek nem új létesítmények, hanem a volt gyermekváros épületei?

Nincs Fóton kórház, de a gyermekváros 40 ágyas kórházát kiürítették, amelyet egyébként a Magyar Vöröskereszt építtetett. Az óvodák egy része üresen áll, vagy nem az eredeti funkcióját tölti be, 10 épület, 200 kis-gyermek számára. Hajdanán a nótanács építtette. Mint már említettem, a grófék saját kastélyukban albérlőként bérleti díjat fizetnek a lakásuk után. Ebben az esetben viszont létezik a gyermekváros, mert neki fizetik. Az itt élő családok szintén a gyermekvárosnak fizetnek mindent. Ki tudja ezt követni?”

Műszaki vizsgáztatás helyben

- Eredetiségvizsgálat
- Zöldkártya
- Autómentés, javítás
- Kárfelvétel
- Teljeskörű biztosítási ügyintézés
- Lakatosmunka, fényezés
- Kötelező és casco biztosítás kötés
- Gépjármű átírási ügyintézés

FARKAS ÉS TÁRSA 2004 KFT
2151 Fóti, Hargita u. 66.

Tel: (27)363-673 mobil:(20)938-3517



FÖLDMÉRÉS
FÖLDMÉRÉSI ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
MOLNÁR ÉS TÓTH

Molnár Péter
FÖLDMÉRŐ MÉRNÖK

MOLNÁR ÉS TÓTH FÖLDMÉRÉSI ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
2100 Gödöllő, Kikerics utca 10. Fióktelephely: 2151 Fót, Nagy Lajos kir. útja 21.
Tel./fax: (27) 395-179, Mobil: (30) 9 713-988



SZEMÜVEG

Nyitva:
H-P : 9h-18h
Szo : 9h-11h

fehér Optikus, a jó szemüvegek mestere

fehér
OPHTHA
FÓT
Vörösmarty tér 4.
(27)360-227

Ingyenes computeres szemvizsgálat
Szemüveg készítés és javítás
Vénybevéltás

**Szeretettel várjuk
üzletünkben!**




Unitop
KÖZMŰ ÉS BETONÜZEM

VERESEGYHÁZ, IPAR U.2.
(A körforgalomnál)

Telefon/fax: (28) 387-509
Mobil: (70) 9413 709

AKCIÓ ! (Áfás árak)

| | |
|----------------------------------|----------|
| - Gyephézagos rácskövek 60x40x10 | 408Ft |
| - Járólap 40x40x6 | 264Ft |
| - Vizóra akna | 30.000Ft |
| - Kerítésoszlop | 1.320Ft |

Zsalukövek - pincefalazó elemek - szegélykövek
Sóder, homok és termőföld eladás szállítással
Gépi földmunka - tereprendezés, pinceföld kitermelés

**Referenciákkal, kedvező áron,
a lakosság igényeinek
figyelembevételével
állunk rendelkezésére.**

Gladiator EDZŐTEREM




Pilates a Gladiatorban!

Ez egy új mozgásforma mely statikus nyújtó és feszítő gyakorlatokból áll, mély levegővétellel kell végezni a gyakorlatokat halk nyugtató zenére. Nagyon jól formálja, szálkásítja az izomzatot, erősíti a hátizmokat a gerinc melletti izmokat, ezáltal tartásjavító hatása van. Előnye, hogy minden korosztály számára végezhető, bármikor elkezdhető.

Kis érdekesség, Madonna is ezzel őrzi alakját! 😊

Ha megtetszett, itt a lehetőség, hogy kipróbáld most nov.10-től dec.10-ig mindenki, aki első alkalommal vesz részt egy ilyen órán, ingyen kipróbálhatja!

Mozogj és tapasztalj! időpontok:
H és Sze: 17-18-óráig Pénteken 9.15-10.15-ig!
Amire szükséged lesz egy melegítő nadrág egy póló és egy vastag zokni, mert cipő nélkül végezzük a gyakorlatokat!
Órarend a www.gladiatoredzoterem.hu

**AUTOMOSÓ, AUTOKOZMETIKA, MINŐSÉGI MUNKA,
NYITVA A HÉT HAT NAPJÁN, VASÁRNAP SZÜNNAP!
Cím: 2151 FÓT MÓRICZ ZS. U. 31. T: 27/358-398, 06-70-410-35-46**

**Veresligetben, csendes környezetben
700-1200nm-ig
ÖSSZKÖZMŰVES
ÉPÍTÉSI TELKEK
ELADÓK !**



**Három lakásos sorházakban
110-120nm-es,
tetőtér-beépítéses lakások
akciósan leköthetők**

Tel:(20)338-9375
www.unitop.hu

Kiváló minőségű szlovák fűrészáru, kiváló áron

KISALAGI FATELEP

Fót, Németh K.u.70. Full-Fa Kft.

Tel:(27)360-467 Mobil:(30)449-4591, (30)241-1655



Nyitva tartás:
Hétfőtől-péntekig
08-16 óráig
Szombaton
08-12 óráig



Kereskedőket is
kiszolgálunk

Házhozszállítás
Gombamentesítés

Díjmentes válogatás
Gyalulás, méretre
vágás

Tetők generál
kivitelezését
vállaljuk

ÍZISZ SPIRITUÁLIS MŰHELY

Fót, Béke u.70./a Tel:06(30)38-48-790

Energetikai kezelés(reiki) Mari
Kártyavetés (30)38-48-790
Méregtelenítés talpon keresztül SPA géppel
Életenergia hatás növelés CHI géppel

Biorezonancia kezelés Ildikó
vérnyomásmérés (20)91-50-315
Biotron lámpás kezelés

Gyógy és stresszoldó masszáz
Laci (20) 95-79-704
Asztrológia: Ildikó (20) 209-9299
Családállítás - Németh Mónika
(20)433-0830

Állandó programok
Minden páros hét kedd 18.30-tól meditáció
Minden páratlan hét kedd 19.00-tól
Alkalmanként: aurafotózás - elemzéssel
Tanfolyamok! (Pl:Angyal és Reiki stb)
valamint előadások

Gyógyító és egészségmegőrző programjaink minden hónap első csütörtökön du. 16-20-ig ingyenesen vehetők igénybe! Szeretettel várunk minden érdeklődőt és gyógyulni vágyót!

ÉLŐVÉRCSEPP ANALÍZIS

Az élővércsepp analízis átfogó jellegű vérvizsgálat. Fontos felvilágosítást ad a vér alakos elemeinek minőségéről és működőképességéről. Néhány cseppnyi vér az újjbegyből, mellyel elvégezhető a vizsgálat. Ezt mi is látjuk és a vizsgálatot végző orvos, a mikroszkóp segítségével, és pontos magyarázatával megértünk.

Néhány példa:

- látható a szervezet ásványi anyag/vitamin hiánya
- sav-bázis egyensúly zavarai
- daganatos elváltozásokra utaló jelek
- érelmeszesedés, trombózis korai jelei
- egyes szervek meggyengülése
- baktériumok, paraziták, gombák jelenléte
- emésztés, felszívódás hatékonysága, stb. ..

Felvilágosítás, bejelentkezés a vizsgálatra:

Sziklás Mari 06 30 3848790

Fodor Ildikó 06 20 9150315

Következő vizsgálat Fóton:

2008.november.27 (csütörtök).

Vizsgálat helye: Fót, Béke u. 70./a

Vizsgálat díja: 6000.-Ft

Ariston Baxi Beretta Biasi Chaffoteaux

Vallant Viessmann

Westen Konvektorok

Tűzhelyek

Demrad Éti Fég Ferrolí Immergas Junkers

H&H Kft.

2151 Fót, Kossuth L.u.28.

Tel: 27/358-297, 535-150, 535-151

Ügyeleti szám : 20/9726-762

e.mail: handhgas@invitel.hu

Nyitva tartás: H-P: 8-16-ig



Vállaljuk gázkészülékek garanciális, garancián túli javítását, szénmonoxid visszaáramlás ellenőrzését, gáztörvényben előírt 5 évenkénti biztonságtechnikai felülvizsgálatát, készülékek felújítását(gyári alkatrészzel), karbantartását, vegyszeres tisztítását.

Reális a gázfogyasztása?

Ellenőriztesse gázkészülékeinek tüzelés technikai határfokát, hitelesített füstgáz-elemző Fűtőkorszerűsítési tanácsadás technikusaink közreműködésével.

Ocean Quadriga Radiant Stiebel-eltron Termomax Unical



Hőlaki Számviteli Szolgáltató Kft Könyvelőiroda

Több mint 10 éves szakmai tapasztalattal várjuk leendő ügyfeleinket!

Irodánk
2151 Fót Rév u.116.
Mobil: 06-20-3266-530
06-30-6406-935
Tel/fax: 06/27 363-935
Email: hofakij@t-online.hu

Szolgáltatásaink

- * Cégalapítás
- * Könyvelés
- * Bérszámfejtés
- * Adótanácsadás
- * Adóhatósági és Önkormányzati ügyintézés
- * Könyvvizsgálat



FénySziget

Párkapcsolati problémák, betegségek, megrekedt élethelyzetek lelki és fizikai okainak feltárása. (Geopatogén zónák, ártó energiák, ártalmas anyagok, -személyek a környezetben.)

Az energiarendszer (csakrák, aurarétegek...) tisztítása a negatív energiáktól (átok, ártó kötések...), töltése pozitív energiákkal.

Karmakönnyítés: előző és jelen életeri oldható karmák oldásával.

Személyre szabott táplálkozási tanácsadás, fizikai állapotfelmérés (méréanyag szint, savasodás mértéke, szervek működése, vitamin és ásványi anyag hiányok...)

Spirituális ingázás alap és haladó tanfolyamok

SPIRITUÁLIS INGÁZÁS
tanácsadás-oktatás
www.karmaoldas.hu
30/3632312

17 szobás panzió, 40-45 férőhely,
2-3-4 ágyas szobák, TV-vel

200 fős rendezvényterem
családi és céges rendezvényekhez

Étterem magyaros jellegű
konyhával, de specialitásokkal is

Esküvők rendezése óriási
tapasztalattal, segítőkészséggel

Saját parkoló, a ház előtt,
online foglalási lehetőség

RING FOGADÓ

Mogyoród, Gödöllői út 77.
www.ringfogado.hu

Tel./Fax: 06(28)440-556
email:birohaza@vnet.hu





Telefon:

**06(20)
956-2496**

Üzletek, családi házak, objektumok védelme,
csendes vagy hangos riasztással. Nyugdíjasoknak
rászorulóknak jelzőrendszeres, házi segítségnyújtás.

B- Folk Bt. Öreganyám boltja
Fót, Béke u. 34.

FORNETTI LÁTVÁNYPÉKSÉG
E HAVI ÚJ TERMÉK: Csokis fornetti

Házi füstölt és töltelékárú
Rakott sertésfejhús, háziszír
Házi füstölt és fűszeres kecskesajtok,
kecskekürözött, juhsajt, füstölt sajtok
Tartósítószer nélküli, fatüzelésű
kemencében sült kenyér
Házi tészták nagy választékban
Zöldség és gyümölcs

Újra
megnyílt

Nyitva tartás: H - P: 06-20
Szombat: 07-20
Vasárnap: 07-13

Magas emelésű targoncást
és
kiszedőt keresünk
Fót, M3 felőli
raktárunkba!



Önéletrajzokat a vivien.bognar@teva.hu
címmre várjuk. Érd.: 30/439-4505

PARKERT Kft.

www.parkert.hu Fót, Károlyi u. 42.

Park és -kertépítés, szaktanácsadás
Fák, örökzöldek, kellekek árusítása
Tel: (30) 203-5699

Gépi földmunka
Földhordás

Tereprendezés
Betontörés

Térburkolás,
viacolor lerakása



Bobcat árokásó
bérelhető

Tel: (30) 203-5696

HŐSZIGETELŐ RENDSZER 4 CM-ES
(Nikecell, ragasztó háló, alapozó,
+vödörös vakolat - 1112.-/nm+áfa
4cm-es rendszer(Nikecell,
háló, ragasztó) 820.-Ft/nm+áfa

KIVITELEZÉST IS VÁLLALUNK!
Egyedi ablakpárkányok kedvező áron!

SPEKTRA

Vödörös színező
vakolatok



garantált áron
és minőségben már

NIKECELL

232.-Ft/nm (1mm-es)
540.-Ft/nm (2mm-es)

QQ Kft

Dunakeszi, Szt.István u.34.
Bejárat a Dózsa Gy.tér felől
Nyitva tartás: H-P: 7-16 óráig

Tel: 06(20)447-1751
email: qqkft@t-online.hu

ÉV VÉGI
KÉSZLETKIÁRUSÍTÁS

5%
kedvezmény
kupon

Festékek és vakolatok színkeverése!

HŐSZIGETELŐK NAGYKERESKEDÉSE

BOTOS VENDÉGLŐ



Asztalfoglalás: (27)358-041

Fót, Dózsa Gy.u.20.
Nyitva: 12-22 óráig

Elkülönített termeinkben vállaljuk
családi, céges és egyéb rendezvények,
értekezletek, konferenciák, esküvők
rendezését 100 főig.

Szeretettel várjuk kedves vendégeinket!

Szilveszter a Tó-vendéglőben?

Ha érdekli - Jelezzen !

Tel: 27/360-586, 30/280-3967

| Zene | Műsor | Hajnali |
|--------------------------|--------------------|---------------------|
| Rácz Győző és barátja | Ayala parodista | nosztalgia disco |

Menü + éjféli ételek



KONTÉNER RENDELÉS



SZENNYVÍZSZIPPANTÁS

FÓT VÁROS

KÖZÜZEMI SZOLGÁLTATÓJA

TEL: 06(30) 9498-389

NYELVTANULÁS MÁSKÉPPEN

HALLOD ÉS ÉRTED- FOLYAMATOS SIKERÉLMÉNY
NYELVTUDÁS AZ ELSŐ PERCTŐL

Erdőkertesen
és
Újpesten

MINDEN SZINTEN ÉLŐ NYELV
- KACAGVA!

A legmókásabb nyelvtanulás
a Kárpát-medencében



Részletek:

www.kacagva.hu
Boros Attila Botond,
06-30-6126490

Autókölcsönzés Kato-tex BT



Személy és teherautó kölcsönzés
(akár sofőrrel is)

Fuvarvállalás * Sofőrszolgálat
egyéni igények kiszolgálása



Telefon: 06(20) 275-7413

Email: kato-texcar@freemail.hu

INGYENES

- Helyszíni szemle
- Tulajdoni lap beszerzés
- Értékelés, tanácsadás
- Digitális fotókészítés
- Számítógépes nyilvántartás

VÁLLALUNK

- Hivatalos értékbecslést
- Adásvételi szerződések készítését ügyvédi háttérrel
- Földhivatali ügyintézés
- Telkek, nyaralók, lakások, családi házak közvetítését, bérbeadását



HARAI INGATLANIRODA
Fót, Móricz Zs.u. 3. Tel:27/538-475 Fax:27/538-476
(Buzsályaúdvárnál) Mobil: (30)9713-836 (30)9486-170
www.haraingatlan.hu

**15 éves helyi tapasztalat, kiterjedt vevőkör,
friss weboldal, a környék legnagyobb adatbázisa.**

Ingyenes hitelügyintézés

DÖM-TECH Fót, Vörösmarty u. 8.

www.domtech.hu Tel/fax: (27)632-282

Mobil: (70)336-7755

Nyitva: hétfő-péntek 8-17h szombaton 8-12h

dryvit
Hőszigetelő
rendszerek

Gipszkarton
rendszer

Rigips

KNAUF INSULATION

URSA

ROCKWOOL

Tetőtéri hő és hangszigetelő anyagok

Buderus

Fűtéstechnika

SAMSUNG

HITACHI
Inspire the Next

BOTAMENT

REVCO

VELUX

Schindler
Technik aMebel

Klimák-
szereléssel

Csemperagasztók
fugázók

Színezővakolatok

Tetőtéri ablakok

**CSERÉPKÁLYHA - KANDALLÓ
CSEMPEVARÁZS**

Dunakeszi, Fő út 98.

Nyitva: Hétfő-péntek 9 - 17 Szombat 8 - 12

Tel: 06-27-631-583; 06-30-913-6989



**Cserépkályhák
kandallók
búboskemencék
kerti grillek**

tervezése, forgalmazása, építése.

Központi fűtésre köthető kandallóbetétek kaphatók.

Cserépkályha átrakást vállalunk.

Kivitelező :

Koch Tibor 06/30 394-7862

Kandallóburkolatok

akár 50%-os kedvezménnyel





Takács Sándor (20)9346-673, (20)5688-336



Földmunka
bontás útépités
Pincetömb kiemelés
Szóródó áru szállítás



Töltőföld * Termőföld * Sóder * Töltősóder * Martaszfalt * Betondaralék

Matrix
Computerház
Számítástechnikai szaküzlet.

- új és használt számítógép konfigurációk vétele-eladása
- új és használt Crt és TFT monitorok
- tintasugaras, lézernyomtatók
- vezetékes és wireless hálózati eszközök
- kellékek, kiegészítők, minden ami a Pc-hez kell
- tintapatronok, lézerkazetták árusítása, töltése
- számítógép, nyomtató, monitor szerviz

Elérhetőségeink:

Üzlet: Fót, Dózsa György út 19.

Tel.: 06 21 380 7925, 06 21 382 6805

E-mail: szabo.mihaly@netroller.hu



számítógépek

nyomtatók

notebookok

áruhitel