



## Változások a parkolásban: új kerületi övezetek és zónák

Magasabb díjkategóriába és két fizetőövezetbe sorolta a főváros a kerületet, így júniustól a korábbinál lényegesen többre kerül egyórás parkolás a hegyvidéki közterületeken. Januártól további változások várhatók, a fővárosi rendelet értelmében ugyanis további zónákra osztják a kerületet. Ennek eredményeképpen a remények szerint csökken a kerületen belüli autós használata, egyúttal nő a lakossági parkolóhelyek száma. Hátrányosan érinti ugyanakkor a hegyvidéki polgárokat, hogy a következő évtől lakásonként már csak egy lakossági várakozási engedély adható díjmentesen.

A díjfizetés rendjének kialakításakor a belső budai gyűrű vonalát vette figyelembe a főváros. Ennek értelmében három övezet jött létre: a budai belvároshoz közelebb eső sávban 290 forintért, az ennél távolabbi utcákban 220 forintért lehet egy óráig várakozni, míg a kerület hegyvidéki területein to-

vábbra sem kell fizetni a parkolásért. A határoló utak mentén, mint amilyen a Böszörményi út vagy a Kékgyöly út, a magasabb díjszabást alkalmazták. A fővárosi rendelet ezt a BKV Zrt. egy utazásra érvényes vonaljegye árának megfelelő összegben határozta meg.

Lovas Pál szerint az új rendelet céljaival egyet lehet érteni, hiszen tagadhatatlan, hogy sürgősen orvosolni kell Budapest parkolási és közlekedési gondjait, a kivétel azonban nem támogatható. Egyre rosszabb a város levegője, a mindennapos, óráig tartó dugók kimutathatóan rontják az itt élők egészségi állapotát. Az alpolgármester szerint mindez annak köszönhető, hogy az elmúlt húsz évben a főváros vezetése semmit nem tett a forgalmi terhelés csökkentése érdekében.

Szinte minden bevezető út átvisz a városon, nincsen környűri, a központi területeken megvalósuló beruházásokhoz, a felépített közintézményekhez, szállodákhoz évekig nem volt kötelező parkolóhelyeket biztosítani. Ennek eredménye, hogy ma Budapest egyes részei szinte lakhatatlanok. Dilettantizmus, átgondolatlan fejlesztés



terek jellemzik az elmúlt két évtized városvezetését – emelte ki Lovas Pál. A méregdrága Combinók, a jó sokáig készülő új metróvonal, a forgalomcsillapítás elodázása vezetett a mai állapotokhoz, amikor az új parkolási rendelet már csak a tűzoltásra elég. Arra szolgál, hogy eltakarja a bajokat, koncepciót imitáljon a koncepciótlansággal. A kismembereken veri el a port, mert emelni akkor lehet a parkolási díjakon, ha közben vannak P+R parkolók, vannak elkerülő utak, és van működő tömegközlekedés, ami valódi alternatívája az autózásnak – fogalmazott az alpolgármester.

Hogy mindez nem létezik, az Lovas Pál szerint a városvezetés tehetetlenségét mutatja. A Hegyvidék kénytelen tudomásul venni és végrehajtani a főváros döntését, még akkor is, ha erről korábban nem történt egyeztetések. A kerületet érintő díjemelésről az alpolgármester elmondta: eddig a Hegyvidék, Budapesten egyedülként, a legalacsonyabb kategóriába tartozott, ezért félő volt, hogy sokan „parkolónak” használnák majd. Az új rendszerben a kerület alsó harmada a második, a közép-

ső része pedig a harmadik díj övezetbe került, ami megegyezik a határoló kerületek besorolásával. Az egyes övezetbe a fővárosi fenntartású Alkotás utca, a Szilágyi Erzsébet fasor és a Magyar jakobinusok tere tartozik.

Januártól további hat zónára bontják a fizető övezeteket. Erre azért van szükség, mert a fővárosi rendelet szerint kétezer parkolóhely felett zónásítani kell az övezeteket. A zónákon belül az ott élők továbbra is ingyen parkolhatnak, azonban ha átmennek egy másik zónába, már nekik is fizetni kell. Ez a gyakorlatban azt jelenti, hogy az ingyenes lakossági várakozási engedéllyel rendelkező Városmajor utcai lakos a Németvölgyi úton már kénytelen lesz parkolóhelyet váltani, ugyanakkor az engedélyek a határoló utak mindkét oldalára érvényesek lesznek.

A zónásítás hatására várhatóan csökken a kerületen belüli autós használata, de ennél is fontosabb, hogy a központi területeken élők könnyebben találjanak majd parkolóhelyet otthonuk közelében. A zónahatárokról a későbbiekben adunk tájékoztatást.

MM

## Szeptembertől járőröznek a hegyvidéki közterület-felügyelők

Helyi közterület-felügyelet létrehozásáról döntött az önkormányzati képviselő-testület a nyári szünet előtti utolsó ülésén. A tervek szerint öt közterület-felügyelő járja majd az utcákat szeptembertől. A vagyonadóra vonatkozó törvényjavaslat visszavonását kezdeményezte Pokorni Zoltán polgármester a pénzügyminiszternél, amihez előzetesen megkapta a képviselők támogatását. Helyi parkolási rendelet született, amelyben hat zónára osztják a várakozási övezeteket.

Már 2008-ban elhatározta az önkormányzat helyi közterület-felügyelet létrehozását – az előkészítés után most kerülhetett sor a döntésre. E szerint nyolcfős szervezet alakul egy vezetővel, egy vezetőhelyettesrel és egy adminisztrátorral, illetve öt közterület-felügyelővel. A szeptember 1-jétől induló Hegyvidéki Közterület-felügyelet a fővárosi feladatok jórésztét átveszi a XII. kerületben. Mindenekelőtt a közterületek jogszerű használatát ellenőrzi, de a közrend, a közbiztonság védelmében is közreműködik. A kerületi közterület-felügyelők figyelik majd az utcán szabálytalanul parkoló járműveket, illetve teendőik közé tartozik az is, hogy érvényt szerezzenek a játszó- és sportterekre nemrég bevezetett dohányzási tilalomnak. A képviselő-testület 16 „igen” és 1 ellenszavazattal alkotta meg a rendeletet. (A közterület-felügyelet munkájáról és feladatairól bővebben a 3. oldalon olvashatnak.)

A vagyonadóra vonatkozó törvényjavaslat visszavonását ki-

vánja kezdeményezni Pokorni Zoltán polgármester a pénzügyminiszternél, amihez a képviselő-testület támogatását kérte. A tervezet szerint a településenként megállapított négyzetméterár a hegyvidéki egy lakásos ingatlanoknál 500 ezer, többlakásos házak esetében 450 ezer forint. A polgármester szerint nem eshet azonos elbírálás alá a kerület alsó, sűrűn lakott részén lévő, esetleg komfort nélküli lakás egy hegyi luxusingatlanal.

Az ellenzéki képviselők – akik maguk is elismerték, hogy „több sebből vérzik” a tervezet – úgy vélik, ez politikai ügy, amit a

tervek a törvény visszavonására vonatkozó kezdeményezéssel. (A vagyonadóról a lapunk megjelenése előtti napon szavazott az Országgyűlés.)

### HAT PARKOLÁSI ZÓNA LESZ A KERÜLETBEN

A Budapest Fővárosi Közgyűlés június 1-jei hatállyal új parkolási rendeletet fogadott el, egyrészt a városban uralkodó káosz felszámolása, másrészt a személy- és tehergépjármű-forgalom csökkentése céljából. Ehhez igazodik a XII. kerület 2010. január 1-jétől hatályba lépő helyi rendelete, amelyet rövid vita után – 17

lás” adható ki, az első (a technikai költségtől eltekintve) ingyenes, a második díjköteles, ára az adott területen fizetendő egyórás várakozási díj kétszázötvenszerese. Ha a gépkocsi megfelel bizonyos – a rendeletben részletezett – környezetvédelmi előírásoknak, 10%-os kedvezményben részesülhet.

A rendelkezés további részleteket is szabályoz, amelyeket célszerű tanulmányozniuk az autósoknak (a rendelet teljes szövege a 4. oldalon olvasható).

### NÉGYMILLIÁRD FORINTOS BERUHÁZÁS

Új fázisához érkezett a Gesztenyés kert és környéke kulturális, sport- és szabadidő-negyeddé történő kialakítása. Eddig 900 millió forint támogatást nyert a kerület, ám ennek felhasználásához (és a további elképzelések megvalósításához) Teljes Akcióterületi Terv készítése szükséges – amelyet a képviselők egyhangúlag megszavaztak.

A korábbi tervek némileg módosultak, így nem épül kávézó a Csörsz utcai művelődési központ tetején, ugyanakkor bővülhet a biopiac. A szabadterei színpad alatt taroló épül, a Sirály utca alatti szolgáltatói szint területe is megnő, és további funkciókkal egészül ki (kölcsönző, nyilvános illemhely stb.).

A projekt költségeire 2009-ben (az elnyert 900 millió támogatás felül) 2,7 milliárd forintot kötvénykibocsátásból biztosít az önkormányzat, a további, mintegy 500 milliót összeget pedig a 2010-es költségvetésben kell fedezni. (A beruházásról bővebben június 2-i lapszámunkban olvashatnak.)

(Folytatás a 3. oldalon)

## Nyári útfelújítások

Rövid időn belül megkezdődnek a nyárra tervezett nagyfelületű útfelújítások. A munkálatok alatt időszakos útlezárásokra kell számítani az érintett szakaszokon. A nagyberuházások mellett az út-és járdajáratások is folytatódnak, a közeljövőben a többi között megújul a János kórház előtti feljáró, valamint új járdát kap a Tornalja és a Bűrök utca.

Már folyamatban van az Ordas út és az Ordas köz rekonstrukciója, a Hegyhát és az Eötvös út közötti szakaszon teljes szélességében megújul az útpálya. Hamarosan megkezdődik a nagyfelületű útfelújítás a Kempelen Farkas utcában, a Csillagvölgyi, a Gyöngyvirág, az Árnas úton és az Edvi Illés utcában, a Diós árok alsó részén a Susogó és a Józsa Béla utca között, illetve a Pagony utca kerületi kezelési felső szakaszán. Valamennyi helyen elvégzik a szegélyek és a padkák javítását, míg a Gyöngyvirág úton és a Pagony utcában járdát is építenek. Egy-egy szakaszon legfeljebb másfél-két hónapig dolgoznak, ez idő alatt a parkolást időlegesen szüneteltetik. A bontás és a szegély-építés ugyanakkor nem zavarja a forgalmat, egyedül az aszfaltozás idejére zárják le teljesen a munkaterületeket. Az útszakaszok átadása legkésőbb szeptember 30-ig megtörténik.

Jelenleg is zajlik a Bűrök és a Tornalja utca felújítása. A főváros kivitelezésében megvalósuló fejlesztéshez kapcsolódva a kerület elvégzi az érintett utcákhoz tartozó járdák és autóbahajtók újrakarbantartását. A szokásos útkarbantartás keretében megújul a János kórház előtti felhajtó közlekedési szakasza, amelyet az úttest beszakadása miatt a napokban

bontottak fel (képünkön). Mint kiderült, a rossz állapotú, több helyen kátyús aszfaltréteg alatt bazaltkő burkolat van, ezért az eredeti tervekkel ellentétben a parkolónak is használt területet nem aszfaltozzák fel, hanem az útalap megerősítését követően újarakkák a kibontott kockaköveket. Így a kórház műemlék épületeihez illeszkedő útfelület jöhet létre a bejárat előtti szakaszon. A jövőben az önkormányzat elképzelései szerint egyre több, arra alkalmas hegyvidéki közterületen találkozhatunk majd kockakövekkel.

Szintén felszedik a Rác Aladár és a Denevér út közötti, ma már funkcióját veszített sárrázó kövezetét. A kinyert bazaltkockák



FOTÓ: MARCOS MEHÁLY

kat más helyszínen újra beépítik, míg a sárrázó helyét leaszfaltozzák. Változások várhatók az Alsó Svábhegyi út közlekedésében. Az ösztöl megnyitló új óvoda biztonságos megközelítése érdekében az önkormányzat szeretné egyirányúvá tenni az útszakaszt, mivel jelenleg két szemben haladó autós csak nehezen fér el egymás mellett, ráadásul a két forgalmi sáv miatt parkolásra sem jut elegendő hely.

(M)

■ A témával a Hegyvidék Tv is bővebben foglalkozik.



Lesz munkájuk a közterület-felügyelőknél

polgármesternek mint parlamenti képviselőnek az Országgyűlésben kellene folytatnia. Pokorni Zoltán hangsúlyozta, a tervezett számítási mód a helyi polgárok érdekeit sérti, és az ő feladata a kerület képviselője. A szavazás során a képviselők 18 „igen”, 1 „nem” szavazattal, 2 tartózkodás mellett, egyetér-

„igen” és 1 tartózkodás mellett – fogadott el a testület.

A szabályozás lényege, hogy mindenkinek biztosított az ingyenes parkolás a lakhelye közelében, de távolabbi körzetekben már díjat kell fizetni, ezért hat zónára osztják a várakozási övezeteket. Lakásonként legfeljebb kettő „éves várakozási hozzájárú-

# Nem lesz busz a Szarvas Gábor úton

Augusztusban újabb jelentős változások várhatók a tömegközlekedésben

Elfogadták a BKV Zrt. 2009-es Paraméterkönyvét, amely a tavalyinál kevésbé „forogtatja fel” a közlekedési hálózatot, de így is jelentős változásokat tartalmaz. A város több térségében átalakulnak a menetrendek. Üzemidőt, járatsűrűséget és útvonalat érintő módosítások is várhatók.

szok végig az Istenhegyi úton jár majd, és a Galántai utcánál új megállópart kapnak. A 190-es busz megszűnik. A 139-es munkanapokon is a Moszkva térig jár majd, így értelemszerűen megszűnik a 139A. A csak hétvégén közlekedő 240-es autóbussz nem érinti a BAH-csomópontot, a Mórincz Zsigmond körtérről a Kosztolányi Dezső tér–Nagyszőlős út vonalon jár Budaörsre. A másik irányban

Közgyűlés Városüzemeltetési és Környezetgazdálkodási Bizottsága ülésén Kardos József a Szarvas Gábor úti lakók képviselőjeként azt kérte, hogy állítsák vissza a 158-as autóbussz, és ne az utcájukban próbálkozzanak a 156-os lehetséges meghosszabbításával, mert az a fekvőrendőrk és a keskeny útpálya miatt nem célszerű. A II. kerületi Gábor Áron utcaik nevében Szolga László elmondta,

szeretné elérni. A képviselő szerint jelenleg megoldatlan a Béla király úti térség tömegközlekedése, nincs közvetlen kapcsolat a Moszkva tér és a Libegő között, ráadásul a Zugligeti iskola sem érhető el átszállás nélkül. A járatmegszüntetése miatt mára az az abszurd helyzet alakult ki, hogy egy zugligeti lakos csak a Moszkva téren keresztül tudja megközelíteni az iskolát.

Az elképzelések szerint a régi-új 158-as a Moszkva térről indulva jutna el a Zugligeti iskolához, majd a Béla király úton a Diana utcát érintve a Libegőig járna. Vitézy Dávid támogatónak tartja a felvetést, annál is inkább, mert a hétvégenként a Béla király útra ígért 128-as járat mind a mai napig nem valósult meg. Gondot okozhat ugyanakkor, hogy a járat beindításának költsége elérheti a 140 millió forintot.

Szó van arról, hogy a Moszkva téri közlekedő 139-es a Magyar jakobinusok tere és a Vérmező utca között a villamosíneken járna, így ki tudná kerülni az állandó dugókat. A forgalomtechnikai tervek már elkészültek, ezek szerint a busz egy külön lámpa segítségével kanyarodna vissza a sínekre a Vérmező utcára.

A VEKE szakembere a Paraméterkönyv kerületet érintő változásait összegezve elmondta: a 90-es útvonalának megváltoztatásával 3-4 perc menetidő-csökkenés érhető el, ráadásul a sűrűben induló 90-es járatcsaládnak köszönhetően jelentős kapacitásnövekedésre lehet számítani az Eötvös úton. Hétvégenként a 90-es hatpercenként jár majd, ami a 7-es busz után a legkisebb járatkövetésnek számít.

Péchy László képviselő a kauluszrendszer újraélesztésére tett javaslatot. Mint mondta, tarthatatlan, hogy a hosszabb busz- és villamosjáratokat a hajléktalanok hálólhelyként használják. Vitézy Dávid szerint a rendszer bevezetésének a villamosokon jelenleg nincs realitása, mert ehhez legalább négyezer új alkalmazottat kellene felvennie a BKV-nak. Jó hír ugyanakkor, hogy a fogaske-rekú vonalnak meghosszabbítását célzó európai uniós fejlesztésben a Városmajor utcai híd átépítése is helyet kapott.

Vitézy elfogadhatónak tartja azt a kérést, hogy a 102-es legalább bevásárló időben a Thomán István utcáig közlekedjen, valamint egyetért a 39-es busz vonalának forgalomtechnikai levédésével. Erre azért lenne szükség, mert jelenleg több szakaszon nem biztosított a busz elsőbbsége.

K. I.–mm.



A 212-es a Svábhegyig jár augusztustól

Lássuk a már bevezetett, kisebb-nagyobb mértékben a Hegyvidéket is érintő változásokat! Az 5-ös autóbussz a Pasaréti tértől 23.23-kor indul utójára, ezzel egy kicsit hosszabbodik az üzemidő Rákosfalva irányába. Az állandó zsúfoltság miatt a 22-es buszon tovább sűrítették a menetrendet munkanapokon csúcsidőszakban, illetve májustól szeptemberig a hétvégi nappali órákban. A 39-es autóbusszon a midikét szóló (nagy) kocsik ültetik fel, aminek elsősorban üzemi okai vannak, a midikét a csak kisbusszal járható útvonalakra csoportosítják át.

## Az Istenhegyi úton jár majd a 90-es autóbussz

A további módosítások a tervek szerint augusztus 22-től lépnek érvénybe. Térségünk legjelentősebb változása, hogy a 212-es autóbussz a Boráros tér és a Svábhegy között közlekedik majd. A járat az Apor Vilmos tér érintése helyett a Csörsz utcáról a Bőszörményi útra fordul, és azon halad a Királyhágó térig, onnan az Orbánhegyi úton éri el az Istenhegyi utat, amelyen a Svábhegyig megy fel. A Boráros tér felé a Bőszörményi útról továbbra is a Kiss János altábornagy utca–Nagy Jenő utca útvonalon éri el a Csörsz utcát.

A 90-es és a 90A jelzésű bu-

továbbra is megáll majd a Villányi út–Budaörsi út sarkán.

## Sűrűbben jár a 156-os munkanapokon

Teljesen megszűnik a közvetlen autóbusszjárat (a 256-os) a Moszkva tér és Hűvösvölgy között. A belső szakaszon új, 129-es jelzésű busz jár majd a Moszkva tér és a Széher út között. A külső részt Hűvösvölgyig a mindkét irányban meghosszabbított 29-es pótolja (Hűvösvölgy–Óbuda, Szentlélek tér). A két járat csúcsidőszakban 12, máskor kb. 20 percenként jár majd. A 128-as autóbussz, amely a Csaba utcában és a Városmajor utcában közös útvonalon halad a 129-essel, csúcsidőszakban az eddigi 10 helyett 12 percesre ritkul, mert a két járat menetrendjét összehangolják.

A 156-os autóbussz üzemideje munkanapokon ismét csökken egy órával: 21 helyett 20 órák indul utójára, sőt hétvégén egyáltalán nem közlekedik. A 155-ös és a 156-os az eddigi 20-20 perc helyett munkanapokon napközben 15-15 percenként jár majd, míg hétvégeken a nappali órákban a 155-ös a korábbi 20 helyett 15 perces menetsűrűséggel közlekedik.

Komoly vitákat váltott ki a Libegőhöz közlekedő 291-es autóbussz. A Budapest Fővárosi

ők is feleslegesnek és ésszerűtlennek tartják, hogy a Libegőhöz a Rózsadombon át utazzassák az embereket. Ha már az új 129-es buszjáratnál az szerepel az indoklásban, hogy a környékről az utasok döntő többsége a legközelebbi, tehát a Moszkva téri metrókapcsolathoz igyekszik, ugyanez igaz a zugligeti térségre is – emelte ki Szolga László.

Végül a bizottság azzal a kitételrel fogadta el a 2009-es Paraméterkönyvet, hogy a többi között ebben a kérdésben is 30 napot engedélyez az ügy alaposabb megvizsgálására, valamint a II. és XII. kerülettel való újbóli egyeztetésre.

## Egyeztetés a Paraméterkönyv változásairól

A Paraméterkönyv változásairól, illetve a kerület tömegközlekedésének helyzetéről egyeztetett nemrég a FIDESZ–KDNP-frakció és a Városi és Elővárosi Közlekedési Egyesület (VEKE) képviselő Vitézy Dávid. Mint kiderült, „fellelgezhettek” a Szarvas Gábor úti lakói, ugyanis a BKV letett arról, hogy a körforgalom után az út felső szakaszára buszjáratot helyezzen.

Sütő-Nagy Réka – összhangban az ott élőkkel – a korábban megszüntetett 158-as újraindítását

# Sebességmérővel a gyalogosok biztonságáért

Újabb intézkedésekkel venné elejét a gyalogosgázolásoknak a hegyvidéki önkormányzat. Ezúttal a sebességtüllépésre figyelmeztető digitális kijelzőket szerelnek fel a kerület közlekedésbiztonsági szempontból különösen veszélyes, nagy lejtésű főútjai mentén.

Az utóbbi hónapokban több sajnálatos gyalogosgázolás történt a kerület útjain. Júniusban az Istenhegyi út és a Nógrádi utca találkozásánál, a felfestett zebra-útörteket el egy idős házaspárt, mindketten behaltak sérüléseikbe. Az eset óta a rendőrség kiemelt figyelmet fordít a gyalogátkelőhelyeken áthaladó biztonságára, folyamatosan ellenőrzik, hogy az autók megadják-e az elsőbbséget a zebra lépőknek.

Hegyvidék önkormányzata a tragikus balesetet követően több alkalommal kérte a főutakat kezelő fővárost, hogy a balesetveszélyes zebra-él telepitésnek jelzőlámpát, illetve a kerületi tulajdonú utakhoz hasonlóan szereljék fel nagyméretű, digitális kijelzővel ellátott sebességmérőket a gyorsabb haladásra csábító hegyi útszakaszokon, valamint az iskolák, közintézmények közelében. A kérés eddig sikert főlegre talált, ezért a kerületi önkormányzat úgy döntött, önerőből helyezi ki a berendezéseket.



neuralgikus pontjaira, az Adonisz utca és a Nógrádi utca közelében. A felvételek készítésére is alkalmassá tehető sebességmérők közül négyet újonnan vásárolt az önkormányzat, kettőt pedig a kerület más pontjairól helyezt át. A mostanáig a Béla király úton és a Mártonhegyi úton működő készülékek a tapasztalatok szerint hatékonyan bizonyultak, érezhetően lassabban haladnak az autósok azokon az útszakaszokon.

Elsősorban a gyalogosan

közlekedő gyerekek és szüleik biztonságát hivatott szolgálni a másfél évvel ezelőtt elindított „Biztonságos úton az óvodákba, iskolákba” program. Felújítják, prizmákkal teszik éjjel is láthatóvá, valamint feltűnő piros színnel festik át a köz- és oktatási intézmények környékén található zebra-él, fényvisszaverő karszalagokat és szórólapokat oszтанak a gyerekeknek, illetve lassabb haladásra figyelmeztető táblákat helyeznek ki az iskolák, óvodák közelében. A hegyvidéki közlekedésbiztonsági programban kiemelt szerepet kapott a nemrég lezárult ZebraFest kampány, amelynek célja a gyalogátkelőhelyek biztonságának növelése volt.

(em.)

■ A témával a Hegyvidék Tv is bővebben foglalkozik.

# Tisztelt Hegyvidéki Polgárok!

Az épített környezet alakításáról és védelméről szóló 1997. évi LXXVIII. tv. településrendezési szabályait részletező 9. § (2) bekezdése szerint tájékoztatjuk a kerület lakóit, hogy felülvizsgáljuk, aktualizáljuk a Kerület Városrendezési és Építési Szabályzatát (KVSZ), valamint az annak mellékletét képező Kerületi Szabályozási Tervet (KSZT).

A Budapest XII. kerület Hegyvidék teljes közigazgatási területét lefedő egyetemes KVSZ és KSZT 2005. augusztus 20-án lépett hatályba. Az önkormányzat fontosnak tartja, hogy a kerület rendezési terve folyamatosan segítse a fejlesztési elképzelések és a társadalmi, környezeti folyamatok változásait. A rendezési tervek ilyen jellegű felülvizsgálatát 2009. január 1-i hatálybalépéssel fogadta el a képviselő-testület.

A jelenlegi felülvizsgálattal érintett tervezési terület Budapest XII. kerület teljes közigazgatási területének egyes – legalább teletkömb nagyságú – területeire terjed ki.

A KVSZ és a KSZT aktualizálásának, módosításának jelenlegi célja: egyes területekre, kiemelten a közterületekre vonatkozó előírások felülvizsgálata, a kerület zártkörű beépítésű részein a tetőtér-beépítésekkel kapcsolatos előírások felülvizsgálata, pontosítása, illetve módosítási javaslatok kidolgozása. Továbbá a fővárosi önkormányzat által várhatóan 2009-ben módosításra kerülő Budapesti Városrendezési Keretszabályzat, valamint Fővárosi Szabályozási Keretrendev előírásainak átvezetése, az emiatt szükséges módosítások végrehajtása a KVSZ-ben és a KSZT-ben, valamint az időközben megváltozott magasabb szintű jogszabályoknak való megfelelés.

A felülvizsgálat kiemelt céljai és várható hatása a környezetterhelések csökkentése, a kedvező folyamatokat akadályozó rendelkezések szakmai felülvizsgálata, a közösségi célok megvalósításának hatékony segítése.

Ennél a munkánál különösen lényegesek a lakosságtól kapott észrevételek, melyek jelzik a tervek elfogadását követő, szabályozást érintő változásokat.

**A rendezési tervek felülvizsgálatához várjuk módosítási javaslataikat és észrevételeiket, melyeket 2009. július 30-ig írásban a következő címre küldhetnek meg:**

Budapest XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Polgármesteri Hivatala, Főépítési és Környezetvédelmi Iroda 1126 Budapest, Bőszörményi út 23-25., vagy a következő e-mail címre: ksztp@bpt12ker.hu.

További felvilágosítást a Budapest XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Polgármesteri Hivatala Főépítési és Környezetvédelmi Irodáján, a 224-5960-as telefonszámon kaphatnak, ahol az iroda munkatársai készséggel állnak a rendelkezésükre.

Észrevételeiket, javaslataikat előre is köszönjük.

\* Felhívjuk Tisztelt figyelmüket arra, hogy az önkormányzat honlapján (www.hegyvidek.eu) keresztül elérhető a kerület egészére vonatkozó térinformatikai rendszer (Minerva), amely internet alapú, aminek köszönhetően internetes böngészőn keresztül érhető el.

A térinformatikai rendszer segítségével teljes körűen tájékozódhatnak az aktuális szabályozási előírásokról, beépítési lehetőségekről. Lehetőség van a rendszerből utcanevre, házszámra, helyrajzi számra keresni, valamint méretarányos nyomtatást készíteni. A rendszer folyamatosan fejlesztjük! A legújabb eleme a kerület teljes területét lefedő, minden egyes kerületi ingatlan tartalmazó, négy irányból készített, ferde tengelyű légifénykép-sorozat.

Borsodiné Gláser Krisztina főépítész



## Pályázat mozgáskorlátozott fiataloknak

### A Prof. Dr. Kováts István Alapítvány

budapesti illetőségű súlyos mozgáskorlátozott fiatalok támogatására pályázatot hirdet,

amely tanulmányok folytatásához, közlekedéshez, lakhatási, illetve munkavállalási feltételek megteremtéséhez szükséges tárgyi eszközök vásárlásához hozzájárulásként igényelhető.

Az alapítványtól pályázható összeg nem lehet több a pályázati cél költségének 25%-ánál, de legfeljebb 45 000 forint.

Pályázni a **40. életév betöltéséig** lehet.

A pályázathoz mellékelni szükséges a súlyos mozgáskorlátozottság tényét igazoló orvosi igazolásokat, valamint a családban együtt élők 2008. évi jövedelemnyilatkozatait.

A névvel, címmel és telefonszámmal ellátott pályázatokat a **Prof. Dr. Kováts István Alapítvány, 1052 Budapest, Városház utca 9-11.** címre kell beküldeni **2009. augusztus 31-ig.** Minden pályázó 2009. október 31-ig kap értesítést a kuratórium döntéséről. A díjakat a nyertes pályázók a **Fogyatékosok Napja fővárosi rendezvénye** keretében vehetik át.

(A mozgáskorlátozott fiatalok támogatására létrehozott Prof. Dr. Kováts István Alapítvány kuratóriuma tájékoztatja az adományozókat, hogy 2007. évi személyi jövedelemadójuk 1%-át a mozgáskorlátozottak 2008. évi támogatására használta fel. Köszönjük mindazoknak, akik jövedelemadójuk 1%-át az alapítvány részére juttatták!)

## Napirenden

a kerületi közterület-felügyelet

A kerületi közterületek rendjét a Fővárosi Közterület-felügyelet nem tudta kellő hatékonysággal védeni, ezért a hegyvidéki önkormányzat önálló szervezet létrehozásáról határozott. A szeptembertől működő új testület feladatait Váczi János, a polgármesteri kabinet vezetője ismertette.

A hegyvidéki önkormányzat kiemelt feladatának tekintti a kerületi közterületek biztonságát és a rend erősítését, amit eddig elsősorban a rendőrség támogatásával igyekezett megvalósítani. A BRFK-val kötött megállapodás értelmében évek óta működik a Hegyvidéken egy úgynevezett önkormányzati járőrösztag, vagyis a kerületi kapitányság dolgozóit többfeladatokat vállalhatnak, amihez az önkormányzat anyagi fedezetet biztosít. Így a kerületi rendőrök szabadidejükben nem közreműködnek. Szabálytalanul parkoló járműveknél pénzbüntetés lesz a szankció, de rendkívüli esetekben kerékbillenést is alkalmazhatnak, valamint az elszállítás ügyében is intézkedhetnek. Emellett ellenőrizhetik a parkoló- és a védett övezetekben a szükséges várakozási, illetve behajtási engedélyeket, a mozgáskorlátozott-igazolványt. Tendőik közé tartozik az is, hogy érvényt szerezzenek a játszó- és sportterekre nemrég bevezetett dohányzási tilalomnak.



Váczi János kabinetvezető

mében is közreműködnek. Szabálytalanul parkoló járműveknél pénzbüntetés lesz a szankció, de rendkívüli esetekben kerékbillenést is alkalmazhatnak, valamint az elszállítás ügyében is intézkedhetnek. Emellett ellenőrizhetik a parkoló- és a védett övezetekben a szükséges várakozási, illetve behajtási engedélyeket, a mozgáskorlátozott-igazolványt. Tendőik közé tartozik az is, hogy érvényt szerezzenek a játszó- és sportterekre nemrég bevezetett dohányzási tilalomnak.

A kerületi szervezet mindössze két feladatot nem vesz át: a kóbor állatok befogása és elhelyezése, valamint a taxiállomások használatának ellenőrzése továbbra is fővárosi kézben marad.

Váczi János elmondta: a hegyvidéki közterület-felügyelők, akárcsak eddig a fővárosiak, hivatalos személyként járhatnak el. Ők is szolgálati igazolványt kapnak, és az országosan egységes egyenruhát viselik majd – azzal az egyetlen eltéréssel, hogy a ruha karjelzésként a kerület címe és a „Hegyvidéki Közterület-felügyelet” felirat lesz látható.

z.

## Graffitimentesítésre még lehet pályázni

Az idei társasházi pályázat legfontosabb tanulsága, hogy a formailag vagy tartalmilag szabálytalan pályázatok ezúttal sem számíthatnak támogatásra. A kiírásban meghatározott feltételeket betartó és a kért dokumentumokat hiánytalanul benyújtó lakóközösségek ugyanakkor kivétel nélkül pénzhez jutottak.

Minden olyan pályázatot támogatott az önkormányzat, amelyik megfelelt a pályázati kiírásban foglaltaknak – összegezte az ez évi társasházi pályázat tapasztalatait Kovács Lajos Attila, a polgármesteri hivatal városüzemeltetési irodájának vezetője. Annak ellenére, hogy a pályázat beadásának feltételei ismertek voltak, az idén is több esetben formai okok miatt kellett elutasítani a kérelmeket. Többször előfordult ugyanis, hogy a szükséges mellékleteket nem, vagy csak részben csatolták, ami együtt járt a pályázat automatikus visszautasításával.

Szintén vizsgálatot igénylő a kémények ellenőrzésének elmulasztása, holott a sikeres pályázat egyik alapfeltétele, hogy

a lakások legalább nyolcvan százalékába igazoltan beengedjék a kéményseprőket. Az évenkénti ellenőrzés ráadásul mindenkinek érdeke, hiszen a rosszul működő kémény életveszélyes. Úgy tűnik azonban, hogy ezzel nincs tisztában minden társasházi közösség. Természetesen támogatás nélkül maradt az a társasház is, amelyik nem tudta felmutatni a szükséges önrészt, vagy ahol a lakók nem vállalták kötelezettséget a saját-erő befizetésére.

További kikötés volt, hogy a tulajdonostársak ne csupán megbízást adjanak a közös képviselőnek a pályázaton való elindulásra, hanem részleiben is támogatásukat a tervezett fejlesztéseket. Bár mellékelni kellett a lakóközösség döntéséről szóló közgyűlési határozatot, ez az esetek közel harmadában mégsem történt meg.

Az idei társasházi felújítási pályázat ezzel lezárult, azonban a lakóközösségek graffiti elleni bevonat létesítésére továbbra is kérhetnek támogatást az önkormányzattól. A pályázatokat gyorsított ütemben, a beadást követő hónap elején elbírálják, így akár néhány héten belül felkerülhet a védőréteg a homlokzatokra.

(m.)

## Szeptembertől járőröznek a hegyvidéki közterület-felügyelők

(Folytatás az 1. oldalról)

A költségvetési rendelet módosítása kapcsán az előterjesztő polgármester három témában kérte a képviselők támogatását: a „szociális” módosítások (központi intézkedések, nem tervezett bevételek és kiadások, átcsoportosítások, intézményi létszámváltozások stb.), a könyvvizsgáló megbízásának meghosszabbítása, illetve a vagyonadó-rendelet módosítása úgy, hogy július 1. és szeptember 15. között a polgármester kapjon döntési jogosultságot vagyontárgy felszámolására.

Ez utóbbról vita alakult ki, az ellenzék több képviselője szükségletnek tartotta az intézkedést, és úgy vélte, felesleges támogatási felületeket adhat. Végül 17 „igen” szavazattal, 3 tartózkodással, elfogadták a képviselők a javaslatokat. A polgármesternek a szeptemberi testületi ülésen kell számolnia az esetleges vásárlásokról.

„SZOCIÁLIS BÓN”

A RÁSZORULÓKNAK

Ismét a képviselők asztalára került az eredetileg 2004-ben megalkotott, majd 2007-ben

zérhető formában tájékozódhat a kerület lakossága.

A korábban tervezett szociális bolt nem valósult meg, helyette a „szociális bón” rendszerének előkészítése folyik, amely 20% kedvezményt biztosít majd több üzletben a rászorulóknak részére. A koncepcióval a testület egyhangúlag egyetértett.

Az állampolgári jogok országgyűlési biztosa jelentésében kifogásolta az illemhelyek hiányát a fővárosi játszótéren. A testület egyetértett ezzel, és felkérte a polgármestert, működjön együtt a fővárossal a helyzet rendezése érdekében. Meg kell vizsgálni, milyen lehetőségek vannak mobil-WC-k elhelyezésére a saját tulajdonú hegyvidéki játszótéren.

A kerület felbontja tagságát a Habilitációs Fejlesztő Központot működtető Intézményfenntartó Társulásban – erről döntöttek a képviselők egyhangú szavazással. A tagsággal járó anyagi terhek lényegesen magasabbak voltak a tényleges szolgáltatás áránál, így a jövőben inkább a szolgáltatást vásárolják meg a rászoruló személyek részére. Az önkormány-

„HEGYVIDÉKI RÉSZLETEK”

címmel fotó- és grafikai pályázatot hirdet a hegyvidéki önkormányzat.

A pályázóktól teljes anyagot várunk egy éves naptár elkészítéséhez. Semmiféle szakmai megkötést nem támasztunk, szabad asszociációk, képzőművészeti technikák megengedettek, így a fotók mellett akvarell-, grafikai és ceruzarajzot is szívesen fogadunk.

Az egyénileg összeválogatott, megkomponált képeket, fotósorozatokat, montázsokat, rajzokat stb. digitális formában várjuk az önkormányzat polgármesteri titkárságára (1126 Budapest, Böszörményi út 23-25).

A CD-re vagy DVD-re írt képeket (legalább 1024x1536 pixel) kérjük leadni, mellékelve a kép szerzőjének a nevét, elérhetőségét (e-mail cím, telefonszám) és aláírását.

A résztvevő a pályázati anyag beküldésével automatikusan elfogadja a pályázati feltételeket, egyben hozzájárul, hogy az önkormányzat a pályázattal kapcsolatos publikációkban a képeket térítésmentesen használja. A művek további felhasználása a szerzői jogok tulajdonosának írásos engedélyével történik.

A pályázótól – elképzelése szerint – havi lebontású naptár esetén 12 + 1 darab képet, heti naptár esetében 52 + 1 darab alkotást kérünk.

A szakmai zsűri által kiválogatott és legjobban sikerült pályázatokból 2009 szeptemberében, a Hegyvidéki Ősz keretében kiállítást szervezünk. A pályázókat ennek részleteiről a megadott e-mail címen értesítjük.

Fődíj: 200 000 Ft értékű műszaki utalvány.

II. díj: 100 000 Ft értékű műszaki utalvány.

III. díj: 50 000 Ft értékű műszaki utalvány.

Leadási határidő: 2009. augusztus 18.

Hegyvidéki önkormányzat



Akcióterületi terv készül a Gesztenyés kert és környéke felújítására

felülvizsgált szolgáltatástervezési koncepció, mivel két év elteltével újra át kell tekinteni a szociálisan rászoruló emberek részére biztosítandó feladatokat. A részletes anyagból kiemelésre méltó, hogy ez év végéig kerületi szociális katalauz készül, amelyben az önkormányzat által nyújtott ellátások mellett az egyéb szociális ellátásokról, szolgáltatásokról is kö-

zat ezúttal is csatlakozik az Európai Mobilitás Hét 2009. évi kartájához, és autómentes napot szervez szeptemberben.

Egy Béla király úti, egy Bükkös úti, egy Bűrök utcai és egy Hegyhát úti ingatlan nyílt, liciten történő értékesítése mellett döntött a testület, illetve egy Márvány utcai üzlethelyiség ügyében a korábbi határozatát

hatályon kívül helyezte, mivel a bérlő elállt vételi szándékától. Ellenzéki képviselők a döntések kapcsán az ingatlanok elköttyavételét, a vagyonfelélést tették szóvá, mivel úgy vélik, a tervezett övezeti átszólások után lényegesen magasabb eladási árakat lehetett volna elérni. A polgármester válaszában hangsúlyozta, hogy a kiküldési árakat már az átszólás utáni magasabb értéknek megfelelően állapították meg, és ez az előterjesztésben is szerepel. Kijelentette, hogy regnálása idején olyan eset nem fordult elő, hogy ilyen módon, alacsonyabb áron értékesítene ingatlant az önkormányzat.

INTÉZMÉNYVEZETŐI KINEVEZÉSEK

Zárt ülésen szociális, illetve gyermekjóléti díj adományozásáról döntöttek a képviselők. A kitüntetések a Szociális munka napján, november 12-én veheti át egy-egy kerületi közalkalmazott.

Intézményvezetőket nevezett ki a képviselő-testület öt éves időtartamra: a Nevelési Tanácsadót Szöllősiné dr. Vári Zsuzsanna, míg a Városmajori Óvodát Bálint Beáta irányítja a jövőben (utóbbi helyen a korábbi vezető, Schmidtne Vaszkó Edit munkaviszonyát nyugdíjba vonulása miatt megszüntette a testület). A Mackós Óvodát Pösch Mária, a Normafa Óvodát Purzsa Gáborné, a Virányos Általános Iskolát Szerdahelyi Jászberényi Ágnes vezeti a következő öt esztendőben. További elismerésekről is döntöttek a képviselők: Kovács Kolosné és Holtságné Csapán Ágnes „címzetes igazgató”, Schmidtne Vaszkó Edit pedig „címzetes óvodavezető” cím viselésére jogosult ezentúl.

Vincze Géza képviselő a Márvány utca sétálóutcává alakítása, illetve a környékre tervezett változtatások kapcsán felvetette, hogy célszerű lenne közmeghallgatást tartani e témában. A polgármester elmondta, hogy folyamatosan tárgyal a lakók érdekeit képviselő egyesülettel, és úgy érzi, közelednek az álláspontok, de nem zárkózik el a javasolt találkozótól sem a nyári szünet után.

jjj

## Önkormányzati szövetség a társasházakkal

Idén járnak le az ötvenlakosnál nagyobb társasházakkal elsőként megkötött, öt évre szóló támogatási megállapodások. A felújítási pályázat keretében mintegy kétszázmillió forintból gazdálkodhattak a lakóközösségek. Sorozatunkban a programban részt vevő társasházakat mutatjuk be.

A Márvány utca 44. alatti társasház 2004-ben csatlakozott a szövetségi programhoz. Az elnyert mintegy hat és félmillió forint támogatásból a következő évben kezdődtek el a munkálatok. Először a szelektív hulladékgyűjtésnek is helyet adó kukatárolót újították fel. Bélákovics István közös képviselő elmondta, hogy sikeres a kezdeményezés, hiszen a ház lakói szinte kivétel nélkül a külön kihelyezett gyűjtőzsákba dobják a műanyag palackokat. Ennek köszönhetően kevesebb kukára van szükség a házban, ami jelentős költségmegtakarítást eredményez, hiszen havi szinten csökkent a szemétszállítás díja. Még szintén 2005-ben ki-



Jelenleg is zajlik a felújítási munka a kívül-belül megszépült Márvány utcai épületben

cserélték a lift kötélzetét, illetve felújították az udvari csatornát és a közös mellékhelyiséget. Rá egy évre végeztek a teljes belső tatarozással, amelynek keretében a lépcsőházak mellett az udvari front és a függőfolyosók is megszépültek. A helyreállítás a legfelső emeleten a korlátok lefestése, valamint a függőfolyosók alsó részének felújítása mellett a járófelület leszigetelésére és újraburkolására is kiterjedt.

Még ugyanebben az esztendőben folytatódott az udvar koráb-



ban megkezdett virágosítása. A betonpalatban összesen negyven ágyszálát alakítottak ki, ezeket borostyánt, cserjéket, orgonát és más növényeket ültettek. 2007-ben kezdődött meg a Márvány utcai és a Hertelendy utcai külső homlokzatok rekonstrukciója, az erkélyek felújítása és az esővíz-elvezetők cseréje. A homlokzatok színezésekor a lakók igényeit is figyelembe vették. Tavaly került sor a több mint hétszáz négyzetméteres lapos tető és a valamivel kisebb, kis dőlésű héjazat szigetelésére, míg a

felszálló és csatlakozó gázvezetékek cseréje jelenleg is zajlik.

Bár a felújítások teljes költsége elérte a tizenötmillió forintot, a társasház kiegyensúlyozott gazdálkodásának köszönhetően az öt év alatt nem volt szükség többletbefizetésre. A szövetségi programból kapott támogatás mellett ugyanis a lakásszászta-szerződésnek köszönhetően egymillió, míg fővárosi pályázatokból további kétfélmillió forint folyt be a társasház számlájára.

(mm.)

Az önkormányzat képviselő-testületének 2009. június 18-i ülésén megalkotott és a polgármesteri hivatal ügyfélszolgálatán 2009. június 26-án kifüggesztéssel kihirdetett önkormányzati rendeletek.

## BUDAPEST XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT 12/2009. (VI. 26.) RENDELETE A BUDAPEST XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT 2009. ÉVI KÖLTSÉGVETÉSÉNEK MÓDOSÍTÁSÁRÓL

A Budapest XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testülete a helyi önkormányzatokról szóló 1990. évi LXV. törvény 10. § (1) bekezdés d) pontjában foglalt jogköre alapján, tekintettel az államháztartásról szóló 1992. évi XXXVIII. törvény 65. § (1) bekezdésére, valamint az államháztartás működési rendjéről szóló 217/1998. (XII. 30.) Korm. rendelet (a továbbiakban: Korm. rendelet) 53. § (1) bekezdésére, a Budapest XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat 2009. évi költségvetéséről szóló 5/2009. (III. 24.) Budapest XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat rendeletét (a továbbiakban: Ör.) az alábbiak szerint módosítja:

### 1. §

(1) Az Ör. 1. §-ának (1) bekezdése helyébe a következő rendelkezés lép:  
„(1) Az Önkormányzat Képviselő-testülete az Önkormányzat 2009. évi költségvetésének kiadási főösszegét **17 960 424** ezer forintban, bevételi főösszegét **17 460 424** ezer forintban, hiányát **500 000** ezer forintban állapítja meg.”  
(2) Az Ör-nek a bevételi és kiadási főösszeg előirányzatai forrásonként, ezen belül költségvetési szervenként részletező 1. számú melléklete e rendelet 1. számú mellékletének megfelelően módosul.

### 2. §

Az Ör-nek – a felhalmozási kiadásokat és felújítási feladatokat célonként, valamint speciális célú támogatások tartalmazó 4. számú melléklete e rendelet 2. számú mellékletének, – az átadott pénzeszközök és speciális célú támogatások részletezését tartalmazó 15. számú melléklete e rendelet 3. számú mellékletének megfelelően módosul.

### 3. §

Az Önkormányzat által fenntartott nevelési-oktatási, közművelődési és sport intézményeknek az Ör. 1. számú mellékletében meghatározott 2009. évi létszámkerete e rendelet 4. számú mellékletében foglaltak szerint módosul.

### 4. §

Az Ör. 12. §-ának (1) bekezdésében „A Képviselő-testület illetékes szakbizottsága(i) véleményének kikérésével” szövegrész hatályát veszti.

### 5. §

(1) Ez a rendelet a kihirdetése napján lép hatályba.  
(2) Az Önkormányzat költségvetési intézményei és a Polgármesteri Hivatal felhalmozást kapnak arra, hogy e rendelet melléklete szerinti részletezésben jóváhagyott előirányzat-módosításokat költségvetésükben árvessék és az abban foglaltakat végrehajtsák.

*Dr. Gaál Szabolcs Barna sk.*  
jegyző

*Pokorni Zoltán sk.*  
polgármester

*A rendelet mellékletei a Polgármesteri Hivatal Képviselői Csoportjánál tekinthetők meg.*

## BUDAPEST XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT 13/2009. (VI. 26.) RENDELETE

### A BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLETI ÖNKORMÁNYZAT VAGYONA FELETTI TULAJDONOSI JOGOK GYAKORLÁSÁRÓL SZÓLÓ 4/1994. (III.2.) BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLETI ÖNKORMÁNYZAT RENDELETÉNEK MÓDOSÍTÁSÁRÓL

A Budapest XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testülete a helyi önkormányzatokról szóló 1990. évi LXV. törvény 80. §-ának (1) bekezdésében kapott felhalmozás alapján a Budapest Főváros XII. kerületi Önkormányzat vagyona feletti tulajdonosi jogok gyakorlásáról szóló 4/1994. (III. 2.) Budapest Főváros XII. kerületi Önkormányzat rendeletét (a továbbiakban: Ör.) az alábbiak szerint módosítja:

### 1. §

Az Ör. 12. §-a a következő (5) és (6) bekezdéssel egészül ki:  
„(5) Július 1-je és szeptember 15-e között a nem törzsvagyon körébe tartozó vagyontárgy szerzéséről a polgármester dönt.  
(6) A polgármester az (5) bekezdés alapján hozott döntéseiről a Képviselő-testület szeptember 15. napját követő első ülésén tájékoztatást ad a Képviselő-testület részére.”

### 2. §

Az Ör. 15. §-a a következő (3) bekezdéssel egészül ki:  
„(3) E rendelet a belső piaci szolgáltatásokról szóló, az Európai Parlament és a Tanács 2006/123/EK irányelvnek való megfelelést szolgálja.”

### 3. §

Ez a rendelet kihirdetése napján lép hatályba.

*Dr. Gaál Szabolcs Barna sk.*  
jegyző

*Pokorni Zoltán sk.*  
polgármester

## BUDAPEST XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT 14/2009. (VI. 26.) RENDELETE

### A BUDAPEST XII. KERÜLETI VÁRAKOZÁSI ÉS VÉDETT ÖVEZETEK RÖL, A VÁRAKOZÁSI HOZZÁJÁRULÁSOKRÓL

A Budapest XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testülete a Budapest főváros közüzemterületén a járművel várakozás rendjének egységes kialakításáról, a várakozás díjáról és az üzemképtelen járművek tárolásának szabályozásáról szóló 24/2009. (V. 11.) Budapest Fővárosi Közgyűlésének rendelete (a továbbiakban: Főv. r. 4. §-ának (3) bekezdésében, 10. §-ának (5) bekezdésében, 11. § (4) bekezdésében, 13. §-ának (2) bekezdésében, 24. §-ának (5) bekezdésében, 26. §-ának (1) bekezdésében, 34. §-ának (2) bekezdésében, 37. §-ának (5) bekezdésében, 42. §-ában és 43. §-ában kapott felhalmozás alapján az alábbi rendeletet alkotja:

#### A rendelet hatálya

##### 1. §

A rendelet hatálya kiterjed a Budapest XII. kerület közigazgatási területén lévő, a Budapest XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat (a továbbiakban: Önkormányzat) tulajdonában álló, a Főv. r. 3. számú mellékletében kijelölt Budapest XII. kerületi várakozási övezetek területén lévő közterületekre, továbbá  
b) a Főv. r. 1. számú mellékletében védett övezetként megjelölt Normafa környékére (a továbbiakban: védett övezet).

#### Várakozási övezetek

##### 2. §

(1) A Budapest XII. kerületi várakozási övezetek területét, a várakozás megengedett leghosszabb időtartamát, a várakozási övezetek Főv. r. 3. §-ának (3) bekezdésében, 10. §-ának (5) bekezdésében, 11. § (4) bekezdésében, 13. §-ának (2) bekezdésében, 24. §-ának (5) bekezdésében, 26. §-ának (1) bekezdésében, 34. §-ának (2) bekezdésében, 37. §-ának (5) bekezdésében, 42. §-ában és 43. §-ában kapott felhalmozás alapján az alábbi rendeletet alkotja:

##### 3. §

A Főv. r. 10. §-ának (2) bekezdésében felsorolt feltételek fennállása mellett a lakossági várakozási hozzájárulás kiadásának további feltétele az is, hogy a kérelem beadásának időpontjában a kérelmezőnek helyi adó vagy más jogcímen az Önkormányzattal szemben tartozása ne álljon fenn.

##### 4. §

(1) A 2010. január 31-ig érvényes lakossági várakozási hozzájárulás (Főv. r. 10. §) a rendelet mellékletének I–II. pontjában meghatározott várakozási övezetek XII. kerületi és fővárosi önkormányzati tulajdonú közterületein időtartam korlátozás nélküli várakozásra jogosít.

(2) 2010-re és az azt követő évekre kiadott lakossági várakozási hozzájárulás (Főv. r. 10. §) a lakóhely szerinti zóna (a rendelet mellékletének III. pontja) XII. kerületi és fővárosi önkormányzati tulajdonú közterületen időtartam korlátozás nélküli várakozásra jogosít.

(3) A lakossági várakozási hozzájárulás éves várakozási díja az adott területen fizetendő egyéni várakozási díj kétszázötvenszerese (Főv. r. 10. § (5) bekezdése), amelyből a következő mértékű kedvezményeket kell biztosítani:

a) lakásonként az első személygépkocsira kiadott hozzájárulás esetén a kedvezmény mértéke 100%;  
b) lakásonként a második személygépkocsira kiadott hozzájárulás esetén a kedvezmény mértéke ba) 10%, ha a kérelmezett gépjármű EURO 3 környezetvédelmi kategóriának megfelel, bb) 10%, ha a kérelmezett gépjármű EURO 4 környezetvédelmi kategóriának megfelel, bc) 10%, ha a kérelmezett gépjármű EURO 5 környezetvédelmi kategóriának megfelel.  
(4) Lakásonként legfeljebb 2 darab lakossági várakozási hozzájárulás adható ki (Főv. r. 10. § (3) bekezdés) Ha lakásonként több személygépkocsira kéri a várakozási hozzájárulás kiadását, a kérelmezőnek az Önkormányzat Polgármesteri Hivatalához történő beérkezési sorrendje szerint kell elbírálni azt, hogy melyik személygépkocsira lehet elsőként, melyikre másodikként kiadni a várakozási hozzájárulást, és melyik személygépkocsira esetében kell a kérelmet elutasítani. A kérelmeknek ugyanazon a napon

történn beérkezése esetén a kérelmezőknek írásban kell nyilatkozniuk arról, hogy melyik személygépkocsira kéri elsőként, melyikre másodikként a várakozási hozzájárulás kiadását. Egybehangoz írásbeli nyilatkozat hiányában várakozási hozzájárulás nem adható ki.

##### 5. §

(1) A 2010. január 31-ig érvényes gazdálkodói várakozási hozzájárulás (Főv. r. 11. §) a rendelet mellékletének I–II. pontjában meghatározott várakozási övezetek XII. kerületi önkormányzati tulajdonú közterületi várakozáshelyein, üzemidőn belül időtartam korlátozás nélküli várakozásra jogosít.

(2) 2010-re és az azt követő évekre kiadott gazdálkodói várakozási hozzájárulás (Főv. r. 11. §) a székely, telephely vagy főkeleper szerinti zóna (a rendelet mellékletének III. pontja) XII. kerületi önkormányzati tulajdonú közterületi várakozáshelyein, üzemidőn belül időtartam korlátozás nélküli várakozásra jogosít.

(3) A gazdálkodói várakozási hozzájárulás díjkezelvényre nem jogosít.

(4) Az egészségügyi várakozási hozzájárulás (Főv. r. 12. §) a Budapest XII. kerület közigazgatási területén lévő közterületi várakozáshelyeken legfeljebb két óra időtartamú díjmentes nélküli várakozásra jogosít.

##### 6. §

(1) A lakossági, a gazdálkodói, az egészségügyi várakozási hozzájárulás kiadásáért, a megrongálódott, elvesztett, ellopott, illetve megsemmisült hozzájárulás vagy a hozzájárulást tanúsító matrica cseréjéért, pótlásáért 2.000 forint költségtérítést kell fizetni.

(2) A lakossági várakozási, a gazdálkodói várakozási, valamint az egészségügyi várakozási hozzájárulást az Önkormányzat polgármestere adja ki.

#### Védett övezet

##### 7. §

(1) A védett övezetbe behajtásra, valamint behajtásra és várakozásra jogosító

a) lakossági behajtási hozzájárulást (Főv. r. 16. §),  
b) a lakossági behajtási-várakozási hozzájárulást (Főv. r. 17. §),  
c) gazdálkodói behajtási-várakozási hozzájárulást (Főv. r. 19. §), és  
d) egészségügyi behajtási-várakozási hozzájárulást (Főv. r. 20. §)

az Önkormányzat polgármestere adja ki. A hozzájárulás kiadásáért, a megrongálódott, elvesztett, ellopott, illetve megsemmisült hozzájárulás vagy a hozzájárulást tanúsító matrica cseréjéért, pótlásáért 2.000 forint költségtérítést kell fizetni.

(2) A lakossági behajtási-várakozási hozzájárulás kiadása a) során a 3. §-ban és a 4. § (4) bekezdésében foglaltakat is alkalmazni kell;  
b) után fizetendő éves várakozási díjból a 4. § (3) bekezdésének a) és b) pontjában meghatározott mértékű kedvezményeket kell biztosítani.

(3) A gazdálkodói behajtási-várakozási hozzájárulás kiadása után a Főv. r. 24. §-a szerint számított éves várakozási díjat kell fizetni.

(4) A lakossági behajtási és az egészségügyi behajtási-várakozási hozzájárulás kiadása után éves várakozási díjat nem kell fizetni.

#### Kizárólagos használatú várakozóhelyek

##### 8. §

A védett és várakozási övezetekben az Önkormányzat tulajdonában álló közterületeken, a Főv. r. 34-36. §-a szerinti kizárólagos használatú várakozási helyek létesítéséhez szükséges tulajdonosi egyetértési jogot az Önkormányzat polgármestere gyakorolja.

#### Közterület-felügyelet behajtási és várakozási hozzájárulása

##### 9. §

(1) Az Önkormányzat által fenntartott és üzemeltetett közterület-felügyelet használatában lévő, megkülönböztető fény és hangjelzéssel fel nem szerelt személygépkocsira kiadott behajtási és várakozási hozzájárulás a Budapest XII. kerületi várakozási övezetekben díjmentes és időtartam korlátozás nélküli várakozásra, valamint a Budapest XII. kerületi védett övezetbe való behajtásra és ott időtartam korlátozás nélküli várakozásra jogosít.

(2) A közterület-felügyelet behajtási és várakozási hozzájárulását az Önkormányzat polgármestere adja ki. A hozzájárulások száma legfeljebb 10 lehet. A hozzájárulás a kiadás napjától a kiadás évét követő év január 31-ig érvényes.

#### Eljárási szabályok

##### 10. §

(1) A rendeletben megjelölt várakozási hozzájárulások kiadása, cseréje, pótlása iránti kérelmet az Önkormányzat Polgármesteri Hivatalához kell benyújtani.

(2) A kérelemnek tartalmaznia kell:  
a) magánszemély esetében a kérelmező nevét, lakcímét (az emelet, ajtó megjelölésével), anyja nevét, születési helyét, idejét, elérhetőségét (telefonszámát),  
b) nem magánszemély esetében a kérelmező megnevezését, székhelyét, telephelyét, cégjegyzékszámát, nyilvántartási számát, a képviselő nevét és elérhetőségét,

c) a gépjármű kategóriájának, gyártmányának, típusának megnevezését, forgalmi rendszámát, a jármű forgalmi engedélyének műszaki érvényességi határidejét,  
d) a kérelmezett hozzájárulás típusát és kiadásának indokait,  
e) az övezet, a zóna megnevezését,  
f) a kérelmező nyilatkozatát a Főv. r. 10. §-ának (3) bekezdésében és e rendelet 3. §-ának (4) bekezdésében foglaltakkal kapcsolatban (a lakásonkénti személygépkocsik száma, a hozzájárulások kiadásának sorrendisége),  
g) a kérelmező hozzájáruló nyilatkozatát ahhoz, hogy a kérelemben közölt személyes adatainak ellenőrzése és az engedélyre jogosultság feltételének megállapítás céljából az Önkormányzat polgármestere a személyi adat- és lakcímnnyilvántartásból, továbbá a gépjárműadó, a helyi adó nyilvántartásból adatot igényeljen, valamint az említett nyilvántartásokat és a kiadott hozzájárulások nyilvántartását összekapcsolassa.

(3) A kérelemhez mellékelni kell  
a) a költségtérítés megfizetését igazoló készpénz-átutalási megbízás feladóvényét,  
b) az illetékes önkormányzati adóhatóság igazolását a gépjárműadó megfizetéséről vagy az adómentességéről, továbbá a gépjármű forgalomba tarthatóságát igazoló okmány másolatát, ha a gépjárművel kapcsolatos adóztatási feladatokat nem a Budapest XII. kerületi önkormányzati adóhatóság látja el,  
c) a munkáltatótól kizárólagos használatba kapott cégtulajdonú személygépkocsi esetén a munkáltatói erről szóló igazolását.  
(4) A kiadott hozzájárulás tartalmazza:  
a) az önkormányzat megnevezését, címerét, pecsétjének lenyomatát,  
b) az engedély sorsszámát,  
c) az engedély érvényességi idejét,  
d) az övezet, a zóna megnevezését,  
e) a gépjármű gyártmányát, forgalmi rendszámát.

##### 11. §

A kiadott hozzájárulásokról nyilvántartást kell vezetni, amely tartalmazza:  
a) a 10. § (2) bekezdésének a)–c) pontjában és a 10. § (4) bekezdésének b)–e) pontjában meghatározott adatokat,  
b) a hozzájárulás pótlása, cseréje, visszavonása esetén ennek tényét.

##### 12. §

Az e rendelet szerinti várakozási hozzájárulás kiadásának megtagadásáról az Önkormányzat polgármestere határozatot hoz. A polgármester határozata ellen – a határozat közlésétől számított 15 napon belül – az Önkormányzat Képviselő-testületéhez lehet fellebbezést benyújtani.

#### Záró rendelkezések

##### 13. §

Az e rendeletben nem szabályozott kérdésekben a Főv. r. rendelkezéseit kell alkalmazni.

##### 14. §

(1) Ez a rendelet kihirdetése napján lép hatályba.  
(2) A rendelet hatályba lépésével egyidejűleg hatályát veszti a Budapest Hegyvidék XII. kerületi védett és várakozási övezetekről szóló 7/2005. (VII. 1.) Budapest Hegyvidék XII. kerületi Önkormányzat rendletele és azt módosító 32/2007. (X. 25.) Budapest XII. kerület Hegyvidék Önkormányzat rendletele.

(3) E rendelet rendelkezése nem érinti a (3) bekezdésben említett rendeletek alapján kiadott várakozási hozzájárulások érvényességét.

(4) E rendelet a belső piaci szolgáltatásokról szóló az Európai Parlament és a Tanács 2006/123/EK irányelvnek való megfelelést szolgálja.

*Dr. Gaál Szabolcs Barna sk.*  
jegyző

*Pokorni Zoltán sk.*  
polgármester

*Melléklet a 14/2009. (VI. 26.)  
Budapest XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat rendelethez*

### A Budapest XII. kerületi várakozási övezetek, a várakozás megengedett leghosszabb időtartama, a fizetendő várakozási díjak, a várakozási övezetek zónái

##### 13. §

Az e rendeletben nem szabályozott kérdésekben a Főv. r. rendelkezéseit kell alkalmazni.

##### 14. §

(1) Ez a rendelet kihirdetése napján lép hatályba.  
(2) A rendelet hatályba lépésével egyidejűleg hatályát veszti a Budapest Hegyvidék XII. kerületi védett és várakozási övezetekről szóló 7/2005. (VII. 1.) Budapest Hegyvidék XII. kerületi Önkormányzat rendletele és azt módosító 32/2007. (X. 25.) Budapest XII. kerület Hegyvidék Önkormányzat rendletele.

(3) E rendelet rendelkezése nem érinti a (3) bekezdésben említett rendeletek alapján kiadott várakozási hozzájárulások érvényességét.

(4) E rendelet a belső piaci szolgáltatásokról szóló az Európai Parlament és a Tanács 2006/123/EK irányelvnek való megfelelést szolgálja.

*Dr. Gaál Szabolcs Barna sk.*  
jegyző

*Pokorni Zoltán sk.*  
polgármester

*Melléklet a 14/2009. (VI. 26.)  
Budapest XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat rendelethez*

### A Budapest XII. kerületi várakozási övezetek, a várakozás megengedett leghosszabb időtartama, a fizetendő várakozási díjak, a várakozási övezetek zónái

##### 13. §

Az e rendeletben nem szabályozott kérdésekben a Főv. r. rendelkezéseit kell alkalmazni.

##### 14. §

(1) Ez a rendelet kihirdetése napján lép hatályba.  
(2) A rendelet hatályba lépésével egyidejűleg hatályát veszti a Budapest Hegyvidék XII. kerületi védett és várakozási övezetekről szóló 7/2005. (VII. 1.) Budapest Hegyvidék XII. kerületi Önkormányzat rendletele és azt módosító 32/2007. (X. 25.) Budapest XII. kerület Hegyvidék Önkormányzat rendletele.

(3) E rendelet rendelkezése nem érinti a (3) bekezdésben említett rendeletek alapján kiadott várakozási hozzájárulások érvényességét.

(4) E rendelet a belső piaci szolgáltatásokról szóló az Európai Parlament és a Tanács 2006/123/EK irányelvnek való megfelelést szolgálja.

*Dr. Gaál Szabolcs Barna sk.*  
jegyző

*Pokorni Zoltán sk.*  
polgármester

*Melléklet a 14/2009. (VI. 26.)  
Budapest XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat rendelethez*

### A Budapest XII. kerületi várakozási övezetek, a várakozás megengedett leghosszabb időtartama, a fizetendő várakozási díjak, a várakozási övezetek zónái

##### 13. §

Az e rendeletben nem szabályozott kérdésekben a Főv. r. rendelkezéseit kell alkalmazni.

##### 14. §

(1) Ez a rendelet kihirdetése napján lép hatályba.  
(2) A rendelet hatályba lépésével egyidejűleg hatályát veszti a Budapest Hegyvidék XII. kerületi védett és várakozási övezetekről szóló 7/2005. (VII. 1.) Budapest Hegyvidék XII. kerületi Önkormányzat rendletele és azt módosító 32/2007. (X. 25.) Budapest XII. kerület Hegyvidék Önkormányzat rendletele.

(3) E rendelet rendelkezése nem érinti a (3) bekezdésben említett rendeletek alapján kiadott várakozási hozzájárulások érvényességét.

(4) E rendelet a belső piaci szolgáltatásokról szóló az Európai Parlament és a Tanács 2006/123/EK irányelvnek való megfelelést szolgálja.

*Dr. Gaál Szabolcs Barna sk.*  
jegyző

*Pokorni Zoltán sk.*  
polgármester

*Melléklet a 14/2009. (VI. 26.)  
Budapest XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat rendelethez*

## II.

### Várakozási övezetek díjtétel szerinti felsorolása

1. 1. díjtételű terület: A Krisztina körút, a Magyar Jakobinusok tere, és a Moskva tér.

Az óránként fizetendő várakozási díj:

a) személygépkocsi, motoros tricikli, háromkerékű segédmotoros kerékpár, négykerékű segédmotoros kerékpár, oldalkocsis motorkerékpár, négykerékű motorkerékpár, személygépkocsival vontatott pótvagy lakókocsi, 3500 kilogramm megengedett legnagyobb összteomet meg nem haladó tehergépkocsi (a továbbiakban együtt: személygépkocsi) esetén: a BKV Zrt. egy utazásra érvényes vonaljegy árának megfelelő összeg 1,25-szorososa.

b) lakóautó, autóbusz, 3500 kilogramm megengedett összteomet meghaladó tehergépkocsi, vontató és az ezekkel vontatható pótvagy lakókocsi (a továbbiakban együtt: tehergépkocsi) esetén: az a) pont szerinti várakozási díj háromszorososa.

2. 2. díjtételű terület: A Szilágyi Erzsébet fasor – Moskva tér – Krisztina körút – Magyar jakobinusok tere – Alkotás utca – Márvány utca – Győri út – Avar utca – Hegyalja út – Jagelló út – Apor Vilmos tér – Böszörményi út – Istenhegyi út – Kékgolyó utca – Városmajor utca által határolt terület beleértve – a Moskva tér, a Krisztina körút és a Magyar jakobinusok tere kivételével – a határoló utakat és tereket.

Az óránként fizetendő várakozási díj:

c) személygépk

## Sünik az egyetemen

Hogy kerülnek az óvodások egyetemre? A válasz egyszerű: a Süni Óvodák az idén először a Moholy-Nagy Művészeti Egyetem parkjában rendezték meg az egész napos „Süni Ébresztő a Hegyvidéken” elnevezésű családi programot.



Ügyességi feladatok is várták a gyerekeket

Egykori, leendő, valamint jelenlegi Süni-ovisok és szüleikkel együtt a tagóvodások is meghívták a jubileumi, immár tizedszer megrendezett családi napra, így több mint kétszáz gyerek játszott önfeledten a Moholy-Nagy Művészeti Egyetem (MOME) parkjában. A nap a Süni Műhelyek bemutatkozásával kezdődött, majd a TeLeszEl egészségközpont jóvoltából közös bemelegítést hívták a gyerekeket és szüleiket.

Szükség is volt az izmok ellátására, hiszen szó szerint mozgalmas programot várták a résztvevőket. A kis-, közép- és nagycsoportosok számára meghírde-

tett akadályverseny állomásain pontokat gyűjthettek a gyerekek. Akik mind a nyolc ügyességi feladatot teljesítették, a célban ajándékokra válthatták be az időközben megtelt süni pontgyűjtő lapjukat. Bár ezúttal az egész nap az egészséges életmódról szólt, a gyerekeknek a százszázalékos gyümölcslevek mellett azért egy kis édesség is dukált, a versengő csapatok tagjai érmekeket kaptak, a győztes pedig kupát emelhetett a végén a magasba.

Nem hiányozhattak a sportprogramok sem. A „Focizz az Apukáddal!” kispályás bajnokságon újfent kiderült, hogy az ovisokkal csak nagy nehézségek árán tudják felvenni a versenyt a felnőttek. Kéz- és arcfestés, valamint tánccos és zeneti programok is várták a gyerekeket, aki pedig még ezek után sem fáradt el, az ugróvárban kedvére kitombolhatta magát.

A szponzoroknak köszönhetően senki nem maradt éhen, míg a déli gulyásparti az óvoda dolgozóinak főzőtudományát dicséri.

Kovács Zsuzsa, a Süni Óvodák vezetője a Hegyvidéknek elmondta, hogy a családi nap célja egymás jobb megismerése, az óvoda közösségének összekovácsolása, éppen ezért örömmel fogadták az oviba frissen felvett kisgyerekeket és szüleiket is. A közösségépítésben kíván aktívan részt venni az idén bejegyzett óvodai alapítvány is, amelynek komoly szerepe volt abban, hogy a MOME egy napra vendégül látta a gyerekeket.

(em.)

## Új retorika nem csak politikusoknak

Politikusok és civilek egyaránt haszonnal forgathatják Aczél Petra legújabb könyvét. Az Új Retorika – közélet, kommunikáció, kampány című kötet arra int, hogy soha nem érzelemből, hanem egymásra odafigyelve, érvekkel kommunikáljunk.

A Barabás Villában megtartott könyvbemutatón prof. dr. Bencze Lóránt nyelvész, egyetemi tanár elmondta, hogy Aczél Petra rácsófol a mondásra, miszerint „aki tudja, csinálja, aki nem tudja, tanítja”, hiszen ő az, aki tettekkel oktat és tudja tanítani. Bizonyítja ezt a most megjelent könyve is, amelynek legnagyobb erénye, hogy képes átvinni az elméletet a mindenkire számra kézzelfogható gyakorlatba. Teszi ezt szórakoztatva, tudományos alaposan és sokszínűséggel, miközben saját tapasztalataira és kutatásaira támaszkodva szinte észrevétlenül vezet be az olvasót a retorika és a szónoklat titkaiba. Mint az egyszerre tudós retorikus és gyakorlati emberek, a retorika *docens et utens* gondolatát követi, egységbe foglalva a tanítást és a felhasználást.

A könyv az elmélet, a folyamatleírás és a kommunikációs tervezés eszköztárára épít. Aczél Petra retorikája az erkölcsi jóra törekvés és a hasznosság esszenciája, maga a meghívás a jóra. A szeretet kommunikációja, amit minden magyar embernek meg kellene tanulnia. Ennek egyik, de talán legfontosabb lépése Bencze Lóránt szerint az Új Retorika – közélet, kommunikáció, kampány elolvasása.

(m.)

## Élelmiszerboltból szolgáltatóház

Eltűnt az Istenhegyi út és a Nógrádi utca sarkán működő élelmiszerbolt csúnya dobozépülete, a helyén jelenleg hatalmas gödör tátong. Egy modern, a környezethez illeszkedő, elegánsan ívelt homlokzatú szolgáltatóház épül itt, amelyben az eddigiekhez hasonlóan CBA üzemel majd. Mellette – pontosabban felette, az egyemeletes tervezett ház felső szintjén – új szolgáltató egységek is nyílnak.

Meglehetősen „tájdégen” volt az a pirosra festett betondoboz a Nógrádi utcában, amely korábban az ÁFÉSZ, az elmúlt mintegy másfél évtizedben pedig a CBA élelmiszerüzlet-lánc boltjaként működött. A nem kifejezetten esztétikus épület, illetve annak ideiglenesnek tűnő, szintén nem túl szép hátsó toldaléka már régen megérették a bontásra, amire végül is néhány héttel ezelőtt került sor.

A bolt üzemeltetője már évekel korábban tervbe vette, hogy „eltüntet” az elavult épületet, és egy teljesen új, a környék arculatába illeszkedő, színvonalas szolgáltatóházat épít a helyén, ahol az élelmiszerüzlet mellett más szolgáltató funkciók is helyet kaphatnak. Breier Gábor, a beruházó Vörösvár Invest Kft. ügyvezetője lapunknak elmondta: hosszas egyeztetési folyamat kezdődött az önkormányzattal, s ennek eredményeképpen egy komplex, számotlan igényt kielégítő, a bolt környezetét is megújító terv született. A már készülő mély alap jelzi:

kétszintes lesz az épület felső alatti része. A minusz második szint rakodóterként, a minusz első pedig mélygarázként funkcionálhat. A Nógrádi utca felől megközelíthető 18 férőhelyes garázból személylift viszi fel az utasokat az áruházaiba.

A felszín felett is két szint épül. A földszinten nyílik meg a CBA-lánc legújabb, prémium kategóriás boltja, a CBA Prima, amely minőségi magyar áruk széles választékával várja majd a vásárlókat. Az emeleten teraszos kávézó készül, illetve két üzlethelyiséget is kialakítanak.

kontrasztjátéka kiemeli az épület mozgalmasságát. A terasz magasságában egy lovat ábrázoló homlokzatplasztika is készül, utalva a hely szellemére: egykor ezen a helyen itatták meg a Svábhegyre tartó, a hegyemenben alaposan elfáradó hátasokat.

A szolgáltatóház teteje intenzív zöldfelületet kap, azaz aki a hegyről rálát a központra, csak bokrokat, pázsitot, virágokat lát majd. A korábbi elképzelésekkel ellentétben az épület hátsó frontja mögött nem épül garázslejáró (ez az épületen belülről kerül), hanem itt is egy élő kert alakítanak ki.



Az új szolgáltatóház látványterve

Ez utóbbiak funkciója még nem tisztázott, a lehetséges bérlőkkel jelenleg is folynak a tárgyalások, a beruházó mindenesetre azt szeretné, ha új, a környékről eddig hiányzó szolgáltatások jelennének meg itt.

A neves tervezők – Ferencz István, Ferencz Marcel és Détári György – lendülettel igyekeznek kölcsönözni a házhoz. Ezt a hatást az épület körkörös formájú tömegével érik el, amelynek íves része az Istenhegyi út–Szendrői út–Nógrádi utca találkozásánál lévő, Lóitató térenként ismert kis park felé nyílik ki. A homlokzat a Hegyvidék őszi, sárguló lombszínét veszi fel – a világos, vakolt felületek, illetve az antarciszurke „trespa” (műgyantátöltésű farostlemez) borítás

Az építető saját költségén rendezte a Lóitató teret; a tér nevére utaló Lóitató-kutat restaurálják, új fákat, bokrokat ültetnek, a gyalogosútvonalakat igényes térkövel burkolják.

A tér átalakítását tervező Pro Urbe Kft. munkatársától, Szálka Miklóstól megtudtuk: forgalomtechnikai szempontból is némiképp átalakítják a csomópontot, növelve a gyalogosok és a járművezetők biztonságát. Az Istenhegyi útról lefelé tartó autósok biztonsága érdekében, fel-tűnő vizuális elemként, egy kis, fűves dobort építenek a Nógrádi utca régi torkolatába, itt ugyanis jelenleg beton terelőelemek akadályozzák a behajtást, és ezeket sötétben nehéz észrevenni.

z.



Nézze Ön is  
a Hegyvidék Televízió adását!

UPC: 210.25 MHz, Fibernet: 196.25 MHz  
Telefonszám: 201-22-04  
Szerkesztőség címe: 1122 Budapest, Maros utca 10.

Folyamatosan megújuló arculattal és új műsorokkal a hét minden napján.

A Hegyvidék Televízió a hegyvidéki embereket, eseményeket mutatja be. Műsoraink a hiteles tájékoztatás mellett a Hegyvidék polgárait érintő kérdéseket, örömeiket mutatja meg, és olykor a felmerülő problémákat oldja meg.

Kövessen műsorainkat figyelemmel, várjuk hasznos észrevételeiket! Telefon: 201-22-04.

### KIEMELT MŰSORAINK:

- ✓ **NAPONTA:** 19.00 Hegyvidéki Hírek.
- ✓ **HÉTFŐ:** 19.05 Önkormányzati Kalauz: Polgármesteri Kabinet; 19.07 Kulturpont: Ecsmadián kincsei – örmény kiállítás 20.00 Önkormányzati Kalauz: Adóigazgatási Iroda 21.00 Önkormányzati Kalauz: Gyámhivatal
- ✓ **KEDD:** 19.05 Önkormányzati Kalauz: Vagyongazdálkodási Iroda; 19.07 Gyógyuljon a természet erejével: Béky László és vendége segítségével. Az ÉLŐ adás telefonszáma: 201-22-04. Tegye fel Ön is kérdéseit, és a szakemberek azonnal válaszolnak! 20.00 Önkormányzati Kalauz: Városgazdálkodási Iroda 21.00 Önkormányzati Kalauz: Városüzemeltetési Iroda
- ✓ **SZERDA:** 19.05 Önkormányzati Kalauz: Népjóléti Iroda; 19.07 Rákérdezzünk. Számok, tények, statisztikák és ami mögöttük van 20.00 Önkormányzati Kalauz: Főépítészeti és Környezetvédelmi Iroda 21.00 Önkormányzati Kalauz: Szabadidősport
- ✓ **Csütörtök:** 19.05 Önkormányzati Kalauz: Okmányiroda; 19.07 Hegyvidéki Esték. Rákay Philip és Váczi János vendégei: Kövér László és Kálomista Gábor 20.00 Önkormányzati Kalauz: Általános Igazgatási Iroda: Hatósági csoport 21.00 Önkormányzati Kalauz: Általános Igazgatási Iroda: Anyakönyvi csoport
- ✓ **PÉNTEK:** 19.05 Önkormányzati Kalauz: Általános Igazgatási Iroda: Ügyfélszolgálat 19.07 Kék hírek; 20.00 Önkormányzati Kalauz: Építésigazgatási Iroda; 21.00 Önkormányzati Kalauz: Szabálysértési és Kereskedelmi Iroda
- ✓ **SZOMBAT:** 19.00. Kultúrpoint. Könyvbemutató: Hegyvidéki Históriaik könyvsorozat
- ✓ **VASÁRNAP:** 20.00. Domus Dei

Műsorainkat napközben folyamatosan ismétljük, és minden este 7 órától új műsorral, hírekkel, információkkal jelentkezünk a XII. kerületben történekről, illetve várható eseményekről.

Tartsanak velünk, hogy képen legyünk itt, a Hegyvidéken!

Várjuk észrevételeiket, mozgóképes anyagaikat, ötleteiket, és mi bemutatjuk, feldolgozzuk, meghívjuk, megkérdézzük azokat!

**A tábor helyszíne:** Csattogó-völgyi Pihenőházak, mely a Börzsöny dunakanyari részén, Verőce és Kismaros között fekszik.

A táborhely egy olyan zárt, kerítéssel körbevett terület, melyet három oldalról közvetlen közelben a Börzsöny hegycsúcsai (Kálló, Csattogó, Király-kő) ölelnek körbe és amelyen a Nagy-völgyi-patak is keresztül folyik. A hatalmas fűves terület, a foci-, a kosár-, a strandröplabda- és a teniszpálya, a ping-pong asztalok, a közelben lévő lovarda, a Börzsöny és a Visegrádi-hg. túraútvonalai, a Királyréti Erdei Vasút kiváló lehetőségeket biztosítanak a színvonalas programokhoz. Ja, és persze ott a bodzás, amit mintha direkt a számháborúhoz teremtettek volna...

### Témáink délelőttre:

- természetjárás
- kézműveskedés
- foci
- színjátszás és tánc

**Délután és este** pedig ezerféle szórakoztató, izgalmas elfoglaltság, mint pl. sportversenyek, lovaglás, többi téma kipróbálása, bobozás Visegrádon, számháború, madármegfigyelés, szalonasütés, diszkó, érdekes ismeretterjesztő előadások, szabadtéri mozizás, éjszakai kirándulás, humoros és gondolkodtató vetélkedők, stb.

**Szállás és ellátás:** Természetes környezetben, néhány éve épült, 4-6 ágyas faházakban fogtok lakni. A tábor saját éttermében elfogyasztott napi háromszori főétel mellett uzsonnára gyümölcs is lesz. Ha mindezek ellenére mégis éhes maradnál, még mindig ott a büfé.



## Hegyhengergető tábor

- www.hegyhengergeto.hu
- tabor@hegyhengergeto.hu
- +3630-3370635
- +3620-2223668

2009. július 11-18.  
2009. július 18-25.

## Két keréken a Hegyvidéken

Számos különleges kétkerekű mellett egy Magyarországon egyedülálló, Amerikában készült taposóbicikli is helyet kapott a Virányosi Közösségi Ház kerékpár-történeti kiállításán.

Néhéz lenne egyetlen kiállítóterbe összeszűfölni egy évszázad kerékpár-történelmét, a Két keréken című tárlat éppen ezért nem is vállalkozik erre. Megelégszik azzal, hogy szemügyre vegye a különlegességekből, bemutat egy-egy érdekesebb technológiai leleményt, korszakos jelentőségű modellt, vagy éppen egy valamikori híresség sokat látott biciklijét. Ilyen a legendás olasz Francesco Moser számára készített, egyedi, krómzott acélvázú versenygép, amelyre méltán lehet büszke a kis szeriás modelleket gyártó Pogliaghi.

Aztán van itt egy Legnano, amely egyike annak a száz, a maga korában az egyik legjobbnak számító versenybiciklinek, amelyeket még Rákosi Mátyás idejében hoztak az országba, hogy ezzel lendítsék fel a magyar kerékpársportot. Érdekesség, hogy azóta sem kapott ilyen mértékű állami segítséget a sportág. Jóval régebbi a kétebességű Wanderer női kerékpár. A negyvenes években készült D2-es típusjelű darab érdekessége, hogy a váltót – amely tulajdonképpen egy motorbicikli váltója – a

hajtókar melletti csapágházban helyezték el.

Még a Wandererrel is nagyobb látványosság az 1980-ban újra legyártott Alenax, amelynek hajtóműve az 1890-ben szabadalmaztatott hajtási szisztéma modernizált változata. Ennek lényege, hogy a biciklit nem tekerni, hanem taposni kell. A kiállítást megálmodó és formába öntő Siklósi János szerint ezzel a módszerrel majdnem olyan gyorsan lehet haladni, mint a mai kerékpárokkal.

A külföldi márkák mellett a magyar kerékpárgyártás is képviselteti magát a tárlaton. A Weiss Manfréd Művek „Kék Csodája” 1941-ben került a boltokba,

### „Csoda” a lánckeréken



A kiállítás bővelkedik különlegességekben

az itt bemutatott példány váza 1943-ban készült. Jellegzetessége a háború után elfeledett harangcsapágyas hajtómű és a „Csoda” feliratú lánckerék, illetve kormányozható csavar. A legöregebb bemutatott darab az a restaurálás előtt álló, évszázados magyar versenybicikli, amely szinte hiánytalan állapotban került elő egy ház padlásáról. Eredetileg fafelniken gurult a versenyeken, az utcai használatra azonban tömör vaskerékeket kapott.

A kiállítás tehát bővelkedik különlegességekben, úgyhogy akit érdekelnek a biciklik, és szívesen megismerkedne egy-egy ritkaságszámba menő darabbal, mindenképpen látogasson el a Virányosi Közösségi Házba.

(em.)

■ A tárlat július 5-ig tart nyitva. Előzetes bejelentkezés: 275-1394. Cím: XII., Szarvas Gábor út 8/c.

## Meredek úton a csillagok felé

Meghosszabbíthatják a fogaskerekű útvonalát

„Per ardua ad astra” – Meredek úton a csillagok felé: ez a jelmondat fogadta 135 évvel ezelőtt a fogaskerekű vasút első utasait az alsó végállomáson, az Ecce Homo téren, a mai Városmajorban. A majori, svájci mintára épített – a svábhegyihez hasonló – állomás-épület a felirattal együtt a második világháborúban elpusztult, ám a fogas mind a mai napig rendíthetetlenül állja a meredek hegymeneteket.



Lovas kocsik vagy gyalogszer – a fogaskerekű megépültéig gyakorlatilag e két lehetőség közül választhattak mindazok, akik fel akartak jutni a Svábhegyre. Ezeknél kényelmesebb és gyorsabb közlekedési eszköz megvalósítása iránt a XIX. század második felétől mutatkozott egyre nagyobb igény, ahogy a környék kezdett benépesülni – sorra épültek a pest-budai polgárok, neves művészek villái, nyaralói –, s mind többen jártak fel kirándulni a hegyre.

Miután 1871-ben Svájcban elindult Európa első hegyi fogaskerekű vasútja, majd nem sokkal később Bécs mellett is megkezdtek egy hasonló rendszerű vasút kialakítását, 1873-ban Házmán Ferenc, az egyesítés előtti Buda utolsó polgármestere szerződést kötött a Gesellschaft für Bergbahnen in Basel nevű svájci céggel, amely az előbbieken említett két vasutat is építette. A társaság egy fogaskerekű vas-pálya építésére és negyvenéves

üzemeltetésre kapott engedélyt, amit később újabb tizenhárom évvel meghosszabbíthattak – ezt követően vette át a fővárosi közlekedési társasága az üzemeltetést.

A fogaskerekű első szakaszát a Városmajor és a Svábhegy között 1874. július 24-én adták át (a Svábhegy és a Széchenyi-hegy közötti szakasz csak később, 1890-ben készült el). Az átadás 135. évfordulója alkalmából a BKV emléktáblát avatott a városmajori végállomáson, valamint két napig nosztalgiajáratot közlekedtetett: üzembe állították azt a néhány évvel ezelőtt rekonstruált nyitott pótkocsit (képinkön), amelynek eredetije közel száz évig járt a vonalon. A zöld színű, fakasztnis kocsit persze nem gőzmozdonyhoz csatolták, mint régen, hanem egy mai, piros-fehér motorkocsishoz – ám így is rendkívüli élményben lehetett részük mindazoknak, akik jegyet váltottak a különleges nosztalgiamentre.

Az elmúlt 135 évben a veszte-

séges üzemeltetés miatt többször is felvetődött az eredetileg turistavasútnak szánt fogaskerekű megszüntetése, csak 1973-ban vették el végleg ennek gondolatát. A vasút kirándulóidőben – különösen télen, amikor sielni, szánkózni lehet a Normafánál – mindig kellően kihasználta, ám egyéb időszakokban bőven van szabad kapacitása. Annak érdekében, hogy a terület közösségi közlekedéséből jobban ki tudja venni részét a fogas, a hegyvidéki önkormányzat, valamint a Városi és Elővárosi Közlekedési Egyesület már régóta szorgalmazza a fővárosnál, hogy hosszabbítsák meg az útvonalát a Városmajortól a Moszkva térig, illetve a Széchenyi-hegytől a Normafáig. Balogh Zsolt, a BKV műszaki vezérigazgató-helyettese épp a fogaskerekű 135 éves fennállása alkalmából rendezett ünnepségen jelentette be, hogy tervezik a vonal továbbépítését, a meglévő szakaszok felújítását.

z.

## PROGRAMAJÁNLÓ



Ha mozi és nyár, film és este... Akkor augusztus 26-ig



minden szerda este 21.00-kor mozikert a művelődési központ udvarán. Július 1-jén Pofa bel, július 8-án Kapj el, ha tudsz, július 15-én Sommersby, július 22-én A rózsá neve, július 29-én Én, Pán Péter, augusztus 5-én Picasso kalandjai, augusztus 12-én Római vakáció, augusztus 19-én Minden végzet nehéz, augusztus 26-án Szerelmen, háborúban. A belépés díjtalan.

**Drazsé Drámajátszó Stúdió** vasárnaponként 14.00–16.00. Színjátszó-tanfolyam középiskolásoknak. A foglalkozást vezeti: Rudas Attila színész-rendező. Információ: 06/70-252-2737.



**Jóga-stretching** hétfőnként és csütörtökönként 20.00–21.00. Jóga- és táncalpokra épülő, az egész testet átmozgató, egyórás lazító-nyújtó-relaxáló tréning. Információ: 06/30-973-2331.



**Nyári nyitva tartás: július 1–24-ig hétköznapokon 9.00–17.00, illetve programoktól függően.**

**Két keréken!** Kerékpár-történeti kiállítás. Megtekinthető: július 5-ig, telefonon történő egyeztetés alapján (275-13-94).



**Kertbarát Kör** június 30-án 16.00. Évzáró összejövetel.



**Hastáncklub** minden korszaktálynak szombat-ként 10.00–11.30. Részvételi díj: 1800 Ft/alkalom. Nyugdíjasoknak kedvezmény.



**Happy Torna Stúdió.** Prima torna korhatár nélkül. Hétfő 8.00, 9.00, 17.00, 18.00, szerda 8.00, 9.00, 15.00, 16.00, 17.00, kedd, csütörtök 8.00, 9.00, 18.00, 19.00, péntek 8.00, 9.00, 15.00, 16.00, 17.00, szombat 8.00, 9.00. Részvételi díj: 1100 Ft/alkalom, 9600 Ft/24 alkalom. Információ: 275-1555.

**Téry Ödön Turista Baráti Társaság** keddenként 18.00–22.00. Vezető: Mészáros János.

**Ruhavásár – Maci Laci** minden szombaton 9.00–12.00.



**Szaktanácsadás.** Dr. Petrich Judit akupunktúrás orvos. Hétfő 14.00–20.00, csütörtök 8.00–14.00. Bejelentkezés: 06/30-975-4193.

**Felbívás! A Vikingek a nagyvilágban** című kiállításra a Virányosi Közösségi Ház szeptember 30-ig A/4-es vagy A/3-as méretben várja azoknak a fotóit, videofelvételeit, akik észak-európai, izlandi, írországi, nagy-britanniai, normandiai útjaikról, utazásaikról felvételeket készítettek, és ezeket szívesen kiállítanák.



**Mozdulatművészet-tábor** július 6–10-ig 9.00–17.00. Vezető: Pataki Rita mozgalművészet-tanár a művészi tornát kedvelő csoportjai részvételével.



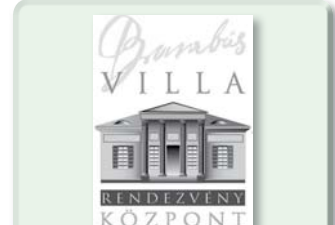
**Rock and roll tánc-tábor** július 20–24-ig 8.30–16.30. A rocky és a modern táncok alapjai sok-sok mozgással, játékkal, 6 éves kortól. Részvételi díj: 17 500 Ft.



**Életünk iskolái – iskoláink élete a Hegyvidéken.** Nyitva tartás: kedd, csütörtök, péntek 10.00–18.00. A kiállítás ingyenesen megtekinthető. Cím: XII., Beethoven utca 1/b.



**Playing Textile** – válogatás a MOME (Moholy-Nagy Művészeti Egyetem) textiltervező szakos diákjainak vizsgamunkáiból. A kiállítás megtekinthető: július 18-ig. Nyitva tartás: kedden, csütörtökön és szombaton 10.00–18.00.



**Józsa Emmi Fraktálvilágok** valamint **Az emberi test rejtőzködő szépségei** című kiállítása. Megtekinthető: június 16.–július 10-ig, hétfőtől péntekig 10.00–18.00.

**Keresztes Dóra** grafikusművész könyvillusztrációinak bemutatója. A kiállítás megtekinthető: augusztus 28-ig. Nyitva tartás: hétfőtől péntekig 10.00–18.00, szombaton 10.00–14.00.

**VÁROSMajori SZABADTÉRI SZÍNPAD** (Városmajori park)  
**Molnár Ferenc: Olympia** – vigjáték a debreceni Csokonai Színház előadásában július 2-án 20.00.

**Vaszary Gábor-Fényes Szabolcs-Szenes Iván: Az ördög nem alszik** – bohózat két részben a Fogy Színház előadásában július 4-én és 12-én 20.00.

**Dr. Kertész György-József Viktor-Bor Viktor-Csík Csaba: Vízpók, Csodapók** – mesemusical egy felvonásban július 5-én 10.30 (Alexander Produkció).

**Tamási Áron: Énekes madár** – székely népi játék a Turay Ida Színház előadásában július 9-én 20.00.

**Anton P. Csehov: Egyfelvonásos komédiák** – a beregszászi Illyés Gyula Nemzeti Színház előadása július 11-én 20.00.

**József Viktor-Csík Csaba-Bor Viktor: Pocahontas** – mesemusical egy felvonásban július 12-én 10.30 (Alexander Produkció).

**Színházjegyek fél áron.** Jól járhat, aki rendszeresen figyeli a www.szabatter.hu honlapot! A szabadtéri előadások iránt érdeklődők itt bukkanhatnak rá a Margitszigeti és Városmajori Szabadtéri Színpad belépőit érintő akcióra, amely az öt megjelölt napon belüli öt előadásra megváltott jegyet ötven százalékos kedvezménnyel kínálja. A weboldalon leadott rendelést a színház huszonegy órán belül visszaigazolja. A belépők a két szabadtéri színház pénztárában vehetők át.

# Kertmozi

## a Svábhegyen

2009. június 18-tól augusztus 27-ig minden csütörtökön 20 órai kezdettel.

Június 18.	Sztracsatella (magyar, 103') R.: Kern András
Június 25.	De kik azok a Lummitzer nővérek? (magyar, 103') R.: Baesó Péter
Július 2.	Küftejek (magyar, 105') R.: Kapitány Iván
Július 9.	S.O.S. szerelem (magyar, 101') R.: Sas Tamás
Július 16.	Európa expressz (magyar, 101') R.: Horváth Csaba
Július 23.	Köristák (francia, 99') R.: Jean Dreville
Július 30.	Amadeus (amerikai, 173') R.: Milos Forman
Augusztus 6.	Kundun - a Dalai Láma élete (amerikai, 134') R.: Martin Scorsese
Augusztus 13.	Lopakodó lelkek (dél-koreai - japán, 90') R.: Kim Ki-Duk
Augusztus 20.	Valmont (amerikai, 137') R.: Milos Forman
Augusztus 27.	Hosszú jegyesség (francia, 134') R.: Jean-Pierre Jeunet

Kedvezőtlen időjárás esetén a vetítés elmarad.  
A műsorváltoztatás jogát fenntartjuk!

**A filmek megtekintése díjtalan!**

Szamos Marcipán Szépkilátás Cukrászda Kertje  
Svábhegy, Szépkilátás út 1.  
Információ: 391 7740  
A kertmozi szervezője a Jókai Klub  
www.jokaiklub.hu

## HEGYVIDÉKI UTCÁK – FELVIDÉKI TELEPÜLÉSEK

## Vöröskő utca

Kerületünk utcánévként 1929 óta őrzi egy felvidéki vár, Vöröskő nevét. A regényes hangulatú várkastély több filmforgatásnak is otthont adott: egyebek közt ott zajlottak a Sárkányszív, illetve a Cinka Panna mesefilm felvételei is.

Vöröskő vára Pozsonytól néhány kilométerre északra fekszik, és a Kis-Kárpátok egyik legszebb várának tartják. Múltja az Árpád-korig nyúlik vissza: a XIII. században III. Béla király lánya – Přemysl Ottokár özvegye –, Konstancia építtette. Más

Dévénytől Trencsénig húzódott. A Fugger kereskedőcsalád itt rakározta borkészletei nagy részét, innen szállította az ország minden részébe az áruját.

Az erődítmény átépítésének befejezése a Pálffyak nevéhez fűződik, akik egészen a második világháborúig a várkastély tulajdonosai és lakói voltak. A Pálffyak a XV. században horvátországi telepésekkel népesítették be a környékét – a vár mellett fekvő Cseszte falut –, ám ez a népesség mára már nincs jelen a település életében. A várban ma is megtekinthető az a hatalmas mőtárgygyűjtemény, amelyet a Pálffyak hagyományoztak az utókorra. A kiállításokon fény-



Vöröskő vára a filmek kedvelt helyszíne

források szerint viszont III. Béla felesége, Mária az építtető.

A 340 méter magas sziklán épült várat folyamatosan bővítették, számos nemesi család birtokolta az évszázadok folyamán; volt, hogy a Fuggerek, a Thurzók, máskor a Pálffyak mondhatták magukat Vöröskő birtokosának. Érdekes, hogy itt született (1664. augusztus 20-án) az a Pálffy János, aki később Magyarország nádora lett.

A XVII. században a török betörések elleni védekezésül, nagy anyagi ráfordítással, a korában legmodernebbnek számító erődítménnyé alakították át. Az eredeti középkori építményből mindössze két kisebb torony maradt meg. A vár egyike volt annak az erődítménynek, amely

vereket, érmeket és festményeket lehet látni, valamint a várkastély teljes berendezése is eredetiben megmaradt.

Turistacsalogató vonzerő, hogy megtekinthető a mesterseges barlangrendszer (Európa egyik legnagyobb pincerendszerének a része), illetve a beépített vízvezeték-hálózat is. A vár kápolnája minden évben búcsújáráshely. Nagyboldogasszony napján a falu templomából a körmenet felmegy az 1649-ben épült várkápolnába.

A hegyvidéki Vöröskő utca a Nárcisz utcát köti össze a Szendrő utcával az Orbánhegyen. Eredetileg rövidebb volt, és csak a Fodor utcáig tartott, de 1934-ben meghosszabbították a vonalát.

B. A.

## Biribics-pörgettyű a léhaság fészkeben

A budai ember mindig szeretett szórakozni, nem vetette meg az élet örömeit. Társakra vágyott, akikkel megbeszélhette a világ folyását, vagy magányra volt szüksége, hogy zavartalanul elmélkedhessen. Mindkét esetben a kávéházakat kereste fel.

A XIX. század folyamán számtalan kávéház várta vendégeit Budán, ahol nemcsak valódi keleti kávét és balkáni dohányt lehetett kapni, hanem biliárdasztal és kártya is szolgált a szórakozni, pihenni vágyókat. Az angol klub is a kávéházak különböző alakult ki.

A vendéglátók mindent elkövettek, hogy a betérők kedvében járjanak. Igyekeztekben odáig mentek, hogy néha egymással versenyezve egyre lejjebb szállították az árakat, olyannyira, hogy nemegyszer hatósági beavatkozásra volt szükség. A városi tanács például egy 1737-ben kelt határozatában az egyik kávéház tulajdonosát arra kötelezi, hogy ne mérje olcsóbban a kávét, mint a két másik vendéglátóhely, mert



Ady Endre kedvenc helye a Délivasút kávéház volt

ezzel magának nem szerez hasznót, és a többieket is tönkreteszi.

## GIOVANNI CONTI ÉS A BIRIBICS

A kávéházakban sokféle szórakozási lehetőség volt, a nagyobbakban filmvetítéseket is tartottak a századfordulón. A XIX. század

között, így a vádakat mindig eljuttették.

## SZÉCHENYI ISTVÁN MEGMÉRGEZÉSE

A fővárosi kávéházakat Európaszerte csodálták. Az előkelő helyeken márvánnyal, illetve óriási tükrökkel borították a falakat. A kávékészletek ezüstből voltak. A legkülönfélébb emberek tértek be azért, hogy a vendégektől egy kis pénzt csikarjanak ki: házalók kínálták árucikkeiket, bűvészek mutatták be trükkjeiket, cigányok hegedűn és cimbalmon játszottak, hárfás lányok énekeltek.

A budai kávéházak nem voltak oly csillogók, mint a pestiek, ezért különféle újításokkal kellett becsalogatni a vendégeket. A már említett Fortuna például elsőként vezette be, hogy előfizet újságokra, amelyeket helyben lehet olvasgatni. Az ötletet hamar

elején azonban a film még nem létezett, ekkoriban szerencsejátékokkal és álarcsbálokkal csábították a vendégeket. Híres játékhegy volt a budai Fortuna kávéház és szálló, amelynek tulajdonosa, Tuschl Sebestyén, az

egykor katonamester nagy kalandor és üzletember hírében állt. Katonaévei alatt jól kikapasztalta, mi kell a népnek.

A kártyajátékok mellett a Fortunában ki lehetett próbálni a rulett ösét, a biribicset, amelyet egy olasz kávé, Giovanni Conti terjesztett el a fővárosban. A biribics-pörgettyűre fogadni lehetett, a lapjaira nem pontokat és számokat, hanem figurákat festettek. A figurákat egy nagy, festett táblán külön is bemutatták, a feltett összeg hatszorosát lehetett nyerni.

Ugyancsak a Fortuna kávéházban volt szokás az a játék, hogy lenge öltözötű lányok körül táncoltak egy urat, aki bekötött szemmel találmra elkapott egyet közülük. Aki erre a táncosnőre fogadott, tizenegyszeres pénzt nyert. A hatóságok gyorsan betiltották ezt a szórakozási formát...

A kártyát is üldözték, Mária Terézia pénzbírságot rendelt megfizetni a pénzben kártyázók számára, azonban ennek nem nagyon volt hatása. Feljelentések esetén senki nem tanús-

átvette a többi vendéglátó is. A hazai sajtón kívül számos európai és tengeren túli lapot is járattak.

Mit fogyasztottak a régi Buda lakói a kávéházakban a kávé és a dohány mellett? Elsősorban teát, vagy ahogy akkor nevez-

## ADY ENDRE ESETE

## A SZÉP KASSZÍRNÓVEL

A budai kávéházakra kerületünkben jó példa az egykori Délivasút, amelyet Donreich Hermanné alapított 1906-ban az Alkotás utca és a Schwartzer Ferenc utca sarkán. Ady Endre egyik kedvenc helye volt Budán, gyakran látogatott ide. A tulajdonosnő egy interjúban kedves emberként emlékezett vissza a költőre, aki azonban gyakran annyira leitta magát, hogy úgy kellett kitémogtatni.

Ady egyébként egy csinos hölgy miatt kezdett lejárni a Délivasútba. Az egyik nyári éjszakán egy barátjával betért a kávéházba, és megpillantotta az éjjeli kasszírnököt. A barát odament Donreichnéhez, és megkérte, engedje el a csinos alkalmazottját, hiszen az úr, aki a bejáratnál áll, szeretne megismerkedni vele, és ő nem más, mint Ady Endre. A tulajdonosnő erre azt válaszolta, hogy még Ferenc József kedvéért sem engedné el a hölgyet, mert akkor előbb-utóbb mindenki otthagyná. Ady és a barátja erre dühösen elvonultak, és megígérték, hogy soha többé be nem teszik a lábukat a kávéházba. Két óra múlva mégis visszatértek, és udvariasan kívárták a reggel hat óráig, amikor a kasszírnököt munkaidéje lejárt. Ezt követően Ady rendszeres látogatója lett a Délivasútnak.

## Házi rétes és gombostű

## Múzeumok Éjszakája a kerületben

Az esős idő ellenére nagy érdeklődés kísérte a Hegyvidéki Helytörténeti Gyűjtemény Múzeumok Éjszakájára szervezett programját. Az eseményre még vidékről is jöttek vendégek.

Olyan programokon részt venni, amelyeken nem lenne mód az év többi napján – az idén is sokakat vonzott ez a lehetőség. Így hát sokan el is látogattak a Beethoven utcai Hegyvidéki Helytörténeti Gyűjteménybe, hogy részesei legyenek a Múzeumok Éjszakája alkalmából rendezett eseményeknek. Voltak, aki már a hat órai nyitás előtt

„bekéredzkedtek” az épületbe kitölteni az iskolatörténeti kiállításához kapcsolódó kvízt annak reményében, hogy helytörténeti kiadványt nyerhetnek.

A korán távozók azonban lemaradtak a hegyvidéki recept alapján készített szarvaspörkölről, amelyet nyitás után mindenki megkóstolhatott. Összesen közel háromszázan fordultak meg a gyűjteményben június 20-án éjszaka, így nem meglepő, hogy a finom, bográcsban főtt étel már tíz óra körül elfogyott. Az ezután érkezőket házi készítésű rétesekkel fogadták a szervezők.

Nagy sikere volt a speciális helyi „találmányoknak” is. Aho-

gyan tavaly, ezúttal is archív hatású képeslapot lehetett ingyenesen feladni, s így köszönteni a barátokat, családtagokat. A gyűjteménybe betérő kerületi lakosok mind egy-egy gombostűt szúrhattak bele a falon elhelyezett Hegyvidék-térképbe, így láthatóvá vált, milyen sok helyről gyűltek össze erre az éjszakára. A térkép a jövőben is kint marad a falon, és a látogatók a továbbiakban is bejelölhetik rajta lakhelyüket.

A fiatal korosztály szórakozásáról kézműves-foglalkozás gondoskodott, amelynek keretében – szintén az iskolatörténeti kiállításához kapcsolódva – saját fűzetet, jegyzetmőbt készíthettek maguknak a kicsik. A felnőttek jókedvét Hajós Laura és jazz-zenekeara biztosította.

Amint a helytörténeti gyűjtemény munkatársai elmondták, kellemes meglepetés volt a számukra, hogy nemcsak a XII. kerületből, hanem a főváros minden részéből, sőt még vidékről is ellátogattak a programokra. A kezdeményezés sikerét jelzi, hogy a kellemes hangulatú, fáklafényes rendezvényre még éjjel fél 2-kor is érkeztek.

B. A.



A programok egy része az iskolatörténeti kiállításához kapcsolódott



A biliárd már akkor kedvelt játék volt

ték: thé-italt. A másik kedvenc a csokoládé volt, a kakaót azonban nem tejjel, hanem vízzel keverték. A tejjel való kakaókészítés szokása Angliából származik, az oda utazó Széchenyi István arról számolt be, hogy a pincér egymás után kétszer is megkísérelte megmérgezni tejes kakaóval, ahelyett, hogy vízzel szolgált volna fel. Fagyalt is kapható volt már a kávéházakban, népszerűsítéséhez nagyban hozzájárult Fischer Péter, aki 1840-ben Pesten megnyitotta a főváros első kioszkját.

A kávéházaknak a második világháborút követően alkonyult be, amikor az eszpresszók és italboltok építését, működtetését támogatta az állam. Heltai Jenő 1949-ben így vélekedett erről: „A régi kávéház világa nem tér vissza többé. Elmúlását kevesen siratják. Életében is sok volt az ellensége. Sokan szidták, kártyakonyrak, az ellustulás és léhaság fészkeinek bélyegezték. De legyünk igazságosak, a kávéház viharos kétszáz évének nemcsak bűnei, de érdemei is vannak.”

Balázs Attila

# Csend a lelke mindennek

Az idén rangos szakmai díjjal kitüntetett Peter Zumthor építész házai mindig tartják az emberi léptéket

A Moholy-Nagy Művészeti Egyetem vendége volt Peter Zumthor építész, akit Nagy Tamás tanszékvezető előterjesztésére az egyetem szenátusa címzetes egyetemi tanárává avatott. A szakember az idén vehette át az építészek leg-rangosabb elismerését, a Pritzker-díjat és a vele járó 100 ezer dollárt. Előadására a zugligeti intézmény auditoriuma és a folyosók is megteltek. Akik hallottuk, bizonyosan sokáig emlékezünk majd tiszta gondolkodásmódjára, természetességére.

A magyar építészek véleménye erősen megoszlik arról, vajon jól tenne-e nekünk, ha a nemzetközi szakma élvonala gyakrabban fordulna meg nálunk. Sokan gondolják, hogy frissítően hatna, gátlásainktól, megrögzült ideáinktól segítene megszabadulni,

tól. A Kínában vagy Dubaiban tapasztalható építészeti burjánzást látva ódzkodnak: egy-egy kerület milyenségét, építészeti identitását, helyi sajátosságainkat féltik a hangsúlyosan egyedi beavatkozásoktól.

A Svájcban élő, 65 éves Peter Zumthor építészetével kapcsolatban azonban senkinek sem lehetnek hasonló aggályai: bár vitathatatlan, hogy a szakma legszűkebb élvonalához tartozik, mégis, mind házai, mind személyisége mentesek mindennemű sztáralúrtól. Azon kevesek közé tartozik, akiknek sem a tisztánlátását, sem az értékszemléletét, de még az életmódját sem kezdte ki a siker és az ezzel járó hatalom.

Továbbra is egy kis svájci falucskában, Haldensteinben él és dolgozik. Egy fiatalokból verbuválódott kis tervezői csapat vezetőjeként manapság is maga készíti a rajzait építészeti elképzeléséhez. Mivel egy-egy tervvel akár öt-tíz évig is elbábelődik,

Zumthor már többször járt Magyarországon. Ahogyan ő fogalmazott, számára izgalmasabb Európának ebben a régiójában emberekkel beszélgetni, mint mondjuk a Harvardon előadást tartani. A magyar vendéglátók kedvességét különösen nagyra tartotta, de azért fontosnak gondolta megemlíteni, hogy úgy érzi, nem könnyű manapság mifélnék az élet: „Még meg kell tanítsák a kapitalistáikat szociálisan érzékenynek lenni. Különböző az egész nem szól másról, csak a munkáról, pontosabban arról, hogy pénzt keressünk. Ez nincs jól így.”

Peter Zumthor gondolkodására talán az a legjellemzőbb, hogy házai mindig tartják az emberi léptéket. A magyar építészek számára talán azért is olyan vonzó a szemlélete, mert különös fontosságot tulajdonít a helynek, amely komplex értelemben gyűjt egybe történeti, geológiai, kulturális és



Peter Zumthor

A kápolna szentelése után nem sokkal Pazar Béla és Ferka András invitálására Zumthor Magyarországon járt, munkáiból kiállítás is nyílt. Mint arról több helyen is megemlékezett, Budapest gazdag fürdőkultúrája, így törökfürdőink fontos élményként szolgáltak a valsi termálfürdő tervezésekor. Az átadás óta ez a svájci falucska építészeti záradékhelyé vált, az új fürdő ugyanis nem a korábbi évtizedek építészeti hagyományait folytatja, hanem ennél lényegibb módon kötődik a környezethez: a táj topográfiáját, a hatalmas sziklákat, a természet látványos erejét tekinti mintának. Ennek megfelelően hatalmas kő felületével áttört falként áll a domboldalban; a különböző medencékből a vágott nyílásokon át pazar látványban van része a fürdőzőknek.

Az ausztriai Bregenz belvárosában 1997-ben adták át a kortárs művészeti múzeumot, amely tiszta matt üveg homlokzatának köszönhetően nappal légiessé válik, sötétedés után világító dobozként van jelen. A ház felülete visszatükrözi környezetét, a felhővonalások vagy a közeli tó fényét, színét. A belső térben a nyersbeton falak és az üveg egészen tiszta, nyugodt tereket eredményeznek. Ezek neutrális, mégis érzéki háttérrel adnak, hogy semmi se vonhassa el a figyelmet a kiállított műalkotásokról. Ez nagyon fontos abban az időszakban, amikor egyre-másra szaporodnak a világban az olyan kortárs múzeumok, ahol maga az építészeti mű válik a legfontosabb attrakciójává.

Kiemelkedő figyelmet érdemel a kölni érseki gyűjteményt befogadó Kolumba Múzeum, amely a második világháborúban lebombázott templom romjain épült újjá. Érdekessége, hogy belsejében megtalálható Gottfried Böhm 50-es években

épült kápolnája, amely az elmúlt évtizedekben kultikus helyé vált. Zumthor ehhez a tervhez téglát is tervezett, amelyet az épület egyes részein sajátos rakásrendben, áttört, „pulóverkötést imitálóan” rakatott fel. Egyedi téglahasználatának köszönhetően ez a múzeum nyerte el 2008-ban a Wienerberger cég által alapított Brick-díjat. (Ezt a rangos európai kitüntetést 2006-ban a Cságyoly Ferenc és Keller Ferenc által tervezett, pécsi Porta Barbakán kapta.)

nyíláson át, felfelé szűkülő sötét térbe lépünk, amelyet hatalmas, sátorformába rakott, majd kiégett és kiemelt fa rönkök alakítottak ki. Az épület tetején lévő nyíláson át látszik az ég, és beesik az eső. „Tűz, föld, víz – ez a hely számomra a legelemtárisabb dolgokról szól” – mondta Zumthor a Moholy-Nagy Művészeti Egyetemen (MOME) tartott előadásában.

A meghívott híresség kedves közvetlenségével fogadott mindenkit,



A Bruder Klaus-kápolna különleges, nyitott teteje

sőt rigid szabályozásunk újragondolásán is nagyot lendíthetne, ha az építészeti megkérdőjelezhetetlen magasságából érkezne közénk alkotó. Mások viszolyognak a mai nemzetközi sztárkultusz-

érték nagy szigorúan válogat a feladatok között; családi házak és középületek, kisebb és nagyobb projektek, hazai és külföldi felkérések párhuzamosan vannak jelen életművében.

egyéb emberi emlékeket. Mindezek érzékeltetésére azonban nem a nálunk oly gyakran alkalmazott, mesélő, tehát narratív megoldásokat választja. Házaival tehát nem akar elmondani történetet, közvetíteni konkrét vagy szimbolikus üzeneteket.

Ennél sokkal titokzatosabban, sokkal csöndesebben, és ami talán még pontosabb megfogalmazás, az építészeti saját nyelve által kifejezve közöl valamit egy-egy hely minőségéről. Életművét így értékelte a mostani díjat odaítélő grémium elnöke, Lord Palumbo: „Zumthornak fantasztikus képessége van arra, hogy ne csak házakat, hanem annál sokkal többet, helyeket tervezzen. Építészeti és a hely elsődlegessége, a lokális kultúra érvényessége és az építészettörténelemből leszármazott tanulságok előtt tiszteleg.”

Fontosabb munkái közül néhány épületet most azzal a szándékkal mutatunk be, hogy talán lesz, aki meglátogat egyet-egyet európai utazásai alkalmával. Annyi mindenesetre bizonyos, hogy a képek és a rövid leírások csak halovány illusztrációi annak a gazdag téri élménynek, amely egy jól sikerült épület látogatása közben átélhető.

Első nemzetközi publicitást kapott háza, az 1989-ben Sumvitgben (Svájc) átadott Saint Benedict Chapel, azaz Szent Benedek-kápolna az Alpok építészeti jellemzőin fából készült. Formáját falevéhez, szemhez is hasonlították, de Zumthor a szimbolikus jelentéseknek általában nem tulajdonít fontosságot. Ő azt mondja, hogy inkább az egyházhoz kapcsolódó fogalmak, így egyebek közt a biztonság, a méltóság és a nyugalom megteremtése volt a célja, olyan teret akart létrehozni, ahol gondolkodni, meditálni lehet.

## MOME-s ruhák és textilek



súlyozta, hogy a Hegyvidék Galéria és a Moholy-Nagy egyetem immár tíz éve szoros együttműködésben segíti egymást a művészet iránt érdeklődő közönség legnagyobb öröme. Lovas Pál kiemelte, milyen fontos küldetést viszik végbe az egyetem az oktatómunkájával a mai időkben, amikor egyre több ember válik érdeklőné a művészetek iránt. A Moholy-Nagy egye-

számos érdekes és egyedi ruhakoncepciót, valamint különleges textilmunkákat is láthatnak az érdeklődők a Moholy-Nagy Művészeti Egyetem hallgatóinak kiállításán a Hegyvidék Galériában. A többségében a negyedéves diákok alkotásaiból válogató tárlat kurátora az egyetem oktatója, Pauli Anna volt.

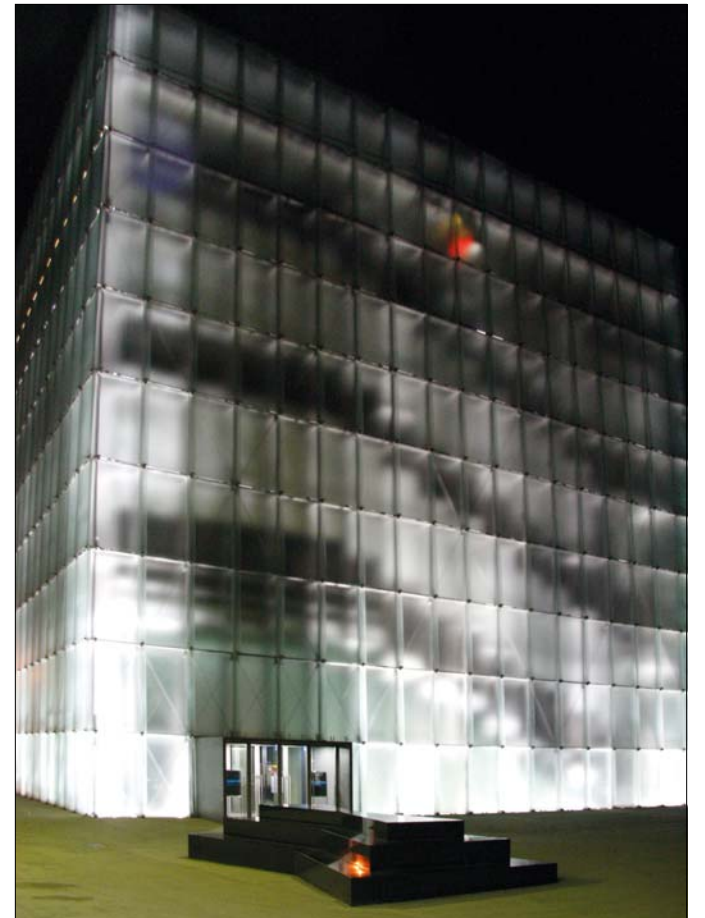
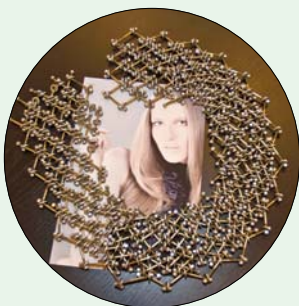
A megnyitón Lovas Pál alpolgármester és Szentpéteri Márton tanszékvezető is hang-



temen tanulók és az onnan kikerülő hallgatók viszont munkájukkal hozzájárulnak a magyar kultúra megőrzéséhez és annak továbbéléséhez.

B. A.

■ A kiállítás július 18-ig tekinthető meg kedden, csütörtökön 10–18, pénteken 10–17 óráig a Hegyvidék Galéria Városmajor utca 16. alatti kiállítótermeiben.



A bregenzi múzeum „világító doboza”

A szakrális építészeti iránt érdeklődők számára különösen érdekes a 2007-ben elkészült



A Bruder Klaus-kápolna kívülről szigorú betontömbnek látszik

amikor azonban a véleményét kérdezték, mindenféle udvariaskodás nélkül, tüéles pontossággal tér a lényegre. Épületeinek kisé szigorú, szűkszavú, poétikus megjelenéséhez képest azonban kedves meglepetés volt azt tapasztalni, hogy személyes megnyilvánulásai lendületesek, érzelmekkel és humorral telítettek voltak.

A magyar építészek generációjától függetlenül nagy lelkesedéssel figyelték az elmúlt évek házaait és a most alakuló terveket a MOME auditoriumában. Bepillantást kaphattunk egy olyan értékszemléletbe, amely mentes a fölösleges magyarázatoktól, utalásoktól és idézgetésektől, mentes az előítéletektől, a sztereotípiáktól, a divaktól, illetve a magamutogatástól, a bizonyítástól és a komplexusoktól is. Zumthor alkotói szemléletét örökös értékek uralják, talán ezért érezhetjük úgy, hogy házai megnyugtató módon időtlenek.

Somogyi Krisztina



# Ez itt a reklám helye!

Az év reklámügynökségének választották a ZebraFest kampány egyik megálmodóját

Szeretjük, nem szeretjük, reklámmal kelünk reggel, reklámmal térünk esti nyugovóra. Lépten-nyomon beleszól az életünkbe, rábeszél, elad, irányít, figyelmeztet, tilt, óv, életet ment. Éppen úgy hozzátartozik modern létünkhez, mint hordozófelületei, a plakát, az újság, a magazin, a rádió, a televízió, az internet – vagyis az információ forrásainak. A reklámok éppúgy lehetnek szerethető, mint bosszantóak. A hegyvidéki önkormányzat kezdeményezésére, három kerületi reklámügynökség (ACG, Y&R, WELL) összefogásával megszületett és átütő sikert aratott ZebraFest program feltételül az előbbieket közé tartozik. Lapunk felkereste az ötletet adó és a kampány lebonyolításában is részt vevő egyik ügynökséget, amely időközben elnyerte az „Év reklámügynöksége” címet.

korlátaira terelődik. Egyre több a szabály, egyre kisebb a mozgáster. Blaskó Nikolett elmondja, mindezen nincs idejük aggódni. A szakmájuk az egyik legdinamikusabban változó üzletág.

Az első lecke, amit megtanulok, hogy a „reklámügynökség” kifejezést csupán a közérthetőség miatt használják, a nagyközönség részére. Az ACG valójában egy professzionális, márkaépítésre szakosodott, integrált kommunikációs ügynökség. Ügyfelei arculati megjelenésétől a márkák bevezetésén és népszerűsítésén át rengeteg feladatot látnak el. A reklámok kitalálására összeállt kreatív ügynökség mellett fotósok és filmek elkészítését végző filmgyártó céget, valamint internetes megoldásokra szakosodott webstúdiót is működtetnek székházukban.

Megkérem Nikolettet, magyarázza el a különbséget a reklám és a hirdetés között.

– A kommunikációs szakma egyik ága a reklám. Tulajdonképpen minden reklámmege-

A feladat nagyságától függően egytől három hétig tart, mire megszületik a „központi gondolat”, vagyis a koncepció, amelyben letisztulnak és találkoznak a vizuális és stratégiai képek. Az ügynökség elkészíti a javasolt kommunikáció néhány változatát, és átadja az ügyfélnek mérlegelésre, aki jó esetben kiválaszt egyet, rossz esetben mindegyikből tetszik neki valami, s azokat kívánja összedolgoztatni.

Ekkor indul be a kampány kivitelezése és a gyártás előkészítése, a fotózás, forgatás, a kommunikációs csatornák kiválasztása. A végeredmény maga a reklám, amelyben általában szerepel egy karakteres fősr, szlogen, a termékkel kapcsolatos üzenet és a hozzá illő vizuális élmény.

– A legnehezebb feladat megtalálni a karaktert és/vagy azt az egyetlen mondatot, esetleg kifejezést, amelyre a potenciális vásárló képes visszaemlékezni – mondja Nikolett. – Az ötletgazda kezét rengeteg morális, üzletplaci, jogi és egyéb szabály köti meg.

Számára ez természetesnek tűnt, hiszen édesapja akkoriban a MEDICOR vezérigazgatója volt. A serdülő kislányt csupán a lovak tudták levenni a lábáról. Három is volt neki akkoriban, amikor még úgy gondolta, hivatásos díjugrató versenyző lesz.

A sors azonban (melynek irányító szerepébe vetett hite feltétlenül) más irányba terelte lépteit: 1993-ban sikerrel vizsgázott Cambridge Business College üzleti fakultásán, öt évvel később itthon megszerezte közgazdász diplomáját a Vendéglátóipari és Idegenforgalmi Főiskola kereskedelmi szakán – évfolyamelsőként, nívó- és közársági ösztöndíjjakkal jutalmazva. Gyakornokként került az Omker Rt.-hez, és néhány hónap múlva már átvette a marketingigazgatói posztot. Alig több mint két évvel később már a DEER egészségügyi holding kommunikációs vezérigazgató-helyettese.

Huszonhét évesen grafikus barátjával megalapította első reklámügynökségét, az Appalossa Communication Group-ot, ahol az indulást követően már nagy nemzetközi ügyfelekkel dolgoztak együtt.

– A szakmában sok mindent meg lehet tanulni, de egyet nem: a meggyőzőképességet – magyarázza Nikolett. – Hiába kitűnő elméleti szakember valaki; ha nem tudja az elgondoláit keresztülvinni, elveszett ember.

Grafikus társával aztán 2004-ben szakmai nézeteltérések miatt elváltak útjaik, Blaskó Nikolett pedig, megtartva a jól bevezetett ACG rövidítést, legjobb szakembereivel és hűséges ügyfeleivel új alapokon, nagyszabású tervekkel belekezdett jelenlegi ügynöksége felépítésébe. Két új tulajdonostárs segítette: Tausz Ádám, az Antik Interiour társalapítója és az Allison&TheWizz reklámügynökség korábbi tulajdonos ügyvezetője, ügynökségéből kiválva, stratégiai igazgatóként csatlakozott Nikolett-hez, Mentés Endre producer pedig Hey! reklámügynökségével együtt erősítette tovább a csapatot. Így jött létre az ACG.HEY reklámügynökség, és a sikeresorozat folytatódott, az első évben már félmilliárdos forgalmat bonyolítottak le, amit 2007 végére milliárd fölé tornáztak. Mostanra pedig már számos



Blaskó Nikolett és Schell Judit színművésznő a ZebraFest díjátadóján

nagynevű céget tudhatnak az ügyfeleik között.

## NYUSZÓMUSZÓ ÉS TÁRSAI

A nagyközönség köreiben legismertebb alkotásuk az FHB Nyuszómuszó-reklám filmsorozat, a komikus színész Magyar Attila főszereplésével, a híres rendező Goda Krisztina rendezésében. E munka bevalótan az ügyvezető igazgató „szíve csücske”. A tenderkiírásnak az ACG volt az egyetlen magyar meghívottja. Az ügynökségek sokkörös prezentációs szűrőköntösök árát, míg végül ketten maradtak, fejenként egyetlen koncepció bemutatásának lehetőségével. Nikolettnek sietés közben jutott eszébe a kulcskifejezés: a lakáshitelek szakértője! Megnyerték a tendert, amivel végleg a függöny elé kerültek a reklámszakma színpadán.

Meglehet, 2009 lesz öt éves fennállásuk eddigi legsikeresebb éve. A már említett díj mellett fogyasztóemberek integrációjával foglalkozó filmjeik kapták az Európai Reklámszövetség EACA CARE nagydíját Brüsszelben, az Európai Parlamentben tartott díjkiosztó gálán, s ugyanezért itthon nekik ítélték a Hipnózis

Reklámverseny kategória-fődíját. Hat ügynökség közül ők nyerték el a Médiaunió országos tudatformáló kampányára kiírt tendert is, majd elkészítették a rendkívül népszerű „Nincs de! Az egészségged rajtad is múlik!” kampányországot, amellyel szintén díjat nyertek.

Az ACG aktívan kiveszi részét a társadalmi felelősségvállalásból is. Ingyenes marketingstratégiai munkával és kommunikációs kampánnyal támogatják a Veszprémi Állatkertet, illetve a Bátor-tábort, amely súlyosan beteg gyerekeknek segít.

Nikolették XII. kerületi reklámügynökségként a helyi problémákra is érzékenyek. A kerületben egyre gyakrabban előforduló, esetenként halálos végkimenetelű gyalogosbalesetek mélyen megérintették őket is, így gondolkodás nélkül mondták igent, amikor az önkormányzat a szakmai segítségüket kérte az ügyben. A kommunikációs kihívás a helyi közlekedési morál javítása volt, felhívva az autósok figyelmét a kerület zebraíraira és az előttük történő lassításra.

A feladat megoldását az ACG a szintén kerületi székhelyű Young&Rubicam, illetve Well ügynökséggel összefogva teljesen ingyen vállalta el. Ennek eredményeként jött létre az egész kerületre kiterjedő, komplex kommunikációs kampány, a ZebraFest, amely sikerének köszönhetően lokális volta ellenére jelentősen túlnyúlta a kerület határait, és az egész ország figyelmét felkellette. A kampány eredményességén és népszerűségén felbuzdulva mostanra számos budapesti kerület, több nagyváros és kistérségi terület mellett még Szlovákiából és Németországból is jelentkeztek az önkormányzatnál, hogy szívesen átvették a komplett programot.

## AKRIL ÉS JÁRÓKA

Blaskó Nikolett számára élete talán legnagyobb kihívása még hátravan. Szívsebésznek készülő férjével negyedik éve él boldog házasságban, és már a gyermekvállalást tervezgetik. Nikolettől szakmai körökben ismert, hogy szenvedélyes festő. Nonfiguratív akrilképei számos filmben és kreatív alkotásban szerepeltek háttérként.

– Mostanában nem nagyon jut idő a hobbihoz – mondja, majd mosolyogva hozzáteszi: – ám egy bébi mellett minden elképzelhető...

Somogyvári D. György



Nikolett és az ACG kreatív igazgatója, Tihanyi Péter a ZebraFest kampány igazgatója

Blaskó Nikolett, az ACG.HEY (a nevet júniusban ACG-re rövidítették) alapító tulajdonosa és ügyvezető igazgatója ragaszkodik a többes számhoz.

– Meglehet, én vagyok a cég arca, de hangsúlyozni szeretném, hogy szakmai sikereink titka a csapatunk! Egy nagy család vagyunk, ahol a kifejezés legnehezebb értelmében érvényesül az „egy mindenkiért, mindenki egyért” munkaeelv – mondja. Miután a látogató belép a Szent Orbán tér közelében lévő Istenhegyi úti villába, azonnal megérzi, hogy a termekben nem az irodaházakra oly jellemző falanszter hangulat uralkodik. A cég munkatársainak többsége feltűnően fiatal, külsejükben csipetnyi bohémussággal, ami a szakmához nemcsak hogy illik, de már-már kötelező...

## REKLÁM VAGY HIRDETÉS?

Egy süppedős fotelban az elfoglalt tulajdonosra várok, fejemben a felkészülés során felöltött kérdések kavargognak. Mit jelent sikeres üzletasszonyként a piacesztán állni? A Haszon magazin női kiadásának címlapjára kerülni? Öt év alatt egy céget a reklámpar elítjéi közé emelni? Negyven egymástól merőben különböző jellemű, szakmai tudására büszke, többnyire művészművész főnökének lenni?

Mégis, amikor leülünk egymással szemben a modern igazgatói irodában, a szó rögtön a kommunikációs szakma

lenés hirdetés is. A reklám annyival több a hirdetésnél, hogy nem csupán információkat ad át, hanem hangulatot, életérzést, úgynevezett márkaélményt teremt. Hirdetés az is, ha valaki aranyos vizslakölyköket szeretne eladni egy fa kérgére tűzött papíron, de ez még távol van a reklámtól.

## A BOSZORKÁNYKONYHA

Második lecke: miképpen születik egy reklám?

Az ügyfél az úgynevezett briefben adja meg a kereteket, leírja, miféle termékről van szó, melyik piacon szerepel, milyen célcsoportot szeretne meghódítani, mire szeretne összpontosítani (például új termék bevezetése, márkakép tudatosítása, árakció meghirdetése stb.), milyen igényei vannak a reklámcéggel kapcsolatban, mely kommunikációs csatornákon kíván megjelenni, és mekkora költségvetéssel rendelkezik. Az ügynökség kijelöl egy belső munkatársat, aki amellel, hogy az ügyféllel tartja a kapcsolatot, összeállítja a munkacsoportot, menedzseli a munkafolyamatot. Házon belül megszületik a kreatív brief, amely a kreatív csapatot hivatott tájékoztatni, valamint inspirálni a feladataira. Ezt követően grafikusok és szövegírók dolgoznak meghatározott ütemterv szerint. Ők önállóan és közösen is úgynevezett ötletroham (brainstorming) keretében találják ki reklámötleteiket.

## AZ „ÉV REKLÁMÜGYNÖKSÉGE”

A siker receptje? Talán az a kerek mondat, amely az ACG vadonatúj honlapját vezeti fel: „Raktározd el, amit láttál, jegyezd meg, amit hallottál, hívd elő, amikor senki nem gondolná, kapcsolód össze azzal, amit mindenki tud, és máris olyat tétél, amit rajtad kívül senki más.”

– Mégis magyar tulajdonú reklámügynökségként kiemelkedni és sikeressé válni nemzetközi háttér nélkül, egy ilyen túlsúlyos kommunikációs piacon, nem könnyű – hangzik az ügyvezető vallomása. – A legringsabb hazai reklámversenyen, az Arany Pengén a megtisztelő „Év reklámügynöksége” díjat tíz évvel ezelőtt hazai ügynökségként sikerült elnyerniük. Hogy mi volt e siker titka? Egyrészt a minden ízében profi, összekovácsolt csapatunk. Az ACG-nél szinte nincs fluktuáció, csupán anyai örömök vagy külföldi ösztöndíjak „ragadnak el” kollégákat. Évek óta együtt vagyunk, szeretjük, megbecsüljük és motiváljuk egymást. Nem vállaltunk el olyan munkát, amelynek színvonalát nem érezzük biztosítottaknak, és olyat sem, amellyel szakmaiságunk kikezdehető lenne.

Vagyis nem adják alább és ez a hozzáállás hosszú távon megtérül. Blaskó Nikolett elárulja: nem ismeri azt a szót, hogy „feladni”. Ötéves volt, amikor rokonok arról faggatták, mi akar lenni. Igazgató! – hangzott a válasz.



Blaskó Nikolett (jobbra) Brüsszelben is első díjat vehetett át

## Valósággá vált történelem

Hegyvidéki diák a német külügyminisztérium pályázatának kategóriagyőztese

A német nagykövetség ezt a filmet is felhasználja, hogy bemutassa a húsz évvel ezelőtti eseményeket – mondta Dorothee Janetzke-Wenzel az „1989 – nyomok Magyarországon” pályázat kategóriagyőztes filmjéről, Lakatos Carmen kétperces alkotásáról a pénteki díjátadón. A nagykövet a díjazottak méltatása során elmondta: „a pályázaton részt vett diákok már jobban megértik, mint kortársaik, hogy Németország miért mond köszönetet Magyarországnak az 1989-es határnyitásért és a menekültek befogadásáért”.



Lakatos Carmen (balra) mindig érdekelte a magyar és a német nép történelmének kapcsolódása (mellette Górné Szilvia)

A vasfüggöny lebontására, a határnyitásra és a kettéosztott Németország újraegyesítésének huszadik évfordulójára emlékező ünnepsorozat egyik jeles eseménye volt a június 26-i díjátadás a Deák téren. Az emlékvé alakalmából meghirdetett „1989 – nyomok Magyarországon” című pályázaton az „Iskolák: a jövő partnerei” kezdeményezés résztvevői, azaz a magyarországi PASCH-iskolák diákjai vehettek részt esszé, kép és film kategóriában.

A Tamási Áron Nemzetiségi Gimnázium 12. A osztályos

tanulója Lakatos Carmen, aki történelemtanára, Górné Szilvia ösztönzésére jelentkezett a pályázatra. Nem volt könnyű a kezdés – emlékezett vissza Carmen az anyaggyűjtés első fázisaira –, mert a helytörténeti gyűjteményekben alig talált valami használható. Aztán egy véletlen folytán – és az iskola egyik tanára, Varga Zsolt révén – találkozhatott egy olyan családdal, amely annak idején tevékeny részt vállalt a menekültek befogadásában és segítésében. A családtagok visszaemlékezései, a Máltai Szeretetszolgálat munkatársának

tájékoztatója és a sajtófotó-kiállítás képei révén végül teljessé vált az az anyag, amely bemutatja az 1989-es eseményeket.

– Amikor a sajtófotó-kiállítás képein felfedeztem azt a családot, amelyik mesélt nekem az emlékeiről, nagyon furcsa érzés fogott el. A jelenben megismert emberek, akiket a húszéves fényképeken látam, valóságossá tettek számomra a történetet – mondta Carmen, hozzátéve: – amikor történelemórán megnéztünk egy dokumentumfilmet a határnyitásról, már minden ismerős volt, és azt éreztem, ez az én saját témám.

– Negyedik osztályos gimnáziumi tananyag az 1989-es határnyitás – mondta Górné Szilvia –, ugyanolyan történelmi anyagként kell tanítanunk, mint a római birodalmat.

A húsz évvel ezelőtti események idején a tanárnő is még csak kisiskolás volt, így személyes élményekkel nem segíthette tanítványai munkáját, de támogatta mindenben, hogy minél teljesebb képet alkothasson.

– Nekem is élmény volt bizonyítani látni, amit addig is tudtam, hogy a XII. kerület kiemelt szerepet vállalt a menekültek megsegítésében. Örülök, hogy Carmen kétperces kisfilmje is hozzájárult ehhez – emelte ki a tanítványaira büszke tanárnő. Hangsúlyozta, hogy Carmen fődíja mellett két másik diákja elismerése is nagy örömet szerzett neki: a 10. osztályos díjazott, Für Sebestyén pályamunkája azt mutatja be, hogy a magyarországi fiatal generáció hogyan éli meg a szabadságot, az egyesült Európát, a 11. osztályos Purger Zsófi pedig az 1989-ről szóló internetes honlapjával vívott ki elismerést.

– Nagyon jó, hogy a gyerekek átélhetik azt, hogy Németország köszönetet mond Magyarországnak a szabaddá vált Európáért – összegezte élményeit a tanárnő.

Antal Ildikó

## Csillagszeműek a budai Várban

A Prima Primissima díjas Csillagszemű táncgyűttes a nyári turisztaszézonban heti három alkalommal, pénteken, szombaton és vasárnap a budavári Szent György téren lép fel. Az előadások különlegessége, hogy színvonalas látványelemekkel ötvözik majd a tradicionális nemzeti táncokat.

A felmérések szerint minden Budapestre látogató vendég legalább egyszer ellátogat az építészeti és történelmi

egyedülálló budai várnegyedbe, ezért mindent meg kell tenni, hogy kellőképpen vonzó legyen a hely a turisták számára – mondta az eseményt beharangozó sajtótájékoztatón Fekete László, a BTH Budapesti Turisztikai Szolgáltató Kht. ügyvezetője. Ezt segítendő, egész nyáron péntektől vasárnapig este hat órától a Csillagszemű táncgyűttes vendégszerepel az I. kerületben. A vállalkozás „kockázatmentes”, hiszen a magyar nyelvterület legszebb táncait bemutató, eredeti népviseletben fellépő fiatalok sikert sikerre halmoznak, produkcióikkal bejárták már Ázsiától Afrikán ke-

resztül Észak- és Dél-Amerikáig az egész világot.

Az előadások helyszínénél a Szent György tér nyugati oldalán, a Sándor-palotával szemben felállított háromszáz fős szabadtéri színpad szolgál, amelyen alkalmanként húsz pár táncos ropja majd. A műsorban gyerekek is szerepet kapnak, akik között a legfiatalabb alig hétéves – árulta el Tímár Böske, a táncgyűttes művészeti vezetője. A „csillagszeműek” számára a vári programok korántsem ismeretlenek: az elmúlt négy évben Köllő Miklós rendezésében a Sakk-Matt Vár című történelmi show szórakoztatta a

közönséget, amelyben világhírű játékosok – köztük Napóleon, Einstein vagy Benyovszky Móric – lejegyztet mérközéseit mutatták be a színes sakkfiguráknak öltözött gyerekek. Táncprogrammal azonban most először lépnek fel a Budavári Szabadtéri Színpadon, ahol a legszebb magyar táncokból összeállított látványos műsorral várják az érdeklődőket. A tervek szerint már a bemutatók előtt felcsendül magyar népzene a színpadon, miközben a népviseletbe öltözött „csillagszeműek” a Vár több pontján népszerűsítik az előadást.

mm.

## Történetek az Angolkisasszonyokról

Az egykori tanítványok visszaemlékezéseiből állt össze az a kiadvány, amelyet nemrég mutattak be a háború előtt az Angolkisasszonyok Zugligeti Intézetének is otthont adó Szent Család-plébániában. A Hegyvidék gyöngyszemei sorozat legújabb kötete folytatása annak a könyvnek, amelyet a diákok tanára, az idén kilencvenkilencedik születésnapját ünneplő Mater Delacasse Jeszenkovits Teréz írt a női szerzetesrend történetéről.

Azt a múltat őrzi, amellyel értelmezni tudjuk a jelent, és építeni a jövőt – méltatta az új kiadványt Knáb Judit, az Angolkisasszonyok magyarországi tartományfőnöke. Valamennyi lejegyzett és megjelentetett történet azt bizonyítja, hogy a diákok szép napokat töltöttek el az Angolkisasszonyok Zugligeti Intézetében. Példa kell legyen ez minden pedagógus számára, hogy a volt diákok évtizedekkel később is ilyen meleg szívvel gondolnak vissza alma materükre.

A kötet már a tizenegyedik darabja a Hegyvidékünk gyöngyszemei sorozatnak. A bemutató

éppen egybeesik a trianoni évfordulóval, azzal a nappal, amikor nyolcvankilenc évvel ezelőtt elkezdődött a magyarság katalizmája – emlékeztette az egybegyűlteket Lovas Pál alpolgármester. Mint mondta, lakosságának több mint a felét, területének kétharmadát veszette el az ország egy tollvonással, és 3,3 millió magyar rekedt a határokon kívülre. Gazdaságilag tönkretették, politikailag ellehetetlenítették Magyarországot.

Lovas úgy véli, manapság is hasonló időket élünk: megroggyant az ország, egyre rosszabb az egészségügy helyzete, az oktatás romokban hever. Mégis, akadnak szép és reménykeltő jelek, amelyek megértőítik a jövőbe vetett hitünket. Ilyen jel az is, hogy megjelentett a zugligeti Angolkisasszonyok történetét feldolgozó második kötet, amelyben megtestesült a hit, remény, szeretet bibliai hármasa – azok az érzések, amelyeknek köszönhetően Magyarországon minden korban fennmarad.



Szükség van az ilyen könyvek-re, mert erőt adnak, lehetőséget arra, hogy megőrizzük helyünket a Kárpát-medencében, és szebb legyen gyerekeink jövője, mint a mi múltunk – mondta az alpolgármester.

A könyv társszerkesztője, Salamin András elmondta, hogy a Tanítványok emlékezete alcímet viselő kötet anyagát a zugligeti Angolkisasszonyok történetét lejegyző Mater Delacasse

Jeszenkovits Teréz (képünkön) kezdte gyűjteni. Akkoriban már betöltötte a kilencvennyolcadik életévét, ezért úgy döntött, szerkesztőkre bízta a végleges szöveg összeállítását. Így született meg a mű, amely telis-tele van vidám, néhol keserű, de mindig igaz történetekkel és számtalan képpel, köztük a Mater Delacasse Jeszenkovits Teréz származását igazoló okirat másolatával.

(mm.)

## Házhoz megy a kölcsönkönyv

A lakásukhoz kötött idős, beteg, illetve mozgáskorlátozott emberek számára biztosítja az olvasás örömét a Könyvet házhoz elnevezésű, négy éve működő program. Ennek határozatlan időre történő meghosszabbításáról a napokban kötött együttműködési megállapodást a hegyvidéki önkormányzat és a Fővárosi Szabó Ervin Könyvtár.

A Könyvet házhoz program keretében a Fővárosi Szabó Ervin Könyvtár a budapesti kerületekben, a helyi önkormányzatokkal együttműködve, mozgásukban korlátozottak, lakásukhoz kötött idős emberek számára szállít házhoz könyvtári dokumentumokat, valamint az ezek

juttattak el az igénylőkhöz. A kért olvasni-, hallgatni- és nézni-valókat havonta két alkalommal a Hegyvidéki Egyesített Gondozási Központ gépkocsija juttatja el az igénylőkhöz.

A könyvtár és az önkormányzat eddig évente meghosszabbított együttműködési megállapodás keretében nyújtotta a szolgáltatást, az idén azonban – a kedvező fogadtatás és az igénylők számának folyamatos növekedése miatt – az együttműködést határozatlan időre változtatták. A szerződést Fodor Péter, a Fővárosi Szabó Ervin Könyvtár igazgatója, Pokorni Zoltán polgármester és Györyné Lung Dorina, a Hegyvidéki Egyesített Gondozási Központ vezetője (képünkön) írta alá. A polgármester elmondta: a könyvek házhoz szállítása sokat jelent az egyedül álló idős em-



használatát segítő eszközöket. A szolgáltatás 2005 óta működik a XII. kerületben is, a hegyvidéki önkormányzat támogatásával.

Az Ugocsa utcai könyvtárból négy évvel ezelőtt 35 alkalommal összesen 259 dokumentumot – könyvet, folyóiratot, hangoskönyvet, DVD-t, CD-t – vittek házhoz, a későbbiekben azonban, ahogy a program ismertebb lett, egyre többen egyre több mindent kértek ki a bibliotékából. Tavaly már 188 alkalommal 1767 dokumentumot

berek számára, akiknek talán az olvasás az egyetlen igazi örömmük, kikapcsolódási lehetőségük.

■ A Könyvet házhoz program keretében házhoz szállítást az Ugocsa utcai könyvtárban (XII., Ugocsa utca 10., telefon: 225-1228, e-mail: fszek1201@fszek.hu), a Hegyvidéki Egyesített Gondozási Központban (XII., Kiss János altábornagy utca 33/b, telefon: 457-0648), vagy személyesen a szociális gondozóktól lehet kérni.

## Mozi a kertben

A nyár folyamán két helyszínen is ingyenes szabadtéri filmvetítések várják a moziáni vágyó kerületi közönséget. A Csörsz utcai művelődési központ kertjében szerdánként, a svábhegyi Szépkilátás Cukrázdában csütörtök esténként láthatók népszerű magyar és külföldi filmek.

Szabadtéri mozivá alakul át a Szamos Marcipán svábhegyi Szépkilátás Cukrázdájának kertje csütörtökönként 20 órától. A heti vetítéseken július közepéig népszerű magyar filmek láthatók (július 2.: Kútfejek, július 9.: S.O.S. szerelem, július 16.: Európa expressz), ezt követően a Kóristáktól a Lopakodó lelkeken át a Hosszú jegyességig a világ filmtermésének csemegéit tűzik műsorra. A programot szervező Jókai Klub vezetőjétől, Herczeg Esztertől megtudtuk: immár negyedik éve rendeznek szabadtéri vetítéseket a Svábhegyen, így nagyjából ismerik az igényeket, ehhez alkalmazkodva állítják össze a műsort. A közönség jelentős része a környékről érkezik, de a város másik végéből is jönnek visszatérő vendégek. A kerti mozi csak jó időben működik, „eső-

nap” nincs. Újdonság, hogy idén augusztus 20-án is lesz program: az ünnepnapon Milos Forman Valmont-ját vetítik.

A művelődési központ augusztus 26-ig szerdánként várja ingyenes előadásokkal a mozibárátkot. Itt rossz időben sem maradnak el a programok, olyankor ugyanis az épület színháztermében lehet filmet nézni. A Mozikert műsorán legközelebb, július 1-jén a Pofa be!, majd július 8-án a Kapj el, ha tudsz! szerepel, az utolsó mozi-előadás pedig augusztus 26-án a Szerelmenben, háborúban lesz. Az intézmény munkatársa, Faludi András lapunknak elmondta: a filmeket igyekeztek úgy összeválogatni, hogy a 6-7 éves korúaktól a felnőttekig mindenki találhasson kedvére való a kínálatban. Reménykednek benne, hogy az időjárás az idén is kegyes lesz a szabadtéri moziélményre vágyó közönséghez, tavaly ugyanis egyetlen vetítést sem kellett a rossz idő miatt az épületbe költöztetni.

■ A nyári, szabadtéri mozik részletes műsorát programajánlónkban olvashatják. A két helyszín címe: Szépkilátás Cukrázda – XII., Szépkilátás út 1., művelődési központ – XII., Csörsz utca 18.

## Júliustól kötelező az elemgyűjtés

Sok kereskedő nem tudja, hogy július elsejétől kötelező visszavenni a szárazelemeket. Amennyiben egy üzletben nem helyeznek ki erre szolgáló tárolóedényt, szüres nagyságrendű büntetésre is számíthat a tulajdonos.

Minden áruház, bolt, ahol elemet árúsítanak, 2009. július 1-jétől köteles a használt termékeket begyűjteni a vásárlóktól a vonatkozó kormányrendelet módosítása értelmében. Bár a 181/2008. (VII. 8.) számú rendeletben mindössze öt szó veszi hatályát („...a gyártóval kötött megállapodás esetén...”), a jogszabály mégis ezzel válik általános érvényűvé.

Fontos tudni, hogy a kereskedő nemcsak az az elemet köteles visszavenni, amelyet ő adott el, hanem lép, az elemek szelektív gyűjtésének kötelezettsége semmilyen pluszterhet nem okoz. Nincs más



A Németvölgyi iskolában is gyűjtik

nincs ott a megfelelő gyűjtőedény –, bírságra számíthat, amely alól gyakorlatilag nincs kivétel.

Ha azonban az üzletvezető idejében lép, az elemek szelektív gyűjtésének kötelezettsége semmilyen pluszterhet nem okoz. Nincs más

tennivalója, mint jelezni a gyűjtőkonténer iránti igényét a Re'lem Kht. honlapján (www.relem.hu), és a társaság ingyenesen kiviszi, s ugyanígy elszállítja, ha megteheti. A gyűjtőtartály speciális felépítésű és anyagú, ellenáll az elemekből esetleg kifolyó elektrolitoknak, így a visszagyűjtés biztonságosan végezhető.

A Re'lem Kht. országsszerte jelenleg mintegy tizenháromezer, a Hegyvidéken hatvan gyűjtőpontot működtet – utóbbiak főként iskolákban, irodaházakban, körházakban és kereskedelmi egységekben találhatók. A boltokba telepített gyűjtőhelyek száma a jogszabály-módosításnak köszönhetően vélhetően jelentősen bővül majd.

z.

## Ingyen SMS a káros sugarak ellen

Hegyvidék az első település Magyarországon, ahol az önkormányzat UV-B sugázmérővel próbálja óvni polgárai egészségét. A polgármesteri hivatal tetejére felszerelt mérőműszer adatai folyamatosan elérhető a kerület honlapján, a regisztrált felhasználók ingyenes figyelmeztető SMS-t kapnak, ha az ultraibolyán túli sugárzás eléri az egészségre már közvetlenül ártalmas szintet.

Különösen a nyári szünetben aktuális, hogy gyermekeinket megvédjük a káros napsugaraktól. A sugázmérő segít a szülőknek, hogy a nap bármely percében ellenőrizhessék, szabadban játszó, sportoló vagy éppen pihenő

Az UV a napból érkező ultraibolya-sugárzás rövidítése, amelyet Johann Wilhelm Ritter német fizikus figyelt meg először 1801-ben. Az UV-sugárzás három tartományát különböztetik meg, ezek az UV-A, az UV-B és az UV-C. A 320-400 nanométeres UV-A jótékonyan hat az emberi szervezetre, szerepet játszik a csont és a pigment képződésében, azonban a legújabb kutatások már kapcsolatba hozzák a bőrdaganatok kialakulásával. Káros az egészségre a 280-330 nanométer tartományba eső UV-B sugárzás. Az ózontérrel gyengülésével megnövekedő besugárzás bizonyítottan bőrrákot okozhat. Szintén az UV-B sugarak felelősek a bőr korai öregedéséért. Egyelőre teljes egészében elnyeli a föld légköre a 200-280 nanométeres UV-C sugárzást, így ennek nincs közvetlen élettani hatása.

gyermekük biztonságban van-e – mondta el a berendezés hivatalos átadásán Pokorni Zoltán polgármester. A sugárzás mértéke a kerület honlapján (www.hegyvidek.eu) folyamatosan nyomon követhető, míg a regisztrált felhasználók ingyen SMS-t kapnak, ha az UV-B index eléri a hetes erősséget. Ilynkor ugyanis már erősen ajánlott árnyékos helyet keresni, a na-

pon tartózkodás ideje különösen a gyerekek esetében nem haladhatja meg a tíz-tizenöt percet. A polgármester hangsúlyozta: a szolgáltatást elsősorban a hegyvidékieknek szánják, ugyanakkor nem tesznek különbséget kerületi és kerületen kívüli lakosok között. Éppen ezért bárki élhet az ingyenes figyelmeztető SMS lehetőségével.

m.

## Napozási tanácsok a NIVEA SUN-tól, a napozás szakértőjétől:

– Ügyeljünk a megfelelő fényvédő faktorszám (FF) kiválasztására, amely az UVB-sugárzás erősségétől és bőrtípusunktól függ. A választás megkönnyítéséhez látogasson el a [www.nivea.hu/sun](http://www.nivea.hu/sun) weboldalra, ahol a faktorszámválasztó-teszt segítségével megtudhatja, milyen mértékű védelemre van szüksége.

– Dél előtt 11 és délután 15 óra között mindenképpen maradjunk árnyékban, az UVB-sugárzás ebben a napszakban a legerősebb.

– Kisgyermek viseljen a napon sapkát és lehetőleg védőruházatot, a legésüket pedig feltétlenül akadályozzuk meg magas faktorszámú napvédő termékek használatával.

– A napozótermékek használatát ismételjük meg fürdőzés után, a biztonságos védelem fenntartása érdekében.

– Ahhoz hogy a napvédő termék leghatékonyabban kifejtsen hatását, a napozás megkezdése előtt 20-30 perccel kenjük be magunkat alaposan.

– A kiszáradás megelőzése érdekében mindig igyunk elegendő folyadékot, lehetőleg vizet.



– A nap és a víz erősen igénybe veszi bőrünket. Napozás utáni testápoló készítmények használatával hűsítően hidratáljuk bőrünket, és meghosszabbíthatjuk megszerzett barnaságunkat is. Kellemes napozást kívánunk!

## Sokarcú porcsinrózsa

Az alföldi falvakban gyakran látni a homokos talajon összefüggő szőnyeget alkotó és gazdagon virágzó növényeket, amelyek színesen szegélyezik az országutakat. A színpompás növény nem más, mint a porcsinrózsa, vagy kukacvirág.

Hogy jobban szemügyre vehessük, meg kell állni, hiszen az alig néhány centiméteres, hengeres levelek és az arasznyinál sosem magasabb száruk csak így láthatók. És persze a különleges virá-

ültetve) csüngő szárain egymás után bomlanak ki. Kifejezetten szereti a meleget, ezért csak viszonylag későn szabad elvetni apró, mákszemre emlékeztető magjait. Kielégítő fejlődéséhez legalább 20-25 Celsius-fokra van szükség.

A közvetlen napsugárzást is igényli. A virágok csak teljes napfűrdőben tárulkoznak ki, felhős napokon és délután összezárják szirmaikat. A tűző napsugárzás hatására azonban még a vízzel takarékosan gazdálkodó, pozsgás levelek is párologtatnak. Az így elvesztett vizet rendszeres öntözéssel kell pótolni, bár a kert

hidegben a magok általában elvesztik csíráképességüket. Az átültetést általában megsínylik, ezért, ha lehet, ne mozgassuk őket.

Manapság a porcsinrózsa háttérbe szorul a kertekben az újabb, divatosabb növények megjelenése miatt, de a közparkokban egyre gyakrabban látható. Az időjárássunkban tendenciává váló, fokozódó szélsőségek azonban a porcsinrózsa ismételt térnyerését idézheti elő.

### ÉRDEKES ROKONSÁG

A kristályvirágfélékkel rokonságot tartó porcsinrózsa családja nem tartozik a népes növénycsoportok közé. Mindössze 19 nemzetség és nagyságrendileg 500 faj tartozik ide. Többségük lágyszárú, pozsgás növény. Kiemelésre érdekes a közönséges porcsin, amely hazánkban gymnomnóvényként terjed.

Társneveinek gazdag választéka a széles elterjedésű területére utal. Hívják disznóorjának, főzelékporsinának, kövérfünek, kövérkének, poncsérnak, disznóporsinának és kövérhányának is. Fekvő hajtásai és lapított levelei mindenütt előfordulhatnak, ahol elég meleg van. Szőlősorok között éppúgy meglepszik, mint mezőgazdasági táblák szegélyén, vagy töltések, árkok, partok oldalán.

Gymnomnóvényként ma már nincs becsülete, pedig néhány száz éve még természetek is. Virágtalan, húsos száraiból álltát, főzeléket, levest készítettek. A zsenge hajtások íze édes-savanykás, önmagában is jellegzetes, megöregedve elvesztik aromájukat. Ínséges időkben magas C-vitamin-tartalmuk miatt nyersen fogyasztották vagy savanyítva, borba áztatva tartósították.

Nyugat-Európában még ma is gyűjtik, vagy a gymnomnóvényből kiszélelt változatokat – néhol fólia alá – ültetik. A porcsinrózsa előnye, hogy páratlan alkalmazkodóképessége folytán szinte minden területen sikerrel nevelhető. A nyári melegben jól fejlődik, és a folyamatos virágzás következtében termelődő magokkal mindig felújítja magát. Heverő szára egészen az őszi fagyokig szedhető.

Barta István



Milliónyi árnyalata létezik

### Cirmos porcsin

gok szépsége is közelről bontakozik ki igazán. Ami első ránézésre néhány alapszínnek – pirosnak, sárgának, rózsaszínnek – tűnik, az közelről milliónyi árnyalatot jelent. A virágok között akadnak légiessen egyszerű szerkezetűek, félig összetett és teltek is. Néhány változat szirmai szabálytalan csikozásúak vagy foltosak.

### NEVELÉSE

Ha van növény, amely igazán könnyen nevelhető, akkor a Brazíliából származó *Portulaca grandiflora* biztosan az. Tudományos nevének jelzőjére – grandiflora – rászólgal gazdagon nyíló, nagy virágaival, amelyek fekvő, felálló vagy (függő kosárba

más növényeivel összehasonlítva nem tartozik a vízigényesek közé.

Talajával szemben szintén nem igényes, a kerti virágföld tápanyagtartalmát jól használja, de a legsilányabb homokos talajokon is megél. Tápoldatozni csak különösen indokolt esetben szükséges. Az egyéves növény kártevők és kórokozók ritkán támadják meg.

### SZAPORÍTÁSA

A virágok helyén lévő gömbölyű magtokban milliónyi fekete mag érik. Ezekkel könnyen szaporítható a növény. Tavasszal védett, meleg helyre vagy nyáron a végleges helyére vessük. A kiszórt magokat ne takarjuk földréteggel, mert csírázásukhoz fényre van szükség. A virágzás után véletlenül szétszóródó magokból ritkán kelnek ki a következő évben a csíranövények, mert a téli

# Adományra várnak a sérült gyerekek

A pénzügyi miatt manapság a jó szándékú kezdeményezések is nehézségekbe ütköznek. Az Angolna Víziiskola sérült gyerekek fejlesztésével is foglalkozik, ám anyagi problémák miatt nem lehet annyira hatékony, amennyire szükség lenne rá. Pedig neves sportolók szívesen adományozzák az általuk viselt felszerelést az iskolát működtető alapítványnak, azonban nincs, aki segítene elárvázni ezeket.

Huszonkét év. Ennyi ideje foglalkozik értelmi sérült, mozgássérült, valamint halmozottan sérült gyerekekkel M. Kecskés Edit, az Angolna Víziiskola vezetője és az Angolna Úszó-És Rehabilitációs Alapítvány elnöke. Ám a segítő szándék ellenére mégsem túl rózsás a szervezet helyzete, a pénzügyi nehézségek, valamint a segíteni szándékozók alacsony száma miatt a gyerekek terápiás fejlesztése nem zökkenőmentes.

Itt van például a négy és fél éves Gergő megrendítő története. Ahhoz, hogy jelentősen javuljon az állapota, egy nagyobb adományra lenne szükség.

– Gergő halmozott fogyatékossgal élő kislány, kétéves kora óta foglalkozunk vele, egyedinek számít az esete – mondja M. Kecskés Edit. – Sajnos, a családja nehéz anyagi helyzetben van, édesanyja Gergő huszonnégy óras felügyelete és többirányú fejlesztése miatt nem tud dolgozni. A fiúnak elsősorban egy speciális,

is, ezt pedig végképp nem engedheti meg magának a családja.

■ *A kezelés megoldást jelentene az állapotára?*

– Rövid távon minden bizonyosan igen, azt azonban nem lehet tudni, hogy sok év elteltével milyen következményekkel járna, mennyire hozna tartós javulást. Viszont ez egy olyan lehetőség, ami segíthetne Gergőn, így mindenképpen érdemes lenne megpróbálni.

■ *Nincsenek támogatóik? Nem kapnak adományokat?*

– Szerencsére sok sportoló gondolja úgy, hogy segíteni

Kozmann György a Pekingben viselt kenus dresszét, míg Czene Attila azt a melegítőjét bocsátotta rendelkezésünkre, amelyet 1996-ban Atlantában viselt olimpiai bajnoki címe elnyerésekor.

■ *Az ember azt hinné, hogy cégek sokasága igyekszik megkaparintani ezeket a relikviákat, ha másért nem, pusztán azért, hogy segítsenek.*

– Sajnos, nem tudunk árverést meghirdetni olyan fórumokon, amelyeken igazán sokan tudomást szerezhetnének róla, hiszen ez is rengeteg pénzbe kerülne. Szükségünk van valakire, aki

oka. No meg az, hogy egyre több helyen foglalkoznak a babaúszás tanításával – teszem hozzá, nem teljesen megalapozott szakmai tudás birtokában. A közoktatási törvény jelenleg nem szabályozza ezt a kérdést, így mindenféle vizsga nélkül lehet oktatni. Éppen ezért tavaly, a huszonkét esztendő tapasztalataiból merítve, elkészítettem oktatásra és felnőttképzésre egyaránt alkalmas babaúszás-oktatási tananyagot, amely sikeresen működik. A sérült gyerekek fejlesztéséről már nem is beszélünk, mert az például végzetes következményekkel jár-



Nem mindegy, hogyan foglalkoznak a kicsikkel a medencében

szeretne ezeken a gyerekeken, és általuk viselt sportszereket kapunk tőlük. Például alapítvá-

megszerveznék mindezt, és segítené értékesíteni a tárgyakat.

■ *Azért csak akad valaki a sportolókön kívül, aki segít!*

– Természetesen! Például Fazekas Attila, a FAWA Pólus Sportközpont vezetője megengedte, hogy a sérült fiatalokat a tizenötödik kerületi létesítményben foglalkoztassuk, ráadásul belépőt sem kell fizetniük. Vagy említhetném Iváncsics László operatőr nevét, aki ingyen elkészítette nekünk az adó egy százalékról szóló spotot, amely több csatornán is lement. Az már nem rajta múlt, hogy csupán száznegyvenezer forint folyt be a számlánkra...

■ *Gondolom, a válás sem tett jót az alapítványnak és az iskolának.*

– Ebben az évben sokkal kevesebben jelentkeztek az oktatásokra, mint korábban, aminek minden bizonnyal a pénzügyi az

hat, ha mondjuk egy hozzá nem értő ember izomhipotóniát állapít meg izomsorvadás helyett.

■ *Előfordulhat ez?*

– Igen, már tapasztaltam ilyen eseteket... Fontos, hogy mindenki, aki ezzel foglalkozik, szakszerűen dolgozzon. Például nem mindegy, hogy a medencében zajló foglalkozás közben milyen erő hogyan hat a babára. Egy tankönyv kiadása – amelyet egyébként már megírtam – megoldás lehet, ám rengeteg pénzbe kerülne. Próbáltam állami támogatást kérni, de falakba ütköztem, habár találtam céget, amelyek kiadná a könyvet.

■ *Előfordulhat, hogy valaki nem számíthat fejlesztő terápiára csak azért, mert a családja képtelen fizetni a foglalkozásokat?*

– Sajnos igennel kell válaszolnom. Ma már nem léteznek ingyenes tanfolyamok, és amíg a programunk mögött nincs komoly támogató, akit nem elsősorban a profit érdekel, hanem a segítő szándék hajtja, addig sok esetben előfordulhat, hogy a pénztelenség gátolja meg a sérült gyerekek fejlesztését.

CSNM

# Gyógyító nevetés

A nevetés jótékony hatásairól és az élvezetes életről szólt a Lelki Egészségklub legutóbbi előadása.

Azt a napot vesztegettük el leginkább, amelyen nem neveltünk – Pápay Nikolett pszichológus Nicolas de Chamfort francia író idézte bevezetőjében. A szakértő elmondta, hogy a pozitív érzelmek más működésbeli szerepet töltenek be az életben, mint a negatívak. Míg a negatív érzelmek menekülést vagy támadást váltanak ki belőlünk, addig a pozitívak arra szolgálnak, hogy építsék az erőforrásokat, szélesítsék az egyén aktuális gondolkodási-cselekvési repertoárját.

A nevetés játékosan megváltoztatja a stresszhormonok összetételét, adrenalin, noradrenalin, béta-endorfin szabadul fel a szervezetben. Az első kettő jó kedélyállapotot okoz, míg a harmadik fájdalomcsökkentő hatású. A nevetés erősíti az immunrendszert, elősegíti a védekező anyagok, immunglobulinok, t-limfociták képződését, szabályozza az emésztést. A mozgáshoz hasonlóan a belet is serkenti. Az ezzel ellentétes, negatív érzelmi állapotnak viszont fájdalomnövelő, immunrendszer-gyengítő hatása lehet, hiszen ha szorongunk, izmaink megfeszülnek, míg a nevetés ezzel ellentétes hatású: ellazít. Amikor nevetünk, a vér

oxigénszintje növekszik, és ez edzi a szívet.

Az élvezetes élet, vagy savoring tulajdonképpen a pillanat kiélvezésére irányuló törekvés. A savoringnak három előfeltétele van: a pozitív élmény megnyilvánuljon számunkra az „itt és most”-ban, többé-kevésbé függetlenül legyünk társas szükségleteink és kötelezettségeink nyomásától, valamint rendelkezünk fokuszált figyelemmel, vagyis jelentéssel tudjuk felruházni az átélt eseményt. A pszichológus szerint nem csak az élvezheti az életet, aki gondtalan, a túlzott társas felelősségvállalás azonban gátló hatású, negatívan befolyásolhatja kedélyállapotunkat. Vannak élvezetfokozó stratégiák – például lassan enni egy finom süteményt –, ám ha folyton az élvezet szintjét figyeljük, akkor az bizonyosan annak rovására megy.

Depriváció, betegség, stressz vagy nehezített élethelyzet után a savoring különösen intenzív lehet. Növeli az érzetet, hogy milyen kellemes dolog történik velünk, mennyire érdemes meg, és mennyit tettünk azért, hogy ez bekövetkezzék. Szintén élvezetnövelő hatású, ha mentálisan megfigyeljük az eseményeket (annak érdekében, hogy a jövőben vissza lehessen emlékezni rájuk), vagy megosztjuk az élményt másokkal.

mm.

# Összefűz az egészség

Azok, akik nemcsak a saját, hanem mások egészségét is a szívükön viselik, jutalmat érdemelnek. Elismerésükre jelentős pénzüsszeggel járó díjat alapított a Médiaunió és a Pfizer.

A Médiaunió a Társadalmi Tudatformálásiért Közhasznú Alapítvány, amelynek munkáját számos hazai médium segíti, az év elején indította el „Nincs de!” szlogenrel egészségmegőrzési kampányát. Az országos kampány szervezői ezúttal olyan versenyző mozgósítják a lakosságot, amelynek térje maga az egészség.

A Pfizer Gyógyszer-kereskedelmi Kft. támogatásával megvalósuló „Összefűz az egészség” pályázat célja a hétköznapi emberek, közösségek ösztönzése arra, hogy egészségesebb életvitelt folytassanak, illetve a gyakorlatban is megvalósítsák az eddig csak halogatott, életmódváltással kapcsola-

tos terveiket, álmaikat. A közös díj a pozitív példák felmutatását és az egészséges életmód népszerűsítését helyezi előtérbe.

A jelentkezéseket mozgás, táplálkozás és dohányzás témakörökben várják, öt kategóriában: pályázat magánszemély, oktatási intézmény, munkahelyi vagy egyéb közösség, illetve sajtóorgánium. A pályázatok szöveges és képi (például fotó, videó) dokumentációját a www.egeszsegidj.hu honlapon tehetik közzé a jelentkezők,

így mutathatnak példát az egészséges életmód iránt érdeklődő látogatóknak. A fődíj ötszáz ezer forint kategóriánként.

A pályázaton jelentkezési lap kitöltésével lehet részt venni, amely az egészségidj.hu honlapon letölthető, valamint a 801-7455-ös telefonszámon igényelhető. A beküldési határidő 2009. november 20., a díjakat december 3-án ünnepség keretében adják át a szervezők.

z.



Czene Attila (jobbra) a melegítőjét ajánlotta fel árverezésre

több százezer forintos babakocsira lenne szüksége, ám ezzel nem oldódna meg a problémája. Részt kellene vennie egy úgynevezett összejutóterápián, ami viszont bekerülhet akár két-három millióba



nyunk fővédnöke, Erdei Zsolt az egyik világbajnoki címmérkőzésén viselt kesztyűjét és bevonuló mezét ajánlotta fel, az olimpiai bajnok vízilabdacsapat egy dedikált labdát, valamint egy zászlót,

nyunk fővédnöke, Erdei Zsolt az egyik világbajnoki címmérkőzésén viselt kesztyűjét és bevonuló mezét ajánlotta fel, az olimpiai bajnok vízilabdacsapat egy dedikált labdát, valamint egy zászlót,

nyunk fővédnöke, Erdei Zsolt az egyik világbajnoki címmérkőzésén viselt kesztyűjét és bevonuló mezét ajánlotta fel, az olimpiai bajnok vízilabdacsapat egy dedikált labdát, valamint egy zászlót,

## Jó hír!

### Gyógyulás mellékhatások nélkül!

**Dr. Yu**

A professzor és munkatársai akupunktúrával, akupresszúrával, akupresszúrával, köpöly- és moxaterápiával gyógyítanak.

Belgyógyászati, idegrendszeri, légzőszervi betegségek, nőgyógyászati panaszok, hangulatzavarok, gyermekbetegségek, immunrendszeri problémák, mozgásszervi problémák, reumatológiai betegségek, fájdalomcsillapítás, fogyókúra.

Cím: 1025 Bp., Pasaréti út 1., I. em. 1. (a Körszálló mellett)  
Tel.: 201-1116, (06 30) 933-7858  
www.akupunktura-prof.hu



## RE/MAX Hegyvidék

Teljeskörű ingatlan szolgáltatás

Megnyitottunk!

hegyvidek@remax.hu

XII, Apor Vilmos tér 25-26. (Gabona Rt székházban)  
Tel: 309 6666, Mob: 06 30 388 6868

### HŐSZIGETELÉS MINDEN SZINTEN

Nyílászárók cseréje, igény szerint falműanyag családi és társasházak homlokzati és tetőszigetelése bontás nélkül, igény és lehetőség szerint kívül vagy belül. Penészedés, salétromosodás megszüntetése.

**ÚJ ÉS HAGYOMÁNYOS TECHNOLÓGIA!**

**Power Invest Kft. Tel.: 06 209 443 589**  
**www.powerinvest.hu**

**ENERGIA + MEGTAKARÍTÁS = BIZTOS BEFEKTETÉS!**



## 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

## Jóllakva karcsúnak maradni

A jóllakottság és az éhség érzése egyénileg változó. Függetlenül az étkezési szokásainktól, a lelkiállapotunktól, s nem utolsósorban a kondíciunktól. Ráadásul hajlamosak vagyunk becsapni, kényeztetni magunkat egy kis nassalással, holott kevés önfegyelmekkel, tudatossággal jó irányba terelhetjük étvágyunkat.

Akkor van egyensúlyban a szervezetünk, ha pont annyi szénhidrátot, zsírt, fehérjét, egyéb mikro- és makroelemet fogyasztunk el, amennyit képesek vagyunk „maradékalanul” feldolgozni. Nem többet, és nem kevesebbet. Csak hogy ezt nem egyszerű eltalálni. Nem szénhidrátot, zsírt és fehérjét eszünk naponta, hanem reggelit, ebédet és vacsorát, amelyek bizonyos arányban tartalmazzák a fentebb említett alapvető anyagokat.

Hogy érzékszerveink és az ízlésünk közelítsen egymáshoz, vagyis tudatosan vegyünk magunkhoz szénhidrátban, zsírban szegényebb élelmiszereket, nagy segítséget nyújt a már sokak által jól ismert táplálkozási piramis. Ebből könnyen megtanulhatjuk, melyik élelmiszerben mi található, és az milyen gyakorisággal kapjon helyet étrendünkben. Napi étkezésünk alapjai legyenek a gabonafélék, a zöldség, valamint a gyümölcs. A bennünk lévő szénhidrát minden egyes sejtünket ellátja energiával.

Éhség- és jóllakottságérzetünket alapvetően befolyásolja, hogy milyen gyakran és mennyire emészthető formában etünk ezekből az élelmiszerekből. Az emésztésnek az a feladata, hogy a hosszú tápanyag-molekulákat kis egységekké aprózza el, aminek lezajlása függ a részek közötti kö-

tés erősségétől. Minél gyengébb a kötés, annál hamarabb megemészthető. A szervezetünkbe jutó szénhidrátok megemelik a vércukorszintet. A kevésbé erős kötések esetében tehát gyorsabb a vércukorszint-emelkedés, míg az erősebbeknél lassabb és egyenletesebb. Ez utóbbi a kívánatos, mivel rendszerint a következő étkezésig nem is okoz kínzó éhséget.

A hirtelen felugró vércukorszintet mindig hirtelen esés követi, és ez mardosó, váratlan éhségérzettel párosul. Következésképpen érdemes tudni, melyek azok az élelmiszerek, amelyekről hosszabb ideig érezhetjük jóllakottnak magunkat, vagyis tovább fennáll az annyira áhított egyensúly. Lehet, hogy meglepő, de ezek többnyire a zöldségek – kivétel a burgonya –, a teljes kiőrlésű, rostokban gazdag gabonafélék, valamint a gyümölcsök zöme.

Hamar újból megehezünk a cukros ételektől, italoktól, a puffasztott, ízesített gabonapelyhektől és társaiktól. Nem véletlenül foglalnak helyet a táplálkozási piramis csúcán – nagyon keveset és ne túl gyakran együnk ilyeneket! Pempővé áznak szét, pillanatok alatt lecsúsznak, és nem lakunk jól tőlük, míg a valódi, teljes kiőrlésű gabonaszemekből álló müzli alaposan el kell rágnunk, és el is töm, mire végzünk vele.

Éppen ezért ezek alkotják a hatékony fogyókúra és az egészséges étrend alapját. Jó telítettségű állapotban sokkal könnyebb naponta többször kevesebbet eszegetni, rostos élelmiszereket választani. Akár napi 60-80 deka friss, nyers gyümölcsöt elmagasztolhatunk! Gabonából is érdemes a teljesebb szemeket kiválasztani, ilyenek a Graham-, rozs- vagy barnalisztből készült pékáruk.

– Járny –

Piros, boggyószerű, jóízű, édes gyümölcs, itt a szezonja, és mindenki szereti ropogtatni – talán kérdésnek gyenge lenne, hiszen egyértelmű, hogy a cseresznyéről van szó. S hagyján, hogy finom, de még a fogszuvasodás elleni harcban is segíthet bennünk rendszeres fogyasztása!



A mai ropogós, nagy szemű cseresznye őse az apró, madárcseresznyének titulált boggyó, amely tényleg csak a madarak csemegéje. A Közel-Keleten már időtlen idők óta terem. Arról ellenben újszólóval semmit nem tudunk, hogy kik, mikor és hol kezdték el nemesíteni. Csupán annyi biztos, hogy Xenophón Kr. e. 400 évvel már beszámolt arról, hogy a vesztes kunaxai csatából visszavonuló görög sereg katonái bő levű, finom cseresznyével enyhítették szomjúságukat.

A vadcsereznye a Kárpát-medencében már a honfoglalás előtt őshonos volt, de az igazi, tulipiros, nemesített változat csak a török hódoltság idején jelent meg nálunk. A Magyarországról származó gyümölcs már a XVI. században kedvelt volt Bécsben és Ausztriában; irodalmi adatok például dió nagyságú cseresznyéről számoltak be. Egyébként egy jól

## Érik a ropogós cseresznye

megtermett fa akár 80-100 kilogramm termést is adhat. Gyorsan romlik, ezért lehetőleg lapos ládába szedjük, és azonnal vigyük hűvös helyre, de legalábbis árnyékba.

Az ókori görög orvosok a nyavalyatörésre, vagyis az epilepsiára cseresznyét javallottak. Feketecseresznyével hajtották ki az epe- és veseköveket, a pirosabb fajtákkal pedig a különféle bőr alatti hólyagokat kezelték. A gyümölcs jó tulajdonságának a honi gyógyászatban is hasznát vették, mint azt Lippai János, a hazai botanika kiemelkedő egyénisége Pisoni kert című, 1664-ben megjelent alapművében leírja: „Ha a fekete cseresznyének, kiváltéppen az apró vadnak, vizét vészik, avagy disztillálják és fél unciát, azaz egy latot adnak bé az olyan embernek, akit a nehézség tör, elhagyja és megoltalmazza tőle.”

Vagy hatvan évvel ezelőtt egy német orvos, bizonyos Ludwig Blau teljesen véletlenül azt vette észre, hogy tetemes adag cseresznye rendszeres elszemegetése után köszvényes panaszai enyhültek, majd elmúltak. Felmerült benne a kérdés: vajon más ízületi kórokat is gyógyít-e a finom piros szemű? Várakozása beteljesült, reumás fájdalmait csaknem megszüntette. A jelentős eredményt azonban nem publikálták a szakirodalomban, a tudományos bizonyítás azóta is várta magára.

Azonban a tapasztalat az orvost igazolta: ha napi húsz szem cseresznyét megeszünk, elkerül bennünket a királyok betegsége, a köszvény. Annyi tudományosan is igazolt, hogy a gyümölcsben rejlő C-, E- és B-vitamin, valamint a többi között a molibdén nevű nyomelem egyensúlyban tartja szervezetünk savszintjét.

Az orvostudomány szerint a szájüregben található baktéri-

umok átalakítják a táplálékkal elfogyasztott cukrokat. A közben keletkező anyagok és a savas kémhatás előmozdítják a fehér plaque-ok (lepedék) létrejöttét,

amelyek a fogszuvasodást okozzák. Ennek kialakulását gátolja a rendszeresen elfogyasztott cseresznye.

Járny Mari

### TÚRÓS CSERESZNYETORTA

Mossunk meg, szárassunk le és magozzunk ki 80 deka jóféle, ropogós, érett cseresznyét. Hagyjuk egy mélyebb tálban várakozni, amíg 5 deka puha margarint 2 evőkanál cukorral és 4 tojássárgájával kikeverünk. Negyed kiló félzsíros tehéntúrót villával áttörünk, fél citrom lereszelt héjával, kifacsart levével és 2 evőkanál búzadarával együtt a cukros margarinnal keverjük. Fölverjük a 4 tojásfehérjét kemény habbá, és óvatosan, lazán a túrós masszába forgatjuk.

Egy 26 centi átmérőjű, alacsony peremű tortakarikát kikennünk diónyi vajjal vagy margarinnal, majd belesimítjuk a túrós masszát. A kimagozott cseresznyét egyenletesen elterítjük a tetején, és előmelegített sütőben a közepesen kissé erőteljesebb lángon (210 Celsius-fokon) 30 percig sütjük. Végül kiemeljük a sütőből, és 1 mokkáskanál örölt fahéjjal elkevert 20 gramm vaníliás porcukrot szórunk a tetejére.

A hőségére való tekintettel egy pohárka jól behűtött (14 fokban) debrői hárslevelűt ajánlunk hozzá, de a hasonlóan hideg ásványvíz is illik mellé.



### HA MÉG NEM TUDNÁ...

Ahhoz, hogy a grillparti tökéletesre sikerüljön néhány alapvető szabály betartása elkerülhetetlen.

✓ A sütéshez fel nem használt alapanyagokat, illetve a megmaradt ételeket minél hamarabb hűtsük le, mivel szobahőmérsékleten vagy az azt meghaladó hőfokon való tárolás veszélyes lehet.

✓ A megmaradt készletelt forrósítsuk át újra, mielőtt elfogyasztanánk, különösen akkor, ha hosszabb ideig a szabadban állt.

✓ Tálaláskor figyeljünk arra, hogy a készletelt mindig tiszta tányéron szolgáljuk fel, a nyers alapanyagokhoz használt edényekkel, eszközökkel ne kerüljön kapcsolatba.



✓ A kitálat ételeket, salátákat, önteteket a legyekről, egyéb rovarokról takarással védjük.

✓ A biztonság érdekében a gyújtóanyagok használatát után gondosan zárjuk le és el!

✓ A sütés befejezése után gondoskodjunk a parázs biztonságos eloltásáról, elektromos sütő esetén áramtalanítsuk azt.

A grillezhető zöldségek közül a legnépszerűbbek a burgonya, a kukorica, a húsos paprika, a paradicsom, a padlizsán, a répafélék, a hagymák és a gombák. A banán, a körte, a szilva, az eper, az ananász, a füge, a barack, a citrom, a narancs a gyümölcsök táborából választható a grillrácsra.

## Tüzes nyári multság: grillparti a szabadban

A nyár legkellemesebb időtöltései közé tartoznak a kerti multságok, a kirándulások. Ezeket bográcsoszással, nyáron sütéssel, valamint barbecue- vagy grillpartikkal lehet még emlékeztetesebbé varázsolni.

A grillezés a tűz „feltalálásával” kezdődött, amikor az ősök rájöttek, hogy a forró lávakövnön sült hús ízletesebb, élvezetesebb, emészthetőbb. Kr. e. 4000-ból írásos emlékek tanúskodnak arról, hogy pácolt, illatos fűvekkel locsolt birka- és kecskesülteket készítettek a Közel-Keleten. Mátyás király írástudói rostos- és nyárson sültékről írnak. A kereskedelem kiszélesedésével bővült a fűszerek skálája, színesedtek a pácolási, fűszerezési szokások. Mára már szinte mindenféle alapanyag, hozzávaló, kellék megvásárolható, csakis a fantáziánk szabhat határt a grillelételek sokszínűségének.

### EGÉSZSÉGES ÉS FINOM

A grillezés cáfalhatatlan előnye, hogy gyorsan készülnek el finom és egészséges ételek. A jó, szürke parázs fölött, 180-300 fokon sokkal hamarabb puhulnak meg a húsfélék, mint főzött, párolt, sütőben készült társaik, amellet kis odafigyeléssel szaftosak maradnak. Grillezőskor a hús nedvesség- és zsírtartalmának 15-20 százalékát, a kolbász 5-20 százalékát veszti el, ami kimondottan előnyös. Amennyiben betartjuk az alapvető szabályokat, kifejezetten egészséges ételkészítési eljárásnak is nevezhető.

A szabadban történő családi, baráti összejövetelekre, étkezésekre való felkészülés a bevásárlással, a megfelelő minőségű, elegendő mennyiségű alapanyagok kiválasztásával kezdődik. Ezek beszerzése során ügyeljünk arra, hogy mindig friss, jó minőségű, ép, egészséges árukat válasszunk.

Fagyasztott húsok nem ajánlottak rostos sütésre, mert kiolvadások a sejtek károsodott fala miatt a nedvesség eltávozik, és a sült hús nem marad szaftos, porhanyós. Amennyiben mégis fagyasztott húst használunk, figyeljünk arra, hogy a kiolvadt, majd a sütés tökéletes legyen, ne maradjon nyers rész a sültben.

A húsok közül grillezésre alkalmas a marhahús bélszín- és hátszínrészre, a sertéshúsból a csontos tarja és a karaj, a csirke combja, szárnya és mellrészre, a pulyka melle és filézett combrészre. Kedvüinktől függően süthetünk egész malacot, bárányt, báránycombot, malacombot, a halak közül lazacot, fogast, a tenger gyümölcseiből választhatunk homárt, garnélát, különféle rákokat. Valamennyinek a pénz-tárcánk szab határt.

### HÚSOK A PÁCSBAN

Mielőtt sütni kezdenénk, bátran használjunk pácozat, hogy puha és szaftos ételek készüljenek a rostos. Fontos szabály, hogy a pácokhoz nem tehetünk sót, mert a nedvek kifolyolnak a húsból. A nedves pácsban a léduzság a lényeg, ekkor bő páclevet kell készíteni, hogy az teljesen ellepje a húst. A kevés zsiradékot

tartalmazó, sovány húshoz olajos marinádok illenek, zsíros húshoz ecetes vagy boros pácozatok. Az elkészült páclében többször is meg kell forgatni a húsokat, és hűtőben lefóliázva tárolni a megadott ideig.

Száraz pácokhoz használhatunk kifejezetten grillezéshez ajánlott fűszerkeveréket, de otthon saját magunk is ügyeskedhetünk.

### GRILLEZETT KUKORICA SZALONNAKÖNTÖSBEN

Ehhez a fogáshoz 8 cső kukoricára lesz szükségünk, amelyeket csuhéjúkkal együtt mossunk meg, s tegyünk fel főni annyi enyhén sós vízben, amennyi ellepi. Mintegy óra múlva megpuhul, ezután hagyjuk a levében kihűlni.

Húzzuk le a héját, és mindegyik kukoricacső köré tekerjünk 2-2 vékony szelet, húsos császarszalonnát (sliced bacon). A szeletek végeit tűzzük össze fogpiszkálóval, nehogy lecsúszzanak sütés közben. Felforrósított flekkensütőlapon időnként meg-megforgatva addig pirítsuk, amíg a szalonna rásül a kukoricára. Grillezett húsok mellé kínálhatjuk, de önállóan is megállja a helyét.



tücsk friss zöldfűszerek morzsolásával és színes borsok durvára törésével. A hússzeleteket, -darabokat először olajozzuk be, utána dörzsöljük át a választott fűszerkeverékkel. Száraz pács esetén nem kell napokkal előre készülni a grillezésre, elég csak pár órával előbb elkészíteni a hozzávalókat.

Sütéskor ügyeljünk a megfelelő hőfok elérésére. Mindig várjuk

### SALÁTÁT HOZZÁ!

A sütés kezdetekor a rácsot vagy az alufóliát mindig kenjük meg olajjal, zsírral, különben odaragad a hús. Válasszuk olívaolajt vagy grillezéshez ajánlott zsíradékokat, amely magas hő hatására is stabil marad, így oxidálódva nem segíti a káros koleszterin képződését. A pácokhoz használt fűszereket töröljük le, a páclevet jól csöpögtessük le a húsokról, mert grillezés közben megégnék, keserűvé válhatnak. Sütés közben ne locsolgassuk, kenegessük a húsokat, mert a lecsöpögő zsiradék-cseppekből magas hőmérsékleten rátkeltó benzopirén, a szénhidrátok elégtelen égéséből policiklusos szénhidrátok, a fehérjékből nitrozaminok keletkeznek, amelyek felszálaga lecsapódnak a hús épp ropogásra sülő felszínén.

A grillezett húsok szárazabbak a serpenyőben készültkénél, ezért készítsünk hozzájuk mártásokat, szószokat, amelyek lehetnek édes, sós vagy csípős jellegűek, majonéz, joghurtos, illetve ecetes-olajos alapúak. Kínáljunk melléjük házilag készült pítát, rozskenyert, magvas péksüteményeket, akár perccet. Ne feledkezzünk meg a frissen kevert saláták készítéséről sem, ezek elhagyhatatlan kiegészítői a grillelételeknek!

Feigl Edit dietetikus



**XI., SASHEGYEN**, Sasadi út mellékutcájában, 4 lakásos villaházban, egy tulajdonostól két lakás eladó. 91 nm 38 millió, 26 nm 9 millió forintért. 06/70-250-3153.

**XII., CSIPKE** u. 14., 55 nm-es örökklás eladó. Irányár: 25 millió Ft. Tel.: 395-5737.

## GARÁZS

**THOMÁN** István utca elején garázs kiadó. Tel.: 06/20-216-6020.

**GARÁZS** kiadó a Tarpatak u. és a Patkó u. találkozásánál. 06/20-236-6664.

**GOLDMARK** Károly utcában – hosszú távra – gépkocsitároló kiadó. 355-2499, 06/30-384-8364.

**XII. KER.**, Felső Svábhegyi út 8/a-ban támlalgarázs kiadó. Érdeklődni a 06/30-933-1701-es telefonszámon.

**AUTÓLIFT**, „SOTAR” típusú, 2 gépkocsi részére, emeletes, építkezésből megmaradt, garanciális, 2,3 m belmagasságtól, külső-belső használatra eladó. Ár: 1,1 M Ft. Tel.: 06/30-931-8506.

**ÖNÁLLÓ** garázs, 18 nm-es, a Goldmark Károly utcában kiadó. 06/20-477-9945.

## OKTATÁS

## HEGYVIDÉK NYELVISKOLA

XII., Tarsay Vilmos u. 26.

## NYÁRI INTENZÍV, KEZELMÉNYES

ANGOL, NÉMET, SPANYOL, FRANCIA, OLASZ, OROSZ NYELVTANFOLYAMOK!

Külföldieknek MAGYAR nyelvoktatás.

Tanfolyamaink egész nyáron folyamatosan indulnak.

Csoportlétszám: MAX. 3 FŐ.

Cégeknek kibérelhető tanfolyamok!

Tel.: 375-1639.

**ANGOLFORDÍTÁS**, nyelvvizsgára felkészítés a MOM Parknál. Tel.: 356-2503.

**MATEMATIKATANÍTÁS** háznál. Tel.: 201-7028.

**JOGSÍTVÁNYT** a Szilágyi Autóiskolától. www.autosiskolaszilagy.hu, 355-9274, 06/20-966-4341.

**MATEMATIKATANÍTÁS** vállal tapasztalt pedagógus általános iskolások, középiskolába felvételizők számára, egész évben, nyáron is. 394-5341, 06/20-571-7554.

**FRANCIATANÍTÁS** vállal tapasztalt pedagógus kezdők, haladók, érettségizők, nyelvvizsgázók számára, egész évben, nyáron is. 394-5341, 06/20-571-7554.

**ANGOLTANÍTÁS**, korrepetálást, érettségire, nyelvvizsgára felkészítést vállalok több éves tapasztalattal a Moszkva tétől 15 percre. 06/70-529-7708.

**MATEMATIKA**, biológiatanítást, korrepetálást, pótvizsgára felkészítést vállal egyetemista lány a Budavölgénynél. 06/70-588-9018.

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

**MATEMATIKA**, fizikaoktatás, (pótvizsga) felkészítés, minden szinten, referenciákkal. 250-2003, 06/20-934-4456.

**MATEMATIKA**, fizikatanítás, pótvizsgára, osztályvizsgára, ismétlővizsgára felkészítés, több mint 20 éves gyakorlat. Telefon: 213-7747, 06/20-518-2808.

**ANGOLTANÁR** vizsgákra felkészít. Tel.: 06/30-343-8351.

**SZÁMÍTÓGÉP-OKTATÁS**. Személyesen csak Önnel foglalkozom. Kérésére felkezelem, és saját gépen tanulhat. ECDL vizsgafelkészítést is vállalok. Csoportos oktatást is munkahelyeken. Hívjon, segítsek. Tel.: 214-4917, 06/30-347-9479.

**MATEMATIKAFELKÉSZÍTÉS** vállal minden korosztály számára szaktanár, hosszú távú gyakorlattal. 06/70-647-2058.

**FRANCIATANÍTÁST** vállal tapasztalt, fiatal tanár. Házhoz is megyek. Érdeklődni: 06/20-375-2047 vagy anita\_kantor@yahoo.fr.

**DIPLOMÁS**, tapasztalt magántanár nő zíviesen vállal némettanítást, korrepetálást minden szinten. 06/30-520-4005.

**OLASZNYELV**-oktatás, korrepetálás, diplomás tanárnővel. Tel.: 06/30-906-3884. briskieva@freemail.hu.

**ANGOLNYELV**-oktatás Farkasréten, minden szinten, a főbb vizsgatípusokra, tapasztalt, számlaképes tanárnál. Erd.: 06/30-524-2704.

**ÓVODAI** foglalkozások XII. ker.-i, kertés viláiban, játékos angol, mozgásfejlesztés, zene-ovi, vizuális nevelés, fejlesztő foglalkozások. 2-6 éves korig, 8-17 óráig. 06/30-292-8995, 06/20-974-7030, www.tudordu.hu

**HOBBI**-festő klub a Városmajor utcában, festőművész irányításával, családias légkörben. 06/20-823-0176, 355-5605. www.veghseoklara.hu, veghseo.klara@gmail.com.

**GYAKORLOTT** angoltanár nő színvonalas nyelvoktatást vállal minden szinten (számlával). 06/30-473-1470.

## VEGYES

**PIANINÓK** fizetési könnyítéssel. Hangolás, javítás. 06/20-912-4845, 209-3247. www.klavirzongora.hu

**ELADÓ** egy könnyezőpálma. 6 db 90 cm-es levéllel, átmérője: 1,70 m, magassága: 1,40 m. Telefon: 295-3505, Kövesdi Judit.

**ÉLETJÁRADÉKI**, eltartási szerződést kötnék egyedül álló hölgygel, úrral, természetgyógyász-jogász család. Tel.: 06/20-525-4019.

## RÉGISÉG

**DÚTALAN** lakáskiúrtással vásárolok több százézerért régi bútort, porcelánt, cserépedényt, festményt, csillárt, ezüstöt, régi játékok, hagyatékot. 291-3101, 06/30-347-7713, Szellő János.

**KELETI SZÖNYEG- ÉS MŰTÁRGYBESZÜS** vásárol régi keleti szőnyegeket, sérült állapotban is. Kiszállítás díjtalan. Tel.: 06/30-456-3938.

**KASTÉLY BERENDEZÉSÉHEZ** vásárolok festményeket, ezüst tárgyakat, Kovács Margit-, Gorka-, herendi, meissen, Zsolnay porcelánokat, antik órákat, antik bútorokat (hibásat is), könyveket, teljes hagyatékot első vevőként. Díjtalan kiszállítás! Helyszínen készpénzzel fizetek! Üzlet: 1015 Barthyány u. 10. Tel.: 201-6188, 06/20-323-4104.

## EGÉSZSÉG

**LÉZERTERÁPIA**, reumatológia, akupunktúra, fogyás, szénanátha, gerincferdülés, csonttritkulás, csipő- és térdkopás kezelése, fejfájásellátás, lumbágógyógyászat, üzemorvosi vizsgálatok. Tel.: 368-6349, 06/20-968-6886.

**GERINCFAJDALMAK**, nyaki, háti, derekpanaszok, gerincműtét, kar- és lábájdalom, zsinór, fejfájás, migrén gyógyítása orvos-teremtőgyógyász rendelésben. XII., Kékgolyó u. 15/b. Bejelentkezés: 06/20-464-1145, 212-2078, üzenetregítő is. www.gerincorvos.hu.

**FOGSOROK**, hidak készítése, javítása soron kívül. Fogszabályozó, fogfehérítő. Mozgáskorlátozottakhoz hához megyünk! Hétfégyi ügyelet. Fogászati háttér biztosított. Tóthné Húvós Katalin fogtechnikus mester. 1013 Budapest, Krisztina krt. 51., fszr. Mobiltelefon: 06-30222-3016.

**TALPMASSZÁZS**, talpdiagnosztika, fülgyertyázás, thai lábmasszázs (saját fejlesztésű módszer), hajdiagnosztika, testmasszázs, számítógépes lúdtalpbetét-készítés, reiki. „Vivien talpai” orvos-teremtőgyógyász rendelés, II., Filler u. 10/a-b. Tel.: 316-2596, www.vivientalpai.hu.

**FÁJDALOMMENTES** allergia és gombák vizsgálata. Biorezonanciás terápiával: allergia és candida kioldása, bőrbetegségek, szénvedélybetegségek, légúti, emésztési, mozgásszervi problémák, fejfájások kezelése, stresszoldás. „Vivien talpai” orvos-teremtőgyógyász rendelés. 316-25-96, www.vivientalpai.hu.

**CSONTOKÁVCS**-akupresszór Hűvösvölgyi út 54. alatt. Idegbeszűdés, ízületi blokkok, lumbágó-izsás megszüntetése. Térdblokkok, gerincműtét, szédülések műtét nélküli eredményes gyógyítása. Fülakupunktúrára fogókúra. Dr. Garzó Péter természetgyógyász 06/30-945-8477.

**GYÓGYMASSZÓR**. 06/20-515-3370.

**SZERETNE CSALÁDI PROBLÉMÁIRA MEGOLDÁST TALÁLNI?** Jöjjön Hellingner-féle családállításra, egyéni vagy csoportos formában. XII., Kiss J. 30/b. Hívjon: 06/30-216-9104. tuske.agnes@chello.hu.

**BŐRGYÓGYÁSZATI**, onkológiai magánrendelés: anyajegyek, bőrdaganatok szűrővizsgálata, kezelése. Általános és gyermekbőrgyógyászat, kozmetológia. XI., Bartók Béla út 57. Bejelentkezés: 466-8328, dr Bánfalvi.

**FOGYASZTÓ**, alakformáló masszázsfájdalommentesen, 0-1000 Ft/kg. Depresszió-, alvászavar-, fejfájásóckentés, energiatöltés. 06/30-294-1945.

**TELESZEL** központ, XII. Mártonhegyi út 20/e. www.teleszel.hu, 06/70-953-3856. Szolgáltatásaink: kozmetika, fodrászat, masszázok, infrasauna, szolárium, jóga, pilates, mélyizom, kondi, gerincgimnasztika.

**SZORONGÁSOS** állapotok, depresszió, pánikbetegség, alvászavar kezelése. Dr. Novák Judit: 395-9555.

**MIKROHULLÁMOS** rosacea, seprűvéna-körözés, mellékhatás nélküli kezelés. 06/30-960-0933. www.naturklinika.hu.

**HYALURONSÁVAS**-hideglezeres bőrfel-töltés szűrés nélkül! 06/30-960-0933. www.naturklinika.hu.

**VÉGLEGES** szőrtelenítés, nyáron is! Akciós bértetek! Hónalj-bikini: 15 000 Ft. Áll-bajusz: 7000 Ft. 06/30-960-0933. www.naturklinika.hu.

**ÁPOLÁST**, gondozást vállal okl. ápolónő. 303-6417 este, reggel.

**EGYÉNI PILATES** órák talajon és gépén. www.buborekpilates.hu, 06/20-535-9351.

**FEDEZZÜK** fel, hogyan mozogjunk fájdalommentesen, kényelmesen, és hogyan lehet a mozgás élmény. FELDENKRAIS módszer: 2009. július 6-10-ig esténként 18-21 óráig a XII., Városmajor utca 55/a-ban. Jelentkezés, információ: Bárdos Adrienne, 06/20-962-1335, www.feldenkraiss.hu.

## ÁLLÁS

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

**CSALÁDOKHOZ** keresünk és ajánlunk leinformálható bébisittereket, idősgondozókat, házvezetőket. Micimackó. T.: 243-8280, 205-8700, 06/20-575-7435.

**HÉTVEGÉN** (24 órában) vállalok idősgondozást, esetleg havi váltás is lehetséges. 06/70-350-9925.

**ÓVODÁNKBA** (Normafánál) szakképzett óvónőt és dajkát felvesszünk. 214-4257, 06/20-546-6137.

**KÉPESÍTÉSSEL** házi betegápolást vállalok napközben. Referenciákkal rendelkezem. 06/20-365-9042.

**MOST** nyugdíjba vonult nő családnál vállalkozást, igény szerint házvezetést, adminisztratív feladatokat ellátásával együtt. Tel.: 06/70-316-1530.

**BEJELENTETT** állást keresek óvónő, gyógypedagógus, vagyonőr és ingatlankezeléssel. Minden megoldás érdekel, kivéve ügynöki és MLM. 06/70-237-9030, 201-9475.

**HÁZVEZETÉS**, irodakezelés. Precíz, számlaképes, referenciával rendelkező házvezető új munkát vállal. Telefon: 06/20-779-9740.

**MEGBÍZHATÓ**, leinformálható, középkorú hölgy takarítást vállal. 06/70-589-9477.

## TÁRSKERESŐ

**NE MARADJON** egyedül! Párját még ma megtaláljuk! Cronos Buda. 06/30-602-0094.

## KÖNYV

**OPERA ANTIKVIÁRIUM** (VI., Hajós u. 7.) vásárol könyveket, könyvtárakat, képeslapokat, kéziratosokat, régi fényképeket, térképeket, plakátokat, festményeket, bármilyen régi reklámtárgyakat. Ingyenes kiszállítás, készpénzfizetés. Telefon: 332-0243, 06/20-922-0001.

## SZABADIDŐ

**SZARVASON**, város felőli oldalon vízparti, felújított nyaraló kiadó. 06/20-923-9995.

**SZIVÁRVÁNY TÁBOR** 3-8 éveseknek a Normafánál. Augusztusban jelentős kedvezményel. 06/20-546-6137, 214-4257 www.minitipp.hu.

## PARLAFÜGYÜJTÉS

Kedves Hegy lakók! AZ MSZP ifjúsági szervezete – immár harmadik alkalommal – az idén is megrendezi a parlafügyűjtést.

Találkozó: július 4-én 10 órakor a fogaskerekű svábhegyi megállójánál.

Száz szál parlafügyűjtést lehet egy tombolajegyhez jutni. A tombolasorsolás nyerevénye egy mountain bike kerékpár. Tavaly négyezernél több szál parlafügyűjtést össze, a résztvevők sokmilliárd fertőző pollentől szabadították meg a hegyet. Szeretettel várunk minden korosztályt!

**ZÁRKIRÁLY® BT.**  
ZÁR, KILINCS, 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 ÁTKÖDÖLÉSE
- EGYFORMA ZÁRLATÚ,
- FŐ- ÉS VEZÉRKULCSOS RENDSZEREK
- HEVEDERZÁRAK SZERELÉSE: egyedi méret is
- ZÁRAK, ZÁRBETÉTEK, HEVEDERZÁRBETÉTEK CSERÉJE

**SZOMBATONKÉNT -10%!!!!**



Minden előre lekötött 3 megjelenés esetén **20%** kedvezmény!\*

Minden előre lekötött 6 megjelenés esetén **30%** kedvezmény!\*

További információkért forduljon munkatársunkhoz az alábbi elérhetőségeken:  
Kovács Balázs  
telefon: +36 30 337 99 62  
e-mail: kovacs.balazs@ypsilonmedia.hu

YPSILON MÉDIA

\*Akció ideje: 2009. május 19. - 2009. július 14.



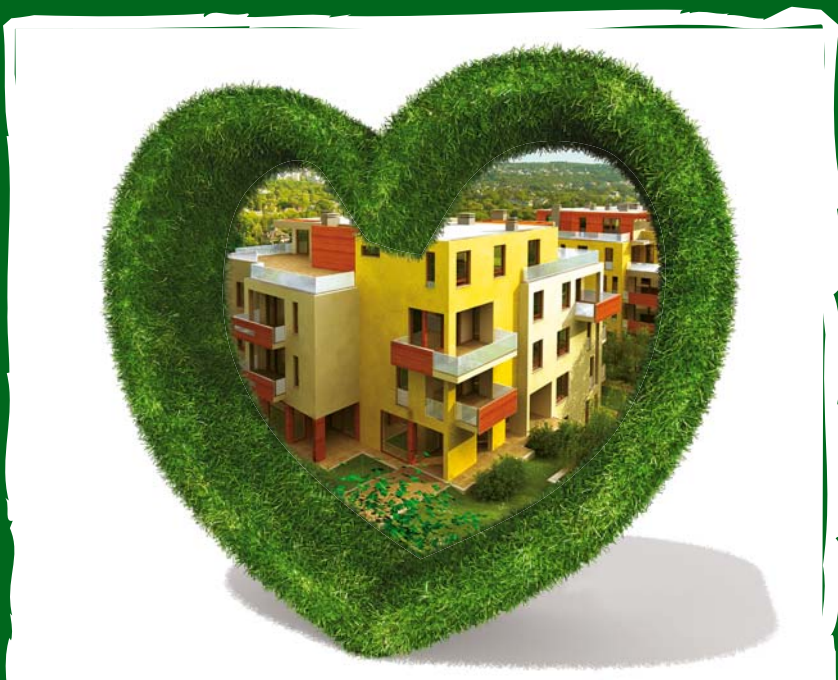
Pasarét  
RESIDENCE

www.pasaretresidence.hu

# Azonnal beköltözhető lakások Buda szívében!

- ▶ magas minőség
- ▶ teraszos, panorámás lakások 47-99 m<sup>2</sup> között
- ▶ értékálló befektetés

Pasaréti út 82-84.



3 4 4 4 8 8 8

SPORTOS, EDZETT  
HEGYVIDÉK

## NYÁRI PROGRAMOK

TESTÉPÍTÉS, ÁTMOZGATÓ  
EDZŐTERMI, SZÜLYÖZÉS, ILLETVE  
KARDIOGÉPES EDZÉS

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

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



## TENISZOKTATÁS!

**Fogarasi Síiskola (Piarista Sporttelep, XII., Költő utca 38.).**

• **Szerda 15.00–16.00.** Előzetes bejelentkezés szükséges Fogarasi Orsolyánál, a 06-30-931-06-15-ös telefonszámon.



## NORDIC WALKING

**Hetente kétszer!**  
**Fogarasi Síiskola (Piarista sporttelep, XII., Költő utca 38.)**

• **Hétfő és szerda 17.30–18.30.** Előzetes bejelentkezés szükséges Fogarasi Orsolyánál, a 06-30-931-06-15-ös telefonszámon.



## „LÉPÉSELŐNY”

**Futás, illetve kocogás szakavatott edző segítségével, tanácsadással. Edzettségi állapot felmérése, személyes edzésterv készítése, ajándék lépésszámláló.**

**Fogarasi Síiskola (Piarista Sporttelep, XII., Költő utca 38.)**

• **Szerda 17.30–18.30.** Előzetes bejelentkezés szükséges Fogarasi Orsolyánál, a 06-30-931-06-15-ös telefonszámon.



## TERMÉSZETJÁRÓ TÚRA

**VÁLTOZÁS! Július 3–11.: Sumava, Cseh-Svájc, Drezda. Túrávezető: Sütő-Nagy István. Utazás: autóbusszal. Indulás: 6.00 Erzsébet tér, az V. kerületi polgármesteri hivatal elől. Útvonal: Sumava, Passau, Regensburg, Cseh-Svájc, az Elba cseh és német áttörése, Drezda. Szállítás: Drezdában. Költség: 120 000 Ft + belépők.**



## EVEZÉS

A szakosztály tagjainak 2 kiel-boot áll rendelkezésre a Ferencvárosi Evezős Club telephelyén (XX., Vízisport utca 24.) Telefonon igényelhető!



## KERÉKPÁROS TÚRÁK

A hét végi kerékpártúrára az időjárás ismeretében a hét közepétől lehet jelentkezni. Érdeklődni a pallaszo@freemail.hu e-mail címen vagy a 06-70-212-5555-ös telefonszámon lehet.

## Kerékpáros programok júliusra

**Nyári kerékpáros tábor július 19–25.** közt a Tiszakécskéhez tartozó Kerekdombi fürdő és kemping területén. Szállítás: saját sátorban. Minden reggel úszás. Napközben kerékpáros túrák (kb. 40–70 km). A jelentkezőknek július 15-ig kerékpáros túrákat szerveznek az állóképesség felmérésére. A táborban mindenki a saját felszerelésével vehet részt. A KRESZ ismerete, valamint közlekedésre alkalmas kerékpár szükséges. A tervezett költség: 17 000 Ft/fő (szállás, étkezés). Jelentkezés, információ: a pallaszo@freemail.hu e-mail címen vagy a 06-70-212-5555-ös telefonszámon.

**Pontszerző kerékpártúrákat** szervez a Hegyvidék kerékpáros csoport kerületi általános és középiskolás tanulóknak július 1-jétől. Bárki csatlakozhat, akár egyéni, akár csoportosan. A pontozás a meghirdetett rendezvényeken: 2 pont/10 km/fő, a kredit rendszerű túrákon: 1 pont/10 km/fő. Hétvégenként, ha az időjárás engedi, túrákat szerveznek. Indulás ősszel-tavasszal 10 órakor, nyáron 9-kor, télen 11-kor a XII. kerületi Szabadidősport Központ elől (XII., Városmajor utca 29/b). Értékelés: a legtöbb pontot szerző csapat és egyéni pontok alapján. A legtöbb pontot szerző csapat szállásdíját (maximum 20 fő részére) a 2010-es Nagykörösi Túrákerékpáros Találkozón átvállalják. Az egyéni első három helyezett tárgyjutalomban részesül, amelyet a 2010-es Nemzetközi Túrákerékpáros Találkozón adnak át.

*A programok – a többnapos túrák (szállás, étkezés, utazási díjak) kivételével – a résztvevők számára INGYENESEK, a költségeket a hegyvidéki önkormányzat viseli. További információ: XII. kerületi Szabadidősport Központ, Csörzs utca 2–4. Telefon/fax: 319-92-92, e-mail: sportcenter12@freemail.hu, Lódy Katalin sportszervező.*

## Főszerepben a testnevelés

Heti öt testnevelésórát tartanak a következő tanévtől az önkormányzati fenntartású hegyvidéki iskolák első osztályosainak. Még a tanév vége előtt két intézményben jártunk, ahol örömmel fogadták a változást.

A modernkori ember egyik legnagyobb problémája a mozgásszegény életmód. Ráadásul ez nemcsak a felnőtteket, hanem a gyerekeket is érinti, hiszen a fiatalok is hosszú órákat töltenek ülő helyzetben, előbb az iskolában, aztán otthon, legtöbbször a számítógép monitorja előtt görnyedve. És akkor még szó sem esett a televíziózással elvesztegetett időről, amiben a statisztikai adatok



A gyerekek ebben a korban még szeretnek sportolni

szerint a magyar ember sajnos az elsők között áll Európában.

Évekkel ezelőtt Nádori László, a TF professzora már kijelentette: szükség lenne a mindenna-

pi testnevelésre; a mindenkori kormánynak és a szaktárca-nak biztosítania kellene, hogy a nyolc-tíz óra üldögélés ellensúlyozásaként legalább napi egy testnevelésórát tartssanak az iskolákban. A szakember elmélete most valósággá válik, legalábbis a XII. kerületben.

A hegyvidéki önkormányzat mindig is igyekezett mozgásra biztatni a polgárokat, s ehhez megfelelő helyszíneket és programokat is biztosít – gondoljunk csak a közelmúltban felújított játszótérre, vagy éppen a Sportalok is hosszú órákat töltenek ülő helyzetben, előbb az iskolában, aztán otthon, legtöbbször a számítógép monitorja előtt görnyedve. És akkor még szó sem esett a televíziózással elvesztegetett időről, amiben a statisztikai adatok

A helyszín az Arany János Általános Iskola és Gimnázium. A műfüves pályára pillantva éppen az elsősök szaladgálnak „milliónyian” a zöld borításon, és ránézésre egy nagyobbacska fiút kergetnek, aki elég ügyesen bánik a labdával, s csak nagy nehézségek árán tudják szerelni. Az órát Lovassy János, az intézmény felállításban foglalkoztatott testnevelés tanára vezeti, aki ekképpen reagál arra, hogy az eddigi heti három „tesit” öt váltja.

– Nálunk egy kijelölt szaktanár úgynevezett tömegsportórát is tart az alsósoknak a heti három „rendes” óra mellett. Ami a kicsiket illeti, az a legfontosabb, hogy minden feladatot játékosan végezzek el. Ha például versenyt kell futniuk rövid távon, azt élvezik, viszont ha azt mondom nekik, hogy fussanak ötször hatvan métert, azt már bizony nem szívesen csinálják. Bár az ő korukban a lelkesedésre nem lehet panasz, hiszen nagyon szívesen mozognak. Persze mindig akad egy-két kivétel, de ez ritka.

Az intézmény elsősorban a labdarúgásra és az úszásra építi fel a sportéletet, a diákok a testnevelésórák keretében uszodába is járnak. Az épület felé sétálva három létesítménybe is szinte belebotlik az ember. A testnevelő meg is erősíti, amit ebből már sejteni lehetett: az Arany János iskola kapacitása elegendő a heti öt testnevelésóra megtartására.



A kicsik inkább a játékos feladatokat kedvelik

– Az óraszám növekedése nem lehet gond. Van két kisebb tornateremünk és egy nagyobb. Az a kettő, amelyek az épületben van, korábban tanterem volt, de az alsósok számára tökéletesen megfelel. Ezek mellett itt a műfüves pálya, amely télen fedett, plusz a betonpálya a nagyterem mellett.

A Tamási Áron iskolában szeptemberre elkészül az új, 492 négyzetméteres tornacsarnok. Hajnal Gabriella igazgatót kérdeztük, mit szól ahhoz, hogy a kicsik ezentúl heti ötször mozoghatnak.

– Mióta én itt dolgozom, nálunk ez már így működik. Az elsősöknek, a harmadikosoknak és a negyedikeseknek heti négy testnevelés mellett egy néptánc-órája van, míg a másodikosoknak az egyik „tesit” helyett úszást tartalmaz az órarendjük. A szülők általában elnek a lehetőséggel, és ilyen irányú, emelt szintű osz-

tályba íratják gyermekeiket. Nálunk nem tanítók vezetik ezeket az órákat, hanem szaktanárok. De visszatérve az eredeti kérdésre: örülök a döntésnek, mert ilyen fiatal korban nagyon fontos a mozgás!

Az igazgatóhoz hozzátette, hogy eddig sok órát a szabadban tartottak.

– Szerintem nálunk rosszabb helyzetben kevés kerületi iskola volt, ami a termeket illeti, ennek ellenére sem csak a jogszabályban az alsósok számára minimálisan előírt heti három testnevelésórát tartottunk! A szabadban is lehet mozogni, minden csak akarat kérdése. Egyébként pedig a gyerekek ilyen korban még nagyon szeretnek sportolni, hiszen a délutáni szakkörökben is sokat részt vesznek.

(CSNM)

■ *A témára következő lapszámainkban még visszatérünk!*

## Hagyományteremtő kosárlabda-fesztivál

Első alkalommal rendezték meg a Városmajori Kosárlabda Fesztivált. A hagyományteremtő céllal életre hívott családi sportnap a remények szerint új lendületet ad a kerületi diákkosárlabda-életnek.

A BSE-ben kosarazó gyerekek szüleinek kezdeményezésére tavaly alakult meg a Városmajori Kosárlabda Közhasznú Egyesület. A cél egyértelmű: híveket szerezni a gyerekek, családok körében a kosárlabdának, meg-

szükségük ahhoz, hogy megismerjék és megszeressék a sportot. A mai, „digitalizált” világban egyre kevesebben szánják rá magukat arra, hogy edzésekre járjanak, hiszen a sport, bizony, néha lemondásokkal, fáradsággal jár. Ám a kosárlabda nemcsak az izmokot erősíti, a sporttársak között mély, sokszor életre szóló barátságok kötődnek, miközben a gyerekek azt is megtanulják, hogyan kell csapatban, a másikat segítve, másoktól függve, együtt, egy célért küzdeni. A sport tehát nem csupán a testet formálja, ha-



Streetball-bajnokság is színesítette a programot

szervezni a kerületi iskolák kó-sárelétét, egyúttal újra pezsgő sportéletet varázsolni a városma-jori parkba.

Gundel Takács Gábor, a közhasznú egyesület elnöke a Hegyvidék kérdésre elmondta: a gyerekeknek ösztönzésre van

nem az ember lelkét is nemesíti, jó hatással van az egészségre és a társas kapcsolatokra.

A szervezők éppen ezért mindent megtertek, hogy a rendezvényre látogatók jól érezzék magukat, hazatérve pedig viszkárvánkozzanak a kosárpályá-

ra. A gyerekek a Basketballworld Kft. ügyességi játékaiban próbálhatták ki rátermettségüket, volt streetball-bajnokság, sorverseny a legkisebbek részvételével és körmérkőzéses kosármecsek a 3–4. osztályosok számára. Jól sikerült a Kós Károly és az első kerületi Batthyány iskola részvételével megtartott minibajnokság, de nem hiányozhattak a kézműves-foglalkozások sem. Akik a sok mozgástól megéheztek, eredeti zalai ételkülönlegességekkel csillapíthatták étvágyukat. A rendezvény az egyik olyan ritka alkalom egyike volt, amikor az eseményt támogató FKFK Zrt. kukásautójára a gyerekek büntetlenül felmászhattak.

A BSE több híressége is ellátogatott az eseményre, és egy meccs erejéig újfent pályára léptek a Kósa L. Adolf, Várkonyi Attila, Schulek Csaba neveléssel fémjelzett MTV médiaválogott ellen. Az utánpótlás legjobbjai a rendezvényen vehették át a bajnokságokban megszerzett érmeiket, a Budapest-bajnokságban sikert sikerre halmozó kadettcsapat ráadásul a pályán is bebizonyította, hogy érdemes építeni rá, hiszen szoros meccset játszott a BSE felnőttjeivel.

A szervezőknek sikerült elnyerniük a hegyvidéki önkormányzat támogatását, így a jövő évtől várhatóan kosárlabdaprogram indul a sportág iránt érdeklődő általános iskolákban. A kezdeményezés példaértékű, hiszen jelenleg nincs összehangolt kosárlabda-oktatás a kerületben. (emm)

## Első versenyén lett a főváros legjobbja



A diákolimpián néhány versenyszámban – a sportágak sajátosságai folytán – nem rendeznek kerületi finálékat, hanem mindjárt a Budapest-régió döntőire kerül sor. Ilyen sportág például a kajak-kenu is, amelynek versenyein kizárólag igazolt versenyzők indulnak, mivel az egyesületek tudnak hajót biztosítani.

A budapesti döntőt idén is az Újpesti-öbölben rendezték meg. Némi meglepetésre kajakpárosban 500 méteren Dimanopulosz Zsombor, a Németvölgyi Általános Iskola 6. osztályos diákja – a nem kerületünkben tanuló Varga Dáviddal – első lett korosztályában (képünkön a dobogó tetején). Mindketten a KSI-be

járnak, edzőjük Szigeti Viktória. Ez volt életük első versenye.

Zsombor egy éve került a KSI-hez, főként az asztmája miatt választotta ezt a sportot. Az edzője azért rakta őt egy hajóba Dáviddal, hogy a fiú Zsombortól tanulja meg a technikát. Egy hajóhosszal nyerték meg a számukat, s mivel végig az élen álltak, nem is kellett mindent beleadniuk. Ezen a versenyen még a lassabb lemezlapátot csak az kap, aki 17 perc alatt kerül meg az öblöt. Ezt a feltételt már teljesítették, így a június végén megrendezett országos döntőn – amelyen a 2. helyen végeztek – már a winggel lapátoltak.

KGY



## 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 • Szerkesztőség titkár: BOZSOKI JÚLIA • Cím: 1126 Budapest, Beethoven utca 2/a fszt. Telefon: 356-3446, 355-2494. Fax: 225-8868. Internet: <http://www.hegyvidekujtag.eu>. E-mail: [hegyvid@mail.datanet.hu](mailto: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. Tördelészerkesztő: SZABÓ KÁROLY • Nyomdai előállítás: Magyar Közlöny Lap- és Könyvkiadó Kft. Lajosmizsei Nyomdája. Felelős vezető: BURJÁN NORBERT igazgató • [www.hknyomda.hu](http://www.hknyomda.hu) • Hirdetésefelvétel: 328-0316, kovacs.balazs@psylonmedia.hu • APRÓHIRDETŐNKET továbbra is szerkesztőségünkben várjuk! • Terjeszti a Hegyvidék Futár Bt. 06/30-634-5405 • Kéziratokat, rajzokat, fotókat nem örzünk meg és nem küldünk vissza! •