A XII. Kerületi Polgárok Lapja

HEGYVIDÉK

XXXVIII./19.

WWW.HEGYVIDEKUJSAG.EU • MEGJELENIK KÉTHETENTE • 2008. OKTÓBER 7.

BUDAKESZIERDŐ • CSILLEBÉRC • FARKASRÉT • FARKASVÖLGY • ISTENHEGY • JÁNOSHEGY • KISSVÁBHEGY • KRISZTINAVÁROS • KÚTVÖLGY
MAGASÚT • MÁRTONHEGY • NÉMETVÖLGY • ORBÁNHEGY • SASHEGY • SVÁBHEGY • SZÉCHENYIHEGY • VIRÁNYOS • ZUGLIGET

Hegyvidéki Ősz: gesztenyeparti a Gesztenyés kertben

Találós kérdés: hol vagyunk, ha belépéskor a felnőtteknek egy, a gyerekeknek két szem gesztenyét kell „leadniuk", aminek fejében mindenki egy zacskó almát kap? A válasz egyszerű azok számára, akik nem először látogattak ki a Gesztenyés kertbe így szeptember vége felé: a Hegyvidéki Ősz rendezvénysorozat programjain.

A „gesztenyéért almát" kedves szokása tehát megmaradt, mint ahogy az is hagyomány, hogy immár öt éve egészségnappal is egybekötik a szervezők ezt a hétvégét. Ahogy Kovács Lajos alpolgármester a „Tiszta levegő a Hegyvidéken" címmel kiírt gyermekrajzpályázat eredményhirdetésén kiemelte: tavasszal és ősszel egy-egy napot arra szán az önkormányzat, hogy az egészséges életmód népszerűsítésével felhívja a figyelmet testünk és szellemünk épségének fontosságára. A cél az, hogy a hegyvidéki polgárok az év minden egyes napját egészségük szolgálatába állítsák – fogalmazott az alpolgármester.

Ebben az esztendőben a dohányzás káros hatásai adták az egészségnap fő témáját, így a különböző egészségügyi szűrővizsgálatok kiemelten foglalkoztak a keringési rendszer, az érfalak, a szív és a tüdő állapotával. A programokat úgy állították össze, hogy a szűréseken részt vevők átfogó képet kapjanak szervezetükről, ismereteket szerezzenek a betegségek megelőzésének, illetve kezelésének lehetőségeiről. Lakossági fórum keretében szó esett a szájüregi daganatokról, majd az érdeklődők – a gondozási központok és az Otthoni Szakápolás Szolgálat segítségével – kérdezz-felelek formájában juthattak további hasznos információkhoz.

E sorok írója sem szeret „csak úgy" orvoshoz járni, és minden bizonnyal így vannak ezzel sokan mások is – ám ha mindezt egy ilyen szép, napos hétvégén tehetjük meg, mondjuk, egy kis játék és egy jó koncert között, akkor miért is ne? Főleg hogy ezúttal sem beutaló, sem a sokszor sajnos lehangoló kórházi, rendelői környezet, sem a hosszú sorban állás nem „bonyolította" a régóta esedékes vizsgálatok elvégzését. Így aztán sokan igénybe vették a különböző szolgáltatásokat (pulmonológia, szemészet, érvizsgálat, emlőszűrés, csontritkulásmérés, hallás-, bőr- és allergiavizsgálat, vércukor- és koleszterinszint-mérés, természetgyógyászat, íriszdiagnosztika), majd utána megkönnyebbülten és elégedetten nyilatkoztak.

A megkérdezettek szerint a rendezvény legnagyobb előnye, hogy szinte „házhoz hozza" az orvosokat, és a fontosabb szűrések egy épületen belül elérhetők. Nagy Ignácné lapunknak elmondta, régóta készült bőr- és allergiavizsgálatra, ám mivel meglehetősen távol lakik a János kórháztól, inkább megvárta az egészségnapot, és elgyalogolt ide, a közeli művelősési házba. S ha már eljött, további vizsgálatokon is részt vett. Tapasztalatai szerint az orvosoknak ezúttal a szokásosnál több idejük jutott a betegekre, hasznos tanácsokkal segítették a hozzájuk fordulókat.

Hasonló véleményen volt Turai Ferencné, aki az orvosok kedves hozzáállását és lelkiismeretes munkáját emelte ki. Mint mondta, évek óta rendszeres résztvevője az egészségnapoknak, a szűrések eredményét gondosan elrakja, és a következő vizsgálatra magával hozza, így nyomon tudja követni, hogyan változik az állapota.

Dr. Györe István nagyon jónak tartja ezt a módszert. Ő kollégáival – a Sportkórház terhelés-élettani laborjának munkatársaként – három éve végez testösszetétel- és fizikai állapotfelmérést ezeken a hétvégéken. A vizsgálatok a zsír és izomtömeg százalékos arányát és elhelyezkedését, valamint a szervezet kondicionális állapotát mérik. Az eredmények ismeretében meghatározható az optimális kalóriabevitel mértéke, illetve az, hogy melyik izomcsoport fejlesztésére van szükség.

A Hegyvidéki Ősz azonban nem kizárólag az egészségvédelemről szól, s persze nem csak a felnőtteknek kínál programokat. A Gesztenyenap fénypontja az örökifjú Halász Judit elmaradhatatlan koncertje volt, amelynek a művelődési központ nemrég felújított, zsúfolásig megtelt színházterme biztosított pompás helyet.

A gyerekek első számú kedvence mellett természetesen a Bem Táncegyüttesnek, vagy éppen a tradicionális skót és ír népzenei alapokat továbbfejlesztő M.É.Z. együttesnek sem kellett attól félnie, hogy senki nem kíváncsi a műsorára. Boka Gábor a gyerekekkel közösen mesélte el János vitéz történetét, és Domi bábszínháza is a legkisebbeket hívta segítségül: együtt mentették meg az állatok nyelvén beszélő Tibi juhászt a rá leselkedő veszélyektől. A pécsi Bóbita Bábszínház Meseországba invitálta a kicsiket, akik az interaktív játszóházban ismert mesék szereplői között találhatták magukat.

A Kálovics család a gyerekek fantáziáját megmozgató programok miatt visszatérő vendég a Gesztenyenapon. Mint kiderült, három csemetéjük szívesen vesz részt az interaktív előadásokon – idei kedvencük közfelkiáltással a ravasz Tibi juhász volt. Kocsis István és felesége viszont inkább a kézműves-foglalkozások miatt jött el gyermekeivel. A nyolc- és tízéves lányok alig várták, hogy az arcfestők elé ülhessenek, de kipróbálták Paprika Jancsi Csúzlizdáját és a Ládafia körhintát is. A lufihajtogató bohócok pedig gondoskodtak arról, hogy azok se távozzanak üres kézzel, akik esetleg a nap végére már bekebelezték ama bizonyos zacskó almát: a Kocsis lányok például két lufikutyát kaptak tőlük emlékül.

A nap vége felé összefutottunk Hambuch Gerdával, a Hegyvidéki Őszt szervező művelődési központ vezetőjével is, aki egy rövid gyorsértékelést adott, sőt már a jövőről is szót ejtett:

(Folytatás a 3. oldalon)

FOTÓK: KALMÁR LAJOS

Díszpolgári címet kapott Szőnyi Erzsébet

A világszerte ismert és elismert Szőnyi Erzsébet zeneszerző kapta meg az idén a kerület díszpolgára kitüntetést, amelyet a Hegyvidéki Ősz rendezvénysorozat keretében vett át. A tiszteletére rendezett ünnepségen két műve is felcsendült kerületi iskolások előadásában.

FOTÓ: PERGI ZSOLT

Pokorni Zoltán és Szőnyi Erzsébet

A hegyvidéki önkormányzati képviselő-testület tagjai pártállástól függetlenül, egyöntetűen támogatták a kerületben élő zeneszerző és zenepedagógus elismerését – emelte ki Pokorni Zoltán a Csörsz utcai művelődési központ kupolatermében rendezett ünnepségen. A polgármester megjegyezte: elsősorban nem Szőnyi Erzsébet kitüntetéseinek sorát szerették volna gyarapítani ezzel a díjjal, hanem egy olyan személyiséget, „csillagot" igyekeztek találni, „akire büszkék lehetünk, aki fontos közösségünknek". A korábbi kitüntettek, dr. Nemes Attila orvosprofesszor, Nagy Tímea olimpiai bajnok vívó, Makovecz Imre építész, Jankovics Marcell író, filmrendező mellett a mostani díjazott is ilyen, hiszen a saját területén szintúgy világhírű, tisztességes, kiválóságát szerényen viseli, s „nemcsak csillog fölöttünk, hanem emberi tartásban is mintát, példát ad nekünk" – fogalmazott Pokorni Zoltán.

A polgármester kitért arra, hogy Szőnyi Erzsébet zeneszerzőként és zenepedagógusként is kiemelkedő munkát végzett, amivel hozzájárult a magyar zenei közoktatás színvonalának emeléséhez. Szerinte az alapfokú zeneiskolai oktatás legalább annyira fontos, mint az előadóművészek képzése, hiszen „mindig lesznek a Zeneakadémia színpadán magyar virtuózok, a kérdés csak az, hogy közönség is lesz-e, nevelünk-e közönséget a magyar zenészek számára". Pokorni hangsúlyozta: fontos, hogy „ne csak a művészképzés, hanem a zenei közoktatás színvonala is megmaradjon, ami örömet, a közös zenélés, az összetartozás élményét adja gyermekeinknek – ehhez viszont az kell, hogy a gyerekekkel jó zenepedagógusok foglalkozzanak".

Szőnyi Erzsébet a díj átvételekor meghatódva mondta, hogy jóleső érzés számára a kitüntetés, hiszen minden idegszálával a Hegyvidékhez kötődik – akármerre járt a világban, mindig ide jött haza, „a XII. kerület jelentette az igazi hazát és az életet". A díjazott elárulta: boldogsággal tölti el, hogy a közönség soraiban élete szinte minden szakaszából ismerősöket fedezhet fel – az iskolai osztálytársaitól a tanítványain át a kollégákig, rokonokig és barátokig sokan eljöttek az ünnepségre.

A díszpolgári cím átadásán megjelent közönség a Hegyvidék Televízió által készített portréfilmből, valamint dr. Tóthpál József főiskolai tanár laudációjából átfogó képet alkothatott Szőnyi Erzsébet életútjáról. Szerteágazó és gazdag zeneszerzői munkásságának részletes bemutatására ugyan nem nyílt mód, két műve azért felcsendülhetett az eseményen: a Piccola introduzione című ifjúsági zenekari műveinek sorozatából a Gémesi Géza által vezetett Budapest-Hegyvidéki Kamarazenekar játszott el egy darabot, míg az Előtted a küzdés című Arany János-versre írt egyneműkari kánont a Kós Károly Ének-zene Tagozatos Általános Iskola Kamarakórusa adta elő Hraschek Katalin vezényletével.

z.

■ *Interjúnkat a kitüntetettel a 9. oldalon olvashatják!*

Homokcsere a játszótéren

A környékbeli szülők kérésére a körzet önkormányzati képviselője, Kontur Tamás és édesapja, Kontur Pál országgyűlési képviselő friss homokot hozatott a Pagony utcai játszótér homokozójába. Munkájuk eredményeképpen most már tiszta, úgynevezett sárga homok található a játszótéren, ami élvezetesebb lehet a gyerekek számára, hiszen ez a homokfajta kiválóan alkalmas különböző formák elkészítésére. A képviselők, valamint a környékről érkező önkéntes segítők a homokcserét követően az egész játszóteret kitakarították, hogy szép, rendezett környezet fogadja a gyerekeket és szüleiket.

z.

FOTÓ: PEREGI ZSOLT

Részleges méhzárlat

Tisztelt méhészek! Felhívjuk figyelmüket, hogy a Fővárosi és Pest Megyei Mezőgazdasági Szakigazgatási Hivatal Élelmiszerlánc- Biztonsági és Állategészségügyi Igazgatóság a Budakeszi területén történt kóreset miatt a XII. kerületre részleges községi zárlatot rendelt el. A mézelő méhek betegsége (nyúlós költésrothadás) miatt a hatósági állatorvosnak vagy a méhegészségügyi felelősnek meg kell vizsgálnia a kerület valamennyi méhészetének méhcsaládját. A részleges községi zárlat az utolsó beteg állomány helyi zárlatának feloldásáig tart.

Dr. Juhász Péter
önkormányzati állatorvos

Újjávarázsolták a Normafa Óvodát

Immáron borús időben is vidám, meleg sárga színben tündöklik a Normafa út 30–32. alatti egykori villaépület: a hegyvidéki önkormányzat beruházásában elkészült a svábhegyi Normafa Óvoda központi épületének felújítása. A mostani látvány szinte meseszerű a néhány hónappal ezelőtti állapotokhoz képest, amikor még hosszú repedések és a málló vakolat alól előbukkanó csupasz téglafelületek „színesítették" a megfakult homlokzatot.

A ház az önkormányzat közel negyvenmillió forintos invesztíciójának eredményeképp nyerte vissza régi pompáját. A közbeszerzési eljáráson kiválasztott Renovit Kft. végezte el a homlokzat teljes körű rekonstrukcióját, melynek keretében rendbe tették a vakolatot, újrafestették a homlokzatot, lemázolták és kijavították a díszes acélszerkezeteket, illetve az elhasználódott ablakokat és erkélyajtókat is újakra cserélték. A lapos tető új szigetelése már a korábbi években elkészült, és a belső terek felújítása – falak festése, parkettacsiszolás, vizesblokkok korszerűsítése – is lényegében befejeződött.

A hatalmas, négyezer négyzetméteres, ősfás kert fejlesztése a régi épület renoválásával párhuzamosan zajlik: tavaly a lépcsőket hozták rendbe, idén pedig a kiscsoportosok játszóhelyét építik át. A Normafa Óvoda – amelynek székhelye a Normafa úton, tagóvodája pedig az Őzike út 32. alatt található – évek óta töretlen népszerűségnek örvend a szülők körében, köszönhetően a szép és egészséges környezetnek, valamint a színvonalas pedagógiai munkának.

z.

FOTÓ: PEREGI ZSOLT

Ingyenes zsákok zöldhulladéknak

FOTÓ: PEREGI ZSOLT
A tavalyi akció sikeres volt

Tisztelt Hegyvidéki Polgárok! Gyakori problémát jelent kerületünkben, hogy sokan égetéssel „szabadulnak meg" a felgyülemlett kerti zöldhulladéktól, azonban ez nagyon sok kellemetlenséggel, egyúttal a levegő minőségének romlásával jár. A zöldhulladékok elégetését – az október 15. és április 15. közötti időszakban, péntek és szombati napokon 10–15 óráig – rendelet teszi lehetővé, kivéve a sűrűn beépített, városias jellegű területeket.

Annak érdekében, hogy a jövőben minél kevesebben válasszák ezt a megoldást, és ily módon kíméljük környezetünket, önkormányzatunk az idei évben is ingyenesen biztosít kerti hulladékok gyűjtésére alkalmas zsákokat a kerület polgárainak.

Az FKF Zrt. emblémájával ellátott, „kerti zöldhulladék" feliratú műanyag zsákokat bizonyos körzetekben szerdánként, míg máshol a kommunális hulladékkal együtt szállítják el az ingatlanok előtti közterületről. A zsákokban összegyűjtött zöldhulladék jelentős részét az FKF Zrt. környezetbarát módon, saját telephelyén komposztálja.

Bízom abban, hogy minél többen csatlakoznak kezdeményezésünkhöz egy környezettudatos, tisztább Hegyvidékért!

Kovács Lajos alpolgármester

***A zsákokat az alábbi helyszíneken lehet átvenni:* Október 11. 9–12 óráig:** * a Szarvas Gábor út és Zugligeti út sarkán, a CBA előtt; * Hegyalja út és a Sashegyi út sarkán, az ABC előtt. **Október 18. 9–12 óráig:** * Böszörményi út 23–25., a polgármesteri hivatal melletti kis téren; * a Fodor és Pagony utca sarkán, a Fodor utca 37.-tel szemközti zöldterületen; * az Istenhegyi és Nógrádi út találkozásánál, a „Lóitató térnél", a buszmegálló mellett; * Márton Áron tér – az 59-es villamos végállomása mellett; * Eötvös park melletti parkoló – a fogaskerekű-állomással szemben; * a Csaba és Maros utca sarkán, a Maros utca 30/a-val szemben; * a Virányos út 48. melletti közterületen, a Zugligeti és Virányos út találkozásánál; * a XII. kerületi művelődési központ Sirály utcai udvari bejáratánál. **Október 18. 14–17 óráig:** Márton Áron tér.

KÖZÉRDEKŰ INFORMÁCIÓK

TÁRSASHÁZI FÓRUM

A következő társasházi fórumot október 13-án 16 órától rendezik a polgármesteri hivatal alagsori nagytanácstermében.

Témái: 1. A Gázművek és a társasházak kapcsolata. Előadó: Eperjesi László szolgáltatási osztályvezető (Fővárosi Gázművek Rt.). 2. Tájékoztatás a kéményseprési szolgáltatásról és a kémények állapotáról. Előadó: Kocsis Attila műszaki igazgató, Tősér László I–XII. kerületi kirendeltségvezető (FŐKÉTÜSZ Kft.).

A résztvevők írásban vagy szóban tehetnek fel kérdéseket az előadóknak. Az írásbeli kérdéseket előzetesen is el lehet juttatni a polgármesteri hivatal ügyfélszolgálati irodájára.

ÚJ BKV-VONALHÁLÓZATI TÉRKÉP

Ötszáz forintért megvásárolható a BKV új vonalhálózati térképe, amelyben már a 291-es járat is szerepel. A kiadványban az éjszakai járatok rövid tájékoztatója is helyet kapott, de ezekről később teljes menetrendes térképet ad ki a vállalat.

ŐSZI NYUGDÍJAS NAPOK

Tizenötödik alkalommal rendezi meg a Bringóhintó Kkt. az Őszi Nyugdíjas Napok elnevezésű családi rendezvényét a Margitszigeten. Minden nyugdíjas vendég – unokáival, gyermekeivel, barátaival, szomszédjaival – annyi százalék kedvezményt kap a kölcsönzési árakból az október 18–19-i programon, ahány esztendős. Bringóhintózás után mindenkinek ajándékot adnak. A második nap végén (október 19-én 17.30-kor) sorsolást tartanak, amelyen ajándékcsomagokat, belépőjegyeket és egyéb meglepetéseket lehet nyerni. A fődíj egy szállodai hétvége két fő részére, félpanziós ellátással.

TÉGY A PARLAGFŰ ELLEN

„Gyalogolj és fuss velünk, és tégy a parlagfű ellen". Margitszigeti Atlétikai Centrum, október 12. (vasárnap) 10.30. Információk: www.tegyaparlagfuellen.hu.

ROBOGÓT TALÁLTAK

A BRFK XII. kerületi Rendőrkapitányság szolgálatot teljesítő járőrei augusztus 23-án a Csörsz utcai park területén, a bokrok alatt egy robogót találtak, amelynek eredetét, tulajdonosát eddig nem sikerült beazonosítani. Ezért kérik, hogy aki a mellékelt fotón látható, kék-fehér színű, Yamaha típusú robogót felismeri, tájékoztassa a bűnüldözési alosztályt (457-56-66) vagy a kapitányság ügyeletét (457-56-62).

KÖZHASZNÚ BESZÁMOLÓ

Szöveges beszámoló a Városmajori Kolping Család Közhasznú alapítvány 2007. évi közhasznú tevékenységéről. Az alapítványt a Fővárosi Bíróság 9.P.K. 61.081/1998/2 ügyiratszámon, 7458. sorszám alatt nyilvántartásba vette. A bíróság egyben az alapítványt 1999. április 1-jétől közhasznú szervezetté minősítette. Az alapítvány célja, hogy a rászoruló egyéneket, családokat segítse, támogassa a katolikus családi közösségek kialakulását. E célok érdekében a következő tevékenységeket végezte az elmúlt év során: – aktívan közreműködött budai egyházközségek számára rendezett bál szervezésében; – támogatók, plébániák és önkormányzatok együttműködésével biztosította a bál sikeres megrendezését; – családi, közösségi rendezvények szervezését támogatta. Támogatást magán-, illetve jogi személyektől összesen 38 000 Ft értékben kapott. Vagyonának kamataiból 2000 Ft összegű bevétel keletkezett. Tartós adományozásra szerződéskötés nem történt. Költségekre kiadás: 46 000 Ft értékben. APEH szja-1%-ának visszautalása 783 Ft volt. 2007. év végén az alapítvány bankszámláján 833 821 Ft volt. Az alapítvány az alapító okiratban foglalt közhasznú céljainak megfelelően végezte tevékenységét, a kuratórium két alkalommal ülésezett. Az alapítványnak leltározott vagyontárgya, eszköze nincs.

Dr. Boldvai József
a kuratórium elnöke

1%

A Kós Károly Ének-zene Emeltszintű Általános Iskola köszönetét fejezi ki mindazoknak, akik a **Kós Károly Iskola-Alap Alapítvány** (adószám: 19636814-1-43, számlaszám: 11400040-20005801-69901014) javára személyi jövedelemadójuk 1%-át felajánlották. A 2 337 437 Ft-ot a kuratórium jóváhagyásával, az alapító okiratban megfogalmazott célok mellett, iskolánk szépítésére, szemléltető eszközök vásárlására, számítógéppark, számítógépes programok fejlesztésére, kiemelkedő eredményt elért tanulóink jutalmazására, külföldi és belföldi tanulmányi kirándulások, táborozó gyerekek támogatására, szabadidő hasznos eltöltésére, egészséges életmódot elősegítő, egész iskolát megmozgató rendezvények szervezésére, biztosítására fordítottuk. A kuratórium kéri, a gyerekek és az oktatás érdekében továbbra is segítsék céljai elérését.

■

Az **UNISONO Alapítvány** kuratóriuma ezúton szeretné köszönetét kifejezni mindazoknak, akik 2007. évi személyi jövedelemadójuk 1%-át az alapítvány támogatására ajánlották fel. A befolyt összeg 448 585 Ft volt, amelyet a Solti György Zeneiskola szakmai programjainak elősegítésére, valamint a kőszegi nyári zenei tábor támogatására használtunk fel. Közhasznú alapítványunk támogatását a jövőben is köszönettel fogadjuk! Adószámunk: 18053247-2-43. Továbbra is szeretettel várjuk Önöket, családjukat, ismerőseiket a Solti György Zeneiskola hangversenyein.

■

A **Zalai Óvoda Alapítványának** kuratóriumi elnöksége köszönetet mond a 2007. évi 1% felajánlásáért. Tájékoztatjuk Önöket, hogy a felajánlott összeget a gyerekek javára fordítottuk (kulturális programokra, vizuális műhelyek eszközeire, udvari szeméttárolókra, sportszerekre, játékok vásárlására). Támogatásukat ezúton is köszönjük, és a jövőben is örömmel fogadjuk! Adószámunk: 18050426-1-43.

■

Az **MTA Szilárdtestfizikai és Optikai Kutatóintézet** (adószáma: 15327071-2-43) – támogatásukat ezúton is megköszönve – tájékoztatja Önöket, hogy az intézet részére 2007. évben felajánlott szja-1%-ot (496 447 Ft) hét fiatal kutató szakmai konferencián való részvételének támogatására fordította.

■

Az **Alapozó Terápiák Alapítvány** (1125 Budapest, Kútvölgyi út 49.) a 2006-ban felajánlott 1%-ból 148 464 Ft-ot kapott. A befolyt összeget cél szerinti tevékenységünkre fordítottuk. Köszönjük segítségüket, s továbbra is kérjük támogatásukat! Adószámunk: 18081132-1-43.

■

A **7+Sport Club** (adószám: 18063466-1-43) ezúton köszöni meg támogatóinak a 2007. évben felajánlott 1%-os összeget. A kapott 39 577 Ft-ot a bírói díjak kifizetésére fordította.

Almási László
elnök

Teljes rekonstrukció a Hegyalja úton

A főváros budai oldalának egyik legnagyobb forgalmát bonyolító útja a Hegyalja út, amely a Sánc utca és az Avar utca között 2005-ben újult meg, az Avar utcától a BAH-csomópontig pedig 2007-ben kapott új aszfaltburkolatot. Most, a víz- és gázvezeték-rekonstrukciós munkák végén a BAH-csomópont és a Németvölgyi út közötti, közel két kilométeres hosszúságú szakaszon zajlik az útfelújítás.

A fővárosi önkormányzat megbízásából a COLAS Eger Zrt. a Hegyalja út BAH-csomópont felőli részén végzi a régi útburkolat marását és a szegélyek átépítését. Ezt követően a szerelvényeket helyezik szintbe, majd aszfaltoznak, és erősített szerkezettel újjáépítik a szakaszra eső buszmegállókat. A munkaterületen 30 kilométer/órás sebességkorlátozás és parkolási tilalom van érvényben. A felújított útszakaszt várhatóan október tizenötödikén adják át a forgalomnak.

z.

FOTÓ: PEREGI ZSOLT

Gesztenyeparti a Gesztenyés kertben

FOTÓK: KALMÁR LAJOS

A Gesztenyenap fénypontja Halász Judit koncertje volt a nemrég felújított művelődési központban

(Folytatás az 1. oldalról)

– Tavaly is elmondhattuk, hogy a kulturális programokra megtelt a ház, és ez – ha lehetséges egyáltalán – még fokozódott az idei évben. Az emberek szeretik, sőt már várják is a Hegyvidéki Őszt. Tudják, hogy a Gesztenyenap, a családi sport- és egészségnap, a Bilicsi-díj átadása, az Előzd meg a fogaskerekűt! verseny, valamint az ezek köré sorakozó kiállítások, koncertek, ismeretterjesztő műsorok, filmvetítések, egyéb sport- és zenei események színvonalas és sokoldalú programot kínálnak. Amint befejeződnek az idei rendezvények, máris szervezzük a következőt! Az önkormányzat népjóléti irodája, a Gazdasági Ellátó Szolgálat, a Szabadidősport Központ, a Védelmi Csoport, a polgári védelem, valamint a művelődési intézmények összegzik a tapasztalatokat, és azok alapján elkezdjük keresni, meghívni a jövő évi közreműködőket. Így történhetett az is, hogy Halász Juditot immár hetedszer sikerült vendégül látnunk színháztermünkben a gyerekek és szüleik nem kis örömére. Célunk a jövőben – ahogy eddig is – a programkínálat bővítése, színesítése. Szeretnénk szolgáltatásainkat is fejleszteni: bevált például, hogy a babakocsival érkezők számára biztonságos ideiglenes tárolót alakítottunk ki a „járműtorlasz" ellen. Jó úgy dolgozni, hogy tudjuk: a közönség szeretettel és örömmel látogat el a Hegyvidéki Ősz programjaira!

A Gesztenyenap történéseit végül egy tízéves forma kisfiú foglalta össze frappánsan:

– Egy szem gesztenyét hoztam, lufiuszkárt viszek haza, játszottam egy nagyot, és megettem egy csomó almát. Megérte, nem?

MM

ROBBANÁSOK A HEGYVIDÉKI ŐSZBEN

Látványos tűzvédelmi bemutatóval hívta fel a figyelmet a felhevült és lángra kapó olaj okozta konyhai tüzek veszélyeire a Fővárosi Tűzoltó-parancsnokság és a Közép-budai Önkéntes Polgári Védelmi Egyesület. A lakástüzek elkerülése érdekében az önkormányzat a kerületi bérlőknek ingyen, a magántulajdonosoknak kedvezményes áron biztosít tűzoltókészüléket.

Pokorni Zoltán polgármester a bemutatót követő sajtótájékoztatón elmondta: a legtöbb baleset nem az utakon, hanem a lakásokban fordul elő. Az önkormányzat célja, hogy valamennyi hegyvidéki polgár biztonságban érezze magát otthonában, ezért egy kerületi feltalálóval közösen akciót hirdet a lakástüzek megelőzése érdekében. Szőcs István egy olyan kisméretű, habbal oltó tűzoltókészüléket fejlesztett ki, amely a hagyományos eszközöknél hatékonyabban használható, ráadásul nem teríti be porral az egész lakást.

A készülékhez az önkormányzati lakások bérlői ingyenesen, míg a kerület többi lakója kedvezményes áron, kétezer forintért juthat hozzá. A megrendeléseket október 31-ig fogadja a polgármesteri hivatal védelmi csoportja. Cím: XII., Jagelló út 24., telefon: 319-10-95.

mm.

A meggyulladt olaj oltásához tilos vizet használni! Ha a serpenyőben égő olajra vizet öntünk, a hirtelen reakció akár ötméteres lángokat is eredményezhet. A legjobb megoldás ilyenkor az, ha a tűz forrását letakarjuk

Elismerés a hegyvidéki polgárok szolgálatáért

Idén első alkalommal adták át „A hegyvidéki polgárok szolgálatáért" elnevezésű érdemérmet. A díjat a polgármesteri hivatal dolgozói kaphatják, akik tartósan magas színvonalon végzik tevékenységüket, jelentős szakmai feladatot oldanak meg, munkájuk során kiemelkedő eredményt érnek el, vagy életútjukkal rászolgálnak az elismerésre. Az újonnan alapított díjat elsőként Mansfeld Lászlóné és Papp Etelka vehette át.

Mansfeld Lászlóné 1973 óta dolgozik a polgármesteri hivatal adóigazgatási irodáján. Az elmúlt harmincöt év alatt a szakterület valamennyi ágát megismerte. Jelenleg a gépjárműadóval, a magánszemélyek kommunális adójával, valamint az építményadóval kapcsolatos ügyeket intézi.

– Kislányom megszületése után kerültem ide, s azóta is ügyintézőként dolgozom. Foglalkoztam adókivetéssel és adóellenőrzéssel. Amióta ezek a feladatok – a helyi adók kivételével – az APEH hatáskörébe kerültek, munkám legnagyobb részét a gépjármű- és ingatlanadóval, illetve a tavaly újonnan bevezetett kommunális adóval kapcsolatos ügyintézés teszi ki. Irodánk végzi az ingatlanok értékbecslését is. Ezek rendszerint hagyatéki bírósági ügyek, vagy végrehajtás esetén hivatalból végezzük. Tavaly közel hatszáz ilyen ügyünk volt. Hozzánk sokszor úgy jönnek a polgárok, hogy vitájuk van velünk, hiszen – mivel adóról van szó – úgy érzik, elveszünk tőlük. Nem ritka a hangos szó. Fontos a türelem és az emberek szeretete, a nyugodt hang, mert csak így lehet oldani a feszültséget. Szerencsére az elmúlt harmincöt év alatt mindig sikerült szót érteni a hozzám fordulókkal. Igyekszem mindenkinek elmondani, hogy adójuk a kerület épülését, szépülését szolgálja.

■ *A munkahelyén kívül mi köti még a kerülethez?*

– Huszonnégy évig laktam itt, édesapám ötvennyolc esztendeje él a Hegyvidéken. Fodrász férjemnek évtizedek óta a Királyhágó téren van üzlete, ezt megelőzően a Krisztina körúton a fodrászszövetkezetben dolgozott. Szerencsésnek mondhatom magam, hiszen 1997 óta egyik lányom az adóigazgatási iroda munkatársa. Hamarosan újra együtt dolgozhatunk, hiszen visszatér a gyes után. Másik lányom szintén önkormányzati vonalon van egy másik kerületben.

■ *Mivel foglalkozik szabad idejében?*

– Természetesen az unokák a legfontosabbak! Hárman vannak, nagyon szeretek velük lenni, csodálatos dolog látni, ahogy nőnek, okosodnak. A hivatali munka után a kertészkedés igazi kikapcsolódást jelent. Élhetek is ennek a szenvedélyemnek, mert Érden egy kis kertes családi házban lakunk, ahol csodálatos virágok nyílnak. Csak azt sajnálom, hogy az egykor annyira híres érdi barack már a múlté… Szeretek utazni is, elsősorban az országon belül, de ha tehetem, szívesen választok külföldi célpontokat. A család kedvence a csíksomlyói búcsú. Évek óta nagyon szép közös program ez a számunkra.

FOTÓK: MAROS MIHÁLY

Mansfeld Lászlóné

■

Papp Etelka 1993. november elseje óta a polgármesteri hivatal munkatársa. Először gyámügyi területen gyermekvédelemmel foglalkozott, innen került 2000-ben az akkor alakuló okmányirodába, amelynek azóta a vezetője.

– Békéscsabán szereztem tanítói diplomát, mielőtt Budapestre jöttem, fél évig a martfűi polgármesteri hivatal szociális irodájának munkatársa voltam. Tizennégy éve dolgozom a Hegyvidéken, szívemhez nőtt a kerület és a hivatal, amelyet első valódi munkahelyemnek tekintek. Hét évig dolgoztam a gyámhatóságon, majd a gyámhivatalnál, közben munkahelyem támogatásával elvégeztem az Államigazgatási Főiskolát. Amikor 2000-ben megkezdődött az okmányiroda működése, én is ott voltam az első négy munkatárs között. Az igazgatásszervezői diplomám és a szükséges szakmai továbbképzések megszerzését követően bíztak meg az irányítással. Az önálló irodában hat fővel kezdtünk dolgozni, majd a feladatok szaporodásával folyamatosan nőtt a létszám, ma már huszonhárman vagyunk. Igazi kihívás volt számomra a munka megszervezése és a munkatársak kiválasztása. Az évek alatt mindig kicsit „magamhoz formáltam" az irodát, ezért szívügyemnek tekintem munkájának külső megítélését. Nagyon fontos számomra a tisztességes, becsületes, jogszerű munkavégzés és a segítőkész, ügyfélbarát ügyintézői hozzáállás, s mindezt maximálisan elvárom kollégáimtól is.

Papp Etelka

■ *Vezetőként milyen feladatokat lát el?*

– Hozzám tartozik az okmányiroda vezetése, az iroda munkájának jogszerű, szakszerű működésének irányítása, az ügyintézők munkájának ellenőrzése, az előkészített döntések jóváhagyása és aláírása. Az okmányirodai munka az egyik legnehezebb hivatali terület. Az állandóan változó jogszabályok ismerete mellett igyekszünk úgy ellátni a mindennap tapasztalható óriási ügyfélforgalmat, hogy az elégedettséggel töltse el a kerületi polgárokat. Büszke vagyok arra, hogy az évek folyamán sikerült stabil csapatot kialakítani.

■ *A hivatali munka mellett jut ideje sportra, szórakozásra?*

– Egész életemben rendszeresen sportoltam. Tizenkét évig megyei szintű csapatban kézilabdáztam, majd a Hegyvidéki Hosszútávfutó Szakosztály tagjaként évekig futottam. Néhány esztendeje a jóga nagyon fontossá vált számomra. Szellemi és fizikai kihívás, ha valaki komolyan foglakozik vele. Én is rendszeresen gyakorlom és tanulom. Igyekszem minél több irányzatát megismerni, és azokat lehetőleg olyan autentikus tanároktól, mesterektől elsajátítani, akik a jóga bölcseleti rendszerének eredeti irányvonalához tartoznak. Idén nyáron szereztem meg a jóga- és pilates-oktatói oklevelet az Egészségért Jóga Stúdiónál, Kehidakustányon, és terveim között szerepel mindkét mozgásforma technikájának oktatása, illetve a jóga jótékony hatásának megismertetése.

MM

PROGRAMAJÁNLÓ

ADVENT A HEGYVIDÉKEN

Budapest XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat ebben az évben is megrendezi az Advent a Hegyvidéken elnevezésű karácsonyi vásárt és kulturális programsorozatot. A szervezők várják kézműves és iparművészeti terméket árusító készítők és vásározók jelentkezését!

Jelentkezési határidő: 2008. október 15.

A vásár időpontja: 2008. november 29-től december 23-ig.

Helyszín: a XII., Kiss János altábornagy utca–Böszörményi út–Margaréta utca által határolt terület.

További információ: Eördögh Judit – 06-70-382-4696, Jókai Klub – 395-8284.

■

„**Adventi Köszöntő"** – Várjuk azok jelentkezését, akik fellépnének, és egy rövid műsorral bemutatkoznának karácsonyi kulturális programjainkon! Bármilyen produkciót szívesen látunk: ének, versmondás, egyéni vagy csoportos színpadi műsor. A jelentkezéshez kérjük a műsor rövid leírását (esetleg kép- vagy hanganyagot).

Jelentkezési határidő: 2008. november 10.

További információ: Torda Judit – 275-1394, viranyos@t-online.hu.

A Hegyvidéki Trianon Társaság és a Nemzet Emlékezés Harangja Alapítvány közös programja október 9-én 18.00. Sashegyi Erika tolmács, fordító: „1956 utáni kálváriám". Sinkovits Vitay András színművész: „1956 szüleim szemével". v. Porubszky István „Potyka": „Vádirat".

Gospelkoncert október 21-én 19.30.

Ősztánc október 22-én 16.00. Táncmulatság nyugdíjasoknak, felnőtteknek. A belépés díjtalan.

Nyugdíjas filmklub és teaház. Válogatás népszerű magyar és külföldi filmekből. Október 22. 14.00 John Curran: Színes fátyol. A belépés díjtalan.

***csörsz*Filmklub** október 22-én 18.00. Pálfi György: Hukkle. Belépő: felnőtteknek 350 Ft/alkalom, diákoknak 300 Ft/alkalom, nyugdíjasoknak ingyenes.

Zurgó-táncház és Zurgó-Dió gyerektáncház október 24-én 20.00. Betáncoló: 300 Ft/alkalom, 500 Ft/alkalom, diákjegy 300 Ft/alkalom. Jegyek a helyszínen kaphatók.

Filmvetítés színházi előadásokról. Október 27. 18.00 Platonov: A hetvenkedő katona (a Radnóti Miklós Színpad előadása). A belépés díjtalan.

A legenda tovább él… Kiállítás Illés Lajos és Pásztory Zoltán emlékére. Megnyitó: október 27-én 18.00. Megtekinthető november 18-ig. A belépés díjtalan.

Családépítő Klub október 27-én 18.30.

Gerlóczy Bea, Gerlóczy Gábor, Gerlóczy Sári festőművészek közös kiállítása. Megnyitó: október 28-án 18.00. Megtekinthető november 11-ig. Köszöntőt mond: Lovas Pál alpolgármester, szakmai megnyitót tart: Feledy Balázs művészettörténész. A belépés díjtalan.

Zergék nyomában, Magas-Tátra. Óvári Árpád előadása október 29-én 18.00. A belépés díjtalan.

Lelki Egészség Klub október 29-én 18.00. Az októberi előadás témája: az intelligencia mérésének jelentősége a pszichológiában. A belépés díjtalan.

Hegyvidéki Egészségklub október 30-án 18.00. A leggyakoribb szív- és érrendszeri betegségek. A belépés díjtalan.

Gemini-klub október 31-én 20.00.

A fák jelleme – festmények. Uesseler Judit kiállítása október 20-ig tekinthető meg, előzetes egyeztetés után (275-1394).

Kertbarát kör október 28-án 16.00. Téma: pekingi tapasztalatok (videó). Előadó: Bartók Sándor elnök. Részvételi díj: 300 Ft. Klubtagoknak díjtalan.

Filmklub október 30-án 13.00. A Hídember (magyar). A belépés díjtalan.

Filmklub a Svábhegyen. Október 9. 14.00 Tímár Péter: Csinibaba. A belépés díjtalan.

Bran-koncert és táncház október 11-én 17.00. Belépődíj: 1000 Ft, gyerekjegy: 600 Ft. www.bran.hu.

Echoes of Pink Floyd-koncert október 18-án 20.00. Belépődíj: 1000 Ft.

Mátyás király és kora – vetélkedő. Internetes forduló október 20-ig, döntő november 14-én 10.00. A vetélkedő résztvevői: a XII. kerületi általános iskolák felső tagozatos, 4 fős csapatai (egy iskolából tetszőleges számú csapat indulhat).

A vetélkedő lebonyolítási rendje: 1. forduló: internetes kérdések kitöltése (a feladatsor a felhasználható irodalomjegyzékkel együtt letölthető a honlapról október 1-jétől. Visszaküldési határidő: október 20.) A megoldásokat postai úton vagy e-mailben kell eljuttatni a jelentkezési címre. 2. forduló: szóbeli döntő az 1. fordulóban legjobb eredményt elérő hat csapat részére. Bővebb információ: Begyik Gábor, Herczeg Eszter, 395-8284, 06-70-334-4468.

Rituális transztánc-élményestek október 25-én 17.00. Telefon: 06-20-333-5588 (Mondok Árpád), saman.trance.dance@gmail.com.

Mit üzen a Szent Korona? (Egy középkori rejtély megfejtése) október 30-án 18.00. Előadó: Dr. Végh Tibor. Belépődíj: 500 Ft (nyugdíjasoknak, diákoknak ingyenes).

Az Ördögszekér Kompánia bábtársulás előadása október 30-án: Időfa. Bérletek, jegyek csak elővételben válthatók! Előzetes jelentkezés: Begyik Gábor, 395-8284. A bérlet ára négy előadásra: 3500 Ft, alkalmi belépő: 800 Ft.

Képek és hangulatok. Konda Szilvia textiltervező iparművész kiállítása megtekinthető október végéig.

Mátyás és Beatrix öröksége. Angyal Júlia textilművész kiállításának megnyitója november 7-én 18.00. Megtekinthető: december 1-jéig.

Válogatás a Hegyvidék festőinek munkáiból október 16-án 18.00. Kiállítás a Magyar Festészet Napja országos rendezvénysorozathoz kapcsolódva. Ádám Zoltán, Ádám Mariann, Brankovics Éva, Cserny Márton, Csoma Gábor, Fábián Noémi, Forgács Péter, Fóth Ernő, Galambos Tamás, Hoffmann Henriett, Kármentő András, Kecskeméti Kálmán, Kicsiny Balázs, Königh Frigyes, Kudász Emese, Makovecz Anna, Pálos Anna, Schaller István, Szemethy Imre, Szilágyi János, Veszely Beáta, Záborszky Gábor művei. A kiállítást megnyitja: Jankovics Marcell. Megtekinthető: október 30-ig, kedden, csütörtökön és szombaton 10.00–18.00-ig.

Kirakat-galéria. Az Alkotás utcától a Városmajor utcában a Hegyvidék Galériáig az üzletek kirakatában egy-egy fiatal alkotó műve látható. Megnyitó: október 16. 17.00 az Alkotás utcai feljárónál, a Magyar jakobinusok tere sarkán.

■

Tini napok a könyvtárban. Országos Tini Könyvtári Napokat rendeznek nem csak tiniknek az Ugocsa utcai könyvtárban. A program: október 7. 16.00–19.00 Ugocsa Kupa (sakkverseny, elődöntők). Október 8. 16.00 „Ketten írtuk" (mesíró- és -illusztráló pályázat eredményhirdetése). Október 11. A mandolától a fuvoláig (a Solti György Zeneiskola bemutatója). Október 12. 10.00–15.00 Könyves vasárnap, Reneszánsz kavalkád, Tini-buli (12 órától), Ugocsa Kupa (sakkverseny, döntő). További információk a könyvtárban! Cím: XII., Ugocsa utca 6.

■

Szűcs Árpád festőművész, restaurátor kiállítása látható október 7-től két hétig a Németvölgyi Általános Iskola első emeletén. Cím: XII, Németvölgyi út 46.

■

A Mednyánszky Társaság kiállítását Lovas Pál alpolgármester és Fábián Gyula újságíró nyitja meg a polgármesteri hivatal folyosógalériájában október 9-én 16.30-kor. A tárlat október 20-ig a hivatal ügyfélfogadási idejében, hétfőn 13.00–17.30-ig, szerdán 8.00–16.00-ig, pénteken 8.00–12.00-ig látogatható.

■

„**Emlékeinkben él a jövő"** – irodalmi est a Német Közösségi Házban október 18-án 17.00. Október az emlékezés ideje a magyar gondolkodásban. Az idei alkalomnak külön hangsúlyt ad a német kisebbség és minden művészetszerető körében, hogy Raksányi Gellért, aki tavasszal itt lépett fel utoljára, már nincs közöttünk. Közreműködnek: Császár Angéla színművész, Petrás Mária énekművész, Szersén Gyula színművész, Blaskó Péter színművész, Oberfrank Pál színművész, Döbrentei Kornél költő, Szeghalmi Elemér irodalomtörténész, Elmer István író. Cím: XII., Költő utca 1/a.

Pályázati felhívás

A katolikus, a református és az evangélikus egyházak 2008-at a Biblia évének nyilvánították.

A XII. kerületi egyházak közösségei a Budapest Hegyvidék XII. kerületi Önkormányzat és a Barankovics Akadémia Alapítvány támogatásával egész napos rendezvénysorozatot tartanak **2008. november 29**-én, szombaton.

Ebből az alkalomból **rajzpályázat**ot hirdetünk **Mit üzen nekem a Biblia?** címmel.

A képek témája lehet bármelyik bibliai történet vagy szereplő, illetve valamilyen szentírási idézet ábrázolása. A képekre rá kell írni vagy csatolni a választott bibliai idézetet.

A tetszés szerinti technikával készült műveket **2008. november 10-ig** lehet beküldeni vagy bevinni a XII. kerületi művelődési központba (1124 Budapest, Csörsz utca 18.). Az alkotások A/3-as méretűek legyenek, vagy kisebb kép esetén A/3-as kartonlapra felragasztva kérjük beadni azokat. A képek hátoldalára fel kell írni az alkotó nevét, életkorát, iskoláját/óvodáját, lakcímét, telefonos és e-mailes elérhetőségét, felkészítő tanárának nevét (ha van), egyházközsége nevét (ha van).

Valamennyi alkotást kiállítjuk, kategóriánként a legjobbakat jutalmazzuk.

A pályázatot öt korcsoportban hirdetjük meg: 1. óvodások, 2. kisiskolások (1–4. osztály), 3. felső tagozatosok (5–8. osztály, illetve az ennek megfelelő korosztály), 4. középiskolások (9–12. osztály), 5. felnőttek.

Az alkotásokat szakemberekből álló zsűri bírálja el. Örömteli felkészülést kívánunk!

„Hegyvidék Tv – a helyi érték"

Nézze Ön is a Hegyvidék Televízió adását!

A Hegyvidék Tv a hét minden napján új, friss műsorokkal várja nézőit. Műsorainkkal tájékoztatást és segítséget kívánunk nyújtani a hegyvidéki élet mindennapi örömeivel és problémáival kapcsolatban. Hírműsoraink tudósításai mellett rendszeresen egyedi műsorokat is készítünk a kerületben történő minden fontos és különleges eseményről, rendezvényről.

Legújabb szolgáltatásunkként a Hegyvidék Televízió Hegyvidéki Híreinek adásait most már a kerület önkormányzatának honlapján is nyomon követhetik az érdeklődők: a www.hegyvidek.eu oldalra kattintva megnyílnak azok a kapcsolódó internetes oldalak, amelyeken műsorunk videoanyagai megnézhetők.

A Hegyvidék Televízió adása jelenleg a Fibernet Zrt. és a UPC kábelszolgáltatók XII. kerületi kábelhálózatain fogható. Azok a kerületi lakosok, akik valamilyen műholdas televíziós előfizetési csomagon keresztül televízióznak, egyelőre nem tudják fogni adásunkat, mivel az országos sugárzási körű műholdas adáscsomagokba a szolgáltatók a médiatörvényre hivatkozva nem adnak csatornát az olyan helyi közszolgálati médiumoknak, mint amilyen a Hegyvidék Tv is.

Felhívás! Várjuk a kerületben élő amatőr vagy profi versmondók jelentkezését, akik szívesen elmondanának egy-egy verset kameránk előtt! Jelentkezés: 201-2204, illetve htv@hegyvidektv.hu.

Szerkessze velünk műsorunkat! Várjuk észrevételeiket, ötleteiket, videoanyagaikat! Küldjék el érdekesnek, értékesnek tartott fényképeiket vagy mozgóképes, videós anyagaikat – mi bemutatjuk azokat!

„Hegyvidék Tv – a helyi érték"
Telefon/fax: 06-1/201-2204
E-mail: htv@hegyvidektv.hu

Kiemelten ajánljuk este 7-től kezdődő műsoraink közül:

Október 8. Beszélgetés a Solti György Zeneiskola 40 éves jubileuma alkalmából Kocsisné Dossy Krisztina igazgatóval és Gémesi Géza karnaggyal. Utána: a Solti György Zeneiskola jubileumi gálaműsorának teljes felvétele.

Október 9. Őszikék nyugdíjas versmondó-verseny a MOM-ban.

Október 10. „Erdélyi örmények" – Ispánki Dávid festőművész kiállításának megnyitója Várady Mária színművésznő előadásával és Szilvay Ingrid zongoraművész játékával.

Október 11. Jazzmania Bigband-koncert. Beszélgetés Szőcs István tűzoltó-szakemberrel, feltalálóval a kerületben ingyenesen kérhető tűzoltókészülékkel kapcsolatban.

Október 12. A Bilicsi-díj átadása: az idei díjazott a Kaláka.

Október 13. MOM-filmklub – Schuster Richárd: „A három hiányzó oldal".

Október 14. A László Gyula Egyesület előadása: Móricz Zsigmond emlékezete.

Október 15. Nemes Attila könyvbemutatója Jankovics Marcellal.

Október 16. Reneszánsz hangszerbemutató és koncert – a mandolától a fuvoláig (Országos Könyvtári Napok rendezvénysorozat).

Október 17. A díszpolgári cím átadása Szőnyi Erzsébetnek. Menczer Gusztáv a Gulag rabtelepei című könyvének bemutatója.

Október 18. Beszélgetés a Solti György Zeneiskola 40 éves jubileuma alkalmából Kocsisné Dossy Krisztina igazgatóval és Gémesi Géza karnaggyal. Utána: a Solti György Zeneiskola jubileumi gálaműsorának teljes felvétele.

Október 19. Vándor Béla Egy őrangyal naplója című könyvének bemutatója.

Október 20. Reneszánsz kavalkád, muzsika a Könyves Vasárnapon – az Ugocsa könyvtárból.

Október 21. Mezei Károly beszélgetése Szinte Gáborral a Saint Simon-templom freskóiról.

Tiszta levegőt mindenkinek!

Autómentes nap gyerekeknek a Jókai Klubban

Óvodások, kisiskolások versengtek a Jókai Klubban az európai mobilitási hét keretében megrendezett autómentes nap tiszteletére. A Hegyvidéken is hódított Sinya és Kükü szelleme!

Az Európai Autómentes Napot (European Car Free Day) hagyományosan minden év szeptember 22-én rendezik, immáron az európai mobilitási hét (szeptember 16–22.) zárásaként. A rendezvénysorozat szeretné felhívni a városlakók és a városvezetés figyelmét a megnövő autóforgalom okozta környezeti, baleseti és városképi problémákra; a közlekedési mód felelősségteljes megválasztására; a fenntartható, környezet- és emberbarát városi közlekedés előnyeire; a közösségi, a kerékpáros és a gyalogosközlekedés fejlesztésének szükségességére.

A mobilitási hetet az Eurocities (Belgium), az Energie-Cités (Franciaország) és a Climate Alliance (Németország) koordinálja, a politikai és pénzügyi támogatást az Európai Bizottság Környezetvédelmi Főigazgatósága (Belgium) biztosítja. Az idén 41 európai és környékbeli ország vett részt a kampányban.

Minden évben más a szervezőbizottság által kiadott jelszó. 2004: Bicajjal a suliba!; 2005: Munkába, iskolába környezetbarát módon!; 2006: Éghajlatváltozás!; 2007: Legyen az utca az embereké!; 2008: Tiszta levegőt mindenkinek!

Mielőtt bárki félreértené, a bevezetőben nem kiskutyákról, versenylovakról vagy két rajzfilmfiguráról van szó… A becenevek sokkal komolyabb, vagyis felnőtteknek, többek között a Jókai Klubban önfeledten vetélkedő kicsinyek apukáinak és anyukáinak is szóló ügyet takarnak.

A fiatalemberek, akik a fenti neveken ismertek a kerékpáros világban, először 2004-ben vittek az utcára több ezer bringást az addig csak esetlen és fölöttébb kényszeredett kezdeményezésekkel „ünnepelt” mobilitási hét záró akkordjaként, az autómentes napon. Ezzel elérték, hogy Magyarország is felkerült az ügyet szolgáló európai térképre. A Svábhegyen működő Jókai Klub az elsők között volt, amely – még ugyanabban az évben – nemcsak tudomásul vette, hogy hazánkat is elérte e nemzetközi mozgalom szele, hanem cselekedett is. A klub munkatársai azonnal felismerték, hol kell elkezdeni a felvilágosítás munkáját.

– A gyökereknél! – mondta lapunknak Herczeg Eszter, a Jókai Klub igazgatóhelyettese, az autómentes nappal kapcsolatos program szervezője. – Mi elsődlegesen a gyerekekhez szólunk, az ő nevelésük a fontos, hisz ők a jövő autótulajdonosai, s addigra a vérükben kell lennie az újfajta világszemléletnek. Most abban a korban vannak, amikor az agy még befogadja az alapvető erkölcsi normákat, amelyek később hatnak az életvitelükre. Ugyanez, sajnos, nem mondható el ránk, felnőttekre. Mi már dogmatikusan gondolkodunk, nehezen fogadjuk el berögződött ideáink megnyirbálását. Különben is, úgy gondolom, a felnőttek „megtérítése” kormányfeladat lenne.

Összpontosítás

Ez volt az a pillanat, amikor egy kicsit a krónikás is elszégyellte magát. A szeptember 19-én megtartott rendezvényre ő is – mea culpa! – gépkocsival érkezett… E „bűnténye” ellen a mentegetődzés sem kínált enyhítő körülményt, miszerint nehéz a fotófelszerelés, vagy lám, „mások” is kocsival vitték el kicsinyeiket a benzingőzmentes levegő érdekében tartott összejövetelre…

■

A klub kertjének alsó végén lévő sportpályán az apróságoknak láthatólag nem akadt problémájuk a lelkiismeretükkel. Érdekes volt megfigyelni: amikor valamelyikük kudarcot vallott egy sportszerrel, a többiek lélekben együtt éreztek vele, másfelől minden sikeres kísérletnek lelkesen, irigység nélkül tapsoltak, legyen az illető vetély- vagy csapattárs. S innen már csupán gondolattársításra volt szükség a reményhez, miszerint a mai csemeték, ha felnőnek, és gépjárművet vezetnek majd, talán több belátással lesznek – másokra.

A kétórás sportprogram teljes egészében arra épült, hogy a helyváltoztatáskor (értsd: közlekedésben) fellépő „energiaszükségletet” a gyermek a saját fizikai erejéből fedezze. Magyarul: használd a lábaidat, amikor csak lehet!

A SZERZŐ FELVÉTELEI
Tekeredik az emberlánc-kígyó

– Vajon eljut-e hozzájuk az üzenet? – kérdez vissza Palotai Istvánné, a KIMBI Óvoda igazgatója. – A válasz igen, mert ma már mindenkinek van, vagy lehet autója, s a gyerekek nemcsak érzik, de értik is, hogy kissé túlzásba visszük napjainkban a gépkocsi használatát. Villamost, autóbuszt csak kívülről látnak, ha kissé túl akarnám dramatizálni, úgy mondanám, a kicsik elfelejtenek gyalogolni…

Ők már talán több belátással lesznek másokra

Az igazgatónő anekdotaként meséli, hogy csoportos kirándulóson nemegyszer előfordul, ők mutatják meg először a metrót vagy a vasutat némelyik óvodásnak. Az érem másik oldalát is említi: a Mártonhegyi úton libasort alkotva, fényvisszaverő, sárga mellényben gyalogoltak fel most a Jókai Klub székházáig, mert „a sok autó miatt nem tartották biztonságosnak a túlságosan keskeny járdát”.

Palotainé ötödik éve vezeti fel a klubba óvodásait és kisiskolásait, valamint fogyatékkal élő gyerekek egy csoportját az autómentes nap eseményeire. A sportos gyakorlatokat az óvodai élet mindennapjaiból állítja össze, majd megbeszéli Herczeg Eszterrel. A programban az idén szerepelt rollerezés, labdakergetés, futás, karikadobás, kordéhúzás, hokilabda-kergetés, labdaparádé és emberlánc-kígyó.

Két kis- és két nagycsoportos csapat küzd meg egymással, fiúk, lányok vegyesen. A csapatok egymás mellé állnak egy-egy sorban, előttük tíz méterre piros forgalomterelő gúla áll. Azt kell megkerülni. Amikor két csapat versenyzik, a másik kettő drukkol nekik. S láss csodát! A nagy izgalmak után mindkét csoportban döntetlennel zárulnak a küzdelmek.

Mire véget ér e kétórás kavalkád, a nebulók már bizalmukba fogadják a köztük lábatlankodó újságírót is, akit nem hagy nyugton a kisördög: marad-e bennük bármi lenyomata ennek az egésznek?

– Mi jut eszetekbe legelőször, ha azt mondom: autó? – kérdezem tőlük.

– A kipufogóból büdös gázok jönnek – mondja egy kék szemű, szőke kislány.

– Én szeretem Danit, az autónkat – vallja be egy rövid hajú, bogárszemű kisfiú.

– Mikor megyünk Kálmán papához, sok-sok-sok autó van mindenfelé. Anyu nagyon mérges, mert sosem érünk oda időben – folytatja egy csintalan tekintetű kisfiú.

– Mi uszodába együtt megyünk, négyen egy kocsiban, a Roland, a Katika, a Jácint és én – szólal meg egy barna kislány.

A csapatok ismét láncot alkotnak, s felfelé indulnak a lépcsőkön a zárt verandán megterített asztalok felé. Kakaós szelet, házi sütemény, valamint gyümölcslé és ásványvíz várja a gyerekeket. Az ajándékkosárból – csiribúcsiribá – fényvisszaverő sapkák és aktuális felirattal díszített pólók kerülnek elő minden résztvevő számára. Az asztalok között harmincas éveiben járó férfi cikázik, fényképezőgép a kezében. Szóba elegyedünk.

Ma még csak izgalmas játék

– Csupán egy apuka vagyok – mondja –, aki kissé restelli, hogy ezen a napon a klub bejáratánál áll az autója, s azzal viszi haza a fiát. De higgye el, ahol mi lakunk, problémás a tömegközlekedés. Egyet megígérek: ha vasárnap szép lesz az idő, lekarikázunk a fiammal a Városmajorba! Amikor elunjuk, a fogasra rakjuk a bicikliket, és azzal jövünk haza.

Kézen fogja a fiát, ő rám mereszti a szemeit, de az apjától kérdezi:

– Ez igaz, apuci?

A férfi válaszként buzgón bólogat.

Arra gondolok, ha e rendezvény mindössze ennyivel járult hozzá a családok életszemléletének megváltozásához, már akkor is pozitív mérleggel zárult…

■

Riporthoz nem szokás utószót írni, ezúttal mégis kivételt teszünk.

Sinya és Kükü – civilben mindketten sikeres üzletemberek, akik nem kívánják nyilvánosságra hozni polgári nevüket – 2004-ben még „csak” négyezer kerékpárost mozgatott meg az ügy érdekében. Múlt tavasszal, a Föld napján már 80 000 bringás emelte magasba kétkerekűjét a Critical Mass startjánál.

Az első kerékpáros felvonuláson (s azóta is a legtöbbjén) részt vett e sorok írója is, akiben – és bizonyára nincs ezzel egyedül – két én harcol: az egyik (az autós) kényelemre, a másik (a kerékpáros) tiszta levegőjű Hegyvidékre, élhető fővárosra vágyik. S bárhogy is próbálja elfogulatlanul, kívülállóként figyelni a két én pörösködését, titokban meg van róla győződve: eljön az a nem túl távoli idő, amikor az utóbbi győzedelmeskedik…

Somogyvári D. György

1992: San Franciscóból útjára indult a Critical Mass mozgalom, kaliforniaiak tízezrei lepték el az utcákat.

1997: La Rochelle-ben (Franciaországban) rendezték az első hivatalos autómentes napot, amelyet összekötöttek az immáron hagyományossá vált Critical Mass mozgalom napjával.

1998: Londonból indult el a Don't choke Britain! (Ne fojtsd meg Britanniát!) mozgalom, amely később kiadta saját, fővárosi jelszavát is: Autó nélkül a városban!

2002: az autómentes nap mellett – annak kísérő rendezvényeként – egy új, tematikus napokból álló rendezvénysorozat jött létre: az európai mobilitási hét.

NÉGY HÓNAP ALATT FELSŐFOKÚ – TÍZ HÉT ALATT KÖZÉPFOKÚ NYELVVIZSGA

Interjú Kovács Blankával és Szekeres Georginával

Kedves Blanka, bizonyára sokakat meglep, hogy lehetséges ilyen rövid idő alatt nulláról felsőfokú nyelvvizsgát tenni. Talán az is szerepet játszott ebben, hogy Ön gyakorló nyelvtanár?

– Valóban, az ELTE bölcsészkarán végeztem, de a sikerhez vezető úton a döntő tényezőt egy számomra új módszer, a Kreatív Nyelvtanulás jelentette.

Tudtommal pontosan négy hónappal az után, hogy először kezébe vette a tananyagot, 90% körüli eredménnyel a nap legjobb szóbeli vizsgáját produkálta – felsőfokon!

–Így van. Akkor kezdtem el tanulni a Kreatív Nyelvtanulással, amikor még heti 35-40 órát tanítottam, de egyáltalán nem esett nehezemre, hogy a mindennapos munka után nekiálljak tanulni, gyakorolni. Sőt, a sikerélmény, hogy már az első lecke után rengeteg mondatot tudtam aktívan használni, még jobban motivált. Alig vártam, hogy újabb és újabb leckékbe fogjak bele, és hogy megismerkedjek a még ismeretlen szavakkal, nyelvtani jelenségekkel.

Ön egy személyben „kreatív” nyelvtanuló és a hagyományos módszereket is tökéletesen ismerő nyelvtanár. Így ritka rálátása lehet a szakmai kérdésekre, és hiteles véleményt mondhat. Mi e módszer fantasztikus sikerének kulcsa? Mitől igazán újszerű és hatékony a Kreatív Nyelvtanulás?

– Én eddigi nyelvtanári munkám során még nem találkoztam ennyire logikus szerkezetű tananyaggal, személyes meggyőződésem, hogy ma ez a legjobb nyelvkönyv a piacon kezdők/újrakezdők számára, illetve akik rendszerezni vagy felfrissíteni kívánják eddigi tudásukat.

Ön pedig, kedves Gina, tíz hét alatt sikeres középfokú C nyelvvizsgát tett, ráadásul egyéni tanulással, tanári segítség nélkül, egy egyedi nyelvtanulási metódussal. Igaz?

– Valóban így történt. A módszer a Kreatív Nyelvtanulás, melynek kidolgozója Gaál Ottó, aki 27 középfokú állami nyelvvizsgájával a nyelvtanulás egyéni bajnoka Magyarországon.

Mitől más és mitől ilyen sikeres ez a módszer?

– Nekem az tetszett benne, hogy azonnal célnyelven kellett megszólalnom, miközben a kétnyelvű tananyag segítségével folyamatosan ellenőrizni tudtam magamat. Nem volt stressz, de volt helyette sikerélmény, visszaigazolás. Így gyorsan kialakul a beszédkészség, ráadásul nyelvtani hibáktól mentesen! Az oktatócsomag és a CD minőségű hanganyagok a középfokú nyelvvizsga követelményeit veszik célba.

Milyen nyelvekből hozzáférhető a Kreatív Nyelvtanulási Módszer, és mennyibe kerül?

– Eddig **angol, német, francia, olasz, spanyol, svéd** és **norvég** nyelvre készült tananyag, a két oktatócsomag ára hanganyaggal együtt ***19 900 Ft***, ez alig egy tucat magánóra költségeinek felel meg.

Kedves Blanka és Gina, sok sikert a további nyelvtanuláshoz!

Tóth László, 20-996-5533, www.kreativnyelvtan.hu

Gaál Ottó nagysikerű tankönyvének bemutatója a XII. kerületben!

ÚJ ÚT A NYELVTANULÁSBAN!
Eredeti módszer, különlegessége az önálló beszédgyakorlás, egyéni tanulási tempó!
ANGOL, NÉMET, FRANCIA, OLASZ, SPANYOL, SVÉD, NORVÉG
Tananyagok megtekinthetők és megvásárolhatók:

a XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Művelődés Központjában (Csörsz utca 18.)
2008. október 10-én és 17-én, pénteken 17 és 19 óra között

Akkreditált programmal,
teljes körű szolgáltatással
ÓVÓDA ÉS JÁTSZÓHÁZ NYÍLIK
Budakeszin október 1-én.
Érdeklődés és jelentkezés
Urbán Mónika Óvoda vezetőnél.
06-30-471-3341

Öné az elsőbbség!
Szeptemberi hirdetési akció a Hegyvidék újságban!
Ne várjon tovább!!!
Hirdessen kedvezményesen!
20% kedvezmény, minden előre lekötött három megjelenés után.
A választás az Öné, a megoldás a miénk!
Részletekért forduljon hirdetésszervezőnkhöz, aki készséggel ad tájékoztatást aktuális hirdetési árainkról.
Ypsylon Média - Kovács Balázs
tel: +36-1-328-0316 fax: +36-1-328-0317 mobil: +36-30-337-9962
e-mail: kovacs.balazs@ypsylonmedia.hu

Fehér László
Bútorrestaurátor
igazságügyi műtárgy- szakértő
Vállalja antik bútorai felújítását korhű anyagokkal, szakszerű technológiával, garanciával.
Budapest,
Keleti Károly u. 41/B.
Nagy Sándor József u. 44.
Mobil: 30/941-8639
Tel: 1/284-4553
web: www.restaurator.hu

Diametrus
Diametrus Kutató, Fejlesztő, Szolgáltató Kft.
Kéménybélelés
FuranFlex technológiával,
bontás nélkül,
elhúzásos kéményekben is.
Gyűjtőkémények bélelésére is
a legalkalmasabb.
Turbós készülékek
kéménye is!
Ingyenes helyszíni
felmérés.
www.diametrus.hu
tel: 464 5881
464 5812
fax: 464 5882

ITT AZ IDEJE
GONDOLNI AZ ŐSZRE
- Író- és számítógépasztalok nagy szín- és méretválasztékban
- Előszobabútorok és gardróbszekrények egyedi összeállításban
- Konyhabútorcsere-lehetőség változatlan feltételekkel
– ingyenes felmérés, tervezés, szállítás
– egyéb bútorterveit is megvalósítjuk
– AGF tolóajtórendszer-térelválasztó- és szekrénybe építhető kivitel
– hatalmas alapanyag, szín- és formaválaszték
... A MÉRETRE KÉSZÜLŐ BÚTOROK BOLTJA ...
ÉBEN BÚTORSZALON
Nyitva: H–P: 10–18 Szo.: 9–13
1123 Budapest, Alkotás u. 27. • Tel./fax: 202-70-57
Honlap: www.ebenbutor.hu • E-mail: info@ebenbutor.hu

Vegyes átlagfogyasztás: 6,2-9,3 l/100 km, CO_2-kibocsátás: 139-223 g/km. Az ajánlat 2008. október 1-től december 31-ig vagy a készlet erejéig érvényes. Részletek a márkakereskedőinkben! Az autó illusztráció.
Mindent elsöprő vágy. Leküzdhetetlen késztetés.
Szerelem első látásra. Örjöngő sóvárgás...
Lássa és érezze!
FordMondeo
Feel the difference
Akarom. Most.
Mondeo
Ivanics Kft.
1116 Budapest, Méhész u 2-4. Tel: 1/226-2232
8000 Székesfehérvár, Palánkai út 7. Tel: 22/889-100
www.ivanics.hu
ivanics AUTÓ

Tanuljunk együtt internetezni!
2008-ban is folytatódik a Magyar Telekom ingyenes internet-oktatási programja.
Az előadás során másfél-két órában gyakorlati példákkal alátámasztva mutatjuk be a számítógép és az internet használatát, és hasznos tippeket adunk ahhoz, hogy Ön is örömét lelje a világhálós szörfölésben.
Az előadás végeztével minden résztvevő internethasználatot segítő füzetet kap ajándékba.
Érkezés és regisztráció 30 perccel az előadás kezdete előtt.
Az előadás témája: Internetismeretek kezdőknek
Várjuk jelentkezését az ingyenesen hívható 06 80 204 850 telefonszámon vagy a www.magyartelekom.hu oldalon!
Az előadások időpontja: október 10., 10.00; október 14., 17.00; október 21., 14.00; október 30., 10.00
Helyszín:
Magyar Telekom Nyrt. székháza, Budapest I. kerület, Krisztina krt. 55.
Megközelíthető 18-as és 56-os villamossal (Mikó utcai megálló), 2-es metróval (Déli pu. végállomás), 5-ös, 78-as és 105-ös autóbusszal (Alagút vagy Mészáros utcai megálló).
T Home
T Mobile
Együtt. Veled
T

AZ ARANYPÓKNÁL
SZÜLETÉSNAPI KEDVEZMÉNY
-20%
Minden Triumph termék vásárlásánál 20% engedményt adunk
OKTÓBER 9-11-IG
7 éves az ARANYPÓK és a TRIUMPH márkaboltja a MOM-ban!
A legnagyobb Aranypók üzlet a hipermarket mellett.
MINŐSÉG, MÁRKA, SZAKSZERŰ KISZOLGÁLÁS
ARANYPÓK
VONZÓ ÁRAK
Triumph
www.aranypok.hu

HEGYVIDÉKI UTCÁK – FELVIDÉKI TELEPÜLÉSEK

Nagysalló utca

A felvidéki helységekről elnevezett kerületi utcákat végigjáró sorozatunk a Nagysalló utcával folytatódik, amelynek neve mindenki számára ismerősen csenghet. A település az 1849-es tavaszi hadjárat egyik ütközetének helyszíne volt, ahol a magyar hadak legyőzték az osztrák erőket.

FOTÓ: HELYTÖRTÉNETI GYŰJTEMÉNY

A nevezetes csata emlékműve

A Nagysalló utca a Lejtő és a Németvölgyi utat köti össze, 1931-ben kapta a nevét. Az egykori Bars vármegyében fekvő településről nevezték el, ma a község a nyitrai kerületben található, huszonöt kilométerre Lévától.

Neve eredetileg a sarló szóból származik, első említése még Surlou néven történt 1156-ban. A középkor évszázadai idején az esztergomi érsekség birtokának számított, a körülötte fekvő falvakkal együtt. Mezővárosi rangra 1508-ban emelkedett, azonban polgárai nem élvezhették sokáig az ebből származó előnyöket, mert 1561-ben török csapatok feldúlták és felégették Nagysallót. Éppen azon a határvidéken feküdt a település, amelyet a török még „kényelmesen" tudott fosztogatni, ezért a lakosság jelentősen megcsappant a török kor végére: a közel kétszáz háztartásból mindössze nyolcvan maradt meg a XVIII. századra.

A város leginkább arról a csatáról nevezetes, amelyet a közelében vívtak 1849. április 19-én. Itt verték meg a Damjanich által vezetett magyar csapatok a Nyitra vonalát védő Ludwig Wohlgemuth altábornagy seregeit – egy 1876-ben felállított emlékmű a mementója mindennek. Nagysallóhoz tartozik közigazgatásilag Kissalló, ahol a látogatók egy XVII. században, reneszánsz stílusban épült kastélyt láthatnak, amely azonban elveszítette eredeti stílusjegyeit, amikor 1927-ben neoklasszicista stílusban átépítették. A település híres szülötte Dudich Endre (1895–1971) zoológus professzor, aki az aggteleki Baradla-barlang állatvilágának kutatásában szerzett érdemeket.

Mintegy száz éve, 1910-ben még túlnyomó részt magyarok lakta településnek számított, míg 2001-re a 2926 lakosból 1771-en vallotta magát szlováknak, és 1035 volt a magyarok száma. Ez az arány azonban tovább romlik a jövőben, mivel 2006-ban a nyolcvan gyereket ellátó magyar általános iskola első osztályába már csak négyen iratkoztak be.

Balázs Attila

Gaudiopolis õrangyala

Utcát neveztek el Sztehlo Gábor evangélikus lelkészről, kétezer ember megmentőjéről

Immár Sztehlo Gábor utcának hívják az Árnyas út és a Budakeszi út közötti egykori Árnyast közt. A névadó több száz gyermek számára az utolsó támaszt jelentette a második világégést követő években.

Sztehlo Gábor evangélikus lelkész a Jó Pásztor keresztény szervezet és a Nemzetközi Vöröskereszt támogatásával kétezer zsidó gyereket és felnőttet mentett meg a második világháborúban. A német megszállás után gyermekotthonokban, pincékben bújtatta a menekülteket. Gyakran említette: ha túlélik a háborút, gyermekállamot alapít az árváknak. A háborút követően védencei közül sokan hiába várták vissza szüleiket. Egyetlen támaszuk Sztehlo Gábor maradt. Budapesten a hadiárvák hontalan csellengőként bandákba verődtek. Minden állami otthon megtelt, akit már sehol sem tudtak befogadni, Sztehlo gondjaira bízták. A lelkész több száz fős gyerekcsapatnak keresett lakhelyet 1945 tavaszán.

A Weiss Manfréd család egyik rokona segített: zugligeti, megüresedett villáikat ajánlotta fel a „hajléktalanoknak". A nagyobb fiúk a Budakeszi út 48.-ba, a „Farkastanyára" költöztek, a kisebbek a szomszédos épületekben rendezték be a „Fecskefészket". Aztán lányok is érkeztek, végül már 700-800 főre duzzadt a létszám. Életrajzában később azt írta Sztehlo, hogy a szovjetek bevonulása előtt zömében a zsidó értelmiségiek gyerekeit szállásolták el, de '45 nyarára egyre több menekült katonatiszt, hivatalnok csemetéje került hozzájuk.

Az ifjúsági telep tagja lett többek között a nemesi Apor család sarja, József Attila nevelőapjának, Makai Ödönnek két fia, Szauer Ottó, aki később Orbán Ottóként vált ismert költővé, és Szilágyi János, aki riporter lett. Bár a svájci és a dán vöröskereszt élelemmel, bútorral segítette őket, a lelkész irányításával önfenntartó gyerektársadalom alakult ki. A diákok nemcsak ott tanultak, hanem iskolát, sportpályát építettek maguknak, gyümölcsöt termesztettek, kézműves-műhelyükben dolgoztak. Majd megalapították Gaudiopolist, az Örömvárost. A gyerekköztársaság 1945 szeptemberében jött létre – öt hónappal megelőzve a Magyar Köztársaság kikiáltását.

A fiatalok vetélkedőket, ünnepségeket szerveztek, énekkart, könyvtárat létesítettek. Aki akart, szakmát is tanulhatott, például faesztergálást, villanyszerelést. Gaudiopolisban nem volt kötelező a munka, ám az „örömpolgárok" szívesen vállalták a feladatokat. A lelkész által készített állampolgársági könyvükben jegyezték fel teljesítményüket, amiért fizetést is kaptak. Pénzük a „Gapo dollár" volt, amelynek mindenkori árfolyama egy villamosjegyet ért. A játékbankót élelmiszerre válthatták át.

A gyerekek köztársaságuk alkotmányát is rögzítették, törvénykönyvet alkottak. Rendetlenségért, késésért nyilvános dorgálás járt, viszont ki is közösíthették, akit hazugságon vagy lopáson értek. Ám efféle bűnökre nemigen akadt példa. Egyébként Gaudiopolisnak még „állami vicclapja" is volt: a Gapo Matyi. Sztehlo teljes vallásszabadságot hirdetett a mikroállamban. Istentiszteletét az hallgathatta, aki akarta. Gaudiopolist sem a magyar állam, sem az egyház nem támogatta. Bár a Nemzetközi Vöröskereszt sokat segített, ma is rejtély, hogyan tudta megszervezni a lelkész több száz gyerek ellátását és a villák fenntartását.

FOTÓK: HELYTÖRTÉNETI GYŰJTEMÉNY

A mini köztársaságot 1950-ben államosították, az Örömvárost felszámolták, Sztehlónak semmije sem maradt. Családja Svájcba emigrált, a lelkész 1960-ban követte hozzátartozóit. Szívinfarktust kapott, majd felépülése után egy svájci kisvárosban vállalt templomi szolgálatot. Még megélte, hogy 1973-ban a Jad Vasemben a Világ Igazai közé választották. Néhány hónappal később a postás egykori megmentett gyerekek leveleivel kereste fel a templomkertben. Órák múlva arra járva a kézbesítő észrevette, hogy a lelkész még mindig ott ül, mozdulatlanul, szálfaegyenesen – úgy érte a halál. Sztehlo Gábort Nobel-békedíjra is felterjesztették, de azt akkor – 1971-ben – Willy Brandt kapta meg.

B. A.

Visszaemlékezés Szibériára

Menczer Gusztáv könyve

Menczer Gusztáv kilenc évet töltött Kelet-Szibériában, szovjet kényszermunkatelepeken. Hazatérve az ÁVH megkereste, és hallgatásra kötelezte. A rendszerváltást követően véget ért a kényszerű „csend"; alapító tagja és elnöke lett az egykor a Szovjetunióban raboskodó társait felkaroló érdekvédelmi szervezetnek, valamint a Kárpótlási Hivatal társadalmi kollégiumának vezetői posztját is betöltötte 2006-ig.

A Gulág rabtelepei című könyvének bemutatóját a XII. kerületi művelődési központban tartották szeptember 23-án. Menczer mindössze huszonnégy éves volt, amikor ártatlanul – kémkedés vádjával – a szovjet hatóságok letartóztatták, és tízévnyi kényszermunkára ítélték. Éhezve, betegségektől sújtva, akár mínusz 60 fokos hidegben is dolgoztak a rabok. Az embertelen körülmények ellenére Menczer mégis haza tudott jönni – az elhurcolt ötvenezer polgári személy közül mindössze tízezernek sikerült ugyanez.

A könyv érdekessége, hogy a hazatérés pillanata nem tesz pontot a történtekre, hanem ismerteti az egykori rabok sorsát napjainkig. A személyes visszaemlékezésen kívül tartalmaz eredeti, a szovjet levéltárak mélyéről előkerült dokumentumokat, amelyek alátámasztják a szerző személyes beszámolóját. A mellékletben három másik egykori rab visszaemlékezései olvashatók. A különböző kulturális közegből érkező, eltérő korú emberek tollából származó nézőpontok, illetve egy történeti igényességgel megírt fejezet segítségével teljes képet kaphatunk a történelem e mai napig agyonhallgatott fejezetéről, amely több százezer magyar életet követelt.

A könyvbemutatón Pokorni Zoltán polgármester köszöntője után a kerületi helytörténeti gyűjtemény vezetője, Balázs Attila beszélgetett a szerzővel. Számos olyan adatot és történetet megismerhettek az érdeklődők, amelyek a könyv alapját képezik, így képet kaphattak arról, miért is érdemelte ki a kötet, hogy több felsőoktatási intézmény, így a Pázmány Péter Katolikus Egyetem is felvegye a hallgatói számára ajánlott művek listájába.

A.

Egy írógép hazatért

FOTÓ: HELYTÖRTÉNETI GYŰJTEMÉNY

E sorok írója fiataloknak tart hetente önképzőkört egy belvárosi helyiségben, ahol a közelmúltban feltűnt egy mindig „útban lévő" Continental írógép. Ha sokan voltunk, az éppen legerősebb rakta arrébb. A ma már muzeálisnak számító darab éveken át a Tusnádi utca 18-as számú házban kattogott egy igen szerény életet élő szalézia nővér ujjai alatt.

Vadas Éva 1911-ben született, és eredetileg a Zeneakadémiára készült, zongora szakra. Közben megtetszett neki a Szociális Missziótársulat munkája, így 1935-ben letette a fogadalmat. 1948-ban ismerkedett meg azzal az úttal, azokkal a célkitűzésekkel (valamint magával a későbbi alapítóval is), amelyekből kialakult a Bokor közösség. A Bulányi György piarista szerzetes-tanár által létrehozott bázisközösségi mozgalom a rendszerváltásig működött. Alapvetően katolikus volt, de nyitott és kritikus gondolkodása egyetemessé tette. Az egyén, a család, a közösség, az egyház, a társadalom, az emberiség, az élővilág gondjaira egyaránt válaszokat keresett. Számos tagja szenvedett hosszú ideig börtönben az ötvenes években.

Éva, dacára nehéz életkörülményeinek, sokszor napi hatnyolc órát gépelt a Bokor közösség részére. Ez évtizedekig így ment: napi feladatok, munka, az önként vállalt munka, hitéleti teendők, az emberi kapcsolatok ápolása. Egykor volt börtöntársait is rendszeresen látogatta (meggyőződéséért ugyanis kétszer őt is elítélték).

Vadas Évának a Bokor-irodalmon kívül szinte egyetlen hagyatéka ez az írógép, amelyet a rendszerváltás után magával vitt az újból megnyílt Szociális Missziótársulat Krisztina körúti rendházába. Élete végén már ő is számítógépen dolgozott, de régi gépe haláláig a szobájában volt. Onnan került abba a bizonyos belvárosi terembe, majd nemrég a Hegyvidéki Helytörténeti Gyűjteménybe – remélhetően végleges helyére.

Kertész István

Süss Nándor jubileuma

Süss Nándor születésének 160. évfordulóján megemlékezést tartott a MOM Emlékalapítvány a világhírű mérnök Farkasréti temetőben található sírjánál szeptember 25-én. Az alapítvány gondozza az egykori gyáralapító végső nyughelyét, és évről évre megkoszorúzza azt Süss születésnapján. Süss Nándor 1848-ban született a németországi Marburgban. Magyarországon először tanított, majd vállalatot alapított, amely a Magyar Optikai Művek jogelődje volt. Az üzem már Süss idejében is a XII. kerületben, az Alkotás utca és Csörsz utca sarkán fekvő telken állt. Az egykori gyáros nevéhez több szabadalom fűződik, míg cége több alkalommal nemzetközi elismerésben is részesült.

(B)

Nyílt nap

FOTÓ: PERGI ZSOLT

Nyílt napot rendeztek a fogaskerekű vasútnál a Kulturális Örökség Napjai alkalmából. A városmajori végállomásnál található egyik szerelőcsarnokban egy 1874-ben gyártott, eredeti állapotú nosztalgiakocsit, valamint egy 1929-es, felújított, 30-as, illetve 40-es pályaszámú mozdonyt és Rowan-kocsit tekinthettek meg az érdeklődők

Hangversennyel ünnepelt a Solti György Zeneiskola

Negyvenesztendős a Solti György Zeneiskola. A Hegyvidéki Ősz programsorozat részeként hangversennyel emlékeztek a jeles évfordulóra, aminek a Zene Világnapja is aktualitást adott.

„Hiszek a zene semmi mással nem pótolható nevelő hatásában, a zene nagyszerűségében, lélekformáló erejében." A névadó mellett az alapítók is ebben hittek, amikor 1968 őszén 186 növendékkel létrehozták a Solti György Zeneiskolát. A tanulók létszáma 1972-re szinte megduplázódott, míg jelenleg közel ezren járnak oda.

A jelentkezők a kezdeti öt hangszeres tanszakhoz képest ma már tizenhét instrumentumból választhatnak. Ezek sorában a hagyományosnak számító fúvós és vonós hangszereken, valamint a zongorán és gitáron túl olyan különlegeset is találhatnak, mint az orgona. A fejlődés időről időre szükségessé tette az „áttelepítést". Először 1990-ben költözött az intézmény – a volt Úttörőház épületébe –, majd 2006-ban a Kós Károly Általános Iskola Temes utcai szárnyában talált új otthonra. A világhírű karmester, Solti György nevét 1998-ban vette fel. A mostani, kedvezőnek mondható helybéli adottságok ellenére az iskola pedagógusai tizenhárom hegyvidéki oktatási intézményben tartanak további órákat azért, hogy a diákoknak minél kevesebbet kelljen utazniuk.

A Solti György Zeneiskola fő filozófiája, amint a jubileumi hangverseny köszöntőjében Kocsisné Dióssy Krisztina igazgatónő kifejtette: az együttmuzsikálás örömének átadása, valamint zeneszerető és értő emberek kinevelése. E vezérelv hitelességét mi sem bizonyítja jobban, mint hogy a programban egyetlen szólóprodukció sem kapott helyet. A kétórás koncerten az intézmény szinte valamennyi hangszeres csoportja fellépett, teljes képet adva az ott folyó magas szintű munkáról. A jelenlegi és volt diákokból, valamint tanáraikból kikerült előadók Mozart, Verdi és Bach darabjai mellett felidézték Hubay Jenő, a XII. kerületben élt s éppen húsz esztendeje elhunyt Sugár Rezső, valamint természetesen a névadó Solti György alakját. Olyan művek is elhangoztak, amelyek nem tartoznak a szorosan vett klasszikus zene kategóriájába, a gyerekek mégis szeretik játszani.

Az iskolát kedves hangú levélben köszöntötte a világhírű karmester özvegye, Lady Valerie Solti, s a zsúfolásig megtelt teremben ismert személyiségeket is felfedeztünk: Sólyom László köztársasági elnök, vagy a Hegyvidék legfrissebb díszpolgára, Szőnyi Erzsébet zeneszerző is ott ült a Csörsz utcai művelődési központ megújult nézőterén. Az iskolát fenntartó önkormányzatot Lovas Pál alpolgármester és az oktatási iroda vezetője, Bak Ferenc képviselte.

A Fővárosi Pedagógiai Szolgáltatás vezetőjétől, Magyar Margittól a négy évtized elismeréseként oklevélben részesült az intézmény, amelyet az iskola igazgatónője vett át. Az ünnepi hangversenyt a Gémesi Géza karnagy vezetésével fellépő, méltán kedvelt Budapest-Hegyvidéki Kamarazenekar produkciója zárta.

Janzsó Tamás

A SZERZŐ FELVÉTELE

Számukra öröm az együttmuzsikálás

Elégedett gyerekek kiállítása

A Fekete István Általános Iskola és Előkészítő Szakiskola növendékeinek munkáiból látható kiállítás a polgármesteri hivatalban. A folyosógalériában és a vitrintárban bemutatott alkotások a gyermeki ártatlanság legszebb megnyilvánulásai.

Mindig öröm, ha egy kerületi iskola diákjai olyan teljesítményt nyújtanak, ami méltó a bemutatásra – mondta a kiállítás megnyitóján Pokorni Zoltán. A polgármester szerint ilyen tárlattal kedveskednek Hegyvidék közönségének a Fekete István iskola művészpalántái, akik rajzaikkal, szobraikkal, kisplasztikáikkal vidámságot hoztak a hivatal épületébe.

A bemutatott alkotások azt bizonyítják, hogy elégedett gyerekek ülnek az iskola padjaiban. Minden oktatási intézmény legfontosabb feladata pedig éppen ez, hogy sikerélményt nyújtson, ahogyan ez a Fekete István iskolában tetten érhető – fogalmazott Pokorni, majd hozzátette: olyan alma máterekre van szükség, ahol felszínre hozzák és továbbfejlesztik azokat a képességeket, amelyek kiemelik az egyént a többiek közül. Tudásuk birtokában a gyerekek örömmel járnak iskolába, mert érzik, hogy fontos tagjai a közösségnek. A tehetséget a művészetek terén is ápolni kell, lehetőséget adva a gyerekeknek, hogy festés, rajzolás, formázás közben megismerjék az alkotás örömét.

FOTÓK: MAROSMIHÁLY

Ennek bizonyítéka a Fekete István iskola tárlata, ami egyaránt dicséri a gyerekek és nevelőik munkáját – zárta beszédét a polgármester, majd ajándékokat adott át az intézmény tanárainak, valamint a legjobb eredményeket elérő növendékeknek.

(m)

A tudós belsőépítész

Batári Ferencre, a keleti szőnyegek szaktekintélyére emlékeztek

Az idén lenne hetvennégy éves Batári Ferenc művészettörténész, a keleti szőnyegek nemzetközileg elismert szaktekintélye. Halálának harmadik évfordulóján családja és a hegyvidéki önkormányzat közösen helyezett el emléktáblát Hollósy Simon utcai otthona falán.

Az emléktábla ünnepélyes leleplezésén dr. Czorma László, a Keszthelyi Kastélymúzeum igazgatója a nagyhírű muzeológus szakmai és emberi értékeit méltatta. Mint mondta, Batári azon kevesek egyike volt, aki egész életében nem tett mást, „csak" minden körülmények között, megalkuvás nélkül végezte a dolgát. Negyven éven át foglalkozott bútorokkal az Iparművészeti Múzeumban, tárlatain a térszervezés egy addig ismeretlen szemléletét honosította meg. Organikus belső tereket hozott létre, összhangot teremtve a kiállított tárgyak és a kulisszák között. Tudós volt, egyben kifinomult belsőépítész, aki szépséges enteriőröket alkotott.

Életét két nagy szenvedélye, a fa és a textil, a bútor és a szőnyeg kísérte végig. Tisztelegve munkássága előtt, az Iparművészeti Múzeumban megtekinthető Crivelli-szőnyeget halálának második évfordulóján Batári–Crivelli-szőnyegnek nevezték el. Kipróbálta magát a képzőművészetek világában is, gimnazistakorában keramikusnak készült, festett és korongozott, lírai énjét versírásban teljesítette ki.

Batári Ferenc olthatatlan szeretettel fordult munkájához – hangsúlyozta dr. Lovas Zsuzsa, az Iparművészeti Múzeum nyugalmazott igazgatója. Különleges kapcsolatot alakított ki a tárgyakkal, amit kiállításain keresztül továbbadott a közönségnek. Nem csupán a múzeumok gyűjteményeit ismerte aprólékos részletességgel, hanem otthonosan mozgott a kereskedők, a gyűjtők és az aukciók világában. Ha szükség volt egy ritka tárgyra, rögtön tudta, kihez kell fordulni. Publikációk sorával gazdagította a nemzetközi szakirodalmat, egyebek mellett neki köszönhető az Iparművészeti Múzeum első katalógusának bútorokkal és szőnyegekkel foglalkozó fejezete.

Az Erdélyi Örmény Gyökerek Kulturális Egyesületben végzett munkáját emelte ki dr. Issekutz Sarolta. Az egyesület vezetője elmondta: Batári Ferenc alapítóként éveken át tevékeny tagja volt a közösségnek. Kiválóan ismerte az örmény gyűjteményeket, tanácsaival segítette megmaradásukat. A hetvenes években rendszerezte az Orlay utcai örmény katolikus plébániában őrzött tárgyi emlékeket, ám nem érhette meg a megalakuló múzeum közgyűjteménnyé nyilvánítását.

mm.

Az intim és a bőbeszédű

Kortárs festmények a Volksbank Galériában

„Ha a figuratív új festészetünknek lenne aranycsapata, abban bizonyára bérelt helye volna Hajdú Kingának és Kósa Jánosnak. Mindkettőjük művészete a táblakép szűkre szabott keretei között teljesedik ki, és szigorú következetességgel azon belül építkezik. Az olaj/vászon, valamint a vállalt történeti tradíció közösségén túl útjuk merőben eltérő, Hajdú intim, szűkszavú 'miniatúrái' mellett Kósa barokkosan bőbeszédű tablói állnak. A Volksbank galériájában kiállított munkáik ezúttal a kortárs magyar festészet sokszólamúságáról is tanúságot tesznek" – írta Révész Emese művészettörténész az Új művészetben megjelent cikkében a Kósa János–Hajdú Kinga házaspár kiállításáról.

A két művésznek a kilencvenes években nagy szerepe volt az ezredfordulón kiteljesedő technorealizmus előkészítésében. Képeik azonban nem szenvtelen vásznak. Rieder Gábor szerint Hajdú Kinga a giccs fenyegető kliséivel játszik, Kósa János pedig a régimódi allegóriák nyelvén beszél az őt körülvevő világról, a legvidámabb barakk történelmi abszurditásától az akadémikus művészképzésben tapasztalt anomáliákig.

Aknai Katalin művészettörténész a megnyitón hangsúlyozta: ez a kiállítás elsősorban Magyarországról szól. Kósa a közelmúltba lép vissza, Hajdú pedig a térbe, Balaton-felvidékre. A múlt kisszerű, követhetetlenül egymásra halmozott vizuális törmelékeit együtt szemlélhetjük a jelen fojtogató szürkeségét ábrázoló képekkel. A kiállítás október 19-ig tekinthető meg a Volksbank Istenhegyi úti galériájában.

Kérész Gyula

Vadasparki

A Vadasparki Olimpia eredményhirdetését másnap reggel, nyitás előtt tartották Mafla muflonék karámjában. Ők rendelkeztek olyasfajta kőrakással, mely, ha távolról is, emlékeztetett az olimpiai dobogóra, s egyúttal elbírta Rongyos bölény súlyát.

Kisjanó, a Vadasparki Olimpiai Bizottság elnöke olvasta fel a versenyszámok győzteseinek neveit. Igazi Nyuszival, Dirr-dúr Kandúrral és Micikével, a mezei egérrel a sarkában ugyancsak ő adta át a szalmából és kökénylevelekből font „babérkoszorúkat", amelyek homloki részén egy szem érett kökénybogyó jelképezte az első helyezést, az aranyérmet. Érdekes módon csupán győztesek voltak ezen az olimpián! A részt vevő állatok között egyetlen egy sem végzett a második vagy harmadik helyen, vagy akárhol a vert mezőnyben.

TITKÓ LIDIKÓ GRAFIKÁI

Mivel nem voltak vesztesek, így mindenki boldognak látszott. Patadübörgés, szárny- és csőrcsattogás, mancsok dobolása, lelkes hurrázás és éljenzés fogadott minden egyes győztest, amikor megjelent a kőrakás tetején, hogy Kisjanó a fejére illessze a „babérkoszorút". Teljes (és fölöttébb vidám) volt a hangzavar. Tudósnak a nyála is elcsöppent a dobogó tetején, alig várta, hogy magában lehessen, s felfalhassa az „aranyérmét".

Süni, a szellemi olimpia győztese maradt utoljára, mivel időt kellett neki hagyni, hogy megmászhassa a kőrakást. Őt később a hátukon hordozták körbe a többiek, olyan mély nyomot hagyott bennük okossága és bátorsága. Nem voltak egészen tisztában azzal, mit is jelent tulajdonképpen a „szellemi olimpia", de a gondolat lenyűgözte őket: csodálatos érzés lehet szellemi olimpiai bajnoknak lenni! „Az olyan… olyasféle, mint…" – gondolták magukban az állatok, ám e ponton mindnyájan elakadtak. Csupán annyit értettek az egészből, hogy (Kisjanó szerint) Sünike most olyan nagy tekintélyű bölcsek rangjára emelkedett, mint Lexi, a bagoly és Tudós, a szamár. Ezért (ugyancsak Kisjanó javaslatára) a vadaspark népe megszavazta a hozzájárulást, hogy hármójuk BT-t alapítsanak, ami ez esetben nem Betéti Társaságot jelentett, hanem Bölcsek Tanácsát.

■

Este, zárás után, Gyula bá' irodájában, a szálkásra kopott íróasztal tetején gyülekezett az állatbizottság. Senki sem terjesztett elő javaslatot, hogy jöjjenek össze, mégis megtették. Képtelenek voltak napirendre térni a tény fölött, hogy eddig nem vették észre, Süninek mennyi sütnivalója van. Hogy ez a jelentéktelen, tüskékkel agyonhintett, fű alatt izgő-mozgó jószág ilyen okos. Aki oly könnyedén válaszolt a saját maga által feladott kérdésre: miért van a tevének púpja? Hát persze hogy megszokásból! Pontosan úgy, ahogy Süni pillanatok alatt kivágta. Hogy ez eddig nem jutott nekik az eszükbe!

– Te mire gondoltál, Micike, miért van Kamill tevének púpja? – fordult Igazi Nyuszi a mezei egérhez. – De őszinte legyél ám!

– Én… én arra gondoltam – sütötte le szemeit Micike –, hogy azért, mert nem ült egyenes derékkal az iskolában, amikor kicsi volt…

– Haha! A makkocskáját, micsoda butaságokat beszélsz – rengette kerek kis pocakját a nyúl. – És te, Dirr-dúr Kandúr? Az igazat halljam ám!

– Én… – emelte fel zöld szemeit a mennyezetre szégyenkezve a macska –, én arra gondoltam, Kamill egy parányi homokdűnét cipel a hátán, hogy jobban el tudjon bújni a sivatagban az igazi dűnék között…

– Hihi! A makkocskáját, ez még nagyobb butaság, mint az előbbi! Még hogy Kamill…

– Nos, akkor *te* mire gondoltál, Igazi Nyuszi? – buggyant ki a kérdés szinte egyszerre a macskából és az egérből. – De *te* is az igazat mondjad ám!

A nyúl arcára fagyott a nevetgélés. Nokedli méretű farka olyan gyorsan verte az asztal lapját, hogy olyasféle hangot adott ki, mint amikor valaki így csinál: brrrrrr!

– Én… – makogta hátra csapott fülekkel – ééén…

– Nos, te…?

– Én arra gondoltam, a makkocskáját, hogy Kamill a púpjával akarja zavarba hozni a tevegelőket: vajon a nyerget a púp előtt

„Ami szíven üt a zenében, az a dallam…”

Szőnyi Erzsébet, Hegyvidék díszpolgára

A Tanárnő élete egybefonódott a kerület modern történelmével. A családi album fényképeinek hátterében a hegyvidéki táj ismerős, mégis ismeretlen. A társasház közelében lévő Szent Márton kápolna a múlt század első harmadában csupán egy felkiáltójel a domboldal kopasz homlokán. A lakásban kitágul a világ – a falakat borító brómbarna fotográfiák a közelmúlt zeneirodalmának legnagyobbjait őrzik. A szék, amelyre leültet, százéves. A brokát párna rajta annál is idősebb.

Szőnyi Erzsébet, a nemzetközi hírű zeneszerző és zenepedagógus a Márvány utca 23. alatt lévő bérházban született 1924-ben.

– Az egyetlen kiépített utca volt a környéken akkoriban – emlékezik vissza. – Napjainkban két márványtáblát talál a falon. A világháború előtt ott lakott a nyilasok által kivégzett Kálló Ferenc esperes, valamint a „rebellis” püspök, Ordass Lajos. Utóbbi évekkel később régi lakásunkba költözött.

A húszas évek végén édesapja, az Országos Földhitel Bank tisztviselője telket vett a jelenlegi Tamás utcában, és házat épített. Az albumban a hatéves, lenszőke Erzsike homokbuckán ül, körülötte rét, legelő, bozótos. E halmon épült fel a ház. Apját ugratták a kollégái, hogy temetőbe mentek lakni. „Odalent”, a városban csupán a Farkasréti temető volt ismerős e tájról. A családfő megrögzött kiránduló volt. Útjaira magával vitte kislányát, járták a környéket a Normafától Hűvösvölgyig, a Gugger-hegytől a János-hegy csúcsáig.

Erzsikéből Erzsébet lett (barátoknak maradt Zsike), a Szilágyi Erzsébet Gimnázium tanulójából a világ egyik legismertebb zenepedagógusa, a Zeneakadémia professzora. Ötvenöt éven keresztül e ház jelentette az otthont, ahová a fárasztó napok, utazások estéin hazatért, ahol a félszobát elfoglaló fekete zongorán születtek gyermekkorunk legtöbbet előadott kórusművei. (Kisdiákkoromból most is fülembe cseng a bekonferálás a Kossuth Rádióban: „Szőnyi Erzsébet művét a Magyar Rádió Gyermekkórusa adja elő, vezényel Botka Valéria”.)

– Amikor férjem 1985-ben betöltötte a hetvenet, a két unokára hagytuk a házat, s ide, az Ormódi utcába költöztünk, relikviáinkkal együtt.

A fotográfiák mellett a lakásberendezés minden egyes darabja titkot rejt gazdái életéből. Könyvektől és emléktárgyaktól roskadoznak az almáriumok, a polcok, a vitrinek. Körülnézek, és az elmúlt évszázad zenetörténelmével találom szemben magam. Lábujjhegyre kívánkozom, olyannyira múzeumi a levegő.

Egyetlen név és arc uralkodik a többi fölött: Kodály Zoltáné. A Tanár úré, a Mesteré, akitől Szőnyi Erzsébet a zeneművészet boszorkánykonyhájában a legtöbbet kapta.

– Befelé élő művész volt, de határozott véleménnyel bírt mindenről. Csak azok előtt nyilvánította ki, akik közel álltak hozzá. Kivételes szerencsém, hogy én ezek egyike lehettem. Gimnazistakorom óta ismertük egymást. Gyakori látogató volt rendezvényeinken, ahol zongorán kísértem előadókat, s volt egy saját kórusom is. A Zeneakadémián, huszonegy éves fejjel, az a megtiszteltetés ért, hogy egy évre helyettesíthettem őt a katedrán.

Erzsébet asszony, aki a Kodály-hagyomány legjobban beszűrt ápolójaként zenei körökben büszkén viseli a Tanárnő titulust, mosolyogva emlékezik.

A SZERZŐ FELVÉTELE

– Férjem, Gémes Lajos jogász volt, szenvedélyesen kertészkedett a Tamás utcában. Kodály imádta a friss epret, málnát, kerti zöldséget. Tíz éven keresztül, amíg Emma néni, a zenetudós első felesége élt, egyetlen gyümölcsszüretet sem hagyott ki nálunk.

A két házaspárt szoros barátság fűzte össze, a Szőnyi–Gémes duó is gyakori vendég volt a Kodály köröndön, ahol Kodályék az ablaktáblák között nevelgették a Tamás utcai kertből kapott krizantémokat.

Zeneakadémiai hallgató korában számos nagymester óráit látogatta. Közülük is kiemelkedik Weiner Leó, aki kamarazenét oktatott, valamint Ferencsik János, a karvezetést előadó legendás karmester, aki komoly baráttá vált.

– Megdobban a szívem, amikor feljövök a földalatti lépcsőjén, és megpillantom a táblát: Kodály körönd. Vagy odébb – Weiner Leó utca. Örülök, hogy a nagyvilág is befogadta őket. Alkalom a lelkiismeret-vizsgálatra, vajon megfelelek-e mindannak, amit ők elvártak tőlem…

Él benne a kötelességtudat, hogy folytatnia kell mindazt, amin együtt dolgoztak annak idején. Kodály halálhíre megrendítette, oly váratlanul érte. Néhány nappal előtte meglátogatta a kórházban, s megbeszélték az esztergomi fesztivál, majd a nyári egyetem programját. Az Akadémián, tanítás közben kapta a telefonhívást…

Azóta a szakma Szőnyi Erzsébetet könyveli el mint a Kodály-módszer ápolásának örökösét. E megtisztelő feladat elismeréseként huszonöt esztendőn át töltötte be a Magyar Kodály Társaság társelnöki tisztjét. Jelenleg – másfél éve – a szervezet elnöke.

– Gyakorlatilag nem mentem nyugdíjba, hiszen benne vagyok a fősodorban… A mai napig borzasztóan szeretem az egészet!

A díszpolgáravatáson a megjelentek szimbolizálták életének történetét. Olyanok is eljöttek, akikkel 1934-ben együtt kezdte a gimnáziumot. Ott voltak zeneakadémiai kollégák, tanítványok, azok gyermekei, előadók, fiatalok és öregek. Úgy érezte, fellapozott egy nem létező naplót.

A zenéről mint közegről elmélkedünk.

– Azok a zenedarabok nyugtatnak, amelyeket ismerek. Azokat teszem fel újra és újra. Műfajilag mindenevő vagyok. Figyelemmel kísérem a kortárs zenét is…

Egy pillanatra elhallgat.

– Néha elérzékenyülök, hogy leírtak olyan hangokat, mint amelyek Debussy Tengerében, Csajkovszkij vonósnégyesében, vagy éppen Mozart Don Juanja duettjében élnek… Ami szíven üt a zenében, az a dallam.

A Tanárnő termékeny év vége felé tart. Az idén egymást érték a felkérések kórusművek komponálására, régebbi alkotásainak bemutatóira, zenetársadalmi eseményekre. Néhány napja adott át két új partitúrát felsőfokú intézményeknek.

Mégis, a fekete zongora fedelén vékony porréteg ül.

– Ma a fejemben születnek a motívumok. Egyre ritkábban fordulok a billentyűkhöz. A forrás, úgy tűnik, kiapadhatatlan.

Somogyvári D. György

Szőnyi Erzsébet (Budapest, 1924. április 25.) Kossuth-díjas, kiváló művész, zeneszerző, karvezető, zenepedagógus, nyugalmazott egyetemi tanár. *Tanulmányai:* 1942–47 – Liszt Ferenc Zeneművészeti Főiskola, zeneszerzés és karvezetés szakok, tanárai többek között: Kodály Zoltán, Vásárhelyi Zoltán, Weiner Leó és Ferencsik János. 1947–48 – Párizsi Conservatoire, zongora szak. *Pályafutása:* 1948–81 – a Zeneakadémián tanít, 1960-tól tanszékvezető egyetemi tanár-professzor. 1978–2003 – a Magyar Kodály Társaság társelnöke, jelenleg elnöke. 1992 óta a Magyar Művészeti Akadémia tagja, számos nemzetközi Kodály-társulat tiszteletbeli elnöke vagy tagja, a törökbálinti zeneiskola a nevét viseli. *Alkotói területei:* opera, gyermekopera, balett, musical comedy, kórusmű, népdalfeldolgozás, szonáta, oratórium, bicinium, kantáta, zenekari és kamaraművek, egyházi zene, valamint zenepedagógiai szakkönyvek. *Főbb díjai:* Liszt-, Rózsavölgyi-, Erkel-, Kodály-, Bartók-, Pásztory-, Magyar Örökségi-, Kossuth-díj. A Pittsburghi Egyetem díszdoktora, a Magyar Köztársaság Érdemrend Középkeresztjének tulajdonosa, a Hegyvidék díszpolgára. *Legismertebb művei:* Sirató (Kodály Zoltán halálához); A didergő király (gyermekoratórium); A makrancos királylány és Az aranyszárnyú méhecske (gyermekoperák); Balassi, Vörösmarty, Arany, Petőfi, Ady, Babits, Szabó Lőrinc, Weöres és Pilinszky verseire írt dalok, kórusművek; Kodály's Principles in Practice (1973, hét nyelvre lefordított könyv).

mesék

vagy a púp után kell elhelyezni a teve hátán?

Igazi Nyuszi hangja könnybe fúlt a mondat végére.

– Ennyi… Most már belátom, hogy tévedtem. Butaság volt, hogy nem kérdeztem meg Sünit.

Pillanatnyi csend támadt az irodában. Odafentről puha, távolodó szárnysuhogás hallatszott. Mindhárman felkapták a fejüket, tekintetük a szellőzőablak párkányára szegeződött. Abban a minutumban tudták, elkéstek. Kiskáró kihallgatta vallomásaikat. Néhány perc múltán az egész vadaspark megtudja, milyen balga teremtmények képviselik őket az állatbizottságban. Hogy még azt sem tudták az olimpia előtt, miért van a tevének púpja… „Most mi lesz?” – töprengett mindegyikük kétségbeesetten. Igazi Nyuszi tért magához először.

– Tűzoltás!

– Mit? Tűz van? – ugrott fel a macska. Felgörbített hátán állt a szőr, a farka nyolcasokat írt le fölötte.

– Tűz? Hol? Miért? Honnan tudod? – cincogta a mezei egér, miközben két lábra ágaskodott, s szétzilált bajszokkal körbeszimatolt.

– Á, nem úgy értettem. Higgadjatok le – emelkedett a helyzet magaslatára Igazi Nyuszi. – Amikor nagy gáz van, akkor szokta Gyula bá' mondani a telefonba, hogy akkor megkezdjük a tűzoltást.

– Gáz van? – fehéredett el Micike máskor babarózsaszín orra.

– Akkor fussunk! Az nagyon veszélyes!

Levetette magát az asztalról, és a sarokban lévő egérlyuk felé surrant.

– Állj meg! Nincs gáz!

– De hát azt mondtad, hogy…

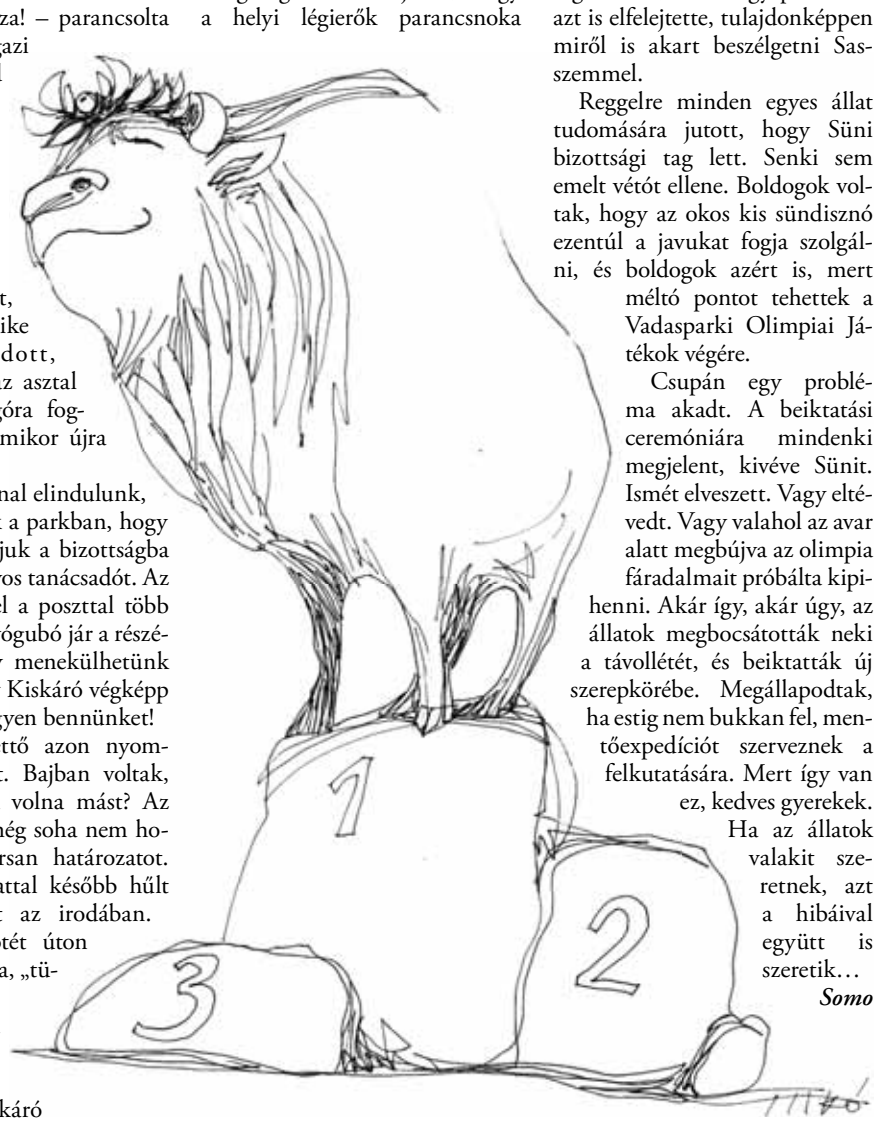
– Gyere vissza! – parancsolta az egérnek Igazi Nyuszi. – Majd később elmagyarázom.

A nyúl karba tett kezekkel megvárta, míg a kandúr a padló fölé engedte a farkát, s miután Micike belekapaszkodott, felrántotta őt az asztal tetejére. Suttogóra fogta a hangját, amikor újra megszólalt.

– Most azonnal elindulunk, és szétkürtöljük a parkban, hogy Sünit beválasztjuk a bizottságba mint tudományos tanácsadót. Az igaz, hogy ezzel a poszttal több giliszta és hernyógubó jár a részére, de csak így menekülhetünk meg attól, hogy Kiskáró végképp nevetségessé tegyen bennünket!

A másik kettő azon nyomban rábólintott. Bajban voltak, mit is tehettek volna mást? Az állatbizottság még soha nem hozott ilyen gyorsan határozatot. Néhány pillanattal később hűlt helyük maradt az irodában. Odakint, a sötét úton szaporáztak tova, „tüzet oltani”…

Malacuk volt. Akarom mondani, szerencséjük. Kiskáró legelsőnek főnökét, Sasszemet akarta tájékoztatni az irodában kihallgatott párbeszédről. Berepült Sasszem ketrecébe, de ügyetlenül fordult, s szárnyával magára csapta az ajtót. Ráadásul a sas sem volt otthon. A varjú túlbuzgóságában elfelejtette, hogy a helyi légierők parancsnoka holdtöltekor órákig kering a magasban, a vadaspark környékén, hiszen tudja, ez a kedvenc időszaka a vadászoknak, akik dörgő botjaikkal próbálják becserkészni a parkot látogató barátaikat. Így hát Kiskáró nemcsak hogy fogságba esett, de a nagy pánikban azt is elfelejtette, tulajdonképpen miről is akart beszélgetni Sasszemmel.



Reggelre minden egyes állat tudomására jutott, hogy Süni bizottsági tag lett. Senki sem emelt vétót ellene. Boldogok voltak, hogy az okos kis sündisznó ezentúl a javukat fogja szolgálni, és boldogok azért is, mert méltó pontot tehettek a Vadasparki Olimpiai Játékok végére.

Csupán egy probléma akadt. A beiktatási ceremóniára mindenki megjelent, kivéve Sünit. Ismét elveszett. Vagy eltévedt. Vagy valahol az avar alatt megbújva az olimpia fáradalmait próbálta kipihenni. Akár így, akár úgy, az állatok megbocsátották neki a távollétét, és beiktatták új szerepkörébe. Megállapodtak, ha estig nem bukkan fel, mentőexpedíciót szerveznek a felkutatására. Mert így van ez, kedves gyerekek. Ha az állatok valakit szeretnek, azt a hibáival együtt is szeretik…

Somo

Rajzfilmes rejtvényjáték

Kedves szülők, gyerekek! Az új tanév ideje alatt is folytatjuk játékunkat, és minden lapszámunkban egy rajzfilmmel kapcsolatos kérdést teszünk fel mindig ugyanezen a helyen, a Vadasparki mesék mellett. A helyes választ e-mailben vagy levélben küldjék el szerkesztőségünkbe.

E heti kérdésünk: *Melyik filmsorozatból való a kép?*
A megfejtéseket a 1126 Budapest, Beethoven utca 2/a levélcímre vagy a hegyvid@mail.datanet.hu e-mail címre várjuk **2008. október 20-ig**. A sorsolás útján kiválasztott nyertes egy rajzfilmes DVD-t kap. Kérjük, a megfejtés mellett tüntessék fel a beküldő nevét, valamint címét, ahová a nyereményt postázhatjuk.
Szeptember 9-i kérdésünkre a helyes válasz: *Iluska*.
Nyertesünk: *Hidvégi Lilla* (Diós árok). Gratulálunk!

Animációsfilm-rajzoló képzés

A Magyar Rajzfilm Kht. animációsfilm-rajzoló OKJ-s tanfolyamot indít a szakma iránt érdeklődőknek. A 8 hónapos képzés heti két alkalommal történik, választani lehet a délelőtti vagy a délutáni csoport között. Rajzfilmrendezők oktatnak! Beiratkozás előtt nyílt nap keretében betekinthet a most folyó képzésbe. Tudását rajzfilmstúdiókban és számítógépes munkáknál hasznosíthatja. Felvételizőknek is ajánlott!

Telefon: 250-1355, 250-0432.
Internet: www.magyarrajzfilm.hu.

Rajzfilmes szakkör

Rajzfilmes szakkör indul az Óbudai Talent Iskolában 6–17 éveseknek. A gyerekek megtanulhatják a rajzfilmkészítés csínjátbínját, a számítógépen rögzített jeleneteket CD-n hazavihetik. A foglalkozás heti egy alkalommal 16.00–19.00 óráig tart. Gyermekszerető, gyakorlott animátor egyénileg foglalkozik a résztvevőkkel.

További információ: 250-1355, 250-0432.
Internet: www.magyarrajzfilm.hu.

Mit együnk tízóraira?

FOTÓ: KALMÁR LAJOS

A gyerekek optimális testi és szellemi fejlődéséhez, a felnőtt ember kiegyensúlyozott napjához elengedhetetlen a megfelelő táplálkozás és az egészséges életmód követése – felelte kérdésünkre Feigl Edit dietetikus, táplálkozási szakértő. – Az egészséges táplálkozás egyik ajánlatos feltétele a napi ötszöri étkezés. Mivel hétköznapjaink javát iskolában, munkahelyen töltjük, így a tízórait, az ebédet és az uzsonnát is ott fogyasztjuk el.

A kis étkezésekről, vagyis a tízórairól és az uzsonnáról gondoskodnunk kell gyermekünk és a magunk számára egyaránt. A gyerekeknek érdemes otthonról vinniük a tízórait, és nem rájuk bízni, hogy vegyenek valamit a büfében. A helyes táplálkozási szokások kialakítása nagyrészt a szülők feladata, ennek egyik hatékony eszköze lehet a tudatos, változatos tízórai- és uzsonnakészítés. Különösen a fejlődésben lévő gyerekeknél minden étkezésnek meghatározó szerepe van! Az összes makrotápanyagot (fehérjét, zsírt, szénhidrátot) és mikrotápanyagot (vitaminokat, ásványi anyagokat) csak a minél többféle élelmiszercsoportot, illetve élelmiszert tartalmazó étrenddel lehet biztosítani a szervezet számára. A megfelelő tápanyag-ellátottság, a helyesen összeállított étrend, a rendszeres étkezés és életmód mind hozzájárul az egészség megőrzéséhez, illetve egyes betegségek kialakulásának megelőzéséhez.

Miből álljon a tízórai és az uzsonna? Törekedjünk arra, hogy lehetőleg tartalmazzon gabonaféléket és/vagy tejterméket és/vagy gyümölcsöt, zöldséget, amelyek különösen fontosak a gyerekek táplálkozásában. A gabonatermékek az élelmi rost, a tejtermékek jó minőségű fehérje- és kalciumtartalmuk miatt, míg a zöldségek, gyümölcsök rostjaiknak, ásványi anyagaiknak és vitaminjaiknak köszönhetően nélkülözhetetlenek.

A szendvicsek készítéséhez érdemes a magasabb rosttartalmú termékeket választani, így például a teljes kiőrlésű lisztből készült barna kenyeret, Graham-kenyeret, rozsos, korpás, magvas kenyereket, kifliket, zsemléket. Ide sorolhatók a különféle müzliszeletek, puffasztott gabonatermékek, kekszek is. Ez utóbbiakból szintén a teljes kiőrlésű lisztből készülteket érdemes választani. A tejtermékek közül használjuk az alacsonyabb zsírtartalmúakat, s éljünk a széles választék kínálta lehetőséggel. Sajtok, sajtkrémek, túrókészítmények, túrókrémek, kefír, natúr és ízesített joghurtok kiváló alkotói lehetnek egy-egy tízórainak, uzsonnának.

A gyümölcsök egyik legnagyobb előnye, hogy hazánkban évszaktól függetlenül is sok fajtájuk kapható, másrészt nem igényelnek különösebb előkészítést, nem kell mindennap frisset beszerezni, egyszerű a csomagolásuk, könnyen elfogyaszthatók.

j.

Az iskolai büfék kínálata

Rövid körutat tettünk néhány kerületi általános iskola büféjében, hogy megnézzük, mennyire egészséges ételeket, italokat kínálnak, s mire van leginkább igény a diákok körében.

Már az első, Kissvábhegyen található általános iskolában kiderült, hogy a szénsavas üdítők és chipsek árusítása nem engedélyezett. Így két olyan élelmiszer rögtön kikerül a választékból, amely amúgy sem a vitaminértékéről híres. Itt egyébként leginkább a melegszendvicset kedvelik a diákok, de a hamburgert, az almát, a gyümölcsjoghurtot és a banánturmixot is szívesen vásárolják. A csokis szeleteken kívül akad cukormentes nyalóka, müzli, míg chips helyett előrecsomagolt kétszersültet lehet rágcsálni. Még csonterősítő kalciumos pezsgőtablettát is árusítanak.

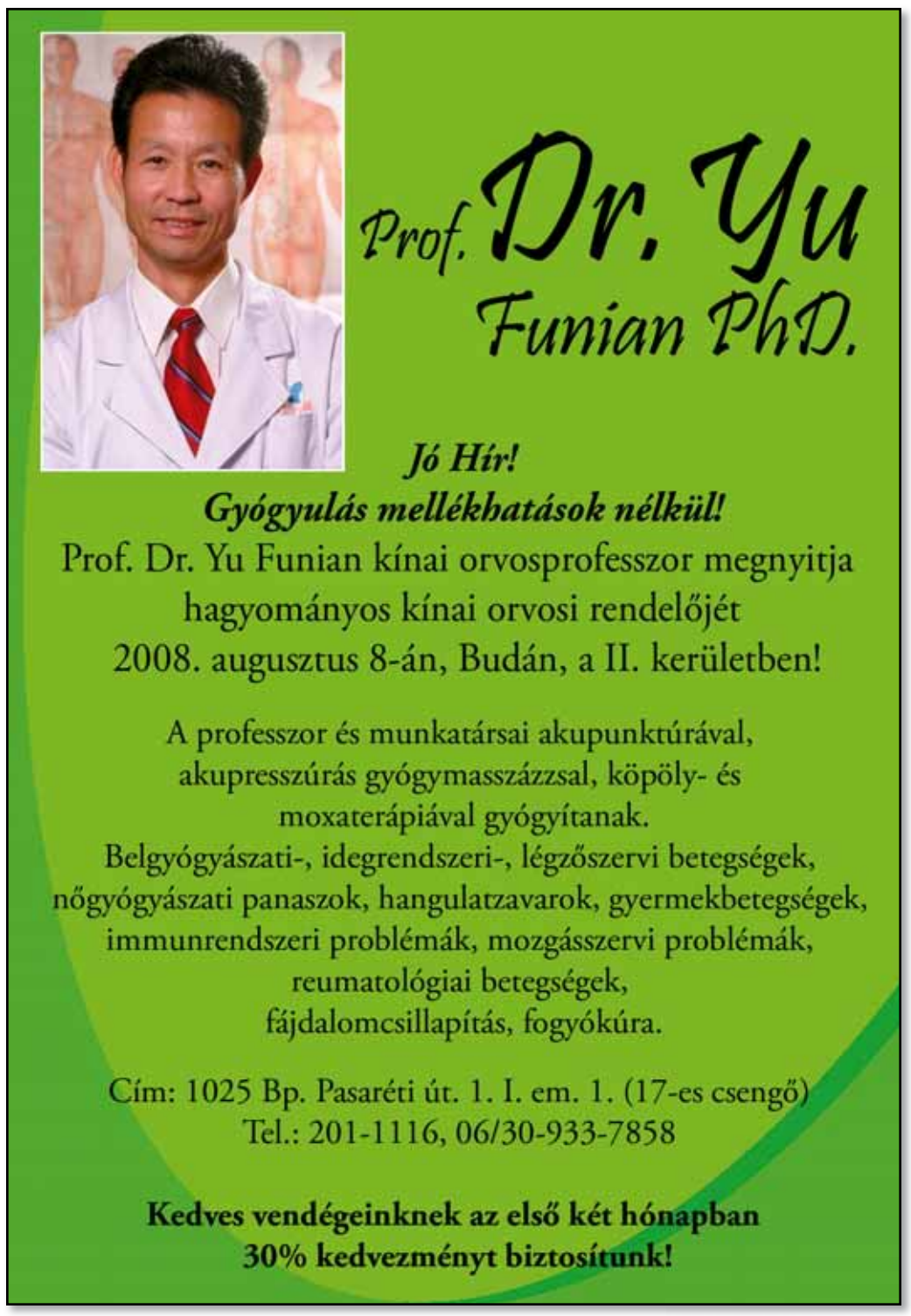
A németvölgyi suliban délelőttönként hideg szendvicset vesznek a legtöbben, délután édességet. A szendvicskínálatban szalámis, sajtos és paprikával, salátával töltött zsemlékkel találkozunk, de van magvas kiflis is. Szintén kapható gyümölcsjoghurt és puding. A tulajdonos bioalmát és körtét is tart, bár elmondása szerint almát akkor vesznek a leggyakrabban a fiatalok, amikor a rajzórán van rá szükség. Az édességeket vizsgálva jóval több csokis szeletet, sőt táblás csokoládét találtunk a polcokon, mint az előző iskolában, igaz, müzlis szeletet is felfedeztünk.

Az Orbánhegyen járva hamar feltűnt, hogy legnagyobb menynyiségben hideg- és melegszendvicseket tartanak a büfében. Előbbieknél molnárkát és magvas kiflit is használnak alapanyagul, a szalámik mellett tonhalat, ám hiába tesz bele a tulajdonos salátát, állítólag többnyire kidobják belőle a diákok. Pizza és hamburger is kapható, de ezeket kevésbé veszik. Igény leginkább csokoládéra és nyalókára lenne, de mivel ezek tartása is korlátozott, itt csak kétfajta csoki van. Ugyanakkor felleltünk néhány cukrászsüteményt és édes péksüteményt. A gyümölcsök közül egyedül az almát veszik, banánt vagy narancsot nem. A megszomjazó gyerekek mindhárom helyen teát, kakaót és dobozos vagy üveges, rostos üdítőket ihatnak, de szénsavmentes ásványvíz is kapható.

Összességében elmondhatjuk, hogy a különböző szabályozások hatására az iskolákban egészségesebben is lehet táplálkozni, de még mindig a kevés tápértékű és a fogaknak sem éppen kedvező édességek iránt mutatkozik a legnagyobb kereslet.

Balogh Ildikó

FOTÓ: KALMÁR LAJOS



Értesítjük kedves pácienseinket: a felújított, bővített fogászati rendelőnkben az esztétikai fogászat, garanciális fogpótlások, szájsebészet mellett **amerikai módszerrel prizmás fogfehérítés, nagynyomású fogtisztítás, ultrahangos fogkő-eltávolítás, fogszabályozás.**

Szombaton kedvezménnyel!

15 éve működő Fogas-Dental
Szilágyi Erzsébet fasor 45/b
213-57-35; 06-20-971-71-40

MIT (V)EGYÜNK?

Kenyér diétázóknak

Számos pékáru várja a boltokban a különféle okból diétázókat. Valamennyi megfelel azoknak a táplálkozási javaslatoknak, amelyeket a szakemberek ajánlanak. Az egyik legismertebb a Graham-kenyér, amely jól beleilleszthető a fogyókúrázók, elhízottak, cukorbetegek és egyes emésztőszervi rendellenességekkel küzdők kímélő étrendjébe. Régóta vásárolhatjuk az úgynevezett levegőkenyeret, -zsemlét, ezek alacsony szénhidráttartalmuk miatt ajánlottak a cukorbetegeknek. Alapanyaguk a glutin-, vagyis sikérliszt, ami búzaliszt, búzakorpa és szójaliszt keveréke.

Mivel a hazai kenyerek jelentős mennyiségű nátriumot, ezen belül sót tartalmaznak – 10 dekában 60-80 milligrammot –, napi só- (nátrium-)szükségletünket már 30 deka jóféle kenyér bekebelezése fedezi. Nem véletlen, hogy létrehozták a sószegény kenyeret, amelyet elsősorban a magas vérnyomásban, szív- és érrendszeri megbetegedésben szenvedőknek ajánlanak. Ilyen a Vita korpás zsemle és kenyér, amely élelmi rostokban gazdag, és elnyerte a „Szívbarát" védjegyet.

Akik otthon akarnak diétás kenyeret készíteni, azok speciális malomipari termékeket használjanak; a pontos arányban előre kevert lisztfélék megvásárolhatók a nagyobb élelmiszer-áruházakban. Fehérjeszegény péksüteményt süthetünk a Fe-mini kenyér- és süteményporokból. Ezeknek jóval kisebb a fehérjetartalmuk, mint a búzaliszteké.

A megváltozott kínálat ellenére nemcsak a választék, de a tájékoztatás miatt is lehet hiányérzetünk. Egyelőre nagyon kevés pékárun találunk útmutató cédulát, amelyből kiderül, miből állították elő, mennyi ideig tartható el, vannak-e benne, s ha igen, milyen adalékanyagok és ízfokozók.

JM

HA MÉG NEM TUDNÁ...

* A jó kenyér magas, sima vagy olykor repedtebb héjú, lehetőleg fényes.
* Akárcsak a jó dinnyét, a kenyeret sem árt megütögetni, ha feszes, magas hangot hallunk, s nem tompán puffan, bátran hazavihetjük.
* Amikor fölszeleteljük, figyeljünk arra, hogy a vágás mentén lyukacsos, és ne morzsálódó vagy ragacsos legyen.
* Ha lehet, kerüljük az előre szeletelt kenyeret – hamarabb kiszárad, elveszti frissességét, könnyen penészedik. Csak akkor vásároljuk meg, ha azonnal elhasználjuk az egészet, mondjuk vendégváráskor.
* Minél több a rozsliszt a kenyérben, annál tovább friss marad.
* Ne tegyük a kenyeret a hűtőszekrénybe! Megszikkad, és ízetlenné válik.
* A jól záródó fémdoboz jó szolgálatot tehet a stanglik, vajas kiflik tartásánál.
* A kissé kiszáradt – de nem csontszáraz – kalácsot, zsemlét, kiflit „újraélesztheti", ha lespricceljük vízzel, és néhány percre kb. 180 Celsius-fokos sütőbe teszszük. Ám a „varázslat" nem ismételhető, csak egyszer sikerülhet! Ha a kenyér már úgy kiszáradt, hogy menthetetlennek tűnik, vágjuk fel diónyi darabokra, tálcán szárítsuk meg, és diódarálóban ledarálva kiváló morzsa lesz belőle, amit elhasználhatunk a rántott csemegékhez és bécsi szelethez.

Szendvics: a kártyaszenvedély gyümölcse

Még a szendvicsnek is van hiteles története, amely ráadásul évszázadokra nyúlik vissza. A középkor előtt a kenyeret evőeszközként használták, a hús- és zöldségféléket kenyérszeletekbe vagy lepénybe csomagolva fogyasztották. A reneszánsz idején a villa feltalálása forradalmian megváltoztatta, „nemesi rangra" emelte az étkezési szokásokat. A kézzel falás nem túl épületes látványa megmaradt a szegények kiváltságának.

Végül is Lord Sandwich angol úriember érdeme, hogy a szendvics a 18. században újjászületett Európában. A legenda szerint a lord olyan szenvedélyes kártyás volt, hogy a vacsorát nem hagyományosan költötte el, hanem ráparancsolt a szolgájára, tétessen egy darab húst két szelet kenyér közé, így addig sem hagyja abba a játékot, amíg eszik. Később a vendégei is ugyanezt kérték.

Azóta is a kenyér és a hús a két legfontosabb alkotóeleme ennek az egyszerű eledelnek. Azonban egy igazi szendvics manapság mást is tartalmaz: sajtot, salátát, zöldségeket és egyéb töltelékeket. Elkészítése roppant egyszerű. Levágunk két szelet kenyeret, vagy félbevágunk egy zsemlét, kiflit, esetleg egy mini franciakenyeret. A szeletek egyik oldalát megkenjük vajjal, zsírral, pástétommal vagy valamilyen krémmel, majd szalámival, kolbásszal, sonkával, főtt tojással, sajttal borítjuk, erre néhány salátalevelet, uborkát, paradicsomot, paprikát, hagymát teszünk, esetleg valamilyen szósszal leöntjük. A másik szelet kenyeret a tetejére nyomjuk. Ezután már csak egy dolgunk maradt: kézbe fogva jóízűen bekebelezni.

Az amerikai bagel magában, minden „bélés" nélkül is finom, s nemcsak a sós, hanem az édes változata is népszerű a tengerentúl. Amennyiben mégis megtöltik, úgy félbevágják, mint a hagyományos szendvicseket, s valami finomságot tuszkolnak bele. Érdekes, hogy jelenlegi „tartózkodási helye" ellenére a bagel Bécsben született (1683-ban), a helyi pék így akarta kifejezni háláját a lengyel királynak, amiért megóvta vidéki rokonait a török hódítóktól. Sütött egy jókora adag kengyel alakú péksüteményt, utalva ezzel a fenség kedvenc időtöltésére, a lovaglásra. Nem csoda, ha a lengyeleknél a bagel vált a legkedveltebb falatoznivalóvá, különösen amikor rendkívül magas tápértéke miatt a vajúdó nőknek kezdték ajándékozni. Később az anyák a kicsinyeiknek adták, mivel könnyen rágható és megfogható volt.

Hamarosan elterjedt Oroszországban is, ahol bubliki néven spárgára fűzve árulták, és a kengyel alakot felváltotta a szerencse megtestesítőjének vélt, középen lyukas, kerek tészta; varázssüteménynek tartották. Később kelet-európai zsidó bevándorlók vitték el az Egyesült Államokba, s innen indult el világhódító körútjára. A múlt század tízes éveiben már több mint háromszázan éltek bagelsütésből csak New Yorkban.

Eleinte tálcáról, botra fűzve, töltetlenül kínálták. Az 1960-as évektől kezdték nagyipari méretekben gyártani, mivel Dan Thompson feltalálta azt a bagelsütő gépet, amely a dagasztás után nyomban megfőzi a süteményt, majd kisüti, és be is csomagolja az óránként 2100 darabot.

Járay Mari

Variációk egy témára

Lássunk néhányat a számtalan, könnyebben, esetleg nagyobb időráfordítással elkészíthető szendvicsféléből!

PESTÓS SZENDVICS

A megszokott, már-már megunt szendvicset nagyon megdobja, ha a sajtkrémmel megkent szeletekre egy-egy karika friss paradicsomot fektetünk, és ezeket megkenjük 1-1 mokkáskanálnyi pestóval. Az olaszok elsősorban tésztákra kikevert fűszeres csodája a zsemléket, kenyérszeleteket is megbolondítja. Úgy készül, hogy felaprítunk friss, kb. egy maréknyi bazsalikomot és petrezselymet. Egy gerezd zúzott fokhagymát adunk hozzá, és egy kevés (kb. 2 mokkáskanál) olívaolajjal alaposan összekeverjük. Sózzuk, borsozzuk, s ha van odahaza, 1 kiskanál reszelt parmezán sajtot is beleszórunk.

RICOTTÁS SPENÓTOS

Egy francia bagettet vágjunk fel kb. 15 centis darabokra, majd lapjában is vágjuk el. Kenjük meg jó vastagon készen kapható ricotta sajtkrémmel, amelyet előzőleg keverjünk össze 5 deka reszelt parmezán sajttal (reszelve, dobozban vagy fóliázva kapható). Mossunk meg és aprítsunk fel 15 deka parajt, ezzel koronázzuk meg a bagett felét, és borítsuk rá a másikat. Reggelig legyen a hűtőben.

SÓS BAGEL

Kissé elrugaszkodott ötletnek tűnhet, de megéri, önmagában vagy többféleképpen tölthető. Melegítsünk meg 2 és fél deci tejet langyosra, adjunk hozzá 5 deka vajat, 1 evőkanál kristálycukrot, 1 mokkáskanál sót, hogy megolvadjanak a langyos tejben. Ezután 1,5 deka élesztőt morzsoljunk bele a langyos keverékbe, hagyjuk megkelni kb. 10 percig. Majd a 40 deka finomlisztet – lehet felefele arányban Graham-liszt és rétesliszt – 1 tojással újabb 10 perc alatt dagasszuk be. Akkor jó, ha elválik az edény falától, és nem keményebb, mint a pizzatészta. Egy kevés liszttel meghintve hagyjuk 1 órán át pihenni.

A meglisztezett gyúródeszkán a tésztát vastag rúddá sodorjuk, amelyet aztán tizenhat egyenlő (35-40 grammos) részre szabunk, a közepüket kilyukasztjuk, körben kissé kimélyítjük. Ha kettesével pakoljuk be, akár egy hétig is eltart ez a mennyiség.

Egy magasabb falú serpenyőben, de a lábas is megteszi, sós vizet forralunk, amikor gyöngyözik, beleeresztjük a bageleket. Vigyázat, kissé megdagadnak, egyszerre ne túl sokat főzzünk ki, majd 20 másodperc elteltével fordítsuk meg, és fél perc múlva szűrőlapáttal szedjük ki egy sütőpapírral bélelt nagy tepsire! A tetejüket kenjük meg felvert tojásfehérjével. Tegyünk a sütő aljára egy vízzel teli tűzálló tálat. Melegítsük elő a sütőt, és kb. 20 percig 200 Celsius-fokon süssük.

Ha kettévágva, megtöltve kínáljuk, akkor a krémsajtos vagy a füstölt lazacos változat a legfinomabb.

SZEZÁMMAGOS, CSIRKÉS CSÁSZÁRZSÖMLE

Lebőrözött, filézett 60 deka csirkemellet vásároljunk, lapjában vágjuk ketté, így kb. 4-6 szeletünk lesz. Sózzuk, borsozzuk, forgassuk meg 2 felvert tojásban és 8 evőkanál szezámmagban. Hat-hét kanálnyi forró olajban kisütjük, szűrőpapíron lecsöpögetjük. Amíg hűl, kettévágjuk a császárzsemléket, s kb. 7-10 deka natúr krémsajttal megkenjük valamennyit. Egy fél zsemlére ráhalmozzuk a megmosott és gondosan vékony szeletekre vágott fél fejes salátát vagy jégsalátát. Erre fektetünk zsemlénként 1 szelet, ferdén felvágott szezámos csirkemellet, majd 2 közepes – a szárkocsányától megfosztott – felszeletelt paradicsomot. A szalvétán kívül jól záródó műanyag dobozba érdemes becsomagolni. Ugyanezt megtehetjük tonhallal vagy sertés szűzpecsenyével.

TÖLTÖTT ZÖLDSÉGEK

Sok időt nyerhetünk, ha különféle zöldségeket, főleg hosszában félbevágott zöldpaprikát, kígyóuborkát, vagy kétharmadánál elvágott és kivájt, jókora, de zsenge karalábét, retket töltünk meg különféle túrókrémkeverékekkel. Előző este összeállíthatjuk, és csomagoláskor csak a magos zsemlét, rozskenyeret kell melléadnunk.

Készíthetünk egyszerű körözöttet: 10 deka tehéntúró, fél fej finomra vágott vöröshagyma, 5 deka juhtúró, 2 evőkanál tejföl, 2-2 mokkáskanál köménymag, csemege pirospaprika, só és 1 csipetnyi bors keverékéből. De megtölthetjük a zöldségeket 15 deka tehéntúró, 2 evőkanál tejföl, 4-5 deka felaprított friss kapor vagy zellerzöld, 1-1 mokkáskanál só és őrölt bors elegyével. „Tapintatos" mennyiségű (kb. 1-2 gerezd) zúzott fokhagymát is elkeverhetünk tömlős füstölt sajtkrémmel és apróra vágott füstölt sonkával.

(J.)

WENDOM
www.citroenwendom.hu

ERRE CSERÉLNE
5 ÉV GARANCIÁVAL?*

CITROËN C4 PALLAS

CITROËN XSARA
+ havi 39 518 HUF
= CITROËN C4 PALLAS 1,6 BUSINESS

*2002. évi vagy fiatalabb banki tehermentes CItroen XSARA 1 000 000 Ft körüli piaci érték esetén, október 30-ig létrejött megrendelés alkalmával, készleten lévő autókra. PSA maradványértékes hitellel, 20% maradvány-értékkel CHF alapú finanszírozással, 60 hónapos futamidővel.

CITROËN WENDOM BUDA
III.ker. Bécsi út 178.
Tel: 439-1111

CITROËN WENDOM PEST
IX. ker. Könyves Kálmán krt. 22.
Tel: 216-7100

CITROËN
EL SEM TUDJA KÉPZELNI, MI MINDENT TEHET ÖNÉRT A CITROËN

www.erstebank.hu Erste Vonal: 06 40 555 444

Alakítsa vállalkozása számlacsomagját a saját szájíze szerint!

Új Erste Válogatás Számlacsomag
szabadon választható kedvezményekkel

ERSTE BANK
Nálunk Ön az első.

Szeretné vállalkozása számlacsomagját igényeinek megfelelően alakítani, kedvezményekkel megfűszerezni?

Bankunk az új Erste Válogatás Számlacsomaggal egy olyan konstrukciót fejlesztett ki vállalkozása számára, amely segítségével most saját ízlésének megfelelően válogathatja össze a számlacsomagjához kapcsolódó kedvezményeket.

Címünk: 1123 Budapest, Alkotás út 15. (a Déli pályaudvarnál)

A szolgáltatást a Bank az 500 millió Ft alatti éves nettó árbevételű vállalatok, gazdasági társaságok, társadalmi szervezetek, valamint egyéni vállalkozások részére nyújtja.

Kiugró
képminőség

36 tévécsatorna
havi 2590 Ft!
Árgaranciával, 2 év hűségidő vállalása mellett!

Ezt látnia kell!
Válasszon akár 88 csatornából álló kínálatunkból, hogy a digitális tévéadás DVD-szintű élményét élvezze!

Az akció visszavonásig érvényes.

· belépési díj
· az első dekóder havi díja két éven át
· az első hónapban az HBO MAXPAK díja
0 Ft!

antenna digital
Műsoron a minőség

Az akció részletei: www.antennadigital.hu ✆ 06 40 50 50 40

Őszi gyümölcsök a kertekben

A nyári gyümölcsök – köztük az eperfa és a ringló – már szerepeltek a Hegyvidék hasábjain, most pedig eljött az ideje a később érő termések ismertetésének is. Essék szó tehát a kerítés belső és küldő oldalán egyaránt elterjedt növényekről: a bodzáról és a naspolyáról!

A bodza – vagy teljes nevén fekete bodza – érdekes növény, hiszen szinte mindenütt megjelenik, ültetés nélkül is gyarapítja a legtöbb kert növényállományát, és ha már megtelepült, gyors növekedésbe kezd, virágzik és gazdagon terem. Mindenki ismeri, mindenki tudja, hogy virágából remek szörp készíthető, lila bogyói pedig lekvár alapanyagául szolgálhatnak – mégis kevesen becsülik.

Régen a mácsonyák rendjébe tartozó növény minden darabját felhasználták; szivacsos belű, középen üreges hajtásaiból furulyát vagy vattapuskát készítettek, gyökerét, kérgét, levelét, virágát és bogyóját étkezésre és gyógyításra használták. Fája annyira szivacsos, hogy egymagában még elégetni sem lehet. Gyorsan bomló lombja segíti a komposztálást, ezzel javítja a kiskertek talaját. A növény és a levelek beáztatásával nyert lé távol tartja a legyeket és egereket, ugyanakkor vonzza a levéltetveket, ezzel megóvja a kert más, érzékenyebb fajait.

A bodza a népi gyógyászatnak is sokoldalú alapanyagot biztosított; teáját használták vértisztító, hashajtó, fájdalomcsillapító, hánytató, sebgyógyítást segítő és székrekedést gyógyító szerként is. Még a tbc kezelésében is sikerrel alkalmazták. Vitaminokban, provitaminokban és ásványi anyagokban különösen gazdag bogyójából a legváltozatosabb ételek és italok készülhetnek. A bodzapálinka (bodzabor, bodzaecet) ma éli reneszánszát, és se szeri, se száma a különböző bodzalekvár-recepteknek. A választék azonban nem merül ki itt, a vállalkozó kedvűek akár a palacsintatésztában kisütött bodzavirágot, a mákos, bodzás sütit és a hideg bodzalevest is kipróbálhatják. Fontos azonban tudni, hogy a növény magja és zöld részei enyhén mérgezők, nagyobb mennyiségben elfogyasztva hasmenést, hányást idézhetnek elő.

A SZERZŐ FELVÉTELE

Termő bodzaág

Az ország útjain járva egyre gyakrabban lehet bodzaültetvényeket látni. A lehajló ágakon termő bodza ugyanis az élelmiszeripar keresett alapanyaga. Egyre több ital – köztük gyümölcslé – kerül a boltok polcairól a háztartásokba, de az elkészítésükhöz felhasznált gyümölcs mennyisége évről évre csökken. A dráguló gyümölcsök helyét a bodza felértékelődött színező hatása tölti be.

A növény gondozására nem érdemes sok szót vesztegetni, inkább a visszaszorítására kell figyelni, mert gyors növekedésével elnyomhatja, beárnyékolhatja a kert más növényeit. Metszése nem okoz nehézséget, hiszen puha, szivacsos hajtásait metszőollóval is könnyű átvágni. Érdemes azonban meghagyni a kertben, mert sokat segíthet a növényvédelemben, beérő és le nem szüretelt bogyói pedig a kert madarainak kedvelt csemegéi.

Őszi gyümölcsünk a naspolya is, mégis szinte mindenben különbözik a fekete bodzától. Magról kelt egyedei tövisesek, a nemes alanyra oltottak nem szúrnak. A molyhos, lándzsás leveleket tartó, három-öt méter magas, erősen elágazó bokron ősszel jelennek meg a húsos, barna termések. A pingponglabdányi gömbök azonban csak a fagyok hatására, karácsonyra válnak élvezhetővé.

Október elején leszüretelve a szobában is beérnek néhány hét alatt. Lekvárszerű gyümölcshúsuk megosztja az embereket: van, aki mindennél többre becsüli, más viszolyogva utasítja vissza. Pedig az igénytelen és csersavtartalma miatt a kártevőknek is ellenálló kaukázusi növény gazdag vitaminforrás abban az időszakban, amikor már semmilyen gyümölcs nem terem a kertben.

Barta István

Madárvédők a Hegyvidéken

A XII. kerület szerencsés természeti adottságokkal rendelkezik. Sok a zöld terület, a park és a kirándulóhely, ahol szép számmal élnek ritka madarak és más védett élőlények. Hogy ez sokáig így maradjon, a helyiek természetszeretete mellett olyan civil szervezetekre is szükség van, mint a kerületben működő Magyar Madártani és Természetvédelmi Egyesület. Bajor Zoltánnal, a budapesti csoport elnökével beszélgettünk.

A XII. kerületben több helyen költ a védett egerészölyv

■ *Lehet élni a madarak társasága nélkül?*

– Természetesen lehet, de mi az egyesületben úgy gondoljuk, hogy a madarak szükséges részei mindennapi életünknek, így nélkülük nem igazán érdemes. Szerencsére még a nagyvárosokban is számtalan madárfajjal találkozhatunk, Hegyvidéken pedig nem egy kiskertben valóságos városi vadon található.

A közismert széncinege az egyik leggyakoribb madárfaj a fővárosban

■ *Mit érdemes tudni a Magyar Madártani Egyesületről?*

– Egyesületünk Magyarország, egyúttal a térség egyik legnagyobb természetvédelmi civil szervezete. Az állatkert barlangtermében alakult 1974-ben, budapesti csoportjának székhelye itt, a Hegyvidéken, a Jókai-kertben található. Bár az előző rendszerben nem szerették, ha nagyobb csoportosulások jönnek létre, az akkori hatalom mégsem gátolta működésünket, hiszen mindvégig politikamentes tevékenységet folytattunk. Mára tízezernél is több taggal büszkélkedhetünk, és országos szervezetté váltunk. Egyesületünk tagságának jelentős részét gyerekek, illetve családok alkotják. Arra törekszünk, hogy megyénként, esetleg jelentősebb tájegységenként legalább egy aktív csoporttal rendelkezzünk. A cél az, hogy az egyesületi háttér, szakmai tapasztalat és tanácsadói segítség felhasználásával a csoportok megyei szinten is képviseljék és ellássák a természetvédelemmel kapcsolatos tennivalókat.

■ *Milyen anyagi háttér áll ehhez a rendelkezésükre?*

– Mivel az államtól nem kapunk támogatást, bevételeink legnagyobb részét a pályázati források teszik ki. Rendszeresen indulunk az európai uniós faj- és élőhelyvédelmi pályázatokon. Civil szervezet lévén az adók egy százalékával is támogathatnak minket a természetbarátok – szerencsére egyre több felajánlás érkezik.

■ *Mivel foglalkoznak az egyesület tagjai?*

– Fő célunk a madarak, mint például a parlagi sas, a kerecsensólyom, a kék vércse, a túzok védelme. Tevékenységünkhöz tartozik a gyepvédelem is. Ez azért fontos, mert védett természeti értékeink jelentős része ehhez a természeti képződményhez kötődik, a védett növényfajok mintegy negyede, a veszélyeztetett rovarfajok harmada él valamilyen gyepes területen. Említést érdemel a kétéltűek és hüllők fennmaradását célzó tevékenységünk. Ilyen a rákosi vipera hosszú távú védelmi programja, amellyel a faj végleges eltűnését szeretnénk megakadályozni. Úgy tűnik, sikerrel, hiszen egyelőre biztosítottnak tűnik a hazai populáció fennmaradása.

■ *Milyen feladatokkal jár a madárvédelem?*

– A kártékony rovarok elleni küzdelemben hasznos segítőtársaink a ház körül és a kertben élő madarak. A fenyves cinege, fekete harkály, holló, darázsölyv, de számos más madárfaj is szívesen fészkel és költ a Hegyvidéken. A téli fagyok azonban súlyosan megtizedelik őket, ezért rászorulnak az emberek segítségére. Energiában gazdag madáreleséggel, madáretetők telepítésével sokat tehetünk megmentésükért. A legnagyobb veszély a kis testű madarakat fenyegeti, testfelületük ugyanis tömegükhöz képest nagy, ezért hidegebb napokon tetemes a hőveszteségük. A beteg madarak ápolását ugyanakkor nem mi végezzük, ez az egyedek visszavadításához hasonlóan az állatkert feladatai közé tartozik. Szerencsére sokan gondolkodnak hozzánk hasonlóan, és madáretetőket helyeznek el a kerület legkülönbözőbb pontjain, a magántulajdonú kertekben, erdőkben vagy éppen a parkokban. Néhány madárvédő a fák természetes odvaiba, a letört faágak helyén kialakult üregekbe rak táplálékot.

■ *Hogy néz ki egy jó madáretető, és milyen élelmet helyezzünk el benne?*

– Szinte mindegy, hogy milyen anyagból készül, legyen az műanyag flakon vagy régi gumicsizma, egy kis átalakítással máris madáretető varázsolható. Mi mégis azt ajánljuk, hogy a madárbarát kertben lehetőleg természetes anyagból, fából készüljön, annál is inkább, mert hasznossága mellett csak így válik a kert díszévé. A legfontosabb, hogy olyan madáretetőt készítsünk, amely megvédi az élelmet az esőtől, hótól. Etetésre az olajos magvak a legjobbak: napraforgó-, tök-, dinnye-, kendermag, dió, de bátran használhatunk faggyút, töpörtyűt, sajtot, túrót, főtt burgonyát, almát, zöldséget és gyümölcsmaradékokat. Ne adjunk azonban a madaraknak sózott szalonnát és kenyeret!

■ *A madárgyűrűzésnek évtizedes hagyományai vannak hazánkban, azonban még mindig nagyon kevesen tudják, hogy a madártanban, a természetvédelemben milyen szerepet tölt be.*

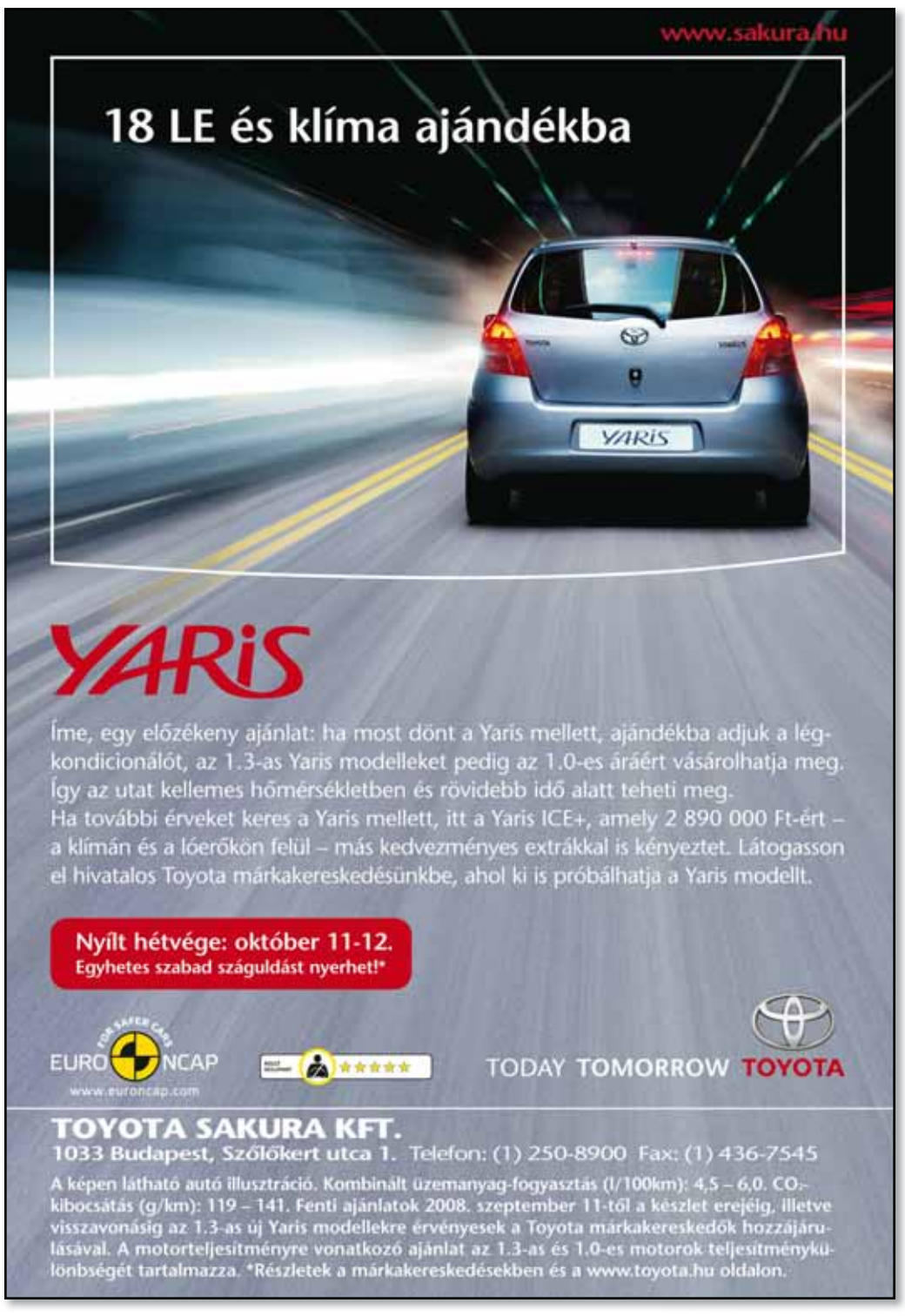
– Rendszeresen tartunk madárgyűrűzést, erről a honlapunkon előre tájékozódhatnak az érdeklődők. Mint kutatási módszer a gyűrűzés elsősorban a vonulás sajátosságait vizsgálja, de más összefüggések megértésében és tisztázásában is jelentős szerepet játszik. Segít megtudni, miért vonulnak a madarak, merre mennek, hol vannak a telelőhelyeik, és mi alapján tájékozódnak. Gyűrűzést és a hozzá kapcsolódó bemutatókat több helyen tartunk Budapesten, egyebek mellett a kőbányai lápon, a cinkotai Naplás-tónál és furcsán hangzik, de a Kerepesi úti temetőben.

mm.

Az erdei fülesbagoly törvényes oltalmat élvez. A kerületben elsősorban a téli időszakban találkozhatunk vele

A rigófélékhez tartozó vörösbegy az erdőségek elterjedt fészkelőfaja, egész évben hazánkban tartózkodik. Almával vagy egyéb lágy eleséggel télen kertünkbe is becsalogathatjuk

■ *A Magyar Madártani és Természetvédelmi Egyesület honlapja: www.mme.hu.*



SZOLGÁLTATÁS

FAKIVÁGÁS, gallyazás hegymászótechnikával, szállítással, 1983 óta, vidéken is. Gond Ferenc, 06/30-977-1745.

LAKÁSSZERVIZ BUDÁN, AZNAP!
Gázkészülék-javítás, vízszerelés, villanyszerelés, villanybojler-javítás, vízóra-kiépítés, klímaszerelés, fűtésszerelés. Díjtalan felmérés. Javítás garanciával!
2-150-250
www.lakasszerviz.hu

TV-JAVÍTÁS a helyszínen is, garanciával! Távirányító-javítás. Tv-videó szerviz. Telefon: 249-3678.

DUGULÁSELHÁRÍTÁS, csatornaszerviz! XII. kerületi gyorsszolgálat! Lefolyók, csatornák korszerű gépi tisztítása azonnal, falbontás nélkül, garanciával. Csatornák, lefolyórendszerek javítása, cseréje. 228-6193, 06/30-921-0948.

HŰTŐGÉPSZERVIZ a kerületben! Lehel, Zanussi, külföldi hűtőgépek javítása 35 éves gyakorlattal, garanciával, kiszállási díj nélkül. Várhidi, tel.: 250-0921, 06/20-972-5032.

FÉG-SZERVIZ, cirkók, gázbojlerek, konvektorok javítása, villanybojler vízkőtelenítés, csapok, WC-k javítása azonnal. 359-5033, 06/30-924-8010.

DUGULÁSELHÁRÍTÁS! XII. kerületi gyorsszolgálat! Minden típusú csatornák, fürdőszobai lefolyók, mosogatók falbontás nélküli, gépi tisztítása azonnal, garanciával, hétvégén is! 228-6193, 06/30-921-0948.

MOSÓGÉPJAVÍTÓ kerületi gyorsszolgálat, automata mosógépek helyszíni javítása 4 órán belül, hétvégén is. Tel.: 421-5959, 06/30-942-2946.

HŰTŐGÉPJAVÍTÓ kerületi gyorsszolgálat, hűtőgépek, fagyasztók, helyszíni javítása 4 órán belül, hétvégén is. Tel.: 421-5959, 06/30-942-29-46

MIKROHULLÁMÚ SÜTŐ javítása és sugárzásmérése, helyszínen is. Sági Pál, Istenhegyi út 27/b. 355-6377, 06/30-260-9995.

LAPOSTETŐ-SZIGETELÉS, -javítás, -csere, kapcsolódó munkák, fényvédés, egyéb szigetelések. Tel.: 388-9920, 06/30-942-6500.

FAKIVÁGÁS, gallyazás, ereszcsatornatisztítás hegymászótechnikával, reális áron, referenciamunkákkal. 388-9920, 06/30-942-6500.

HEGYMÁSZÓTECHNIKÁVAL: műkövezés, vakolás, festés, tető-, csatornajavítás, -szigetelés, ereszcsatorna-tisztítás. 388-9920, 06/30-942-6500.

VÍZ-, CSATORNASZERELÉS azonnal: 388-9920, 06/30-942-6500.

HŰTŐGÉPJAVÍTÁS! Lehel, Zanussi, Gorenje, Whirlpool és orosz hűtők szakszervize. Kiszállás 3 órán belül! Hétvégén is! Nyugdíjaskedvezmény! 215-6287, 06/30-222-0968.

ZÁRSZERELŐ-LAKATOS-ALPINISTA, kőműves-, kaputelefonos, bádogos-, üvegesmunkák. www.durnipal.hu. Tel.: 394-52-94, 06/30-900-4238.

VÍZSZERELÉS. Csapok javításától a teljes felújításig. Beázások, csőtörések elhárítása garanciával. Tel.: 378-4649, 06/30-933-2115.

KÖLTÖZTETÉS olcsón, szakszerűen! Ingyenes dobozok! 06/30-944-3717, www.bauerteher.hu.

MINŐSÍTETT villanyszerelő mester vállalja: cserépkályha, hőtárolós kályha, villanytűzhely, villanybojler javítását, fogyasztás-mérőhely kiépítését. Gáz, EPH érintés-, tűz- és villámvédelmi felülvizsgálat. 06/20-530-0344.

VÍZ-, fűtésszerelés, burkolás. Teljes felújítás, ázások megszüntetése, készülékek javítása, cseréje garanciával. Balázs János épületgépész-technikus. Tel./fax: 362-4050, 06/20-917-0697.

LAKÁSFELÚJÍTÁS! Szobafestést, parkettázást, mázolást, tapétázást, csempézést ingyenes takarítással vállal kisiparos. 202-2505, 06/30-251-3800.

ZÁRLAKATOS-GYORSSZOLGÁLAT! Zárnyitás, zárszerelés, hevederzár-szerelés, rácskészítés, lakatosmunkák. 06/30-961-3794.

RESTAURÁTOR régi bútorok felújítását, faragások pótlását, aranyozását, ebédlőasztalok készítését, képkeretek, tükrök javítását vállalja. Pálos: 06/20-357-7397.

KŐMŰVESMUNKÁT, szobafestést, mázolást vállalok, kisebbet is, anyagbeszerzéssel, szállítással is, elérhető áron! 06/20-941-4200.

GARÁZS- és bejárati kapuk, kapunyitó automatikák, zárszerelés, lakatosmunkák, kerítések. Urbanek. Tel./fax: 214-7442, 06/20-978-7429.

KÖLTÖZTETÉS, lomtalanítás, áruszállítás, csomagolás, bútorszerelés, ingyenes felmérés, fuvarvállalás. 403-9357, 06/20-972-0347, 06/30-589-7542.

ANTENNASZERVIZ, digitális műhold, UPC Direct, Antenna Mikro, átvezetések javítása, szerelése. 383-5679, 06/30-933-1433.

VÍZ-fűtésszerelés, duguláselhárítás A–Z-ig. 402-0627, 06/20-433-1628.

ÜVEGEZÉS! Kiszállással, takarítással, garanciával, kötetlen munkaidőben. 06/70-259-4642, 203-6549.

FELÚJÍTÁS, ÁTALAKÍTÁS. Gépészet, szárazépítés, kőművesmunkák, villanyszerelés, burkolatok, IKEA konyhák. Kedvezményes készülékek, szerelvények, minden szállítással. Teljes körű garanciával, garantált áron. 06/20-990-9309.

BURKOLÁS, javítás, kőművesmunkák készítése szakmunkással. Tel.: 06/30-328-2871, 200-88-97.

TELEVÍZIÓ-, MOSÓGÉPJAVÍTÁS, Sony, Samsung, Panasonic, Orion és minden egyéb tv, valamint mosógépek javítása garanciával, korrekt áron. 275-6211, 06/30-982-4666.

VILLANYSZERELÉS, bojlerek, villámhárítók szerelése, javítása. Anyagbeszerzéssel, garanciával. 310-4018, 06/20-915-2678.

TAKARÍTÁS, nagytakarítás: lakások, irodák, társasházak részére. 201-2489, 06/70-245-7388.

FESTÉS, mázolás, tapétázás, takarítás, külön is. 06/70-245-7388, 201-2489.

VILLANYSZERELÉS. Villamos tervezés. Érintésvédelmi, tűzvédelmi, villámvédelmi felülvizsgálatok. EPH-készítés. Riasztóberendezések. Számítógép-hálózatok. Herbst, XII., Szendrő u. 48. Tel./fax.: 275-4692, 06/20-929-2227.

TÉVÉJAVÍTÁS azonnal, helyszínen, garanciával! (Orion, Videoton, ITT-Nokia, Nordmende, Vestel, Schneider.) 06/20-471-8871.

IKEA típusú könyvszekrények, konyhabútorok, beépített szekrények, irodabútorok méretre gyártása legolcsóbban. Például könyvszekrény: 228x80x28 cm 13 800 Ft. Igényes munka, rövid határidő. Tel.: 376-8485 vagy 06/30-368-1354.

KONTÉNERES sittszállítás. Sóder, homok, termőföld. 06/20-464-6233.

TETŐTŐL a pincéig! Részleges és teljes lakás-, ház-, iroda felújítás minden szakmában, magyar, megbízható szakemberekkel, ingyenes árajánlattal, gyors kezdéssel. Tétény-Épszer Kft. Tel.: 226-4539, 787-4882, 06/20-946-7557.

FESTŐMESTER vállal szobafestést, mázolást, tapétázást, hosszú távú garanciával. Tel.: 06/30-251-5872, 285-2882.

VILLANYSZERELŐ, kisebb munkákat és társasházi elektromos karbantartást is vállalok. 246-99-53, 06/30-947-6036.

REDŐNY-, reluxa-, harmonikaajtó-, szalagfüggöny-, napellenző-, szúnyogháló-, függönykarnis-javítás, -készítés. 356-4840, 06/30-954-4894.

DR. GÁZ GÁZKÉSZÜLÉKSZERVIZ!
vállaljuk: – cirkók, – vízmelegítők, – konvektorok, – tűzhelyek javítását. Valamint ÚJ fűtésrendszerek szerelését **rézcsöves** technológiával. **Munkafelvétel** 8–10 óráig telefonon: **246-4769, (személyesen a szerelővel még aznapra:) 06-30-944-6513.**

PARKETTÁZÁST, csiszolást, javítást, festést, tapétázást, garanciával. 06/20-599-6598.

HORVÁTH Ákos ajtó-, ablakdoktor. Mindenféle ajtók, ablakok illesztését, javítását, átalakítását (bukóról nyílóra), szigetelését, zárak cseréjét vállalom garanciával. Felmérés díjtalan! Tel.: 368-3604, 06/70-550-0269.

VÍZ-FŰTÉSSZERELÉS gyorsszolgálat. Csőrepedés javítása, kamerás csatornavizsgálat, duguláselhárítás, műszeres csőrepedés-keresés. Hétvégén is. 06/30-914-3588.

DÉLBUDA Gyorsszerviz. Minden típusú háztartási gép javítása garanciával! 285-3488, 06/30-950-1717, www.megoldasszerviz.hu.

BÁDOGOSSZERKEZETEK, cserép-, palatetők, tetőszigetelések javítása kerületi kisiparostól. 249-2664, 06/20-944-9015.

LAPOS tetők szigetelésének javítását, felújítását a csatlakozó bádogos-, kőművesmunkákkal együtt garanciával vállalja magánvállalkozó, referenciákkal. 204-67-93, 06/20-934-6993.

TETŐ víz- és hőszigetelését, épületfelújítást hőszigeteléssel vállal a 18 éve működő VIA-ÉPSZAKKER Kft. 1022 Budapest, Törökvész út 16/b. Tel.: 326-5312.

ZÁRSZERELÉS, Tóth és Társa Kft. Zárak szerelése, javítása 0–24-ig. 06/30-863-7680, 06/70-294-9611.

ASZTALOS-, lakatosmunkák készítéstől a legkisebb munkáig. 06/20-411-4349, 789-3958.

ANTIALKOHOLISTA brigád szobafestést, mázolást, tapétázást, gipszkartonozást, szőnyegpadlózást, csempézést, vízszerelést, villanyszerelést, kőművesmunkákat vállalunk. 365-2662, 06/20-998-2369.

ASZTALOS vállal: zárszerelést, ajtó-, ablakillesztést, szigetelést, küszöbkészítést, bútorjavítást, pántok, zsanérok cseréjét, falfúrást, bútor-összeszerelést. 251-9483, 06/20-381-6703.

VILLANYSZERELÉS azonnal! Hibaelhárításról a teljes felújításig. Petrás József villanyszerelő-mester, 06/20-934-4664, 246-9021. ELMŰ által minősített vállalkozás.

REDŐNY, reluxa, szúnyoghálók, szalagfüggöny, napellenző szerelése, javítása, garancia, részlet. 261-3380, 06/30-973-4378, 06/20-424-2618.

FESTŐMESTER (kerületi) mindennemű festést vállal! 06/20-265-6824, 06/30-924-9781.

VARRÓGÉPJAVÍTÁS, eladás, bérbeadás, alkatrész árusítás. 1126 Ugocsa utca 5. 213-8927.

LAPOSTETŐ-SZIGETELÉST vállalunk referenciával, 10 év garanciával, stabil gárdával. 4 PILLÉR KFT. 405-4603 vagy 06/30-931-5495.

KERTGONDOZÁST, fűnyírást, sövényvágást, fakivágást, növénytelepítést vállalok szakértelemmel, lélekkel. 06/30-418-6663, gold333@freemail.hu.

KERTGONDOZÁS. Őszi munkák. T.: 06/20-391-3587.

ASZTALOS: 06/20-548-8829. Konyhabútorok, beépített szekrények, polcozások, kiegészítések, javítások, ingyenes felmérés, precíz, gyors munka! www.butorosok.hu

TÁRSASHÁZAK közös képviseletét, ingatlanok értékbecslését, szakképesítéssel, gyakorlattal, referenciákkal vállalunk. KERKUSKA 2000 Kft. 06/30-977-6612.

AJTÓ-, ablakcsere falbontás nélkül. Ingyenes felmérés. Többgenerációs hegyvidéki vállalkozása. 06/30-922-2262, 355-6366.

LAPOS tetők csapadékvíz elleni szigetelése referenciákkal. Garancia: 10-12 év. Homlokzat felújítás alpintechnikával. Tel.: 06/20-471-1870.

KÖLTÖZTETÉS ingyenes munkafelméréssel. Csomagolás, bútorszerelés, hangszerszállítás. www.diokoltoztetes.hu, 417-1975.

LOMTALANÍTÁST vállalunk a hét minden napján. www.lomtalanitas.com, 419-33-41.

MINDENFÉLE gépi és kézi kerti munkát vállalok, vidéken is. Tel.: 06/30-682-4431.

BÁDOGOSMUNKÁK, felújítások, tetőjavítások. 06/20-391-5982, 291-9239.

VÍZVEZETÉK-SZERELÉS, fürdőszobafelújítás, javítások. 06/20-391-5982, 291-9239.

HEGYVIDÉK TH Bt. közös képviseletet vállal. Tel.: 06/20-460-1585.

VÍZSZERELÉS-GYORSSZOLGÁLAT, duguláselhárítás, műszeres csőrepedés-keresés, csőrepedés javítása, WC-k, csapok, téli elzárók szerelése ásással. Hétvégén is. 06/30-200-9905.

FAKIVÁGÁS. Bármilyen nagyságú veszélyes fák ágankénti lebontással való kivágása. 06/20-485-6547.

TÁVIRÁNYÍTÓ-SZERVIZ. Kapukhoz, garázsokhoz. 06/20-941-6222. www.radiocontrol.hu.

KOVI költöztetés, szállítás, iroda, lakás, vidékre is. Munkafelméréssel, ingyen dobozokkal. 376-5119, 0630-9718215.

KÖLTÖZTETÉS, nehézgép-szállítás, lomtalanítás, nemzetközi fuvarozás 7,5 t-ig, zongora, páncélszekrény. Tel.: 06/30-948-2206.

KÉMÉNYBÉLELÉS, alumínium, acél, furánflex technológiával, légbeömlő szereléssel, kéményseprő-ügyintézéssel. METALVILL Kft. Tel.: 06/30-688-3683.

MŰKŐKÉSZÍTÉS helyszínen és előregyártva. Lépcsők, fedkövek, ablakpárkányok, járdák készítése, felújítása rövid határidővel, garanciával. 06/30-387-2894.

BÍZZA szakemberre! Szobafestést – mázolást – tapétázást vállalok. Garanciával. Tel.: 362-1011, 06/30-913-8245.

KERTÉSZETI munkák: kertápolás, fűkaszálás, kertépítés, térburkolás, öntözőrendszerek telepítése, fakivágás. 06/70-526-9535.

GÁZKÉSZÜLÉKET kitisztítom, megjavítom, kicserélem. Tel.: reggel–este 7–9 között, 4666-113, 06/30-212-4693.

NONSTOP villanyszerelő gyorsszolgálat. www.vill-computer.eu. Hibabejelentés: 06/30-951-3828.

NONSTOP számítógépszerviz. www.vill-computer.eu. Ügyelet: 06/30-524-0572.

COMPUTERKLINIKA: Számítógép-javítás, -karbantartás, -bővítés, vírusirtás ingyenes kiszállással. Tel.:06/30-857-2653.

GUMISZERVIZ-autószerviz, műszaki vizsgáztatás, autókozmetika az I. kerületben, Márvány u. 16. Tel.: 06/20-565-2105.

SZOBAFESTÉS, mázolás, tapétázás tavalyi árakkal, minőségi kivitelben, garanciával. Ingyenes felmérés: 06/30-272-3909.

KERTÉPÍTÉS, kertfenntartás, öntözőrendszer-telepítés, füvesítés kertészmérnöktől, korrekt áron. 06/20-561-7063.

ALPIN fakivágás, faveszélytelenítés, faviszszavágás kertészmérnöktől, korrekt áron. 06/20-561-7063.

MINŐSÉGI bútorok és nyílászárók készítése, beépítése. Szakértelem. Pontosság. Megbízhatóság. Tel.: 06/30-986-1254.

VASALÁS SZOLGÁLTATÁS
Háztól házig.
Tel.: 06/20-200-6999.
www.kezivasalas.hu

TAKARÍTÁS nonstop! Magánházak, irodák, társasházak alkalmankénti-rendszeres takarítása, nagytakarítása. 06/30-960-4525.

VÍZVEZETÉKSZERELÉS nonstop! Mosógépek bekötése, mosdók, csapok cseréje. Javítások, felújítások. 06/30-954-9554.

EZERMESTER-szolgálat – lakásszerviz nonstop! Bútorszerelés, falfúrás, javítások, takarítás, vasalás, sofőrszolgálat. 06/30-960-4525.

LAKÁSFELÚJÍTÁS anyagbeszerzéssel, garanciával. Szobafestés, csempeburkolás, kőművesmunkák, parkettázás, villanyszerelés, vízszerelés. 06/30-960-4525.

TÁRSASHÁZAK takarítását vállalom. 06/30-215-8590.

TV-ANTENNA: műholdvevők (analóg/digitális), földi antennák javítása, telepítése garanciával. Kábel-tv leosztása. Tv–videó–DVD összehangolása. NO-KO SAT BT. 326-6935, 06/30-592-2910.

SZÁMÍTÓGÉP-karbantartás, installálás, beállítások. Adatok rendszerezése, mentése, vírusvédelem. Korrepetálás informatikából. NO-KO SAT BT. 326-6935, 06/30-595-2921.

TELJES KÖRŰ szaktanácsadás biztosítási kártérítési ügyben, jogi közreműködéssel, előzetes időpont-egyeztetés alapján. T.: 06/30-971-98-36, 06/70-514-6454.

KONTÉNERES sitt-, szemét- és zöldhulladék-szállítás 3–12 köbméteres konténerekkel. Sóder-, homok- és termőföldrendelés. 06/20-372-7164.

Budai Látkép
A HetiVválasz havi melléklete
Keresse az október 16-i számban!

HetiVválasz
Az összefogás lapja
Óbudától Nagytétényig,
...mert Buda csak egy van.

Angol, illetve német nyelvtanítást, korrepetálást kedvező áron vállalok.
10 éves kortól, a XI. és XII. kerületekben.
Érd.: 20/ 367-1507

ZÁRKIRÁLY® BT.
ZÁR, LAKAT, VASALAT
1027 Bp., Margit krt. 54. T./F.: 201-3928
1117 Bp., Fehérvári út 24. T./F.: 466-5654
Nyitva: H–P: 9–18 Sz: 9–14
+ SZOLGÁLTATÁSAINK:
• KULCSMÁSOLÁS: lakás-, autó-, speciális és mágneskulcs
• ZÁRBETÉTEK ÁTKÓDOLÁSA
• EGYFORMA ZÁRLATU, FŐ- ÉS VEZÉRKULCSOS RENDSZEREK
• HEVEDERZÁRAK SZERELÉSE: Mo. teljes kínálata egyedi méretben is
• FÉNYMÁSOLÁS
SZOMBATONKÉNT –10% !
RÉZ- ÉS KRÓMÁRUK POSTALADÁK SZÉFEK -20%

LAKÁS/INGATLAN/BÉRLEMÉNY

KERESÜNK-KÍNÁLUNK ELADÁSRA-BÉRLETRE
budai, zöldövezeti lakásokat, házakat.
UNITERRA Bt.
Telefon: 246-43-47,
06-30-311-8950, 06-20-982-8055,
Fax: 247-0686.
E-mail: csonka-j@hu.inter.net

„BUDAVÁR" Ingatlanközvetítő Magániroda! 201-7719, Zwillinger.

IMMOTÉKA Ingatlaniroda, 10 éve a nívós ingatlanok specialistája. Szakszerűség, diszkréció, referenciák. Rövid időre szóló, kizárólagos megbízásnál jutalékkedvezmény. XII., Nagyenyed u. 9., tel.: 201-1821, 06/30-202-1892, 06/30-229-3345. Mindenkori aktuális ajánlatok: www.immoteka.hu.

KERESEK készpénzes ügyfeleim részére I–II–XI–XII. kerületekben eladó ingatlanokat 10 éves gyakorlattal, kedvező jutalékkal. 06/20-362-2906, 395-2894.

XII., KIKELET utcában 80 nm-es, nappali + 2 hálós, napfényes, félemeleti, közvetlen kertkapcsolatos, nagy teraszos lakás garázzsal, tárolóval + tetőtéri, panorámás mini garzon, 45 M Ft, eladó.06/20-362-2906.

XII., SUSOGÓ utcában 55 nm-es, 2 szobás, jó állapotú, városra, erdőre panorámás lakás 21,5 millióért eladó. 06/20-362-2906.

KERESEK eladó, zöldövezeti társasházi, vagy belbudai, polgári lakást. 395-2894, 06/20-362-2906.

XII., BEETHOVEN utcában, új építésű házban egyszobás, emeleti, cirkós, bútorozott lakás 80 ezer + rezsiért kiadó. 06/20-344-3179.

CSENDES, világos, emeleti eladó lakást keresek a kerületben. 06/70-237-9030, 201-9475.

RÉGI villában lévő eladó, csendes, világos, emeleti lakást keresek. 201-94-75, 06/70-237-9030.

ISTENHEGYI úton 44 nm, I. emeleti, kétszobás, délkeleti tájolású, jó elosztású, cirkós lakás 20 M-ért eladó. 201-9475, 06/70-237-9030.

XII., ZEKE utcai, félemeleti, 55 nm-es, 2 szoba + étkezős, erkélyes, csendes, világos lakás tárolóval, kocsibeállóval, 25,5 millióért eladó. 201-9475, 06/70-237-9030.

BUDAI Várban 76, 78 és 182 nm-es luxus öröklakások eladók. 201-9475, 06/70-237-9030.

XII., KISS János altábornagy utcában 106 nm-es, III. emeleti (lift nincs), háromszobás, déli fekvésű, étkezőkonyhás, jó elosztású öröklakás 30,8 millióért eladó. 201-9475, 06/70-237-9030.

XII., STROMFELD A. úti, 1930-ban épült barokk villában lévő, 100 nm-es, háromszobás, amerikai konyhás, felújított lakás 9 nm, panorámás terasszal, tárolóval, mosókonyhával, 350 négyszögöles kertben, 59,9 M-ért eladó. Tel.: 201-9475, 06/70-237-9030.

RÓZSADOMBON városra teljes panorámás ikerház egyben vagy külön eladó. 06/30-944-9335.

TÖRÖKBÁLINTI úton 80 nm-es, 2 szintes, tetőtéri lakás garázzsal eladó. 06/30-944-9335.

XI., MUSKOTÁLY utcánál 138 nm-es, polgári, nagy teraszos lakás eladó. 06/30-944-9335.

XI., VILLÁNYI úti, emeleti, felújítandó, erkélyes, 2,5 szoba-hallos lakás eladó. 06/30-944-9335.

II., TÁROGATÓ úti, 78 nm-es, 3 szobás, garázsos lakás eladó. 06/30-944-9335.

II., LIPTHAY utcai, 124 nm-es polgári lakás eladó. 06/20-414-2342.

II., RHÉDEY utcai, 60 nm-es, felújított, erkélyes lakás eladó. 06/30-944-9335.

XI., CSERESZNYE utcában 236 nm-es, felújítandó vagy bontandó ház eladó. 06/30-944-9335.

APOR Vilmos téren 61 nm-es, polgári, erkélyes, kertre néző lakás eladó. 06/30-944-9335.

BARTÓK Béla úti, 70 nm-es, udvari és 136 nm-es, liftes, felújított lakás eladó. 06/30-944-9335.

ORMÓDI utcai, 103 nm-es sorház 52 milliós irányáron eladó. 06/30-944-9335.

XII., ÁGNES úti, 200 nm-es, 5 szobás sorház eladó. 06/30-944-9335.

APOR Vilmos tér mellékutcájában 140 nm-es, garázsos, teraszos polgári lakás eladó. 06/30-944-9335.

II., SZERB Antal utcai, 75 nm-es, földszinti, erkélyes lakás sürgősen eladó. 06/20-414-2342.

VÁRI, 160 nm-es lakástulajdon eladó. 06/30-944-9335.

VÁROSMAJOR utcai, 136 nm-es, liftes lakás eladó. 06/30-944-9335.

BÁN utcai, 49 nm-es, 2 szobás, felújított lakás eladó. 06/30-944-9335.

14 ÉVE FOLYAMATOSAN működő INGATLANIRODA keres-kínál eladó-kiadó ingatlanokat. Teljes körű, gyors, korrekt ügyintézés. Telefon: 315-0031, 06/30-944-0088. www.amadex.hu; amadex@axelero.hu.

KERESÜNK, kínálunk kizárólag XII. és II. kerületi eladó és bérbeadó házakat, lakásokat, elsősorban európai ügyfélkörünk számára. Apartman M Ingatlaniroda, 398-1501, www.ingatlan.com/berles.

XII., LEJTŐ út, 1928-ban épült villa, 230 000 000 Ft. Apartman M Ingatlaniroda, 398-1501.

XII., DIÓS árok, 86 nm, 3 szoba, terasz, kertkapcsolat, garázs, 42 000 000 Ft. Apartman M Ingatlaniroda. 398-1501.

BUDAI New York Ingatlaniroda keres eladó és kiadó lakásokat, villákat, üzleti ingatlanokat pontos szolgáltatással, korrekt jutalékkal. Tel.: 215-7336.

XI., KONDOROSI út közelében kétszintes, sorházi lakás (nappali + három félszoba), terasz, kertrész, garázs, 36,5 millió Ft-os irányáron eladó. 06/30-241-1595, 338-1737.

XII., NÉMETVÖLGYBEN négyszintes, 3,5 szobás, panorámás, felújított lakás (nagy terasz, garázs, nagy közös kert) 47 millió Ft-os irányáron eladó. 06/30-241-1595, 338-1737.

KERESÜNK-kínálunk eladásra budai, zöldövezeti lakásokat, házakat. 1994 óta működő Partingfon Bt. Dezső bácsi: 214-5473, 06/30-973-0113, 06/70-259-4932.

TRAUTMANN és Pitroff Kft. Eladó/kiadó ingatlanokat keres magyar és külföldi ügyfelei részére. 387-8796; 06/20-220-0200.
www.tp-ingatlan.hu

VILLA-LUX Ingatlaniroda 19 éve a budai ingatlanpiacon, lakások, házak adásvétele, bérlete! Hegyvidék Üzletközpont, XII., Apor Vilmos tér I. lépcsőház, I. emelet, 466-2482, 06/30-945-8278, www.villalux.hu, villalux@villalux.hu.

XI., SASAD felső részén 150 nm, sorházi lakás, saját kis kerttel, garázzsal, gépkocsibeállóval. Ár: 51,5 millió. 06/20-368-1744. www.sasadingatlan.hu.

XI., SASAD kedvelt részén, új építésű, liftes teraszházban, 100 nm + 60 nm terasz, szuperpanorámás II. emeleti lakás 2 garázzsal. Ár: 79 millió. Átadás: 2008. október 26. 06/20-368-1744.

XI., SASADON, Beregszász út felső részén 47 nm, 1,5 szobás, erkélyes, I. emeleti, jó állapotú lakás gépkocsibeállóval. Irányár: 21,8 millió. 06/20-368-1744.

XI., SASADI út felső részénél 2 lakásos ház 74 nm-es, földszinti lakása, 450 nm kerttel. Irányár: 37 millió. 06/20-368-1744.

XII. KERÜLETBEN, csendes, madárcsicsergős utcában jó állapotú, 170 nm-es, panorámás ikerházfél 900 nm, szép, ápolt, intim kerttel eladó. Irányár: 83 millió. 06/20-368-1744.

AMERIKAI házaspárnak 1,5 szobás, budapesti és 4 szobás, budai eladó/kiadó ingatlant keresek. EUROHOMES Ingatlaniroda, 06/30-667-6455, 319-1449.

MOM Parknál 64 nm-es, 2 szobás, felújított, III. emeleti lakás eladó. 25,9 M Ft. 06/20-393-9689.

MÁRTONHEGYI út csendes mellékutcájában, 4 lakásos házban elvehetetlen panorámájú, I. emeleti, 123 nm-es, belső kétszintes lakás nagy terasszal eladó. 68 M Ft. 06/20-393-9689.

XII., KAPITÁNY utcában 64 nm-es, 2,5 szobás, igényesen felújított, tetőtéri, belső kétszintes lakás beépített bútorokkal eladó. 27,2 M Ft. 06/20-393-9689.

LAKÁSOK eladását vállaljuk a kerületben, többéves tapasztalattal. www.budaihegyek.hu, 06/70-523-1969, Schmidt Péter, info@budaihegyek.hu.

II., KISRÓKUS utcában, Millenáris Parknál kertre néző, teraszos, 84 nm-es, cirkós, felújított, első emeleti lakás 30,9 millió. 06/70-523-1969. www.budaihegyek.hu

XII., TUSNÁDI utcában 2,5 szobás, csendes, napos, első emeleti, Széchenyi-hegyre néző lakás garázzsal 27,8 millió. 06/70-523-1969. www.budaihegyek.hu

XII., STROMFELD Aurél úton, 3 lakásos villában a teljes első emeleti, 100 nm-es, felújított, panorámás lakás 59,9 millió. 06/70-523-1969. www.budaihegyek.hu

II., PALÁNTA utcában, bauhaus házban 31 + 7,8 nm-es, teraszos, csendes lakás 18,9 millió. (Mellette 24 nm eladó.) 06/70-523-1969. www.budaihegyek.hu

XII., ZUGLIGETI úton, cseréptetős házban háromszobás, csendes, cirkós, első emeleti, 73 nm-es lakás 32,8 millió. 06/70-523-1969. www.budaihegyek.hu

LAUDER iskolánál nappali-2 hálós, körpanorámás, 70 nm-es lakás toronyházban 23 990 000 Ft. 06/70-523-1969. www.budaihegyek.hu

BUDA Gold Ingatlan Center ügyfelei részére keres-kínál eladó és kiadó lakásokat, villákat, telkeket és irodákat. T.: 315-1020. www.budagold.hu, www.budaivillak.hu, www.irodainfo.com

KEDVES Tulajdonos! Továbbra is a legjobb feltételekkel segítünk kiadni-eladni ingatlanát. Piacvezető multinacionális cég vezérigazgatója részére keresünk bérbeadó, minőségi, luxus családi házat 3 éves időtartamra. START INGATLAN KFT. Tel.: 316-9408.

XII., JÁRŐR utcában 2000-ben épült, kétszintes, 150 nm-es, I. emeleti, panorámás lakás teraszokkal, dupla garázzsal eladó. Ára: 130,9 M Ft. Tel.: 06/30-960-8862, 316-9408.

II., CSEPPKŐ utcában 150 nm-es, 1 nappali + 5 hálós, sorházi lakás garázzsal eladó. Irányár: 74,5 M Ft. Tel.: 06/20-932-5005, 316-9408.

II., ZÖLDLOMB utcában 3. emeleti, 63 nm-es, nappali + 2 szobás, fiatalos, panorámás lakás eladó. Ára: 23,9 M Ft. Tel.: 06/20-932-5005, 316-9408.

XII., MOM Parknál háromszintes, bruttó 240, nettó 178 nm-es, nappali + 5 hálószobás családi ház garázzsal + beállóval eladó. A földszinten 30 nm-es garzonlakás. Ingatlan ára: 125 M Ft. Tel.: 06/30-960-8862.

XI–XII. HATÁRÁN új építésű lakások a legkedvezőbb áron leköthetők. 06/20-944-3788, www.sasadconsult.hu.

ÚJ ÉPÍTÉSŰ, panorámás ikerház mindkét fele eladó, 4,5 szoba, erkélyek, dupla garázs, 1000 nm telek. 06/70-504-7568.

XII., TARTSAY utcában gyönyörű állapotban lévő, 107 nm-es öröklakás sok beépített bútorral eladó. Irányár: 49,8 M Ft. 06/20-971-8696, www.sasadconsult.hu.

XII., ZÓLYOMI útnál 120 nm-es sorház szép állapotban, garázzsal, tárolóval, 47 M Ft-os irányáron eladó. 06/20-971-8696.

XII., IRHÁS árroknál 150 nm-es, panorámás sorház dupla garázzsal, nagy telekkel, szép állapotban eladó. 06/20-971-8696.

XII., SZILASSY úton 47 nm, cirkofűtéses, hőszigetelt lakás loggiával + tárolóval, tulajdonostól eladó. Irányár: 19,5 M Ft. Garázs megoldható. 06/30-564-0222.

ÜGYFELEIM részére keresek eladó lakásokat a kerületben. Koczka Marika: 06/20-921-1571.

XII., BEETHOVEN utcában eladó egy 38 nm-es, másfél szobás, 3. emeleti – lift nélküli házban lévő –, kitűnő állapotú lakás. Irányár: 16,8 M Ft. Érd.: 06/70-776-6712.

XII. KERÜLET, Greguss utcai, 65 nm-es, önkormányzati bérlakásomat kisebbre cserélném, értékegyeztetéssel. 06/30-903-6276.

SAS-HEGYEN busz közeli, jó beosztású, napos, kétszobás, cirkós lakás eladó. Tel.: 06/30-213-5155 esti órákban.

BÖSZÖRMÉNYI úton kerti bejáratú, 31 nm alapterületű raktárhelyiség – átalakítási lehetőséggel – kiadó. 06/30-570-9367.

SZÉPSÉGSZALON/üzlethelyiség kiadó! XII., Maros u. 23–25. Érdeklődni: 06/70-384-2238.

MOM Park közelében, Győri úton eladó hangulatos, 3 szobás, 75 nm-es, amerikai konyhás, csendes lakás gyönyörű, nagypolgári házban. Irányár: 24,9 millió. Tel.: 06/70-932-3362.

VÁSÁROLNÉK házat vagy kertkapcsolatos lakást családom részére, készpénzfizetéssel. Tel.: 06/30-628-5949.

XII., KISS János utca csendes részén egy 2 + 1 félszobás, részben felújított, utcai, I. emeleti, napos, 84 nm-es polgári lakás tulajdonostól eladó. Irányár: 26,8 M Ft. Tel.: 06/30-589-6677, 06/30-408-0441.

MAGÁNSZEMÉLY keres megvételre – elsősorban a Virányos út környékén – 70 nm körüli lakást. 06/30-931-0940.

XII., GYŐRI úton 71 nm-es, háromszobás, cirkofűtéses lakás 24,9 millióért eladó. 06/20-967-5691.

XII., FELSŐ Svábhegyi úton másfél szobás, felújított, loggiás, panorámás lakás 20,8 millióért eladó. 06/20-966-2062.

II., TÖRÖKVÉSZ úton panorámás, legfelső emeleti, felújított, 65 nm-es, gázfűtéses öröklakás kocsibeállóval eladó. Közvetítők kíméljenek! 06/30-590-2571.

MOM Parknál 100 nm-es, legfelső emeleti, panorámás öröklakás eladó. Irányár: 21,5 M Ft. Közvetítők kíméljenek! 06/70-949-4013.

BUDAKESZI út 34/c-ben 191 nm alapterületű, duplakomfortos öröklakás garázzsal, kocsibeállókkal, nagy kertrésszel eladó. 06/30-622-1706.

OTTHONSZIGET Ingatlanközvetítő 2,5% (bruttó)-ért vállalja budai ingatlanok eladását. Telefon: 06/20-510-0685.

LAKÁS kiadó. 48 nm + 12 nm erkély, közvetlen kertkapcsolattal, remek közlekedéssel, berendezve. Azonnal költözhető. 80 000 Ft + rezsi. Galgóczy u., fszt. Érd.: 06/30-555-8255.

XII. KERÜLET, Hollósy Simon utcában, téglaépítésű házban erkélyes, I. emeleti, 76 nm-es, kettő szoba-hallos lakás eladó. Csak magánszemélyeknek! Irányár: 31,9 millió forint. Érdeklődni: 06/30-642-8974.

GARÁZS

GARÁZS – 13 nm – kiadó. 202-3643.

MÁTYÁS király úton (Alkony útnál) garázs kiadó. Tel.: 395-13-12.

GARÁZS sürgősen eladó áron alul a Kiss János altábornagy utcában, új építésű épületben. Ár: 2,5 M Ft. Tel.: 06/30-694-0211.

GOLDMARK Károly utcában hosszú távra garázs kiadó (Zsiguli nagyságú kocsinak). 06/30-384-8364.

IRHÁS árokban garázs kiadó. 06/30-496-6455.

GARÁZS kiadó az Istenhegyi úton, benzinkútnál. 201-5331.

XII., TAMÁSI Áron utca elején lévő társasházban teremgarázshely kiadó. 30 ezer/hó. Tel.: 214-6595.

GOLDMARK–Határőr-sarkon garázs kiadó. 06/30-853-0841.

OKTATÁS

HEGYVIDÉK NYELVISKOLA
XII., Tartsay Vilmos u. 26.
ANGOL, NÉMET, SPANYOL, FRANCIA, OLASZ, OROSZ.
Külföldieknek MAGYAR nyelvoktatás.
Felkészítünk: érettségire, felvételire, nyelvvizsgára.
Kihelyezett céges és egyéni tanfolyamok.
Tanfolyamaink egész évben folyamatosan indulnak.
Csoportlétszám: MAX. 3 FŐ.
Tel.: 375-1639.

ANGOL fordítás, nyelvvizsgára felkészítés a MOM Parknál. Tel.: 356-2503.

MATEMATIKATANÍTÁS háznál. Tel.: 201-7028.

JOGOSÍTVÁNYT a Szilágyi Autósiskolától. www.autosiskolaszilagyi.hu, 355-9274, 06/20-966-4341.

MATEMATIKATANÍTÁST vállal tapasztalt pedagógus általános iskolások, középiskolába felvételizők számára, intenzíven is. 394-5341, 06/20-571-7554.

FRANCIATANÍTÁST vállal tapasztalt pedagógus kezdők, haladók, érettségizők, nyelvvizsgázók számára, intenzíven is. 394-5341, 06/20-571-7554.

MATEMATIKA-, fizika-, számítástechnika-, kémiatanítás általánostól felsőfokig. 06/20-946-7553.

MATEMATIKÁBÓL, fizikából (vizsga)felkészítés minden szinten. 06/20-934-4456, 250-2003.

NÉMET – nyelvtanártól, az Osztrák Iskolához közel, tematikájának ismeretével, háznál is. 214-2420, 06/20-244-6565.

MATEMATIKA-, fizikatanítás, középszintű és emelt szintű érettségire, főiskolára, egyetemre felkészítés több mint 20 éves gyakorlat. Telefon: 213-7747, 06/20-518-2808.

HUMANIÓRÁK. Latint, történelmet, irodalmat, helyesírást tanítok. 202-4651.

ANGOL nyelvoktatás, korrepetálás, felzárkóztatás, nyelvvizsgákra készítés, vasárnapi társalgás gyakorlott tanárnőnél, a Csörsz utcánál. 06/20-954-2356.

KUNGFU, CSIKUNG – magánoktatás, hatékony önvédelem. 06/20-920-3624.

ANGOLTANÁR vizsgákra felkészít. 06/30-343-8351.

NÉMETÉRETTSÉGIZTETÉSBEN, nyelvvizsgáztatásban jártas nyelvtanárnő vállal felkészítést. 06/30-226-4165.

ANGOL, német nyelv tanítását, nyelvvizsga-felkészítést vállal nyelvtanár minden korosztálynak. Cégeknél is. Házhoz is megyek. 246-6869, 06/70-540-3337.

ZONGORATANÍTÁST vállal zeneiskolai tanár húszéves gyakorlattal. Tel.: 06/20-957-6979.

TUDOR DÉLUTÁN. Napközi játszóház Zugligetben, angol, német fejlesztő foglalkozások, leckeírás, tanulás, kézműveskedés, mozgás. Tel.: 06/20-974-7030, www.tudordu.hu, info@tudordu.hu.

ZONGORAOKTATÁS nyugdíjas művésztanárnál a Széna téren. 202-0344, 06/30-613-0061.

MATEMATIKA szaktanár több évtizedes tapasztalattal felkészítést vállal valamennyi korosztály számára. 06/30-292-1789.

TAPASZTALT zongoratanárnő óraadást vállal négyéves kortól felnőtt korig. Tel.: 06/30-302-46-10.

MATEMATIKA-, fizikatanítást vállal középiskolai tanár. Tel.: 06/70-298-1129.

ANGOL általános és üzleti nyelvvizsgára, érettségire felkészítés, korrepetálás gyakorlott nyelvtanárral a Fodor utcában. Tel.: 355-12-55, 06/30-611-83-40.

ANGOL társalgás 50-en felülieknek a Fodor utcában. Tel.: 355-12-55, 06/30-611-83-40.

GYERMEKMEGŐRZŐ nyílt a Hóvirág Klubban, 2–7 éves gyermekek részére: angol–magyar nyelvű foglalkozások, úszásoktatás, táncoktatás. Tel.: 06/30-242-0414. Cím: 1121 Bp., Hóvirág út 42.

ŐSZINTE asztrológia tapasztalt orvostól. Egyéni vagy kiscsoportos oktatás, rugalmas időbeosztás, XII. kerületben. Telefon: 06/30-994-0797.

OLASZ nyelvoktatás, korrepetálás diplomás tanárnőnél. 06/30-906-3884.

KÖZÉPISKOLÁSOK korrepetálása matematikából. Tel.: 466-4933.

OLASZ nyelvtanítás egyéni módszerrel, kedvező áron. Tel.: 395-2540.

MATEMATIKA-, fizikakorrepetálást, érettségire, egyetemre felkészítést vállal mérnök, matematikus. Tel.: 395-2540.

ANGOL, francia, spanyol idegennyelv-oktatás. 06/30-359-9340.

KISISKOLÁSOK fejlesztését, korrepetálását fejlesztőpedagógus házhoz járással vállalja. Tel.: 06/20-363-4514.

NÉMET, francia nyelvoktatás rutinos, diplomás tanárnál, Moszkva térnél. Minőség olcsón. 06/30-372-7107.

ANGOL nyelvtanítás igényes diákoknak ELTE-s oktatói gyakorlattal. Egyedi tematika. 326-6935, 06/20-541-5483.

KORREPETÁLÁS, felkészítés alsó tagozatosoknak, 5., 6. osztályosoknak. Tel.: 06/30-429-2618.

VEGYES

BÉLYEG, régi képeslap, régi használt levélboríték, papírrégiség vétel-eladás. Marnitz bélyegüzlet. Bp. XII., Nagyenyed u. 9. Tel.: 213-9230, a Déli pályaudvarnál.

BÉLYEGGYŰJTEMÉNYEKET, régi pénzérméket, régi képeslapokat és levélborítékokat vásárolunk. VI., Andrássy út 16., 06/1-317-4757.

DÍJTALAN lakáskiürítéssel vásárolok mindenféle bútort, cserépedényt, porcelánt, festményt, csillárt, ezüstöt, mindenféle régi újságot, játékot és hangszert. 291-3101, 06/30-347-7713, Szellő János.

KELETI SZŐNYEG- ÉS MŰTÁRGYBECSÜS vásárol régi keleti szőnyegeket, sérült állapotban is. Porcelánt és régi dísztárgyakat. Kiszállás díjtalan. Tel.: 06/30-456-3938.

JÓ ÁLLAPOTÚ antik szekrényt vennék saját részre. 06/30-822-8050.

PIANINÓK családbarát áron. Hangolás, javítás. 209-3247, 06/20-912-4845.

BIZALOM, biztonság, referencia! Évtizedek óta működő üzleteink részére vásárolunk: festményeket, ezüstöket, régi szőnyegeket, bútorokat, arany és briliáns ékszereket stb. 06/20-941-6574, 362-3910.

ARANY ÉS EZÜST felvásárlása! Margit krt. 51–53. Tel.: 316-3651. Tekintse meg az interneten a Google keresőben, Louis Galéria honlapján, lakatos@mconet.hu.

KÁRPÓTLÁSI jegyet legmagasabb áron vásárolok. 06/20-575-1411, 334-2620

JAKAB Izabella hivatásos szakbecsüs vásárol készpénzért, kiemelt áron mindennemű régiséget, bútorokat (koloniált is), festményeket, órákat, hangszereket, szőrméket, hanglemezeket, porcelánokat, csillárt, könyveket, rádiókat, csipkéket, dísztárgyakat, hagyatékot. Kiszállás díjtalan. 06/20-566-2025.

EGÉSZSÉG

LÉZERTERÁPIA, reumatológia, akupunktúra, fogyasztás, szénanátha, gerincferdülés, csontritkulás, csípő- és térdkopás kezelése, fejfájásellátás, lumbágóügyelet, üzemorvosi vizsgálatok. Tel.: 368-6349, 06/20-968-6886.

GERINCFÁJDALMAK, nyaki, háti, derékpanaszok, gerincsérv, kar- és lábfájdalom, zsibbadás, fejfájás, migrén gyógyítása a Pro Vitalitás orvos-természetgyógyász rendelőben. XII., Kékgolyó u. 15/b. Bejelentkezés: 06/20-464-1145, 212-2078, üzenetrögzítő is. www.gerincorvos.hu.

FOGSOROK, hidak készítése, javítása soron kívül. Fogszabályozó, fogfehérítő. Mozgáskorlátozottakhoz házhoz megyünk! Egészségügyeseknek és tanároknak kedvezmény! Fogászati háttér biztosított. Tóthné Hűvös Katalin fogtechnikus mester. 1013 Budapest, Krisztina krt. 51., fszt. Mobiltelefon: 06-30222-3016.

TALPMASSZÁZS, talpdiagnosztika, fülgyertyázás, SPA (aqua) méregtelenítés, hajdiagnosztika, testmasszázs, számítógépes lúdtalpbetét-készítés, reiki. „Vivien talpai" orvos-természetgyógyász rendelő, II., Fillér u. 10/a-b. Tel.: 316-2596, www.vivientalpai.hu.

FÁJDALOMMENTES allergia és gombák vizsgálata. Biorezonanciás terápiával: allergia és candida kioldása, bőrbetegségek, szenvedélybetegségek, légúti, emésztési, mozgásszervi problémák, fejfájások kezelése, stresszoldás. „Vivien talpai" orvos-természetgyógyász rendelő. 316-25-96, www.vivientalpai.hu.

CSONTKOVÁCS-akupressző Hűvösvölgyi út 54. alatt. Idegbecsípődések, ízületi blokkok, lumbágó-isiász megszüntetése. Térdblokkok, gerincsérvek, szédülések műtét nélküli eredményes gyógyítása. Fülakupunktúrás fogyókúra. Dr. Garzó Péter természetgyógyász 06/30-945-8477.

OTTHONÁBAN testmasszázs, talpmasszázs, eü. diplomás masszőrnő. 06/20-378-1858.

ÓVODÁS Gyermektorna tanfolyamunkra szeretettel várjuk a 3–7 éves gyerekeket. Ügyességfejlesztés, játékos mozgásfeladatok heti 2 alkalommal. Jelentkezni lehet hétfőn és csütörtökön a XII., Kiss János altb. u. 40., a Tanítóképző Főiskola tornatermében 17 órától.

FOGÁGYBETEGSÉGÉVEL, ínysorvadásával forduljon Dr. Szilágyi Katalin parodontológushoz. Tel.: 06/20-928-9964, 322-5707. Rendelő: Bp., Teréz krt. 7. fszt. 5.

ÁLLÁS

CSALÁDOKHOZ meghízható, lelkiismeretes idősgondozókat, babysittereket, takarítónőket díjmentesen közvetítünk. „Empátia", 06/1-336-1094, 06/20-465-8458, 06/70-380-5620.

TELEFONOS irodai munka, 6 órás elfoglaltsággal nyugdíjasoknak a Márványban. Érd. 14 óra után. 887-5396.

CSALÁDOKHOZ keresünk és ajánlunk leinformálható bébiszittereket, idősgondozókat, házvezetőnőket. Micimackó. T.: 243-8280, 205-8700, 06/20-359-5918.

DIPLOMÁS egészségügyis ápolást, gondozást vállal. 06/20-378-1858.

FODRÁSZ házhoz megy reális áron. Hívjon bizalommal! Tel.: 06/30-465-9790.

BABYSITTER: türelmes, alkalmazkodó, óvodapedagógusi diplomával, több éves babysitteri tapasztalatokkal rendelkezve gyermekfelügyeletet vállalok hosszú távra. Kérésre fényképes önéletrajzot küldök. Szabó Anikó. 06/70-389-2997.

KERESÜNK hétvégekre félnapi gyerekfelügyeletet, vagy apróbb háztartási munkára alkalmas személyt. Néha hétvégén este is kívánatos a gyerekfelügyelet. 06/70-702-9001.

MEGBÍZHATÓ, munkájára igényes, 45 éves nő takarítást vállal hétköznapokon 9–15-ig. 06/30-315-3717.

TÁRSKERESŐ

EGYEDÜL telt a nyár? Gondoljon a Szilveszterre! Azt már ne töltse egyedül! Kánya Kata Társközvetítő Iroda. 214-94-41, www.kanyakata.hu.

ÉRTELMISÉGI férfit keresek a szabadidő hasznos eltöltéséhez. 55 év felett. 06/20-945-4820.

KÖNYV

OPERA ANTIKVÁRIUM (VI., Hajós u. 7.) vásárol könyveket, könyvtárakat, képeslapokat, kéziratokat, régi fényképeket, térképeket, CD-ket, DVD-ket, plakátokat, festményeket, bármilyen régi reklámtárgyakat. Ingyenes kiszállás, készpénzfizetés. Telefon: 332-0243, 06/20-922-0001.

RÉGI könyveket, könyvgyűjteményeket azonnali és díjtalan kiszállással vásárolunk. 06/30-922-0436, 787-9282.

SZABADIDŐ

EDDZEN, fogyjon, erősödjön saját otthonában, személyi edző segítségével. Forduljon hozzám bizalommal! 06/30-228-0890. tibor.marki@szemelyiedzo.eu.

SPORTOS, EDZETT HEGYVIDÉK

OKTÓBERI PROGRAMOK

TESTÉPÍTÉS, ÁTMOZGATÓ EDZŐTERMI, SÚLYZÓS, ILLETVE KARDIOGÉPES EDZÉS

Kellemes körülmények között, új kardiogépeken, edzői segítséggel, tanácsadással.

Helyszín: T2 Fitneszterem, Jókai iskola (Diana utca 4.), kis épület (bejárat a Felhő utca felől). **Időpont:** vasárnap 17.00–19.00. **Szükséges felszerelés:** váltócipő, sportruházat.

ÚSZÁS

• **Vasárnaponként** 9.00–13.00.

Helyszín: a Testnevelési Egyetem uszodája (Alkotás utca 44.). Belépés csak 4 éves kortól, XII. kerületi lakcímkártyával, legkésőbb 12.30-ig.

AEROBIK

Foglalkozásokat csak iskolaidőben tartanak, iskolaszünetekben nem.

• **Hétfő** Tamási Áron Általános Iskola (Mártonhegyi út 34.).

• **Szerda** 18.30–19.30 Tamási Áron Általános Iskola (Mártonhegyi út 34.). 18.00–19.00 és 19.00–20.00 Jókai Mór Általános Iskola (Diana utca 4.).

• **Péntek** 17.00–18.00 Arany János Általános Iskola (Meredek út 1.)

KÍMÉLŐ TORNA

Foglalkozásokat csak iskolaidőben tartanak, iskolaszünetekben nem.

• **Hétfő** 17.30–18.30 Tamási Áron Általános Iskola (Mártonhegyi út 34.).

• **Kedd** 17.30–18.30 Zugligeti Általános Iskola (Zugligeti út 113.).

• **Szerda** 17.30–18.30 Tamási Áron Általános Iskola (Mártonhegyi út 34.).

• **Péntek** 16.00–17.00 Arany János Általános Iskola (Meredek út 1.).

SÍOKTATÁS

Fogarasi Síiskola (Piarista sporttelep, XII., Költő utca 30.).

• **Szombat 15.00–16.00.**

Előzetes bejelentkezés szükséges Fogarasi Orsolyánál, a 06-30-931-06-15-ös telefonszámon.

NORDIC WALKING

Fogarasi Síiskola (Piarista sporttelep, XII., Költő utca 30.)

• **Vasárnap: 9.00-10.00.**

Előzetes bejelentkezés szükséges Fogarasi Orsolyánál, a 06-30-931-06-15-ös telefonszámon.

TERMÉSZETJÁRÓ TÚRA

Október 18. Pilis-hegység.

Túravezető: Arday Lajosné. **Találkozó**: 7.20. Árpád-híd, buszpályaudvar. Indulás: 7.45-kor Dobogókőre (jegyváltás kizárólag a pénztárnál). **Érkezés**: kb. 17.00. **Útvonal**: Kétbükkfa-nyereg–Római út–Égett-hárs–Felső-Ecset-hegy–Hirschorom–Pilismarót. **Táv–szint**: 7 km, + 100, – 230 m. **Költség**: kb. 400 Ft. **Érdeklődni lehet**: Sütő-Nagy István, 202-7849 vagy 30-934-6968.

KERÉKPÁROS TÚRÁK

A pontos útvonalról és időpontról Pál László ad felvilágosítást. Az adott hétvégére vonatkozóan csütörtöktől érdemes érdeklődni. Jelentkezés, további információ: 06-70-212-5555 vagy pallaszlo@freemail.hu.

A programok – a többnapos túrák (szállás, étkezés, utazási díjak) kivételével – a résztvevők számára INGYENESEK, a költségeket a Budapest Hegyvidék XII. kerület Önkormányzata viseli. A részletes programot keresék a www.budapesthegyvidek.hu honlapon és a hirdetőkön. További információ: XII. kerületi Szabadidősport Központ, 1123 Budapest, Csörsz utca 2–4. Telefon/fax: 319-92-92, e-mail: sportcenter12@freemail.hu, Lődy Katalin sportszervező.

Újabb idény kezdődött

Sportos és edzett Hegyvidék a cél

Immár ötödik idényéhez érkezett a kerületi polgárok számára ingyenes sportolási lehetőséget kínáló „Sportos, edzett Hegyvidék" programsorozat. A foglalkozásokat a hegyvidéki önkormányzat és a Testnevelési Egyetem támogatásával a XII. kerületi Szabadidősport Központ szervezi.

FOTÓ: MARÓS MIHÁLY

A programok a TF sportuszodájában és négy kerületi oktatási intézmény, a Tamási Áron, a Jókai, az Arany és a Zugligeti iskola tornatermeiben zajlanak. Az idén a Tamási Áron iskolában folyó építkezés miatt eggyel kevesebb terem áll a sportbarátok rendelkezésére, de remény van arra, hogy hamarosan sikerül újabb helyszíneket bevonni a programba – tudtuk meg Lődy Katalin sportszervezőtől. A foglalkozásokat hétvégén, illetve a délutáni órákban tartják, így munka mellett is biztosítottak a sportolás feltételei. Az idei év újdonsága a nordic walking, ami tulajdonképpen a gyaloglás intenzívebb de a speciális botoknak köszönhetően kevésbé megerőltető formája.

mm.

PROGRAMOK DECEMBER 16-IG:

Aerobikfoglalkozások. A Testnevelési Egyetem aerobik-szakedző hallgatói a hét négy napján négy kerületi iskolában tartanak foglalkozásokat. Az órák zsírégető jellegűek, bárki számára könnyen elsajátítható egyszerű lépéseket, illetve lépéskombinációkat tartalmaznak. • **Kímélő torna.** Hetente négy alkalommal három helyszínen tartanak gyógytestnevelés jellegű órákat a Testnevelési Egyetem gyógytestnevelésre szakosodott hallgatóinak irányításával. A jellemzően tizenöt fős csoportokban elsősorban az idősebb korosztály képviselteti magát, de szívesen látják a fiatalabbakat is. • **Úszás.** Vasárnap délelőttönként 9-től 13 óráig a kerületi gyerekek és felnőttek ingyenesen vehetik igénybe a Testnevelési Egyetem uszodáját (Alkotás utca 44.). Gyerekek a medencéket csak négyéves kortól használhatják! • **Természetjáró túrák.** A Hegyvidék SE természetjáró szakosztályának tagjai változatos túrákra várják az erdők, a természet szerelmeseit. A legtöbb túra távja könnyen teljesíthető, a rutinosabbak számára azonban hosszabb kirándulásokat is szerveznek. • **Kerékpáros túrák.** Az igény szerint egy- vagy akár többnapos kerékpártúrákat a Városmajor Hegyvidék Természetjáró Szakosztálya szervezi. Elsősorban a budai régiót járják be, de lehetőség van távolabbi célpontok felkutatására is. • **Síoktatás.** A Költő utca 30. alatt működő Fogarasi Síiskola oktatói a kezdőktől a haladókig mindenkit szívesen várnak. Az alapok elsajátítása mellett lehetőség nyílik a továbblépésre, a már meglévő ismeretek elmélyítésére. • **Teniszoktatás gyerekeknek és felnőtteknek.** A síidény végén, tavasszal, illetve nyár elején a Fogarasi Síiskola szakképzett oktatói várják az érdeklődőket a Piarista Sporttelep teniszpályáján. • **Nordic walking.** Szintén a Fogarasi Síiskola szervezésében nyílik lehetőség a napjainkban egyre népszerűbb nordic walking gyakorlására. A speciális botok a gyaloglásban, a szakképzett edzők a technika elsajátításában segédkeznek. • **Testépítés, átmozgató edzőtermi súlyzós edzés.** Vasárnaponként szakember felügyelete mellett súlyzós edzést végezhetnek a sportolni vágyók a Jókai iskola fitneszterében.

További információk: Lődy Katalin sportszervező, telefon és fax: 319-92-92, e-mail: sportcenter12@freemail.hu.

Segítenek az olimpiai bajnok pólósok

FOTÓ: MARÓS MIHÁLY

Rekordáron kelt el az olimpiai bajnok vízilabda-válogatott tagjainak kézjegyével ellátott labda a TeszVesz.hu internetes portálon megtartott jótékonysági árverésen. A 901 000 forintos bevételt a Hegyvidéken működő Mozgássérültek Pető András Nevelőképző és Nevelőintézete kapta.

A csapat nevében dr. Kemény Dénes szövetségi kapitány és Varga Dániel *(a képen jobb oldalon állnak)* személyesen adta át a labdát a nyertes Taraliget Lakópark képviselőjének *(balról a második)*. Az ünnepségen jelen volt dr. Kárpáti György *(baloldalt)*, aki három alkalommal, 1952-ben, 1956-ban és 1964-ben volt tagja olimpiai aranyérmes pólócsapatnak. Természetesen a Pető intézet gondozottjai is meghívást kaptak, a mozgássérült gyerekeknek lehetőségük nyílt egy kis beszélgetésre, barátkozásra a világhírű sportemberekkel.

Schaffhauser Franz rektor, az intézmény vezetője *(középen)* elmondta: a labdáért kapott pénzt a sportolási lehetőségek bővítésére fordítja az intézet. Tapasztalataik szerint a rájuk bízott gyerekek életminőségét nagymértékben javítják azok a szabadidős és sporttevékenységek, amelyeken közösen vesznek részt ép társaikkal. A rektor kiemelte: nehéz szívvel bocsátották árverésre az ajándékba kapott labdát, legszívesebben valamelyik kiállítóvitrinjükben helyezték volna el. Végül mégis úgy döntöttek, továbbadják azoknak, akik szívvel-lélekkel, s nem utolsósorban pénzzel támogatják a Pető intézet tevékenységét.

mm.

Tájfutás

A Hegyvidék SE tájfutó szakosztálya tanfolyamot indít kezdő, elsősorban 9–13 éves gyerekek számára. Az edzéseket kedden és csütörtökön tartják a XII. kerületben. Érdeklődni lehet Borosznoki Lászlónál (20/924-8859) vagy Kisvölcsey Ákosnál (20/532-0381). Internet: www.mom-o.hu.

A BSE kosaras lányokat vár

A BSE sokszoros magyar bajnok női kosárlabdacsapata az utánpótlás-nevelés kiemelkedően eredményes budapesti fellegvára. A szakosztály folyamatosan várja a kosárlabdázáshoz kedvet érző, 1997–1999-ben született lányok jelentkezését. Előkészítő foglalkozások: kedden és csütörtökön 14.30–16.00-ig. Információ: Konta Gyula, 06-20-823-3159, e-mail: bse1913@gmail.com, honlap: http://hajra-bse.gportal.hu.

Gyorsabbak voltak a fogaskerekűnél

Több százan álltak rajthoz a legnagyobb kerületi futó-, kerékpáros és teljesítménytúra-versenyen, hogy a számukra kijelölt útvonalakon futva vagy kerékpáron próbálják megelőzni a menetrendszerűen közlekedő fogaskerekűt. Ez – a több mint háromszáz méter szintkülönbség legyőzése után – végül tizenhat versenyzőnek sikerült.

Az „Előzd meg a fogaskerekűt!" sportnapot immár nyolcadik alkalommal rendezte meg a hegyvidéki önkormányzat. A rendezvény az idén is elérte célját, hiszen a legkisebbektől a senior korúakig több száz versenyző állt a rajtvonal mögé. Ezúttal is különböző hosszúságú pályákat kellet teljesíteniük a résztvevőknek, attól függően, hogy futva, gyalog vagy egy kellemes túra keretében vágtak neki a távnak.

A túrázók a Városmajori Gimnázium parkolójából indultak, hogy öt kilométerrel később a Csaba utca–Istenhegyi út–Jókai-kert útvonalon érjék el a fogaskerekű végállomásánál kialakított célt. Csak négy kilométert, de azt sokkal nagyobb tempóban tettek meg a futók és a kerékpárosok.

A versenyzők a János kórháztól a Diós árok–Béla király út–Istenhegyi út–Karthauzi út–Agancs utca–Rege út útvonalon igyekeztek megelőzni a fogaskerekűt. Végül két futó és tizennégy kerékpáros, köztük egy női induló győzte le a BKV-járatot: a leggyorsabb biciklis időeredménye 12.47 volt, míg a futóverseny győztese 18.19 perc alatt ért célba. Tíz kategóriában díjazták az első három helyezettet, külön értékelték a tizennyolc éven aluli lány és fiú indulókat, valamint a legtöbb diákot megmozgató iskolát. Nagy tapsot kapott a tizennyolc év alatti kategóriában induló, s a dobogó első két helyére felálló hegyvidéki Koós Erik és Jenes Soma, akik az összetett eredmények alapján az ötödik és hatodik helyen végeztek.

Talán a versenyeknél is nagyobb izgalmakat tartogatott a tombolahúzás. A Questor felajánlásának köszönhetően – a szokásos ajándékok mellett – a kategóriagyőztesek között egy kétszázezer forintos utazást is kisorsoltak. Az egyiptomi nyaralást a tizennyolc éven aluli kerékpárosoknál első helyen végző Czigány Zsolt vihette haza.

A szervezők gondoltak a nézőkre is, a célban gazdag családi programokkal várták az érdeklődőket. Volt mászófal, biciklis és gördeszkás extrémsport-bemutatók, játszóház és arcfestés a gyerekeknek, a bátrabbak pedig kipróbálhatták az alkalomra elhozott különleges hajtányokat. A legnagyobb sikert a TF ugrócsoportjának látványos műsora aratta.

m.

FOTÓ: MARÓS MIHÁLY

A kerékpárosverseny első három helyezettje

EREDMÉNYEK

Futás. *18 év feletti férfiak:* 1. Bene Barnabás, 2. Fonyó Sándor, 3. Györgyi Péter. *18 év alattiak:* 1. Koós Erik, 2. Jenes Soma (Városmajori Gimnázium), 3. Kosik Gergő (Jókai Mór Általános és Német Nemzetiségi Iskola). *18 év feletti nők:* 1. Kovács Ida, 2. Tóth Lívia, 3. Jakab Ágnes. *18 év alattiak:* 1. Nagy Borbála (ELTE Gyakorló), 2. Bódi Fruzsina (Toldi Ferenc Gimnázium), 3. Atkins Imola (Városmajori Gimnázium), Kitley Zsófia (Városmajori Gimnázium).

Kerékpár. *18 év feletti férfiak:* 1. Kusztor Péter, 2. Kador Rida, 3. Buruczki Szilárd. *18 év alattiak:* 1. Czigány Zsolt (Tamási Áron Általános Iskola és Német Két Tannyelvű Nemzetiségi Gimnázium), 2. Bérczi Péter (Szent Gellért Katolikus Általános Iskola és Gimnázium), 3. Magyar Zsolt (Budai Középiskola). *18 év feletti nők:* 1. Vajda Márta, 2. Horváth Ágnes, 3. Lendvainé Kovács Ágnes. *18 év alattiak:* 1. Gulyás Sarolta, 2. Varga Krisztina, 3. Lendvay Gyöngyi.

Teljesítménytúra. *18 év feletti férfiak:* 1. Sali Gábor, 2. Csizmazia József, 3. Szántó Szilárd. *18 év feletti nők:* 1. Cifra Katalin, 2. Imolya Viktória, 3. Pártai Adrienn.

A legtöbb tanulót megmozgató iskolák: Kós Károly Általános Iskola, Tamási Áron Általános Iskola és Gimnázium.

HEGYVIDÉK

HIRDETÉSFELVÉTEL: H-SZ-CS 9.00–16.00, P 9.00–12.00.

Kiadja: Budapest XII. kerület Hegyvidék Önkormányzata megbízásából a Hegyvidék Lapkiadó ✧
Főszerkesztő: SCHILLINGER ERZSÉBET ✧ Felelős szerkesztő: STOFF CSABA ✧ Szerkesztőségi titkárnő: MOLDOVÁN KRISZTINA ✧ Cím: 1126 Budapest, Beethoven utca 2/a fszt. Telefon: 356-3446, 355-2494. Fax: 225-8868. **Internet: http://www.hegyvidekujsag.eu. E-mail: hegyvid@mail.datanet.hu.** ✧ Eng. szám: 84-5965 ✧ Nyomdai előkészítés: COMP-Press Nyomdaipari és Számítástechnikai Kft. http://www.comp-press.hu Felelős vezető: IBOS FERENC ügyvezető igazgató. Tördelőszerkesztő: SZABÓ KÁROLY ✧ Nyomdai előállítás: Magyar Közlöny Lap- és Könyvkiadó Kft. Lajosmizsei Nyomdája. Felelős vezető: BURJÁN NORBERT igazgató ✧ www.hknyomda.hu ✧ **Hirdetésfelvétel:** 328-0316, kovacs.balazs@ypsylonmedia.hu ✧ **APRÓHiRDETŐINKET továbbra is szerkesztőségünkben várjuk!** ✧ Terjeszti a Hegyvidék Futár Bt. 06/30-634-5405 ✧ **Kéziratokat, rajzokat, fotókat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza!** ✧