



Felavatták Boldog Teréz anya hegyvidéki szobrát

A jótékonyág nemzetközi napján szobrot avattak Boldog Teréz anya tiszteletére a róla elnevezett téren. A szentet ábrázoló alkotást Lévai Anikó, a miniszterelnök felesége, Mira Hoxha, Albánia nagykövete, asszonya, Pokorni Zoltán polgármester, valamint Alberto Bottari de Castello apostoli nuncius leplezte le ünnepélyes keretek között.



Milliók példaképévé vált

„Zavarba ejtő, mondhatnánk, kényelmentlenül példamutató életet élt, nap mint nap szembenézett az általunk elképzelhetetlen nyomor és kilátástalanság szörnyű jeleneteivel. Nem távoli adományszóként könnyített lelkiismeretén, hanem évtizedeken át bírta lelkierővel a jelenléte Kalkutta nyomornegyedeiben” – mutatta be Pokorni Zoltán Boldog Teréz anyát, akinek szobrát a jótékonyág nemzetközi napján avatták fel a Mártonhegyen, a nevét viselő kis téren.

A Hegyvidék polgármestere elmondta, hogy Teréz anyát a média sztárrá akarta faragni, de ő minden kitüntetés, minden királyi, elnöki fogadás és a Nobel-békedíj átvétele után is makacsul visszatért pártfogoltjai közé. Ugyanakkor a média javára írható, hogy milliókkal ismertette meg személyét és cselekedeteit, hogy elgondolkodtasson bennünket az önzetlenség, a segíteni akarás egyszerű, hétköznapi természetességéről. Pokorni Zoltán megemlítette, hogy a Teréz anya által alapított Szeretet Misszionáriusai rendjéhez ma már négyezer apáca és négyszáz szerzetes tartozik, gyógyító-gondozó munkájuk



Alberto Bottari de Castello, Pokorni Zoltán, Lévai Anikó és Mira Hoxha közösen leplezte le a szobrot

kat számtalan önkéntes segíti a világ százötven államában, köztük Magyarországon is.

Lévai Anikó, a miniszterelnök felesége a szoboravatáson arról beszélt, hogy Teréz anya szeretetéről vallott hitvallása mindenki számára példaként szolgál. „Azzal, hogy Teréz anya-szobrot avatunk a jótékonyág nemzetközi napján,

mi is hitet teszünk a szociális érzékenység és a kultúrák találkozása mellett” – mondta, majd emlékezett Szent Teréz szavaira, miszerint a világban sokan vannak azok, akik egy darabka kenyérre éheznek, de talán még többen, akik a szeretetért. Felidézte: a Teréz anya által alapított szerzetesrend hitvallása a többi között azt a fel-

adatot tűzte ki célul, hogy segítse az éhes, a ruhátlan, a hajléktalan, a leprás, a béna és a vak embereket, olyanokat, akiket kizárítottak a társadalomból, és mindenki elkerüli őket.

Az Albán Köztársaság nagykövete, Mira Hoxha köszöntőjében kiemelte, hogy az ENSZ közgyűlése két évvel ezelőtt magyar kez-

deményezésre nyilvánította szeptember 5-ét, Boldog Kalkuttai Teréz anya halálának napját a jótékonyág világnapjává. „E nap célja, hogy tisztelgjen a történelem egyik legnagyobb humanitáriusa, a modern kor legkiválóbb asszonya, az albán nemzet lánya és büszkesége előtt” – jelentette ki a nagykövete. Mira Hoxha beszédének zárásaként köszönetet mondott a Hegyvidéki Önkormányzatnak, Pokorni Zoltán polgármesternek, valamint Fonti Krisztina alpolgármesternek elkötelezettségükért, amiért lehetővé tették a szoborállítását.

Mihályi Gábor szobrászművész alkotását, az Albán Köztársaság és a Hegyvidéki Önkormányzat együttműködésével felállított bronzszobrot Pokorni Zoltán, Lévai Anikó, Mira Hoxha, valamint Alberto Bottari de Castello apostoli nuncius közösen leplezte le a Boldog Teréz anya téren. A Bűrök, az Ormódi és a Kempelen Farkas utca találkozásánál lévő teret két évvel ezelőtt nevezték el az 1997-ben, 87 éves korában elhunyt, majd 2003-ban boldoggá avatott apácáról.

(Folytatás a 3. oldalon)

Kaszás Attila-díj: Nagy Alfréd a kitüntetés

Szűcs Gábor, a Mozaik Művészegyesület elnöke és Pokorni Zoltán, a Hegyvidék polgármestere 2008-ban, a Magyar Kultúra Napján alapította meg a Kaszás Attila-díjat, amelyet ebben az esztendőben immár hetedik alkalommal adtak át az ötletgazdáknak. Az idén a Győri Nemzeti Színház szolgált otthonul a rendezvénynek.

„Aki a Kaszás Attila nevét viselő díjat megkapja, méltán lehet büszke magára, hiszen olyan ember a díj nevének hordozója, aki ízig-vérig, minden porcikájában remek színész volt” – emelte ki a hétfő esti gála előtt Forgács Péter, a győri teátrum igazgatója. Hozzátette, Kaszás Attilával többször játszották felváltva ugyanazokat a szerepeket: „Említhetném a Sakkot, a Nyomorultakat, de élete utolsó előadásában, az »56 csepp vér« című produkcióban is együtt alakítottunk.”



Nagy Alfréd

A díjátadó ünnepségen Borkai Zsolt, Győr polgármestere köszöntötte a megjelenteket. „Nagy öröm számomra, hogy városunkban rendezhetjük az eseményt. Úgy gondolom, amikor az alapítók kitalálták ezt az elismerést, ők maguk sem gondoltak arra, hogy a magyar ajkú színészek egyik



A polgármester adta át a díjat a fiatal színművésznek

legrangosabb kitüntetése lesz a Kaszás Attila-díj. Győr intézményei és társulatai bizonyították, hogy komoly és magas szintű kultúrát tudnak közvetíteni a közönség felé, és ebbe méltón illeszkedik a mai ünnepség” – fogalmazott a győri polgármester.

A galán megjelentek a korábbi évek díjazottjai is. A kitüntetettek ugyanis egy idén kiírt pályázat eredményeként alkotott szobrot vehettek át az alapítóktól. A díj egy meghajló művészt ábrázol, s Paulikovics Iván munkáját dicséri.

„Pályázatunkra harminc pályamű érkezett, ezeket komoly szakmai zsűri értékelt. Az mindenképpen feltétel volt, hogy ne Kaszás Attilát ábrázolja az alkotás – mondta Pokorni Zoltán. – Az elismerés egyébként is azokat hivatott díjazni, akik az előző évadban egyszerre mutattak kiemelkedő művészi teljesítményt, és társulatukon belül is jelentős közönségszervező tevékenységet folytattak. Korábban döntöttünk arról is, hogy ne egy zsűri vagy kuratórium értékeljen, hanem a színészek válasszák ki maguk kö-

zül az általuk legérdemesebbnek tartott pályatársukat.”

A harmadik fordulóig eljutott három színész közül végül a közönség szavazatai alapján választották ki a díjazottat. Az idén az Örkény Színház művésze, a Jászai- és Kossuth-díjas Pogány Judit, a Radnóti Színház teherességére, az ugyancsak Jászai-díjas Schneider Zoltánra, valamint a sepsiszentgyörgyi Tamási Áron Színház művésze, Nagy Alfrédra voksolhatott a publikum. A jelöltek a galán kisfilmekben mutakoztak be, majd a teátrumok igazgatói méltatták művészeiket, egyúttal felidéztek Kaszás Attila munkásságát és személyét.

„Nagy dolog, hogy hét év után is létezik ez a díj – fogalmazott köszöntőjében L. Simon László, a Miniszterelnökség parlamenti államtitkára. – De nemcsak az évek az érveinek az elismerésnek, hanem az is, hogy komoly szakmai legitimitáció áll mögötte. A díj jelképezi a nemzeti összetartozást és azt, hogy a magyar kultúra határoktól függetlenül egység.”

A beszédek és a színpadi produkciók után Szűcs Gábor és Pokorni Zoltán ünnepélyesen bejelentette, hogy 2014-ben Nagy Alfréd a Kaszás Attila-díj nyertese.

„Nagyon nehéz most bármit is mondanom. Rengeteg embernek kellene megköszönnöm, hogy itt állhatok, de valaki óhatatlanul kimaradna. Ezért legfőképpen páromnak, Szendének szeretnék köszönetet mondani, hogy velem van, s hogy az elmúlt évben sok szép és nehéz pillanatot éltünk át együtt. Ez a szeretet ölelje át mindazokat, akik rám szavaztak” – mondta meghatottan az immár Kaszás Attila-díjas színész.

A Győri Nemzeti Színházban rendezett ünnepség az idén először négynaposra kerekedett, hiszen ezúttal a jelöltek saját színházuk egy-egy darabjával is bemutatkoztak a nagyközönségnek. A Színésziünnepként emlegetett rendezvény része volt az itt évek óta nagy sikerrel zajló nyílt nap is. A színházkedvelők szeptember 6-án a pincétől a padlásig bejárhatták a győri teátrum épületét, így a kulisszák mögött kalandozva megtudhatták, mennyi munkával jár egy előadás színpadra állítása és eljátszása.

A díjátadó gála Forgács Péter által összeállított műsorában felléptek Miklósa Erika, Dolhai Anikó, a Győri Balett táncosai és a Góbé zenekar. A nézők részleteket láthattak a Sakk című musicalből, sőt a győri színházban most készülő, Jézus Krisztus szuperstar című darab koncertszerű előadását is meghallgathatták.

Csapuka Adrienn

Fejlesztési forrásokhoz juthat a Szent János Kórház

Megújult a Szent János Kórház koraszülötteket ellátó Perinatális Intenzív Centruma. Az erről hírt adó sajtótájékoztatón Zombor Gábor egészségügyért felelős államtitkár és Pokorni Zoltán polgármester arról is szólt, hogy a betegellátás színvonalának javítása, valamint az egyetemi oktatóbázis bővítése érdekében tárgyalások kezdődtek a Kútvölgyi és a János kórház közti szakmai együttműködés kialakításáról.

Megkezdődtek a tárgyalások a Szent János Kórház és a Semmelweis Egyetem Kútvölgyi Klinikai Tömbjének együttműködéséről, amelynek keretében az egyetem bővíthetné a gyakorlati oktatóbázisát – mondta el a János kórházban tartott sajtótájékoztató Zombor Gábor. Az egészségügyért felelős államtitkár hangsúlyozta, hogy az együttműködés komoly fejlesztési forrásokat biztosítana a János kórház számára: mivel az oktatási lehetőségek bővítése jelentős többletbevételt hozna az egyetem számára, az ál-

lamtitkárság javaslata szerint a többletforrás egy része – javaslatuk alapján éves szinten minimum 500 millió forint – a Szent János Kórház felújítási alapjába kerülne.

Az állam ezt az összeget ugyanennyivel kiegészítené, így éves szinten legalább egymillió forintot fordíthatnának a budai régiót ellátó intézmény fejlesztésére. Az államtitkár hozzáfűzte: sokat jelent a Hegyvidéki Önkormányzat által felajánlott segítség, és hálás a polgármester kezdeményező, katalizáló szerepéért.

„Az javaslatom majd a választások után újonnan összeülő képviselő-testületnek, hogy évente ötmillió, azaz öt év alatt kétszázötvenmillió forinttal támogassuk a Szent János Kórházat, amennyiben megkezdődik a szakmai integráció” – jelentette be Pokorni Zoltán. A polgármester felidézte, hogy a korábbi években többször is felmerült már a János és a Kútvölgyi kórház együttműködése, de ezek az elképzelések nem jutottak a megvalósítás fázisába, mert nem tartották tiszteletben az intézmények eltérő szakmai sajátosságait.

(Folytatás a 2. oldalon)



Korszerű műszerekkel szerelték fel a Perinatális Intenzív Centrumot

A Helyi Választási Iroda tájékoztatója

A 2014. OKTÓBER 12. NAPJÁRA KITÜZÖTT HELYI ÖNKORMÁNYZATI KÉPVISELŐK ÉS POLGÁRMESTEREK VÁLASZTÁSÁRÓL, VALAMINT A NEMZETISÉGI ÖNKORMÁNYZATI KÉPVISELŐK VÁLASZTÁSÁRÓL

■ Névjegyzék és értesítő

A választásra jogosult polgárokról **központi névjegyzék** készül.

A helyi önkormányzati képviselők és polgármesterek választásán választójoggal rendelkezik minden Magyarország területén lakóhellyel rendelkező, nagykorú, magyar és európai uniós állampolgár, illetőleg a magyarországi lakóhellyel rendelkező, menekültként, bevándoroltként vagy letelepedettként elismert nagykorú személy.

A nemzetiségi önkormányzati képviselők választásán választó az, aki a **nemzetiségi névjegyzékben** szerepel. A nemzetiségi névjegyzékbe kérelmére fel kell venni azt, aki a helyi önkormányzati képviselők és polgármesterek választásán szavazati joggal rendelkezik, valamely nemzetiséghez tartozik, és e nemzetiséghez tartozását a kérelemben megvallja. Egy személy egyidejűleg csak egy nemzetiség névjegyzékében szerepelhet. A nemzetiségi névjegyzékbe vételre irányuló kérelem benyújtásának határideje: **2014. szeptember 26. 16.00.** A kérelem elküldhető postai úton vagy online, az ügyfélszolgálaton keresztül, illetőleg leadható személyesen a hegyvidéki polgármesteri hivatalban (1126 Budapest, Böszörményi út 23–25. alagsor 3.).

A választási iroda a névjegyzékkel kapcsolatos kérelemnek csak abban az esetben ad helyt, ha a választópolgár kérelemben szereplő adatai pontosan kerültek kitöltésre, és megegyeznek a polgárok személyi és lakcímadatait tartalmazó nyilvántartás, illetve a magyar állampolgárságát igazoló okirata nyilvántartási adataival.

A központi névjegyzékkel kapcsolatos kérelemtől a választási iroda határozatot hoz, amiről a kérelmezőt értesíti a kérelemben megadott módon (e-mail, fax), továbbá postai úton lakcímén, és amennyiben kéri, úgy a kérelmező által megjelölt tartózkodási címén is levélben.

Azon választópolgárok részére, akik legkésőbb 2014. augusztus 15-én szerepelnek a szavazóköri névjegyzékben, a Nemzeti Választási Iroda értesítőt küld a névjegyzékbe történt felvételről **2014. augusztus 25-ig** postai úton. Az értesítő felvilágosítást tartalmaz a szavazás időpontjáról, a szavazóhelyiség címéről és a választással kapcsolatos egyéb tudnivalókról.

Ha a választópolgár nem kapja meg az értesítőt, az megsemmisül vagy elvesz, a helyi választási irodától új értesítőt igényelhet.

■ Fogyatékkal élők

A fogyatékossgal élő választópolgárok választójoguk gyakorlása segítése érdekében a helyi választási irodán előterjesztett kérelemben kérhetik Braille-írással készült értesítő megküldését, könnyített formában megírt tájékoztató anyag megküldését, Braille-írással ellátott szavazószablon alkalmazását a szavazóhelyiségben és a mozgáskorlátozottak szavazásánál, illetve akadálymentes szavazókörbe történő felvételét, továbbá mozgáskorlátozottak szavazásánál.

■ **Mozgáskorlátozottak**
Mozgáskorlátozottak az a választópolgár nyújthat be, aki mozgáskorlátozott, és állapotánál fogva nem tud megjelenni a szavazóhelyiségben. Mozgáskorlátozott csak olyan címre lehet kéri, amely ugyanazon szavazókörben található, ahol a választópolgár lakik. A kérelmet **2014. október 10-én 16.00** óráig kell benyújtani ahhoz a helyi választási irodához, amelynek névjegyzékében szerepel, avagy a választás napján 15.00 óráig a szavazatszámoló bizottsághoz. Fontos, hogy aki mozgáskorlátozott, a szavazókörben „hagyományos módon” nem szavazhat, kizárólag mozgáskorlátozott.

■ Átjelentkezés iránti kérelem

Aki lakóhelye mellett bejelentett tartózkodási hellyel rendelkezik, választhat, hogy melyik település önkormányzatának (a lakóhelye vagy tartózkodási helye szerinti önkormányzat) megválasztásában szeretne részt venni. Ha úgy dönt, hogy a tartózkodási helyén akar szavazni, akkor kérheti átjelentkezését a lakcíme szerinti választási irodától.

Átjelentkezési kérelmet az a választópolgár nyújthat be, akinek 2014. június 23. napjáig létesített tartózkodási helyének érvényessége legalább 2014. október 12. napjáig tart.

A kérelmet a választópolgár lakcíme szerinti illetékes helyi választási irodában (de személyes ügyintézés esetén a bejelentett tartózkodási hely szerinti helyi választási irodában is) lehet intézni **legkésőbb 2014. október 10-én 16.00 óráig.** A kérelmet ugyanazon időpontig lehet módosítani vagy visszavonni. Kérjük, hogy az átjelentkezési kérelem benyújtását lehetőség szerint ne hagyják az utolsó pillanatokra.

■ Külföldön élő választópolgárok

Az önkormányzati választás alkalmával a hatályos jogszabályok nem teszik lehetővé a külképviseleten történő szavazást.

■ A névjegyzékkel, az átjelentkezéssel, illetve a mozgáskorlátozottak kapcsolatos ügyintézésre a Helyi Választási Iroda Névjegyzéki Csoportjánál

(1126 Budapest, Böszörményi út 23–25. alagsor 3. szoba, telefon: 224-5985) munkaidőben van lehetőség.

További információk a Nemzeti Választási Irodánál (www.valasztas.hu) kérhetők.

Gottfriedné dr. Tusor Gabriella
a Helyi Választási Iroda vezetője

Fejlesztési forrásokhoz juthat a Szent János Kórház

(Folytatás az 1. oldalról)

Úgy vélte ugyanakkor, hogy „ha volt értelme az egykori önkormányzati kórházak állami kezelésbe vételének, akkor az itt, Budán, a János és a Kútvolgyi kórház közötti lehetséges együttműködésben biztosan látszik, hiszen itt van egymás mellett két kisebb-nagyobb gondokkal küszködő, nagy múltú intézmény, amelyek között eddig nem volt túl sok kooperáció”.

Pokorni Zoltán szerint reális célkitűzés lehet, hogy ennek a kormányzati ciklusnak a végére

völgyi Klinikai Tömb tervezett együttműködéséről annak apropóján beszéltek a sajtótájékoztató résztvevői, hogy 114 millió forint európai uniós támogatással, az intézmény által biztosított önrésszel együtt összesen 132 millió forintból teljesen megújult a János kórház Perinatális Intenzív Centruma. Dr. Princzkel Erzsébet részlegvezető főorvos elmondta: a központot a beruházás során a legkorszerűbb inkubátorokkal és a hozzájuk tartozó műszerekkel szerelték fel. Tizenkét inkubátorban látnak el kis súlyú koraszülötteket, valamint azokat az újszülötteket, akik időre, rendes súllyal születnek, de valamilyen kiegészítő intenzív kezelésre szorulnak.



A főorvos tájékoztatása szerint a Szent János Kórház PIC-részlegén évente mintegy háromszáz koraszülött csecsemőt látnak el, közülük körülbelül 240 igényel légzéstámogatást, légzésterápiát, fokozottan intenzív ellátást. A legkisebb súlyú baba, akit életben tudtak tartani, 470 grammal született.

A Szent János Kórház és a Kút-

vet, valamint azokat az újszülötteket, akik időre, rendes súllyal születnek, de valamilyen kiegészítő intenzív kezelésre szorulnak.

A főorvos tájékoztatása szerint a Szent János Kórház PIC-részlegén évente mintegy háromszáz koraszülött csecsemőt látnak el, közülük körülbelül 240 igényel légzéstámogatást, légzésterápiát, fokozottan intenzív ellátást. A legkisebb súlyú baba, akit életben tudtak tartani, 470 grammal született.

z.

BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK 26/2014. (VIII. 29.) ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE A BUDAPEST XII. KERÜLETI VÁRAKOZÁSI ÉS VÉDETT ÖVEZETEKRŐL, A VÁRAKOZÁSI HOZZÁJÁRULÁSOKRÓL SZÓLÓ 14/2010. (VI. 28.) BUDAPEST XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE MÓDOSÍTÁSÁRÓL

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testülete a közúti közlekedésről szóló 1988. évi I. törvény 48. §-a (5) bekezdésének e) pontjában kapott felhatalmazás alapján, a Magyarország helyi önkormányzatairól szóló 2011. évi CLXXXIX. törvény 23. § (5) bekezdés 3. pontjában meghatározott feladatkörében eljárva a következőket rendeli el:

1. §

A Budapest XII. kerületi várakozási és védett övezetekről, a várakozási hozzájárulásokról szóló 14/2010. (VI. 28.) Budapest XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testületének önkormányzati rendelete (a továbbiakban: Ör.) 6/B. § (4) és (5) bekezdése helyébe a következő rendelkezések lépnek:

„(4) A gyermekszállítás iskolába várakozási hozzájárulás az intézménylátogatási igazolásban megjelölt iskola címe szerinti várakozási zónában naponta egyszer, legfeljebb 20 perc díjfizetés nélküli várakozásra jogosít.

(5) A gyermekszállítás iskolába várakozási hozzájárulás a kiadás napjától a tanítási év utolsó napjáig érvényes. A várakozási hozzájárulás igénybevétele további feltétele a gépjármű első szélvédő üvege mögött – kívülről teljes egészében jól látható módon – elhelyezett tárcsa, amelyen jelezni kell a várakozás megkezdésének időpontját. A tárcsa jelzését a jármű eltávolítása nélkül megváltoztatni tilos. A tárcsa helyett választható a rendelet mellékletének IV. pontja szerinti „gyermekszállítás várakozási napijegy” formanyomtatvány olvasható kitöltése és a gépjármű első szélvédője mögött, jól látható módon történő kihelyezése is. Tanítási év: minden év szeptemberének első munkanapjától a következő év június 16-át megelőző utolsó munkanapjáig tartó szorgalmi időszak.”

2. §

Az Ör. 6/C. § (4) és (5) bekezdése helyébe a következő rendelkezések lépnek:

„(4) A gyermekszállítás bölcsődébe, óvodába várakozási hozzájárulás az intézménylátogatási igazolásban megjelölt bölcsőde, óvoda címe szerinti várakozási zónában naponta két alkalommal, alkalmanként legfeljebb 20 perc díjfizetés nélküli várakozásra jogosít.

(5) A gyermekszállítás bölcsődébe, óvodába várakozási hozzájárulás a kiadás napjától a nevelési év utolsó napjáig érvényes. A várakozási hozzájárulás igénybevétele további feltétele a gépjármű első szélvédő üvege mögött – kívülről teljes egészében jól látható módon – elhelyezett tárcsa, amelyen jelezni kell a várakozás megkezdésének időpontját. A tárcsa jelzését a jármű eltávolítása nélkül megváltoztatni tilos. A tárcsa helyett választható a rendelet mellékletének IV. pontja szerinti „gyermekszállítás várakozási napijegy” formanyomtatvány olvasható kitöltése és a gépjármű első szélvédője mögött, jól látható módon történő kihelyezése is. Nevelési év: minden év szeptember 1-jétől a következő év augusztus 31-éig tartó időszak.”

3. §

Az Ör. melléklete a következő IV. ponttal egészül ki:

„IV.

Gyermekszállítási várakozási hozzájárulás napijegy

HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT
Legfeljebb 20 perc ingyenes várakozásra jogosít.
Várakozási idő: 20 perc ingyenes

HÓ / NAP	
ÉV	
Óra	
Perc	

Az érvényesség feltétele a várakozás kezdő időpontjának órában és percben történő megadása, amelynél az egyjegyű számok elé nullát kell írni.

4. §

Ez a rendelet a kihirdetését követő napon lép hatályba.

Gottfriedné dr. Tusor Gabriella sk. Pokorni Zoltán sk.
jegyző polgármester

Negyed évszázados jubileum

Oklevéltadással, koncertekkel és táncelőadással kezdődött meg a Virányosi Községi Ház huszonöt éves fennállását ünneplő programsorozat. Az intézmény a családi légkörnek és az önszerveződő kezdeményezésekre való örökös nyitottságának, valamint az ott dolgozó, válogatottan jó oktatói, tanfolyamvezetői gárdának köszönheti, hogy a kezdetektől napjainkig kedvelt találkozóhelye a környék lakosainak – fogalmazott közönytőjében Fonti Krisztina polgármester. A ház nemcsak a gyerekeknek, de szülőknek is, az egész családnak számos programot kínál a hét minden napján.

Az alpolgármester és Herczeg Józsefné, a Virányosi Községi Ház igazgatója oklevelet és virágot adott át Bánfi Ágnesnek kiemelkedő sportvezetői munkájáért, Gálbory Zsuzsannának a Happy Torna Stúdió vezetőjéért, továbbá Mészáros Jánosnak az 1989–2014 között végzett segítő, Rollinger Károlynak lelkes és kiváló sakkszakkör-vezetői, Székely Attilának kiváló táncinárai, valamint Nagyné Orvos Gabriellának, a ház igazgatóhelyettesének az 1989 és 2014 között végzett kitarító munkájáért. Köszöntötték Timár Böskét és Timár Sándort, a Csillagszemű Táncgyűtést vezetőit, az évfordulóra készült tablók és kiadvány megvalósításában közreműködő Eördögh Judit címzetes igazgatót, Mihályi Magdolnát és Szamos Ivánt is. Az igazgatónő ügy fogalmazott, célkitűzései között szerepelt, hogy bebizonyítsa, a tradíciók őrzésével is lehet újat teremteni.

A megnyitó programjában fellépett a Csillagszeműek gyermek- és felnőttpárosa, Gryllus Vilmos,



Huszonöt éve a környékbeliek kedvelt helye a Virányosi Községi Ház

Vedres Csaba és Heinczinger Mika, a Misztrál együttes tagja. Az évforduló alkalmából ünnepi kiadvány, valamint az elmúlt két és fél évtized legsikeresebb rendezvényeit idéző tablók is készül-

tek, ezeket a nagyközönség a Szarvas Gábor úti művelődési intézmény kiállítótermeiben tekintheti meg a következő hetekben.

J. Zs.

Karácsonyi vásár – pavilonbérlet

A Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat kézműves termékek forgalmazásával foglalkozó bérlők jelentkezését várja a Hegyvidéki Karácsonyi Vásár pavilonjainak bérvételére.

A vásár helyszíne: XII., Kiss János altábornagy utca–Margaréta utca–Böszörményi út közötti útszakasz.
A vásár időpontja: 2014. november 29.–december 24. (A vásári terület beépítése november 28-án történik.)
A bérvéhető papavilonok mérete: 4 m².
Bérlési díj: 8974 Ft/nap.

Jelentkezési határidő: 2014. október 15.

Jelentkezés és további információk: Budapest Főváros XII. Kerület Hegyvidéki Önkormányzat Gazdasági Ellátó Szolgálat, Nóvay Katalin igazgató.
Cím: XII., Királyhóga utca 18. (Postacím: 1537 Budapest, 114. Pf.: 453/404.)
Telefon: 488-7924, 488-7925, 488-7927, 488-7928.
Fax: 201-8716.
E-mail: novek@gesz12.hu.



Komposztálókeretek az önkormányzattól

Tisztelt Hegyvidéki Polgárok! A Hegyvidéken az intézmények és lakóépületek túlnyomó részét zöldfelület, kert övezi, amelyek gondozása során nagy mennyiségű zöldhulladék keletkezik. Ahogy a papír-, üveg-, fém- és műanyag hulladékok körében egyre inkább terjed a szelektív gyűjtés, úgy válhat általánossá a szerves hulladékok szelektálása és helyben történő hasznosítása.

A felmérések szerint **jelenleg a kukákba kerülő háztartási hulladék közel egyharmada olyan szerves anyag, amit komposztálni lehetne**, azaz ennyivel csökkenthető a kommunális lerakókba hordott szemét mennyisége.

Az idei évben is szeretnénk támogatni azokat a hegyvidéki kerttulajdonosokat, akik elkötelezték a környezetkímélő módszer mellett, és vállalják, hogy a háztartásukban keletkező szerves hulladékokat komposztálják. Önkormányzatunk az idén

150 darab komposztálókeret átvételére biztosít lehetőséget.

A komposztálóeszközök igénylése ingyenes, azonban előzetes jelentkezéshez kötött, ennek hiányában nincs lehetőség a komposztálókeretek átvételére. Az eszközök igénylésének további feltétele a **bejelentett kerületi lakcím**. A korlátozott készlet miatt egy ingatlanra – annak méretétől függetlenül – egy komposztálókeret igénylésére van lehetőség.

Amennyiben a fent említett lehetőség felkeltette érdeklődését, a **peter.mihaly@hegyvidek.hu** e-mail címen, valamint munkaidőben a **224-5961-es** telefonszámon várjuk jelentkezését **október 3-ig**.

A komposztálóeszközök átvételére **október 4-én, szombaton 9 és 12 óra között** van lehetőség a **polgármesteri hivatal melletti kis téren (XII., Bősörményi út 23-25.)**.

Az akcióval kapcsolatban további információkkal a városrendezési és főépítési iroda munkatársa szolgál a **224-5961-es** telefonszámon.

Kovács Lajos alpolgármester

Kölyökpiac különlegességekkel

Gyerekek kínáltak a vásárlóknak saját készítésű süteményt, limonádét és különböző használati tárgyakat a Csaba utcai termelői piac nyárbúcsúztatóján.

Két évvel ezelőtt szervezett első alkalommal termelői piacot a Csaba utcában a Szövetség az Élő Tiszáért Egyesülettel közösen a Fidesz XII. kerületi szervezete. Jáky Ildikó, Pokorni Zoltán szociális ügyekért felelős munkatársa elmondta, hogy a termelők kezdetben szerdánként reggel 10-től délután 5-ig árulták portékáikat – friss zöldséget, gyümölcsöt, sajtokat, házi készítésű lekvárokat, szörpöket, szappanokat, füstölt húsokat, kolbászokat, mézes-lekváros finomságokat – a Városmajori Jézus Szíve Plébánia épülete előtt (a helyet a

készítésű termékeket, süteményt, limonádét, használati tárgyakat kínáltak eladásra.

Még hozzá eredményesen, hiszen néhány óra alatt szinte valamennyi portéka elfogyott. A 10 éves Boglárka és testvére, a 7 éves Emese mézeskalácsbaglyai és muffinjai is gyorsan gazdára találtak. Mint kiderült, az egykori Orbánhegyi-óvodások korábban a váci piacon már álltak a pult másik oldalán, amit nagyon élveztek, ezért kapva kaptak a mostani alkalmon.

A szervezők gondoltak azokra a gyerekekre is, akik most nem akartak árusítani, nekik „bábos” Dorka készített apró mézeska-



Különleges alkalom: gyerekek álltak a pult mindkét oldalán

plébánia ingyenesen bocsátja rendelkezésre).

A hangulat családias, a vásárlók nagyobb része visszajár, így a többség ismerősként üdvözlö egymást. Ennek köszönhetően jól működik az előrendelés, a vevők kérésére az adott napra az árusok névre szóló, kész csomagokkal érkeznek. Január óta szaporodott a piaci napok száma, immár hétfőn és pénteken is hosszított nyitva tartással, reggel fél 9 és este 6 óra között várják a vásárlókat.

A jeles alkalmakhoz kapcsolódva rendszeresen tartanak tematikus napokat a piacon. Az augusztus utolsó péntekjére időzített nyárbúcsúztató kölyökpiac tette még érdekesebbé. Előzetes regisztrációt követően fogadták a vállalkozó kedvű alkalmi árusokat, a gyerekek kizárólag saját

lács-figurákat. A finom süteményeket a kicsik, ha kedvük tartotta, cukormázzal fel is díszíthették. A rendezvényen részt vettek a városmajori óvodások is, akik a kölyökpiac minden gyermeklátogatójához hasonlóan egy finom jónatánalmat kaptak ajándékba.

A termelői piac aktuális hírei, akciói a Szövetség az Élő Tiszáért Egyesület Városmajori Termelői Piac Facebook-oldalán olvashatók. Rövidesen a honlapjuk is elkészül, ahogyan a házhoz szállítás beindítására sem kell már sokat várni. A tervek között szerepel a kínálat bővítése, az igényeket figyelembe véve pékárut, különböző gabonából őrölt liszteket és csirkehúst is árulnak majd.

Felavatták Teréz anya szobrát

(Folytatás az 1. oldalról)

A szoboravatást követően Almira Emiri zongoraművész, Federica Vinci énekesnő, Rina Kacinari csellista és Vámosi-Nagy Zsuzsa fuvolaművész közreműködésével, a Hegyvidéki Önkormányzat, valamint az albán, az olasz és a koszovói nagykövetség támogatásával jótékonyági koncert zajlott a MOM Kulturális

Központ kupolatermében. A megjelenteket Fonti Krisztina köszöntötte, aki elmondta, mindig is nagy tisztelője volt Teréz anyának, csodálta a kis, törekény asszony végtelen erejét, lelki nagyságát.

Az alpolgármester szerint a most felavatott szoborral a Boldog Teréz anya iránt sokak által érzett végtelen csodálatot, tiszteletet szeretnék kifejezni, a kon-

certtel pedig ahhoz kívánnak hozzájárulni, hogy a jótékonyág eszméje minél jobban elterjedjen világunkban. Fonti Krisztina bejelentette: a koncert bevételét a Hegyvidék díszpolgára, Fehér Anna nővér által vezetett Vakok Batthyány László Gyermekotthon Római Katolikus Óvodája, Iskolája javára ajánlják fel.



d. Teréz anya II. János Pál pápával

Megújult az Adonis és a Koszta József utca

Az idén közel félmilliárd forintot költött a Hegyvidéki Önkormányzat a kerületi utak, járdák és lépcsők fejlesztésére, valamint karbantartására. Nemrégiben fejeződött be az Adonis és a Koszta József utca rekonstrukciója, a munkálatok során az útpálya mellett a járdák is megújultak.

Az önkormányzati beruházásban megvalósuló útpályákra a lakossági kérések, valamint a szakiroda javaslatai alapján a Hegyvidéki Útfejlesztési Testület dönt. A választott tagokból álló civilszervezet kapott ugyanis felhatalmazást arra, hogy koordinálja a kommunális adókból származó bevételek felhasználását – hívta fel a figyelmet Pokorni Zoltán polgármester, aki a nyári, nagyszabású útfejlesztési program részeként megújuló Adonis és Koszta József utcát tekintette meg Vácz János alpolgármesterrel együtt.

A polgármester elmondta, hogy az önkormányzat az idén mintegy 500 millió forintot fordított kerületi útpályákra és karbantartási munkálatokra. A képviselő-testület döntése értelmében a kizárólag útfejlesztésre fordítható kommunális adókból befolyó összeg közel duplájából –

a különbözetet a kerület a saját forrásaiból finanszírozta – 10 ezer négyzetméter út, járda és lépcső újult meg.

Ezek közt volt a meglehetősen rossz állapotú Adonis utca is, amelyet teljesen felújítottak

tartása érdekében kiemelt szegélyt építettek.

Jelentős fejlesztés történt a Koszta József utcában, amelyet az előző évben a Hegyalja út és a Liptó utca közötti kétszáz méteres szakaszon újítottak fel az ön-



Mikó Gergely önkormányzati képviselő, Pokorni Zoltán és Vácz János

az Istenhegyi és a Gyöngyvirág út között. A munkálatok során 184 méter hosszán mintegy 1000 négyzetméternyi útpályát és járdát aszfaltoztak le, a bal oldalon pótolták a hiányzó járdát, és – a könnyebb parkolást segítené – K-szegéllyel látták el. Újraaszfaltozták a szemközti járdát is, ott épp az autók távol-

kormányzat. A munka ezen a nyáron folytatódott, ezúttal hasonló hosszúságban a Liptó és a Nagysálló utca közötti részre építettek korszerű aszfaltburkolatot. Kicserélték a szegélyt és a kocsifelhajtók kövezetét, valamint újraakták a térkövel burkolt járdát. Mivel az úttest szintjéhez képest mélyebben fekvő telkek egy ré-

szére rendszeresen befolyt az esővíz, az érintett szakaszokon megváltoztatták a járdák dőlését.

A nyár végén befejezett útpályákat értékelve Pokorni Zoltán hangsúlyozta: ismét jó helyre kerültek a polgárok kommunális adó-befizetései. Az útfejlesztések ellenére azonban továbbra is komoly nehézséget okoz az agglomeráció irányából érkező jelentős autóforgalom. Sokan ugyanis a belváros felé tartva a hegyvidéki szűk utcákon át igyekeznek kikerülni a dugókat.

Éppen ezért épített az önkormányzat sebességcsillapító bordákat és szűkítőket ezekben az egyébként csendes, célforgalomra szabott kertvárosi övezetekben. Szintén a kis utcák tehermentesítését szolgálja, hogy a kerületi igyekszik elérni a fővárosnál a bevezető gerincvonalak felújítását.

Vácz János alpolgármester az útrekonstrukciókkal kapcsolatban a karbantartás fontosságát emelte ki. Mint mondta, a napi munkák mellett évente három-, négyezer kátyút és üthibát javítanak ki a szakemberek.

sm.

Megkezdődött a kerületi kamerahálózat bővítése

Már javában zajlanak a hegyvidéki térfigyelő rendszer bővítésének munkálatai, így néhány héten belül tíz új kamera figyel majd a jelentősebb csomópontok forgalmát. Az önkormányzat újszerű pályázatokkal is igyekszik tenni a közbiztonság javítása érdekében – ezek egyike a Gépjárművédelem a Hegyvidéken című felhívás, amellyel az autólópások megelőzéséhez kaphatnak komoly segítséget az itt élők.

„Megkezdődött a hegyvidéki térfigyelő rendszer bővítése, a jelenlegi hálózat összesen tíz új kame-

rával egészül ki” – tájékoztatta lapunkat az egyik legjelentősebb ideai közbiztonsági célú önkormányzati beruházásról a témában illetékes kerületi alpolgármester. Vácz János elmondta, hogy a bővítés alapját a városmajori parkban kialakított rendszer adja, amelynek részeként tizenhárom kiváló minőségű felvételkészítő, éjjel-nappal használható, akár 200 méteren belüli arc- és rendszámfelismerésre is alkalmas kamera működik.

Az alpolgármester kiemelte, hogy a Városmajor rekreációs és sportcélú területeinek fejlesztése nyomán érezhetően többen használják a parkot, ezzel együtt a kamera-

rendszer tavaly év végi üzembe helyezése óta a korábbiakhoz képest jóval kevesebb bűncselekmény fordul elő. A kedvező tapasztalatok alapján úgy döntöttek, hogy az idén a Hegyvidék forgalmasabb csomópontjaiban, a rendőrség szakemberei által bűnmegelőzési szempontból javasolt helyszíneken új kamerákat telepítenek.

A rendszer bővítését kiírt közbeszerzési eljárás már lezárult, így elkezdődhetett a kivitelezés. Néhány héten belül a helyükre kerülnek a kamerák a Városmajor és Csaba utca, a Bősörményi és Istenhegyi út, a Németvölgyi és Stromfeld Aurél út, továbbá a Németvölgyi és Hegyalja út kereszteződésénél. A Királyhágó, a Szent Orbán, valamint az Apór Vilmos téren is felszerelik a térfigyelő berendezéseket, akárcsak a Csörsz utcában a MOM Kulturális Központ és a MOM Sport előtt, továbbá a Gesztenyés kertben a játszótérnél.

A következő években szeretnék újabb és újabb helyszíneket bevonni a térfigyelő rendszerbe – hangsúlyozta Vácz János. Azokon a területeken, ahol jelenleg még nincsenek fixen telepített kamerák, a nyár eleje óta folyamatosan járőrözik a Hegyvidéki

Rendészet egy mobil kamerákkal ellátott gépjárművel. A speciális autóban elől és hátul felszerelt kameraegység figyeli környezetét, rögzíti a képeket, a felvételt pedig a térfigyelő kamerarendszer központjába küldi. Az önkormányzat fejlesztési tervétől a megkezdésében hamarosan a rendészek és a rendőrök járőrautóiba telepítendő tableteknek is hozzáférhető lesz a mobil kamerák képe.

„Az elmúlt hónapokban több új programot is meghirdettünk a közbiztonság javítása érdekében” – hívta fel a hegyvidékiek figyelmét az alpolgármester. Megemlítette: a Biztonságos Otthon című pályázat keretében támogatást nyújtottak az időseknek, hogy a biztonságukat növelő hevederzárakat szerelthessenek fel lakásaik bejárati ajtajára. Emellett Gépjárművédelem a Hegyvidéken címmel műholdas járművédelmi rendszer telepítésének támogatására is pályázatot hirdettek.

Ez utóbbi felhívás még mindig él: továbbra is várják azok jelentkezését, akik szeretnék, ha jelentős kedvezményrel telepítenének autójukba műholdas nyomkövető rendszert, ezt követően pedig a piaci árnál jóval alacsonyabb díjat fizethetnének a fenntartásért. A támogatást bárki igényelheti, aki a kerületben él vagy vállalkozik, és nem egy átlagon felüli, 110 kW-nál nagyobb teljesítményű autóra kéri a kedvezményt. A pályázatok elbírálása során előnyt élveznek a mozgáskorlátozott és nyugdíjas gépjármű-tulajdonosok.

sz.



A Városmajorban már jól működik a térfigyelő rendszer



XII., CSÖRSZ UTCA 18.
319-9854/202, 203, 204, 207, 212
WWW.MOMKULT.HU

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Nyugdíjasklub szeptember 10-én és 24-én 14.00. A belépés díjtalan.



A Zongora – ifj. Balázs János Junior Prima-díjas zongoraművész hangszerbemutató koncertje szeptember 14-én 10.00-kor 3–6 éves, 12.00-kor 7–14 éves gyerekeknek. A belépés díjtalan, regisztrációhoz kötött. Regisztrálni kizárólag a jakobikoncert@gmail.com e-mail címen lehet.

A Magyar Dal Napja szeptember 14-én 15.00–20.00. A JazzDal Színpad a Magyar Dal Napja egyik legizgalmasabb színlínia, hiszen a fellépő művészek ilyenkor kizárólag magyar nyelvű repertoárral állnak a közönség elé. A honi jazz virtuozái mellett az idén is találkozunk olyan előadókkal, akik más zeneti műfajokban váltak ismertté. A program a Magyar Jazz Szövetség védnökségével jött létre. 15.00 United Jazz. 16.00 Magyar Vista Social Club. 17.00 Berki Tamás–Sárik Péter duó. 18.00 Mózes Tamara Quartet. 19.00 Veres Mónika, Váci Eszter, Oláh Gergő és a Stúdió 11. Kedvezőtlen időjárás esetén a programot fedett helyszínen rendezik meg. Támogatói jegy: 500 Ft. Jegy kizárólag a helyszínen váltható.

Babakonzert szeptember 18-án. A gyermekek zenei fejlesztése nemcsak zenei tehetségük kibontakoztatását szolgálja, hanem a két

agyfélteke harmonikus fejlődését is, ami által érzékenyebb, kreatívabb, kitartható, fegyelmezett, intelligensebbé válnak, befogadóbbak lesznek az őket ért hatásokkal szemben. Jegyár: 800 Ft/gyerek, 200 Ft/kísérő. Hegyvidék Kártyával 500 Ft/gyerek, 100 Ft/kísérő. Jegyek kaphatók a MOM jegypénztárban.

Óvári Árpád előadása szeptember 19-én 17.30. Székelyföldi barangolások V. – **Marosvásárhelytől** Nagyenyedig. Jegyár: 500 Ft, Hegyvidék Kártyával díjtalan. Jegyek kaphatók a MOM jegypénztárban.

Zurgó-dió Gyerektánc szeptember 19-én 18.00. Muzsikál: Zurgó együttes. Táncot tanít: Soós Réka. Betáncoló: gyerekenként 300 Ft. 20.00 Zurgó Tánc. Moldvai csángó népzene, táncok, dalok. Muzsikál: Zurgó együttes. Táncot tanít: Fülöp Attila. 20.00–21.00 Táncok. 21.00–22.00 Tánc. 22.00–22.20 Énektanulás, közös éneklés Soós Réka vezetésével. 22.20–22.30 Nagy Bercel mesél. 22.30–00.30 Tánc. Jegyárak: 500 Ft, 300 Ft (diákjegy). Jegyek a helyszínen kaphatók.

Domi bábjátéka. Szeptember 21. 10.30 A kíváncsi kislefánt. Klasszikus mese klasszikus bábokkal. Belépő váltható az előadás előtt a helyszínen. Jegyár: 800 Ft/fő, 600 Ft/fő (csoporthoz jegy minimum 3 főtől).



Budai Sváb Délután szeptember 21-én 16.00. Der Fleickl/A folt. A darabot írta és rendezte: Hartmann Hellebrandt Hilda. Előadja: a solymári Kompanei amatőr színtársulat, a solymári Hagyományörző Asszonykórus és a Zwicli Sramli Zenekar. 17.10 Táncbemutató és

tánc. Csapolt házi sör, percc, tánc. A belépés díjtalan.

Anima Musicae Kamarazenekar, Baráti Kristóf. Ars Sacra Fesztivál szeptember 22-én 19.00. A belépés díjtalan, a rendezvény regisztrációs jeggyel látogatható. Regisztrációs jegy váltható a mom.jegy.hu oldalon, valamint a MOM jegypénztárban.

Hitel-est szeptember 24-én 18.00. Sorsunk ága: Nemzeti. Beszélgetés a magyar színjátszásról. Közreműködők: Ablonczy László, Blaskó Péter, Illyés Mária. A belépés díjtalan.

Egészségesen a Hegyvidéken – Szabadegyetem. Szeptember 25. 17.00 Egészséges életmód, életvezetési tanácsok. Előadó: dr. Török Katalin háziorvos. A prevenció egészségügyi előadások témáit minden évben a szabadegyetemen részt vevők javaslatai alapján választják ki. A szakterületükön ismert és elismert előadókat szakmai együttműködő partnerek (Budai Egészségközpont, Országos Gerincgyógyászati Központ, kerületi háziorvosok, János kórház stb.) biztosítják. A belépés díjtalan.



MOM Szabadpólc szeptember 26-án 15.00 a Sirály sétányon. Az őszi-téli időszakban minden hónap utolsó péntekjén 15.00–19.00. Könyvcserébe szabadon. A könyvváltmány folyamatosan cserélődik, megújul. A becserehető könyvek száma: maximum tíz darab. A szervezők kéri, hogy csak jó állapotban lévő könyveket vigyenek. A belépés díjtalan.

Lyukasóra klub szeptember 30-án 19.00. Mi az a Lyukasóra? Költőkből, színészekből, irodalmárokból álló, összeszokott baráti társaság tagjai kalauzolják egymást

és a nézőket a költészet izgalmas világába. Vidám és bánatos anekdoták, no meg remek versek elevenednek meg a pódiumon. Játárszótárs a közönség is, hiszen itt aki mer (és tud), az nyer! Jegyár 1200 Ft, 600 Ft (diák, nyugdíjas), Hegyvidék Kártyával díjtalan. Jegyek kaphatók a mom.jegy.hu oldalon, valamint a MOM jegypénztárban. A kedvezmény online nem érvényesíthető.

Tücsökzene hétfőn 9.30 és 10.10, kedden 9.30, 10.10 és 17.00, pénteken 11.00. Ritmus-, ének-, zenefoglalkozás zenetanár vezetésével. Közös mondókázás, énekelgetés, zenélés. A legkisebb korosztály számára válogatott dalok (Forrai Katalin által ajánlott mondókák, népdalok, Gryllus Vilmos dalai), játékok, ritmushangszerek szinte észrevétlenül fejlesztik a zenei hallást, a ritmusérzékletet, a mozgást, az összpontosítást, a memóriát. Célcsoport: 6 hónapos és 4 éves között. Jelentkezés: Gál Gabriella, 06/30-999-4945, tucsock.zene@indamail.hu, www.tucsock.zene.hu.

Babamasszázs kedden 9.00. A foglalkozáson részt vevők mesterfoglalkozást sajátíthatnak el ahhoz, hogyan kerülhetnek a mamák és a babák még közelebbi és bensőségebb viszonyba egymáshoz. Célcsoport: 1 éves kor alatt. Jelentkezés: Bajzáth Erzsébet, 06/30-989-2427.

Baba-mama torna hétfőn, kedden, csütörtökön 10.30. Alakformáló torna anyukáknak. A gyerekek ugyanabban a légtérben, óvónő felügyelete mellett játszhatnak. Célcsoport: 18–100 év között az édesanyják, 3 éves korig a gyerekek. Jelentkezés: Balázs Mari, 06/30-973-2331, mari.maryss@gmail.com.



Beszélő babakezek csütörtökön 9.30. A babajelbeszéd lehetővé teszi, hogy hatékonyan kommunikáljanak a babákkal, jóval azelőtt, hogy beszélni tudnának. Megtudhatják, hogy mire gondol a még beszélni nem tudó kisbaba, segíthetnek neki, hogy világosan közölhesse, mit akar, és mire van szüksége. A jelelő babák nyugodtabbak, kiegyensúlyozottabbak, kevesebbet sírnak, 6–7 hónaposan elkezdhetnek jelekkel kommunikálni, hamarabb kezdenek el beszélni, gazdagabb szókincsrel. A babajelbeszéd segíti a gyermekek nyelvi, kognitív és érzelmi fejlődését, erősíti a szülő-gyermek kötődést. Célcsoport: 6–36 hónapos gyerekek. 10.00. Jelentkezés: Zentai Katalin, 06/20-479-2829, info@babakezek.hu, www.babakezek.hu. Első alkalom: szeptember 18.

Csillagszemű kedden 16.00. Magyar néptánc oktatása gyerekeknek a Timár-módszer alapján. Célcsoport: 3–7 éves korosztály. Jelentkezés: Timár Böske, 06/30-950-9137.

Fakalinka csütörtökön 17.00. Fantázia-, kreativitás-, készség- és képességfejlesztő kézműves foglalkozássorozat. Bábok, játékszerek készítése különböző technikával: kollázs, festés, gyurmázás, agyagozás, nemezelés, gyöngyfűzés, fonás, barkácsolás. A témához a keretet az évszakokhoz, ünnepekhez kötődő mondókák, gyermekdalok, népdalok, bábjátékok adják. Célcsoport: 2–7 évesek, kisiskolások. Jelentkezés: Csizsér Jolán, 06/20-594-4957, csizsér.jolan@gmail.com. Első alkalom: szeptember 18.

Gyermektánc-terápia – Tücsökzene. Léleksimító, gátlásoldó, a kapcsolatteremtés különböző lehetőségeit kóstolható, empátiás készséget és testtudatosságot fejlesztő táncos, mozgásos, beszélgetős foglalkozás. A foglalkozások

CSALÁDI NAP A JÓKAI-KERTBEN

A Kulturális Örökség Napjai alkalmából szeptember 20-án családi napot rendez a Jókai-kertben (XII., Költő utca 2.) a Duna-Ipoly Nemzeti Park Igazgatóság, a Magyar Madártani és Természetvédelmi Egyesület, valamint a Petőfi Irodalmi Múzeum. A látogatóknak lehetőségük nyílik megismerni Jókai Mór egykori nyári rezidenciáját, végigsétálni a ma már védett kerten.

Egész nap érdekes programokkal várják az érdeklődőket, akiknek bemutatják a kert természeti értékeit, az ott működő szervezetek munkáját és a Jókai Mórhoz kapcsolódó kultúrtörténeti emlékeket. A nap folyamán játékos pontszerzési lehetőséget biztosítanak a résztvevőknek, ajándékokkal.

A program ingyenes!

10.00–11.00 Előadás a rákosi vipera védelméről.

11.00–18.00 Magyarország madárvilága – kiállítás.

10.00–12.00 Madárgyűrzési bemutató. Az érdeklődők megismerhetik a gyűrűket, a gyűrűzési eszközöket, a hálókat és a befogott madarakat.

11.00–11.45 és 16.00–16.45 Tárlatvezetés a Jókai Mór a Svábhegyen című kiállításon.

12.00–12.45 és 14.00–14.45 Szakvezetéses séta a Jókai-kertben.

13.00–13.45 Csúszik, mászik, ugrik! A Magyar Madártani és Természetvédelmi Egyesület Kétféltű- és Hüllővédelmi Szakosztályának élőállat-bemutatója.

15.00–15.45 és 17.00–17.45 A Jókai-kert mesterséges költőödének őszi „nyagtakarítása” (vezetett túra).

célja, hogy a gyerekek kapcsolatba kerülhessenek belső önmagukkal és társaikkal, ezzel utat nyitva személyiségük fejlődéséhez és a hétköznapi életben való boldoguláshoz. A folyamat során az őket leginkább érintő lelki és közösségi témákkal foglalkoznak. Célcsoport: 5–10 évesek. Időpont: óvodás lányoknak 5 éves kortól kedden 15.30, alsó tagozatos lányoknak 1–3. osztályig kedden 17.00. Jelentkezés: Cseri Ágnes, Vetier Panni, 06/30-410-7696, panniv@gmail.com, www.gyermektanctherapia.hu. Első alkalom: október 6.

Hiphop- és moderntánc-tanfolyam kedden és csütörtökön 18.00. A Hegyvidék SE tanfolyamain 6 évestől a 18 évesig minden korosztály számára külön edzésprogrammal, eltérő nehézségi koreográfiákkal, valamint sorozatgyűjtő órákkal szolgálunk. Magas minőség, színvonalas tudás átadása, közösség építése, egészséges életmódra nevelés, ritmikus fejlesztés, tartásjavítás. Célcsoport: 6–18 éves korúak. Jelentkezés: Szöllősy Előd, 390-5713, 06/30-989-4130, elod@modern-tanc.hu.

Iciri-piciri tánc szerdán 17.00, csütörtökön 10.10. Játékos néptáncoktatás folyamatos csatlakozási lehetőséggel, néptáncpedagógus vezetésével, ahol az 1–4 év közötti gyerekek szüleikkel, kisérioikkal közösen kísérletezhetnek a tánclepek elsajátításával, miközben átítatódhatnak a népzene, a néptánc hangulatával. Jelentkezés: Gál Gabriella, 06/30-999-4945, tucsock.zene@indamail.hu, www.tucsock.zene.hu. Első alkalom: szeptember 17.

Kölyökhípo szerdán 17.00. Hiphoptanfolyam kezdőknek. A táncórákon a gyerekek megismerkedhetnek a hiphop különböző műfajaival. A tanfolyam célja a mozgáskoordináció javítása, a koreográfiák elsajátítása, a ritmuserk fejlesztése. Célcsoport: 7–12 évesek. Jelentkezés: Berkes Dóra, 06/70-536-0277, berkesdor@gmail.com. Első alkalom: szeptember 17.

Labdás tücsöktorna szerdán 10.00. Babás torna óriáslabdák mozgás-, masszázsterapeuta vezetésével. Saját testélmény megélése, kapcsolat a térrel, a közös mozgás öröme. Minden gyermeknek külön nagy labdát biztosítanak a sok-sok apró labda mellett. Célcsoport: 6 hónapos–4 éves korú gyerekek és szüleik. Folyamatos csatlakozási lehetőség. Jelentkezés: Gál Gabriella, 06/30-999-4945, tucsock.zene@indamail.hu, www.tucsock.zene.hu. Első alkalom: szeptember 17.

Óbuda Muzsikusok szerdán 18.15. A mozdulat megmarad. Az iskola fő profilja a gyerekek mozgáskultúrájának fejlesztése minden területen: a ritmikus gimnasztikától a baletten át a mozdulatművészetig és a modern táncig. Tevékenységük Berckiz Sára módszerén alapszik, fókuszában a testképzés és a mozgásjavító gyakorla-

tok állnak. Célcsoport: kezdőknek, 4 éves kortól. Időpont: hétfőn 15.30, kedden 16.00, csütörtökön 15.30, pénteken 16.00. Jelentkezés: Mikusik Márta, 06/20-946-0848, 200-0138, ireda@omisk.hu, www.omisk.hu. Első alkalom: szeptember 18.

Óvóka délelőtti játszótér hétfőn, szerdán 9.00 (3 óras egyégségidő). A népművészet játékos megismerését szolgáló zenés, táncos, népmeséket dramatizáló, néphagyományokat, népi mesterseket felelevenítő, komplex, tematikus, kiscsoportos foglalkozássorozat. Óvoda-előkészítő a kis közösségbe való beilleszkedéssel (szocializáció, tolerancia). Célcsoport: 7 évesig minden korosztály számára külön edzésprogrammal, eltérő nehézségi koreográfiákkal, valamint sorozatgyűjtő órákkal szolgálunk. Magas minőség, színvonalas tudás átadása, közösség építése, egészséges életmódra nevelés, ritmikus fejlesztés, tartásjavítás. Célcsoport: 6–18 éves korúak. Jelentkezés: Szöllősy Előd, 390-5713, 06/30-989-4130, elod@modern-tanc.hu.

Ritmikus gimnasztika hétfőn, csütörtökön 17.00. A Hegyvidék SE szakosztálya versenyzőkkel és tanfolyami csoportokkal egyaránt foglalkozik. Tanfolyami órákon elsősorban az alapok elsajátítására és a sportág megszerettetésére koncentrálnak, de a zenére történő mozgással, illetve a ritmikus gimnasztika kézi szereivel is megismertetik a gyerekeket. Célcsoport: 4–7 éves kislányok. Jelentkezés: Mochlár Emese, 06/30-241-8352; Wágner Orsolya, 06/20-390-4839. Első alkalom: szeptember 15.

Rock and roll hétfőn, szerdán 16.15. Ismerkedés a tánc alapjaival, mozgáskoordináció- és ritmuserk fejlesztés. Esztétikus táncépítés, modern és klasszikus táncok szabályainak elsajátítása, különböző koreográfiák, komplex táncok, amelyeket a tanítványok fellépéseken, a legügyesebbek pedig versenyeken mutatnak be. Célcsoport: 6 éves kortól. Jelentkezés: Szalma Lilla, 06/70-586-6111. Első alkalom: szeptember 15.

Show-tánc kedden 17.00, csütörtökön 16.00. A Szivárvány Táncszínház foglalkozásai jó hangulatban nevelnek egészséges életmódra, fejlesztik a koordinációs és egyensúlykészséget. Célcsoport: 7 éves kortól. Jelentkezés: Balázs Márta, 06/30-409-2400.

A világ körtáncai szerdán 18.15. Egészségmegőrző, mozgáskoordinációt, általános közérzetet javító foglalkozás nők számára. A résztvevők görög, balkáni, breton, izraeli, afrikai, ir, amerikai és a világ minden tájáról összegyűjtött autentikus néptáncok mellett szakrális és meditatív körtáncokkal is megismerkedhetnek. Célcsoport: női csoport, középkorúak és szeniorok. Jelentkezés: Istenes Emília, 06/20-579-5035, www.istenesemilia.hu. Első alkalom: szeptember 24.

Nia kedden 19.30. A Nia korhata és előképzettség nélkül mindenki számára elérhető, test-lelket építő-szépítő, zenére végzett, boldogsághormonokat és pozitív energiákat felszabadító, táncalapú mozgás. Ötvözi a keleti mozgásformák és különböző harc művészetek, a nyugati táncművészet

POKORNI ZOLTÁN
BEMUTATJA:
DALOK
A KONYHÁBÓL

"AZ EN FILMEM"
SZEPTEMBER 18. 19 ÓRA

A MOM Kulturális Központ és a
Hegyvidéki Önkormányzat kulturális programsorozatában

Pokorni Zoltán
polgármester

elhozza önnek egyik kedvenc filmjét, és elmeséli, miért ezt választotta, miért kedveli, vagy éppen mivel tett rá nagy benyomást.

Világhírű rendezők, színészek filmjei, vagy éppen kevésbé ismert, de különleges mondanivalóval bíró filmek közül válogatnak ismert emberek, hogy megosszák önrel a mozi varázslatos élményét.

Házigazda: **Horváth Gergely** (Kultúrfitnessz)

A belépés díjtalan, a rendezvény regisztrációs jeggyel látogatható.
Online jegyváltás: www.mom.jegy.hu

A vetítéssorozat helyszíne:
MOM Kulturális Központ (Bp., XII. ker., Csörsz u. 18.)
www.momkult.hu

HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT
MOM KULTURÁLIS KÖZPONT

ISMERT ARCOK ÚJ SZEREPBEN

stílusok, valamint különböző terápiai irányzatok elméleti és gyakorlati elemeit. Célcsoport: 15–99 évesek. Jelentkezés: Balázs Mari, 06/30-973-2331, mari.marlyss@gmail.com.

Sahaja jóga meditációs tanfolyam kedden 18.30. Shri Mataji Nirmala Devi által létrehozott spontán jóga meditáció. Célcsoport: középkorú kortól, felső korhatár nélkül. Jelentkezés: Jinda Erika, 203-2496. Első alkalom: szeptember 16.

BÖSZÖRMÉNYI IRODAHÁZ 'B' FÖLDSZINTI TANÁCSTEREM XII., BÖSZÖRMÉNYI ÚT 24.

A Hegyvidéki Trianon Társaság programja szeptember 10-én 18.00. Vitéz Zetényi-Csukás Ferenc (író-újságíró, a Horthy István – Mártírok és Hősök Alapítvány elnöke): Vitéz Nagyváthy Horthy Miklós, a kormányzó. Szentgyörgyi Dezső nyugalmazott pilóta. Publik Antal színművész. Vass Ildikó népdalénekes. Proksza Gyöngyi festőművész, grafikus képeinek egyesítés kiállítása.



XII., SZARVAS GÁBOR ÚT 8/C
TELEFON/FAX: 200-8713
TELEFON: 275-1394
WWW.VIRANYOS.HU
VIRANYOS@T-ONLINE.HU

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Álláshirdetés. A Virányosi Közösségi Ház 8 órás takarító munkakörbe munkatársat keres. Az önéletrajzokat a viranyosikh@gmail.com e-mail címre várják. Az állás azonnal betölthető. Információ: Nagyné Orvos Gabriella igazgatóhelyettes, 200-8713 (hétköznapokon 9.00–16.00 óráig).

Szabadság vándorai termézetjárók klubja szeptember 17-én 18.30. Magyar Zarándokút Esztergomtól Máriagyűd. Előadó: Bajkay Árpád. Klubvezető: Sütő-Nagy István. Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes!

APS Stúdió szeptember 19-én 18.00. A 2014–2015-ös kiállítások, pályázatok, programok összeállítása, szervezése, valamint az október 4-i tárlat anyagának zsűrizése. Klubvezető: Abonyi Maya fotóművész. Zártkörű klubfoglalkozás!

Virányosi filmklub. Szeptember 25. 13.00 Lottósonglőrök. A belépés díjtalan.



Skandináv klub. Szeptember 26. 18.30 **Norvégia.** Előadó: Delényi Éva. Klubvezető: Szabó Pé-

ter. Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes.

Kertbarát kör. Szeptember 30. 16.30 Tapasztalatcsere klubon belül. Előadó: Lay Márton klubtitkár. Klubvezető: Bartók Sándor. Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes.

Kerekítő Tippentő hétfőn 10.00–10.40. A foglalkozásokra pár hónapos kortól óvodáskorú várják a babákat, kisgyerekeket szüleikkel, nagyszüleikkel. A 40 perces foglalkozásokon a résztvevők néphagyományunkból merített ölbeli játékok, mondókák és dalok közti kalandoznak, és kötetlen módon izelgetik a magyar néptánc alapjait. Círókázás, lovogatás, hintázás, népdalokkal, sétáltatókkal, táncal színesítve. Bővebb információ, bejelentkezés: www.kerekito.hu. Foglalkozásvezető: Cseke-Marosi Eszter tánc- és drámapedagógus.

Csiri-biri torna szerdán 9.30–10.30. A babatornára 3 éves korig várják a már járn tudó, izgó-mozgó kis tornászokat. Részvételi díj: 1200 Ft/alkalom, 10 000 Ft/10 alkalom. Információ: Orszáczky Ildikó, 30/389-5500. Vezető: Mráz Kata. Első alkalom: szeptember 10.

Málna Móka – Bilibo Babatorna csütörtökön 10.00. Játékos foglalkozás, amelyen mondókákon, dalcsokládon keresztül ismertetik meg újfajta mozgásformákkal a gyerekeket. Labdákat és egy olyan különleges, kreatív eszközt használnak, mint a Bilibo. A foglalkozáson a kicsiknek játszva fejlődik az egyensúlyérzékük, és ügyesedik a mozgásuk, ezek pedig pozitívan hatnak a beszédfejlődésre is. Játékszerek a színekkel, a formákkal, és van mindig olyan játék is, ami az évszakok változásához, vagy az aktuális ünnepekhez kapcsolódik. A mókás foglalkozások egy kis játékkal, vagy bábbal kísért mesével végződnek, amibe a gyerekek is kedvük szerint bekapcsolódhatnak. Olyan kisgyerekeket várunk szüleikkel, akik már stabilan tudnak járni, és szívesen játszanak közösségekben. A további alkalmak ára: 1200 Ft (egy alkalomra), a fiatalabb testvéreknek díjmentes. Bérlet: 6000 Ft (hat alkalomra, a váltástól számított négy hónapig érvényes). Vezető: Andó Sára Noémi (06/70-224-5242). www.malnaszorp.hu. Első alkalom: szeptember 11.

Fabrika kedden 10.00–11.00. Bábózás, éneklés, kézműves-foglalkozás 2 éves kortól. Vezető: Németh Luca bábművész és Fráter Anna. Információ: 20/929-7904. Első alkalom: október 7.

Hangszervarázs Zenetanoda. Dúr-Moll Ovi (6–8 éveseknek). Zenei, iskola-előkészítő kedden 13.00–15.45. Komplex, intenzív foglalkozás, amelyben a muzikális varázslatával és segédletével eljutnak a logikai gondolkodás, a beszéd, a mozgás koordinálásáig, nem kihagyva a matematika alapjait, a memorizálás folyamatát és a természetudományt. A tanoda által szerkesztett zenei feladatok utat mutatnak a kottaolvasásig, ami mellett a furulya használatával a finommotorikát is fejlesztik.

Moderato Zeneovi 4–5 éves középsősöknek kedden 16.00–16.45. Saját szerkesztésű, a korosztálynak írt furulyaiskolával és módszerrel kezdik a kicsik a hangszerezéssel való ismerkedést. Fejlesztő feladatokat

tartalmazó füzetek, matricalbum segítségével jutnak el a kottaolvasás alapjaihoz, mindezt a játékoság oldaláról megközelítve. *Allegro* 5-6 év, nagycsoportosoknak kedden 16.55–17.40. Foglalkozásvezető: Nagy Izabella. Információ: Kiss Cecília, 06/30-936-1711; Nagy Mária, 06/30-936-2040. E-mail: info@hangszervarazs.hu, weboldal: www.hangszervarazs.hu. Első alkalom: október 7.

Művészi torna az Óbuda Mozgásművészeti Iskola szervezésében kedden és csütörtökön 15.30–20.30. Művészi torna a Berczik-módszerrel, iskolarendszerűen egymásra épülő, korszerű csoportokban, 4 éves kortól. Testképző és mozgásfejlesztő gimnasztika sok tartásjavító gyakorlattal, zenei kísérettel. Vezető: Máty Krisztina. Telefon: 200-0138, 06/20-946-0848. E-mail: iroda@omisk.hu. www.omisk.hu

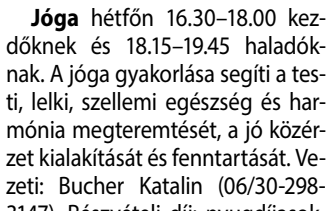
Angolnyelv-oktatás gyerekeknek hétfőn 17.05–17.50, csütörtökön 16.00–16.45 és 16.45–17.30. Beszédközpontú oktatás Helen Doron módszerrel, speciálisan képzett tanárokkal, folyamatosan továbbfejlesztett tananyagokkal, középső és nagycsoportos óvodásoknak, 4-8 fős csoportokban. Jelentkezés folyamatosan: Endre Judit, 06/30-313-6822. A tanfolyam díja: 10 200 Ft/hó.



Csillagszemű Táncegyüttes. Néptánc tanítás szerdán és pénteken 15.00–16.00 óvodásoknak, 16.15–17.45 kisiskolásoknak. Művészeti vezetők: Timár Sándor Kosuth- és Állami-díjas, Érdemes művész, a Hegyvidék díszpolgára, valamint Timár Böske táncművész. Információ: www.csillagszemu.hu

Csillagszemű-táncoktatás felnőtteknek pénteken 18.00–20.00. Vezető: Timár Böske táncpedagógus.

Társastánc. Kezdő: szombaton 14.00–15.00. Részvételi díj: 12 000 Ft/10 alkalom. Verseny tánc, előkészítő: vasárnap 14.00–15.00, haladó: vasárnap 15.00–17.00. Összevont standard: szombaton 16.00–17.00. Összevont latin: szombaton 17.00–18.00. Klubvezető: Székely Attila (titti@mail.datanet.hu, www.harmoniatanclub.hu). Részvételi díj: 6000 Ft/hó. Első alkalom: szeptember 13–14.



Ifjúsági sakkszakör 6 éves kortól szerdán 16.30–18.00. Vezető: Rollinger Károly. Részvételi díj: 500 Ft/alkalom, 1600 Ft/hó, 4800 Ft/fél év. Első alkalom: október 1.

Jóga hétfőn 16.30–18.00 kezdőknek és 18.15–19.45 haladóknak. A jóga gyakorlása segíti a testi, lelki, szellemi egészség és harmonia megteremtését, a jó közérzet kialakítását és fenntartását. Vezető: Bucher Katalin (06/30-298-3147). Részvételi díj: nyugdíjasoknak 1100 Ft/alkalom, 3200 Ft/4 alkalom, 9000 Ft/10 alkalom. Kezdőknek és haladóknak 1400 Ft/alkalom, 4400 Ft/4 alkalom, 12 000 Ft/10 alkalom.

Sportjóga pénteken 18.00–19.30. A jóga testtudatos torna, edzésmodszere, szellemi gyakorlat, a test fizikai szintjén fejleszti szer-
vezetünk és idegrendszerünk egészségi állapotát. A légzéssel összekapcsolott nyújtó és lazító testhelyzetek, gyakorlatok erősítik izmainkat. Bármikor elkezdhető. Vezető: Ruff Annamari (06/20-205-9918). Részvételi díj: 1000 Ft/alka-

lom, 3200 Ft/4 alkalom. Első alkalom: szeptember 12.

Felnőtt-társastánc. Középhaladó: vasárnap 17.00–18.00. Haladó: vasárnap 18.00–19.00. Kezdő: vasárnap 19.00–20.00. Klubvezető: Székely Attila (06/30-952-9477, titti@mail.datanet.hu). Részvételi díj: 1500 Ft/alkalom. Információ: www.harmoniatanclub.hu. Első alkalom: szeptember 14.

Rock and roll táncanfolyam szerdán 20.00–21.00. Részvételi díj: 1500 Ft/fő/alkalom. Klubvezető: Székely Attila (06/30-952-9477, titti@mail.datanet.hu, www.harmoniatanclub.hu). Első alkalom: szeptember 17.

Felnőtt művészi torna hétfőn, szerdán és pénteken 8.00–9.00 és 9.00–10.00. A foglalkozásokat mindazoknak ajánlják, akik szép és természetes mozgások útján szeretnék eljutni izomerejük, állóképességük, hajlékonyságuk fejlesztéséhez, testük fizikai karbantartásához, alakjuk formálásához. Vezető: Tass Olga mesteredző, olimpiai bajnok. Jelentkezés, információ: 355-9477.

Karbantartó torna kedden és pénteken 10.00–11.00 és 11.00–12.00. Vezető: Krizsánné Bucsu Andrea gyógytornász. Információ: 06/20-960-6473.



Kismama-torna kedden és pénteken 12.00–13.00. Felkészülés a szülésre tornával, relaxáció, légzőtechnika, vajudási helyzetek elsajátítása, praktikus tanácsok szüléshez és csecsemőgondozáshoz. Vezető: Krizsánné Bucsu Andrea gyógytornász. Információ: 06/20-960-6473.

Rajztanoda csütörtökön 18.00–20.00. Rajzoktatás, felvételi előkészítés, festészeti technikák. Egyéni foglalkozás mindenkivel. Információ: 06/30-470-5193. Tandíj: 11 000 Ft/hó. Első alkalom: szeptember 18.

Élj 100 évet egészségesen 3-1-2 meridián gyakorlatokkal szerdán 10.30. A tornát dr. Eöry Ajándok tanítványa, Szigeti Magdolna vezeti. Bővebb információ: www.312.hu. A torna ingyenes, a terembérleti hozzájárulás 300 Ft/fő.

Zumba kedden és csütörtökön 10.00–11.00, kivétel minden hónap második keddje. Egy óra teljes kikapcsolódás. Kardiofitness latin alaptánc lépésekkel. Tánc tudás nem szükséges, minden korosztálynak ajánlják. Vezető: Borbély Enikő (06/30-984-0100). Részvételi díj: 1200 Ft/alkalom, 10 000 Ft/10 alkalom.

Bless you gym. Időpontok: hétfőn, kedden, szerdán, csütörtökön 8.00, 9.00, 17.00, 18.00; pénteken 8.00, 9.00, 15.00, 16.00; szombaton, vasárnap 8.00, 9.00, 10.00. Információ: Gálbory Zsuzsa, 275-1555. Részvételi díj: 1300 Ft/alkalom, 11 900 Ft/24 alkalom.



Baba-mama klub kedden és csütörtökön 9.00–10.00, kivétel minden hónap második keddje. Várnak minden kisgyermekes édesanyát, aki kikapcsolódásra, baráti kapcsolatokra, testmozgásra vágyik. Amíg a mamák tornáznak, addig a gyerekek felügyelet mellett játszanak. Az edzés után teázás, beszélgetés. Vezető: Borbély Enikő fitnessoktató. Részvételi díj: 1000 Ft/alkalom, 9000 Ft/10 alkalom.

Namasté. Asperger kortárs klub autizmussal élő fiataloknak minden hónap második és negyedik vasárnapján 16.00–18.00. Változatos programok: kézművesség, drámajáték, színház- és kiállítás látogatás, túrák. Segítségét nyújtanak a munkavállalásban, a világ

ZENÉS PÉNTEK DÉLUTÁNOK

Folytatódik a Hegyvidéki Zenés Péntek Délután rendezvénysorozat, amelyre tízennégy éve minden tavasszal és ősszel várják a környék lakosait népzenei koncertekkel, táncbemutatókkal és táncszínházzal. A gyerekek kézműves-foglalkozásokon ismerkedhetnek meg a népi iparművészet technikáival, kéthetente pedig a Gyurmarci marcipángyurmázás fortélyaival. A marcipángyurmázás anyagköltsége 450 forint. A Szamos Marcipán Budai Cukrárszda jóvoltából a nyugdíjasok minden alkalommal vendégek egy csésze kávéra!

A fellépő együttesek

Szeptember 12.	Eszterlánc mesezenekar
Szeptember 19.	Fakutya zenekar (moldvai-csángó zene)
Szeptember 26.	Tündök zenekar (magyar népzene)
Október 3.	Tallabille zenekar (magyar népzene)

Időpont: 16.00–19.00 óráig. Cím: XII., Böszörményi út 23–25. A részvétel díjtalan.

Támogatók: Hegyvidéki Önkormányzat, Szamos Marcipán Budai Cukrárszda. Szervező: Virányosi Közösségi Ház.

További információ: Nagyné Orvos Gabriella, 200-8713, 275-1394.

A műsorváltoztatás jogát a szervezők fenntartják. Rossz időjárás esetén érdemes telefonon érdeklődni a rendezvény megtartásáról!

dolgaiban való eligazodásban. Vezető: Vadasné Tóth Mária (06/30-280-3779). Tagsági díj: 1000 Ft/fél év.

Téry Ödön Turista Baráti Társaság kedden 18.30–21.00. Vezető: Mészáros János. Tagsági díj: 1000 Ft/fél év.

Gilde Öregcserkész klubja minden hónap második péntekjén 16.30–18.00. Elnök: Elsholtz Lászlóné.

Színházjegy-árúsítás minden páros héten szerdán 16.00–18.00. Érdeklődés: Bódi Éva, 06/20-213-0479.



A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Rituális transztánc élményest szeptember 13-án 18.00. A transztánc rituáléval az ősi szertartások ereje válik hozzáférhetővé a ma embere számára. A transztáncokat Wilbert Alix, a módszer kidolgozója által képzett transztánc-facilitátorok, Fekete Erika és Mondok Árpád (saman.trance.dance@gmail.com, 06/20-333-5588) tartják. www.transztanc.hu

Jelek száradok on át – Németh Andrea fotóművész, Lunczer Anikó és Németh András grafikusművész közös kiállítása az Ars Sacra Fesztivál alkalmából. Megnyit: szeptember 12-én 19.00. Megnyitja: Kovács Tibor grafikusművész. A kiállítás megtekinthető: szeptember 27-ig.

Talált szív – Turbuly Lilla Aranyvackor-díjas mesekönyvének bemutatója október 2-án 10.00. Horváth Ildikó grafikusművész a könyvhöz készített illusztrációinak kiállítása október 31-ig látogatható.



Ismerkedés a számítógéppel idősebbeknek. A létszám korlátozott, a tanfolyamra előzetes jelentkezés szükséges a 395-8284-es telefonszámon. A program célja, hogy megtanítsa az idősebb korosztály tagjait a számítógép használatára, elsősorban az internet elérésére. A hallgatók három alkalommal, esetenként két-két órában (9.00–11.00) kezdő, 11.00–13.00 haladó) sajátítják el az alapokat, amelyek segítségével képesek lesznek hasznos és érdekes információkat önállóan megkeresni, illetve távoli ismerőseikkel e-mailben kapcsolatot tartani. A foglalkozások kis csoportokban folynak, mindenki külön számítógéppel ül. Részvételi díj: 3000 Ft/fő/kurzus. Vezető: Szentiványi Imre villamosmérnök, számítástechnika-oktató.

Akrobatikus rock and roll pénteken 16.15–18.30. Vezető: Fekete Kinga táncanár (06/70-424-9423). 16.15–17.00 Magic Kid Dance (3–6 éves korig). 17.00–18.30 Magic

Stars versenyző rocky. Folyamatos csatlakozási lehetőség, az első óra ingyenes.

Angolnyelv-oktatás, korai fejlesztés angolul és óvodásangol. Óvodás- és kisiskolás angol csütörtökön 17.00–18.00. Vezető: Endre Judit (06/30-313-6822). Bábaangol csütörtökön 8.00–10.00 (22–36 hónapos korú gyermekek részére). Előjelentkezés szükséges! Részvételi díj: 10 000 Ft/hó. www.helendonor.hu. Indul: szeptember 11.

NTC School Budapest (holland bölcsőde-óvoda) kedden 8.30–12.00 óvodásoknak, szerdán 8.30–12.30 bölcsődészeknek. Holland tanmenet szerinti foglalkozások flamand és holland anyanyelvű családok részére. Felügyeleti szerv: Holland Oktatási Minisztérium. Információ: Bori Martina, 06/30-241-2546, lesbories@online.hu.

Csiri-biri torna pénteken 9.30. Vezető: Orszáczky Ildikó. A foglalkozásokon minden mozgásformát dalok, mondókák kíséretében hajtának végre. A Csiri-biri tornán 3 éves korig várják a már járn tudó, izgó-mozgó babákat. Testvérdelvevény: 50%. Részvételi díj: 1200 Ft/alkalom, 10 000 Ft/10 alkalom (a bérlet három hónapig érvényes). www.csiri-biri.hu.

Ju-jitsu szerdán 16.30–18.00 és 18.30–20.00. Vezető: Derkényi László (06/20-323-8160). A ju-jitsu rugalmas küzdősport, a csavarókat, dobásokat, gáncsokat részesíti előnyben. Sokoldalú és változatos önvédelmi irányzat. Részvételi díj: 5500 Ft/hó.

Klasszikus balett hétfőn 16.15–17.00 és 17.00–18.00, szerdán 17.00–18.00. Klasszikus balett oktatása kezdőknek és haladóknak, már óvodáskortól. Vezető: Kiss Stefánia balettművész (06/20-269-2314). Részvételi díj: heti egy óra részvétellel 8800 Ft/8 alkalom, heti két óra 14 400 Ft/16 alkalom.

Jazzbalett iskoláskortól csütörtökön 16.30–17.30. Részvételi díj: heti egy óra részvétellel 8800 Ft/8 alkalom, heti két óra részvétellel 14 400 Ft/16 alkalom.

Művészi torna szombaton 9.30–15.00. Vezető: Pataki Rita mozgáspedagógus (06/30-483-1897). Berczik Sára módszere alapján, zongorakísérettel. Mozgáskordináció- és ritmusérzék-fejlesztő gimnasztika. Kezdő: óvodásoknak, (kisiskolásoknak 4 éves kortól). Középhaladó: alsó tagozatosoknak. Haladó 1.: felső tagozatosoknak. Haladó 2.: 15–20 éves korig. E-mail: patakiri@freemail.hu. Zongorán kísér: Gabora Mária. Részvételi díj: 3400 Ft/hó, 6000 Ft/hó. Testvéreknek, valamint féléves tandíj egyösszegű befizetése esetén kedvezmény. Indul: szeptember 20.

Szivárvány Táncszínház showtánc- és hiphopoktatás kedden 17.00–18.00, csütörtökön 17.30–18.30. Vezető: Balázs Márta táncpedagógus (06/30-409-2400). Formációs tánc, showtánc és hiphop 7 éves kortól. Fiúk jelentkezését is várják. Részvételi díj: 10 000 Ft/hó.

(Folytatás a 11. oldalon)

VIRÁNYOSI NAPOK

Fotókiállítás. Huszonöt éves a Virányosi Közösségi Ház. Válogatás az elmúlt 25 év legsikeresebb rendezvényeiből. Megtekinthető: október 7-ig, előre egyeztetett időpontban (200-8713).

Harmónia Táncklub szeptember 13-án 19.00–22.00. Táncbemutató és össztánc Székely Attila vezetésével.

Rajzpályázat az V. Virányosi Mész- és Lékvár Fesztivál alkalmából 3–14 éves gyerekeknek. Téma: Maja, a méhecske. Beküldési határidő: 2014. szeptember 15. Eredményhirdetés, díjátadás: szeptember 20-án 10.00.

Skót tánc október 4-én 19.30. Zenél a M.É.Z. Együttes. Táncot tanít: Martin-Hajdu György.

A Virányosi Napok rendezvényeire a belépés díjtalan! A műsorváltoztatás jogát a szervezők fenntartják!

Energetikai felújítás két oktatási intézményben

Pályázati támogatásból elkészült a Tamási Áron Általános Iskola és Német Nemzetiségi Két Tannyelvű Gimnázium „B” épületének homlokzati szigetelése, valamint a nyílászárók cseréje. A Normafa Óvoda Ózike tagóvodájában önkormányzati beruházásban a külső falak szigetelése mellett a fűtésrendszer korszerűsítése is megtörtént.

A KEOP-5.5.0/A/12-2013-0413 azonosítószámú, A Tamási Áron Általános Iskola és Német Nemzetiségi Két Tannyelvű Gimnázium „B” épületének energetikai fejlesztése című pályázatnak köszönhetően energetikai szempontból és külsőleg egyaránt megújult a Mártonhegyi úti épület. A közel negyvenkét milliós projekt 85%-a uniós forrásból származik, így a fennmaradó 15%-ot kellett az önkormányzatnak biztosítani.

Pokorni Zoltán polgármester az átadáson elmondta, hogy az iskola négyemeletes épületszárnyának homlokzataira 850 négyzetméter, nagyon vastag szigetelőanyag került, a hővédő üvegezésű, új nyílászárók felülete közel 200 négyzetméter. Az ablakokat a gyerekek biztonsága érdekében minden egyes bukó-nyíló szárnyon kulcsos zárral szerelték fel. A korszerű szigetelésnek köszönhetően a fűtésienergia-felhasználás várhatóan 30-35 százalékkal csökken.

A beruházás révén sikerült egységesebbé tenni a három épületből álló intézmény megjelenését. A Tamási az egyik legnépszerűbb kerületi iskola, ezért az igények kielégítése érdekében az évek során több alkalommal növelni kellett a férőhelyek számát. Ez az oka annak, hogy az épületszárnyak homlokzatai nem álltak összhangban egymással.

„A fejlesztés ezen is segített, hiszen a megújult »B« épület most már a tavaly átadott épület-részhez hasonló, magas színvonalú építészeti értéket képvisel” – hangsúlyozta Pokorni Zoltán, hozzátéve, hogy az Európai Unió



A Tamási Áron a kerület egyik legnépszerűbb iskolája

hatásfokkal működő kazánt. Nem csupán a homlokzat, hanem az udvar is megszépült; a régi kerti játékok újjalakozását, átfestését az intézményben dolgozók és a Normafa Óvoda munkatársai végezték el.

„A Hegyvidék talán legromantikusabb »zöldóvodájáról« van szó, amely megérdemelte a felújítást – emelte ki a polgármester. – Fontos, hogy az energiafelhasználás javításán kívül az épületet is szebbé tudtuk varázsolni.”

m.



A Normafa Óvoda Ózike tagóvodájának udvara is megszépült

FOTÓ: SÁNDOR GÖRÖGY

nem véletlenül támogatja az energetikai fejlesztéseket, hiszen így csökkenthető a lehatékonyban az Oroszországból érkező energiahordozóktól való függés.

Teljes egészében önkormányzati finanszírozásban valósult

meg a Normafa Óvoda Ózike tagóvodájának korszerűsítése. Megtörtént az épület külső hőszigetelése, valamint az ereszek és a régi nyílászárók cseréje, emellett modern, kondenzációs készülékkel váltották fel az elavult, rossz

Gépjárművédelem a Hegyvidéken éjjel-nappal – még lehet pályázni!

Rendkívül kedvező feltételekkel juthatnak a legkorszerűbb gépjárműlopás-gátló eszközökhöz a kerületi autósok. A skyguard® műholdas (GPS alapú), huszonnégy órán keresztül a lehető legnagyobb biztonságot nyújtó gépjárművédelmi rendszer telepítésére az önkormányzatnál lehet pályázni.

Számos megoldás létezik az autók ellopásának megelőzésére, illetve az eltulajdonított járművek fel-

kutatására, azonban a tapasztalatok szerint mind közül a leghatékonyabb a műholdas (GPS) járművédelmi rendszer. Ennek lényege, hogy az autóban elhelyezett adóberendezés jelét a szolgáltatót nyújtó cég a nap huszonnégy órájában nyomon tudja követni, így lopás vagy lopás kísérlete esetén – a diszpécserközpontot a készülék erről is tájékoztatja – biztosított a gépjármű felderítése.

Ehhez a jelenleg elérhető legkorszerűbb megoldáshoz a Budapesti Hegyvidék Közrendvédelmi

Közalapítvány pályázatának köszönhetően rendkívül kedvező feltételekkel juthatnak a Hegyvidéken élők és a XII. kerületi vállalkozások. A program keretében az Auto Securit Zrt. skyguard® műholdas gépjárművédelmi rendszerre és az ehhez kapcsolódó szolgáltatás igénybevételére nyílik lehetőség.

Váczai János alpolgármester elmondta, hogy a Hegyvidéki Önkormányzat elkötelezett a közbiztonság további javítása mellett. „Az önkormányzat a saját eszközeivel igyekszik biztosítani a hegyvidékiek nyugalalmát – hangsúlyozta. – Az a cél, hogy a kerület valamennyi lakója még inkább biztonságban érezze magát, szeretett és értékeit. Ezt szolgálják a már megkezdett közbiztonsági programok, a kerületi rendőrkapitányság támogatása, a Hegyvidéki Rendészet folyamatos fejlesztése, továbbá a most kiírt műholdas gépjárművédelmi pályázat.”

A pályázatra a kerületi állandó lakcímmel rendelkező magánszemélyek a saját vagy ál-

taluk üzemben tartott, legfeljebb 110 kW teljesítményű gépjárművel jelentkezhetnek. Pályázatot adhatnak be a vállalkozások is, amennyiben a cég vezető tisztviselője vagy tulajdonosa állandó lakcímmel rendelkezik a kerületben. Mindkét esetben egy autóra kérhető a támogatás, a mozgásukban korlátozottak és a nyugdíjasok az elbíráláskor előnyt élveznek, a nyertes pályázók a költségek felét (37 500 forint + áfa) fizetik. A folyamatos műholdas nyomkövetési és gépjárművédelmi szolgáltatás díja az első évben kedvezményesen 3990 forint + áfa, a következő két évben 5900 forint + áfa.

Ami a technikai részleteket illeti, a gépjárműnek rendelkeznie kell távirányítós központi zárral, ha ez nincs, el kell végezteni az eszköz beszerelését. Ennek költsége a pályázót terheli. A hiányzó vagy rossz távirányítót az Auto Securit Zrt. 7000 forint + áfa áron pótolja.

Mint Lengyel Gábor, az Auto Securit Zrt. kommunikációs vezetője elmondta, a tizenöt éves szakmai tapasztalattal rendelkező cég mostanáig mintegy 40 ezer autót szerelt fel műholdas védelmi rendszerrel. „A nap huszonnégy órájában működő fel-

ügyeleti központunk fogadja a gépjárműről az installált GPS-GSM technológián alapuló járműfedélzeti egység segítségével érkező jelzéseket, majd az operátorok haladéktalanul megteszik a szükséges intézkedéseket. Először a megadott hívószámok sorrendjében hívják a tulajdonost, illetve megbízottját, s ha jogos volt a riasztás, azonnal kapcsolatba lépnek az rendvédelmi szervekkel” – foglalta össze röviden a

szolgáltatás lényegét a szakember, hozzátéve, hogy az általuk védett autók közül eddig egyet sem tudtak ellopni.

A további feltételeket is tartalmazó pályázati űrlap átvethető a Hegyvidéki Rendészet ügyfélszolgálati irodájában (XII., Kiss János altábornagy utca 47., alagsor), valamint letölthető az önkormányzat honlapjáról (www.hegyvidek.hu).

m.



FOTÓ: SÁNDOR GÖRÖGY

Napelemes rendszer kialakítása

ÚJ SZÉCHENYI TERV

Pályázat tárgya: Napelemes rendszer kialakítása a Hegyvidéki Polgármesteri Hivatal épületén
Pályázati azonosító: KMOP-3.3.3-13-2013-0031
Elnyert támogatás: 37 969 876 Ft
Önrész mértéke: 0 Ft
Összköltség: 37 969 876 Ft
A támogatási intenzitás: 100%
A napelemes rendszer műszaki átadása 2014. július 2-án megtörtént.
2014 augusztusában helyezték üzembe a rendszert.

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség
www.ujszchenyiterv.gov.hu
06 40 638 638

MAGYARORSZÁG MEGÚJUL



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósul meg.

„Ég és föld között” a Hegyvidéki Nemzetközi Művésztelep alkotói

A Hegyvidéki Nemzetközi Művésztelep Budapest legrégebbi, ma is aktívan működő alkotótábor. A korábban született alkotásoknak és színvonalas kiállításoknak köszönhetően mára ismertté és elismertté vált a művészvilágban. Az idei művésztelep vendégei „ég és föld között” dolgoztak.

A Hegyvidéki Nemzetközi Művésztelep vezetője, Breznay András az idén tizennégy művészt hívott meg. Fontos szempont volt, hogy a vendégek az anyaország mellett a Kárpát-medence magyarságát is képviseljék.

Kalitics Erika, Kopriva Attila és Villasek Tibor Kárpátjáról, Balázs István és Siska-Szabó Hajnalka Erdélyből, Sokolovsky Igor és Turcsanyi Frantisek a Felvi-

dékről, M. Pálffy Livia Ausztriából, Gendova Miroslava Bulgáriából érkezett. Itthonról Burai István, Katona György, Maczkó Erzsébet, Rainer Péter és Gyügyi Ödön csatlakozott, utóbbi három a XII. kerületben él és alkot. Az immár tizennyolcadik alkalommal megrendezett művésztelep vendégeit a Normafa környéki erdőben található, festői szépségű Budai Sport Hotelben szállásolták el.

Breznay András festőművész az idei év tematikájának az „Ég és föld között” címet adta. A varázslatos normafai panoráma, a kerület számos nevezetessége, a Libegőn való utazás élménye csupa ihletet adó téma volt. A nappali fényviszonyok közt állandóan változó égbolt, az éjszaka színes fényei komoly kihívást jelentettek a művészeknek. A plein air festők az impresszionisták lendületével igyekeztek ezeket megörö-



Erdélyből, a Felvidékről, Kárpátjáról, Ausztriából és Bulgáriából is érkeztek művészek a Hegyvidékre

kíteni, az időjárás viszonyaitól függetlenül is dacolva.

Siska-Szabó Hajnalka kilencedik alkalommal vett részt a hegyvidéki művésztelepen. Mint lapunknak elmondta, őt kimondottan inspirálta az új helyszín a

Normafánál: új témákkal, új művészi megközelítésekkel segített alkotói munkáját. „Remélem, töretlenül folytatódik a művésztelep, amely igazán sikeres volt az idén. Biztos vagyok benne, hogy szép értékekkel gazda-

godik a Hegyvidéki Önkormányzat gyűjteménye” – mondta, hogy egy ilyen, határokon átívelő, közös művészeti gondolkodás nagyban segíti a nemzeti összetartozás érzését.

M. Pálffy Livia, aki első ízben volt a művésztelep vendége, Picasót idézte, amikor rákérdeztünk, hogyan érezte magát a Hegyvidéken: „Az ihlet mindenkit megtalál, csak az a lényeg, hogy a művészt alkotás közben lelje fel.”

A Bécsből érkező alkotó különösen serkentőnek érezte a légkört: „A tizenöt, ahol tizenkét-tizenöt festő dolgozott, olyan különös energiafelhőt éreztem kialakulni a fejek felett, ami serkentőleg hatott az alkotó energiámra. Erre szükségem is volt, mert emberileg-szakmailag különösen nehéz év áll mögöttem. Örülök, hogy eljöhettek ide. Azt hiszem, visszatért az a boldog, önfeléd lendületem, ami – remélem – átjutja a képeimet.”

A tizennyolcadik Hegyvidéki Nemzetközi Művésztelep zárásaként az ott született munkákból kiállítást rendeztek a Jókai Klubban.

B. A.

FOTÓ: SÁNDOR GÖRÖGY

Händeltől Harry Potterig

Rövid időn belül több ígéretes koncertre várja a zeneszerető közönséget a **Solti György Zeneiskola**. Előbb a Gesztenye Napokon, aztán október 1-jén, a zene világnapja alkalmából a MOM Kulturális Központban, október 22-én pedig az Óbudai Társaskörben játszanak. A programról Dióssy Krisztinával, az iskola igazgatójával beszélgettünk.

► **Talán nincs is Hegyvidéki Ősz a soltisok fellépése nélkül. Míg az egyik évben könnyűzenei produkcióval álltak színpadra a növendékek, most ismét „komoly” programmal örvendeztetik meg a közönséget.**

– Az országosverseny-győztes vonózenekarunknak ebben a tanévben ez lesz az első fellépése. Mivel még nagyon a tanév elején járunk, a gyerekek – felkészítők tanáraikkal, Bolla Milán karmesterrel, s két kollégával, Tornyi Beátával és Balázs Egonnal – a nyár végén elvonultak néhány napra a Börzsönybe, Királyrétre, hogy felkészüljenek erre a szereplésre. A táborban – persze amellelt, hogy pihentek,

kirándultak is – szólampróbák, összp próbák, egyéni meghallgatások zajlottak. A zenekar ütőhangszerekkel és fúvósokkal is kiegészül, az ütősöket Győre Csilla vezeti, a fúvós hangszereken pedig növendékek és tanárok segítik a produkciót.

► **Elárulhatjuk, mi lesz műsoron?**

– Természetesen, nem titok. Händeltől a Sába királynő érkezése, Beethovenól az Allegretto a 7. szimfóniából, Griegtól a Gavotte a Holberg-szvitből, Kókaitól a Kis verbunkos zene, Bartóktól a Gyermekeknek című darab, Orbán Tangója, Csajkovszkij Diótörője, Andersontól Az írógép, továbbá Hans Zimmerrel a Madagaszkár, John Williamstól a Harry Potter, Klaus Badeltől pedig A Karib-tenger kalózái filmek zenéi.

► **A Solti György Zeneiskola növendékei számtalan sikerrel büszkélkedhetnek. Izgulhatunk a közeljövőben újabb szép eredményekért?**

– A vonózenekar ismét készül arra a belgiumi nemzetközi versenyre, amit két éve megnyert. Anélkül, hogy bármit elkiabálnánk: újfent nagy reményekkel indulunk ezen a rangos megméretésen.



Évtizedek múltával visszatérni lakni a kerületbe, ráadásul új dalokkal is megörvendeztetni közönségét. **Halász Judit** azt mondja, a költözés és a lemezkészítés is sok tanulsággal szolgált a számára.

► **A gyermekkorát itt, a Hegyvidéken töltötte; érzett-e valami különösét a visszaköltözéskor?**

– Az a negyvenkét év, amit a város más pontján éltem le, nyilván nem maradhat nyom nélkül. De valami húzott ide, nem csak az esetenkénti Németvölgyi úti csavargások. Egyszer már majdnem „sikerült” visszatérnem, nagyon közel álltam: a Gellérthegy oldalában néztünk ki egy lakást, de akkor csak a gondolatilag jutottunk. A döntést jó egy éve hoztuk meg. A Városháznál van az otthonunk, a hely, magától értetődően, nem idegen. Önmagában is érdekes, hogy egy új épületben lakunk, az pedig nagyon tanulságos, hogy sok-sok mesterembernek kellett megfordulnia erre felé... És hányszor, de hányszor eszedtünk, hogy ne essen az eső! De a vége jó.

► **Néztem a koncertprogramját: szeptemberre hat nagy fellépés jutott, köztük egy a Gesztenye Napokon. De becsúszott egy augusztusra is. Csak azért, hogy készüljön az őszre?**

– A nyár számomra szent, pihenéssel töltöm, akár magamban, akár a családdal. Am pár éve megkértek a siófokiak, hogy ha épp itthon vagyok, és nem utazgatok, lépjek fel a nyári fesztiváljukon. Ami mellette szólt, hogy nyáron számomra nem Budapest, hanem Siófok Magyarország fővárosa. Ráadásul olyan szeretettel kértek...

► **Már hiányoltuk az új lemezt, hiszen a közelmúltban két évente**

Halász Judittal kezdődik a mulatság



– **2007-ben, 2009-ben, 2011-ben – jött ki egy-egy új albummal, az Apa figyelj rám, a Csiribirivel, valamint a Szeresd a testvéred!-del. Am már nem kell tovább várniuk...**

– Ezekben a napokban jelenik meg a legújabb albumom, a Kezdődik a mulatság, tizennégy nagyon jókedvű, szerethető dallal. A szerzőgárda jobbra a régi, de egy nagyon kedves vígszínházbéli kollégám, Fesztbaum Béla is irt nekem két szót, a hangszerelés pedig Tóth Zoltánt, a Republic volt szőlőgátló dícséri, aki Cipő dalait is gondozta.

► **A Kezdődik a mulatság kikhöz szól?**

– A családokhoz, újfent. A családi ünnepeket vettük sorra, ami nem volt nehéz feladat. Hiszen ünnep az első iskolában töltött nap, az anyák napja, a karácsony, a névnap, a születésnap – még az állatoké, a kutyáké, macskáké is –, aztán meg az esküvő. Eredetileg úgy terveztük, hogy a lemez az anyák napi dallal indul, de roppant tanulságos volt számomra, hogy amikor meghallgattuk a számokat a gyerekekkel, egyöntetűen az esküvőről szólóhoz ragaszkodtak. Természetesen ezt is eléneklem a Gesztenye Napokon, és még párat az újakból, de nem maradhatnak el a régebbi nagy kedvencek sem.

Halász Judit a Színház- és Film-művészeti Főiskola elvégzése után a Pécsi Nemzeti Színházhoz szerződött, ám alig fél év elteltével Várkonyi Zoltán már vendégnek hívta a budapesti Vígszínházba, a következő évtől leszerződött. Azóta is a Vígszínház tagja. Közel negyven filmben – Szabó István Szerelmesfilmjében, az Álmodozások korában, Keleti Márton, Máriaassy Félix, Várkonyi Zoltán, Székely István, Rózsa János, Jancsó Miklós és mások alkotásában – számtalan tévéjátékban szerepelt. Eddigi pályafutása során 21 lemezt készített. Ikrek hava címmel Radnóti verseiből szavalt, más albumán mesét mondott, de a legnagyobb sikert azzal aratta, amivel tulajdonképpen műfajt teremtett. Magyar költők verseit énekli a magyar könnyűzene legjobbjaival – gyerekeknek. Ezekből a lemezeiből több mint másfél millió kelt el. Sok ezer koncertet adott Magyarországon. A gyerekek megválasztották (Magyarországon elsőként) a lengyel gyerekek által alapított Mosoly-rend Lovagjának, amelyet az első között II. János Pál pápa és Peter Ustinov is megkapott. A közönség szavazatai alapján 2003-ban tagjává vált a „Halhatatlanok társulatának”. Nem kevesebb, mint 29 rangos díj birtokosa. Kossuth- és Jászai Mari-díjjal, Magyarország Erdemes Művésze kitüntetéssel, a Magyar Érdemrend tisztikeresztjével jutalmazták munkásságát. A szakma Páger-díjjal, Bilicsi-díjjal, két alkalommal Ajtay-díjjal, valamint Erzsébet-díjjal tüntette ki, mindemellett Prima Primissima-díjas is.

„Nem csak a sajátját fújja”

A **Magonc** együttes, nem kevesebb, mint hetvenkilenc fős tagságával, igazi tanuló-gyakorló terep a gyerekeknek. A főleg furulyásokból, dobosokból, gitárosokból, kobzásokból, ütőgardonosokból és egy tekerősből összeálló csoportban játék közben énekelnek, felszabadultan, szívből, szeretetből muzsikálnak a fiatalok.

– Nálunk, az Óbudai Waldorf Iskolában fontos, hogy ápoljuk a magyar hagyományokat – mondja a Magonc együttest vezető Lányi György népművész. – Tíz éve kaptam a felkérést, hogy különböző népi hangszereket, mint a duda, a koboz, a furulya, emellett éneket és népszokásokat tanítsak. Az első sikerek után órarendi keretek közt is megkezdődött a népzene oktatása.

► **Hogyan jött az ötlet, hogy együttest hozzanak létre?**

– A hangszeres oktatás csoportokban történik – ami sok helyen elképzelhetetlen –, gondoltam, alakítsak egy nagy létszámú gyermekegyüttest. Nem véletlenül lett Magonc a nevünk, hiszen a kis facsemete, a magonc kellenő jellemezte zenekarunkat, amelyben nyolc-tizenkét éves fiatalok muzsikálnak együtt. Az álmom az volt, hogy mindenkinek, aki hangszeren szeretne játszani, megadassék, hogy próbára tegye magát az együtt zenélésben, és ne kelljen először az egy-két év szolféstanulással megküzdnie, ami által lehet, hogy elveszíti a lelkesedését a zenetanulás iránt.



játját fújnia”, hanem az egységet keresik.

► **Mire számíthatunk a Gesztenye Napokon?**

– Most hét-nyolc éves gyerekek is részt vesznek a műsorban, a nagyobbakkal együtt, az ő példájukat követve. Egyébként jól ismerjük a hegyvidéki közönséget, remélem, az idén is olyan szeretettel fogadnak bennünket, mint legutóbb.

Ha nem is énekl **Bíró Eszter** a címbeli sort, az Állati Zenés ABC dalai a magyar ábécé köré épülnek. A produkció lényege, hogy a betűket a zenén és interaktív játékokon keresztül, szinte észrevétlenül szeretesse meg az óvodás és kisiskolások korosztálya, úgy, hogy mindközben a szülők is jól szórakozzanak.

– Mióta megszülettek a gyermekeim, próbálok úgy terelgetni őket, hogy minőségi zenét halljanak, olyat, ami az értékrendjüket is formálhatja – vallja Bíró Eszter. – Az is fontos, hogy megismerjék a különböző érdekes hangszereket, új kifejezéseket, összefüggéseket tanulhassanak, és a humorérzékük is kialakuljon. Olyan zenét szerettem volna énekelni a gyerekeknek, ami nemcsak szórakoztat, hanem játékosan oktat is. Ahogy óvodáskorba lépett a kislányom, egyre inkább arra a felfedezésre jutottam, hogy nagyon kevés anyag foglalkozik az ábécé betűivel mai, humoros formában, kevésbé verszerűen, mint inkább játékosan megcsinálva a betűket. Földő Sándor „Fodo” zeneszerzővel és Hegyi György zeneszerzővel közösen egy évig dolgoztunk a dalokon, aminek eredménye a tavaly megjelent Állati Zenés ABC című könyv és lemez. A könyv a huszonekét számot tartalmazó lemezen kívül egy posztert is rejt, amely tele van az ábécé betűivel és a dalokban szereplő állatokkal. Így az óvodás

Ábécédé, rajtam kezdé...



naponta nézegetheti és kérdezősködhet róla, összeharatókozhat egy-egy betűvel.

► **Mennyire népszerű ma Magyarországon ez a műfaj?**

– Erről a gyerekeknek kellene megkérdezni! Én még nem találkoztam olyan óvodással, aki ne szeretne volna az igényes, humoros, élő zenét.

► **Kik alkotják a közönséget?**

– Elsősorban óvodások és kisiskolások, de már akadt olyan két éves kisfiú, aki az ABC-dal néhányszori meghallgatása után kívülről elénekel-

te nekem a magyar ábécé összes betűjét. Volt olyan tizenhárom éves is, aki az egyik koncertem után dedikáltatta velem a könyvet.

► **Könnyebb vagy nehezebb a dolga, amikor gyerekek előtt lép fel?**

– Szerintem sokkal nehezebb gyerekeknek énekelni, mert ők nem udvariaskodnak, őszinték, ha valami nem köti le őket, elfordulnak a színpadtól, és mással kezdenek foglalkozni. Komoly kihívás, de eddig nagyon jól fogadták a koncerteket. Ugráltunk, bégettünk, olléztunk együtt, s mindeközben a felnőttek is jól szórakoztak.

► **Mivel csalogatja most a színpadhoz a közönséget?**

– Az Állati Zenés ABC könyv és CD tavaly tavaszi megjelenésével egy időben létrehoztuk az azonos című színpadi produkciót, amely a könyv dalainak többségéből épül fel. A koncerten segítségül hívom a gyereket, és persze azok is részt tudnak

venni a közös játékban, akik még nem ismerik a dalokat. Bizom benne, hogy az ovisok új betűkkel, a kisiskolások pedig érdekes állatokról szóló számokkal ismerkedhetnek meg a koncerten.

► **Mennyire ismeri a kerületet?**

– Sok kötődésem van, hiszen mindkét gyermekem a Hegyvidék egyik bölcsődéjébe járt, és a kislányom néhányszor az egyik helyi iskolában kezdte meg első évét. Mindemellett a hozzánk legközelebbi játszótér is hegyvidéki.

► **Most, hogy vége a nyárnak, nemcsak az iskolakezdés sűrűti be a napokat. Mik az őszi tervei?**

– Országsszerte koncertezünk az ABC-vel, emellett Melanie szerepét játszom a Budapesti Operettszínházban. Már elkezdtem dolgozni az Állati Zenés ABC második részén, amelyben az első kötetből kimaradt huszonegy betű szerepel majd. Jövő ősze tervezzük a megjelenését.

„Ütős” kis este az Amadindával

Zsúfolásig megtelt nézőtér, fergetes hangulat, véget érni nem akaró tapsvihár – aki járt már a harminc éve alakult **Amadinda** koncertjén, pontosan tudja, hogy ezek állandó velejárói az együttes fellépéseinek. A sikerekről, a hegyvidéki kötődésről és a tervekről kérdeztük Holló Aurélt.

► **Mi a legfontosabb néhány mondat, amivel a zenekart jellemeznéd?**

– Az ütőhangszeres kamarazene műfaja a múlt században alakult ki az Egyesült Államokban. Mint minden együttes esetében, nekünk is a repertoárunk fejezi ki a legjobban, hogy mit tartunk fontosnak. Törekszünk emellett korábbi zenetörténelmi korszakok darabjainak ütőhangszeres átíratban való megszólaltatására is. Nemcsak a tradicionális, klasszikus zenét képviseljük, de igyekszünk kortárs hazai és külföldi előadókat is inspirálni, és mi magunk is komponálunk. Sőt, nem kis örömmünkre szolgál, hogy szerzeményeink közül több a nemzetközi zenei életben is ismert és játszott darab lett.

► **Mennyire népszerű ma Magyarországon ez a műfaj?**

– Nem feltétlenül populáris, ám az együttes arculatával meg lehet ragadni az embereket, miközben maga a műfaj is meg tudja találni a saját közönségét.

► **Kik alkotják a közönségüket?**

– Igen széles réteg, annak köszönhetően, hogy a családok, unokáktól a nagyszülőkhöz egyaránt, szívesen járnak az előadásainkra.

► **Mivel csalogatják a színpadhoz a nézőket a Gesztenye Napokon? Nem konkrét darabokra vagyok kíváncsi, az hadd maradjon meglepetés, sokkal inkább az előadás jellegére.**

– Érdekes hangverseny lesz az idei, egy kicsit erősebb színházi jelleggel. Két olyan szerzeményt is hozunk, ami nem kifejezetten koncertdarab, legalább annyira a szemnek, mint a fülnek szólnak majd. Emellett, persze, nagyon fontos szerepet kap az előadásban a harmincéves jubileumunk.

► **Nem először állnak a hegyvidéki közönség elé. Van valamilyen egyéb kötődésük a kerülethez?**

– Ez lesz a harmadik koncertünk itt. Először a felújított MOM Kulturális Központ átadóján léptünk fel, aztán egy korábbi Gesztenyénapon, így azt gondolom, ezt akár már nevezhetjük erős kötődésnek.

► **Most, amikor beszélgetünk, épp egy szlovákiai fellépésre indulnak. Milyen öszre készülnek?**

– Mindenekelőtt a Gesztenye Napokra, aztán október elején Kínába megyünk, majd a Művészetek Palotájában lesz egy nagy fellépésünk, az Év együtteseként. Novemberben pedig hosszú amerikai turnéra utazunk, amelyen az elmúlt harminc év repertoárjából mutatunk be darabokat.



Az Amadinda együttes 1984-ben alakult, tagjai a budapesti Zeneakadémián végezték tanulmányaikat. Az együttes a már klasszikussá vált ütőhangszeres kompozíciók bemutatása mellett a kezdetektől megkülönböztetett fontosságot tulajdonított annak, hogy működése inspirációt nyújtson magyar és külföldi zeneszerzőknek egyaránt. John Cage, Ligeti György, Steve Reich – a XX. századi zenetörténet e három meghatározó alakja is komponált darabot az Amadinda számára. Az együttes harminc év alatt négy kontinens harminchárom országában mutatkozott be nagy sikerrel, olyan helyszíneken, mint a Philharmonie Berlin, a Wiener Konzerthaus (Bécs), a Royal Albert Hall (London), a National Concert Hall (Taipei), a Meyerson Symphony Center (Dallas) és a New York-i Carnegie Hall. Játékuk több mint harminc lemezen hallható, ezek közül talán a legkiemelkedőbb az a hat CD-ből álló sorozat, amelyen az együttes közel húsz évig dolgozott, és John Cage összes ütőhangszerekre komponált műve hallható rajta.

Visszahozzák a nyarat

A nyár, a turistákkal, nézelődőkkel teli város képe, élete elképzelhetetlen jókedvű utcazenészek nélkül. A Pécsről érkező **Band Of Streets** ezt a hangulatot hozza el a Gesztenyés kertbe.

– Ebben a formában 2011 óta létezik az együttes, amely a New Orleans-i hagyományokat követve jött létre – meséli Fúzy Máté zenész. – Kizárólag akusztikusan, csak fúvós és ütős hangszereken, színpad és hangosítás nélkül játszunk. Repertoárunk a kilencvenes évek retro slágereitől a mai zenékig terjed, a hangulat, amit létrehozunk, leírhatatlan.

► **Tavaly a Veszprémi Utcazene Fesztivál közönségdíjasai és ugyancsak 2013-ban a Zalakarosi Utcazene Fesztivál szakmai díjasai lettek, az idén pedig a velvet.hu Kalap Kabát című utcazene-szeptet helyét nyerték el. Hamar meghódították a közönség szívét is.**

– A hangosítók azt szeretik bennünk, hogy nem kell velünk foglalkozni, a szervezők azt, hogy velünk akkor is tudnak számolni, ha mindent elmosott egy vihar, az emberek pedig azt, hogy köztük vagyunk, és együtt bulizunk.

► **Akik mégsem ismerik az együttest, azok számára mi a legfontosabb néhány mondat, amivel a zenekart jellemeznéd?**

– Techno zenét játszunk akusztikusan. A retro disco mellett még régebbi magyar számokat, filmzenét is előadunk, valamint néhány szvingsláger a húszas évekből.

► **Mennyire népszerű ma Magyarországon ez a műfaj?**

– Elég új keletű dolog, úgy látom, még csak most kezd elterjedni, de nagyon jó a fogadtatása. Élő műfaj, ott történik az emberek szeme előtt, így teljesen új élményt nyújt. Emellett alapjaiban változtatja meg az utcazenéről alkotott képet.

► **Kik a hallgatóságuk?**

– A totyogó kisgyerektől a nyugdíjasig gyakorlatilag mindenkit. Nemrég Balatonfüreden egy idősebb úr azt kérte, játszunk jazzt, mert ő csak azt szereti, de aztán a retro disco-slágerre is táncoltak, annak ellenére, hogy a társaságban csöpöprotézises emberek is voltak. Mindenkit magába szív ez a dolog.

► **Milyen műsort hoznak a Gesztenye Napokra?**

– Szvingeket, egyvelegeket a kilencvenes évek és napjaink slágereiből. Reméljük, itt is jól fogad majd bennünket a közönség.

► **Mennyire ismerik a hegyvidékieket?**

– Tekintettel arra, hogy sajnos igen kevés fellépésünk van Budapesten, azt kell mondjam: még semennyire. Ezért is várjuk nagyon a szeptember huszonnyolcadikát.

► **Mire készülnek mostanában?**

– Sajnos vége a nyárnak, egyben az általunk képviselt műfaj szezonjának is. Az előttünk álló időszakban sokat dolgozunk, ugyanis évről évre új műsorral próbáljuk megörvendeztetni a nagyérdeműt. Persze, azért már alakulnak a programok, például elképzelhető, hogy újra tiszteletünket tesszük Isztambulban, tervben van egy punkósi turné Németországban, valamint nagy az esély rá, hogy jövőre kijutunk a Ferrara Buskersre, Európa legnagyobb utcazene-fesztiváljára.

► **„Trombita, harsona, tuba, mellophone, szaxofon, némi dob, kilenc életvidám fiatal, jól csengő zenék átiratai és egy utca. Nem is kell más egy jó kis fiesztához, hiszen a hallgatóság jön magától is. A két éve alakult pécsi Band Of Streets pillanatok alatt képes jókedvre deríteni bárkit” – jellemezték a zenekart egy nemrég megjelent interjúban. Kik alkotják a bandát?**

– Talán természetesen, talán nem, de mi nem ebből élünk, munka mellett hódolunk a szenvedélyünknek. Vannak közöttünk profi zenészek, zenész-tanárok, zenetanárok, de még egy földrajz szakos hallgató is az együttes tagja. Most kezd kialakulni a véglegesnek szánt felállítás, korábban sokat formálódott az együttes. Óriási áldozatot követel ugyanis a tagoktól, hogy az egész napos munka után eljöhessen próbálni, fellépésekre utazzanak. Nem hiába: ez egy igazi nyári műfaj...



Több korcsoport együtt táncol

Elkényeztetett helyzetben vagyunk, hiszen a Csillagszeműek révén a Hegyvidék a hazai néptánc legjavának ad otthont, és sokszor láthatjuk is őket. A Gesztenye Napokon fellépő **Budai Babszem Táncegyüttes** tudása is tőlük eredeztethető, hiszen vezetője, Gubik József Timár Sándor tanítványa volt.

Imre Gimnáziumban tartjuk. Ám csoportjaink magas színvonalon képviselik hazánkat és a kerületet nemzetközi és hazai versenyeken is. Az idén nyáron például a Garabonciás megnyerte a MŰZE elnevezésű bolgár nemzetközi folklórversenyt. Jó érzés volt bemutatni itthonról vitt kincseinket, a Magyarországi tájegységein összegyűjtött táncokat, népszokásokat.

► **Mennyire népszerű ma itthon a néptánc?**

ugye? Nos, a tizenkettedik kerületben éltünk sokáig a feleségemmel és három gyermekemmel. Sok-sok családi élmény emléke köt ide minket. A mai napig idejárunk fagyizni és játszótérre. Az együttes által szervezett anyák napi néptáncfesztivált is itt rendeztük meg első alkalommal, tizenkét évvel ezelőtt, és a mai napig is gyakran itt tartjuk. A MOM Kulturális Központ programjain és a pár éve megnyitott Kulturális Szalon rendezvé-



– A Csillagszeműek vezetőitől tanult pedagógiai módszert követjük az együttesünk megalakulása óta eltelt közel másfél évtizedben. Az évek során a táncsoportot alapító tagok megnöttek, és a hozzájuk csatlakozó új táncosokkal bővült a Babszem, így az együttes napjainkban már négy csoporttal dolgozik – mondja bemutatóközésként Gubik József. – A Harmatocska csoportba az óvodáskorúak, a Kéknefelelcsbe a kisiskolások, a Kisgarabonciásba az általános iskola felső tagozatosai, míg a Garabonciásba a gimnáziumi, egyetemi évfolyamok tanulói járnak. Fontosnak tartjuk, hogy a csoportok lássák egymás munkáját, így a nagyobb korosztálynak mindig van utánpótlása, a kisebbeknek pedig példaképe.

► **Mennyire ismert a nagyközönség előtt a Babszem?**

– Sokfelé ismernek bennünket. Nem csak a budai kerületben, bár elsősorban ott, hiszen próbáinkat a Fonó Budai Zeneházban és a Szent

– Európában, de merem azt mondani, hogy talán a világon sehol nem táncol annyi gyermek, mint hazánkban. Az iskolákban alsó tagozatos órárendi óra a néptánc, és számos művészeti iskola működik idehaza. Nagyon sok fiatal nő fel ebben a néptáncos, hagyományőrző világban. A tánc, a néptánc komplex fejlesztést ad a gyerekeknek a különböző motorikus területeken. Az pedig külön jó, hogy miközben őseinktől öröklött értékeinket óvjuk és adjuk tovább a kicsiknek, ők szinte észre sem veszik, hogy szórakozás közben milyen sokat tanulnak. A tánc öröme őket is magával ragadja.

► **Kik alkotják a közönségüket?**

– A tizenegyedik kerület lakói és a szomszéd kerületekben élők. Személyes kapcsolatunk van számos ottani iskolával, óvodával, ahonnan műsorainkra, táncszínpadainkra rendszeresen ellátogatnak a családok. Bár a kérdés leginkább arra vonatkozik, hogy a Hegyvidékkel milyen a kapcsolatunk,

nyein is részt vettünk már. „Szomszédokként” figyelemmel kísérjük a Hegyvidéken zajló eseményeket.

► **Könnyebb vagy nehezebb a dolguk, amikor gyerekek előtt lépnek fel?**

– Gyerekek előtt a legjobb táncolni. Sok táncosunk is úgy csatlakozott hozzánk, hogy látott minket színpadon. A közös élmény a táncszakalmával mindig elvarázsolja a fiatalokat. Nemrég az együttesrel Erdélyben Bőjte Csaba testvérrel, a gyermekokthonban jártunk. Fantasztikus élmény volt nemcsak nekünk, tanároknak, hanem a gyerekek számára is a táncolás az ottani gyerekek előtt.

► **Mire készülnek mostanában?**

– Jövőre leszünk tizenöt évesek, erre az alkalomra több új koreográfiával készülünk.

► **Mire számíthatunk önöktől a Gesztenye Napokon?**

– Kalotaszegi, decsi, nagyecsedei és zempléni koreográfiáinkat táncoljuk.

Szeretik a nők a nem csajozós hangzást...

A **Kerekes Band** autentikus gyimesi és moldvai népzenei játszó együttesből hosszú, kitartó tanulás és örömmelés során csiszolódott a magyar népzene dallamait a populáris könnyűzene legkülönbözőbb műfajaival elegyítő zenekarrá. Korszakalkotónak is nevezhető az újításuk, hogy a hamisítatlan magyar népzene funk, rock, pszichedelikus és elektronikus zenei műfajokkal társítva formálják szokatlan, általuk csak ethno funként aposztrofált stílusát.

► **Akik nem ismerik a Kerekes Band repertoárját, azok számára mi lenne a legfontosabb néhány mondat, amivel a műsrot jellemeznék?**

– Hasító ethno funk, felszabadító csángó boogie, nagy terpeszes folk 'n' roll. Röviden – összegez Fehér Viktor dobos.

► **Mennyire ismert és népszerű ma Magyarországon ez a műfaj?**

– Ez egy nehéz kérdés. Mi számít népszerűnek? Amivel foglalkozik a

kereskedelmi média? Vagy amit folyton játszik a rádió? Ilyen értelemben nem vagyunk népszerű zenekar. Viszont annak ellenére, hogy lassan húszéves lesz a banda, még mindig évi hatvan koncertet adunk. Megtöltöttük már a Művészetek Palotáját, az A38-at, vagy a Kobucit többször is. Ezt különösen nagy eredménynek tartom akkor, amikor olyan – zenei értelemben – előnytelen hangszerek a főszereplők nálunk, mint a furulya, vagy a koboz. Nem éppen csajozós hangszer egyik sem, valahogy mégis sok nő jár a koncertjeinkre...

► **Kik alkotják általában a közönségüket?**

– A világzene mindig is rétegműfaj volt. Kicsit értelmiségi, kicsit népi, kicsit kozmopolita, de minden esetben a nyitott emberek zenéje. Azok járnak általában a koncertjeinkre, akik valamilyen új hangzást keresnek. Ebben a műfajban ráadásul ritkán születnek slágerek. Minket lepett meg a legjobban, hogy „sikerült” a Mr. Hungaryt megírni, ami hetekig vezette a Petőfi slágerlistáját. Pedig azt sem slágernek szántuk. A sláger mindenestre esély arra, hogy egy zenekar sok emberhez eljuthasson. Aztán ezek az emberek



eljönnek koncertre, és ha a zenekar élőben is jó, akkor talán rajongóvá válnak.

► **Milyen műsorral készülnek a Gesztenye Napokra? Hoznak még egy kis nyári hangulatot?**

– A nyári budapesti koncerteket tematikus programokkal töltöttük meg, és mindig volt velünk vendég-

előadó. Így például fellépett Wild Cow Sonny, Szabó Balázs, Waszlavik „Gazember” László, Szalóki Ági, Nóvé Soma a Middlemist Redből és Paár Julcsi a Tárkány Művekből. Ez lesz az első olyan koncertünk március óta, amelyen a rajongók ismét a százszázalékos Kerekes Bandet kapják. És aki volt már Kerekes

Band-koncerten, az tudja, nem kell sokat várni arra, hogy beinduljon a tánc. Ha a Művészetek Palotájában sikerült, a Hegyvidéken sem lesz ez másképp.

► **Ennyire jól ismerik a hegyvidéki közönséget?**

– Kevesen tudják, hogy a zenekar egyik legfontosabb fellépése épp a

MOM-hoz kötődik. Kerekes Band néven itt adtuk az első budapesti koncertünket a Ghymes meghívottjaként. Ez nagyjából tíz éve lehetett. Akkor kezdtünk el népzenei átdolgozásokat játszani, keresgeltük az új hangunkat. Korábban autentikus népzenevel foglalkoztunk, de az a közeg kevésbé fogadta be az újításainkat, így új közönség után „kellett néznünk”. Az említett koncert annyira jól sikerült, hogy későbbi Pimasz lemezünk bemutatóját is a MOM-ban tartottuk. Ez az album hozta meg a sikert a Kerekes Band számára.

► **Van ezenkívül is valamilyen hegyvidéki kötődésük?**

– Igazából nem sok. Mivel egri zenekar vagyunk, maximum az egri hegyvidékhez. Ott viszont nagyon jó borok vannak, amik folyamatosan inspirálják a zenénket!

► **A nyárral lezárult a koncertezés időszaka is. Milyen tervekkel kezdik meg az őszi-téli szezont?**

– November elsején jelenik meg az első koncertalbumunk Kerekes Band – Live at A38 címmel. Régi vágyunk volt már, hogy kihozzunk egy élő lemezt, és valószínűleg a rajongók is nagyon várják már, hogy otthon is átélhessék a koncerthangulatot.

A térség zenei kincseinek integrálója

Nemrég ünnepelte hatvanötödik születésnapját **Babos Gyula**, ám zenéje a mai napig azt a mélyen izzó tüzet, lendületet tükrözi, mint a kezdetekben, amikor a Rákfogóban és a Saturnusban játszott. Az ismert muzsikus 1977 óta a Liszt Ferenc Zeneművészeti Főiskola tanára, így korántsem meglepő, hogy a szeptember 28-i koncertre is hív magával fiatal tehetségeket.

► **Milyen programot terveznek a Gesztenye Napokra?**

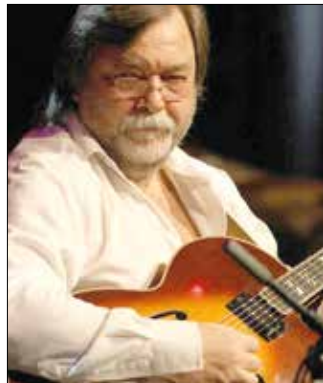
– Olyat, amelyben Nika, azaz Veres Mónika és én, valamint a velünk játszó kitűnő fiatal muzsikusok meg tudjuk mutatni azokat a zenei elképzeléseket, amelyek alapja a blues, a jazz, a pop és a folk. Mindezt úgy, hogy előadásunkban összeforrott, egységes, saját kompozícióként adjanak élményt a hallgatónak.

► **Zenei karrierjének talán legismertebb kezdeti állomásai a Kex, a Rákfogó és a Saturnus együttesek voltak. Azóta sok fiatal tehetségnek adott nemcsak tanulási, de bemutatkozási lehetőséget is.**

– Kezdetől a térség zenei kincseit szeretném integrálni az általam képviselt improvizatív összefoglaló zenébe. Ehhez szerencsére mindig fantasztikus partnereket találtam, mint például a zongorista Szakcsi Lakatos Róbertet, aki a baseli zeneakadémia klasszikus, majd jazz tanszakán tanult. Legjelentősebb elismerése a montreux-i jazz-zongora-verseny első díja. Oláh Gábor dobos, vagy éppen a méltán

elismert basszusgitáros, bőgős, Hárs Viktor szintén értékes felfedezés.

► **Veres Mónika több tehetségkutató televíziós műsorban is feltűnt, míg végül az első hazai The Voice legjobb női énekeseként ismerhette meg őt a magyar**



közönség. Nem a mostani lesz az első közös fellépésük.

– Nika különleges hangadottságával járul hozzá a zenénk megvalósításához.

► **Talán hiábavaló is megkérdezni, mennyire ismerik a hegyvidéki közönséget...**

– A MOM Kulturális Központ újraindítása óta többször, több formációban volt szerencsénk itt fellépni. Ha összeadnánk a minket külön-külön meghallgatókat, többeszeres tömeg is összejöhetne... Ezzel, ugye, válaszoltam is a fel nem tett kérdésére?

► **Mire készülnek mostanában?**

– Mindig a következő feladatra – így mi sem természetesebb, mint hogy most a Gesztenyés kertbeli koncertre.

Babos Gyula 1949. június 26-án született Budapesten. Édesapja hegedűs volt, és ő is hegedűlni, majd zongorázni tanult, habár rövid ideig. 1966-ban a Magyar Rádió jazzversenyén első helyezést ért el, de igazán 1970-től kezdtek el megismerni a legendás Kexből. Két évvel később már a Rákfogóban játszott, 1974-ig. Ezután Kőszegi Imre dobos zenekarában tűnt fel, majd 1979-ben megalapította első saját csapatát, a Saturnust. 1985-ben létrehozta a Babos Trio Pluszt, ezt később a Babos Trio váltotta fel, amelyben Balázs Elemér dobossal és Egri János nagybőgőssel zenélt együtt. Hazai és nemzetközi hírnévként örvendő muzsikusok hosszú sorával játszott, s játszik folyamatosan.

Veres Mónika négyéves korában már szignálzenét énekelt a Magyar Rádióban. 1994-ben beiratkozott az Erkel Ferenc Ének és Zene Szakos Általános Iskolába, később a Magyar Állami Operaház gyermekkórusának tagja volt. 1999 elején megjelent első albuma, Papa, ne félts! címmel. Az év tini énekesnője kategóriában 2001-ben eMeRTon-díjat kapott. A Megasztár 2008-as és 2010-es szériájának állandó vokálisa, valamint a 2012-es Eurovíziós Dalverseny magyarországi döntőjének egyik résztvevője volt. 2012-ben az első The Voice tehetségkutató műsor legjobb énekesnője lett.

Gipsy swing egy régi ismerőstől

Micheller Myrtil és a Swingistique gipsy swingje lüktető, táncos ritmikájú, akusztikus hangszereken előadott, gitárcentrikus zene, amit vokál egészít ki. Myrtil általában franciául énekel, de zenésztársaival magyar és angol nyelvű dalokat is feldolgoztak már.

– Nehéz lenne azt megítélni, hogy mennyire vagyunk népszerűek – kezdi az énekesnő –, de a koncertjeinken egyre többen vannak. Ez a műfaj az 1930-as években indult útjára, tehát nem divatzenéről van

szó. Hiszek abban, hogy ha jól közvetítünk valamilyen értékes dolgot, az újra megtalálhatja a közönséget, és akár megint népszerűvé is válhat. Főleg, hogy nem kifejezetten a múlt századi, autentikus irányát utánozzuk, hanem igyekszünk saját, mai elképzeléseinket is beleszőni a végeredménybe.

► **Kikhez szólnak a dalok?**

– Nehéz lenne tipizálni a közönségünket, hiszen széles réteget képes megszólítani, egyaránt járnak fiatalok és nyugdíjasok is a fellépéseinkre. Főleg azokból áll a hallgatóságunk, akik szeretnek élő zenét hallgatni, és a minőség, jó zene szórakoztatja őket.



► **Mit hallhatunk a Gesztenye Napokon?**

– Tavaly a Swingistique első, francia nyelvű albuma aranylemezzé lett, ez adja az alapját a mostani

koncertünknek. Legutóbb egy magyar nyelvű albumot is megjelentettünk, ennek dalaiból is szeretnénk bemutatni egy csokorra valót.

► **Régi ismerősként térnek vissza a Hegyvidékre...**

– A Gesztenyés kertben és a MOM Kulturális Központban minden évben fellépek valamilyen rendezvényen, fesztiválon, és rengeteg pozitív visszajelzést kapok.

► **Személyesen is kötődik a Hegyvidékhez?**

– Budának igazi gyöngyszeme ez a kerület. A Sashegy vonzaskörzetében lakom már tíz éve, és terveim szerint maradok is, úgyhogy a kötődés valóban igen erős!

Síppal, dobbal, keverőpulttal

Már-már megszokott, mégis mindig új. Amikor fesztiválra indulunk a Hegyvidéken, szinte biztosak lehetünk abban, hogy hallunk olyan produkciót, amelyben a zenészek a népzene hagyományait ötvözik a modern stílusirányzatokkal, hogy aztán valami igazán egyedi előadással kápráztassanak el minket. Ebben nem lesz hiány az idei Gesztenye Napokon sem, amiről mások mellett a **Budapest Nufolk Revolution** gondoskodik majd.

► **Különös neve van az együttesnek. Megmagyarázná, mit jelent?**

– Budapest, mert itt élünk, alkotunk. Egyszerűen idevalóságok vagyunk, és kész – feleli Kaszap Atilla (sic!) zenész. – Nufolk, azaz „új népi”, mert a népzene jelentése, tartalma folyamatosan változik. Nem a zene változik, hanem a nép. Minden generáció másban részesül ebből. Mi lemaradtunk arról, amikor a dudazenétől átvették a stafétát a vonós bandák. Arról is, amikor a rézfúvós zenekarokból beat alakult, majd abból lakodalmas rock. Nem akarunk azonban mindenről lemaradni. És Revolution, vagyis „forradalom”, mert forrongunk egyfolytában. Mert az már önmagában forradalom, hogy falusi zenét játszunk ebben a nagyvárosban. Mert másképp nem megy, mint hogy a város zajában meg kell találni a vidék hangját, hiszen ott rejtezik benne. A legisztaabb értéke a városnak a beszivárgó kulturális sokszínűség.

► **Mit gondol, mi az oka annak, hogy az elmúlt évtizedekben a**

népzene igazi reneszánszát éli nálunk?

– Mostanra érett meg a folyamat. A hetvenes évek közepén elinduló tánccházmozgalom szép lassan meghódította az egész országot, szinte mindenholva eljutottak azok a fiatalok, akik megmutatták, hogy a népzene, a néptánc nem valami avított dolog, sokkal inkább kincs, olyan érték, amit mindenki a magáévá tehet. Napjainkra természetes része lett az életnek, főleg amióta az iskolai tananyag része. A városban élő fiatal generáció például úgy igyekszik ezt a kincset megőrizni, hogy közben hozzáadja a saját érzéseit, gondolatait, a saját kifejezés módját, a saját hangszereivel szólaltatja meg a zenét. Így teszünk mi is.

► **Erről árulkodik első lemezük is, az Indul az élet...**

– Igen, bár ez még csak egy demó-lemez, az igazi album elkészítésén már hónapok óta dolgozunk. A nyáron sok fellépésünk volt, a Gesztenye Napok ennek a koncertszeszonnak a

zárása lesz. Utána visszavonulunk a zenésztársakkal, hogy egész télen a lemezen dolgozhassunk.

► **Ismerik a hegyvidéki közönséget?**

– Még nem. Ez a koncert arra is jó lesz, hogy megismerhessük a kerületben lakók ízlését, igényét. Abból, ahogyan fogadnak bennünket, sok mindent lemérhetünk. Márpedig színpadon szereplő embernek mindig a közönség a legfontosabb tükré és mérlege.

► **Fiatal együttes a Budapest Nufolk Revolution, még pár éve sincs, hogy megalakult.**

– Olyannyira, hogy én is csak 2011-ben kezdtem el dolgozni a dalokon. A felével már készen voltam, amikor a számokhoz zenészeket választottam, együttest toboroztam. Ez másoknál épp fordítva szokott történni.

► **Azonnal megtalált mindenkit?**

– Alig egy-két tagcsere után, talán mondhatom, mára összeállt az a

zenekar, amellyel magabiztosan vághatunk neki a nagylemez elkészítésének és a további fellépések előkészítésének.

► **Az első nufolk-fesztivál közönsége találkozhatott először a Budapest Nufolk Revolutionnel, 2011-ben. Az eseményről a szervezők így írtak a honlapjukon: „...évek óta varázsolják, rabolják el a közönséget. Nem búbjájjal, nem erőszakkal, egyszerűen azzal, hogy zseniálisan zenészek kicsit nagyobbra tárják a népzene kapuját – új lüktetéseket, új színeket, új hozzáállást beeresztve. [...] megmutatják, milyen az, amikor egy pillanatra sem áll meg a láb, nem pihenhet a fül. A Budapest Nufolk Revolution szinte csak most alakult, mégis azt a feladatot vállalta magára, hogy megújítja, leporolja az ismert hangulatokat.” Most is ez lesz?**

– Remélem, sőt, biztos vagyok benne, hogy igen!



A GESZTENYE NAPOK PROGRAMJA

HEGYVIDÉKI EGÉSZSÉGNAP

MOM Kulturális Központ

Szeptember 27. 10.00–15.00

10.00 Ingyenes egészségügyi szűrések, tanácsadások.

14.00 Egészséges életmód, egészséges idősödés – előadás a színházteremben, utána étel-, italkóstoló az egészséges táplálkozás jegyében.

Tervezett szűrővizsgálatok felnőtteknek: szemészet, alsó végtagi érvizsgálat, EKG szaktanácsadással, vérnyomásmérés, emlőszűrés, anyajegyszűrés, reumatológia és csonttrikulásmérés, fül-orr-gégészet és hallásvizsgálat, allergiavizsgálat, helicobacterszűrés, koleszterin- és vércukormérés, urológiai szaktanácsadás és szükség esetén PSA szűrés. Pszichológiai tanácsadás és személyes konzultációs lehetőség. Továbbá: ismeretterjesztő kiselőadások, gyermekgyógyászati szűrések, egészségnevelési programok (anyatejes táplálás, fogamzásgátlás, családtervezés, gyermekvérnyomás-mérés, babamasszázs-bemutató).

TÜNDÉRVÁNDOR – CSALÁDI KONCERT

MOM Kulturális Központ, szabadtér

Szeptember 27. 10.00

Közreműködik: Farkasházi Réka és a Tintanyúl.

Az interaktív koncerten Farkasházi Réka és a gyerekek egy elkóborolt tündér keresésére indulnak. Élő zene, kortárs gyermekversek, saját dalok és feldolgozások, a zenei stílusok kavalkádja színesíti a koncertet, hogy az egész család jól érezze magát.

VITÉZ LÁSZLÓ ÉS VAS JULISKA – FABÓK MANCSI BÁBSZÍNHÁZA

MOM Kulturális Központ, szabadtér

Szeptember 27. 11.30

Ismeritek-e Vitéz Lászlót? S az ő csuda egy beszédét? Láttátok-e, mint küzd nagymamucikája báli legyezőjével sok gonoszok ellen? S ha hallottatok is őrá, ismeritek-e Vas Juliskát? Tudjátok-e, mint aprít pokolfiakat seprűjével s pusztá két kezével? S láttátok-e már igaz, szép szerelmet? Hát jertek, serkenjete! Tekintsétek Őket, kiknek féltelme nincsen, s kiknek ölelése Halált is legyőzi!

A Solti György Zeneiskola Koncertje

Gesztenyés kert

Szeptember 27. 15.00

Közreműködik: a Solti György Zeneiskola Vonózenekara, valamint üttő tanszaka. Vezényel: Bolla Milán.

BUDAPEST NUFOLK REVOLUTION

Gesztenyés kert

Szeptember 27. 16.30

A Budapest Nufolk Revolution zenekar nevében minden szónak jelentősége van: a budapesti zenészekből álló együttes népzenei játszik modern hangszereken, mintegy forradalmasítva, továbbgondolva a népzene mikéntjét.

MARY POPKIDS

Gesztenyés kert

Szeptember 27. 18.00

A Mary PopKids energikus soul-, funk- és elektronikus zenét játszik. A fesztiválok nagyszínpadain koncertezők, egyre népszerűbb zenekar.

KEREKES BAND

Gesztenyés kert

Szeptember 27. 19.30

A kétszeres Fonogram-díjas Kerekés Band évek óta az ország egyik legmeghatározóbb világzenei együttese. Teljesen saját, csak rá jellemző hangzást hozott létre, a hasító ethno funkot.

HANGÁCSI MÁRTON

Gesztenyés kert, Borbazár

Szeptember 27. 21.00

Hangácsi Márton koncertrepertoárját saját dalok és feldolgozások egyaránt jellemzik. 2012-ben a Veszprémi Utcaczene Fesztivál szakmai díját nyerte el. Az esti borozáshoz háttérzene, hangulati aláfestés: gitár és ének.

HALÁSZ JUDIT-KONCERT – CSIRIBIRI

Gesztenyés kert

Szeptember 28. 10.00

Halász Judit a gyerekek kedvence, generációk nevelkedtek fel lemezeinek hallgatása közben. Ezúttal is egyedülálló pályafutásának legnépszerűbb dalait hallhatják kicsik és nagyok.

BÍRÓ ESZTER – ÁLLATI ZENÉS ABC

Gesztenyés kert

Szeptember 28. 11.30

Interaktív előadás gyerekeknek és felnőtteknek sok játékkal, humorral, élőben megszólaló muzsikával. Az ábécé mellett az állatokról és a helyes étkezéssel is szó esik a dalokban.

BRUB – EGY ZOKNI, AMINEK PÁRJA NINCS (BÁBELŐADÁS)

Gesztenyés kert

Szeptember 28. 12.45

„Brub vagyok. Fél pár zokni. Mondhatnám, hogy páratlan. Barátaimmal – Trappal, Kexszel és Uppival – Ábel szobájában lakunk. Ha nekem is van fél pár zokni, akkor bizonyára tudod, hogy nekünk, ellentétben páros társainkkal, nagyon kalandos életünk van. A minap például találkoztam egy náthás porszívóval, megtudtam, hogy hogyan érdemes játszani a bújócskát, hogy mikor és honnan támad a kupiszörny, hogy Luke Skywalker az első úrhajós, aki fénysebességgel képes tolatni, és legfőképpen azt, hogy milyen jó, ha a zokninak igaz barátai vannak.”

BABSZEM NÉPTÁNCSCSOPORT

Gesztenyés kert

Szeptember 28. 13.30

Az újbudai Babszem műsorában a szüretre kapcsolódó táncos szokásokat eleveníti fel, valamint néhány részletet mutat be abból a

koreográfiából, amellyel első helyezést ért el egy bulgáriai nemzetközi művészeti fesztiválon.

MAGONC

Gesztenyés kert

Szeptember 28. 14.30

Az együttes létszáma jelenleg 79 fő. Furulyások, dobosok, gitárosok, kobzások, ütőgardonosok és egy tekerős. Felszabadultan, szívből, szeretetből énekelnek, muzsikálnak.

KUTYÁS BEMUTATÓ

Gesztenyés kert

Szeptember 28. 15.15

A Tükör Bemutatócsoport a Budapesten jelenleg működő hat „Tüköriskola” válogatott oktatóiból és klubtagjaiból áll, akiknek célja a Tükör Módszer gyakorlatias bemutatása. A módszer az 1990-es években jött létre, azóta évről évre fejlesztik, és mára világméretűvé nőtte ki magát. A módszer onnan kapta nevét, hogy értékei alapján a kutya, mint egy tükör, megmutatja, milyen gazdák is vagyunk, és miben kell még fejlődniük.

BAND OF STREETS

Gesztenyés kert

Szeptember 28. 16.00

A Band Of StreetS kizárólag akusztikusan, fúvós és ütőhangszereken játszik. Repertoárja a 90-es évek retro slágereitől a mai zenéig terjed.

BABOS-NIKA PROJECT

Gesztenyés kert

Szeptember 28. 17.30

Babos Gyula és a Voice-ban is nagy sikerrel szereplő Veres Mónika mellett a magyar zenei világ tehetségei játszanak. A koncert zenei anyaga a lovári hagyományoktól a saját darabokon keresztül Whitney Houston nagy slágereinek megszólaltatásáig terjed, mindez saját felfogásban.

MYRTILL ÉS A SWINGUISTIQUE

Gesztenyés kert

Szeptember 28. 19.00

Micheller Myrtill és zenekarának műsora a múlt század Franciaországának hangulatát idézi meg francia és angol nyelvű dalokkal. Új, magyar nyelvű albumuk az 50-es, 60-as évek közismert és elfeledett számaint vidám gipsy swing stílusban dolgozza fel, néhány saját szerzeménnyel kiegészítve.

AMADINDA

MOM Kulturális Központ, színházterem

Szeptember 28. 19.00

Az idén 30. születésnapját ünneplő Amadinda ezen az estén néhány szípközvetítő pillanatot villant fel az elmúlt évtizedekben felépített széles repertoárjából. A koncert díjtalan regisztrációs jeggyel látogatható, ami a MOM Kulturális Központban váltható. Helyfoglalás érkezési sorrendben.

PETRUSKA ANDRÁS

Gesztenyés kert, Borbazár

Szeptember 28. 20.30

Petruska András kilencévesen kezdett el gitározni tanulni, és már nagyon korán belevetette magát a dalírásba is. A fingerstyle játékmódról való rátalálás inspirálta, ami olyan utakat nyitott meg zenei fejlődésében, ahol igazán kibontakoztathatta fantáziáját. Ez a felszabadultság érződik előadásaiban is, amelyeket átítat a játék örömeiből fakadó energia.

CSALÁDI PROGRAMOK

Gesztenyés kert

Szeptember 28. 10.00–18.00

10.00–15.00 Hegyvidéki kézműves kirakodóvásár.

10.00, 11.00, 12.00 Hegyvidéki autóbussos városnézés – előzetes regisztráció szükséges telefonon (457-0501) vagy e-mailben (info@hegytortenet.hu).

11.00 10 éves a Hegyvidéki Ősz – az „Őt ujjá van a gesztenyefalevélnek” című rajzpályázat eredményhirdetése.

12.00–18.00 Nagymamáink meséi.

13.00–16.00 Civil sátor.

Továbbá: gesztenyefigura-kiállítás, Világ-Tér-Kép, kosaras körhinta, arcfestés, Recycling kézműves műhely, Levendula Játésház, Szórátkoztató kémia, Életre kelt mesehősök – kiállítás, Tekergőtér, Hegyvidéki Fotóanxiz, ugrálóvár, mászófal, némafilm.

BORBÁZÁR

Gesztenyés kert

Szeptember 27. 15.00–23.00, szeptember 28. 15.00–22.00

Kóstolja meg hazai borvidékeink zamatos borait neves magyarországi pincészetek kínálatából! A Gesztenye Napok bormustrájában fehér-, vörös- és rozéborokat kóstolhatnak öt borvidék (Monarchia – Eger, Pannon Tokaj – Tolcsva, Sauska – Villány, Torna Pincészet – Somló, Pántlika Pincészet – Dörcicse) pincészetétől. A kínálatot gyümölcspárlatok színesítik a Bolyhos pálinkaműhelytől, a MOM Café pedig friss rétesrel és pogácsával várja a vendégeket. A kürtöskalácsot a hegyvidéki rendezvényekről már jól ismert székellyudvarhelyiek készítik. A borok kóstolásához talpas poharat biztosítanak 200 Ft-os betétdíj ellenében az információs pavilonban. A betétdíjat az ép pohár leadása, valamint a befizetett összegről szóló nyugta ellenében visszafizetik.

MOM LOUNGE

A Gesztenyés kert közepén várja a látogatókat a MOM Lounge. Amolyan ülős-lazulós zug, ahol jóleső árnyékban lehet pihenni, beszélgetni, nézelődni.

CSOCSÓ

Két kétfős csapat mérheti össze játéktudását. A rendezvény idejére felállított asztalokon az információs pavilonban 100 Ft-os áron váltott tantuszokkal lehet játszani.

Papa, mama, gyerekek

Aki látta már **Farkasházi Réka** gyerekműsorát, tudja, az előadás egyaránt lenyűgözi a kicsiket és a szülőket is. A színésznőnek fontos, hogy apuka és anyuka se unatkozzon, amíg a gyerekek a műsort élvezik.

– Nagyon fontosnak tartom, hogy az egész család jól szórakozzon, hisz a gyerekek fontos a jól együtt töltött idő – mondja Farkasházi Réka. – Ma-napság erre egyre kevesebb a lehetőség, ezért törekszem rá nagyon.

► **Milyen műsorral készült?**

– Két nagyszerű kortárs költő, Finy Petra és az erdélyi Kovács András Ferenc megzenésített verseit adjuk elő zenekari kísérettel. Amióta végeztem a színház- és drámapedagógia szakon, kikristályosodott bennem, hogyan is kell egy ilyen, gyerekeknek szóló műsort összeállítani. Fontosnak érzem, hogy ne lebutított gyerekdalocskákat adjunk elő, sőt, a műsorainkba egyre több drámapedagógiai elemet is belevisek.



Farkasházi Réka 2004-ben jelentette meg Csemetéink csemegéi című, Juga Veronikával közös könyvét. 2005-ben adta ki Samunadrág című gyereklemezét, amelyen Kukorelly Endre megzenésített verseit éneklte. Második albuma, a Hajnali csillag peremén 2010-ben jött ki, és 2011-ben Fonogram-díjra jelölték. Az eltelt években több száz koncertet adott zenekarával. A Hajnali csillag peremén című, Kovács András Ferenc költő műveiből készült kötete 2008-ban az Év gyerekkönyve lett.

► **Színésznő, színház- és drámapedagógus, két gyermek édesanyja. 2006-ban kezdett bele nagy álma megvalósításába, hogy a kortárs gyermekversirodalmat népszerűsítse.**

– Az eltelt idő alatt három lemezre való dal született, amiből kettőt már megismerhetett a közönség. A nyolc év tapasztalatait, élményeit és tanulmányait kamatoztatva most megújult műsorral állunk – én és a zenészeim – a közönség elé. Mindig igyekeztünk olyan programot összeállítani, ami variálható, bővíthető, rövidíthető, megszólal duóban, kvartettben és a teljes zenekarra hangszerelve is. Vagyis, szinte egyedülálló módon, minden igényt ki tudunk szolgálni.

Popkölyök „jövőzeneje” meglepetéssel

A **Mary PopKids** zenekar Budapesten alakult 2010-ben. Saját definíciójuk szerint „jövőzenét” játszanak.

Energikus, a soul, a funk és az elektronikus zene határait elmosó élő koncertjeikkel szereztek maguknak hírnevet. Vezetőjükkel, Kamau Makumival arról beszélgettünk, mi lehet egyre növekvő népszerűségük oka.

► **Megfordultak már az összes jelentős budapesti klubban, és néhány havonta tart házas koncerteket adnak az A38 Hajón. Melyik korosztályhoz szólnak zenéjükkal?**

– Nehéz lenne általánosítani – mondja Kamau Makumi, aki kenyai

édesapjának köszönheti magyar fül számára különleges csengésű nevét. – Azt mondanám mégis, hogy a tizenhét-huszonhét éves fiatalok vannak többségében a koncertjeinken.

► **Mire számíthatunk a Gesztenye Napokon?**

– Nagyon jó show-műsorral! Minden koncertünk nagy élmény mindig, és nemcsak a közönségnek, hanem nekünk is. Sőt, anélkül, hogy bármit elárulnánk, valószínűleg egy meglepetéssel érkezünk.

► **A zenekarok életében a nyár a koncertezés fő időszaka. Mire készülnek most, hogy jön az ősz?**

– További koncertekre. A szeptember is olyan pörgős, mint a nyár volt, aztán jönnek a klubkoncertek, télen egy szimfonikus koncertünk is lesz, és több videoklipet forgatunk.



A Mary PopKids 2010-es At The Bar című kislemezét a 2012-ben a Punnany Massifal közösen írt Mosoly című szám követte. A dalhoz tartozó videoklip a Lángoló Gitárok, a Quart és a Recorder zenei blogok szerint is az év videója lett, továbbá a zenekar megnyerte az év videoklipjéért járó Viva Comet gömböt. A Mary PopKids 2013 nyarán jelentette meg Nightdrive című dalát, amely szinte azonnal rádiós sláger lett, valamint a hozzá készült klipet. Ez év áprilisában jött ki The Blue Inside című debütáló nagylemezük, ez a szakma és a közönség szerint is az év egyik kiemelkedő albuma. A 2014-es esztendő újabb áttörést hozott a zenekarnak: bemutatkozhatott a VOLT és a Sziget Fesztivál nagyszínpadain.

(Folytatás az 5. oldalról)

Tücsök zene hétfőn 10.10. Személyiségfejlesztő foglalkozás zene tanár vezetésével a legfogékonyabb időszakban, 6 hónapostól 4 éves korig. Folyamatos csatlakozási lehetőség előzetes jelentkezéssel. Testvéreknek kedvezmény, szülőknek, kísérőknek ingyenes. Információ: Gál Gabriella, 06/30-999-4945. www.tucsok-zene.hu

Zumba fitness gyerekeknek kedden 16.15–17.00. Zumbakid: kifejezetten gyerekekre szakított játékos-táncos foglalkozás többségében latin zenére. Célja, hogy a gyerekek közösségben együtt élvezzék a zenét, a táncot, átéljék a mozgás és az egészséges életmód örömeit. A foglalkozások által nő az önbizalmuk, fejlődik motorikus koordinációjuk, koncentrációjuk, valamint kifejezőképességük. A foglalkozásokat vezeti: Németh Krisztina okleveles aerobik- és zumbaoktató (06/20-549-0893, www.krisztina-nemeth.zumba.hu). Ár: 6000 Ft/hó.

Zumba tiniknek. Kifejezetten tinikre szabott zumba fitnessórák. Nagyszerű csapattal és pörgős, egyszerű, de látványos koreográfiákkal, 12 éves kortól. Edzések: hétfőn 15.15–16.15, csütörtökön 15.30–16.30. A foglalkozásokat vezeti: Németh Krisztina okleveles aerobik- és zumbaoktató (06/20-549-0893, www.krisztinanemeth.zumba.hu). Ár: 6000 Ft/hó (heti 1 alkalom). Indul: szeptember 18.

Aviva torna. Az Aviva természetes módszer, zenés hormonterápia a női egészség megőrzésére, illetve helyreállítására, a hormon-szint harmonizálására. Ajánlható menstruációs problémákra, ciszta, mióma, klimax, inkontinencia esetén, valamint azoknak, akik babát szeretnének. A módszer alap gyakorlatokra elsajátítható négyórás tanfolyam keretében, képzett oktatóval, ezután önállóan vagy csoportos foglalkozáson gyakorolható. Négyórás tanfolyamok előzetes jelentkezésre indulnak, díja 8000 Ft. Időpontok: szeptember 13-án, szeptember 27-én, november 8-án és november 22-én 9.00–13.00. Vezető: Nyerges Margit Aviva-oktató (06/30-354-4399).

Ébresztőtorna kedden, csütörtökön 8.00–9.00. Alkalmi jegy: 1500 Ft, 8 alkalomra szóló bérlet: 10 000 Ft, 10 alkalomra szóló bérlet: 12 000 Ft. Vezető: Kovács Annamária (06/20-665-5418). Az első alkalom ingyenes.

Zumba Gold kezdőknek, újrakezdőknek hétfőn 9.00–10.00, szerdán 9.00–10.00. Ízületkímélő, táncos mozgás latin zenére, egyszerű, de látványos koreográfiákkal, korhatár nélkül. A foglalkozásokat vezeti: Barta Sylvia okleveles zumbaoktató. Ár: 1500 Ft/alkalom, bérlet 12 000 Ft/10 alkalom. Információ: 06/30-625-6065.

Meridián torna kedden 16.00–17.00. Élj 100 évet egészségesen a 3-12 meridián gyakorlatokkal! Egészségvédelem az évezredek kínai tapasztalatai alapján. A 3-12 meridián torna a meridiánokból áramló energia-egyensúly helyreállításával a szervezet immunrendszerét erősíti. Nincsenek mellékhatásai, bármikor, bárhol gyakorolható. Vezető: Hóka Ildikó (06/70-301-6788). A tornán való részvétel ingyenes.

Angolnyelv-oktatás kezdők, újrakezdők és fontolva haladók részére saját tempóban, kis csoportban szerdán 10.00–11.00. Tandíj: alkalmanként 2000 Ft, havonta 8000 Ft. Oktató: Rigó Judit nyelvtanár (06/70-553-9357).

Bujutsu-Kai Kenshin-ryu szerdán 18.30–20.30. Vezető: Horváth Attila (06/20-945-3901). Jelentkezés személyesen edzésnapokon lehet. Az edzésekre 14 éven felüliek részére folyamatos jelentkezési lehetőség! Indul: október 2.

Törzsi fűzős hastánc hétfőn 18.30–19.30. A hastáncnak egy különleges válfaja, amiben az afrikai, közel-keleti és ázsiai elemek, valamint a modern tánc technikák ta-

lálkoznak. Várnak mindenkit a nyílt szintű órákra. Folyamatos csatlakozási lehetőség. Ár: 1600 Ft/alkalom, 11 000 Ft/8 alkalom. Vezető: Ládonyi Borbála (06/20-998-8586).

Hatha jóga csütörtökön 18.30–20.00, pénteken 9.30–11.00. Vezető: Pazonyi Mónika jógatanár, rekreációs sportoktató (06/20-952-4685). Részvételi díj: 1500 Ft/alkalom, 6500 Ft/5 alkalom. Az első óra ingyenes. Indul: szeptember 11.



Zumba fitness hétfőn, szerdán és pénteken 11.00–12.00, kedden és csütörtökön 20.00–21.00. A foglalkozásokat vezeti: Németh Krisztina okleveles aerobik- és zumbaoktató (06/20-549-0893). Részvételi díj: 60 perc 1500 Ft/alkalom, 12 000 Ft/10 alkalom; 90 perc 2000 Ft/alkalom, 18 000 Ft/10 alkalom.

Etka erőgyűjtő módszer kedden és csütörtökön 9.30–11.00. Vezető: Nyerges Margit, az Etka-jóga erőgyűjtő módszer oktatója (06/30-354-4399). Részvételi díj: 1400 Ft/alkalom, 6000 Ft/5 alkalom (a bérlet 6 hétig érvényes).



Gombászsakkör keddenként 18.00. Kezdő tanfolyam szeptember 16-án 18.00. Haladó tanfolyam szeptember 23-án 18.00. A gombászsakkörrel sok ismeret szerezhettek a gombákkal kapcsolatban, de a gyakorlat nélkül, étkezési céllal gyűjtött gomba meghatározására csak egy tanfolyam elvégzése után vállalkozhatnak. Fakultatív vizsgalehetőség! A haladó tanfolyamra alapfokú képzettséggel rendelkezők jelentkezhetnek. A sorozat 8 előadásból és 5 kirándulásból áll. Részvételi díj: 16 000 Ft. Vezető: Auer Péter (06/30-536-2576) és Lukács Zoltán.

B.A.C. Jókai Táncklub hétfőn 18.30–20.30. Klubvezető: Juhászné Vágvolgyi Györgyi szakosztályvezető, nívódíjas, Csokonai-díjas táncpedagógus. A táncgyűjtemény fiatal, lelkes tagjait a versenyekre készíti, a tánc szerete ösztönözi, jó hangulatú közösséggé formálja. A versenytanácsok évek óta kiemelkedő eredményeket érnek el hazai és külföldi versenyeken. Telefon: 06/20-213-0604. E-mail: jokaitanclub@gmail.com. www.jokaitk.uw.hu.

Nyugdíjasklub csütörtökön. A filmvetítések és a programok 13.30-kor kezdődnek. Szeptember 11.: a Felcsipve című francia film vetítése. Szeptember 18.: kirándulás. Szeptember 25.: örökzöld dalok Komlós Andrásral. Várják a kerületi nyugdíjasokat!

Színházjegy-árusítás. Színházjegyek vásárolhatók a Jókai Klubban minden páratlan hét szerdáján 15.00–18.00-ig Bódi Évánál. Telefon: 06/20-213-0479. Kezds: szeptember 10.

LÍVIA-VILLA

XII., KÖLTŐ UTCA 1/A
TELEFON: 395-8284

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Ahol a madár se jár. Mese-mondó est a Lívia-villában szeptember 18-án 19.00. Ez egy olyan este, ahol látszólag semmi különös nem történik. Aztán mégis... Fel-nőtt emberek összeülnek, mesélnek egymásnak, hallgatják és alkítják a mesét, nevetnek, szomorkodnak közösen. Belépődíj: 300 Ft.

Terményünnep szeptember 28-án. 9.00 Szentmisa a Szent László-templomban, termények megáldása. 10.00 Szőlőpréslés, bor-és mustkóstolás, kenyérdagasztás, frissen sült kenyér kínálása a Diana parkban. 10.30 Családi kézműveskedés termények felhasználásával: játékok, díszek készítése csuhéból, magokból, szalmából a Lívia-villá-

ban. 11.00 Pósa bácsi meséi. Zenés bábjáték a Kalamajka együttes előadásában a Lívia-villában. Szerzők: Svábhegyi Hagyományörző Egyesület, Jókai Klub.

A ló szőre ragyog, mint az arany – meseíró pályázat eredményhirdetése szeptember 30-án 14.00. A Benedek Elek meseíró születésének 155. évfordulója alkalmából meghirdetett pályázat eredményhirdetése.

Téged is vár a MaMa. A Magyar Matematika Baráti Köre Matematikai Csodák Villája kedden 10.00–16.00. Az ELTE munkatársai a Csodák Palotája mintájára rendezésében szeptember 28-án 11.00. A belépés ingyenes. **Iskolán kívüli tanóra diákoknak** – múzeumpedagógiai foglalkozás, amire 3-12. osztályok jelentkezését várják. A foglalkozások ingyenesek, időpontjai: szerdán 10.00–12.00 vagy 14.00–16.00.

3-1-2 meridián torna szerdán 9.00–10.00.



XII., BEETHOVEN UTCA 1/B
TELEFON: 457-0501
INFO@HEGYVIDEKTORTENET.HU

Ismerd meg a Hegyvidéket! Folytatódnak a helytörténeti séták. Sörös Antal, a MOM Közhasznú Emlékalapítvány kuratóriumának elnöke mutatja be az egykori gyár területét. Találkozó: szeptember 27-én 10.00-kor az Ijazó szobornál (MOM Park, Alkotás utca 53.). A részvétel ingyenes!

Kulturális Örökség Napjai. A Béla király kút (Béla király út 30.) és a Városház (Devecseri Gábor park) épületét erre az alkalomra megnyitják az érdeklődők előtt. A forrásházak szeptember 20-án 10.00–13.00 óra között folyamatosan látogathatók. Szeptember 21-én 10.00 órától az egykori Maros utcai zsidó kórházban (Maros utca 16/b) tartanak vezetést, ahol 1945-ben kivégzéseket hajtottak végre.



Új, egyéves időszaki kiállítás! A Legendás Hegyvidék – 500 év a Mátyás király által használt Városházától a Libegő megnyitásáig fél évezred izgalmas történetét, helyszíneit mutatja be.

MOM Emlékszóba. Látogatható telefonon történet előzetes időpont-egyeztetéssel: 06/30-908-8375, 06/70-212-3930. Cím: XII., Maros utca 1.



BARABÁS VILLA
XII., VÁROSMÁJOR UTCA 44.
TELEFON: 201-6607
INFO@HEGYVIDEKGALERIA.HU
KLUBOK@BARABASVILLA.EU
WWW.BARABASVILLA.EU

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják! Valamennyi programról a 06/30-952-0740-es telefonszámon adnak felvilágosítást.

Ismeretlen ismerősök – Kondor Katalin beszélgetős este szeptember 10-én 18.30. A belépés ingyenes.

Villaséta szeptember 20-án 10.00 és 12.00. A Kulturális Örökség Napjai keretében csoportok számára bemutatják a Barabás-villát. A belépés ingyenes.

Séta a Kerepesi temetőben, a nemzeti Pantheonban – rendha-

gyó magyaróra Sudár Annamária előadóval szeptember 24-én 14.00. Találkozó: a Kerepesi temető főbejáratánál. A részvétel ingyenes.

Szolja csak egy van, az Isten – egy óra Weöres Sándor költszetének bővítésében. Fabinyi Tamás evangélikus püspök és Gryllus Dániel zenész estje az Ars Sacra Alapítvány rendezésében szeptember 24-én 19.00. A belépés ingyenes.

Muzsika-mese-hangszerpróbalgató. A Weiner-Szász Kamaraszimfonikusok matinéja gyerekeknek az Ars Sacra Alapítvány rendezésében szeptember 28-án 11.00. A belépés ingyenes.

Iskolán kívüli tanóra diákoknak – múzeumpedagógiai foglalkozás, amire 3-12. osztályok jelentkezését várják. A foglalkozások ingyenesek, időpontjai: szerdán 10.00–12.00 vagy 14.00–16.00.

3-1-2 meridián torna szerdán 9.00–10.00.



XII., VÁROSMÁJOR UTCA 16.
TELEFON: 201-6607
INFO@HEGYVIDEKGALERIA.HU

Öregdiák – Kondor Béla korai munkái a Koffán-hagyatékban szeptember 11–30. A kiállítást megnyitja: Rényi András művészettörténész, esztéta. Megtekinthető: hétfőtől szombatig 10.00–18.00. A kiállításához kapcsolódó programok: szeptember 27-én 10.00-kor grafikai műhely, szeptember 30-án 18.00-kor tárlatvezetés. A programokon való részvétel ingyenes.

Olajos György kiállítása a Magyar Festészet Napja alkalmából október 2–30. Megtekinthető: hétfőtől szombatig 10.00–18.00.

Festőiskola felnőtteknek hétfőn 18.00–19.30. Várnak mindenkit, aki mindig festeni szeretett

volna, de nem volt ideje, vagy nem előadóval szeptember 24-én 14.00. Találkozó: a Kerepesi temető főbejáratánál. A részvétel ingyenes. Információ: Makovecz Anna, 06/20-573-9339.



XII., HAJNÓCZY JÓZSEF UTCA 21.
TELEFON: 395-0336
BORZA@JOBCEK.HU

Hullám. Nadas László kiállítása szeptember 13-ig tart nyitva naponta 14.00–22.00. Vasárnap zárva. **Fény** – csoportos alkotóművészeti kiállítás szeptember 15–27. Nyitva: naponta 14.00–22.00. Vasárnap zárva.



XII., BÖSZÖRMÉNYI ÚT 34/A
TELEFON: 202-2509
KULTURALIS.SZALON@GMAIL.COM

Az Idősek Világnapja alkalmából 2014 októberében hegyvidéki idősek alkotásaiból rendeznek kiállítást, amire várják a festeni, rajzolni szerető alkotók jelentkezését. A kiállítás megnyitó időpontja: október 2. 15.00. Információ a Kulturális Szalonban. Jelentkezési határidő: szeptember 22.

Szalonyetem. Szeptember 10. 14.00 Pokorni Zoltán polgármester tanévnyitói köszöntője. Egyiptomi festészet – Konta Fanni előadása. Szeptember 24. 14.00 Kozmológia: ösrobbanás és teremtés – Horváth Dezső kutató, professzor emeritus előadása.

Répa-retek receptklub szeptember 10-én 16.00. Japán konyha, a sushikészítés rejtelmei – Bor-sányi Klára bemutató előadása.

Budai lisztérzékenyek találkozója szeptember 10-én 17.30. Kenyérsütés adalékanyagok nélkül, rizsből és különféle magvakból.

HOK Hegyvidéki Osteoporosis Klub a csonttrikuláról szeptember 11-én 14.00. Előadó: dr. Hacsunc Marine főorvos, a Szent János Kórház Osteoporosis Klub vezetője. Köszöntőt mond: Zalatnai Klára, az Osteoporosis Betegség Magyarországi Egyesületének elnöke.

Kíváncsiskodók klubja szeptember 15-én 14.00. Téma: a csokoládé. Klubvezető: Nagy Katalin.

Hegyvidéki Trianon Társaság estje szeptember 16-án 18.00. A sörvek korszerű – laparoszkópos – sebészete – Prof. Dr. Bátorfi József egyetemi tanár előadása. Magyar hős orvosok a Nagy Háborúban – dr. Galla János történelm Kutató előadása.

Idősek Egészség Iskolája a Hegyvidéken szeptember 17-én 14.00 a Budai Egészségközpont és az Országos Gerincgyógyászati Központ közreműködésével. Dr. Puhl Mária radiológus szakorvos előadása: Korszerű radiológia.

Léleképítő könyvek baráti köre szeptember 17-én 16.00. Nyári olvasmányélmények, őszi tervek. Klubvezető: Szép Ilona.

Segítő kéz a családnak szeptember 17-én 18.00. Dr. Domján Mihály tanácsadó, szakpszichológus és családterapeuta előadás-sorozata. Szívek és szavak a párkapcsolatban. Bevezetés az erőszakmentes kommunikációba. Társelőadó: Rambala Éva (www.rambala.hu).

Tarka-barka varróklub szeptember 22-én 10.00 Mihálkoviczné Judit vezetésével. A részvétel ingyenes, előzetes jelentkezést kérnek.

Levendula, bor, mámor, Provence – Takács Gabriella vetítéssel egybekötött úti élménybeszámolója szeptember 23-án 18.00.

(Folytatás a 12. oldalon)

V. VIRÁNYOSI Méz és Lekvár Fesztivál

2014. szeptember 20-21.

Különleges méz- és lekvárfeleségek kóstolója és vására, rajzverseny, vetélkedők, tombola, kézműves foglalkozás, kreatív játszótér, bemutató foglalkozások gyerekeknek, koncertek, táncbemutatók, táncház.

Védnök: Pokorni Zoltán polgármester
A rendezvényt megnyitja: Fonti Krisztina alpolgármester asszony

Kiemelt programok:

szeptember 20. szombat

10.00 Megnyitó, a rajzverseny díjainak átadása

10.30 Tatay Színház: Csillagszemű juhász - interaktív mesejáték

16.00 Kalandjáték - a Népmesék Világa Kulturális Egyesület vezetésével

17.00 Csillagszemű gyermektáncház

18.00 Zene és tánc a Tündök zenekarral

szeptember 21. vasárnap

11.00 Gryllus Vilmos koncertje

15.30 Bigyó és Kamilla - interaktív bohóc műsor

16.30 "Sünnesék" - asztali bábozás Németh Luca bábművésszel

Értékes díjak, nyeremények!

A fesztivál programjaira a belépés díjtalan!

Kiállítók: Részletes információ: www.viranyos.hu Támogatóink:



VIRÁNYOSI KÖZÖSSÉGI HÁZ
1125 Budapest, Szarvas Gábor út 8/c Telefon: 200 8713
A műsorváltoztatás jogát fenntartjuk!

X. HEGYVIDÉKI ŐSZ
HEGYVIDÉKI
KULTURÁLIS SZALON
Böszörményi út 34/a.

2014. szeptember 27.
9-14 óráig

Jótekonysági kézműves vásár
A hegyvidéki nagycsaládosok saját készítésű portékáikkal szeretettel várnak minden kedves érdeklődőt:

- kézműves termékek
- dísz- és ajándéktárgyak
- képeslapok
- édességek, kávé, tea

A vásáron befolyt összeggel a szervező nagycsaládosokat támogatják.

(Folytatás a 11. oldalról)

Pászli István társalgókora szeptember 24-én 16.00. A babonákról – beszélgetés tudományokról, kultúráról, érdekességekről.

Fiatalkor-barát klub szeptember 24-én 18.00. A Rák-betegek Országos Szövetségének programja.

Hegyvidéki Bélyeggyűjtők találkozója szeptember 26-án 14.00.

Hegyvidéki Családepítő Klub foglalkozása szeptember 30-án 19.00.

Intim torna hétfőn 8.00–8.30. A részvétel ingyenes.

3-1-2 meridián torna hétfőn 9.00–9.45. A tornát vezeti: Haide Éva. A részvétel díjmentes.

Népek táncai hétfőn 16.00–16.45. Részvételi díj: 500 Ft. Táncnár: Bojtor Marika.

Alakformáló torna kedden 8.00–8.45. A részvétel ingyenes.

Tánclelésről tánclelésre kedden 9.00–10.00. Táncnár: Bojtor Marika. Részvételi díj: 500 Ft.

Baba-mama angol klub kedden 10.30–12.00. Az édesanyák gyermekükkel együtt (körültöttük) cseveghetnek angolul. A részvétel díjtalan.

MOM-nyugdíjasok találkozójára kedden 13.00–17.30. Jelentkezés és érdeklődés: Fisher Péterné, 466-4973, 06/20-394-5473.

Nia szerdán 8.30–9.30 Balázs Mari Blue Belt Nia-oktató, koreográfus vezetésével. Részvételi díj: 1000 Ft.

Gerinctorna szerdán 11.00. Információ: Glatz Zsuzsa, 06/30-295-1833. Részvételi díj: 600 Ft.

Hatha jóga segédeszközökkel csütörtökön 8.15–9.15. A részvétel ingyenes. Előzetes jelentkezés szükséges.

Hatha jóga segédeszközökkel csütörtökön 9.30–10.30. Részvételi díj: 900 Ft.

Szupernagy népdalkör minden páros héten csütörtökön 13.30–15.30. Énektanár: Bucsa Anikó. Alapító: Karcagi Éva.

Tánc a Szalomban csütörtökön 17.00–17.45. Táncnár: Bojtor Marika. A részvétel ingyenes.

Alakformáló torna pénteken 8.00–8.45. A részvétel ingyenes.

Nyugdíjastorna páros héten pénteken 9.00–9.45, páratlan héten pénteken 15.00–15.45. A részvétel ingyenes.

Do-in önmassázs minden páratlan héten pénteken 9.00–9.45. A részvétel ingyenes.

Gerinctorna pénteken 10.00–10.45. Információ: Glatz Zsuzsa, 06/30-295-1833. Részvételi díj: 600 Ft.

3-1-2 meridián torna pénteken 11.00–11.45. A tornát vezeti: Pál-Szabó Gabriella. A részvétel díjtalan.

Kölyköpcok pénteken 16.00–17.30. Kiskukuk Játszóház kisiskolásoknak Kakuk Andrea vezetésével. A részvétel ingyenes.

Betyárbukfenc gyerektáncház minden páratlan héten pénteken 18.00–20.00. A részvétel ingyenes.

Sahaja jóga. Kezdő meditációs kurzus szombaton 17.00–19.00. Kezdet: szeptember 20-án. Jelentkezés a szervezőknél: www.onmegvalosulas.hu.

Alkotóműhely kicsiknek és nagyoknak vasárnap 10.00–12.00. A résztvevők mindent megtanulhatnak a festészet műhelytitkairól a képzőművészettől a színtanon át a különböző technikai fogásokig. El-sajátíthatják a tusfestés, akvarellés, tempera-, akrilfestés és olajfestés módszereit. A kreatív műhelyben alkalomról alkalomra kincseket alkotnak. Nemezelenk magyar termékek gyapjából, védik a környezetet, újrahasznosítják a papírt, a fát, a fémeket, újjászóznak régi textileket, festenek, mintáznak. A foglalkozásokat vezeti: Tóth Anna festőművész. Részvételi díj: 2500 Ft/alkalom.



BAJOR GIZI SZÍNHÁZ
XII., STROMFELD AURÉL ÚT 16.
TELEFON: 356-4294
WWW.SZINHAIINTEZET.HU



Dóra, Színész, Nő – Lukács Margit, Mészáros Ági, Tolnay Klári 100. Megtekinthető: szeptember 13-ig, szerdától vasárnapig 14.00–18.00. Információ: 375-1184, www.szhazintezet.hu.

A szünetélyek szikrája, a valószínű csábításai. A színpadon a karakterfestészet jelmezei, kellékei. A kiállítás megtekinthető: szeptember 13-ig, szerdától vasárnapig 14.00–18.00. Információ: 375-1184, www.szhazintezet.hu.



XII., APOR VILMOS TÉR 11-12.
WWW.HEGYVIDEKKOZPONT.HU

Különleges zenés irodalmi est a Hegyvidék Bevásárlóközpontban. Megyek utánad – Grecsó Krisztián, Dés László és Dés András zenés irodalmi estje édesbűs történetekkel fűszerezett, tartalmas, mégis könnyed előadásnak ígérkezik. Időpont: 2014. szeptember 10. 18.00. Helyszín: Hegyvidék Bevásárlóközpont, földszinti aula. A belépés díjtalan. www.hegyvidekkozpont.hu

A Magyar Vöröskereszt szociális ruhavásárt szervez rászorulóknak szeptember 15-én 8.00–17.00. Kedvezményes áron lehet vásárolni használt ruhaneműt, gyermek-, női, férfiruhatatot és játékokat. Az akció helye: II., Széll Kálmán tér 3. II. emelet. Telefon: 212-2783, 212-2811. A szociális vásárra elsősorban gyermeküket egyedül nevelő szülőket, kisnyugdíjasokat és kiskeresztülakosokat várnak.

Jókai kora, Jókai bora a Jókai-kertben (XII., Költő utca 21.) szeptember 26-án 16.00. Egykor Jókai Mór kertészkedett és alkotott a svábhegyi kertben, most az ő korát felidézve évente két alkalommal borkóstolóval egybekötött irodalomtörténeti estet szerveznek a vén fák alatt. Berecz András ének- és mesemondó ízes történetekkel idézi meg a természet, az ember és a bor kapcsolatát. Várnak minden érdeklődőt egy szakvezetéssel egybekötött sétára, valamint az azt követő borkóstolóra, amelyen az Etyek-Budai borvidék borait kóstolhatják meg. A belépőjegy ára: 2000 Ft/fő. Előzetes regisztráció szükséges a rendezvény @dinpi.hu címen vagy a 391-4624-es telefonszámon. Szervező: Duna-Ipoly Nemzeti Park Igazgatóság. További információk: www.dunaipoly.hu.

Hozzáértő csoport a XII. kerületi Családsegítő és Gyermekjóléti Központ Felsőzsiget Klubházában. A csoport célja a közös sors megélésén túl egymás segítése olyan egyéni, házi, határos viszonyulások átadása, amelyeket ki-próbáltak, ami az egyes családokban bevált. Az aktuálisan megoldatlan helyzetekre közösen keresnek megoldást. Helyszín: Felsőzsiget Klubház, XII., Kiss János altábornagy utca 34. Időpont: kéthetente csütörtökön 18.00–19.30. Csoportvezetők: Hanisch Erzsébet szakmai vezető (06/30-760-2422), Farkas Dalma klubházező (212-9650). A csoport tagja lehet bárki, akinek családjában, baráti körében pszichológiai problémában érintett ember él, és vele közvetlen, rendszeres kapcsolatban van. A részvétel ingyenes.

A XII. kerületi Családsegítő és Gyermekjóléti Központ lakáscsereklubja várja az érdeklődőket minden páros hét keddjén 16.00–17.30. Helyszín: XII., Beethoven utca 7-9. II. emelet. Telefon: 319-9299.

A XII. kerületi Családsegítő és Gyermekjóléti Központ szabadidőklubja várja az érdeklődőket minden páros hét szerdáján 14.00–15.30. Helyszín: XII., Beethoven utca 7-9. II. emelet. Telefon: 319-9299.

Napközi Plusz. A Svábhegyen működő Napközi

Plusz tanulószobája 2014-ben is díjmentesen várja a tanulási problémákkal, olvasási, számolási, szövegértési gondokkal küzdő általános iskolás tanulókat. Tevékenységük az Istenhegyi Szent László Plébánia keretei között zajlik. Je-

lentkezés, felvilágosítás: Horváth László, 06/20-985-5137, vagy a napkoziplusz@fw.hu e-mail címen. A Napközi Plusz szervezésében angol és német nyelvi játékos gyermek társalgókör indul német anyanyelvű gyerekek segítségével. A részvétel díjmentes.

Levendulamag Gyermekház. Dalolka zenés foglalkozás 10 hónapos kortól kisiskoláskorig Kárász Eszterrel minden kedden 17.00. Információk: www.karaszesther.com. Pitypalatty tematikus foglalkoztató bölcsődés és óvodáskorúak számára minden pénteken 9.30–11.30. Információk: www.pitypalatty.hu. További elérhetőségek: www.levendulamag.hu, 06/30-249-4389, valamint a Facebookon.

Ringató foglalkozás a Budahegyvidéki Református Egyház közös é templomának gyülekezeti termében (XII., Böszörményi út 28.) minden hét péntekjén 9.30–10.00 és 10.15–10.55. Információ: Hazay Annamária, 06/30-377-2693. A foglalkozások az óvoda előtti korosztálynak szólnak, néhány hónapostól 3 éves korig. Családi bérlet: 4000 Ft/5 alkalom. Egy foglalkozás részvételi díja: 1000 Ft/család. Vedd ölbé, ringasd, énekelj! www.ringato.hu, www.hazay.hu

Kindermusik nemzetközi zenei program angol nyelven, 7 éves korig. A foglalkozások szerdán 9.00-kor kezdődnek a Happy Kids Óvodában (XII., Fodor utca 36.). Az első foglalkozás ingyenes. További in-

formációk, illetve próbára jelentkezés: www.kmszuzsa.hu, www.happykids.hu, www.kindermusik.com, valamint 356-2440.

S. K. Műhely – kerámia „saját kezűleg”. Kézi és korongos agyagformálás, díszítés, mázazás, égetés, raku. Kerámiaklub nyugdíjasoknak. „Aranykezü” gyermekeknek kreativitást és koncentrációt fejlesztő foglalkozások egész évben. Helyszín: XII., Sion lépcső 8. (az Arany János iskola kerámiaműhelyében). Információ: Ferencz Szás Kinga, 06/20-986-8601, skmuhely@hotmail.com, www.keramia-skmuhely.hu.

Kreatív festőklub a Városma-jorban. Korhatár nélkül, családi környezetben, anyaghasználattal, Végheő Klára festőművész vezetésével. Óradíj: gyerekeknek 1000 Ft, felnőtteknek 1200 Ft. Telefon: 355-5605 vagy 06/20-823-0176. www.festoklub.blog.hu, www.veghseoklara.hu

Lendüly formába! Életmód- és alakformáló edzések a Virányos Általános Iskola tornatermében (Virányos út 48.) hétfőn és szerdán 16.50–17.40 hölgyeknek, 17.50–18.50 hölgyeknek és uraknak, 19.00–20.00 uraknak. Információ: 275-0669, 06/30-476-9132.

Játékos fejlesztés kicsiknek és nagyobbaknak (0–10 év) a nagymozgás, a finommozgás, a beszéd- és a részképességek időarányos fejlődése érdekében. Korai fejlesztés, felkészülés az iskolára, részképesség-fejlesztés, mozgásfejlesztés óvodásoknak és iskolásoknak a Bukfenc Fejlesztő Kuckóban. www.bukfencfejlesztokucko.hu

Jóga a Mindennapi Életben tanfolyamok a hét minden napján, minden korosztálynak, a Maros utcában. Érdeklődés: jogabuda@gmail.com, 06/20-315-8857.

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA XII., CSABA UTCA 7/A TELEFON: 06/20-333-5599 INFO@HEGYVIDEKHARCOSAI.HU WWW.HEGYVIDEKHARCOSAI.HU

Ütős sportok: boks, kempo, judo, MMA, brazil ju-jitsu, női önvédelem, kettlebell, krav maga, Aikikai aikido. A Facebookon is lehet jelentkezni!

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADÉMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADÉMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADÉMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADÉMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADÉMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADÉMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADÉMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADÉMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADÉMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADÉMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADÉMIA

formációk, illetve próbára jelentkezés: www.kmszuzsa.hu, www.happykids.hu, www.kindermusik.com, valamint 356-2440.

S. K. Műhely – kerámia „saját kezűleg”. Kézi és korongos agyagformálás, díszítés, mázazás, égetés, raku. Kerámiaklub nyugdíjasoknak. „Aranykezü” gyermekeknek kreativitást és koncentrációt fejlesztő foglalkozások egész évben. Helyszín: XII., Sion lépcső 8. (az Arany János iskola kerámiaműhelyében). Információ: Ferencz Szás Kinga, 06/20-986-8601, skmuhely@hotmail.com, www.keramia-skmuhely.hu.

Kreatív festőklub a Városma-jorban. Korhatár nélkül, családi környezetben, anyaghasználattal, Végheő Klára festőművész vezetésével. Óradíj: gyerekeknek 1000 Ft, felnőtteknek 1200 Ft. Telefon: 355-5605 vagy 06/20-823-0176. www.festoklub.blog.hu, www.veghseoklara.hu

Lendüly formába! Életmód- és alakformáló edzések a Virányos Általános Iskola tornatermében (Virányos út 48.) hétfőn és szerdán 16.50–17.40 hölgyeknek, 17.50–18.50 hölgyeknek és uraknak, 19.00–20.00 uraknak. Információ: 275-0669, 06/30-476-9132.

Játékos fejlesztés kicsiknek és nagyobbaknak (0–10 év) a nagymozgás, a finommozgás, a beszéd- és a részképességek időarányos fejlődése érdekében. Korai fejlesztés, felkészülés az iskolára, részképesség-fejlesztés, mozgásfejlesztés óvodásoknak és iskolásoknak a Bukfenc Fejlesztő Kuckóban. www.bukfencfejlesztokucko.hu

Jóga a Mindennapi Életben tanfolyamok a hét minden napján, minden korosztálynak, a Maros utcában. Érdeklődés: jogabuda@gmail.com, 06/20-315-8857.

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA XII., CSABA UTCA 7/A TELEFON: 06/20-333-5599 INFO@HEGYVIDEKHARCOSAI.HU WWW.HEGYVIDEKHARCOSAI.HU

Ütős sportok: boks, kempo, judo, MMA, brazil ju-jitsu, női önvédelem, kettlebell, krav maga, Aikikai aikido. A Facebookon is lehet jelentkezni!

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

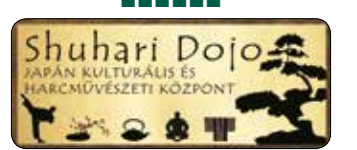
HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

Kölyökjudo minden kedden és csütörtökön 16.00–17.00 (kis csoport), 17.00–18.30 (nagy csoport). Játékos judoedzések 6–12 éves fiúknak és lányoknak. Az edzések során a gyerekek játékos formában sajátítják el a judo alaptéchnikáit és eséstechnikáit, jelentősen fejlesztve fegyelmességüket és mozgáskoordinációs képességeiket. Tagdíjak: 8000 Ft/hó. További információk: Rajcsányi Gergő, 06/30-221-9992, rajcsanyi@hotmail.com.



Shuhari Dojo Japán Kulturális és Harcművészeti Központ. Tanfolyamok: Karate-do harcművészet, Aikido, laido – a szamuráj kardforgatás ősi művészete, Shito-ryu karate, Shuhari karate, Jóga, Manó tánc, Dance for Fun, konditréning. Egyéb programok, foglalkozások: Origami, Do-in önmasszázs tanfolyam, szerdánként Nikken egészségnap, japán kulturális és vizuális tanfolyamok, Japán Klub. Cím: XII., Győri út 5-7. Telefon: 06/70-338-2277 és 06/70-245-1341. Részletek a honlapon: www.shuharidojo.hu.

Játékos fejlesztés kicsiknek és nagyobbaknak (0–10 év) a nagymozgás, a finommozgás, a beszéd- és a részképességek időarányos fejlődése érdekében. Korai fejlesztés, felkészülés az iskolára, részképesség-fejlesztés, mozgásfejlesztés óvodásoknak és iskolásoknak a Bukfenc Fejlesztő Kuckóban. www.bukfencfejlesztokucko.hu

Jóga a Mindennapi Életben tanfolyamok a hét minden napján, minden korosztálynak, a Maros utcában. Érdeklődés: jogabuda@gmail.com, 06/20-315-8857.

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA XII., CSABA UTCA 7/A TELEFON: 06/20-333-5599 INFO@HEGYVIDEKHARCOSAI.HU WWW.HEGYVIDEKHARCOSAI.HU

Ütős sportok: boks, kempo, judo, MMA, brazil ju-jitsu, női önvédelem, kettlebell, krav maga, Aikikai aikido. A Facebookon is lehet jelentkezni!

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEMIA

Biztonsági intézkedések a Szent János Kórházban

Egy néhány hete történt szombathelyi csecsemőablási ügy kapcsán – amikor is a városi kórház szülészeti osztályáról ellopott újszülött a rendőrség segítségével került vissza az intézménybe – vizsgálatot rendelt el az Emberi Erőforrások Minisztériumának egészségügyért felelős államtitkársága. Ennek keretében az ország kórházainak újszülött osztályain soron kívül ellenőrizték az őrzésvédelem, valamint a biztonsági rendszerek működésének hatékonyságát.

„A Szent János Kórházban több intézkedés is történt a csecsemők biztonsága érdekében” – mondta el érdeklődésünkre dr. László Andrea, az intézmény rendészeti csoportjának vezetője. Az ápolási igazgató döntése alapján az újszülötteket őrző helyiségekbe ezentúl csak az anya léphet be, vagy az anya helyett – amennyiben erre írásos felhatalmazása van – az édesapa. Ráadásul mostantól nem lehet egyszerűen benyitni oda, a kilincses ajtót ugyanis nyomógombos

beengedő rendszerre cserélték. További biztonsági intézkedésként a szülészeti és az újszülött osztály bejáratainál kamerákat helyeztek el.

A kórházból való távozás szabályait is szigorították. Az elbocsátás során az édesanya nemcsak a zárójelentést és a gyermek egészségügyi könyvét kapja meg, hanem egy kilépőkártyát is kézhez vehet, amelynek kiadásáról azonnal értesítik a biztonsági szolgálatot. A kapuknál jelen lévő vagonörök csak a kártya leadása után engedhetik tovább az újszülöttel távozókat.

Mindezen felül a kisbaba kártyára helyezett azonosító szalagot nem lehet levenni mindaddig, amíg a szülők nem hagyják el vele a kórház területét. A rendészeti csoport vezetője arra is felhívta a figyelmet, hogy a vagonörök, amennyiben szükségesnek tartják, a kilépés során csomagellenőrzést is végezhetnek, ami szintén a kórházi biztonság erősítését szolgálja.

sz.



„Csak az anyukám jöhet be!” – figyelmeztet a felirat

Az idén is a Semmelweis-napi ünnepségen díjazta a Hegyvidéki Önkormányzat a kerületi egészségügyben dolgozó szakembereket önzetlen és elkötelezett munkájáért. A képviselő-testület döntése értelmében Polgármesteri elismerő oklevelet kapott Egri Sándorné körzeti nővér, aki huszonhét éve gondoskodik a betegekről a zugligeti felnőtt háziiorvosi rendelőben. Vele beszélgettünk munkájáról, a gyógyításról és hivatásbéli hitvallásáról.

■ *Mikor ismerkedett meg az egészségügyi hivatással?*

– Erdélyben születtem, a középiskolát a nagyenyedi Bethlen Gábor Kollégiumban végeztem, ott érettségiztem 1972-ben. Ezt követően a vajdahunyadi egészségügyi technikumban tanultam, ahol nagyon erős alapokat és komoly gyakorlati képzést kaptam. Ez is hozzájárult ahhoz, hogy igazán megszeressem az egészségügyi pályát. Első munkahelyemen, a nagyenyedi tüdőszanatóriumban három műszakban osztályos nővérként dolgoztam. Ez kiváló tanulói volt, hiszen sok esetben évekig nyommon követtük a kórház krónikus betegeinek sorsát. Ennek köszönhetően már a pályám elején meg tapasztalhattam a gyógyító tevékenységhez kapcsolódó lelki támogató szerep fontosságát.

■ *Hogyan került a Hegyvidékre?*

– 1977-ben kötöttem házasságot, majd a következő évben Magyarországra települtem. Tavasszal költöztem Budapestre, és három hét múlva már a Szent János Kórházban dolgoztam. Visszatekintve

azt kell mondanom, jókor voltam jó helyen, hiszen azonnal izgalmas feladatot kaptam: az akkor induló reuma szakrendelőt kellett berendezni, elindítani a Pethényi közben. Hamar beilleszkedtem az új környezetbe, de nem is sejtettem, hogy máig több mint harminchét évet töltök el a hegyvidéki egészségügyi ellátás területén.

■ *Mivel foglalkozott a Szent János Kórházban?*

– Több szakrendelőben is kipróbálhattam magam. Dolgoztam a diabetes-, valamint a bőr- és nemibeteg-gondozóban, az üzemegegyesületi szakrendelésben, másfél évig pedig a rendelőintézet vezető főnővér mellett. Rengeteg tanultam, az összetett munka jó rálátást adott a szakrendelők és a körzeti rendelők működésére. Olyan tapasztalatokat szereztem, amiket a későbbiekben kamatoztatni tudtam a háziiorvosi rendelőben. Már akkor is arra törekedtem, hogy az adminisztratív munkák mellett közvetlenül a betegekkel foglalkozhassak.

■ *Ez is hozzájárult ahhoz, hogy egy háziiorvosi rendelőben vállalt munkát?*

– Részben igen, bár azért már a János kórházban is kapcsolatban álltam a páciensekkel. Ezt szerettem volna mindennaposá tenni, így kapóra jött a zugligeti rendelőben meghirdetett állás. Ráadásul akkoriban az Árnyas úton laktunk, úgyhogy kétszeresen is hazatérhettem. 1986-ban kezdtem, egy évvel később itt ismertem meg dr. Török Katalint,

akivel azóta is – immár huszonhét éve – közösen dolgozunk körzetünk lakóinak egészségéért.

■ *Nagy kihívás ez?*

– Közel kétezer-hatszáz beteg ellátásáért felelünk, ami nagyon komoly koncentrációt, rengeteg időt és energiát igényel. Török doktornő, ha kell, a szabadidejét

hogy körzeti nővéri teendői mellett a gyógyítás más területeivel is foglalkozik. Mesélne erről?

– Szükségét éreztem, hogy a hagyományos megoldások mellett olyan utakat is megismerjek, amelyekkel – a betegek érdekeit szem előtt tartva – tovább tudok lépni. Az elmúlt húsz évben gyógymasszóri, természetgyógyászati, fülakupunktúrás addiktológusi, transzperszonális pszichológusi és NLP (neurolingvisztikus programozás) mester végzettséget szereztem, valamint az érzelmi szabadító technikát (EFT) is elsajátítottam. Rendeléseink látogatottsága nagyon magas, a telefonos megkeresésekkel együtt nem ritka a napi nyolcvan-száz fős betegforgalom. Ennek kezelésében sokat segítettek a tanult technikák, valamint annak feltérképezésében is, hogyan hat egymásra a test, a lélek és a szellem. Betegségeink mögött mindig érdemes megkeresni a mögöttes lelki folyamatokat.

■ *Hogyan foglalná össze rövid szakmai hitvallását?*

– Azt tartom a legfontosabbnak, hogy az adott problémákra és emberekre hangolódva mindig „jelen legyek”, azaz számíthatassanak rám a betegek. Ezzel tudom leginkább segíteni a doktornőt abban, hogy az ellátás a megszokott, magas szakmai minőségben, humanusan történjen. A szívemen viselem a hozzánk forduló sorsát, örömmel tölt el, amikor a környékünkön vásárlás közben, vagy akár a buszmegállóban megszólítanak, kikérlik a tanácsomat. Ez a bizalom jele, ami nélkül elképzelhetetlen jó munkát végezni az egészségügyben. Éppen ezért úgy érzem, a polgármesteri elismerés egy kicsit ennek a felém áramló bizalomnak a megmutatkozása is – ez pedig nagyon jó érzés.

Knp.



Egri Sándorné körzeti nővér

FOTÓ: SÁNDOR GYÖRGY

Folytatódnak a „zöldprogramok”

Virágültetés, fatelepítés, hulladékgyűjtés, mobilitási hét

Az önkormányzat kiemelt fontosságnak tartja a környezettudatos gondolkodás és a természetvédelem népszerűsítését. Az idén ősszel is folytatódnak a hagyományos kerületi „zöldprogramok”, a közterületi virágültetések, a szervezett hulladékgyűjtések. A Gesztenyés kertben fákat telepítenek, míg a Magyar Elektromobilitás Napján árammal működő autó tesztvezetésére nyílik lehetőség.

ahol az évszaknak megfelelően más virágok is nyílnak” – sorolta az alpolgármester.

A lakosság novemberben ismét leadhatja a kerület két pontján a háztartásokban felgyülemlett papírhulladékot, valamint a rossz, kidobásra ítélt elektronikai eszközöket, elemeket, akkumulátorokat.

Az önkormányzat kétszáz ezer forinttal járul hozzá a Gesztenyés kert fasorának megújításához. A támogatásnak köszönhetően tovább nő az aknázó molynak el-

lenálló, rózsaszín virágú gesztenyefák száma a parkban.

Ezúttal is csatlakozik az Európai Mobilitási Hét programjához a Hegyvidéki Önkormányzat, amely a Magyar Elektromobilitás Szövetséggel karöltve szeptember 17-én a MOM Kulturális Központba várja az alternatív, null emissziós közlekedési eszközök iránt érdeklődőket. Az itteni elektromosautó-tesztvezetésre a szövetségben keresztül lehet regisztrálni.

Szeptember végén ismét a Hegyvidéken tart konferenciát a Klímabarát Települések Szövetsége, amelynek elnöki tisztét a Hegyvidéki alpolgármester tölti be. „A törvényi szabályozásoknak megfelelően változik a házi szelektív hulladékgyűjtés rendje, novembertől a Hegyvidéken is az FKF Zrt. feladata a hulladékgyűjtők ürtése. A tudnivalókról október huszonkettedikén lakossági fórumot szervez a közszolgáltató” – emelte ki Kovács Lajos, aki a közterületi hulladékgyűjtő szigetek sorsával kapcsolatban is szolgált újdonságokkal. Várhatóan október végéig a közel ötven sziget harmada véglegesen megszűnik, harmada változatlanul megmarad, a maradék helyszíneken pedig kizárólag az üvegeket lehet majd kidobni.

-Ály

Az önkormányzat környezetvédelmi programjai egyszerre erősítik a kerület zöld jellegét, és hozzájárulnak a környezettudatos gondolkodás népszerűsítéséhez. Kovács Lajos, a környezetvédelemért felelős alpolgármester elmondta, hogy szeptember végén kezdődnek a hagyományos közterületi virágültetések. A mintegy hatezer tő árvácska, valamint a díszkáposzták a kerület huszonhárom pontját díszítik majd.

„Az utóbbi években folyamatosan bővítettük a virágos helyek számát, a többi között a megszüntetett Ráth György utcai és Ágnes úti szelektív hulladékgyűjtő szigetek helyén is ágyásokat alakítottunk ki. Szintén új virágos rész a Királyhágyó téri nárciszliget,



Virágsziget a Ráth György utcában

FOTÓ: SÁNDOR GYÖRGY



IDŐSEK EGÉSZSÉG ISKOLÁJA A HEGYVIDÉKEN

ISMERJE MEG AZ AKTÍV,
EGÉSZSÉGES IDŐSKOR RECEPJTJÉT

FOLYTATÓDIKI!

ELŐADÁSSOROZAT A KULTURÁLIS SZALONBAN AZ ORSZÁGOS GERINGGYÓGYÁSZATI KÖZPONT ÉS A BUDAI EGÉSZSÉGGYŰJTÉS KÖZREMŰKÖDÉSÉVEL.

PROGRAMOK:

- Szeptember 17. (szerda) 14 óra:
Korszerű radiológia
előadó: Dr. Puhl Mária radiológus szakorvos
- Október 15. (szerda) 14 óra:
A radiológia szerepe mozgásszervi betegségek esetén
előadó: Dr. Gergely Mária radiológus szakorvos
- November 19. (szerda) 14 óra:
Időskori neurológiai betegségek, előtérben a Parkinson kór
előadó: Dr. Németh Rozália neurológus szakorvos
- December 17. (szerda) 14 óra:
A mozgás jelentősége időskorban. Az időskori betegségek megelőzése
előadó: Dr. Somhegyi Annamária reumatológus szakorvos

VÁLJÉK EGÉSZSÉGÉRE!



HEGYVIDÉKI
KULTURÁLIS
SZALON
1126 Bp., Böszörményi út 34/A • Telefon: (+36-1) 202-2509
info@kulturalisszalon.hu • www.kulturalisszalon.hu



ORSZÁGOS
GERINGGYÓGYÁSZATI
KÖZPONT
A Budai Egységgyógyintézet Szakintéze



BUDAI
EGÉSZSÉGGYŰJTÉS
Élet. Minőség.



HEGYVIDÉKI
ÖNKORMÁNYZAT



SZOLGÁLTATÁS

ABLAK, AJTÓ, REDŐNY

REDŐNY (fém, műanyag, alumínium), relaxa (alu, fa), szalagfüggöny, szűnyogháló, harmonikaajtó, roletta készítése, javítása garanciával. 06/30-964-8876.

ÜVEGEZÉSI Kiszállással, takarítással, garanciával, kötetlen munkaidőben. Faablakok utólagos szigetelése. 06/20-337-7135.

REDŐNY-, relaxa-, harmonikaajtó-, szalagfüggöny-, napellenző-, szűnyogháló-, függönykaris-javítás, -késztés. 356-4840, 06/30-954-4894.

ABLAKJAVÍTÁS, www.ajtoablakdoktor.hu 20 éve vállalom igényesen, becsületesen fa- és műanyag ablakok, ajtók javítását, illesztését, zárrak cseréjét, festését, szigetelést 1 év garanciával. Felmérés díjtalan! Horváth Ákos. Tel.: 06/70-550-0269.

REDŐNY, szűnyogháló, napellenző, stb. szerelése, javítása garanciával, legolcsóbban!! XII. kerületi redőnyös! Tel.: 06/70-341-9489.

REDŐNY-RELUXA, napellenző, szalagfüggöny, aluredőny, motoros is, szűnyogháló, roletta, harmonikaajtó. 6 légkamrás műanyag ablak 10 munkanap alatt. Garanciával. Kiss Zoltán, 06/20-957-5038, 06/1-362-41-12. Honlap: www.kissz.hu

ZÁRAK szerelése, javítása 0-24 óráig. Megbízható mérnök. 06/30-863-7680.

ABLAKOK és épületek hőszigetelése. Tel.: 06/70-235-0886.

ASZTALISMUNKÁK

IKEA típusú könyvszekrények, konyhabútorok, beépített szekrények, irodabútorok méreire gyártásra legolcsóbban. Például könyvszekrény: 228x80x28 cm, 13 800 Ft. Igényes munka, rövid határidő. 06/30-368-1354.

ZÁRSZERVIZ vállal zárszerelést, asztalosmunkát, pántok, zsanérok cseréjét, kiegészítést, szigetelést, mázolás. A legkisebb munkát is vállalom. Kiszállás díjtalan. Szigeri László. T.: 251-9483, 06/20-381-6703.

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

ELTARTÁS, GONDOZÁS

ÉLETJÁRADÉKI szerződést kötne szakképzett ápolónő. 285-4808, 06/30-991-8719.

ÉLETJÁRADÉKI szerződést kötne megbízható fiatalember. 06/20-629-0916.

ingatlanROBOT.hu
ingyenes hirdető portál

FIATAL nő kötne életjárdéki, illetve eltartási szerződést idős hölgyekkel és urakkal egyaránt. Hívjon bizalommal! Telefon: 06-20-341-6342.

HÁZTARTÁSI GÉPEK, ELEKTRONIKA

TV-JAVÍTÁS a helyszínen is, garanciával! Távirányító-javítás. Tv-videó szerviz, mikrofontos és háztartási kisgépjavítás. Telefon: 249-3678, 06/20-961-4400.

HŰTŐGÉPSZERVIZ a kerületben! Hazai, külföldi hűtőgépek javítása 37 éve. Kiszállási díj nélkül. Várhídi, tel.: 250-0921, 06/20-972-5032.

KERÜLETI GYORSSZOLGÁLATI Hűtőgépek, mosógépek, mosogatógépek, szárítók, villanybojler, főzőlapok-sütők helyszíni javítása, hűtőgép is. Javítások a kiszállás díjtalan. www.hegyvidekszerviz.com, 06/30-942-2946, 06/1-421-5959

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

TÉVÉJAVÍTÁS AZONNALI Digitális átállás! 06/20-471-8871.

ANTENNASZERELÉS, -javítás olcsón. Műholdas és MinDig Tv rendszerek telepítése, beállítása. Készülékhangolások, szerviz. Tel.: 201-5368, 06/20-537-6281.

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

VARRÓGÉPJAVÍTÁS, eladás, bérbeadás, alkatrész-árusítás. XII., Ugocea u. 5. 213-8927.

HASZNÁLT varrógépek kedvező áron, garanciával eladó. XII., Ugocea u. 5. 202-6157, 06/30-540-2009.

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

KERT, FAKIVÁGÁS

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

FAKIVÁGÁS, gallyazás, ereszcsatorna-tisztítás hegymászótechnikával, realis áron, referenciamunkákkal. 426-5000, 06/30-942-6500, a@prodive.hu.

FAKIVÁGÁS. Veszélyes fák ágankénti lebontással való kivágása. Koronaalakítás, száraz, beteg részek eltávolítása. Igény szerint ágak darálása, szállítása. 06/20-485-6547, Kovács Sándor.

KERTÉPÍTÉS, gondozás, metszés, fákivágás, szállítás. 06/30-445-9437.

KERTÉPÍTÉS, kertgondozás, metszés, permetezés, fákivágás, szállítás, öreg kertes ifjítása. 06/20-970-7506.

VESZÉLYES fák kivágása szállítással, telkek kitarítása, kertépítés. 06/30-852-3349.

FÜNYÍRÁS, fákivágás, irtás szállítással, permetezés. 06/30-784-6452.

FÁK szakszerű kivágása, gallyazása köréltéchnikával és zöldhulladék-elszállítással. Ingyenes felmérés. Kerületi vállalkozástól. T.: 06/30-907-5948. www.greenarbor.hu

OLCSÓ: fákivágás, kerti munkák, takarítás lélekkel. +36/30-418-6663, gold333@freemail.hu

KERTÉSZETI, egyéb segítő munkát vállalom! 06/20-629-0916.

ingatlanROBOT.hu
ingyenes hirdető portál

METSZÉS, permetezés, favágás, gypepítés, bozótirtás, kerítés építése, javítása. Térkövezési, betonozási munkák. Tel.: 06/1-781-4021, 06/70-547-2584.

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

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

LOMTALANÍTÁST vállalom a hét minden napján. www.lomtalanitas.com, 419-3341.

KÖNYVELÉS

KÖNYVELÉS, adózás. Tel.: 06/20-823-0207, 202-1165. Fax: 700-1950. www.elektronikusbevallas.hu

KÖMÜVESMUNKÁK

HEGYMÁSZÓTECHNIKÁVAL: műkövezés, vakolás, festés, tető-, csatornajavítás, -szigetelés, ereszcsatorna-tisztítás. 426-5000, 06/30-942-6500, a@prodive.hu

ANTIALKOHOLISTA csapat: szobafestés, mázolás, tapétázást, csempézést gipszkartonozást, szőnyegpadlóaszt, víz-, villanyzerelést, nagytakarítást, parketázást, favágást, ács-alpinista, kömüvesmunkát vállal. delabt@vipmail.hu, 06/20-998-2369.

CSEMPÉZÉS, padlóburkolás, csempéjavítások, falazás, vakolás, berendezés, kerítések, járdák készítése. 06/30-341-3423.

FÜRDŐSZOBA-FELJÚTÁS anyagbeszerzéssel, garanciával! Csempéburkolás, kömüvesmunkák, vízzerelés, villanyzerelés! 06/20-961-6153. www.mesterur.hu

LAKÁSSZERVIZ

DUGULÁSELHÁRÍTÁSI Kerületi gyorsszolgálat. Lefolyótisztítás bontás nélkül, azonnal, garanciával. Tel.: 06/20-398-2881.

LAKATOS, zárszerelő, kerítések, korlátok, kapuk, előtetők. Bádógos, tetőfedő, ácsmunkák ipari alpinista technológiával. Kömüvesmunkák kerületi vállalkozótól. 06/30-900-4238. www.femmunka.hu; www.alpinmunka.hu

LAKÁSFELJÚTÁSI Szobafestés, tapétázás, parketálással, -csiszolás, -javítás, csempézés, kömüves-, lakatos- és asztalosmunkák, ajtó-, ablakcsere, villanyzerelés, vízzerelés garanciával. 202-2505, 06/30-251-3800.

ZÁRLAKATOS-GYORSSZOLGÁLATI Zárnyitások, zárszerelés, hevederzár-szerelés, rácskészítés, lakatosmunkák. 06/30-299-1211.

KÖMÜVESMUNKÁT, szobafestést-mázolást, felújítást vállalom (kisebbit is!) anyagbeszerzéssel, szállítással, elérhető áron. Cégünk alanyi áfamentességet élvez! 06/20-941-4200.

GARÁZS- és bejárati kapuk, kapunyitó automaták, zárszerelés, lakatosmunkák, kerítések. Urbanek. Tel./fax: 214-7442, 06/20-978-7429, frimar53@gmail.com.

ÜVEGEZÉS. Budai Üveges, Budapest, Csörsz u. 1. Tel.: 06/30-357-2798.

BÁDÓGOSSZERKEZETEK, cserép-, palatók, tetőszerkezetek javítása 1986 óta, kerületi kispapostól. 249-2664, 06/20-944-9015.

LAPOS TETŐK csapadékvíz elleni szigetelése bádógos munkákkal együtt, garanciával, referenciával. Kömüves- és festőmunkák kivételével. 273-1857, 06/20-471-1870.

ALPINISTA munkák: homlokzatfelújítás, lefolyó és ereszcsatornák szerelése, kömüves- és festőmunkák, veszelhárítás, függőfolyosók felújítása, dryvit szigetelés. 273-1857, 06/20-471-1870.

FAVÉDELEMI Családi és társasházak, nyaralók fadiszító elemeinek, homlok- és ereszszekázatainak festése és mázolása alpinechnikával is. 273-1857, 06/20-471-1870.

TETŐFEDEÉS-bádógos, pala- és cseréptetők javítása, új tetők készítése. Zsíndelyezés és ácsmunkák. 273-1857, 06/20-471-1870.

CSERÉPKÁLYHA, kandalló, kémény. 06/30-961-8397.

KÉMÉNYBEÉLÉS, kéményjárás, szerelt kémény, gyújtókémény. METAL KÉMÉNY KFT. 06/30-688-3683, 06/70-518-1451.

EZERMESTER-SZOLGÁLATI Falfűrés, munkalapcsere, bútorszerelés... www.999mester.hu. Bármilyen más! 06/30-960-4525.

SZOBAFESTÉS, tapétázás, mázolás, parketacsiszolás, lamináltlerakás. Pap Gábor: 06/30-942-4735, 360-2345. www.festes-tapetazas.hu

VILLANYSZERELŐ GYORSSZOLGÁLATI Hibaelhárítás, villanybojler-javítás, háztartási készülékek bekötése. EPH, érintésvédelmi vizsgálatok. Tel.: 06/20-976-0005.

BÁDÓGOS, tetőfedőmunkák, javítások, felújítások. 06/20-391-5982, 607-0722.

LAKÁSKOK, HÁZAK átalakítását, felújítását vállalom építészeti, belsőépítészeti tervezéssel. +36/30-274-5297. www.vorosarchitect.hu

SZOBAFESTÉS, mázolás, tapétázás, lakásfelújítás A-Z-ig. 06/30-964-1315.

FESTÉS-MÁZOLÁS-TAPÉTAZÁS, kisebb munkák, kömüves javítások, gipszkartonozás. 06/30-568-6255, Kovács Gergely.

SZOBAFESTÉS, mázolás, tapétázás, parkettás munkák, burkolás, lakásfelújítás. 06/20-599-6598.

GÁZKÉSZÜLÉK-KARBANTARTÁS
2-150-250
www.lakasszerviz.hu

TÁRSASHÁZAK

LAPOSTETŐ-SZIGETELÉS, -javítás, -csere, kapcsolódó munkák, fényvédés, egyéb szigetelés. Tel.: 426-5000, 06/30-942-6500. a@prodive.hu

TÁRSASHÁZAK ügyelmébe! Függőfolyosók, tetők, lépcsőházak stb. javítása, felújítása, megbízható magyar szakemberekkel, kedvező áron, ingyenes árajánlattal. Tétény-Építész Kft. 226-4539, 06/20-946-7557.

TÁRSASHÁZKEZELÉS, közös képviselet korrek, megbízható módon, referenciákkal. 274-6135, 06/70-561-1174, e-mail: flotthometeam@gmail.com. www.tarsashazkezelobudapest.hu

TÁRSASHÁZAK közös képviseletét, kezelését vállalom. Tel.: 06/20-392-6368.

TÁRSASHÁZAK, magánszemélyek, figyelem! Dryvit hőszigetelés, műanyag ablak kedvező áron. 06/20-283-2378.

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

TÁRSASHÁZKEZELÉS. www.aktivhazkezelelo.hu. Mobil: 06/30-990-7694.

KÖZÖS KÉPVISELET - társasházkezelés! Megbízható, bejegyzett szakemberekkel. T.: 06/20-934-1318.

VIZ, GÁZ, VILLANY, FŰTÉS

DUGULÁSELHÁRÍTÁSI XII. kerületi gyorsszolgálat! Fűrdőszobai lefolyók, mosogatók, fűcsatornák, udvari csatornák minden típusának falbontás nélküli, gépi tisztítása azonnal, garanciával, hétvégén is! 228-6193, 06/30-921-0948.

DUGULÁSELHÁRÍTÁS, víz-, gáz-, központifűtés-szerelés, ázasok, csőtörések megszüntetése. 06/20-491-5089, 402-4330.

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

TISZTEL Hölgyem. Uram! Megbízható, korrekt szerelő vállal víz-, fűtészerelést, gázkészülékjavítást, duguláselhárítást! Már 13 éve az Önök szolgálatában. Most 30%-os akció! 402-0627, 06/20-433-1628.

VILLANYSZERELŐ. Kisebb munkákat is vállalom. Pálfi Zoltán, 06/30-947-6036. 12 éve a kerületben. Lakás, társasház, üzlet.

GÁZ-, víz-, fűtészerelés. Gázkészülékek javítása, cseréje. 06/30-944-6513. Web: www.nl-gaz.hu. E-mail: info@nl-gaz.hu.

VÍZSZERELÉS gyorsszolgálat. Csőrepedés műszers keresése-javítása. Kamerás csatornavizsgálat, duguláselhárítás. Kerti csap vízvezetékcsere ással is. 06/30-914-3588.

S.O.S.VÍZSZERELÉS-GYORSSZOLGÁLAT, duguláselhárítás, csatornakeresés, műszers csőrepedés-keresés, csőrepedés javítása, WC-k, csapok, téli zárárok szerelése ással. Hétvégén is. Gabona Róbert. 06/30-200-9905.

VILLANYSZERELÉS azonnal! Hibaelhárítástól a teljes felújításig. Petrács József villanyzerelő mester, 06/20-934-4664, 246-9021. ELMŰ által minősített vállalkozás.

VÍZVEZETÉK-SZERELÉS, vízórakeresés! Mosogatók, mosogatógépek bekötése, mosdók, csapok, kádák, radiátorok cseréje! Vízórakeresés ügyintézés! 06-30-954-9554.

VÍZVEZETÉK-SZERELÉS, javítások, felújítások. 06/20-391-5982, 607-0722.

EGYÉB

KONTÉNERES sítiszállítás. Söder, homok, murva, zöldhulladék, termőföld. 06/20-464-6233.

LAKÁS/INGATLAN/BÉRELEMÉNY

„BUDAVAR 89” Ingatlanközvetítő Magánirodát! 201-7719, Zwillingert.

IMMOTeka Ingatlaniroda 1998 óta a budai ingatlanok specialistája. Empátia, diszkréció, referenciák. Külföldi, belföldi ügyfélkör. Kárpáti Klára, 201-1821, 06/30-202-1892; Kárpáti Péter, 06/30-921-9029. www.budapestliving.com, www.immoteka.hu

ÁFA NÉLKÜL vállalom ingatlanának eladását kiadását a I., II., XII. kerületekben. Eged Zsuzsa ingatlanközvetítő. 201-9475, 06/70-237-9030.

XII., SZENDRŐ u.-ban I. em.-i. 92 nm-es, különleges adottságokkal rendelkező, három szoba-étkező, erdőre néző, 12 és 5,7 nm-es teraszokkal, garázzsal-beállóval 49,9 M Ft-ért eladó. ingatlan.com/20156126. T.: 201-9475, 06/70-237-9030.

Budapesten, a Budai oldalon,



parkos, ősfás, csendes környezetben igényesen felépített kis létszámú családi ház

IDŐSEK OTTHONA

várja lakóit, időseit. Tartós és átmeneti elhelyezést nyújtunk ápolással, gondozással.

<http://szentistvanotthon.hu>

Érdeklődő hívásait a 274-3051 Pálfi Zoltán a 06 30 645-9786 telefonszámra várjuk.

MEDIC-POLIKLINIKA
MAGÁN SZAKORVOSI RENDELŐINTÉZET
FOGÁSZATI CENTRUMMAL

A KRÓNIKUS BETEGSÉGEK SPECIALISTÁJA
1990 ÓTA HOLISZTIKUSAN
A TELJES EGÉSZSÉGÉRT

ÚJ HELYÜNKÖN AZ EDDIGINÉL IS KOMPLEXEBBEN
18 SZAKRENDELÉS ÖSSZEFOGÁSÁVAL
AZ MPK MÓDSZERREL, A VALÓDI OKOK
GYÓGYÍTÁSÁVAL A TÜNETI KEZELÉS HELYETT
EGYÉNRE SZABOTT VIZSGÁLATTAL ÉS TERÁPIÁVAL

ÁLLAPOTFELMÉRÉS, EGYÉNI HOMEOPÁTIA,
ALLERGIA, CANDIDA, EKCÉMA,
PSORIÁZIS, BŐR-PROBLÉMÁK
REFLUX, GÓCKUTATÁS, GYOMOR-EMÉSZTÉS,
HAJHULLÁS, HERPEZS, FEJFÁJÁS
ÉS MÉG SZÁMOS BETEGSÉG
ELKÖLTÖZTÜNK!
ÚJ CÍMÜNK: XII. KERÜLET ISTENHEGYI ÚT 81.
1-266-60-50 / 30-670-23-21
www.medicpoliklinika.hu

Regeneráció és gondoskodás
Önnek és szeretteinek!

Egyedülálló egyhetes Gondoskodó csomagunkat a senior generáció igényeire szabva állítottuk össze:

- orvosi állapotfelmérés, nővéri felügyelet
- testre szabott mozgásterápia
- életmód tanácsadás

Már 95 000 Ft/fő/hét teljes ellátással
FOGLALJON MOST!
Szív- és érrendszeri és mozgásszervi magán rehabilitációs központ

FONIX
KASTÉLYSZANATORIUM
NÓGRÁDGÁRDONY

www.kastelyszanatorium.hu
2673 Nógrádgárdony, Kórház u. 1.
Telefon: +36 35 371 527 • +36 30 311 71 95
info@kastelyszanatorium.hu

A HÍRLELTÉSI PROBLÉMA ELLEN

HEGYVIDÉK

Célegyenesben az intézményfelújítások

HIRDESSZEN NÁLUNK!

Segítségnyújtás egyetlen gombnyomásra Falfirka-mentés-űletben



NYÍLT NAP

NANOOK SÍISKOLA

2014. SZEPTEMBER 13-14
10.00 - 15.00 KÖZÖTT



+36.20.626.66.54
BUDAPEST 12. KERÜLET CSÖRSZ UTCA 10
WWW.NANOOKSIISKOLA.HU
INFO@NANOOKSIISKOLA.HU

Síoktatás

A HEGYVIDÉK LAPKIADÓ A HIRDETÉSEK TARTALMÁÉRT NEM VÁLLAL FELELŐSÉGET!

XII., CSIPKE u., 5,5 szobás ikerfél, 160 nm-es + pince + terasszal, 450 nm-es saját kerttel, garázzsal + beállaló eladó. I.á.: 69 M Ft. ingatlan.com/20805795. Tel.: 201-9475, 06/70-237-9030.

XII., ÓRA úton, felújított villában, full panoráma, 76 nm-es, 1 + 2 szobás lakás 30,9 M Ft-ért eladó. ingatlan.com/20591958 Tel.: 201-9475, 06/70-237-9030.

NÉMETHYVÖLGYI útján felújítandó, 81 nm-es lakás 25,5 millióért eladó. 06/30-944-9335.

PAGONY utcai, 100 nm-es, 2 szintes, felújítandó sorház eladó. 06/30-944-9335.

MIKÓ utcában 103 nm-es, liftes lakás 37,9 millióért eladó. 06/20-414-2342.

VÁROSMAJORBAN belső kertre néző, teraszos, garázzsal, 160 nm-es lakás eladó. 06/20-414-2342.

ERDI, szerkezettész, 70 nm-es ház 16 millióért eladó. 06/30-944-9335.

66 NM-ES, I. emeleti, Keleti Károly utcai lakás eladó. 06/30-944-9335.

KIADÓ és eladó lakásokat és házakat keres óztrák, tengerentúli és magyar ügyfélkörtől 19. évre a XII. kerületre specializálódott Apartman M Ingatlaniroda. Áfa nincs. Hegyvidék Kárryával 10% kedvezmény! 398-1501, www.berbead.ingatlan.com.

PARTINGFON Bt., Derső bási ingatlanközvetítő 20 éve az önk szolgálatában. Áfa nincs. 214-5473, 06/30-973-0113. partingfonbt@gmail.com

INGATLAN eladását vállaljuk a kerületben tízezres tapasztalattal. 06/70-523-1969. www.budaihegyek.hu, Schmidt Péter.

DUTKA Ákos utcában 2000-ben épült, 187 nm-es, igényes családi ház 85 000 000 Ft. 06/70-523-1969.

BEREGSZÁZ utcában 125 nm-es, nappali + 4 háló, emeleti, cirkós, csendes lakás, kocsibeállóval, 38 500 000 Ft. 06/70-523-1969. www.budaihegyek.hu

XI., MADÁRHEGYEN, Gazdagréten, Rupphegyen összközműves építési telkek (min. 1000 nm) 39,9 M Ft-tól eladók. Madárhegyi Ingatlaniroda. Tel.: 249-3006, 06/70-275-9064.

XI., GAZDAGRÉT mellett, a Rétkerülő utcában, parkkal szemben, 1127 nm-es, panoráma, összközműves építési telek 46 millióért eladó. 06/20-509-2281.

XII., ISTENHEGYI úton, felújított villa 1. emeleti, 160 nm-es, panoráma lakása eladó 119 M Ft-ért. Tel.: 06/30-960-8862.

XII., ÁRNYAS úton 117 nm-es, 2 lakosztályos, 4 szobás, sorházi lakás garázzsal eladó 69 M Ft-ért. Tel.: 06/30-960-8862.

XII., SÁROSPATAK úton, 900 nm-es, panoráma telken egy felújítandó vagy bontandó családi ház sürgősen eladó 119 M Ft-ért. Tel.: 06/30-960-8862.

XII., VIRÁNYOSON 1681 nm-es telek 15%-os beépíthetőséggel eladó 159 M Ft-ért. Tel.: 06/20-935-0018.

XII., GYŐRI úton 106 nm-es, 1. emeleti, minimál stílusban felújított, 3 szobás, erkélyes, cirkófürdővel lakás eladó 42,5 M Ft-ért. Tel.: 06/20-955-5951.

XII., SÓLYOM utcában 310 nm-es, panoráma, felújított villa dupla garázzsal eladó 149 M Ft-ért. Tel.: 06/30-960-8862.

XII., BÁN utcában gyönyörűen felújított, utcai garzonlakás 9,5 M Ft irányában eladó. 06/70-949-4013.

XII., DIÓSÁROK úton 95 nm-es, belső kétszintes lakás garázzsal eladó tulajdonostól. 33,3 M Ft. 325-6668, 06/30-913-2177.

WWW.PIRAMISINGATLAN.HU 06/1-335-5965, 1025 Verecke út 8. A budai családi házak, luxusvillák, nívós lakások specialista.

84 NM-ES, III. emeleti lakás 26 M Ft irányában a Tartsay u.-ban eladó. 06/30-223-7498.

GYENESDIÁSON, víz közeli, szép kertben, 2 szobás, étkezőkonyhás, cirkós, jó állapotú, 82 nm-es családi ház új tetővel, nyílászárókkal eladó. 06/30-327-6040.

SAJÁT részre keresek eladó, 2 szobás vagy nagyobb, erkélyes lakást a XII. kerületben. Tel.: 06/30-631-4336.

BUDAPESTI INGATLANKÖZVETÍTŐ Kft. eladó és kiadó lakásokat, házakat, telkeket, üzlethelységeket, irodákat keres! 351-9578, 06/70-383-5004.

XII., MAROS utcai, 47 nm-es, 1,5 szobás, belső kertre néző, emeleti lakószoba, liftes házban, nagylodszálla, hasonló, nagyobb (70 nm körülire) cserélném, vagy eladom. 06/20-412-7568.

MAGANSEMÉLY vásárolna saját részre, kizárólag tulajdonostól, zöldvezetű, háromszobás lakást, akár felújítandót is. Tel.: 06/30-340-0832.

BÉRELNÉK sürgősen lakható helyiséget, idősebb, egészséges asszony, pontos fizető. Esetleg mini garzont. 06/20-420-8547.

BUDAKEZSI kiemelt lakóövezetében rusztikus, ugyanakkor elegáns, nagyméretű luxusvilla eladó. Szép ház, díjazott. Fedett uszoda, boltív borozó, télikert, szauna, garázsok, ápolott kert. Tel.: 06/30-921-6928.

HASZONÉLVEZETI joggal terhelhet (75 éves), felújított, világos, szoba-hallos örökölakás a budai Várban eladó. 12,5 M Ft. Tel.: 06/30-811-1796.

ALSÓ ZÖLDMÁLI utcában csendes, 120 nm-es, belső kétszintes, dupla komfortos lakás, kertes, kétlakásos házban eladó. I.á.: 50 M Ft. Tel.: 06/70-364-9291.

XII., MÁRVÁNY utcában 74 nm-es, réglámpás, 3 külön nyíló szobás, átlagos állapotú lakás eladó. Ár: 19,9 M Ft. 06/30-967-3067. www.ingatlan.com/20919711

GARÁZS

15 (3x5 m) nm-es, tárolásra is alkalmas garázs kiadó jutányos áron a Deres úton. Tel.: 06/30-381-1282.

GARÁZS kiadó: Pagony u. 4., biztonságos, száraz. 06/20-470-6685.

OKTATÁS

LATINT, HELYESÍRÁST, történelmet, irodalmat tanítok. SNI. Tel.: 202-4651.

ANGOL nyelvviszágára felkészítés a MOM Parknál. Tel.: 06/20-392-6368.

MATEKANULÁS féltemek nélkül, örömmel, általános iskolásoknak, gyakorlott pedagógussal a Budagyöngyénél. 06/20-571-7554. francia.matek@gmail.com, www.francia-matek-tanitas.hu

FRANCIATANÍTÁST vállal tapasztalt pedagógus a Budagyöngyénél. 06/20-571-7554. francia.matek@gmail.com, www.francia-matek-tanitas.hu

MATEMATIKA-, fizika-, számítástechnika-, kémiatanítás általánostól felsőfokig. ÉRETTSÉGI szaktanártól. www.nemcsakmatek.hu 06/30-709-2362.

ANGOLBÓL, MATEMATIKÁBÓL intenzív felkészítés egyénileg, gyakorlott szaktanárral, Bel-Budán. 06/30-749-2507.

MATEMATIKAOKTATÁS szaktanártól, referenciákkal. Vizsgafelkészítés, felzárkóztatás valamennyi korosztálynak. 06/70-645-8366.

MATEMATIKA-, fizikatanítás Önnél! 06/20-959-0134.

ANGOLTANÍTÁS, nyelvviszágára felkészítés Gazdagréten, nyelvtanárál. 246-8246, 06/30-386-2480.

NÉMET nyelvtanítás, nyelvviszágafelkészítés – németországi diplomával. Beszédcentrum. Tel.: 06/30-914-7003.

MATEMATIKA-, FIZIKATANÍTÁS. Emelt szintű és középszintű érettségire, egyetemi, főiskolai tanulmányokra felkészítés. Több mint húszéves gyakorlat. Telefon: 06/1-213-7747, 06/20-518-2808.

MATEMATIKUSHALLGATÓ korrepetálást vállal. +36/30-466-0349.

ZONGORA- és szolfézsoktatás minden korosztálynak, rugalmasan. 06/30-241-3079.

BESZÉDCENTRIKUS angoltanítás fiatal tanulóknak, felnőtteknek és gyerekeknek a XII. kerületben. A kerületben házhoz is megyek. 06/30-381-1282.

ÓVODÁSOKNAK, kisiskolásoknak játékos fejlesztés egyéni módszerrel tanulás, magartartási problémákra, nevelési tanácsadás. 06/20-596-3394.

ANGOL nyelvviszágára felkészítés, korrepetálás a Fodor utcában tapasztalt nyelvtanárál. Tel.: 355-1255, 06/30-611-8340.

VEGYES

BÉLYEG, régi képeslap, pénz, kitüntetés, papírrégiség. Vétel-eladás. Marnitz bélyegüzlet. Bp. XII., Nagyenyed u. 9. Tel.: 213-9230, a Déli pályaudvarnál.

RÉGISÉG

DÍJTALAN LAKÁSKÍRÍTÉSEL vásárolók mindentelre régi dolgot, konyha- és spejzartozékokat, festményt, bútort, romos székeket, ezüstöt. Elromlott háztartási gépeit. Pl.: mosógép, centrifuga, hűtő. 291-3101, 06/30-347-7713. Szellő János.

KELETI SZÖNYEG- ÉS MŰTÁRGYBECSÜS vásárol régi keleti szőnyegeket és műtárgyakat sérült állapotban is. Kiszállítás díjtalan. Tel.: 06/30-456-3938.

RÉGI tárgyakat, ékszert, búzort, hagyatékot vásárolunk. Üzlet: Régi Bolt, Csörös utca 15. A TF-pályákkal szemben. 06/30-545-1346, 06/20-553-0980.

JOZEF ANTIKIVITÁS: Moszkva téri 3. sz. alatti üzletben készpénzért vásárolok antik bútorokat, festményeket, órákat, csillárokat, ezüst-bronz-porcelán dísz tárgyakat, ezimnázás Zsolnayt és teljes hagyatékot. Kiszállítás díjtalan. 06/20-324-2703.

AZONNALI KÉSZPÉNZI Almássy Katalin vásárol készpénzért! Bútorokat, tálalószekrényt, festményeket, órákat, dísz tárgyakat, porcelánokat, könyveket, hangszereket, csillárokat, szőrméket, csipkét, búzort, borostyánt, írógépet, kitüntetés, régi pénzt, hagyatékot, díjtalan kiszállással! Hétfégen is. 06/30-308-9148.

ARANY-EZÜST vétele a legjobb napi áron! Herendi porcelán, hagyatékot készpénzért vásárolok. Margit krt. 51-53. Tel.: 316-3651. Kérem, tekintse meg honlapunkat: louisgaléria.hu, vagy jöjjen el hozzánk!

MINDENMÉ régiséget vásárolok díjtalan kiszállással, értékeléssel. 06/30-973-4949, 466-8321.

KÁRPÁTI VIKTÓRIA kastélyok, színházak részére is készpénzért vásárol könyveket, bútorokat, festményeket, dísz tárgyakat, ezüstnemet, órákat, ruhaneműt, teljes hagyatékot, és hétfégen is hívható. 06/70-651-1028.

PAPÍR- és fémpénzt, bélyeget, képeslapot, papírrégiséget, régiségeket vásárolunk és árverésre átveszünk. VI., Andrássy út 16. 266-4154, 317-4757. Nyitva: H-Sz.: 10-17, Cs.: 10-19.

KERÜLETILAKÁSON berendezésre vásárolok antik festményeket, régi bútorokat, porcelán, ezüst-, bronz-, dísz tárgyakat, részemre ékszereket, búzort. 06/1-201-6799, 06/30-902-0304.

KIMAGASLOAN értékes festményt, gyűjteményt venne ügyvédselád magánsemélyről. 06/30-822-8050.

HAGYATEKOT, ingóságokat, könyveket, fémpénzeket, bélyegeket vásárolok készpénzért a saját részemre! Lőrincz Péter, 06/70-383-5004.

EGÉSZSÉG/SZÉPSÉG

LÉZERTERÁPIA, reumatológia, akupunktúra, fogyszállás, szénaátha, gerincferdülés, csonttrikulálás, csípő- és térdkopás kezelése, fejfájásellátás, lumbágógyógyászat, izomterápiás vizsgálatok. Arcrevitalizálás biomaszázzsal. teledoktor.hu 368-6349, 06/20-968-6886.

FOGSOROK, hidak készítése, javítása soron kívül. Fogszabályozó, fogfehéritő. Mozgáskorlátozottakhoz házhoz megyünk! Hétfégen ügyel. Fogászati háttér biztosított. Tóthné Hívös Katalin fogtechnikus mester. 1013 Budapest, Krisztina krt. 51., fszt. Mobiltelefon: 06/30-222-3016.

CSONTKOVÁCS-akupresször Szilágyi Erzsébet faszor 51. alt. Idegcsípődések, izületi blokkok, lumbágó-izász megszüntetése. Térdblokkok, gerincsrévek, szédülések műtét nélkül, eredményes gyógyítás. Fülakupunktúráss fogókúra. Dr. Garzó Péter természetgyógyász, 06/30-945-8477. www.drgarzo.segitek.hu

GYÓGYMASSÁZS: 06/20-515-3370.

GYÓGYPEDIKÚR, KOSZMETIKA (szempilla-, szemöldökfestés, gyantázás, arcmasszázs) otthonában. Hétfégen is. Tel.: 06/30-206-4801.

ÁLLÁS

XII. KERÜLETI, Márvány utcai Duna House ingatlanrodánkba ingatlanértékesítő munkatársakat keresünk. Pályakezdező jelentkezését várjuk! Fényképes önéletrajzokat a mezcs.peter@dh.hu címre várjuk.

IDŐSEK és betegek otthoni gondozását és ápolását vállalja I. ker.-ben lakó, szakképzett nővér. T.: 06/20-365-2455.

MINŐSÉGI vasalást, takarítást, ügyintéztést, orvoshoz, programokra kísértés vállal diplomás nő. 06/20-596-3394.

GYERMEKFELÜGYELETET, EGYÉNI FEJLESZTÉST (idősgondozást is) vállal évtizedes gyakorlattal rendelkező babsitter. Sérült gyermekkel is nagy tapasztalattal. Egyéni fejlesztésre, jelelésre is felkészült. Elsősorban 8-15 óra között! Tel.: 06/30-474-8158.

ORVOSHOSZ kísértés, ügyintéztést, bevérszállást, kisebb házimunkát vállalok, napi néhány órában is, németországi tapasztalattal. Leinformálható. Tel.: 06/30-941-6196.

BUDAPESTI INGATLANKÖZVETÍTŐ Kft. munkatársakat keres! Érdeklődni: 06/70-383-5004. Fényképes önéletrajzát az ibp@ibp.hu e-mail-re várjuk!

Tapasztalt, autóval rendelkező BABYSITTER gyermekgondozást vállal. **06/30-822-3276**

MODELLÉZŐ VARRÓNÓT keresek Bösöröki ményei úti szalonomban. Takács Zsuzsa: 225-1150, 06/30-682-1675.

ingatlanROBOT.hu ingyenes hirdető portál

A GDN ingatlanhálózat értékesítőket keres magas jutalékkal. koztolanyi@gdn-ingatlan.hu

BUDA ingatlanrodánkba keresünk tapasztalattal rendelkező értékesítőket bejelentett munkakörbe! 06/70-681-4500.

TÁRSKERESŐ

69 ÉVES, 163 cm-es férfi keresi hozzá illő hölgyt. T.: 06/70-508-6006.

KÖNYV

VÁROSFAL ANTIKIVÁRIUM vásárol készpénzért könyveket, könyvtárat, hanglemezeket, DVD-t, vitrintárgyakat, plakátot, apró nyomtatványt, hagyatékot. Díjtalan kiszállás. Tel.: 332-0243, 06/20-922-0001.

MEGUNT, kidobásra szánt könyveit boldogan elszállítom. Nem vagyok kereskedő. 06/20-956-4084.

SHRI MATAJI NIRMALA DEVI (1923–2011) által alapított ingyenes **SAHAJA JÓGA** kezdő kurzus indul Budapesten **SZEPTEMBER 20-TÓL,** minden **SZOMBATON 17-19 ÓRA** között.
Helyszín: Kulturális Szalon,
1126 Budapest, Böszörményi út 34/a.
Jelentkezés: <http://www.onmegvalosulas.hu>

MALIBU SZÉPSÉGSZALON
facebook.hu/malibuszalon
Tel.: 06/30-372-4665
1126 Budapest, Beethoven utca 7.
- az udvarban.
♦ Fodrászat ♦ Kosmetika ♦ Manikűr
♦ Pedikűr ♦ Műköröm ♦ Masszázs
♦ 3D szempillahosszabbítás
♦ Sminktetoválás ♦ Flabélos

Diametrus Diametrus Kutató, fejlesztő, Szolgáltató Kft.
Kéménybélelés FuranFlex technológiával, bontás nélkül, elhúzásos kéményekben is. Gyújtókémények bélelésére is a legalkalmasabb. Zárt égésterű készülékek kéményét is elkészítjük. Gázkészülék csere, komplett fűtőkorszerűsítés. Ingyenes helyszíni felmérés.
www.diametrus.hu
tel: 464 5881
464 5812
fax: 464 5882
Bp. XI., Budafoki út 183.

KEMPINGFELSZERELÉSEK szaküzlete
CAMPINGAZ ENGEL bemutatóterem képviselet
Gázfűtők - Gázlámpák - Gázos grillék
Tartozékok - Palackok
Mobil WC és tartozékai
Engel, Campingaz, Wacoo hűtőboxok
Gázos Dometic hűtőboxok
Bp., XVII. Pesti út 237.
Tel.: 06 30 488 7179
www.campingshop.hu

HIRDETÉSFELVÉTEL A HEGYVIDÉK SZERKESZTŐSÉGÉBEN:
H-SZ-CS 9.00-16.00,
P 9.00-12.00.
KEDD SZÜNNAP!

Magas szakmai színvonalon, családias környezetben, személyre szabott ellátással, professzionális kiszolgálással várjuk ügyfeleinket az alábbi szakrendeléseken:

1. ALLERGOLÓGIA	7. FELNŐTT ÉS GYERMEK FÜLL-ORR-GÉGÉSZLET	12. NŐGYÓGYÁSZAT
2. ANYAJEGY KIMETSZÉSEK	8. FOGLALKOZÁS-EGÉSZSÉGÜGY	13. REUMATOLÓGIA
3. BELGYÓGYÁSZAT	9. KARDIOLÓGIA	14. SPORTORVOSLÁS
4. BŐRGYÓGYÁSZAT	10. KLINIKAI ONKOLÓGIA	15. ULTRAHAHANG DIAGNOSZTIKA
5. CSECSEMŐ ÉS GYERMEKGYÓGYÁSZAT	11. LABORVIZSGÁLATOK, VÉRVETEL	16. UROLÓGIA
6. DIABETOLÓGIA		17. SZEMÉSZET

XII. kerületi lakosoknak **12% kedvezmény** a szakorvosi vizsgálatok díjából a hirdetés felmutatójának.

FŐNIX MEDICAL CENTER
1112 Budapest, Sasadi út 184.
telefon: +36 1 200 7931 +36 30 835 8620
www.fonixmedicalcenter.hu

Én a Vitalitásban hiszek!
A minőség mindenképpen felett!
vitalitasfogaszat.hu
1026 Budapest, Szilágyi E. faszor 105.
FOGÁSZATI NYÍLT NAP
új páciensek számára
2014. október 17 - 18.
ingyenes konzultáció és röntgen
fogászati ajándécsomag
20% kedvezmény a nyílt napon megállapodott kezelésekre
INFORMÁCIÓ/ BEJELENTKEZÉS:
tel.: 225-3121
pasaret@vitalitasfogaszat.hu

Katus Attila
hatszoros világ- és kétszeres Európa aerobic bajnok, életmód szakértő ajánlásával

AKTÍV ŐSZI PROGRAMOK HEGYVIDÉK



ÚSZÁS
Szeptember 21-től!
Vasárnap 8.00–12.30.
Testnevelési Egyetem – uszoda (XII., Alkotás utca 44.).
Belépés 12.30-ig, csak XII. kerületi lakcímkártyával! Négy év alatti gyerekek ebben az időpontban nem használhatják az uszodát!



AEROBIK
Szeptember 15-től!
Foglalkozásokat csak iskolaidőben tartanak, iskolaszünetekben nem!
Hétfő 17.30–18.30 Jókai Mór iskola (XII., Diana utca 4.), 19.30–20.30 Tamási Áron iskola (XII., Mártonhegyi út 34.).
Szerda 18.00–19.00 és 19.00–20.00 Jókai Mór iskola (XII., Diana utca 4.), 18.30–19.30 Tamási Áron iskola (XII., Mártonhegyi út 34.).
Péntek 17.00–18.00 Arany János iskola (XII., Meredek utca 1.).



KÍMÉLŐTORNA
Szeptember 15-től!
Foglalkozásokat csak iskolaidőben tartanak, iskolaszünetekben nem!
Hétfő 18.30–19.30 Tamási Áron iskola (XII., Mártonhegyi út 34.), 18.30–19.30 Jókai Mór iskola (XII., Diana utca 4.).
Kedd 18.00–19.00 Tamási Áron iskola (XII., Mártonhegyi út 34.), 18.00–19.00 Zugligeri Általános Iskola (XII., Zugligeri út 113.).
Szerda 17.30–18.30 Tamási Áron iskola (XII., Mártonhegyi út 34.).
Péntek 16.00–17.00 Arany János iskola (XII., Meredek utca 1.).



SIÓKTATÁS
Október 1-jétől!
Vasárnap 13.00–14.00.
Fogarasi Síiskola (Piarista sporttelep – XII., Költő utca 38.).
Előzetes bejelentkezés: Fogarasi Orsolya, 06/30-931-06-15.



NORDIC WALKING
Vasárnap 14.00–15.00.
Fogarasi Síiskola (Piarista sporttelep – XII., Költő utca 38.).
Előzetes bejelentkezés: Fogarasi Orsolya, 06/30-931-06-15.



„LÉPELŐNY” FUTÓKLUB
Vasárnap 15.00–16.00.
Fogarasi Síiskola (Piarista sporttelep – XII., Költő utca 38.).
Futás, illetve kocogás szakavatott edző segítségével, tanácsadással. Edzetségi állapot felmérése, személyes edzésterv készítése.
Előzetes bejelentkezés: Fogarasi Orsolya, 06/30-931-06-15.



TERMÉSZETJÁRÓ TÚRA
Október 4.: Börzsöny-hegység. Túravezető: Sütő-Nagy István. Találkozó: 745 Nyugati pályaudvar, pénztárcsarnok. Indulás: 8.07-kor Szob felé, retúrjegy Kismarosig, tovább erdei vasúttal.
Útvonal: Királyrét-Taxi-nyiladék-Grofi út-Magas-taxi turistaház-Vasfadék-völgy-Királyrét.
Táv-szint: 13 km, ±450 m. Érkezés: kb. 17.00 órára Budapestre. Költség: 2600 Ft.
Túravezetők: Sütő-Nagy István (202-7849, 06/30-934-6968), Arday Lajosné (356-0073).
Szakosztályi klubest: minden hónap harmadik szerdáján 18.30-kor a Virányos Közösségi Házban. Figyelem! A menetrendek változhatnak, ennek megfelelően az utazások időpontjai módosulhatnak. A változások a szabadsagvador.fw.hu honlapon jelennek meg.



KERÉKPÁROS TÚRÁK
A pontos útvonalról és időpontról Pál László ad felvilágosítást. Az adott hétvége programjáról csütörtöktől érdemes érdeklődni. Jelentkezés, további információk: 06/70-212-5555, pallaszlo@freemail.hu.



NORDIC WALKING A VÁROSMAJORBAN
Szerda 16.30–17.30, péntek 17.30–18.30.
Szükséges felszerelés: időjárásnak megfelelő sportruházat, gyalogláshoz kényelmes sportcipő. A botokat a szervezők biztosítják. További információk: Schwarz Mária, 06-30-961-7731.



MOZGÁS EGYTEME
Különböző típusú fitness-, aerobikórák.
Szeptember 9-től!
Kedd 20.00–21.00.
Testnevelési Egyetem – atlétikacsarnok (XII., Alkotás utca 44.).
Programvezető: Katus Tamás egyetemi adjunktus, a TFSE aerobik-szakosztályának vezetője.
Oktatók: a torna-rg-tánc-aerobik táncok oktatói és a TFSE edzői, versenyzői.
Belépés: csak XII. kerületi lakcímkártyával!



SÍELÉS
Minden páros hét szerdáján 19.00–20.00.
Nanook Síiskola (MOM Sport – XII., Csörz utca 14–16.).
Előzetes bejelentkezés szükséges: Pásztor Zsófia, 06/20-626-6654.

A programok – a többnapos túrák (szállás, étkezés, utazási díjak) kivételével – a hegyvidéki polgárok számára ingyenesek. A részletes programot keresés a www.hegyvideksport.hu honlapon és lapunkban. További információk: Hegyvidéki Szabadidő-sport Kft., XII., Városmajor utca 29. Lódy Katalin sportszervező, programfelelős – lody.katalin@hegyvideksport.hu, 06/70-442-2135.

Még mindig aktív edzőlegenda

„Az életemben minden véletlen volt!” – mondta lapunknak a magyar röplabda „nagyasszonya”, dr. Kotsis Attiláné Kincsesy Gabriella, aki parancsszóra kezdett el röplabdázni. Játékosként vb- és Eb-hatodik, edzőként olimpiai és világbajnoki negyedik helyig vezérelte csapatát, 2010-ben pedig bekerült a sportági Hírességek Csarnokába. Nyolcvanhat évesen is dolgozik: a Tamási Áron iskolában hegyvidéki diáklányokat edz.

■ 1948-ban kezdett el röplabdázni, ha jól tudom, nem önszántából...

– Kifejezetten utáltam! A háború befejezése után száztíz nő toboroztak a rendőrség megalakuló női századába. Szükség volt egy sporttisztre, s mivel akkor már sportoltam, atletizáltam és kosárlabdáztam, azt gondolták, trénernek is jó leszek. Prohászka Laci ekkoriban válogatta össze az első magyar női röplabdacsapatot. A főnökömnek mondták a szervezők, hogy nekik a sporttiszttanárnő kell, vagyis én. Tudomásukra juttattam, hogy nem akarom vállalni a feladatot, hiszen azt sem tudtam, mi az a röplabda... Végül az őrnagy elvtársától parancsba kaptam, hogy kötelező kimennem a mérkőzésekre. A Szlovákiából ide áttelepült csapatba kerültem be. A pályán lökdöttek, nem igazán tudtam, mit kell csinálnom. Mondták, hogy ne törődjek semmivel, csak üssem le a labdát.

■ Hogyan lett edző?

– Az életemben minden véletlen volt! A Ganzban játszottam és edzősködtem. Persze, papíron más volt a tréner. Majd társadalmi munkában – fizetést nem kaptam – a női ifi válogatott edzője is lettem. Az eredményes munkámat elismerve elvittek a moszkvai vb-re a felnőtt női válogatottal. A csapat kiesése után nem tértem vissza azonnal. Maradhattam – jutalomból –, hogy figyeljem a meccseket. Ott láttam először jászani a japánokat, tőlük rengeteget „loptam”. Adekvát gyors játékot játszottak, így tudták kicselezni a magas ellenfelet, illetve alkarérintéssel kezelték a labdát. Idehaza ekkor még csak felütések voltak, ezt a technikát én hoztam be Magyarországra. Mindig nyitott szemmel jártam. A sikereinket is ennek köszönhetjük, hiszen nálunk nincsenek magas lányok, a technikára nagyon nagy hangsúlyt kell helyezni. Ha valamit elvállalok, azt jól akarom csinálni. Ez akkor sem volt másképp. Tisztában voltam a hiányosságaimmal, a pszichológia szakot is ezért végeztem el. A csapatomban egységes szellem uralkodott, kivétel nélkül követelményrendszerrel. A trükkök és a kombinációk miatt szerettem bele a sportágba. A mérkőzéseken az első szettben nem is néztem a saját embereimet, csak az ellenfelet. Amikor időt kér-

tem, már pontosan tudtam, milyen tanácsokat kell adnom: hogy mit nem szabad csinálnunk, s mik a vetélytárs gyenge pontjai.

■ A második és a harmadik olimpiája között felállt a kispadról, pontosabban, fel kellett állnia...

előtt elkezdtek „billegni” az eredmények, így visszahívtak. Negyedik lettünk; nem volt megfelelő a felkészülés a másik edzővel, hiszen a lányok a megelőző sok évben megszokták az én stílusomat, elvárásaimat.

■ Milyen stílus van?



Dr. Kotsis Attiláné elvárja, hogy minden tanítványa a tudása legjavát nyújtsa

– Ez azért volt, mert egy új, kevésbé tapasztalt játékosok akartak kiküldeni az olimpiára. Megkértem, hogy készítsek egy szakmai beadványt, amiben leírom, hogy magasztani akarom a csapatot, ezért változtatok a kereten. Mondtam, hogy ezt nem adom írásba... Aztán közölték – a pontszerző olimpiai helyezést után –, hogy nem kellek a továbbiakban, magyarul, kirúgtak.

■ Van önben harag?

– Nincs. A moszkvai olimpia

– Elvárom, hogy mindenki a tudása maximumát adja, segítse a másikat, ne a szájával, hanem a tetteivel. Aki többet tud, az legyen le többet. A női lélek rejtelmeit nem értik a férfi edzők... Még most is összejárok az „öreg tyúkjammal”, és a mai napig mondják, azt szerették bennem, hogy követtem és igazságos voltam. Soha nem kivételeztem senkivel.

■ A női röplabda-edzősködés úttörőjeként és a sporttudományok doktoraként 2010-ben be-

választották az egyesült államokbeli Holyoke-ban található Hall of Fame-be, azaz a sportági Hírességek Csarnokába. Ezzel hivatalosan is legendává avatták...

– Ez hatalmas megtiszteltetés! A mai napig én vagyok a világon az egyetlen női edző, aki háromszor is olimpiára vitte a csapatát. Ez azért is különleges dolog, mert a trénernek többsége egy-egy olimpiai siker után országot vált.

■ Önben nem fogalmazódott meg a gondolat, hogy külföldön jobb lenne?

– Senki sem próféta a saját hazájában. Hívtak, de nem mentem. Szeretek itt élni.

■ Nyolcvanhat évesen is aktív edző: a Tamási Áron iskolában hegyvidéki diáklányokat tanít röplabdázni. Nemrég jöttek haza Bécsből a World Sports Festivalról, ahol szintén eredményesen szerepeltek. Véletlenül találta meg a röplabda, az elején – ahogy fogalmazott – utálta, aztán mégiscsak egy életet tartó szerelem lett belőle.

– Ez így igaz. Már hobbiból edzősködöm, öregségemre is sikerültem, ez a mai napig mondják, azt szerették bennem, hogy követtem és igazságos voltam. Soha nem kivételeztem senkivel.

Bousebaa Mimi

Ifjúsági olimpiát nyert a hegyvidéki sportlövő



Péni István

Nagyszerűen szerepelt a kínai Nanjingban megrendezett második ifjúsági olimpián Péni István. A Városmajori Gimnázium 11.-es tanulója egyéniben a harmadik helyen végzett, míg párosban olimpiai bajnoki címet szerzett. A hegyvidéki diák gőzerővel készül a 2016-os, rioi őrtkarikás játékokra, célja, hogy egyszer a felnőttek között is a dobogó tetején álljon olimpián.

■ A sportlövészet nem tartozik a „slágersportágak” közé, miért épp ezt választottad?

– A családban mindenki sportol, én a tornával kezdtem háromévesen, majd jött a foci a Pénygyőrből és a KISE-ben. Mivel a szüleim is sportlövők voltak, amikor elértem azt a kort, hogy elbírtam a légpuskát,

azonnal mentem a lövészetbe.

■ Talán nem mindenki tudja, mit csinál pontosan a sportlövő, hogyan zajlik egy verseny.

– Tizenöt perc próbálással kezdünk, a fegyvert a pálya viszonyaihoz igazítjuk, majd kezdődik az értékelés. Hatvan lövés kell leadnunk, amire hetvenöt perc áll rendelkezésre. A negyvenöt milliméter átmérőjű céltábla tíz méterre van a lövőtől, a tízes találat hattized milliméter átmérőjű, és még ezt a „pöttyő” is tíz részre osztják. Így a legjobb lövő a 10,9. Éppen ezért a lövések alatt teljes koncentrációra van szükség, nem lehet hibázni.

■ Nemrég jöttél haza Kinából, ahol fantasztikus eredményt ért el, hiszen egy bronzérem mellett csapatban ifjúsági olimpiai bajnoki címet szereztél. Melyik eredmény áll közelebb a szívedhez?

– Természetesen mindkettőre büszke vagyok! Egyéniben éremesélyesként indultam, de így is hatalmas siker a harmadik helyezés. A lövészetben nagyon számít a pillanatnyi forma, bárkinnek lehet jó vagy rossz napja, biztos éremszerzéssel nem lehet számolni. A másik versenyszám viszont most először került fel az olimpia műsorára, úgyhogy az eredmény kicsit sporttörténelmi is, és ugyebár arany, szóval annak talán job-

ban örülök. Egyébként az alapversenyben elért eredményem, ami az egész mezőnyben a legjobb volt, egyben új országos csúcs is.

■ Mikor érezted, hogy valami nagy dolog készülődik?

– A döntőbe kerülésben szinte biztos voltam, de a finálé már szerencsejáték, s ha valaki az elején hibázik, akkor szinte biztosan nem tudja behozni a hátrányát. Ezenkívül ilyenkor – szemben az alapversenyyel – a nézők hangosan biztatják a lövőket, ütemesen tapsolnak, egy-egy jó vagy rossz lövésnél hangosan örvendeznek vagy sziszegnek. Ilyen körülmények között nem egyszerű maximálisan koncentrálni, ráadásul nagyon izgultam, hiszen tudtam, hogy az egész magyar csapat ér-

met vár tőlem. Ezért is örülök annyira, hogy sikerült megoldanom a feladatot.

■ Milyen érzés olimpián a dobogón állni, hallgatni a himnuszot?

– Fantasztikus, leírhatatlan! Az eredményhirdetésre nagy figyelmet fordítottak a szervezők, tényleg szép volt. A ceremónia után alig lehetett elszabadulni, mivel az összes néző közös képet szeretett volna készíteni az érmeikkel... Már a kijutás is nagy siker volt, hiszen erre egyetlen lehetőségünk nyílt, az idei Európa-bajnokságon. Csupán hat kvótát osztottak ki, szerencsére ezt a versenyt sikerült megnyernem.

■ Hogyan tudod összeegyeztetni a tanulást és a sportot?

– Az iskolából sajnos rengete-

get hiányozom, most kénytelen vagyok magántanulóként folytatni a tanulmányaimat. Kezdődik a kvalifikációs időszak a rioi olimpiára, ami sokkal több edzőtáborozást, versenyt jelent. A sport rengeteg lemondással jár, de szeretem csinálni, ez az életem. Az ősszel elkezdtek reggelente is edzeni, tehát még kevesebb lesz az időm, de remélem, sikerül jó bizonyítvánnyal zárni a 2015-ös évet.

■ Azt szokták mondani, az eredmények köteleznek: mit szólnál egy felnőtt olimpiai bajnoki címhez?

– Ez az álomom, a célom, ezért dolgozom. Bizom benne, hogy már Rio-ban sikerül az élcsoportban végezniem.

Knp.



A magyar csapat kitűnően szerepelt, a nyolcadik helyen végzett az összesített éremtáblázaton