



Világ világossága, ünnepek ünnepe: karácsony

Ünnepeink sorában vitathatatlanul a legnépszerűbb, legkedveltebb a szeretet, a béke és a család ünnepe, Jézus Krisztus születésének napja. Szemben más, az utóbbi évtizedekben elhalványult jelentőségű ünnepekkel, a karácsony mondanivalója úgyszólván mindenben visszhangot kelt, szokásrendszerét a magyar társadalom legszélesebb rétegei manapság is gyakorolják, sőt időről időre gazdagítják is.

A karácsony, hasonlóan a legfőbb vallási ünnepekhez, kétnapos: december 25-re és 26-ra esik, ám az ünnep fénypontja a 24-i karácsonyeste, vagy szentes-te. Ugyanakkor mind a karácsonyi népszokások, mind a keresztény kalendárium, de még a modernbb szokások is a két napnál hosszabb ünnepi időszakhoz kapcsolódnak. A keresztény egyházak naptárai karácsonyi ünnepkörről szólnak, ami advent első vasárnapján kezdődik, és a karácsonyi napokon kívül magában foglalja az aprószentek ünnepét (december 28.), szilveszter és újév napját valamint vízkeresztet (január 6.), sőt bizonyos karácsonyi szokásokat figyelembe véve egészen

Gyertyaszentelő Boldogasszony ünnepéig (február 2.) is eltart. Ugyanakkor beszélhetünk nyolc- vagy tizenkét napos periódusokról is; karácsonyi idő alatt vallási és néprajzi szempontból általában a karácsonyestétől karácsony nyolcadáig, azaz újévig, vagy tizenkettőig, vízkeresztig tartó időszakot értjük.

A KARÁCSONY EREDETE ÉS KIALAKULÁSA

A SZÓ EREDETE

A magyar karácsony szó eredetéről számos elképzelés kering, a latin *incarnatio* (megtestesülés), a magyar *kereszen* (súlyom) éppúgy szerepel ezek között, mint az albán *karacun* (rönk, tuskó). Valójában az ószláv *korc*, *korcun* (lépő, átlépő) szóból származik, bolgár közvetítéssel, ami – az európai nyelvek jó részétől eltérően – nem a keresztény hagyományra, hanem a téli napfordulóra utal. A szláv nyelvek sem ezzel a szóval jelölik a karácsonyt, ám nyelvújrási szinten több szláv nyelvben is megőrződött különböző származékaiként valamiként kapcsolatban állnak a karácsonnyal. Felfedez-



ÓKORI ELŐZMÉNYEK

Az ünnep eredete jóval a kereszténység megelőző időkre nyúlik vissza, meghatározó motívuma a téli napforduló. A december 25-i időpont ugyan nem esik egybe a december 21-i tényleges napfordulóval, ám a pontos napárak megszületése előtti időkben el kellett telnie néhány napnak, amíg szabad szemmel is érzékelhetővé vált a napfordulat.

A téli napforduló magyarázatot ad az ősi ünnep kettős arcúlatára – amelynek emlékeit ma már csak bizonyos népszokások őrzik. Egyfelől a legsötétebb napok a pusztulást, az ártó szellemek eljövételét, az év megromlásának időszakát jelentik, másfelől a fény újbóli növekedése a természet újjászületésének, az életnek az ígérését hozza. Éppen ezért eredetileg sok helyütt – majd a középkori Európa egyes részein, így Magyarországon ismét – a téli napfordulót követő ünnep *évekezdő ünnepnek* számított, az ilyen alkalmak számos sajátosságával. *Az egyházi év kezdete ma is a karácsonyi ünnepkör első napja, advent első vasárnapja.*

(Folytatás a 10. oldalon)

hető az „év végi nap”, „téli napforduló”, „karácsonyi kalács” jelentés, de több baljós kifejezés is, például: „végóra”, „hirtelen halál”, „pusztulás” stb. Nem vé-

letlen, hogy a magyar népi hiedelemvilágban is a karácsony-környéki napok gonoszszűzéssel, varázslatokkal álltak kapcsolatban, hiszen ekkor a leghosszab-

bak az éjszakák; ez az esztendő legsötétebb időszaka. Néhol a népnyelv nagykarácsonynak is hívja, megkülönböztetve a kis-karácsonynak nevezett újévtől.

A Hegyvidéken járt Joulupukki, az igazi Mikulás



Joulupukki egyenesen Lappföldről érkezett ide, és sok százan várták, hogy a fülébe súghassák kívánságaikat

A Mikulás létezik! Bizonyítékunk van rá, ugyanis a MOM Sportban személyesen is találkoztunk vele, Joulupukki, aki egyenesen Lappföldről utazott el hozzánk. Kicsik és nagyobbak még közös fotót is készíthettek az igazi Mikulással, aki lapunknak elárulta, mennyire elégedett a hegyvidéki gyerekek viselkedésével.

December 6-án reggel minden jó gyerek megtalálta az ajándékát, amit az éj leple alatt a Mikulás a kitisztított csizmáscákba rejtett. Ám az idén egy még nagyobb meglepetés várta őket: a MOM Sport műfüves pályáján személyesen is megismerhették Joulupukkit, az igazi Mikulást! A felejthetetlen találkozásán a kicsik, azon túl, hogy megsúghatták neki kívánságaikat, közös fotót is készíthettek.

„Nagyon aranyos volt a Tél-apó, jó volt vele találkozni, már régóta meg akartam ismerni. Én mindig hittem benne, de az ovis társaim között vannak olyanok,

akik szerint igazából csak a felnőttek hozzák az ajándékot. Pedig itt van, tényleg létezik a Mikulás!” – magyarázta boldogan az öt éves Zselyke, aki testvéreivel együtt állt Joulupukki mellé.

Akadnak olyan szülők, akik lelkesedésben még a gyerekeket is felülmúlták... Sorban állás közben az alábbi beszélgetés fültanúi voltak.

– Odanézz! Hú, a mindenit, mekkora szakáll! És ő az igazi! Figyelj, ha odaérünk, én ültetek bele az ölébe. Remélem, kezet foghatok vele! – mondta fiának a negyvenéves forma apuka.

– Jaj, apa! Csak a gyerekekkel fog kezet, te meg már felnőt vagy. Elég ciki, ha beleültetsz az ölébe... Már nem vagyok olyan kicsi – válaszolta a tíz év körüli kislány.

– Azzal ne törődj! És egyébként is, annyi idős az ember, amennyinek érzi magát. Márpedig én fiatalnak érzem magam – jött a bölcs replika.

– Apa, már bocs, hogy ezt mondom, de kopaszodó, ráncos gyereket én még nem láttam... – zárta rövidre a vitát a csemete.

Persze, minket is hajtott a kíváncsiság, hogyan végződik a történet. Az apuka pontosan úgy tett, ahogy eltervezte. Fiát beleültette a Mikulás ölébe, majd gyermeki csodálattal az arcán kezet fogott Joulupukki-val.

A különleges program során a gyerekek interaktív koncerten mutathatták meg, miben tehetségesek, pónit simogathattak, szaloncukrot majszolhattak, sőt a MOM Sport jóvoltából átvehették a Mikulás ajándékait is.

„Reggel a csizmámban matricák voltak, és rengeteg csoki. Most még kaptam egy micimackós kulacsot és almát is. Ebben a kulacsban viszek majd teát az iskolába! De a legjobb az volt, hogy találkozhattam a Mikulással. Anyu lefénnyképezte, ahogy kezet fogok vele!” – mesélte a nyolcéves Merse, aki büszkén hozzátette, hogy az idén nem kapott virgácsot.

A rendezvény hatalmas sikert aratott, a MOM Sport műfüves pályáját ellepő látogatók száma a kétezeret is elérte, ám a jó szervezésnek és az önkormányzat segítségével köszönhetően problé-

mamentesen zajlott az emberek ki- és beengedése.

„Nagy örömmel csatlakoztunk a MOM Sport rendkívüli eseményéhez. A kerületi iskolákat, óvodákat már egy hónappal ezelőtt értesítettük a jó hírről, hogy milyen fantasztikus élményben lehet részük. A Mikulás látogatása életre szóló emlékekkel gazdagította azokat, akik eljöttek” – mondta Gilicze Zoltán, az önkormányzat oktatási és köznevelési irodájának vezetője.

„Nem szeretném elárulni a szakmai titkot, hogyan sikerült elhívunk a Mikulást, de nagyon örülünk, hogy ellátogattak hozzánk. A gyerekeken látszik, milyen jól érzik magukat” – tette hozzá Talabér Tibor, a MOM Sport igazgatóhelyettese.

Pár szó erejéig sikerült beszélgetnünk a Szentendrre siető Joulupukki-val, így a többi között megkérdezhettük tőle, mennyire elégedett a hegyvidéki gyerekek viselkedésével.

„Csodálatosan éreztem itt magam! Nagy öröm volt számomra, hogy ilyen sokan voltak, és persze az is, hogy a kicsik nem féltek tőlem, bátran ide mertek jönni hozzám, kezet fogtak velem. A hegyvidéki gyerekek nem rosszabbak, mint tavaly, sőt, kifejezetten jók voltak. Persze, mindig lehet jobbnak lenni, és kell is – mondta a Mikulás, aki megkérte, hogy mindenképpen írjuk meg a tinédzserket nevelő szülőknek szóló üzenetét. – Ahogy kamaszodnak, egyre nehezebb velük, hiszen már nem olyanok, mint kicsinek. De én tudom, hogy ők még mindig nagyon jó gyerekek!”

Miután megígértem, hogy teljesítem a kívánságát, a szemembe nézett, kezet fogott velem, és hálás mosollyal az arcán magyarul mondta: „Nagyon szépen köszönöm!”

Boussebaa Mimi

Advent a Szalon Egyetemen

Új helyre költözhet a Kulturális Szalon

A Szalon Egyetem évzáró rendezvényére ismét megtelt a Kulturális Szalon. Luca-napi műsorukat mutatták be az Orbánhegyi Óvodába járó gyerekek, míg Verőcei Gábor farkasréti plébános az advent jelentéséről tartott előadást. Az ünnepi gondolatokat követően Kovács Lajos alpolgármester összegezte a közösségi tér elmúlt évét.

„Nagy dolog, hogy az évekkel ezelőtt megálmodott Kulturális Szalon létrejött, és az indulása óta folyamatosan fejlődik” – hangsúlyozta az alpolgármester, és köszönetet mondott mindazoknak, akik sokat dolgoztak az intézmény gazdag programkínálatának megvalósításáért. Hozzáteszte: azáltal, hogy sokszor a résztvevőköl lesznek az előadók és kial-

lító, összetartó, családias közönség fejlődött ki.

„A nagy népszerűségnek örvendő Kulturális Szalon, úgy tűnik, kinőtte jelenlegi helyiségét, ezért az önkormányzat új épületet alakítana ki az intézmény számára a közeli Törpe utcában” – jelentette be az alpolgármester. Amennyiben az anyagi lehetőségeik engedik, már jövőre elkezdene az új hely kialakítását, ami 2016-ra készülhetne el. A cél, hogy modern, kényelmesebb körülmények között több ember látogasson el a Kulturális Szalon rendezvényeire, arra törekednek azonban, hogy ezek a későbbiekben is megőrizze családias hangulatukat.

d.



Luca-napi műsort adtak elő az Orbánhegyi Óvodába járó gyerekek

Veszélyhelyzet a Normafánál: összefogtak a hegyvidékiek

Rég nem látott pusztítást okozott december elején a fákra ráfagyott ónos eső a Normafánál és környékén. A kármentési munkálatok jelenleg is zajlanak, és még jó ideig eltartanak. Lapunk Pokorni Zoltán polgármester kérésére alább közli a veszélyhelyzettel kapcsolatos többnapos megfeszített munkában részt vevő munkatársak névsorát. Természetesen a lista nem lehet teljes, hiszen sok „névtelen” önkéntes is csatlakozott hozzájuk, és próbált segíteni, ahol szükség volt rá. Mindenkinek köszönet jár áldozatkészségéért!

Ba-Sa Group Kft.: Rostás István gépkocsivezető, szociális étkeztetés, Gremsperger Tamás gépkocsivezető, szociális étkeztetés, Tutor László gépkocsivezető, szociális étkeztetés, Bodrogi Sándor cégvezető, szociális étkeztetés, Rut Balázs cégvezető, szociális étkeztetés.

BRFK: Agócs Zsolt r. ftörm., Alföldi Renátó r. törm., Bakai Máté r. örm., Csala András r. ftörm., Domszky Tamás r. örm., Farkas Tamás r. fhdgy., Gacsályi

Péter r. törm., Menczeles Zoltán r. törm., Mészáros Balázs r. örm., Mladoniczki József r. törm., Mohácsi János r. örm., Molnár Megyer Péter r. örm., Nagy Csaba r. örm., Nagy János r. zls., Nagy Péter r. ftörm., Penczu Máté r. örm., Péter Gabriella r. örm., Rauch Péter r. törm., Rozgonyi Tamás r. törm., Sipos Dávid r. ftörm., Sós János r. ftörm., Szabó Zoltán r. örm., Szanza László Olivér r. örm., Szarka István r. örm., Szeberényi Erik r. törm., Székely László Dávid r. örm., Szélpál Krisztina r. örm., Szepesi Lorand r. örm., Szikszai Tibor r. ftörm., Sziládi Gábor r. örm., Szoboszlay Ákos Tibor r. örm., Szöllösi Szabolcs r. örm., Szűcs László r. örm., Telek Péter r. örm., Tóth Ervin Gyula r. zls., Tóth Zsombor r. zls., Tótkés Rita r. örm., Török Roland r. örm., Török Szabolcs r. örm., Tüskés Lóránd r. ftörm., Vaspöri Zoltán r. örm., Vastag Gábor r. törm., Virágh Csaba r. örm., Vrbovszki Szabolcs r. ftörm., Vukics Norbert r. zls.

ELMŰ: Antal József, Bánfalvi Csaba, Bojtor Balázs Gergely, Bubrovski Tibor, Búzás István, Czabajszi Zoltán, Csürke Attila, Erdélyi Lajos, Faragó György,

Felnőtt háziiorvosi ügyelet: dr. Altenni Mohammed szakorvos, háziiorvosi ügyelet, dr. Erhardt Bernadett szakorvos, háziiorvosi ügyelet, dr. Szénási Pál szakorvos, háziiorvosi ügyelet, dr. Buday Zoltán szakorvos, háziiorvosi ügyelet, Papp Sándorné szakorvos, háziiorvosi ügyelet, Bars Tamás szakorvos, háziiorvosi ügyelet, Buda Péter szakorvos, háziiorvosi ügyelet, Nánay Zoltán szakorvos, háziiorvosi ügyelet, Sárközi Imre szakorvos, háziiorvosi ügyelet, Pál Ede szakorvos, háziiorvosi ügyelet.

FH Gasztró Kft.: Bálint Béla, Csóregi Zsolt, Esztergályos Péter, Horváth Zoltán, Vigh László, Keszi-Molnár József, Kocsis Gábor, Kisa Judit, Kincses Nikolett, Agócs András, Keserű Nóra, Tóth Judit, Nemes Hajnalka, Györi Ede KFKI Üzemeltető Kft. ügyvezető igazgató, Balogh Ádám telekfenntartási csoportvezető.

Fővárosi Önkormányzati Rendészeti Igazgatóság: Kovács Gábor közterület-felügyelő, Bercsa Attila közterület-felügyelő, Gyurenka Jácint közterület-felügyelő, Gombár László közterület-felügyelő, Kovács Ferenc közterület-felügyelő, Marcsó Fe-



A megfagyott ónos eső derékba törte, elpusztította a fákat

katárs, Taliga Norbert műszaki előadó, Wölfi Bertold műszaki előadó, Bauer Zoltán gépkocsivezető.

Green-Arbor Kft.: Boda János, Major Gyula, Menyhért Tamás.

Hágó Kft.: Horváth Sándor, Ignác Róbert, Kiss János, Kobolák László, Kovács László, Metszöly István, Rofrics Imre, Varró László, Veres Csaba, Berkes Szilvia, Fáklya László, Fekete Gyula.

Hegyvidéki Egyesített Gondozási Központ: Bíró Ágnes gondozónő, idősellátás, Balabár Lászlóné gondozónő, idősellátás, Kenyár Zsuzsa szakmai vezető, idősellátás, Daróczi Ilona szakmai vezető, szociális étkeztetés, Nyitrai János gépkocsivezető, idősellátás, Sűrűné Elek Ildikó gondozónő, idősellátás.

Hegyvidéki Mesevár Óvoda: Bátyai Éva óvodavezető, Kissné Fiák Judit óvodavezető-helyettes, Tronovics Mária óvodavezető-helyettes, Bócsi Zsigmondné óvodapedagógus, Bujdosó Ildikó óvodapedagógus, Csonka Eszter óvodapedagógus, Csörgő-Kétszery Csilla óvodapedagógus, Ecsedyné Reisinger Cintia óvodapedagógus, György Mária óvodapedagógus, Hargitai Abaffy Nikolett óvodapedagógus, Hézsó Barbara Virág óvodapedagógus, Kubányiné Ballanger Brigitte óvodapedagógus, Nagyné Pálfi Hajnalka óvodapedagógus, Soltesz Gabriella óvodapedagógus, Szép-Maláricsik Anita óvodapedagógus, Ujjné Tausz Katalin óvodapedagógus, Varju Erika óvodapedagógus, Simon Ágnes óvodapedagógus, Balláné Szabó Csilla gondozónő, Kovácsné Jakab Judit gondozónő, Palotai-Csiki Szilvia gondozónő, Csényiné Timár Mária dajka, Halászi

renc közterület-felügyelő, Kecseti András közterület-felügyelő, Tomis István közterület-felügyelő, Takács Ákos közterület-felügyelő, Tokai Krisztián közterület-felügyelő, Zolna Attila közterület-felügyelő, Szentgróti László közterület-felügyelő, Hajpál Zsolt közterület-felügyelő, Géczy László közterület-felügyelő, Silman Attila közterület-felügyelő, Diós Dóra közterület-felügyelő, K. Szabó Attila közterület-felügyelő.

GESZ: Nővé Katalin igazgató, Molnár Zoltán műszaki főmun-



Az ELMŰ munkatársai is mindent megtettek, hogy gyorsan helyreállítsák a leszakadt vezetékeket

Zoltán r. zls., Gyöngyösi Erik r. törm., Horváth Balázs r. zls., Högyes Róbert r. ftörm., Koncz Gerő r. törm., Kovács Lóránd r. hdy., Mandula Attila r. törm., Mátyás Viktor r. örm., Mészáros Imre Krisztián r. örm., Mózes Kristóf r. törm., Pados Ferenc r. ftzls., Pelsőczy József r. törm., Pretz Márton r. örm., Prókai Gyula r. örm., Richter István r. örm., Streng Martin r. örm., Szalóki Szilvia r.örm., Szemán István r. törm., Tyukodi Zoltán r. örm., Vinis Zoltán r. örm., Virágh Károly r. zls., Zsinór József r.ftörm.

BRFK XII. kerületi Rendőrkapitányság: Molnár István r. alez., Antal József r. szds., Rodák Gábor r. szds., Barát Ákos r. örm., Barkóczy Richárdné r. ftörm., Béli László r. örm., Borsi Zoltán r. örm., Borsos Mária Bernadett r. törm., Börcsök Gábor r. örm., Daróczi Tamás r. örm., Diósi Ádám r. örm., Farkas Zoltán r. ftörm., Fehérvári János r. örm., Gavacs Richárd Gusztáv r. örm., Görög Alexandra r. örm., Harsányi István r. ftörm., Karacs Andor r. örm., Király Gábor r. örm., Kocsis Viktória r. örm., Koleszár Zsolt r. zls., Kondás Bettina r. örm., Koudela Zoltán r. fhdgy., Kovács Gábor r. törm., Kovács Richárd r. törm., Kriszán Krisztián r. örm., Ledneczki Laura r. örm., Lőrincz László r. törm., Makai Ábel László r. örm., Málík István r. örm., Marsiczki

Gémesi Tamás, Göttler Tamás, Gyöző Róbert, Gyüre László, Hajnal Péter Márk, Hamza Attila, Izsák Gábor, Juranka Tamás, Koszovszki József, Kovács Péter, Kwack Csaba, Lakatos Tamás, Lugosy Sándor, Malárik József, Marosi István, Matuska István, Pap József, Pataki László, Pereg Lajos, Petrovszki Zoltán, Polgár Péter, Angyal Károly, Baloni Csaba, Bartha János, Bodnár László, Csikász Tamás, Darvas István, Deák László, Grebhardt Endre, Gresku Zsolt, Haraszi Zoltán, Herczku József, Illés Zsolt, Juhász Balázs, Juhász Péter, Kató József, Kuti Gábor, Márfi András, Molnár László, Orosz József, Pais Gábor, Paróczai Dávid, Raczkó József, Soós Lajos, Szabó Zoltán, Szalai Krisztián, Szekeres Ákos, Gólya János, Nagy Rezső, Szahulcsik Gábor, Hovanez György, Pajkos Barnabás, Ábrahám Tamás, Shági Tamás, Valis István, Wiest György, Szita Gergely, Kiss Károly, Péter Adél, Zábori Hajnalka, Pittner Zoltán, Lakatos Attila, Orbán László, Lakatos Zoltán, Kovács János, Oroszné Szabó Erika, Kovács István, Szadai Péter, Bostyán Ernő, Gulyás József, Horváth István, Kozári Zoltán, Kövesdi Tibor, Bari Béla, Bényei Zoltán, Kiszely Péter, Szilágyi Sándor, Bódogh Zoltán, Balogh Zsolt, Soltész István, Lajcsák Béla, Venczel Gábor, Lakatos Zoltán, Kisari Róbert.



Egyelőre nem tudni, mekkora a kár

Erika dajka, Horváth Mónika dajka, Kovács Katalin dajka, Mihály Cristina dajka, Nagy Erika dajka, Rádi Ibolya dajka, Szabó Erzsébet dajka, Varga Béla Lászlóné dajka, Kárpáti Hajnalka konyhai dolgozó, Nagy Noémi ped. asszisztens, Pentelényi Eszter Éva ped. asszisztens, Samu Anikó ped. asszisztens, Szabóné Vér Ágnes óvodatitkár, Tóth Pál kertész.

Hegyvidéki Önkormányzat Hegyvidéki Rendészet: Dávid Gábor Tamás irodavezető, Szabó Róbert György irodavezető-helyettes, Majsai Edina szabálysértési ügyintéző, Pappné Szűcs Mónika közterület-hasznosítási ügyintéző, Papp Zsigmond közterület-felügyelő, Ivanov Tamás közterület-felügyelő (kameraszoba-koordinátor), Szoldán Róbert közterület-felügyelő, Erdődi László segéd-felügyelő, Novotny László közterület-felügyelő, Rada Krisztián segéd-felügyelő, Varga Attila segéd-felügyelő, Gyetvai Tibor közterület-felügyelő, Szilághi József segéd-felügyelő, Zalavári Attila közterület-felügyelő, Varga Sándor közterület-felügyelő, Labancz Tivadar segéd-felügyelő, Horváth Zsolt közterület-felügyelő, Novák Gergely közterület-felügyelő, Szabó Zsolt segéd-felügyelő, Ványi Géza segéd-felügyelő.

Fenntartási iroda: Cserved Mihály karbantartó, Incze Jenő karbantartó, Petik János fénymászó, Balog Béla gépkocsivezető, Fóris Istvánné raktáros, Lendvay Sándor műszaki ügyintéző, László Tibor irodavezető.

Kommunikáció: Kenyhercz Kinga sajtóreferens, Névai Gábor webszerkesztő, Halmi Enikő kommunikációs munkatárs, Molnár Viktória kommunikációs munkatárs, Szabó Krisztina kommunikációs vezető.

Népjóltéri iroda: Müller Csaba irodavezető.

Oktatási és közművelődési iroda: Gilicze Zoltán irodavezető.

Titkárság: Tirkné Tóth Zita titkárságvezető, Pomozi Tímea titkárnő, György Diána titkárnő, Bauer Zsuzsanna titkárnő.

Vagyongazdálkodási iroda: dr. Borsodi Klaudia aljegyző, irodavezető, Gyimóthy Roland irodavezető-helyettes, Rabb György vagyongazdálkodási ügyintéző.

Városfejlesztési iroda: Torma László kertész műszaki ellenőr, Nagy G. Csaba közbiztonsági referens, Rimóczi János irodavezető, Slampák Zoltán utellenőr, Ritvay László műszaki ellenőr.

Városrendezési és főépítési iroda: Rózsa Zoltán irodavezető-helyettes.

Hegyvidéki Polgárőrség: Vass József polgárőr, Vass Gábor polgárőr.

Hegyvidéki Szabadidősport Kft.: Márki István buszvezető, Talpas Kristóf buszvezető.

Jókai Mór Általános és Német Nemzetiségi Iskola: Pálffy Mariann iskolatitkár.

Jókai Klub: Herczeg Józsefné igazgató, Blaskó Éva szakalkalmazott, Dömötör László információs, berendező, Egervári Gábor szakalkalmazott, Juhász Gáborné szakalkalmazott, Litauszki Erzsébet szakalkalmazott, Molnár Noémi Tímea gazdasági és munkaiügyi ügyintéző, Monori Szabolcs szakalkalmazott, Nagyné Orvos Gabriella igazgató-helyettes, Rajeczky Zsuzsanna szakalkalmazott, Szabó Ibolya Zsuzsanna pénzforgalmi ügyintéző, Tóthné Oláh Mária gazdasági vezető, Bognár Zsuzsanna takarító, Dózsáné Vörösvári Hajnalka takarító, Fejesné Lettner Gabriella takarító, Jánoska László takarító, Liskán Ferenc gondnok, Nagy Tibor gondnok, Péter Szabó Ferenc kertész.

Jókenyér, Orbán tér: Puskás Anita tulajdonos, Bisits Péter tulajdonos, Palkó András tulajdonos.

Kertészek: Báder László kertész, Csúzdi Zoltán kertész, Zsoldos Csaba kertész, Buza András kertész, Németh György kertész, Ledniczky Péter kertész, Horváth Károly kertész, Czékus Zsolt kertész.

Közép-Budai Önkéntes Polgári Védelmi Egyesület: Antal Tibor, ÖPVE önkéntese, Bakai Kristóf Péter, ÖPVE elnöke, Bodrogi Boglárka, ÖPVE önkéntese, Brinza Gábor, ÖPVE önkéntese, Chlumetzky Krisztina, ÖPVE ügyvivője, Denis Levshov, ÖPVE önkéntese, Hadobács Katalin, ÖPVE önkéntese, Juhász Péter, ÖPVE önkéntese, Juhász Tamás, ÖPVE önkéntese, Kondor Orsolya Kata,

ÖPVE csoportvezetője, Kovács Krisztián, ÖPVE önkéntese, Kovács Péter (II.), ÖPVE önkéntese, Kubinyi Aranka, ÖPVE önkéntese, Kubinyi József, ÖPVE önkéntese, Máté Andrea, ÖPVE önkéntese, Mészáros Ferenc, ÖPVE önkéntese, Nyeste-Hári András, ÖPVE önkéntese, Pirót Ádám, ÖPVE önkéntese, Praksch András, ÖPVE önkéntese, Sarkadi Imre, ÖPVE önkéntese, Schaffer Gábor, ÖPVE önkéntese, Szádvári László, ÖPVE csoportvezetője, Szlávik Zsófia, ÖPVE ügyvivője, Verbovszki Gábor, ÖPVE önkéntese, Wágner Nikolett, ÖPVE önkéntese.

Magyar Máltai Szeretetszolgálat Egyesület: Bodor Katalin koordinátor, hajléktalan-ellátás, Pilling Katalin szociális munkás, hajléktalan-ellátás, Pálinkás Péter szociális munkás, hajléktalan-ellátás, Kovács Atti-

la szociális munkás, hajléktalan-ellátás, Kertész Péter szociális munkás, hajléktalan-ellátás, Németh Attila szociális munkás, hajléktalan-ellátás, Ritó Szabolcs szociális munkás, hajléktalan-ellátás.

Művész Óvoda: Breinichné Szabó Vilma óvodavezető, Sári Gabriella óvodavezető-helyettes, Énekes Szabó Csilla óvodapedagógus, Huszka Zsannett óvodapedagógus, Jeszenszky Ildikó óvodapedagógus, Kenyeres Ferencné óvodapedagógus, Lévai Csilla óvodapedagógus, Nagy Krisztina óvodapedagógus, Wildangerné Kovács Zsuzsa óvodapedagógus, Zsámboki Anna óvodapedagógus, Stedra Szilvia óvodapedagógus, Eszes Eszter fejlesztő pedagógus, Döller Istvánné dajka, Grantner Mariann dajka, Szabó Magdolna dajka, Bokor Ibolya dajka, Wingertné Hatvani Vik-

tória dajka, Horváth Józsefné konyhai dolgozó, Koós Kolos óvodatitkár, Döller István kertész.

Normafa Óvoda: Doba Csilla óvodavezető, Adorjáni Hajnalka óvodapedagógus, dr. Bartosné Polyák Beatrix óvodapedagógus, Guba Boglárka gyak. óvodapedagógus, Funkné Szurok Eszter óvodapedagógus, Budayné Czigány Melinda óvodavezető-helyettes, Greninger Katalin óvodapedagógus, Köblös Gáborné óvodapedagógus, Urbán Dóra óvodapedagógus, Korcsmár Anna óvodapedagógus, Bakóné Kiss Heléna óvodapedagógus, Pogány Emese óvodapedagógus, Szabóné Gerencséri Mónika óvodapedagógus, Szabó Lászlóné óvodapedagógus, Scheidtné Agatics Katalin óvodapedagógus, Márton Tünde óvodapedagógus, Szeőts-Káthy Zoltánné óvodavezető-helyettes, Vinczéné Péter



A kidőlt fák, a lezuhanó ágak semmit nem kíméltek

FOTO: BÉRES CSABA



FOTO: SZABÓ KRISZTINA

Először az utakat tisztították meg a forgalmat akadályozó törmelékektől

Renáta óvodapedagógus, Balázné Ferenczi Judit fejlesztő pedagógus, Böröndi Petra dajka, Dolányi Edit dajka, Dombrándi Józsefné dajka, Ilea Gyöngyi dajka, Jessich Mária dajka, Kosztikné Sasvári Angéla dajka, Molnár Ferencné dajka, Szabó Éva dajka, Szabó Lászlóné dajka, Szabó Ilona dajka, Schneider Istvánné konyhai dolgozó, Krémerné Csabai Krisztina ped. asszisztens, Adorjáni Ákos ped. asszisztens, Karácsonyi Ildikó óvodatitkár, Kiczél Zsuzsanna kertész, Ilea Mircea kertész.

Normafa Park: Rockov Ildikó ügyintéző, Béresi Csaba ügyintéző, Kovács István ügyintéző, Mikó Gergely igazgató.

Pannon Park Forest Kft.: Fazekas László, Fazekas Zsolt, Lázár László, Kolozsi Ignác, Kalányos Sándor, Husaru Adrian, Benedek Péter, Molnár Miklós, György Zsolt, Berszán Attila, Berszán Ernő, Boldizsár János,

Szain Zsolt, Csatári Róbert, Németh Árpád, Pál Zoltán, Pál Attila, Huszár Zoltán.

Pilisi Parkerdő: Lőrinc Sándor, Dávid Simon, Berlinszki Balázs, Páll Sándor, Kiss Róbert, Tóth Szabolcs, Tamás Sándor, Blága István, Kindák Attila, Konta Péter, Kaluczsa Csaba, Gál Károly, László Árpád, Székely Imre, Fábrián László, Görgös Tibor, Bogyay Zsolt, Kiss Attila, Lakatos Zoltán, Jorzsits Miklós, Landszmann Márton, dr. Boda Zoltán, Krizsák Zoltán, Kovács Ferenc, Rác Károly, Lomniczi Gergely.

Sali Daru Kft.: Lepsényi Zoltán, Tószegi Andor, Molnár Gábor, Gáspár Péter, Búzás Tamás, Madarász Árpád, Lukács Károly, Tanács Károly, Kucs Zsolt, Csepentő Ferenc, Kovács Gyula, Sas Ákos, Góg Csaba, Makki Ernő, Pálinkás Csaba, Csesznok Attila.

Svábhegyi Bölcsöde: Szick

Zsuzsanna bölcsődevezető, Müller István fűtő-házimunkás.

Természetvédelmi polgárőr-ség: Botfalvai Zsolt polgárőr/egyesületi titkár, Hácncs Péter polgárőr, Hácncs Koroncai Ildikó polgárőr, Kalauzné Szabó Ilona polgárőr, Keglovich László polgárőr, Pálóczi Dániel Péter polgárőr, Szilágyi Attila polgárőr, Woynárovich András polgárőr/egyesületi elnök.

Vöröskereszt: Nagy Tibor fővárosi katasztrófavédelmi szakreferens, Horváth Péter Zsolt budapesti igazgatóhelyettes, Tóth Tibor munkatárs, Payer Attila munkatárs, Halmos Fruzsina munkatárs, Szabó Gergely munkatárs, Szabó Réka Johanna munkatárs, Nagy Viktória önkéntes, Tanos Viktória önkéntes, Habodás Ferenc önkéntes, Ottucsák Kristóf önkéntes, Márkus Dávid önkéntes.

Zöfe Kft.: Miskolci Ferenc, Kotán Zoltán, Soós Attila.

Alig maradt ép fa a Normafánál

Derékba tört, a földből kifordult fák, leszakadt, karvastagságú ágak mindenütt: ilyen képet mutat jelenleg a Normafa. A Hegyvidéki Önkormányzat és a Pilisi Parkerdő Zrt. munkatársai folyamatosan dolgoznak a kármentesítésen, egyelőre – a közterületek után – az aszfaltozott erdei utakat tisztítják meg a fák maradványaitól, a sétatutak csak utána következnek. Pokorni Zoltán polgármester személyesen tájékozódott az erdők állapotáról, sőt, a munkálatokból is kivette a részét.

Szinte elképzelhetetlen pusztítást okozott az ónos eső a Normafánál és környékén: a fákra ráfagyott csapadék súlya alatt – akár öt tonna jég is keletkezhetett raj-

tuk – karvastagságú ágak törtek le, rengeteg fa derékba tört, vagy a megnövekedett súly miatt egyszerűen gyökerestől kifordult a felázott földből.

Hogy mennyi növény esett az időjárás áldozatául, mekkora a pontos kár, egyelőre nem tudni. Jelenleg a kármentesítés zajlik: az önkormányzat munkatársai első sorban a lakóövezeteket, míg a kerület felkérésére a Pilisi Parkerdő Zrt. szakemberei az erdei utakat tisztítják meg a forgalmat akadályozó fatörmelékektől. A törzseket és az ágakat feldarabolják, majd a kijelölt gyűjtőpontokra szállítják.

Az erdő állapotáról a helyszínen tájékozódó Pokorni Zoltán polgármester a faanyag sorsáról elmondta, hogy az önkormányzat tervezi egy fatüzelésre is alkalmas kazán vásárlását a Fácánosba. Szó van arról is, hogy a Zugli-

geti Általános Iskola fűtésrendszerét egy hasonló berendezéssel egészítik ki. Ha ez megvalósul, a rönkök jelentős részét az épületek fűtésére használják fel.

Bár a lakóövezetektől korlátozás nélkül össze lehet gyűjteni a faanyagot, a polgármester arra kérte az embereket: ne csak a rönköket, nagyobb ágakat, hanem a „maradékot” is vigyék el. „Ez komoly segítséget jelentene az utcák rendbetételében” – hangsúlyozta Pokorni Zoltán.

A hegyvidékiek a mostani bajban is bizonyították, hogy képesek összefogni, segíteni egymást. „Jó volt látni és megtapasztalni, hogy a lakók mennyi ételt, meleg teát hoznak a kármentesítésben dolgozóknak” – foglalta össze tapasztalatait a polgármester, aki a számos sokakat érintő biztosítási ügyekkel kapcsolatban annyit tudott ígérni, hogy tanácsadással segítik majd a polgárokat. Egyelőre nem tudni, milyen álláspontot képviselnek a biztosítók.

Szintén később derül ki, hogy mennyi fa kivágására lesz szükség a Normafa erdeiben. Ebben a Pilisi Parkerdő Zrt. szakemberei mondják ki a végső szót a felmérést követően.

A Normafa Park Fenntartó és Üzemeltető Intézményt vezető Mikó Gergely arról beszélt, hogy a kerület tavasszal vette át a Normafa kezelését, a mintegy 350 hektáros terü-

let rendben tartásával a Pilisi Parkerdő Zrt.-t bízták meg. „A parkerdő munkatársai elsőként az erdei aszfaltos utakat tisztítják meg, majd a legfontosabb sétatutak következnek a Jánoshegyi út és az Anna-rét között. A maradék gyalogos útvonalakra és az erdők belső részeire csak ezek után kerül sor” – mondta Mikó Gergely, kiemelve, hogy már most igyekeznek tenni valamit az erdők mielőbbi feltámasztása érdekében. A helyszínen ledarabolják a kisebb, másra rétv nem használható ágakat, az így keletkező aprítékot pedig szétterítik az altalajon. A



Önkéntesek dolgoznak a Rege parkban

mulcs bekerül a természetes körforgásba, és hozzájárul a növényzet megerősödéséhez, az erdők regenerálódásához.

Pontosan ez történt a Rege parkban is, ahol Pokorni Zoltán polgármester, Váczi János alpolgármester és Péchy László önkormányzati képviselő mellett, az önkormányzat hívó szavára, több mint ötvenen vettek részt a jégkárok felszámolását szolgáló önkéntes munkában. Az akció meg-



A letört törzseket, ágakat feldarabolják, és elszállítják

hirdetésének előzményeit ismerető polgármester elmondta, hogy a katasztrófa helyzetet követően rengetegen telefonáltak az önkormányzathoz, hogy felajánlják segítségüket. Nem csupán a kerületből, hanem szerte Budapestról, sőt egészen távoli kistérségekről is érkeztek hívások. Többek között Komlósa polgármestere is jelezte, hogy négy-öt emberrel szívesen segítenék a faanyag összegyűjtésében. A szombat reggeli időpont ellenére több mint ötven

önkéntes dolgozott a park kijelölt részein. Hasonló akciókat a következő időszakban is szervez az önkormányzat, a tervek szerint hétvégenként mindig más helyre várják majd a segítőköt – beszélt az elképzelésekről Pokorni Zoltán. Már felkérték az Anna-réten rendszeresen futókat, kirándulókat, nordic walking-edzéseket tartókat, hogy lehetőség szerint „a sportcipőt néhány órára cserél-

jék munkára való cipőre”, és segítsenek megtisztítani a népszerű kirándulóhelyet.

„Óriási a feladat, a lakóövezeteken az érintett aszfaltos utak, járdák fahulladék-mentesítése heteket vesz igénybe, a Normafa erdeiben pedig ennél is tovább tarthat a munka. Amíg nem vagyunk teljesen készen, és nem múlt el a balesetvesztély, azt kérjük a lakosságtól, hogy ne menjen az erdőbe. Már csak azért sem, mert a látogatók jelenléte a munkavégzést is hátráltatja” – nyomatékosította Váczi János, aki egy jó hírrel is szolgált: véleménye szerint az Anna-réten és környékén december 20-a körül befejeződik a fatörmelék begyűjtése.

Sokan a kertekből a közterületekre hordják a fahulladékokat, ami nem szerencsés, a magántelkekről kikerülő faanyag elszállítására ugyanis nincs kapacitása az önkormányzatnak. Váczi János ugyanakkor elismerően szólt a hegyvidékiek összefogásáról, ahogyan fogalmazott, a kerületben élők a legnehezebb órákban bizonyították, hogy lehet rájuk számítani a bajban.

M.



Mindenkinek a segítségére szükség van

FOTO: SÁRKÉZ GYÖNGY

Építményadó-mentesség és kedvezmény a társasházaknak

A lakók közös tulajdonában álló helyiségek után nem kell építményadót fizetniük a társasházaknak, utcai terasz létesítése esetén pedig az eddiginél alacsonyabb közterület-használati díjat szab ki az önkormányzat. A képviselő-testület idei utolsó ülésén arról is döntés született, hogy egy épületben, a Kiss János altábornagy utcában biztosítsanak helyet a kormányhivatal jelenleg szétszórta működő kerületi egységei, köztük a szűkös vált Széll Kálmán téri okmányiroda számára.

A kerületben 1997 óta építményadót kell fizetni a nem lakás céljára szolgáló helyiségek, valamint a nem magánzemélyek tulajdonában álló lakások után. A helyi adókról szóló 1990. évi C. törvényre hivatkozva a fővárosi kormányhivatal a társasházak közös tulajdonában álló helyiségeire

vonatkozóan a közelmúltban a korábbi gyakorlattól eltérő álláspontot fejtett ki: véleménye szerint adókötelezettség megállapításánál azt az általános szabályt kell alkalmazni, miszerint adóköteles az az alapterület, amelynek esetében a belmagasság meghaladja az 1,90 métert. Ennek alapján tehát adóköteles a társasház osztatlan közös tulajdonában álló valamennyi összegzett alapterület, így például a tároló, a közlekedő és a pince is.

Tekintettel arra, hogy az önkormányzat ezeket a területeket nem kívánja adóztatni, a képviselő-testület decemberi ülésén módosította az építményadóról szóló rendeletet. Szabályozta az adómentes helyiségek körét, valamint 75%-os kedvezményt biztosított a nem mentesített tárolókra abban az esetben, ha azokat a társasház semmilyen formában nem használja.

Jelentős mértékben csökkentette a testület a közterület-használati díj mértékét a vendéglátó

teraszokra vonatkozó díjtétel kapcsán (az új tarifa szerint január 1-jétől az „A” kategóriába tartozó közterületeken 6500, míg a „B” kategóriába sorolt területeken 4500 Ft/m²/hó lesz a fizetendő díj). A díjszökkentést Váczi János alpolgármester előterjesztőként azzal indokolta, hogy a vállalkozások visszajelzései szerint kigazdálkodhatatlan volt a fővárosi viszonylatban is igen magasnak számító tarifa, ami miatt több helyen inkább megszüntették a teraszokat. Az alpolgármester elmondta: azzal számolnak, hogy a díjszökkentést követően több üzemetlennek majd teraszt, ezáltal pedig az önkormányzatnak

többletbevétele származhat a közterületek hasznosításából.

Támogatták a képviselők, hogy a Kiss János altábornagy utca 31–33/a szám alatt lévő, „B” jelű egykori iskolaépület földszinti és első emeleti tereit (az étkező és konyha, valamint a tornaterem kivételével) a fővárosi kormányhivatal kerületi hivatalának használatába adja az önkormányzat. A döntés nyomán hamarosan egy helyre kerülhetnek a kerületi hivatal jelenleg szétszórta működő egységei, köztük a Kiss János altábornagy



Ide utolsó ülését tartotta az önkormányzati képviselő-testület

utca 43–45. szám alatt lévő hatósági osztály, a Böszörményi út 40. alatti gyámhivatal, a Dolgos utca 7–9. számú házban található ÁNTSZ-iroda, továbbá a Széll Kálmán térenél lévő (Krisztina körút 2–4. alatti) okmányiroda, amely szűkös vált a nagy ügyfélforgalom miatt. Pokorni Zoltán polgármester elmondta: az új helyen komfortosabb körülményeket és könnyebb parkolási lehetőséget tudnak majd biztosítani az ügyeiket intéző hegyvidéki polgárok számára.

Kezdeményezte a képviselő-testület, hogy az önkormányzat vegye át az államtól a Szilassy út 6. szám alatt található egykori kórházépületet, és felhatalmazta a polgármestert a Magyar Nemzeti Vagyongazdálkodási Központ, ingyenes tulajdonba adásról szóló

megállapodás aláírására. Pokorni Zoltán elmondta, hogy a Fejlesztő Napközi Otthont szeretnék elhelyezni ebben az épületben, ahol a gondozottak szülei által régóta várt bentlakásos ellátást is el tudnák indítani. Az otthon jelenleg, Tóth Lőrinc utcai épületét óvodává alakítanák át.

Testvérvárosi kapcsolatot létesítene a Hegyvidék és a Románia délnyugati részén fekvő magyar lakta város, Arad. A cél, hogy az oktatási és kulturális területen már jelenleg is meglévő kapcsolatok tovább erősödjenek, bővüljenek az önkormányzatok közti együttműködéssel.

Azzal is egyetértett a testület, hogy helyezzenek el emléktáblát a Kútvolgyi út 44. számú épület falán Fenyő Miksa, a Nyugat folyóirat egyik alapítója tiszteletére,

aki ott élt 1940 és 1948 között. Az önkormányzat hozzájárulásával sétányt nevezhetnek el a MOM Park területén Süss Nándorról, a Magyar Optikai Művek alapítójáról.

Támfalomlás történt a Költő utcában: egy négy-öt méter magas kőfal az út felől a telkek irányába mintegy huszonöt méter hosszúságban beomlott, ami miatt a járda beszakadt, az útpálya pedig elmozdult a tőfal felé. A kialakult állapot egyaránt veszélyezteti a gyalogos- és gépjárműforgalom biztonságát, valamint a járda alatt futó közműveket. Mivel a helyreállítás összköltsége rendkívül magas – közel 177 millió forint –, ezért a kerület a költségek 70%-ára vis maior támogatást igényel a Belügyminisztériumtól.



A társasházak számára kedvező döntést hozott az önkormányzat

FOTÓ: SÁRKÓZDI GYÖNGY

Adventi vásár nagycsaládosokkal

Kézműves adventi vásárt rendeztek Mikulás napján a Kulturális Szalonban, ahol a hegyvidéki nagycsaládos csoport tagjai és a XII. kerületi Fejlesztő Napközi Otthon képviselői árusították portékáikat. Mint a Böszörményi

úti közösségi teret vezető Menyhart Éva elmondta, először tavaly hirdették meg a programot, ami olyan jól sikerült, hogy úgy gondolták: érdemes hagyománnyá tenni. „A bevétel a kerületi rászoruló nagycsaládok és a Fejlesztő

napközi Otthon kapja meg – tette hozzá –, a Kulturális Szalon és a nagycsaládos csoport ezzel járul hozzá ahhoz, hogy még szebb legyen a karácsonyuk.”

Az idén már másodszer szerveztek közös vásárt a szalonban, néhány hete, Mártonnapon is várták az érdeklődőket. A hasonló rendezvények fontosságát emelte ki a mostani programra ellátogató Pokorni Zoltán polgármester. Szerinte a Kiss János altábornagy utcai adventi vásárból a változatos kínálat és a kiegészítő színpadi produkciók a meghatározók, másról szól azonban a Kulturális Szalonban rendezett esemény: elsősorban egymás jobb megismeréséről, a közösségépítésről.



Kitűnő közösségépítő rendezvény a Kulturális Szalon adventi vására

FOTÓ: SÁRKÓZDI GYÖNGY

m.

ADVENT A HEGYVIDÉKEN

Kézműves vásár, családi rendezvények, kulturális programok november 30-tól december 24-ig. Helyszín: a XII. kerületi polgármesteri hivatal melletti tér, a Kiss János altb. utca Böszörményi út és Margareta utca közötti szakasza.

DECEMBER 20. SZOMBAT

10.30 - 11.15 A MintaPinty együttes koncertje
15.30 - 16.30 A Maszk Bábegyüttes előadása

16.40 - 17.00 A Budahegyvidéki Református Egyházközség műsora
17.00 Gyertyagyújtás a Budahegyvidéki Református Egyházközség közreműködésével

10.00 - 13.00 Kézműves foglalkozás - Kenderkőc Népi Játsszóház

DECEMBER 21. VASÁRNAP

10.30 - 11.15 A Berbencés Színház előadása
11.30 - 12.30 A Premier Rézfúvós Kvintett műsora
10.00 - 13.00 „Gyurmarci” - marcipángyurmázás

GYEREKSZÍNPAD

A rendezvénysorozatban - hagyományaink szerint - kedden és csütörtökön délután a gyerekeké a színpad, a kerületi óvodás és iskolás csoportok lépnek fel.

DECEMBER 18. CSÜTÖRTÖK

16.00 A KIMBI Óvoda betlehemes műsora
16.15 A Fekete István Általános Iskola és Előkészítő Szakiskola műsora
16.30 Ágoston Béla és Móser Ádám koncertje

www.jokaiklub.hu
www.viranyos.hu

http://adventahegyvideken.wix.com/advent-a-hegyvideken



SZÉPKORÚAKÉRT
A HEGYVIDÉKEN
ÖNKÉNTES PROGRAM, KÖZÖSSÉGEFFÉLTÉS
INFORMÁCIÓS PONT

Tevékenységük olyan sokféle, mint ők maguk: egyikük tavaszi pikniket szervez a házban, hogy a lakók jobban megismerjék egymást, a másik kezdő angolnyelvi tanfolyamot indít időseknek. Van, aki közösségi teret szeretne létrehozni és közösen működtetni a környéken, van, aki azt szeretné elérni, hogy házuk híres művészeire emléktábla emlékeztessen.

A saját ötletet, „ügyet” megvalósítótól a mások ötletének megvalósításában segítőtől terjed a szomszédsgági önkéntesek köre, két dolog közös bennük: a tenni akarás és a közösségben gondolkodás. Ők is közösséget alkotnak, ősz óta rendszeresen találkoznak, tanulnak, gondolkodnak, terveznek és keresik a társakat.

Szomszédsgági önkéntesek

A Szépkorúakért a Hegyvidékért – fordítják át a program címét azok a helyi idős emberek, akik arra vállalkoztak, hogy tegyenek a változásért lakóhelyükön.

A Szépkorúakért a Hegyvidéken – Szolidáris szomszédsgági közösségfejlesztő programban aktív önkéntesek munkájáról folyamatosan hírt adunk a későbbiekben. Elsőként egy ingyenes programot ajánlunk a figyelmükbe: egészségmegőrző erdőjárásra hívjuk mindazokat, akik szívesen sétálnak és beszélgetnek a friss levegőn. Szeretettel várjuk a nagymamákat, a nagypapákat és az unokákat is! Az erdőjáráshoz minden szerda, szombat és vasárnap délelőtt lehet csatlakozni, találkozó 9.30-kor a 22-es busz Szépjuháznál, Gyermekvasút megállójában. (A busz a Széll Kálmán térről indul.) Szervező: Turcsányi M. (06/70-576-7253).

Ha érdeklő a közösségfejlesztő program, és szívesen csatlakozna a szomszédsgági önkéntesek csapatához, keressen minket: 12.kerulet.kozosseg@gmail.com, 06/20-597-2879 (Tóth Alexandra), 201-5728 (Farkas Gabriella, napközben).

Gyenes Zsuzsa

Év végi nemzetiségi közmeghallgatások

December első napjaiban tartottak közmeghallgatást az őszi választások után újból, valamint újonnan alakult helyi nemzetiségi önkormányzatok. A kisebbségek az idén is színes programokkal gazdagították a hegyvidéki hétköznapokat.

A GÖRÖGÖK EGYÜTTMŰKÖDÉSE AZ ILIOSZ TÁNCCEGYÜTTESSEL

Kökény Konstantin elnök, Papageorgiu Szeliosz elnökhelyettes és Kluka Katalin képviselő vezetésével zajlott az októberben megalakult új kerületi görög önkormányzat közmeghallgatása. A 2014-es programok közül elsőként említették, hogy január 10-én dr. Fokasz Nikosz, a Magyarországi Görögök Kutatóintézet igazgatója tartott előadást a görögországi válságról a MOM Kulturális Központban (a Jókai-termet kedvezményesen vehették igénybe a szervezők).

Március 15-én, a szokásokhoz híven, a görögök is jelen voltak a Hegyvidéki Önkormányzat ünnepi megemlékezésén, a Gesztenyés kertben, az 1848-as emlékoszlopnál Kökény Konstantin és Papageorgiu Szeliosz koszorúzott. Húsvét alkalmából április 20-án a hegyvidéki görögök ellátogattak Beloianisz faluba, másnap pedig részt vettek a Börzsöny utcai Görög Ház megnemzetiségén. Május 31-én a XI. kerületi görög önkormányzattal közösen gyermeknap autóbuzos kirándulást szerveztek Sümegre.

Hagyományosan a görögök is bemutatkoznak a Hegyvidéki Napok rendezvényein. Ezúttal az Iliosz tánccegyüttes lépett fel, a nagy sikerű színpadi produkció táncszínpaddal egészült ki. A nemzetiségi önkormányzat támogatta a budapesti görög iskola nyári táborát, a Görög Ifjúsági Egyesület szervezésében a Törökvis sportpályáján május 16–17-én megtartott családi sportnapot, valamint a Kariatidák Görög–Magyar Nők Kulturális Egyesülete működését.



Az Iliosz tánccegyüttes hegyvidéki fellépésén mindig jó a hangulat

A közmeghallgatás végén az elnökhelyettes elmondta, hogy jövőre szeretnék folytatni az együttműködést az Iliosz tánccegyüttessel.

ÚJRA AKTÍV A NÉMET ÖNKORMÁNYZAT

Az előző önkormányzati ciklusban képviselő nélkül maradtak a hegyvidéki németek, a 2010-ben megválasztott nemzetiségi testület ugyanis rövid működést követően feloszlatta önmagát. Erre a helyzetre reagálva jött létre 2014 elején a Svábhegyi Hagományörző Egyesület, amelynek tagjai programok szervezésével és patronálásával kézbe vették a sváb hagyományok ápolásának feladatát, ez év októberében pedig elindultak a választásokon, így össze alakíthatták a kerület új német nemzetiségi önkormányzatát.

Bár az új önkormányzat mindössze két hónapja működik, a közmeghallgatáson – Kövesdiné Martin Nóra elnök távollétében – Meskó Gyula elnökhelyettes és Gaál Tímea képviselő több olyan programot is megemlíthetett, ami már a hagyományörző egyesület közreműködésével valósult meg: az egyesületi szervezésű svábhegyi húsvétváró eseményt, az őszi terményünnepet és a sváb hagyományok szerint nemrégiben megtartott dísznótort. Szóltak arról is, hogy a munkájukkal segítséget nyújtottak a Jókai Klubnak, valamint a MOM

Kulturális Központnak a Svábhegyi Pünkösdi Búcsú és a Budai Sváb Délután megrendezésében.

Meskó Gyula elmondta, hogy programjaikat jövőre is megszerveznék, sőt, újabbakat is terveznek. A magyarországi németek kitépítésének emléknapján, ja-



Az Örmény Katolikus Lelkészség temploma

nuár 18-án megemlékezést tartanak az Istenhegyi Szent László Plébánián, majd koszorút helyeznek el az Eötvös úti német keresztelnél. Január 31-én este, hagyományteremtő szándékkal, sváb batyus bált rendeznek a Jókai Klubban. Szeretnének sváb kórustalálkozót, valamint egy helyi „Októberfestet” is összehozni jövőre, továbbá elindítanának

egy helytörténeti szabadegyetemet, amelyen a Svábhegy múltjáról hangoznának az előadások.

KÖKERESZTET ÁLLÍTOTTAK AZ ÖRMÉNYEK

A XII. kerületi örmény önkormányzat 1995 óta működik, hosszú ideig dr. Kelemenné Csíkszentgyörgyi-Ficus Margit irányította. Tőle vette át a feladatot Hegedűs Annamária, aki a következő öt évben Béres

László Attila elnökhelyettesével és Ispánkiné Somlyai Katalin Borbálával közösen dolgozik a Hegyvidéken az örménység érdekében.

Mint az elnök fogalmazott, tevékeny életet hagytak maguk mögött. Az örmények képviselői rendszeresen részt vettek a Hegyvidéki Önkormányzat programjain, ünnepségein, szorosan együttműködtek a Fővárosi Örmény Önkormányzattal, az Erdélyi Örmény Gyökerek Egyesülettel (EÖGYKE), valamint más kerületek örményeivel is. Sikeresen használják a rendelkezésre álló pénzügyi keretet: a korábbi évekhez hasonlóan támogatották az EÖGYKE havilapját, az aradi vértanúkra emlékező ünnepség megszervezését, az Orly utcai Örmény Katolikus Lelkészség templomát és a templomkertben az örmény genocídiumra

emlékeztető kőkereszt felállítását. Hozzájárultak az EÖGYKE augusztusi klubjának megrendezéséhez és az örmény származású Alexa Károly szerkesztésében megjelenő Magyarörmény Irodalmi Lexikon kiadásához. A könyvben olyan nevek szerepelnek, mint Ady Endre, Bányai Elemér, Bartis Ferenc, Csiky Gergely, Döbrentei Kornél, Jankovics Marcell, Kabdebó Lóránt, Tutsek Anna és Zárug Péter Farkas. A névsor hamarosan bővül, hiszen elkezdődik a második kötet szerkesztése. A kapcsolatok ápolását szolgálta a Velence közelében lévő Szent László-szigeti zarándokút, melynek során az örmény kolostort és múzeumot keresték fel a nemzetiségi önkormányzat képviselői.

A közmeghallgatáson a jövő évi tervek is szóba kerültek. Seremetyeff-Papp János művészettörténész mond beszédet Hollósy Simon festőművész emléktáblájánál (február 2-án), a Jókai Klubban író-olvasó találkozót rendeznek Alexa Károllyal, valamint felkeresik az esztergomi Terra Armenorumot. Az esztendő legnagyobb rendezvénye várhatóan a novemberi örmény gálaműsor lesz.

ÁRVÍZI KÁROK FELSZÁMOLÁSÁT SEGÍTTÉK A SZERBEK

A kerületi szerb nemzetiségi önkormányzat az októberi választást követően szinte változatlan felállással kezdte meg az új ciklust, a korábbi négyből három tag folytathatja eddigi munkáját (a létszámcsökkenésre a törvényi előírások változásai miatt került sor). A régi-új elnök, dr. Lásztity Demeter a közmeghallgatáson elmondta, hogy hagyományaihoz híven rendszeresen megemlékeznek az ortodox egyház jeles ünnepeiről, és szintén nagy múltja van annak, hogy közreműködnek a Szerb utcai templom Szent



Harangláb a Tabánban

György-napi búcsújának megrendezésében. Május közepén rendkívüli árvíz pusztított a Balkánon, a szerbiai károk felszámolásához 100 ezer forint pénzdíjazást ajánlott fel a testület.

Június 7-én tartották meg a nagy sikerű Tabán Estet a MOM Kulturális Központ színháztermében, a huszadik alkalommal megrendezett programhoz a Hegyvidéki Önkormányzat is támogatást biztosított. A nyár folyamán felkeresték az Orczy-kertben álló szerb emléket, az Illés-kutat, elzárandozták a Tolna megyei ortodox búcsújáróhelyre, Grábócra, valamint történelmi emléktúrát tettek Szlovákia, Csehország és Ausztria szerb katonákat őrző hadisíjainak felkeresésével. Magyar és szerb akadémikusok részvételével a napokban konferenciát rendeztek az első világháború kérdéseiről a Szerb Országos Önkormányzat központjában.

Júliusban elkészült és felavatták azt a haranglábát a Tabánban, amelyet a Szerb Országos Önkormányzat állított az 1751-ben épült és 1949-ben lebontott egykori Szent Demeter-templom közelében. A szeptember közepétől október közepéig tartó Szerb Kultúra Hónapja két programjához is támogatást nyújtott a hegyvidéki szerb testület: segítette egy újvidéki kórus zeneakadémiai szereplését, valamint hozzájárult egy ortodox templomokról szóló, kétnyelvű monográfia megjelenéséhez.

Lásztity Demeter kiemelte, hogy változatlanul fontos feladatulknak tekintik a Farkasréti temetőben található szerb sírok gondozását – azzal együtt is,

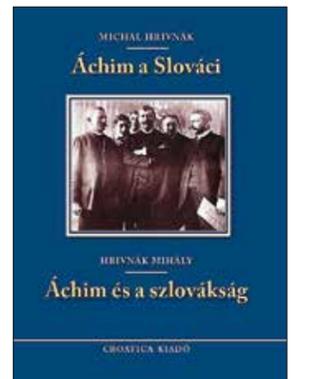
hogy az úgynevezett szerb parcella kezelésének átvételét hosszú évek óta hiába kezdeményezi az ortodox egyház.

ÁCHIM L. ANDRÁS-SZOBROT AVATTAK A SZLOVÁKOK

A kerületi szlovák nemzetiségi önkormányzat munkájának fókuszában az elmúlt év során Áchim L. András szlovák-magyar származású politikus emlékének ápolása állt. Hrivnák Mihály – aki az előző ciklushoz hasonlóan ismét elnöke a testületnek – a közmeghallgatáson elmondta: hosszú küzdelem után ez év tavaszán avathatták fel a 19. és a 20. század fordulóján tevékenykedő nagy hatású parasztpolitikus szobrárt a városligeti Vajdahunyadvárnál, jeles magyar és szlovák személyiségek részvételével.

Szintén tavasszal, egy korábbi szakmai konferencia összefoglalásaként, a Szlovák Intézetben mutatták be az Áchim öröksége című könyvet. Ugyanekkor rendezték meg a Szlovák nyelv használata Magyarországon című tudományos szimpóziumot, amelyen Hornokné dr. Uhrin Erzsébet, az Országos Szlovák Önkormányzat Kutatóintézetének munkatársa tartott előadást. Ez év őszén ismét könyvbemutató következett: Hrivnák Mihály Áchim és a szlovákság című munkáját ismerhették meg az érdeklődők a Croatia Kiadó Nagymező utcai központjában.

Az elnök megjegyezte, hogy sikerült tovább szélesíteni az önkormányzat partneri kapcsolatait. Szoros együttműködést alakítottak ki a Kovács Imre Társasággal és a PC Magister Alapítvány-



Hrivnák Mihály könyve Áchimról

nyal, velük közösen Kemsén felavatták Kovács Imre népi író és politikus emléktábláját, és megkoszorúzták az ő emléket őrző táblát a Corvinus Egyetemen. A romániai Nagylak szlovák közösségével is baráti viszonyt alakítottak ki, miután egy alkalommal ellátogattak hozzájuk, hogy megismerjék életüket, hétköznapjaikat, és erősítsék egymásban az együtvé tartozás érzését.

d-m.

■ A horvát, lengyel, roma és román közmeghallgatásokról januári első lapszámunkban olvashatnak.



Néptánc a svábhegyi húsvétvárón

Budapest Főváros Kormányhivatala XII. kerületi Hivatala 2014. év végi ügyfélfogadási rendje

	Okmányirodai osztály Krisztina körút 2-4.	Kormányablak (Hegyvidék Központ) Apor Vilmos tér 11-12.	Hatósági osztály Kiss János altábornagy utca 43-45.	Gyámhivatal Böszörményi út 40.
December 22. (hétfő)	13.00-17.00	7.00-17.00	13.00-17.30	13.00-17.30
December 23. (kedd)	8.00-12.00	08.00-12.00	nincs ügyfélfogadás	nincs ügyfélfogadás
December 29. (hétfő)	13.00-17.00	7.00-17.00	13.00-17.30	13.00-17.30
December 30. (kedd)	8.00-16.00	10.00-18.00	nincs ügyfélfogadás	nincs ügyfélfogadás
December 31. (szerda)	8.00-12.00	8.00-12.00	8.00-12.00	8.00-12.00

Hibridbuszok érkeznek

Vadonatúj, dízel-elektromos hajtású járművek közlekednek nemcsak a főváros három nagy forgalmat bonyolító buszvonalan. Jövő februárig összesen huszonnyolc korszerű, akadálymentesített, Rába-Volvo gyártmányú hibridbuszt állítanak be a 7-es, a 9-es, valamint a XII. kerületet is érintő 5-ös járatra.

Az új buszok 15-20 kilométer/órás sebességig tisztán elektromos meghajtásúak, ennek köszönhetően a megállókból zajtalanul és füstmentesen indulnak.

A dízelmotor csak ezután kezd el dolgozni, hogy segítsen a jármű hajtásában. Megállóba álláskor, valamint várakozáskor a motor leáll, ekkor minden kiegészítő berendezés a menet közben megtermelt, valamint a fékezőerő visszatermelt elektromossággal működik tovább.

A hibridtechnológia a gyártói adatok szerint akár 35 százalékkal kevesebb üzemanyag felhasználást teszi lehetővé a csak dízelüzemű buszokhoz képest.

d.

PÁLYÁZATI FELHÍVÁS

IGAZGATÓI BEOSZTÁS MEGBÍZÁSSAL TÖRTÉNŐ BETÖLTÉSÉRE

A pályázatot meghirdető szerv: Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat, 1126 Budapest, Böszörményi út 23–25.

A meghirdetett munkahely neve: Hegyvidéki Helytörténeti Gyűjtemény és Galéria (tagintézménye: Hegyvidék Galéria)

A munkahely címe: 1126 Budapest, Beethoven utca 1/b

A munkakör megjelölése: közművelődési szakember I. (határozatlan idejű közalkalmazotti jogviszony)

A foglalkoztatás jellege: teljes munkaidő

A beosztás megjelölése: igazgató (magasabb vezető)

A vezetői megbízással járó lényeges feladatok: az önállóan működő költségvetési szerv alapító okiratában foglalt tevékenységek ellátása, az intézmény tevékenységi körébe tartozó feladatok vezetői irányítása, a munkáltatói és gazdálkodói jogkör gyakorlása

A vezetői megbízás időtartama: 5 év

A megbízás kezdő napja és megszűnésének időpontja: 2015. március 1-jétől 2020. február 29-ig

A megbízás feltételei:

- felsőfokú közművelődési végzettség és szakképzettség vagy
- nem szakirányú egyetemi végzettség és felsőfokú szakirányú munkaköri szakvizsga,
- a felsőfokú közművelődési végzettségnek és szakképzettségnek vagy az ab) alpontban megnevezett szakvizsgának megfelelő feladatkörben szerzett legalább 5 éves szakmai gyakorlat és
- kiemelkedő közművelődési tevékenység végzése

A beosztáshoz kapcsolódó juttatások: illetmény és pótlék a Kjt. szerint

A pályázatnak tartalmaznia kell: szakmai programot; szakmai önéletrajzot; végzettséget (végzettségeket) igazoló okiratok hiteles másolatát; 3 hónapnál nem régebbi erkölcsi bizonyítványt; nyilatkozatot arról, hogy a pályázati anyagot az eljárásban részt vevők megismerhetik, és a pályázati anyagában foglalt személyes adatainak a pályázati eljárással összefüggésben szükséges kezeléséhez hozzájárul

A pályázat benyújtásának helye: Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Polgármesteri Hivatal humánpolitikai referens (1126 Budapest, Böszörményi út 23–25.)

A pályázat leadási határideje: a Nemzeti Közigazgatási Intézet honlapján való megjelenést követő 30 nap

A pályázattal kapcsolatban érdeklődni lehet: Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Polgármesteri Hivatal, Oktatási és Közművelődési Iroda, Gonda Attila közművelődési referens. Telefon: 224-59-90, 06/30-6192126

A pályázat elbírálásának határideje: a benyújtási határidőt követő 30 napon belül

A kiíró fenntartja a jogot, hogy a pályázatot eredménytelennek nyilvánítsa, amennyiben a megadott határidőben megfelelő pályázatok nem érkeznek.

Pokorni Zoltán polgármester

MOM Sport: ünnepi hangulatban

Ünnepi kivilágítást kapott a MOM Sport Uszoda és Sportközpont, az épület Csörsz utcai és kert felőli oldalát LED-lámpákkal díszítették. A passzázs részben újabb látványosság várja a látogatókat: az épületvilágítás egy része zöld árnyalatú lett, míg az esernyőinstallációt adventi koszorút, ajándékcsomagot, csillagot és hatalmas ernyőt mintázó, fénylő diszkekre cserélték. Kivilágították a platánokat is, amelyek az új korcsolyapályához irányítják a vendégeket. Itt egy újabb karácsonyi installáció és feldíszített növények gondoskodnak a meghitt hangulatról.

(m)

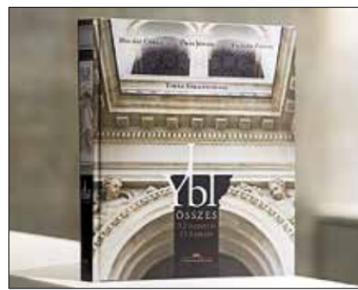


FOTO: SÁRKÁZ GÖRGY

Kalandozások Ybl Miklóssal

Magyar Állami Operaház, Assisi Szent Ferenc-templom, Várkert Bazár, Fővárműzeum – néhány emblematikus épület, amelyet Ybl Miklósnak köszönhetően Magyarország büszkeségeként tartunk számon. A különleges, egyedi építészeti remekművek megálmodója, a 19. század legnagyobb mestere nevéhez pazar fővárosi paloták, középületek és bérházak fűződnek. Munkásságával a Hegyvidéket is gazdagította: a Rózsa-villa, a Gloriett és a már nem álló Perger-villa is a kerület ékességei közé tartozik, tartozott.

Ybl Miklós azonban nem fővárosi építész. Kevesen tudják, de életútját végigkövetve országosra terjedhetünk általa megálmodott kastélyokkal, templomokkal, mauzóleumokkal.



Ybl összes: izgalmas utazás

A 200 évvel ezelőtt született építészeti munkássága előtti tiszteletből a 2014-es esztendő Ybl-évkönyvének került be hazánk jeles dátumai közé. A megannyi ünnepség és megemlékezés mellett négy szerző – Halász Csilla, Órfi József, valamint a Hegyvidéken élő Viczián Zsófia és Timár Sára fotós – könyvben hívja kalandozni az építészeti és a kultúra szerelmeseit.

Az Ybl összes című album készítői izgalmas utazást tettek a főváros kilenc kerületében és az

ország 51 másik településén, ahol az építész mesterműveiről készítették színes dokumentációkat. Az élményszerű leírások és az élethű fotók 113 épületet és 11 építményt mutatnak be az olvasónak. A rendkívüli kötetből a többi között az is kiderül, hogy a felfedezőútra induló szerzőknek milyen kalandokon kellett keresztül menniük azért, hogy felfedezzék a kivételes tehetséges művészt ma is álló mesterműveit. Az ötvenkilenc éven át alkotó építész bemutató könyv segítségével megismerhetjük a 19. század kultúráját, a korszak életérzését és az akkori Magyarországot.

Az útikönyvként is funkcionáló kötet szép karácsonyi ajándék lehet, s a benne található térképek, színes fotók könnyen varázsolhatnak felfedezőre az olvasóból is. Ybl Miklós nyomában a Felvidéktől Arad megyéig, Szatmártól Drávafokig sok csodás helyet lehet bejárni, és felejthetetlen élményekkel gazdagodni.

(b.)

Einladung
Meghívó

A Svábhegyi Hagyományörző Egyesület, a Budapest-Hegyvidék XII. Kerület Német Nemzetiségi Önkormányzata és a Jókai Klub szeretettel invitálja Önt és kedves családját

2015. január 31-én, szombaton 17.00 órától 22.00 óráig
tartó rendezvényére

Schwabenball auf dem Schwabenberg
SVÁB BATYUS BÁL A SVÁBHEGYEN

Forrás/Quelle: Jakob Bloyer Heimatmuseum in Wudersch Archiv

A hagyományos sváb muzsikáról a budaörsi Friedrich Kapelle gondoskodik. A műsorban mások mellett fellép a zsámbéki Lochberg Regionális Táncsoport is. Belépés csak jókedvvel, derúval és 1000 Forint ellenében.

Helyszín a **Jókai Klub** (1121 Budapest, Hollós út 5.)

Kinek mi a gyomra vágya, sült, sütemény netán saláta, tegye be a kosarába, hozza el a batyus bálba, s ottan másnak is kínálja!

Ezennel meghirdetjük a **báli fánkversenyt!** Legyen az Zimetkrapfen, bécsi fánk, avagy csörögéfánk, ha sütésében Ön mesteri, hozza el, s a zsűri értékeli!

Belépőt elővételben is vásárolhat január 5. és 25. között a **Jókai Klubban**.
Kérjük, részvételi szándékát mindenképp jelezze előre az alábbi elérhetőségeken!

E-mail: rozmaring12@gmail.hu; megyu@freemail.hu; Tel: 20/592-23-87; 30/913-59-53

További részletekért keresse fel a Svábhegyi Hagyományörző Egyesület, ill. a Jókai Klub honlapját!
www.hagyomanyorzo.com www.jokaiklub.hu

6. JÓTÉKONYSÁGI KARÁCSONYI HALLÉ VACSORA A SVÁBHEGYEN

2014. december 21-én, aranyvasárnap
15:30-tól, amíg a hallé el nem fogy

új helyszín | a SZENT LÁSZLÓ PLÉBÁNIA közösségi terme
(XII. Diana út 15/a)

Együnk együtt,
legyünk együtt aranyvasárnap!

a hallé ára:
a helyszínen
600 Ft / adag
elvitel esetén
800 Ft / adag
Kérjük, az elvitelhez hozzanak magukkal zárható edényt.

Szervezők | Az Istenhegyi Szent László Plébánia és a Svábhegyi Református Egyházközség
Fő támogató | Hegyvidéki Önkormányzat, Bajai Halászcseré, FH Gasztró Kft.
Támogatók | CBA Prima Budaconsum Kft., László Pékség, Médiatámogatók | Hegyvidék TV, Hegyvidék újság, Örömmondó Reformátusok Lapja

A befolyt összegből a két egyházközség rászorulóit fogjuk támogatni!

Prima díjas az Angelica Leánykar



Az Angelica Leánykar és karnagya, Gráf Zsuzsanna az idén bekerült a Prima Primissima díj jelöltjei közé, s végül Prima díjjal jutalmazták a Városmajori Gimnáziumban működő, sikert sikerre halmozó együttest. A kórus vezetőjével a váratlanul jött elismerésről és a jövő évi tervekről beszélgettünk.

■ *Tavaly nyert Junior Prima díjat az Angelica Leánykar. Meglepte, hogy most Prima Primissima díjra jelölték a kórust?*
– Váratlanul ért a jelölésünk, különösen azután, hogy tavaly decemberben, nagy örömmre,

a kórus megkapta a fiatal tehetségeknek járó Junior Prima díjat. Szeptember elején, amikor épp egy argentinai koncertturnéről érkeztem haza, telefonon értesítettek a szervezők, hogy bekerültünk a Prima Primissima díjra kiválasztottak közé, és részt vehetünk a fináléban. Nem akartam elhinni, hogy Jandó Jenő és Szevanovity Dusán mellett minket is jelöltek az elismerésre. Azután, hogy nyilvánossá vált a jelölésünk, megünnepeltük az örömteli hírt a kórustagokkal, szüleikkel és az iskola vezetőségével.

■ *Igaz, hogy a Prima Primissima-gála miatt majdnem megbíúsult a jubileumi koncertjük, amelyet fennállásuk huszonötödik évfordulójára alkalmából rendeztek a Zeneakadémián?*

– Kis híján így történt, hiszen a Zeneakadémián már lekötöttük a december ötödikei időpontot, amikor kiderült, hogy ugyanezen a napon várnak bennünket a Művészetek Palotájába, a díjátadó gálára. Hála az akadémia rektorának, áttehetjük a koncertünket egy nappal korábbra, ami egészen ritka lehetőség, arról nem is beszélve, hogy mostanában nem gyakran kapnak lehetőséget kórusok önálló est megvalósítására a Zeneakadémián. Külön köszönettel tartozom a hangversenyen közreműködő muzikusoknak, Bogányi Gergely zongoraművésznek, Kruppa Bálint hegedűművésznek, Megyesi Schwartz Lúciának és Vigh Andrea hárfaművésznek, akikkel nagy élmény volt együtt zenélni.

■ *Milyen nagyobb koncerteket, turnékat tervez jövőre az Angelicával?*
– Március hetedikén, a Junior Prima díjasok hangversenysorozata keretében önálló koncertet adunk a Pollack Mihály téri Fesztetics Palotában, áprilisban pedig a Budapesti Tavasz Fesztiválon Liszt Dante-szimfóniáját énekeljük el. Április közepén Litvánia

fővárosában, Vilniusban lépünk fel, jövő ősszel, október huszonharmadikán pedig Barcelonába készülünk. Ezek mellett komoly ígéretet kaptunk, hogy részt vehetünk egy kínai turnén. Új lemezt is szeretnénk kiadni 2015-ben, ehhez már több felvételt elkészült.

■ *Minek köszönheti történetét a kórus?*

– Azt szoktam mondani: olyan vagyok, mint a fadaragó mester, akinek nemes fából kell hónapok, évek, évtizedek munkájával létrehozni a mesterművet. Nincs megállás a munkámban, de sohasem tudom megugrítani, mert mindig látok perspektívát a velem dolgozó lányokban, szeretném minél több szép dolgot megmutatni nekik. Óriási eredménynek tartom, hogy egy iskolai kórus teljesítményét a legmagasabb művészi körökben is elismerik. Ennek útja a kodályi elvek követése, s ennek is köszönhető, hogy iskolánk ez év őszén a Zeneakadémia mintatagozatává vált. Abban a világban, amelyben élünk, nem mindig az igazi érték dominál, ezért igazán biztató számomra, hogy értékelik a munkánkat.

Régi idők adventje a Jókai iskolában

Hagyományörző vásárt rendeztek Régi idők adventje címmel a Jókai Mór Német Nemzetiségi Általános Iskolában. A Luca-napi programra érkezettek a kapuban sült gesztenyével és sütőkkel várták a szervezők, az iskola tornatermében pedig a gyerekek és szülei árulták az ünnephez kapcsolódó, saját kezűleg készített portékáikat: karácsonyfadíszeket, mécseseket, otthon sült mézeskalácsot és számtalanféle apró ajándéktárgyat.

A vásárhoz kapcsolódó foglalkozások egyikén a gyerekek szerencsét hozó Luca-napi búzát vetettek, emellett diavetítést és nosztalgiafotózást is szerveztek a családoknak. Az iskolások műsorral készültek az eseményre: volt színpadi játék, közös éneklés és táncprodukció – a

nyitó és záró számot az iskola ritmikusgimnasztika-csoportjai adták elő Tündértánc, illetve Gömbvarázs címmel. Az előadások között gyűjtötták meg ünnepélyes körülmények között, egyházi részvétellel, az adventi gyertyát.

A programot első ízben rendezte meg az iskola HON Alapítványa, amely ez év májusában alakult újjá. Gáspár Edina, az alapítvány elnökhelyettese elmondta: a rendezvény jó alkalom arra, hogy a gyerekek és a szülők együtt legyenek, közösen készülhessenek karácsony ünnepére. A másik cél az iskola társadalmi szerepvállalásának erősítése, a vásár teljes bevételét ugyanaz az oktatás körülményeinek javítására kívánják fordítani.

d.



Műsorral is készültek a gyerekek

FOTÓ: SÁRKÖZY GÖRGY

Támogatás a diákok közösségi szolgálatához



Woynárovich András a KÖSZI Program eredményhirdetésén

FOTÓ: SÁRKÖZY GÖRGY

A Természetvédelmi Polgárőrség és az Arany János iskola, továbbá a Humusz Szövetség és a Budai Középiskola közös környezetvédelmi projektje is támogatásban részesült a MOL Új Európa Alapítványa által finanszírozott KÖSZI Program keretében.

Országosan közel száz iskolai közösségi szolgálati program kapott támogatást összesen 20 millió forint értékben a KÖSZI Program keretében, amelyet a MOL Új Európa Alapítványa hirdetett meg az Oktatásutató és Fejlesztő Intézzel együttműködésben. Az egyik díjazott a Hegyvidéki aktív tevékenységet folytató Természet- és Környezetvédelmi Polgárőr Egyesület, amely a Sashegyi Arany János Általános Iskola és Gimnáziummal közös projektet kíván megvalósítani.

Woynárovich András, a Természetvédelmi Polgárőrség vezetője elmondta, hogy a 9–11. évfolyamos diákokkal jövőre két védett helyszínen, a Sas-hegyen, valamint a Normafánál szeretné-

nek elvégezni természet- és környezetvédelmi feladatokat. Terveik szerint kitakarítanak egy-egy kijelölt területet, és rendbe teszik az ott található padokat, asztalokat, esőbeállókat. Szükség esetén, az őshonos növények védelmében, özönnyövényeket irtanak, ahol pedig kevés az odvas, öreg fa, kihelyezik a maguk által készített madárodúkat.

A Humusz Szövetség „KörnyezetBarátok – Ökoiskola jó gyakorlatok terjesztése gyerekek között” című, támogatásban részesített iskolazöldítő programjának célja, hogy közösségi szolgálatok segítségével ösztönözze a budapesti iskolák ökoiskolává válását. Graczka Sylvia, a szövetség elnöke tájékoztatása szerint együttműködő partnerrel, a már Örökös Ökoiskola címmel rendelkező Budai Középiskola vállalta, hogy közösségi szolgálatok segítségével – a Humusz szakmai irányítása mellett – témanapot bonyolít le az egyik Ökoiskola címre pályázó intézményben alsó tagozatos számúra, az ott tanulókkal közösen, a március 1-jei Újrapapír Naphoz kapcsolódóan.

z.

Jótekonysági ebéd meglepetésvendéggel

Elegáns környezet, profi pincérek, mennyei lakoma és izgalmas műsorok: a Larus Rendezvényközpont második alkalommal látta vendégül a Fekete István Általános Iskola és Előkészítő Szakiskola tanárait, diákjait és családtagjait. A mulatságot egy mindenki által jól ismert meglepetésvendég tette még felejthetlenebbé.

Ismét pazar vendéglátásban és emlékeztető élményekben lehetett részük a Fekete István Általános Iskola és Előkészítő Szakiskola tanárainak, diákjainak és családtagjainak. Szabó Géza, a Larus Rendezvényközpont vezetője kereste fel néhány éve Pokorni Zoltánt, hogy szívesen rendeznének ünnepi ebédet a rászorulóknak.

„A Fekete iskola tanulóinak, pedagógusainak és szüleinek sokkal több problémával, gondal kell megküzdeniük a mindennapokban, mint az egészséges embereknek. Ez a karácsony előtti ünnepelés talán segít abban, hogy erre a kis időre kiszakadjanak a hétköznapokból” – mondta a helygármester, kiemelve, nagyon hálás a Larus munkatársainak kedvességéért, figyelmességéért, valamint azoknak a fellépőknek, akik műsoraikkal még

színesebbé tették az ünnepi találkozót.

„Fantasztikusan érzem magam! Nagyon jólesett, hogy most nem nekem kellett tálalnom, hanem engem szolgáltak ki. A gyerekeim is látom, hogy jól mulatnak” – mondta Zsuzsanna, a Fekete iskola konyhása, akinek mindkét gyermeke az intézménybe jár.

Az Eszter-lánc Mesezenekar, Szatmári Juli, a Brussels zenekar és Odett a zenéjükkel teremtettek vidám hangulatot, Csöre Gábor jellegzetes hangján elmondott karácsonyi meséjével varázsolta el a megjelenteket, a Noé Állatthon Alapítvány kedves kutyái

türelmükkel és szeretetükkel érdemelték ki a gyerekek kényeztető simogatását, a Fekete István iskola zenekara pedig megható produkciójával koronázta meg a kellemes délutánt. A fiatalok mindemellett megismerkedhettek az amerikai focival is, amelyet a sportág egyetlen hazai női csapata mutatott be nekik, a lányok mezeit pedig fel is lehetett próbálni.

„Örülünk, hogy egy kicsit iskolán kívül is együtt lehetünk a gyerekekkel és szüleikkel. Tavaly úgy tapasztaltuk, hogy a kötetlen körülmények, a közös mulatás még szorosabbá tette a közössé-

günk közötti összetartást” – mondta el lapunknak dr. Somogyiné Takács Andrea, a Fekete iskola igazgatója.

A mulatság végén, meglepetésvendégként, megérkezett a Mikulás, aki nagy sikert aratott: a fiatalok szívesebben szobrával és énekekkel kedveskedtek neki. „Nagyon jól éreztem magam, és hogy eljött hozzánk a Téliapó, jó mesélt nekünk egy kicsit. Az iskolában biztosan sokat beszélünk majd erről a napról” – lelkesedett Anasztázia, aki hozzátette: már most nagyon várja, hogy jövőre ugyanitt ünnepelhesen társaival.

(bm)



Sokáig feledhetetlen élményben volt részük a Fekete iskola diákjainak, akiket a Mikulás is meglátogatott

FOTÓ: SÁRKÖZY GÖRGY

Ajándékok Válaszútnak

Öt évvel ezelőtt szervezett először adománygyűjtést az erdélyi Válaszúton működő szórvány-kollégiumban élő és tanuló gyerekek számára a Sashegyi Arany Iskolaalapítvány. A nemes kezdeményezésbe a Sashegyi Arany János Általános Iskola és Gimnázium alsóosztályait vonták be, a diákok azóta minden év végén a velük egykorú társaikat ajándékozzák meg: egy cipősdobozba játékokat, különböző figyelmességeket tesznek, a csomagra pedig ráírják, milyen korú lánynak vagy fiúnak szánják azt.

Az idén már a kilencedikesek is bekapcsolódtak az ajándékozásba. Novák János, az alapítvány vezetője elmondta, hogy a Kolozs megyei kollégiumot, óvodát és iskolát a Kallós Zoltán Alapítvány üzemelteti, és olyan szegény magyar gyerekeknek nyújt magas

szintű képzést, akik otthon, a Mezőségben egyébként nem vehetnének részt anyanyelvi oktatásban.

Bár semmiféle hivatalos támogatást nem kapnak a román államtól, mégis kiemelkedő eredményeket érnek el, szinte valamennyi tanítványuk továbbtanul. Újdonság a mezőgazdasági szakiskola, ahová jelenleg tizenegy fiú és öt lány jár, nekik küldenek most először meglepetés ajándékokat a kilencedikes „aranyos” diákok. Az alsóok csomagjaival együtt összesen 181 doboz gyűlt össze, ezeket már el is vitték Válaszútra, és karácsonykor kapják meg az erdélyi gyerekek.

(További információk a Kallós Zoltán Alapítványról a www.kallos.org.ro címen olvashatók. Kapcsolatfelvétel: kallosalapitvany@kallos.org.ro)

mm.



Az Arany János iskola diákjai 181 csomagot állítottak össze

VET-élkedőn remekeltek a Kós iskola diákjai

A Hegyvidéki Termelői Piacot alapító Termelői.Hu közösség „Vegyél! Egyél! Tegyé!” szlogenrel „VET-élkedőt” hirdetett fővárosi és Pest megyei általános iskolásoknak. A városligeti Vajdahunyadvárban rendezett döntőben a Kós Károly iskola 4. b osztálya második helyezést ért el.

méterre lévő János kórházi piacon vásároltak „VET-tallérjakkal”, beszélgettek a termelőkkel, megismerték terményeiket, élelmiszereiket.

A városligeti Vajdahunyadvárban, a Mezőgazdasági Múzeumban rendezett decemberi döntőbe a hét legjobb osztály, köztük a Kós 4. b osztálya jutott be. Feladataik között volt illatminta



A Mezőgazdasági Múzeumban rendezett döntő résztvevői

A Nemzeti Élelmiszerlánc-biztonsági Hivatal (NÉBIH) és a főváros legnagyobb termelői piaci kezdeményezése, a Hegyvidéki Termelői Piacot is megalapító Termelői.Hu közösség versenyt hirdetett fővárosi és Pest megyei harmadikos és negyedikes iskolások részére. Ennek célja az volt, hogy a gyerekek játékos formában, élményszerűen ismerjék meg az egészséges táplálkozás, a tudatos vásárlás alapismereteit, a magyar élelmiszereket és termelőiket. A három hónapos vetélkedő során a NÉBIH-szakértők és a termelők rendhagyó környezetismeret-órákat tartottak az iskolákban, a diákok pedig termelői piacokon jártak, vásároltak, kóstoltak, termékekkel ismerkedtek, piaci plakátokat készítettek.

A szeptemberben kezdődő, többfordulós „VET-élkedőre” 37 település 64 osztálya (mintegy 1500 fő) jelentkezett. A Hegyvidékről a Kós Károly iskola két osztálya vett részt a programban: a gyerekek az iskolától pár száz

alapján történő növényfelismerés és Hamupipóke-játék (melynek során időre kellett szétválogatni kukoricát, babot és lencsét), sőt, a szervezők egy mini termelői piacot is kialakítottak, ahol a lecsónak valót szedték össze az iskolások. A diákok mindemellett találkozhattak a dászentmiklósi Mikulással, akitől almát, marcipánmikulást és színes ceruzát kaptak ajándékba.

A szoros versenyben a Zsaborcsy Andrea osztályfőnök által felkészített városmajoriak második helyezést értek el, így két-napos dászentmiklósi élménykirándulást nyertek, ahol számocaszüret, lovaglás, kastélylátogatás, gyöngyvirágtúra, számháború várja majd őket. Első helyen a kőbányai Bem József iskola végzett, a harmadik pedig az úpalotai Kontyfa iskola lett. A díjakat átadó Zsigó Róbert élelmiszerbiztonságért felelős államtitkár a helyszínen bejelentette: jövőre országossá válhat a VET-élkedő.

sz.

Meddig bírja egy tésztahíd?

Februárban adták át az Öveges Laboratóriumot a Sashegyi Arany János Általános Iskola és Gimnáziumban. Nemrégiben szakmai nyílt napot rendeztek, amelyen egy diákpályázat eredményhirdetését is megtartották. Ezen kiderült, mekkora súlyt bír el egy jól megépített tésztahíd.

Minden várakozást felülmúl az Öveges Laboratórium eddigi működése, az Aranyba járó diákok, az itt dolgozó tanárok, valamint a partneriskolákból érkezők egyaránt elégedettek a szolgáltatásokkal, szeretnek ide jönni – hívta fel a figyelmet Patkó Lajos az Öveges Laboratórium évről-évre is alkalmas szakmai napján. A házigazda Sashegyi Arany János Általános Iskola és Gimnázium igazgatója elmondta, hogy a természettudományos tárgyak élményszerű, gyakorlati oktatását segítő laboratórium kivitelezése 2013 októberében, az őszi szünetben kezdődött, és nagyobb fennakadás nélkül, időben befejeződött a munka. Februárban adták át a komplexumot, egy hét múlva pedig már az első vendégcsoport is megérkezett.

Kiderült, milyen az, amikor egyszerre három másfél órás gyakorlaton, fizika-, kémia- és biológia-előadáson vesznek részt a diá-



Az Öveges labor szakmai napjának programját egy különleges pályázat eredményhirdetése színesítette

kok – emlékezett vissza Patkó Lajos, aki bevallotta, tartottak attól, hogy a gyerekek elsőre „nem bírják a megpróbáltatásokat” – ehhez képest a csoportok alig akartak hazamenni. Többen kijelentették, hogy szívesen maradnának, folytatnák a kísérletezést. Ez pedig, ahogyan az igazgató fogalmazott, mindennél többet mond a kísérleti hely fogadtatásáról.

Az órákon kívül szakmai napoknak, a biológia OKTV és a Bolyai Természettudományi Csapatverseny országos döntőjének, valamint a biológia, kémia és fizika emelt szintű érettséginek

is az Öveges Laboratórium adott otthont. Az összes tankerületi általános iskola, három gimnázium, egy budakeszi és három XI. kerületi iskola diákjait fogadják rendszeresen itt, az előző félévben hetedikesek, a mostaniban nyolcadikosok jöttek.

A szakmai napon egy pályázat eredményhirdetésére is sor került: az Arany János iskola fizikatanárai előzőleg arra kérték diákjaikat, hogy tésztahidat építsenek tetszőleges hidakat. Változatos munkák születtek, volt függőhíd, pilléres, íves és egyenes híd. A fődíjként felajánlott tortát a legerősebbnek bizonyuló (a hidakra

egyre nehezebb súlyokat akasztottak) építmény tervezői, a 11-es Mazár Júlia, Drábik Janka és a 12-es Nyerges Dóra nyerték el. Hasonló jutalomban részesült a híd teherbírását – 2,3 kiló – legjobban megtíplelő néző is.

A folytatásban biológia és kémia gyakorlati foglalkozások következtek, majd Földesy Péter napjaink integrált eszközeiről, dr. Hajdú István pedig a biológiai alapú gyógyszertervezésről tartott előadást. Zárásként az érdeklődők a KFKI jóvoltából nemrégiben üzembe helyezett elektronmikroszkóppal ismerkedhettek meg.

M.

Luca-napi diákvásárok jótékonyági céllal

Az idén is megrendezték a hagyományos Luca-napi diákvásárt a Tamási Áron iskolában, valamint a Városmajori Gimnáziumban. A bevétel jótékony célra, valamint az iskolák fejlesztésére fordítják.

Különleges Luca-napi diákvásárt tart minden évben a szülői munkaközösség és a diákönkormányzat a Városmajori Gimnáziumban, ahol az árusítást az osztályok közötti versengés egészíti ki. A gyerekek Luca-pénzt váltanak – csak azzal lehet vásárolni, meghozza ötven százalékos áron, az összeg fele pedig bekerül a „közöbe”.

Ezúttal is volt mire kiadni az egyedi papírbankókat, hiszen az iskola aulájában megrendezett kirkodóvásáron a legkülönbözőbb portékák, elsősorban saját készítésű ajándéktárgyak, no meg ételek és italok vártak a vevőkre. „A bevétel egyik része, a szokásoknak megfelelően, ezúttal is az osztálypénzt gyarapítja, a maradék pedig a diákönkormányzathoz kerül – mondta el lapunknak Szabó Tas iskola-



Saját készítésű tárgyakat és házi finomságokat kínáltak a gyerekek a Tamási iskolában

igazgató. – A Luca-napnak köszönhetően vásárolhatta meg korábban a DÖK az iskola hangosító rendszerét.”

Az igazgató a program legnagyobb erényének a sokoldalúságot nevezte, hiszen a Luca-nap egyszerre szolgálja a közösségépítést, és ad alkalmat a játékokra, a vetélkedésre, mindeközben része az ünnepi ráhangolódásnak, a karácsonyvárasnak.

Az osztályok közötti versenybe beleszámtott, hogy ki hozza a legtöbb vendéget, kinek a vendé-

gei vásároltak a legnagyobb értékben, valamint kinek volt a legmagasabb bevétele. A győztes

jegyeket, míg a harmadik levásárolható utalványt kapott. Az első három osztályon kívül a kategó-

GYŪJTÉS HATÁRON TŰLI GYEREKEKNEK

A Rákóczi Szövetség felhívására határon túli gyermekotthonok és óvodák számára szerveztek adománygyűjtést a Városmajori Gimnáziumban. Rövid idő alatt több száz DVD, CD és könyv gyűlt össze.

osztály a Luca-széke vándordíj mellé egy 60 ezer forintos bowling-utalványt, a második helyezett hasonló értékben mozi-

riák legjobbjai 20 ezer forint értékű csokoládéval lettek gazdagabbak.

Hagyomány a Luca-napi vásár a Tamási Áron Általános Iskola és Német Két Tannyelvű Nemzetiségi Gimnáziumban is. Ilyenkor az összes alsóosztály megmozdul, de a nagyobbak közül is többen árusítanak – mesélte Hajnal Gabriella igazgató.

A tanulók saját készítésű ajándéktárgyakat, valamint házi finomságokat kínálnak, a bevételt pedig mindig egy segítő intézménynek ajánlják fel. Az elmúlt években így tudtak hozzájárulni a többi között a Vakok Batthyány László Gyermekotthonon Római Katolikus Óvodája, Iskolája működéséhez.

mm.



Vásári nyüzsgés a Városmajori Gimnáziumban

Világ világossága, ünnepek ünnepe: karácsony

(Folytatás az 1. oldalról)

Az évkezdés az őszi elképzelések szerint a régi világ kaotikus megszűnése, illetve egy új világ teremtésének az ideje. Az előbbire jó példa az ókori Rómában Saturnus isten ünnepe, a *saturnalia* (december 17–23.), amely a féktelen mulatozás és eszem-iszom ideje volt, amikor néhány napra érvényüket veszítették a szabályok, felbomlottak a társadalmi kötöttségek. A saturnalia bizonyos hagyományai tovább élnek karácsonykor – ilyen például az ajándékozás szokása –, ám lényegét tekintve az óvóbúcsúztató *szilveszter* tölt be manapság hasonló szerepet.

A császárkori Rómában december 25-én ünnepelték a *Natale Solis Invicti*, a győzhetetlen Nap születését. A napkultusz Szíriából érkezett Rómába, és a 3. században nagyon népszerű lett; Aurelianus császár 274. december 25-én még templomot szentelt a Napnak mint fő istenségnek. Az imádott *Sol* *Mithras* istenséggel azonosították, akinek a kultusza ebben az időben igen gyorsan terjedt birodalomszerte, és a kereszténységgel versengve jó esélye volt arra, hogy világvallássá váljék. Mithrasz a hagyomány szerint december 25-én született egy zűrtől.

JÉZUS KRISZTUS SZÜLETÉSE

A gazdag előzmények ellenére mai karácsonyunkat döntően Jézus Krisztus születésének keresztény hagyományai határozzák meg. Jézus születésének dátuma előtűnik ismeretlen, erre nézve sem az evangéliumokban, sem egyéb forrásokban nem található pontos adat. Léteznek bizonyos őskeresztény spekulációk, ám ezeknek semmi történeti alapjuk nincs. Ennek oka nyilvánvalóan az, hogy sem a zsidóknál, sem a kereszténység korai időszakában nem emlékeztek meg a születésnapokról, sőt az ilyen alkalmak megünneplését egyenesen bűnös pogány szokásnak tartották. Ezért a december 25. később kiválasztott dátum, amelyet nem élő hagyomány, hanem bizonyos dogmatikai megfontolások ihlettek. Azóta persze születtek tudományos alapú elméletek is Jézus születésének időpontjáról – elsősorban csillagászati számítások alapján – megnyugtató eredmény nélkül.

Jézus születésének ténye akkor vált érdekessé, amikor a 2. században az alexandriai *Baszileidész* és gnosztikus követői elkezdtek hirdetni, hogy az ember Jézust az Atya csak keresztisével avatta



FOTO: CERNIÁSZÓ

matékosítsák. Ettől kezdve lett vízkereszt (január 6.) Jézus születésének ünnepe is, mintegy elvéve a gnosztikus vélekedését.

Ugyanakkor a 4. században kibontakozó ariánus mozgalom, amely Jézus istenségének kérdését vitatta, egyre népszerűbb lett, és azzal fenyegetett, hogy érvényteleníti a niceai zsinatnak azt a formuláját, amely szerint Jézus Krisztus az Atyával egylényű (homousion) és nem csak hasonló lényű (homoiousion), ahogy azt az ariánusok vallották. Míg az arianizmus főként Keleten hódított, addig a niceai hitvallás hívei inkább Nyugaton nyertek befolyást, így nem véletlen, hogy Jézus születése és keresztisége különválasztásának gondolata is Rómából indult el. Ezzel a különválasztással nagyobb hangsúlyt kapott és rangban is a vízkereszt fölé növekedett a december 25-i ünnep, a karácsony, amely így nem pusztán Jézus születésének napjára való megemlékezés, hanem az Ige megtestesülésének, a megváltás kezdetének ünnepe lett.

ment könnyen a keresztények között, ám idővel a keleti egyházban is általánossá vált. Megtérvesztő lehet, hogy ma az orosz és más keleti egyházak mégis vízkereszt körül (január 7-én) ünneplik a karácsonyt, ám ez véletlen egybeesés, aminek az oka a keleti egyházakban használt Julián naptár tizenhárom napos elérése. Csak az ősi örmény egyház maradt meg Jézus Krisztus születésének eredeti, epifániai (január 6.) ünneplése mellett.

A család, a szeretet és a béke ünnepe

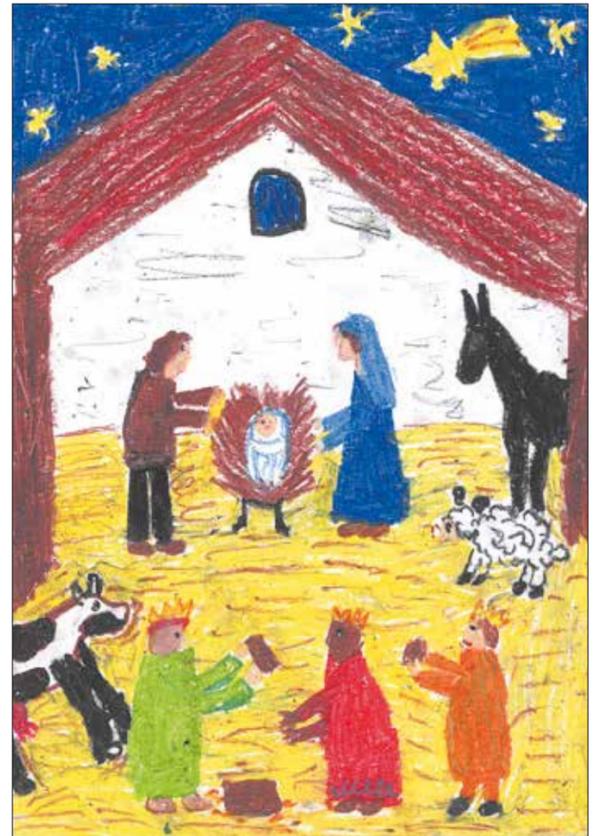
A CSALÁD, A SZERETET ÉS A BÉKE ÜNNEPE

Ahhoz, hogy ebből a vallási ünnepből mai, szekularizált világunk legnagyobb ünnepe legyen, elengedhetetlen volt az ünnep jelentésének fokozatos kiszélesülése. Mai karácsonyunk tulajdonképpen alig több mint másfél évszázados, kialakulásában a vallási hagyományok éppúgy döntő szerepet játszottak, mint a karácsonyfa-állítás szokásának elterjedése és a nyomában kialakuló polgári szokásrendszer. Először is a család ünnepe, aminek eredete a szent családra való emlékezésben keresendő. A karácsony legelőbbiekben erősíti a családi, rokonösszetartozás érzését, alkalmat nyújt arra, hogy a békés napi konfliktusokon felülemelkedve a család tagjai kifejezzék egymás iránti szeretetüket, hálájukat. Nem véletlen, hogy az ünnep legfontosabb szertartásai – a karácsonyesti gyertyagyújtás, ajándékozás stb. – családi körben zajlanak. Ehhez kapcsolódik a békeség motívuma is, aminek persze szintén megtalálhatók a bibliai előzményei: *Izajás próféta* karácsonykor idézett jóvendöléseiben a Messiás születése nyomán bekövetkező általános békéről ír: „Messzire kiterjed majd uralma, / És a békének nem lesz vége / Dávid trónján és királyságában” és „Akkor majd együtt lakik a farkas a bárányal, / és a párdac együtt tanúzik a gödölyével. / Együtt legelészik majd a borjú a szorosán, / egy kisgyerek is elterelgetheti őket” (Iz 9,6 és 11,6).

A KARÁCSONYI LITURGIA

Karácsony egyike a kereszténység három nagy ünnepének, ezeket a református néprajvtudósok ünnepeknek nevezi.

Nem véletlenül, ám hasztalan hangoztatják annyira hittudósok és papok, hogy a kereszténység legnagyobb ünnepe a húsvét – a bencés tudós, *Radó Polikárp* írja, hogy: „a karácsony a húsvétal beteljesülő ünnep, a húsvéti tettben lesz teljes” –, a hívek



körében csakúgy, mint a társadalom többsége számára, a karácsony népszerűségével semelyik más ünnep nem vetekedhetik.

Az ünnep kiemelkedő jellege általában az ünnepi liturgiában is tükröződik. Igen régi hagyományra megy vissza: már Nagy Szent Gergely (6. század vége) ír a három karácsonyi szentmiséről. Az első, a legnevezetesebb az éjféli mise *karácsony vigíliáján*, aztán a hajnali, amit *pásztorok miséjének* is neveznek, a harmadik pedig a december 25-i ünnepi mise. A katolikus magyarázat szerint az éjféli mise az Ige örök születését, a pásztorok miséje az Ige megtestesülését, míg az ünnepi mise az

ember kegyelmi újjászületését ünnepli. Eredetileg csak a pápa mutathatta be a három misét, az éjféli a római Santa Maria Maggiore-, a pásztorok miséjét a Szent Anasztázia-, az ünnepi pedig a Szent Péter-bazilikában, később azonban a három mise általánossá vált az egész katolikus világban.

Egykor az éjféli mise előtt rendezték az ünnephez kapcsolódó liturgikus színjátékokat, a paradicsomi vagy a betlehemi jelenetet, később ez a szokás visszaszorult; manapság inkább 24-e délutánján elevenítik meg egyes templomokban Jézus születését, általában gyerekszereplőkkel. Az éjféli mise kitüntetett szerepét nem kevésbé köszönheti különleges időpontjának. Az éjféli misék, a gonosz órája, emiatt számos népi hiedelem fűződik az éjféli miséhez. Ugyanakkor a kivételes időpont az ünnep tartalmát, Jézus születését elmesélő evangéliumi részlettel (Lk 2, 1-14) és a liturgia ünnepi külsőségeivel együtt más misékkel össze nem hasonlítható hangulatot áraszt. Ezt hivatott elősegíteni az a poétikus ellentét, amely a nap legsötétebb időszakára teszi a világosság születését, ahogy az éjféli misére rendelt olvasmány első sorai szólnak: „A nép, amely sötétben jár, / nagy fényességet lát. / Akik a halál országának árnyékában laknak, / azoknak világosság támad” (Iz 9,1).

Bálint Sándor az ünnepek néprajzának jeles kutatója írja, hogy: „Mezőkövesden, Búcsúszentlászlón, de bizonyára – főleg végebben – más helyeken is a hívek a sötét templomban szoktak gyülekezni. Az éjféli mise sötétben, mintegy az



A Születés Temploma Betlehemben (részlet)

Krisztussá, azaz Messiássá. Így a vízkereszt (epifánia) az ő értelmezésükben nemcsak Jézus keresztisének, de Istenné válásának ünnepe is. A gnosztikusokkal szemben az egyház szerint Jézus nem teremtmény, születése óta Isten és ember; így szükség mutatkozott arra, hogy ezt a tényt ünneppel is nyo-

A december 25-i időpont kézenfekvőnek mutatkozott, egyrészt, mert közel esett a vízkereszt január 6-i időpontjához, másrészt és főként azért, mert Rómában ekkor ünnepelték a napisten, Mithrasz születésnapját. A keresztény ünnep nemcsak rátelepedett a pogány ün-

gyözködni híveit, hogy ne a Nap miatt tartsák szentnek ezt az ünnepet, hanem „Ómiatta, aki a Napot teremtette”.

A későbbi századokban, ha a napkultusz nem is, de a pogány ünnep emlékei továbbéltek számos népi szokásban. Az új születési időpont elfogadtatása nem

régebben szokásban, hogy a hajnali vagy az éjfél misén pásztorok jöttek a templomba, ajándékokot hoztak, és hódoltak a Kiszjusz előtt. Ilyen alkalmakkor előkerülhettek hangszereik is, dudaszó töltötte be a templomot. A karácsonynapi szentmise a római katolikusok számára egyike a három nem vasárnapra eső parancsolt ünnepnek.

A karácsonyi istentiszteletnek a protestáns egyházak liturgiájában is kiemelt szerepe van. Mind a református, mind pedig az evangélikus egyházak karácsonyeste (december 24-én) istentisztelet tartanak, 25-én pedig karácsonyi ünnepi istentiszteletet, úrvacsorával.

ABETLEHEMI JÁSZOL

Karácsony idején a templomokban is ünnepi külsőségekkel találkozhatunk. Liturgikus színe a fehér, amely az örömet és a tisztaságot szimbolizálja – ezt a katolikus miseruhák esetében nehezebb színnel, általában ezüsttel szokták helyettesíteni. Puritán, villanyégőkkel feldíszített karácsonyfák is megjelentek a templomokban, csakúgy, mint a gyerekek által kedvelt kis betlehemek. A kicsinyített betlehemi istálló figurái a bibliai történetet jelenítik meg; középen a bölcsőszertű jászol, benne a Kiszjuzst

lathoz kapcsolódnak, és a vegetáció, emberi egészség és boldogulás érdekeit, a betegség és halál démonainak elriasztását szolgálják. Az év elején mágikus és liturgikus cselekményekkel meg szeretnék ismerni, kipuhatólni, illetőleg befolyásolni az új esztendő fordulóit. Erre az archaikus-mágikus alaprétgre rákódott a kereszténység misztikus-liturgikus világa.

December 24-én, karácsony böjijén nagy készülődés volt mindenhol; kitakarították a házat, sütöttek, főztek, sőt, ha máskor nem is, ekkor igazán illett megfürödni, vagy legalább hajtat mosni. Kintről, az utcáról pásztorok, juhászok zajongása hallatszott; az országszerte elterjedt szokással a gonosz szellemeket kívánták egykor távol tartani. „Karácsony előestéjén az ostordurrogatók valóságos zártörűzzel készítették elő, déltől fogva úgy zengett-csatogott a puszta, mint egy csatatér” – írta gyermekkori tapasztalatairól *Illyés Gyula* (Puszták népe).

KARÁCSONYI MÁGIA

Mikor beköszöntött az este, megterítették a karácsonyi asztalt. Már az abrosz is külön jelentőséggel bírt, általában csak karácsonykor használták. Sok helyütt két vagy három abroszt is tettek egymásra, közéjük magvakat,

lehetett, ugyanakkor a betlehemi istálló jelképének is tekintették. Egyes helyeken az angyalokat vagy a Kiszjuzst várták vele, például Kiszomborban *jézuskafészeknek* hívták. Ezt a szalmát is szentmennynek tekintették, hasonlóképp, mint annak idején Szent Ferenc; karácsony elmúltával megtöltötték vele a szalmazsákokat, vagy a gyümölcsfákra kötötték belőle, hogy jó legyen a termés.

Számos hiedelem fűződött az éjfél miséhez is. A néphit szerint éjfél amúgy a szellemek és démonok eljövételének titokzatos órája, most azonban egyszersmind Jézus születésének ideje is. Ez a kettősség a hiedelmekben is megmutatkozik. Nem egy helyen úgy tartották, hogy az éjfél mise alatt az istállóban az állatok emberi hangon beszélni kezdenek. Ezeket a beszélgetéseket ugyan ki lehet hallgatni, ám ha az állatok észreveszik, agyonrúghatják vagy öklelhetik az embert. Számos vidéken emlegették félelemmel, hogy az éjfél mise előtt a halottak tartanak misét a templomban, és ha valaki közéjük téved, veszélybe kerülhet. A legelterjedtebb hiedelem azonban a *lucaszékéhez* fűződött, amit az éjfél misén kellett használni venni; aki ráült vagy ráállt, szarvukról felismerhetette a falu boszorkányait.



mezés valószínűleg középkori templomi játékokból ered, szövegeinek tényleges előzményei a 17–18. századi iskolai színjátékokban keresendők. Csak az elmúlt századokban vált a ma ismert formájában karácsonyi népi színjátékká. A résztvevők már hetekkel karácsony előtt megkezdik a felkészülést; próbákat tartanak, tanulják az énekeket, elkészítik a kellékeket. Bizonyos helyeken komoly lelki felkészülést is igényelt a játék, a szereplőknek egész advent időszakában önmegtartóztató életet kellett élniük, kocsmába nem járhattak, világi énekeket nem énekelhettek, és a lánytársaságot is kerülniük kellett. A színjáték nélkülözhetetlen szereplői a pásztorok, rajtuk kívül általában Szent József, a betlehemi király (néhol Heródes), Mária, angyalok, huszárok, esetleg a háromkirályok szerepelhetnek még. A betlehemezők megfelelő jelmezekben, a pásztorok néhány helyen álarcban, házi készítésű, kívül templomot, belül istállót formázó kis betlehemmel járnak házról házra.

A játék menete vidékenként sok tekintetben eltérő, ám számos közös elemmel is találkozhatunk. Először általában bebocsátást kérnek a betlehemezők, majd üdvözlik a ház lakóit. Ezután következik a szálláskeresés számalmat keltő motívuma, majd az angyalok hírről viszik a pásztoroknak a Megváltó születését. Ez általában a komikus rész, ahogy a pásztorok felébrednek, feltámoogatják egymást, útra kelnek. A komikum forrása gyakorta az öreg pásztor sükettségéből adódik: „*Ne fájjen kend, jöj-jön Betlehembe / Hová? Abba a vén tehenbe?*” Általában sajtot meg bárányt visznek a Kiszjuszának aján-

dékképpen, így hódolnak előtte az egyszerű, de tiszta szívű pásztorok. Végül minden jót kívánnak a házigazdának, utalván az elvárt adománnyra is. Az előadást tánc és karácsonyi énekek kísérik – köztük olyan ismert dalok, mint a *Mennyből az angyal*, a *Csordapásztorok* vagy a *Pásztorok, pásztorok örvendeznek* kezdetűek. Az énekek végével a vendéglátók itallal és süteménnyel kínálják a betlehemezőket, majd valami adománnyal, pénzzel útnak eresztik őket. A betlehemezők néhány nap alatt végigjárják a falut. Több helyütt bábokkal szokás betlehemezni. Régebben városokban is divatba jött a betlehemezés, ám a 20. század végére a felnőttek szerepét egyre inkább átvették a gyerekek.

HAJ, REGŐ REJTEM!

A karácsonyi időszak másik nevezetes alakoskodása a *betlehemezésnél ősibb elemeket magába foglaló, európai és régi magyar hagyományokon alapuló regölés*. Leggyakrabban karácsony másnapján, István-napon került rá sor, ám mint évről-évre változó hagyomány a karácsonyi időben máskor is regőlhettek; egykor a vízkereszt utáni hétfőt nevezték *regelő hétfőnek*. A regölés főként a Nyugat-Dunántúlon, kisebb mértékben a Székelyföldön terjedt el. A regölés szó *reg-* töve eredetileg lerészegedéssel járó vigasztalást jelentett, regölőknek pedig az Árpád- és az Anjou-korban a királyi mulatságok énekeseit nevezték. Ősi voltára utal, hogy a regölők Szent István szolgálóinak nevezik magukat, valamint az is, hogy a *reg* szó kapcsolatban áll a sámánok *révülésével* is, ami honfoglalás előtti eredetű sejtet.

Több mint száz éve *Sebestyén Gyula* néprajzkutató gyűjtötte össze a regölés szokásait és a regös énekek sok-sok változatát. Leírása szerint „három közönséges regös, egy bika és egy bikás szokott rególni. A közönséges regösök láncos bottal járnak, s vele éneklés közben az ütemet erősen kiverik. A bika hosszúszerű, kifordított bundát ölt magára, a nyakán pedig bosszú láncot visel. Amint bealkonyodik, a házról házra való járást azonnal megkezdik:

(...)

*Megjöttek, megjöttek
Szent István szolgálói,
Kinek füle, kinek
Lába el van fagyva.*

Nyomjuk-e, vagy mondjuk?

A regösök rigmusaikban a gazdának jó termést, az alkalomszerűen említett lánynak és ifjúnak szerelmet kívánnak, ami nemcsak jámbor jókívánság, de varázslat is, ezt bizonyítják a refrén ősi varázsigéi:

*Haj, regő rejtem!
Azt is megengedte
Nekünk az Úristen!*

*Aztán a bika beront a szobába,
ott ugrál, bóbó. Ahol lányok vannak,
mint pl. a fonóban, ott a lányokat ijeszgeti. Végül ezt énekelik:*

*Emitt keletkezik
Egy szép kerekpázsit,
Abban legelész egy
Csodafüszarvas,
Csodafüszarvasnak
Ezer ága-boga,
Misémondó gyertya
Gyujtatlan gyulladóját,
Ojlatlan alugyál,
Haj, regő rejtem! stb.*

(Folytatás a 12. oldalon)



Regölők

ábrázoló babával, körötte Mária és Szent József, a pásztorok vagy a napkeleti bölcsek, valamint az istálló lakói: ökor és számár. A betlehemi állás szokása többek szerint *Assisi Szent Ferenctől* ered, aki 1223-ban *Greccio* közelében egy barlangot rendezett be a betlehemi istálló mintájára, hogy a környékeliekkel ott rendezhesse az éjfél misét. Ma már üzletekben is árulnak betlehemet, így a kicsinyített istálló műanyag, fa vagy kerámiababáival helyet kaphat a családi otthonokban is.

KARÁCSONYI HIEDELMEK ÉS NÉPSZOKÁSOK

Számos népszokás fűződik a karácsonyi ünnepkörhöz. Számba venni valamennyit lehetetlen, hiszen a *karácsonyi idő az esztendő népszokásait tekintetében leggazdagabb szakasza*. A hagyományok egy része ma is él (például a betlehemezés), többségüket azonban kiszorították a karácsony polgáribb szokásai, emléküket inkább csak néprajzi leírások őrzik. Vannak közöttük olyanok, amelyek valamely nevezetes naphoz kötődnek, de általában koronként vagy tájegységenként az *ünnepi időszak más-más időpontjában gyakorolták őket, adventtől egészen vízkeresztig, olykor még az után is*. Ezek a hagyományok eredetüket, céljukat, jellegzetességeiket tekintve igen sokszínűek, de meglehetősen távol állnak attól a poétikus, érzelmes és idilli képtől, amit a mai ember számára a karácsony jelent. *Bálint Sándor* írja róluk: „*A hagyományelemek főleg a téli napfordu-*

szénát. Az asztal több napig terítve maradt, általában aprószentek napján (december 28.), újévkor vagy vízkeresztkor szedték csak le; a fennhagyott ételekkel a szent családot, illetve az angyalokat várták. Valójában a szokás a karácsonyi halottkultusz emléke; halott őseiket vendégelték meg ilyenkor, egy a közelmúltban is élő hagyomány szerint néhány helyen karácsonyeste a nemrég elhunyt családtag részére is terítették. Az abrosz a későbbiekben mágikus tárgyként szolgált. Megdörzsölték vele a beteget, hogy meggyógyuljon. Faddon (Tolna) a kopszóra borították, míg a búcsúiak (Vas) újévig a karácsonyi abrosz takarózták, hogy elkerülje őket a betegség. Néhol a jó termés reményében később a karácsonyi abroszból vetették el a magvakat.

Az asztalra vagy az asztal alá sokféle dolog kerülhetett; használati tárgyak, szerszámok, magvak, gyümölcsök (alma és dió), fokhagyma, széna, szalma, só stb. A néphit szerint ezek a dolgok karácsonyeste megszentelődtek, mágikus erőt nyertek. Például a marhának a karácsonyi sóból adtak, nehogy fölfúvdjék. Nyugat-Magyarországon az ünnepi asztal tartozéka volt a kaszakó, amit az év folyamán gyógyításra használtak, Kiskőrösön pedig a karácsonyi asztal alá tett baltával igyekeztek viharos napokon elhárítani a jégesőt, úgy, hogy kitérték az udvarra. Sok helyütt nemcsak az asztalt, de a szoba földjét is szalmával szórták be, aminek eredetileg vegetációs-mágikus célzata

BETLEHEMEZÉS

Helyenként ma is élő, a karácsonyi időszaknak országszerte leginkább elterjedt dramatikus hagyománya a betlehemezés. Már advent idején elkezdődhetett, máshol szenteste, karácsony napján, vagy *két karácsony között* (így hívták sok helyen a karácsonytól újévig tartó időszakot), gyakorta vízkeresztkor végezték. A betle-



(Folytatás a 11. oldalról)

Ezzel a regölés, illetőleg az ének véget ér. »Dicsértessék az Úr Jézus Krisztus!« szavakkal mindnyájan bemennek a szobába, (...) Amit kapnak, elveszik, megköszönik s szerencsés jótétemények kívánva tovább mennek.»

Külön figyelmet érdemel a regösök énekében szereplő csodafüszarvas. Az agancsán gyertyákat hordozó szarvas képét megtalálhatjuk a Képes Krónika egyik miniatúráján; a „gyújtatlan gyuladó és oltatlan alvó” misegyertyák pedig mik is lehetnének egyebek, mint az ég csillagai. Megegyeznek abban a kutatók, hogy az énekben szereplő szarvas asztrális szimbólum, amely szarvai közt a téli napforduló idején megújuló napot hozza. A szarvas egyszersmind Európa-szerte ismert Krisztus-jelkép is, erről beszél az egyik regösének-változat, amikor elmeséli, hogy a vadászó Szent István királyt így szólította meg a szarvas: „Ne siess, ne siess, uram, Szent István király, / Az én halálomra. / En sem vagyok vadlövő vadad, / Hanem én is vagyok az Atyaistentől / Hozzád követ.” A regösöknek szarvas alakja, amelynek agancsain úgy lobognak a lángocskák, mint a karácsonyfa fényei, csodálatra méltóan egyesíti magában az ünnep keresztény és kozmikus-vegetációs tartalmát a magyar hagyományban.

ISTVÁNOZÁS, JÁNOSOZÁS

Az egyházi naptár karácsony másnapjára, december 26-ra rendeli Szent István vértanú, egy nappal később Szent János apostol ünnepét. Ugyan a nép körében nemigen volt szokásban névnapokat tartani, ezeken a napokon mégis sok helyütt élt az

király Jézus születésének hírére annyira megrémült, hogy legyilkoltatta Betlehemben az összes kétévesnél fiatalabb fiúgyermeket.

Ennek a napnak régi hagyománya volt a korbácsolás. Az ország-szerte elterjedt szokás, amely még ma sem halt el teljesen, csak közvetett módon kapcsolódik a bibliai történethez. Egy régi magyarázat szerint az atyák vesszővel ütögetik gyermekeiket ezen a napon annak emlékeztetére, hogy gyermekek megújuló napot hozza. A szarvas egyszersmind Európa-szerte ismert Krisztus-jelkép is, erről beszél az egyik regösének-változat, amikor elmeséli, hogy a vadászó Szent István királyt így szólította meg a szarvas: „Ne siess, ne siess, uram, Szent István király, / Az én halálomra. / En sem vagyok vadlövő vadad, / Hanem én is vagyok az Atyaistentől / Hozzád követ.” A regösöknek szarvas alakja, amelynek agancsain úgy lobognak a lángocskák, mint a karácsonyfa fényei, csodálatra méltóan egyesíti magában az ünnep keresztény és kozmikus-vegetációs tartalmát a magyar hagyományban.

A korbácsolás, vesszőzés ősi pogány szokás, fő funkciója a betegség kiűzése, illetve a növekedés, a termékenység elősegítése. Ennek érdekében nemcsak gyermekeket, de ifjakat, lányokat is megütögettek a többnyire fűzfavesszőből font korbáccsal. A veréshez sokszor ráolvasó mondóka is járt:

Szöfögdó légy,

Ha lenek küldenek, főnek menj,
Ha főnek küldenek, lenek menj,
Ha vizért küldenek, borért menj,
Ha borért küldenek, vizért menj
Egészséges légy, friss légy, keléses ne légy!

(Zalaistvánd)

Őrségi beszámoló szerint a legények hajnalban indultak a lányos házakhoz, hogy még az ágy-

zó ágacskák napfordulós feltűnése már a 4. századi Európában sem ismeretlen, a feljegyzések szerint szokás volt ilyenkor a házakra koszorúkat, örökzöld ágakat, virágokat kitűzni. Jellemző, hogy a középkorban mindezt még pogány szokásnak tekintették.

Noha a karácsonyfa-állítás vegetációs jelképe nyilvánvaló,

végül a 20. század közepétől általánossá válik a parasztság körében is.

A TUDÁS ÉS AZ ÉLET FÁJA

A mai karácsonyfa valószínűleg a paradicsomi jelenetet megelevenítő misztériumjátékokból ered. December 24. az egyházi kalendárium szerint Ádám és Éva napja, erről a középkor folyamán az első emberpár teremtését és bűnbeesését bemutató liturgikus színjátékkal emlékeztek meg. (Ennek népies változatai, a paradicsomjátékok egy ideig helyenként nálunk is fennmaradtak, különösen a hazai németiség körében.)

Ezeknek a színjátékoknak legfontosabb díszlete volt az élet, illetőleg a tudás fáját jelképező almafa. Hogy miért kellett az almát fenyővel helyettesíteni, arra a téli időpont elégséges magyarázatot nyújt, mindenesetre a fenyőfára almákat aggattak, ezért lett az alma a karácsonyfa legősibb dísz. Később a puritán szemlélet bűnös dolognak tartotta a paradicsomjátékokat, és igyekezett minden módon tiltani, ezért evangélikus vidékeken ki is halt a szokás, ám a nép legalább a fát megőrizte a számára oly kedves színjátékból. Így került a tudás fája előbb főként műhelyekbe, majd a családi otthonokba, és így lett belőle karácsonyfa. A paradicsomjátékhoz fűződő eredetet igazolja az is, hogy a karácsonyfát a német nyelvterület egy részén Paradicsom (paradicsom) neveztek.

A karácsonyfának igen gazdag szimbolikája van, ami figyelemre méltó pontossággal közvetíti az ünnep vallási lényegét. Ez korántsem véletlen, hiszen az egyház is okkal emlékezik meg Ádámról és Éváról, vagyis a bűnbeesésről éppen karácsony vigiliáján. Hiszen ekkor születik Jézus Krisztus, a Megváltó, aki kereszthalálával és föltámadásával megszabadítja az emberiséget, Ádám és Éva utódait a bűntől. Vagyis a karácsonyfa az ünnep és a kereszténység három alappilléret szimbolizálja egyszerre: a középső a karácsony, Jézus Krisztus születése, amely visszautal az elsőre, a bűnbeesésre, és előrelát a húsútra, a megváltásra.

MIT JELENTENEK A DÍSZEK?

A fát díszítő almák mint a tudás fájának almái eredetileg a bűnbeesést jelképezték. Az alma amúgy szerelmi jelkép, egyszersmind a szerelmi tudásé is; a népi szerelmi

jóslás Európa-szerte elterjedt formája szerint, ha a lány bizonyos körülmények között almába harapott, megtudhatta, hogy ki lesz a jövődöbelije. Ám ez a szerelmi jelkép Istennek az emberek iránti szerelmét is jelenti. A karácsonyfa egyszersmind Jézus Krisztus nemzetségfájának a jelképe, az őszövényes Jesse fája (Iz 11,1-10), amelynek hajtása a prófécia szerint a Messiás. Ebben az értelemben az alma maga a kisdéd Jézus, ahogy a népi rigmus mondja: „A kis Jézus aranyalma / Boldogságos Szűz az anyja.”

Az alma mellett a karácsonyfát Németországban tradicionálisan ostyával díszítették. Ez világos utalás az oltáriszentségre, illetve az abban megjelenő Krisztusra. Így lesz láthatóvá a karácsonyfán a kétféle Jézus, egyszer alma képeben a születő kisdéd, másodszor a testét és vérét áldozó megváltó az ostya képében. A meg-

(bűnbeesés, karácsony, húsvét) utal a székely karácsonyi köszöntő is:

Paradicsom mezeibe

Aranyzónyeg leterítve.
Azon vagyon rengő böcsű,
Abba fekszik Úr Jézuska:
Jobb kezibe arany vessző,
Bal kezibe arany alma,
Meggúditá a vesszejét:
Zúg az erdő, zeng a mező.
En nem láttam szebb termőfát,
Mint Úr Jézus keresztifját,
Mert az vérel virágozik,
Szentlélekkel gyümölcsözik.

Az ostya hazánkban is megjelenik karácsonyi rekvizitumként, a 20. századig sok helyütt egyházi személyek (például a kántorok) ostyát osztogattak a nép között, abból eszegettek az emberek a karácsonyi idő alatt. Az alma és az ostya mellett a fa meghatározó díszai a gyertyák. Lángjuk arra



istvánozás, illetőleg a jánosozás hagyománya. Egy csapat férfi végigjárta a községet, hogy az Istvánokat és a Jánosokat újrív jókívánásokkal fűszerezett névnapi rigmusokkal köszöntse. Mindez jó alkalom adott némi mulatozásra, ami a karácsonyi időszaktól amúgy sem volt idegen. Főként a borvidékeken János-napján bort szentelnek. Ugyanis a legenda szerint Szent János evangélista egy alkalommal egy pogány papot úgy tért meg, hogy elfogyasztott egy pohár mérgezett bort, anélkül, hogy baja esett volna. Mindenesetre sokfelé isszák meg ilyenkor köszöntésképpen a „Szent János poharát” – ámbár ezt a kifejezést más alkalmakkor is használják az utolsó pohár itlra.

APRÓSZENTEK-NAPI KORBÁCSOLÁS

A karácsonyi idő nevezetes napja még a december 28-i aprószentek ünnepe. Aprószenteknek a katolikus egyház a betlehemi gyermekgyilkosság áldozatait tekinti; az evangélium szerint Heródes

ban meg tudják korbácsolni a lányt. Azt tartották, hogy akit nem korbácsolnak meg, az képtelen lesz megházasodni vagy férjhez menni, illetőleg az elkövetkező esztendőben beteges lesz. A verés persze a dolog természetéből adódóan sokszor elfajult, ezért sokan helytelenítették, olykor tiltották is.

KARÁCSONYFA

A karácsonyfa az ünnep elengedhetetlen kelleke, sőt jelképe is, nélküle ma már nem is tudjuk elképzelni a karácsonyt. Pedig a karácsonyfa-állítás alig több mint száz esztendeje vált általános szokássá hazánkban. Bizonyos előzményei persze voltak; a téli napforduló idején a megújuló életet szimbolizálta a mesteregrendára kötött, vagy cserépre ültetett termőág vagy életfa. Ezeket az ágakat szokás volt díóval, almával ékesíteni.

Ugyancsak vegetációs jelképnek tekinthető a kizöldült lucabúza; a Luca-napon (december 13.) elültetett búza karácsonyra kisarjadt. A tavaszig-

a karácsonyfa mégsem ugyanarról a töről ered, mint a napfordulós zöld ág. Először a 16. századi Elzászban történik róla említés, majd a 17–18. században indul lassú terjedésnek Németország protestáns vidékein. Európa más országába, így Magyarországra csak a napóleoni háborúk után ér el.

A feljegyzések szerint hazánkban az első karácsonyfát 1819-ben állították Budán, Józsefnádor palotájában. Valószínűleg a nádor harmadik felesége, a buzgó lutheránus Mária Dorottya württembergi hercegnő hozta Magyarországra szülőhazája hangulatos vallásos szokását. Az első magyar karácsonyfát 1824-ben a martonvásári kastélyban állította Brunsvik Teréz. A karácsonyfa-állítás szokása a társadalom felsőbb rétegeiből szivárgott lefelé, a 19. század közepén főként az arisztokrata kastélyokban, később nemesi és polgári szalonokban, majd a kispolgárság otthonaiban találkozhatunk karácsonyfával; a század végére a városokban egészen elterjedt, míg



FOTÓ: CSEPI LÁSZLÓ



váltás és a bűnbeesés összefüggése tükröződik abban a legendában is, amely szerint Jézus keresztfáját a paradicsomi tudás fájából, vagy legalább a fa magvából kikelt fából ácsolták volna; erre a hármas összefüggésre

emlékezett, hogy a karácsony a fény ünnepe. A feldíszített fa ezeken kívül is számos jelképet hordoz, sokak szerint a fán tekerőző fűzér vagy angyalhaj a paradicsomi kígyót, az aranyozott fémlapocskák vagy a csillogó arany-

ezüstdíszek pedig a háromkirályok ajándékait jelképezik. A kozmikus jellegű díszek (nap, hold, csillagok, csillagszóró) egyfelől a karácsonyfa világfa jellegére utalnak, másfelől a csillagmotívumok a *betlehemi csillagra* emlékeztetnek.

A karácsonyfa fentebb vázolt keresztény szimbolikája sosem volt közismert még a vallások körében sem, így a karácsonyfa-állítás már bejövetelek sem lehetett feltétlenül vallásos szokás. Sőt, valószínűleg maga a karácsonyfa-állítás elterjedése is polgáriította az ünnepet, aminek köszönhető, hogy ma – legfőképp az egyedülállók egy részét leszámítva – úgyszólván mindenkinek a lakásában megtalálható a karácsonyfa, vallásosságra való tekintet nélkül. Valószínűleg ennek a jelenségnek a félreismeréséből származott az a kísérlet, amely a kommunista vallásellenes propaganda jegyében igyekezett megfosztani a karácsonyt vallási jellegétől, és a karácsonyfa középpontba állításával a *fenyőfa-ünnep* elnevezést kívánta beve-

nyek kialakulását. Ez igaz magára a magyar társadalomra is; mivel a karácsonyt az emberek túlnyomó többsége vallásra, világnézetre, származásra, lakóhelyre, műveltségre és társadalmi helyzetre való tekintet nélkül megünnepeli, ezért az *ünneplés rítusai családonként igen különbözők lehetnek*.

A karácsonyt általános vásárlási buzgalom előzi meg. A készülődésben külön szerep jut a háziasszonyoknak, akik gyakran az ünnep fő terheit viselik. Számukra a karácsony, vagy legalább az azt közvetlenül megelőző néhány nap gyakran a legnagyobb dologidő: a bevásárlás, takarítás, sütés-főzés, ajándékok becsomagolása és ezernyi egyéb.

A 19. század végén alakult ki a karácsonyi képes üdvözlőlapon küldésének szokása. Rendkívül sokfajta és színvonalú üdvözlőlapon volt és van forgalomban, ezek tipológiája kötetnyi terjedelmű lehetne. Újévi jókívánságokkal megtöltött karácsonyi üdvözlöt nemcsak rokonok és barátok, de hivatali és üzleti kapcsolatban ál-

nyek támogatása, megajándékozása is a karácsonyhoz kötődik, csakúgy, mint különféle karitatív akciók szervezése.

A szentestét szűkebb családi vagy rokoni körben szokás ünnepelni, karácsonyfa-állítással, énekszóval, ajándékozással, ünnepi vacsorával. Az otthoni szertartások megtartására a gyermekes családok jobban figyelnek, náluk amúgy is a gyermek áll az ünnep középpontjában. A következő napokban alkalom nyílik a rokonlátogatásokra, az ajándékok (játékok) használatbavételére. Régebben gyakori családi szórakozás volt ilyenkor a kártyázás, kockázás, a társasjáték, az utóbbi évtizedek szociológiai felmérése szerint az átlagosnál többet néznek a családok ilyenkor televíziót.

AJÁNDÉKOZÁS

A karácsonyi szokások közül egyre inkább az ajándékozás válik az ünnep már-már elengedhetlen részévé, olyannyira, hogy sokak szemében ez a karácsony legfontosabb mozzanata. A szokás ősibb a karácsonynál, a napfor-

Persze, a gyermekeknek ma is kitüntetett szerepük van. Sok helyen a *kisebbség ajándékait a Jézuska, az angyal vagy a Mikulás hozza* (Erdély egyes helységeiben néhány évtizede még az *aranyos csikó*), csakúgy, mint a karácsonyfát. Az ajándékozás ideje a szenteste, az ajándékok a fa alatt sorakoznak. Ajándékozni nem illik bármit, ám mégis mindent szokás; kis apróságától kezdve nagy értékű tárgyakig, persze, a gyerekeknek mindenképpen jár valamiféle játék. Saját készítésű ajándékokkal többnyire a gyerekek rukkolnak elő, ezek általában az óvodában vagy az iskolában készített rajzok, egyéb apróbb tárgyak lehetnek. Az ajándékokra és a csomagolásra egyként jellemző ősi igazság, hogy az ízlések különbözők.

ÉTELEK

Az ünnephez jellemző étkezési szokások is kötődnek. Bizonyos ételek fogyasztása – például ostya, alma, dió – összefüggésbe hozható az ünnep vallásos jellegével. A méz is jelentős szerepet játszott; hogy az új esztendő édes legyen, néhol mézbe mártott dióval vagy fokhagymával kezdték a vacsorát. Elterjedt népi vélekedés szerint a vacsora elején tört dió megmutatja a jövőt: aki egészséges, azt elkerüli a betegség, aki viszont férges, az joggal fel lehet az elkövetkező esztendőről. Ezeknek az ételeknek sokáig mágikus erőt is tulajdonítottak, például Hódmezővásárhely környékén egész ünnep alatt a poharakba, illetőleg a vályuba almát tettek, arról ivott ember és jószág, hogy elkerüljék a betegséget.

Huszonnegyediken a katolikusok rendszeresen böjtös ételt ebédelték, aminek gyakran része volt a mákos guba, és csak az éjféle mise után fogyasztottak húst. A népi táplálkozásra ilyenkor rányomta a bélyegét a disznóvágás közeli időpontja, a karácsonyi ünnepi ételek: hurka, kolbász, töltött káposzta. Elengedhetetlen kelléke volt az ünnepnek a diós vagy mákos kalács, ahogy arról a sokfelé elterjedt mondás is tanúskodik: „Ha nincs kalács a rácson, / szomorú a karácsony.”

Kosztolányi Dezső:

Karácsony

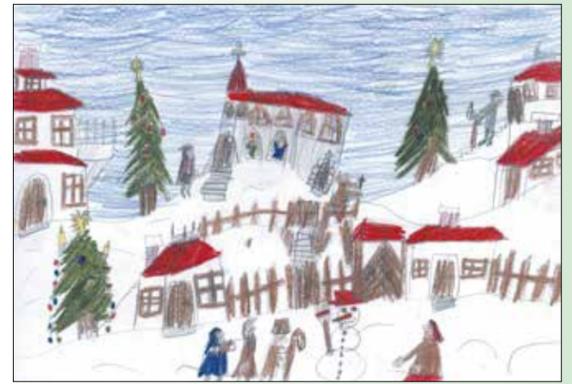
Ezüst esőbe száll le a karácsony
a kályha zúg, a hóesés sűrű;
a lámpafény aranylik a kalácson,
a kocka pörg, gőzöl a tejsűrű.

Kik messze voltak, most mind összejönnek
a perccel édes szóval ütni el,
amíg a tél a megfagyott mezőket
karcolja éles, kék jégkörmeivel.

Fenyőszagú a lég és a sarokba
ezüst tükörből bókol a rakott fa,
a jó barát boros korsóihoz von.

És szong az ének áhitatba zöngve...
Csak a havas pusztán, a néma csöndbe
sír föl az égbe egy-egy kősa mozdony.

(1905)



zetni – kevés sikerrel. A kudarc oka is nyilvánvaló: ugyan keresztények, más vallásúak vagy a nem vallásosok mást-mást ünnepelnek karácsonykor, de azt mindenki érzi, hogy az ünnepnek csak szimbolikus kelléke, de nem lényege a feldíszített fenyőfa.

A múlt század végére a természetes díszeket lassan háttérbe szorították a gyárilag készítették. Az almát és a diót színes gömbök, a süteményfigurákat műanyag hóember, mikulás vagy angyalka váltotta fel. Az élő gyertyalángok helyett színes elektromos égők fénylenek, ami tűzveszély szempontjából kétségtelenül praktikusabb megoldás.

Ugyanakkor az utóbbi időben megfigyelhető bizonyos ellenhatás is, sokan igyekeznek visszatérni a tradicionális megoldásokhoz, az almához, az ezüstpapírba csomagolt dióhoz vagy a saját készítésű mézeskalács díszekhez. Ami viszont nemigen maradhat le a magyar karácsonyfákról, az a színes, csillogó papírba csomagolt *szaloncukor*.

Ám legyen a fa bármilyen díszítésű, a kisgyerekek számára – különösen, ha hiszik, hogy az angyal vagy a Jézuska hozza – semmihez sem hasonlítható élményt jelent, amikor megszólal a csengő, kitérül az ajtó, és megpillantják a feldíszített karácsonyfát. A szokatlan fények, a fa pompája és a szobát betöltő fenyőillat élményszerűen közvetítik a gyermekek számára a karácsony misztériumát.

KARÁCSONYI SZOKÁSAINK

A karácsonyi szokások még ma is páratlanul sokszínűek. Az ünnepvilágméretű elterjedtsége maga után vonja a helyi sajátosságok érvényesülését, helyi hagyomá-

lók is küldenek egymásnak. Az elmúlt évtizedben különböző elektronikus üzenetek szorítják ki a képeslapokat, az egyszerű SMS-ektől a zenés animációkig itt is igen nagy a változatosság.

Magyarországon a karácsony mindkét napja munkaszüneti nap, sőt az utóbbi időben már december 24-ét is ledolgozzák az emberek valamelyik szombatban, és sokan egészen újévig meghosszabbítják szabadságukat. Az iskolai téli szünet már huszonegyedikétől kezdődik és újév utánig tart, így az ünnepre azok is haza szoktak utazni, akik otthonuktól távol dolgoznak vagy tanulnak. Ez a munkaszünet meglehetősen régről ered, az egész karácsonyi idő a népi hiedelmvilág szerint *dologtöltő napokból* állt, például sok helyütt az asszonyoknak tilos volt varrni, és aki nem kötötte össze ilyenkor az olló szarait, annak a jószágait a következő évben könnyen megzavarták. Karácsonyeste van az évben a legteljesebb munkaszünet, már délután leáll a tömegközlekedés, bezárnak a boltok és a vendéglátóhelyek.

Noha a karácsony elsősorban családi ünnep, a huszonnegyedikét megelőző napokban kisebb-nagyobb közösségek is megemlékeznek róla. Általánosnak tekinthető a karácsony iskolai megünnepelése, egykor betlehemes pástorjátékkal, manapság inkább osztályünnepségek keretében ajándékozzák meg egymást a diákok.

Több évtizedes hagyomány a gyermekek parlamenti karácsonyi ünnepsége. Szokás bentlakó intézményekben is (kórház, nevelőintézet, öregek otthona, lakotanya stb.) karácsonyfát állítani és ünnepséget rendezni. A szeg-

dulós ünnepek része az ókori Egyiptomban és Rómában is.

Általában a magasabb rangú adta az ajándékokat; az urak szolgáikat, a pápa a bíborosokat és tisztviselőket, az apát a szerzeteseket ajándékozta meg. A családon belüli hierarchia szerint kezdetben inkább csak a gyermekek kaptak ajándékokat, később alakult ki napjaink szokása, amikor a család tagjai kölcsönösen megajándékozzák egymást.





Tavasszal ünnepelte kilencvenedik születésnapját, és – leszámítva, hogy épp novemberi névnapján szívrohamot kapott – köszöni, jól van Szőnyi Erzsébet, aki a kórházban töltött két hét után Balatonfüredre készül rehabilitálódni. Most sem tölti tétlenül napjait a zeneszerző–karvezető–zenepedagógus, akit a közelmúltban a Nemzet Művészevé választott a Magyar Művészeti Akadémia. Kodály legkedvesebb tanítványa, módszerének világhírű mentora jelenleg angol nyelvű életrajzi kötetét lektorálja, és rengeteg terve van.

■ *A Nemzet Művésze nem lehet akárcsi. Mire eddig eljut az ember, szükségszerűen a „szébbé” van már legalább egy Kosuth-díj, de önmagában elismerések mellett a Liszt Ferenc- és az Erkel Ferenc-díj átvétele is megadatott. Mégis, mit jelent most ez a kitüntetés?*

– Pestiesen kifejezve úgy is mondhatom, hogy ez a csúcis. Kicsit úgy értekelem, mintha egy Corvin-lánc lenne. Azáltal, hogy a legkülönfélébb művészeti ágak képviselői kapták meg ezt a címet, az ember úgy érzi, egy nagyobb nemzeti, művészeti közösségbe tartozik, amelynek tagjai egyet akarnak, egyforma módon gondolkodnak. Annak idején,

amikor a Budai Fonóban Makovecz Imre kezdeményezésére megalakult a Magyar Művészeti Akadémia, engem mindjárt meghívtak tagnak. Jó húsz évet eltöltöttem ott, ezalatt úgy megismerem azokat az embereket, akik a tagtársaim lettek – az építész, a festő, az iparművész, a költő –, hogy jó baráti közösség alakult ki közöttünk. Odafigyelünk egymásra, eljárunk egymás kiállítására, hangversenyére, és egymás művészetének megismerésével mind gazdagodunk. Bizony, életem alkonyát a Magyar Művészeti Akadémián töltöttem, ami beragyogta az életemet.

■ *Csak nagy nehezen találtam meg, az Ormódi úti lakásban hiába csöngött a telefon. Elköltözött a kerületből?*

– Az egész életemet ott éltem le, már nem költözök el. Itt, a Mészáros utca és az Attila út sarkán egykor az anyósom lakott, és amikor ő meghalt, nem adtuk el a lakást arra való tekintettel, hogy jöhet olyan helyzet, amikor kényelmesebb lesz idejönni. Most a kórházból praktikusabb volt.

■ *Így viszont egy karnyújtásnyira van csak a Szilágyi Erzsébet Gimnáziumtól, élete egyik fontos színterétől. Jár még oda?*

– Hogyne, most is meghívtak a szokásos Erzsébet-napi ünnepségre, csak nem tudtam elmenni, mert épp aznap kaptam szívinfarktust. A kilencvenedik születésnapomra viszont külön ünnepséget rendeztek nekem az

egykori diákjaim, kollégáim és a mostani szilágyisták. Volt nagy trakta, torta és éneklés. Én egyrészt a Szilágyiba jártam, másrészt ott kezdtem el tanítani, harmadrészt oda vittem gyakorlatra a Zeneakadémián általam oktatott növendékeket, úgyhogy sokuk újít szilágyista koruktól a diplomáig kísérttem.

■ *Ma már nem tanít, de évtizedeken át oktatott. Hogy tapasztalta, a technikai fejlődés mennyiben változtatta meg a diákok hozzáállását?*

– Az idő felhasználása ma már teljesen más, mint régen, miután egyetlen gomb megnyomásával mindent odavarázsolhatnak maguk elé a számítógépen vagy a tévét, amit csak akarnak. Nem kell semmi mást tenniük, csak ülni. Régen az aktív zenéléssel, vagy a kórusban való énekléssel egymást is jobban megismerhették. Emlekszem, számunkra micsoda esemény volt, amikor tavaszi iskolai kirándulásra mentünk. Mára ezek az élmények háttérbe szorultak.

■ *Mint a Kodály-módszer nagy mentora mit tanácsolt, hogyan kezdjük a zenei nevelést a gyerekeknek?*

– Szoktam olvasni a Hegyvidéket, nagyjából követem azt is, milyen rendezvények vannak, és úgy veszem észre, e tekintetben jó úton jár a kerület. Amit meg lehet adni, azt megadják a gyerekeknek. Jó, ha a kicsik az első időben megismerkednek a népzenevel, hogy elsajátítsák a zenei anyanyelvet, azután jöhet minden más.

■ *Kodály Zoltánnal való találkozás meghatározta egész pályáját. Elgondolkodott már azon, mi lett volna önből, ha nem egy korban élne? Merre haladt volna tovább a pályája: a zeneszerzés vagy a zongorázás felé?*

– Azt hiszem, egy bizonyos fokig eljutottam volna a zongorázásban. Engem már gimnazista-

„Nem éltem hiába”

Szőnyi Erzsébet a régi világról, munkáról és a gyerekekhez fűződő szeretetéről

koromban nagyon sok minden más is érdekelt, főleg az irodalom és a képzőművészet. Miután édesapám amatőr festő volt, a kisebbik fiam pedig grafikusművész lett, van a családban egyfajta burjánzása a képzőművészetnek, de ugyanúgy a költészetnek és az irodalomnak is. Írni ma is szeretek, ha cikkírásra kérnek fel valamelyik szaklapba, készségesen vállalkozom rá bármikor. Az érdeklődési köröm elég nyitott volt már annak idején, szerettem nyelveket tanulni, azért is mentem ki Párizsba, mert szerettem volna jobban elmélyedni a franciában.

■ *Minek köszönhető, hogy olyan sok gyerekkarabot írt?*



– Hogy nagyon szeretem a gyerekeket, és úgy érzem, tudom, mi okoz nekik örömet! Ezért nem bírok ellenállni egyetlen lehetőségnek sem, ami velük összeköthet. Itt van például a Makói Általános Iskola énekkara, amely szerepelt a szegedi szerzői estemen. Olyan jól énekeltek, hogy elhatároztam, írok nekik egy darabot. Végül egy egész szorozatot írtam Szepesi Attila verseskötetére, ami Citeraszó címmel jelent meg. Nem tudok

olyan műzenét, amiben citerakísérettel szerepelnének gyerekeknek szóló megzenésített versek. Tavasszal lesz is belőle bemutató. Biztosra veszem, hogy aki ezt végigtanulja, többet kap a kortárs zenéből, mintha feltennék neki egy lemezt – és még felnőttkorában is profitál majd ebből az élményből. A közelmúltban volt egy kórushangverseny, amelyen a tapolcai női kar énekelte. Ennek vezetője, Török Attiláné előadta az én Makrancos királyné című gyermekoperát a tanítványival. Most tudtam meg a leveléből, hogy ez azért lelkesítette annyira, mert már akkor, amikor ő járt zenei általános iskolába, és

néztek, amiért nő létemre ezzel foglalkozom. A családban szinte mindenki zenélt amatőr szinten, apám rendszerint operáriákat énekel borotválkozás közben – nagyon szépen –, pedig banktisztviselő volt. A húszas években olyan világ volt, hogy attól, hogy valaki amatőr szinten érdeklődött valamilyen művészeti ág iránt, eszünkbe sem jutott, hogy művész is lehetne belőle. Apám testvérének három gyerekéből kettő abszolút tehetség volt zenében, költészetben, festészetben, de senki nem gondolt rá, hogy végezzen is valami ilyesmit, és kapjon róla egy diplomát.

■ *Önmagát hogyan jutott eszébe mégis?*

– Azt hiszem, ebben a Szilágyinak és az énektanárnak, Sztojanovits Adrienne-nek volt nagy szerepe. Akkor jó egzisztenciának tűnt, hogy tanár legyek, az pedig fel sem merült, hogy zenét szerzek, csak később derült ki, vannak még rejtett tartaléka-

im.

■ *Szemmel láthatóan még a közelmúltban történtek ellenére is igen aktív, és biztos vagyok benne, hogy visz magával munkát a füredi rehabilitációra. Mi lesz az?*

– Így van! Megkaptam Szepesi Attila legújabb kötetét, dedikálva, ezt biztos elviszem, mert dolgozni fogok vele, a legnagyobb újság az életemben pedig mostanában az, hogy megjelent az életrajzi kötetem Amerikában. Egy hónap alatt el is fogyott, úgyhogy újranyomják, most ennek a korrektúráját kell átnézni, és ki-egészítenem azokkal a művekkel, amelyek az elmúlt fél évben születtek. A Nemzetközi Kodály Társaságtól pedig felkérést kaptam egy kánon megírására, amit gyermekkorosok világszerte énekelhetnek mindenféle nyelven. Lesz mit csinálnom Balatonfüreden, efelől nincs kétségem.

■ *Zeneszerzés is van a felmenői között?*

– Senki. Egyedül én tanultam ki ezt a szakmát. Abban a korban a nőknek nem igazán volt lehetősége ilyesmire, pláne arra, hogy zeneszerzők legyenek. Egyébként egész életemben csodabogárnak

Ha megállna az idő...

Megragadott részleteket, elnyújtott pillanatokat mutat be, az emberi lélek fontosságát hirdeti a fotográfiáin és festményein Albert Farkas szobrászművész. A Jókai Klubban nyílt különleges kiállítás a vizualitás élménye mellett lehetőséget ad a szemlélődőnek arra, hogy felfedezze mindazt, amit a modern világ láthatatlanná tett.



Rohanó világunkban sokan álmodozunk arról, milyen jó lenne, ha meg lehetne állítani az időt, ha tovább tarthatna a pillanat. Ha eltűnnének a számok és a mértékegységek, mindazok a dolgok, amik elhomályosítják, olykor láthatatlanná teszik a lényegyet. Vajon ha megtörténne a



csoda, és „megállna a világ”, észrevennénk az élet apró örömeit? Emberi kapcsolatainkban képesek lennénk felfedezni az egyént, a megismételhetetlent, az egyedit?

Hogy milyen lenne, így „elidőzni”, azt Albert Farkas szobrászművész mutatja meg fotóival és grafikáival a Jókai Klubban nyílt tárlatán. A keretbe foglalt művek a pillanat mámorába, az eddig fel nem fedezett részletek misztikumába szippantanak be bennünket. A képek emberekről szólnak, de arcokat nem látunk. Történelmet mesélnek számok, adatok nélkül.

„Farkast elsodorta a múlt, az antik és a reneszánsz világ, a sok ezer éves kultúra. Olyan, mintha a jelent valamilyen jelenen kívüli, távoli perspektívából szemlélte, egy felszabadult és önfeledt nézőpontból. Farkas az, aki nem a mában él. Kívül került a jelenen. Ezekben a képekben ott van a

múlt, a múlt maradványainak valamilyen titka, ami nem tárulkozik ki soha. A múlt emlékei elvárásolhatnak bennünket, vagy éppen észre se vehetjük, de itt vannak, járunk rajtuk, élünk bennük” – méltatta a látottakat Nagy Dénes filmrendező.

Albert Farkas a művészet erejét mutatja meg az igazi szépséget, az emberi lélek formáit és fontosságát, a részletek nagyságát. „Senkit sem ismerünk meg a látott kép alapján. Kell az érzelmi hatás, egy apró gesztus. Mert ezekben lakozik a kifejezőerő, és azok az apróságok, amik kerek, egész képet adnak az adott emberről” – fogalmazta meg művei üzenetét az alkotó, aki külön kiemelte: reméli, hogy kiállításával sikerül kiragadnia a látogatókat a mindennapok forgatagából.

bm

A béke szigete

Radnóti Miklós-emléktáblát avattak az egykori Tündérlaknál

Emléktáblát avatott a Hegyvidéki Önkormányzat Radnóti Miklós tiszteletére az Istenhegyen, a Tündér utca és a Hableány utca sarkánál. Ott, ahol egykor a Tündérlaknak nevezett ház állt, és a költő élete utolsó boldog nyarait töltötte együtt hitvesével, Gyarmati Fannival.

Fontos, hogy emléket állítsunk mindazoknak, akik hosszabb-rövidebb ideig a kerületben éltek, és az élet valamely területén nagyot alkottak – jelentette ki Fonti Krisztina a hegyvidéki Radnóti Miklós-emléktábla avatóünnepségén. Az alpolgármester elmondta, hogy az 1909-ben született költő 1935-ben kötött házasságot a szerelmes verseit már korai ifjúságától ihlető Gyarmati Fannival, akihez olyan, az irodalmunk legszebb szerelmes költeményei közé tartozó gyöngyszemeket írt, mint a Tétova óda, vagy a Levél a hitveshez.

Radnóti 1935-től többször az Istenhegyen, az apósa által bérelt Diana utca 15/b alatti családi házában nyaralt a feleségével. A varázslatos épület az 1840-es évek végén készült, és számos történelmi esemény helyszínül szolgált, sok ismert ember fordult meg a falai közt.

„E helynek, a béke szigeté-

nek, vagy ahogy nevezte, a Tündérlaknak több versében is emléket állított a költő, például az Alkonyat, az Istenhegyi kert, a Hajnaltól éjfélig, a Hajnali kert és a Zápor után című költeményeiben” – emlékeztetett Fonti Krisztina. Mint mondta, sajnálatos módon mindebből szinte semmi sem maradt, az egykori épületet, miután tönkrement és életveszélyessé vált, teljesen le-

lán utolsó békés, nyugalmas nyarait.

Fonti Krisztina elmondta, hogy mielőtt az önkormányzat döntött az emléktábla elhelyezéséről, felkeresték a 102 éves Gyarmati Fannit, aki támogatta az elképzelést. Radnóti özvegye, sajnos, nem érthette meg a táblavátsát, ez év februárjában örökre eltávozott közülünk. Az alpolgármester szerint a mostani



Fonti Krisztina alpolgármester képviselte az önkormányzatot

bontották. Az önkormányzat azonban reméli – tette hozzá az alpolgármester –, hogy a tábla méltó emléket állít egyik legnagyobb költőnknek itt, a Hegyvidéken. A jelen és jövő nemzedékei így megdudhatják, Radnóti Miklós ezen a helyen, az egykori Tündérlakban töltötte élete ta-

ünepségek különös aktualitást ad az, hogy a napokban jelent meg Gyarmati Fanni eddig soha be nem mutatott, 1935 és 1946 között írt naplója, amely a Radnóti Miklós közös életének minden rezdüléséről beszámol.

d.

„Át kell adni a helyet, nincs mese”

Jankovics Marcell elismerésekről, tovatűnt vágyakról és a véget nem érő munkáról

Eddigi életműve Jankovics Marcell is méltóvá tette a Nemzet Művésze címre. A Magyar Művészeti Akadémia által alapított, életjáradékkal járó elismerést november elején vehette át a rajzfilmrendező, grafikus, könyv-illusztrátor, kultúrtörténész, író, politikus. Jankovics Marcell, aki a most induló új ciklusban – akarata és öröme ellenére – elnökségi tagból alelnökké lépett elő az MMA-ban, már legszivesebben csak a szabadijét szaporítaná, a munkát azonban még jó ideig nem fogja tudni abbahagyni.

■ Szokott rajzfilmeket nézni?

– Csak a sajátomat. Folyamatban van két rajzfilmes munkám, az egyik III. Béla királyról szól. 2000-ben beadunk egy tervet az Árpád-házi királyokról készíten-dő sorozatról, amely Az Árpádok emlékezete címet viselte. III. Béla nem egy tipikus rajzfilmhős, nem voltak csodák az életében, nagyon komoly uralkodó volt. Most sikerült az MTVA-nál anynyi pénzt kapni, hogy a film felét megcsinálhattuk a kecskeméti rajzfilmstúdióban, és január közepéig, a következő pályázatig el kell készülnöm a második felének képes forgatókönyvével. A másik folyamatban lévő munkám egy egyedi rövidfilm, aminek csak az írója voltam, és a képes forgatókönyvét rajzoltam meg. Ha ez is elkészül, akkor gyaníthatóan befejeztem a rajzfilmes pályafutásomat.

■ Ennyire igénybe veszi az embert ez a munka?

– Igen, kényszerűs tud lenni, ha több héten keresztül folyamatosan rajzolnom kell, mert a nyakcsigolyáim elmeszesedtek. Vannak még ígéreteim, amelyek a levegőben lógnak. Talán már karácsonyra megjelenik a Helikon-nál Lázár Ervin Magyar mondák című könyve az illusztrációim-mal, s a Méry Ratio Kiadó is tervez két kamaszoknak szóló kötetet a kommunizmusról és Trianonról. Ezeknek Szász Miklós György az írója, Orosz István és én az illusztrátorai lennénk. Én választottam Trianont, mert mind a négy határon túli magyar területről vannak őseim, Orosz István illusztrálja majd a kommunizmusról szóló kötetet, ehhez a

■ Melyik strandra jár?

– A Küller Parkba.

■ Azt hittem, a Balatonhoz.

– Nekem nincs telkem. Van fél házunk a Pasaréten, ahhoz tartozik egy kert, ami épp elég. Régebben mindig azt mondtam: miért nyírnak én két helyen füvet? A Balaton nagy vágyam volt, valamikor úgy gondoltam, oda fogok költözni, szőlőm lesz, és semmi mást nem csinállok, mint a természettel törődök, de ehhez már késő van. Most már csak borban fogadom be a szőlőt...

■ Milyen helyet foglal el eddigi díjai között a Nemzet Művésze kitüntetés?

– A Kossuth-díjat úgy tekintetem, mint a lovagvá utas szim-

tos, hogy az embernek ne a szerez-tetothon lebegjen a lelki szemei előtt, hanem jöjjön a szeretet az otthonába. Ez a díj ezt hivatott garantálni.

■ Sok elismerést tudhat maga mögött, nemcsak díjak, hanem akadályoztatás formájában is. Gondolok itt arra, amikor a Hanna-Barbera felvásárolta a János vitét, csak hogy ellehetetlenítse a bemutatását, vagy arra, amikor nem engedték ki a Cannes-i filmfesztiválra, hogy átvegye az önmek itél Arany Pál-mát. Melyikre a legbüszkébb?

– Ha elkezdtem sorolni ezeket, egyre jobban belelovalnám magam. Még gondolkodom azon, hogy megírom-e egyáltalán a szakmai önéletrajzomat, mert talán túl sokakról írnék rosszat, és kevesekről jót. Amikor az embernek ennyi díja van, akkor többé már nem ezek a fontosak. Jó érzés, hogy megvannak, de nem ácsingózom újabbakra. A fontos az, hogy a filmeket, a könyveket, amelyeket szeretnék, még megcsinálhassam, és a sikerek ebben segítenek. A bántó megnyilvánulások meg arra jók, hogy észhez térítsenek, és eszembe juttassák, hogy vannak, akik nem a javamat akarják. Ami sikerült nekem, a jóakaróimnak köszönhetően, ami pedig nem sikerült, azokat a rosszakaróimnak. De ha mindent megcsinálhattam volna, amit nem csinálhattam meg, akkor nem tudtam volna megcsinálni azt, amit megcsináltam.

■ És mi lesz a Biblia-filmjével, amiből csak egy rész készült el?

– Ha folyamatosan tudnék rajta dolgozni, úgy is húszéves munka lenne. Hol van nekem még húsz évem? Át kell adni a he-



FOTO: SÁRKÖZY GYÖRGY

lyet, nincs mese. Viszont Kácsor Lóránt az Akadémia Kiadónál úgy gondolta, hogy a rengeteg képes forgatókönyvből és rajzból, ami a filmhez készült, érdemes egy Képes Bibliát megjelentetni.

■ Van kinek átadni a helyet? Milyen a mai magyar rajzfilm helyzete?

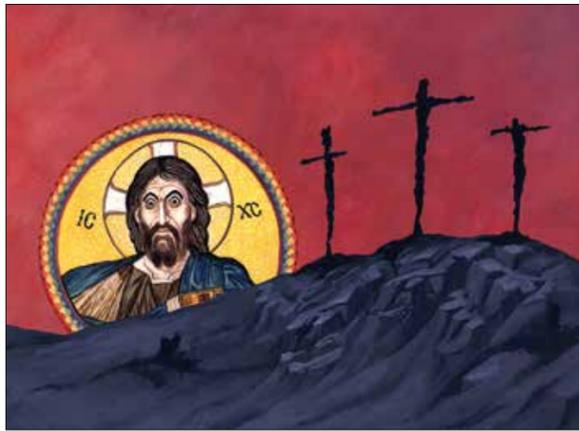
– Nem nagyon követem nyomon, de azt tudom, hogy sok a tehetséges fiatal. Duczki Tomeket például igen sokra értékelem, és Bucsi Réka is ott van munkáival az Oscar közelében. Az ő lehetőségeik lényegesen korlátozottabbak, mint a mieink voltak annak idején. Ma nem lennének szívesen fiatal rajzfilmesek. A csúcsidő a hetvenes évek vége volt nálunk, amikor évente tizenkilenc órányi rajzfilm készült. Ezek között volt egész estés is, és a tévében szinte minden áldott nap vetítettek új rajzfilmet. Erre akkor körülbelül öt-hat milliárd forintnyi összeget fordítottak. Most viszont ugyanerre körülbelül kétszázmillió forint van. Ráadásul a pályázóknak

nagyon szigorú kritériumoknak kell megfelelniük.

■ Nem vesztett sokat a népszerűségéből amiatt, hogy kultúrpolitikusnak állt?

– Egyszer egy alföldi polgármester azt mondta: „Milyen kár, hogy nem a mi emberünk!” Ez akkor furcsán hangzott, de a legtöbb ellenséget mégsem a másik oldalról szereztem magamnak, például akkor, amikor a Nemzeti Kulturális Alapot vezettem. Nagy sikerélményként könyveltem el az első NKA-elnökséget, de a másodikat már nem kellett volna elválnom. Viszont minden, ami nem sikerült nekem, utat nyitott ahhoz, hogy valami mást csináljak. Rábésztek például, hogy pályázzam meg a Duna Tv elnöki posztját, és hálás vagyok a sorsnak, hogy végül nem nyertem el, hiszen ha kiderül, hogy jó elnök vagyok, esetleg nem négy, hanem nyolc évig maradok ott, és akkor nem tudtam volna befejezni Az ember tragédiáját. Minden úgy volt jó, ahogy volt.

Juhász Zsófia



Képkocka Az ember tragédiája című rajzfilmből (VII. szín)

témához már csak a Tovariscsi konyec! plakát miatt is köze van. Általában nyáron szoktam elővenni az ilyen feladatokat, olyankor a közéleti szereplések alább-hagynak, irodai munka nincs, csak strand van, és rajzolás.

bólumát, ez pedig eszerint körülbelül a grófi címnek felel meg.

■ Visszatért hát a nemesi felmenőkhöz?

– Valóban nemesi családból jövök, de ez igazából csak játék a szimbólumokkal. Nagyon fon-

Díjazták a galériaterveket

Tágasabb és könnyebben megközelíthető helyre, a Királyhágó térre költözteti az önkormányzat a Hegyvidék Galériát. Az új helyszínrre vonatkozóan belsőépítészeti és design ötletpályázatot írtak ki a Moholy-Nagy Művészeti Egyetem hallgatói számára.

A tartalom jobb formát követelt – magyarázta Pokorni Zoltán, miért döntött úgy nemrégiben az önkormányzat, hogy új helyet keres a Hegyvidék Galériának. A polgármester elmondta, hogy a galéria eddig a Város-

Egy szép és korszerű galériát szeretnének létrehozni jövőre, ahol nemcsak a képzőművészetnek, hanem közösségi rendezvényeknek is helyet biztosítanak.

Az önkormányzat és intézménye, a Hegyvidéki Helytörténeti Gyűjtemény és Galéria novemberben írt ki ötletpályázatot a Moholy-Nagy Művészeti Egyetem mesterképzésben részt vevő hallgatói számára, hogy megvalósítható elképzeléseket mutassanak be az új kiállítóteret komplex belsőépítészeti és grafikai arculatának kialakítására. A felhívásra öt hallgatói csapat jelentkezett, valamennyi számos eredeti ötletet vázolt fel terveiben. Fonti

jutalomban részesült – és mindnyájan pénzjutalmat kapnak a tervekért.

Az első három közé került Demeczky Nóra, Kalászi Zoltán, Pintér Márton és Vass Dávid terve, amely organikus emelkedő padlóval és feszített fóliás álmennyezettel nagyvonalaiban fogta össze és tette egységessé a galéria belső terét. Szintén kiemelt jutalomban részesült Pataki Attila István és Pomázi Renáta, ők a portál elé, ötletes térelmeként, egy vetítőként és a járókelők kíváncsiságát felkeltő „kukucsálóként” is használható szellőző felépítmény kialakítását javasolták.

A harmadik első helyezett Boromissza Júlia, Boromissza Katalin és Salgó Eszter munkája lett, amely függőnyök alkalmazásával érte el dinamikusban változó belső teret és homlokzati megjelölést. A tervükben szereplő logó művészi színvonalát a bírálóbizottság egyhangúan kiemelte.

A két további jutalmazott terv egyikét Ábel Viktor és Filó Gergely készítette, akik a galériát a Királyhágó tér részeként, a városi térbe integrálva képzelték el. Balogh Imola, Czákó Dorottya és Németh Viktor ötlete alapján pedig a kiállítóhely egyfajta színvonalát válthatna: a belső térben a szint egységesítésével a galéria és a bent tartózkodók is kiállítási tárgyként hatnának az utca felől.

d.

Egyenlőség gyerekszemmel



FOTO: SÁRKÖZY GYÖRGY

Az alkotások komoly történeteket mesélnek el, egyszersmind tükröt tartanak elénk

A diszkriminációra hívja fel a figyelmet az Egyenlő Bánásmód Hatóság Egyenlőség gyerekszemmel című vándorkiállítása a Barabás Villában. A fiatalok a művészet segítségével mesélnek arról, milyen az élete annak, aki „más”.

Antoine de Saint-Exupéry A kis hercegben ezt írja: „Ha egy új barátunkról beszélünk nekik, sosem a lényeges dolgok felől kérdezősködnek. Sosem azt kérdezik: »Milyen a hangja? Mik a kedves játéka? Szokott-e lepkét gyűjteni?« Ehelyett azt tudakolják: »Hány éves? Hány testvére van? Hány kiló? Mennyi a jövedelme van a papájának?« És csak ezek után vélik úgy, hogy ismerik. Ha azt mondjuk a fölöttüknek: »Láttam egy szép házat, rózsaszínű téglából épült, ablakában muskátli, tetején galambok...« – sehogyan fogják tudni elképzelni ezt a házat. Azt kell mondani nekik: »Láttam egy százézer frankot érő házat.« Erre aztán fölkiáltanak: »Ó, milyen szép!«

A fenti szavak örökérvényű igazságokat hordoznak. Valljuk

be, mi, felnőttek, elfelejtettük hogy „ami igazán fontos, az a szemnek láthatatlan...” A gyerekek pedig mindezt nem értik. Mintákat látnak, amiket megtanulnak. És elindul a körforgás... Számukra is az ideálok, a paraméterek és a vizualitás válnak mérvadóvá. Bennük is megszületik a másság fogalma és annak érzelmektől mentes, zord világa.

A Barabás Villában most fiatalok a művészetek segítségével tartanak tükröt nekünk. Az Egyenlő Bánásmód Hatóság pályázatára készült munkák megtekintése éppúgy kötelező lehetne, mint a legnagyobb világirodalmi művek elolvasása. A gyerekek történeteket mondanak, amiket nem látunk, nem hallunk meg.

Hogy érzi magát az a diák, akit társai csúfolnak? Milyen az élete egy sötétebb bőrű fiatalnak? Mennyire fogadjuk el a fogyatékkal élőköt? Min kell keresztülmennie annak, aki „más”? Ezekre a kérdésekre (is) választ adnak a tárlaton látható alkotások.

„Szülőként és felnőttként is tudjuk, a fiatalok nem mindig képesek a helyes reflexióra, ezért az egyik legfontosabb beavatkozási pontnak az iskolát gondol-

tuk. Előítéletei mindenkinek vannak, de talán az ilyen alkalom megállítanak bennünket, és elgondolkodtatnak. Ezért hirdettük meg 2010-ben a diszkriminációs tapasztalatokat bemutató képzőművészeti és novellapályázatot” – fogalmazta meg a célt dr. Pánczél Márta, az Egyenlő Bánásmód Hatóság fősztályvezetője.

A különleges kiállításon találkoztunk Klárával, a Solti György Zeneiskola hegedű szakos növendékével, aki elmondta, bizony, sok olyan diákot ismer, akinek a Barabás Villában is bemutatott érzéseket kell elviselnie. „Alsbában engem is csúfoltak, de nem tudom, miért. Nem voltam más, mint a többiek. Sokat viccelődtek rajtam, és nagyon rosszszulesett. Kicsi voltam, nem tudtam mit tenni – árulta el a fiatal lány, aki szívügyének érzi, hogy osztálytársainak is meséljen a látottakról. – Ma már nem bánom, de tudom, hogy mit éreznek azok a gyerekek, akik nem olyanok mint a többiek. Nem értem, mire jó a csúfolódás. Mindenkinek vannak hibái, nincs két egyforma ember.”

BM



FOTO: SÁRKÖZY GYÖRGY

Az értékelők az összes pályázatban találtak értékes, újszerű gondolatokat

major utcában, kintről nehezen észrevehető helyen működött, onnan költöztetnék át az intézményt a kerület központjába, a Királyhágó térre – abba a tágas, jól megközelíthető és már jó ideje üresen álló helyiségcsoportba, ahol korábban könyvtár, később pedig gyógyszertár is működött.

Krisztina alpolgármester, a bírálóbizottság elnöke külön ki is emelte, hogy mindegyik pályaműben találtak értékes, újszerű gondolatokat. A részletek kapcsán Hapszné Tarcsfalvi Eszter főépítész elmondta, hogy a bírálóbizottság három első helyezettet hirdetett ki, két csapat pedig



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

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!



Óvári Árpád előadásai. December 17. 17.30 Toscana: Monteriggioni, Pisa. Jegyár: 500 Ft, Hegyvidék Kártyával díjtalan. Jegyek kaphatók a MOM jegypénztárában.

Hitel-est: Határnyitás 1989 – december 17-én 18.00. Közreműködők: Németh Miklós volt miniszterelnök, Gyarmati György, az Állambiztonsági Szolgálatok Történeti Levéltárának igazgatója, Bella Árpád alezredes, Kurucz Gyula író. A belépés díjtalan.

Babakonzert december 18-án 10.30. A koncert előadói a Duo dolcissimo tagjai, a Váci Szimfonikus Zenekar művészei: Kutor Noémi (hárfa), Gudor Judit (klarinét). Műsorukban a klasszikus zeneirodalom népszerű dallamait sorakoztatják fel. Jegyár: 800 Ft, 200 Ft/kísérő. Hegyvidék Kártyával 500 Ft, 100 Ft/kísérő. Jegyek kaphatók a MOM jegypénztárában.



Szabadpólc december 19-én 15.00–19.00. Könyvserebere szabadon a Sírály sétányon. A jó állapotban lévő, becserélhető köny-

vek száma maximum tíz darab. A belépés díjtalan.

Bolyki Balázs és a Bolyki Soul&Gospel Kórus: My Voice – karácsonyi koncert december 19-én 18.00. Jegyár: 6000 Ft, 5000 Ft, 3000 Ft. Jegyek kaphatók a mom.jegy.hu oldalon, valamint a MOM jegypénztárában.

Kudlik Júlia és Szvorák Katalin: Szeretettel – a MOM Kulturális Központ karácsonyi ajándéka a Hegyvidék polgárainak december 19-én 18.00. Az adventi időszakban hangolódjon a karácsonyra! A program díjtalan regisztrációs jeggyel látogatható. Jegy váltható a mom.jegy.hu oldalon, valamint a MOM jegypénztárában.



Kiscsillag: Idáig tudom a történetet – december 20-án 19.00. A Kiscsillag népszerű akusztikus koncertjein a zenekar és vendégeik a dalok között és dalokban mesélnek el különböző történeteket, verseket, novellákat, olyanokat, amikből dalok születtek, vagy olyanokat, amik dalokról jutottak az eszükbe. Az irodalom, a színház és a stand-up comedy műfaji sajátosságaira is épülő koncerteken a zenekar vendég fellépőkkel egészül ki: Németh Juci, Császari Gergely és Vedres Csaba zongoraművész lépnek színpadra. Jegyár: 3500 Ft, 3000 Ft, 2500 Ft.

Szabad-e ide bejönni betlehemmel? – a Kaláka együttes karácsonyi előadása december 21-én 9.30, 11.30. Jegyár: 1600 Ft. Belépés 1 éves kor alatt ingyenes. Helyfoglalás érkezési sorrendben.

Fool Moon – lemezbemutató koncert december 28-án 20.00. Sztárvendégek: Szolnoki Péter, Szekeres Adrién, Czutor Zoltán. A koncerten elhangoznak a Fool

Moon saját dalai, valamint közönségkedvenc nemzetközi és hazai popslágerek is. Jegyár: 6400 Ft, 5400 Ft, 4400 Ft. Jegyek kaphatók a www.broadway.hu oldalon, valamint a MOM jegypénztárában.



Group'n'Swing: Ember a show mögött – december 29-én 20.00. A zenekar különleges zenei eseményre invitálja közönségét. Ezúttal egy igazán bensőséges hangulatú koncertet állítanak színpadra, amelyben lehetőség nyílik megismerni a színpadon álló művészeket és zenei hitvallásukat. Az est folyamán felcsendülő saját szerzeményeiken, valamint a tagok által elmesélt történeteken keresztül a nézők végigkövethetik a zenekar megalakulásának történetét, az alkotás folyamatát és a sikerhez vezető utat. Jegyár: 6500 Ft, 550 Ft, 4500 Ft. Jegyek kaphatók a www.broadway.hu oldalon, valamint a MOM jegypénztárában.



A Hot Jazz Band hagyományos előszilveszteri koncertje december 30-án 20.00. Vendég: Szekeres Adrién. A műsor ezúttal az évfordulók jegyében zajlik. A száz éve született Tolnay Klári tiszteletére felcsendülnek azoknak a

filmeknek a betétdalai, amelyekben a színésznő szerepelt. A 2015-ben fennállása harmincadik évfordulóját ünneplő Hot Jazz Band zenés beszámolót ad előjövő tervéről is. Jegyár: 4800 Ft, 3800 Ft, 2800 Ft. Jegyek kaphatók a mom.jegy.hu oldalon, valamint a MOM jegypénztárában.

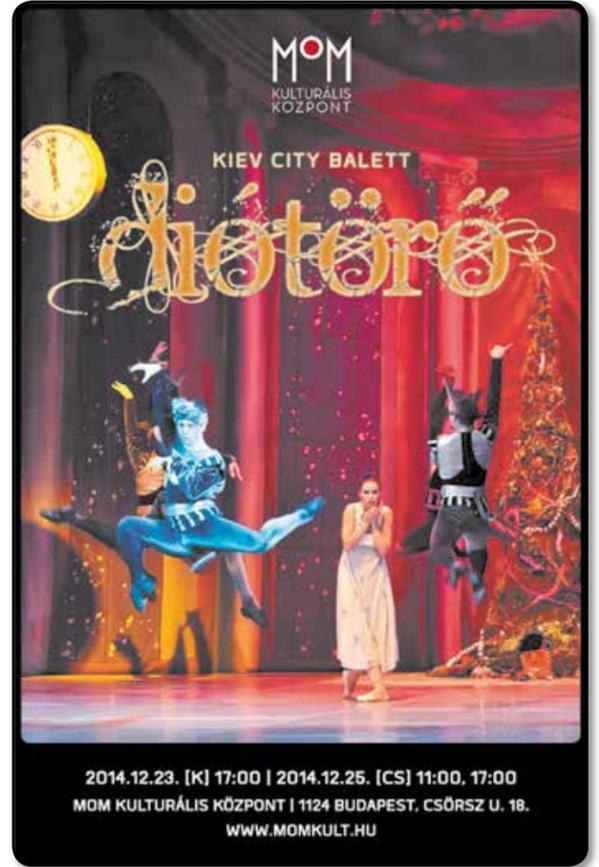


Quimby Szilveszter december 31-én. 20.00 Kodachromeduo. 21.00 Manoya. 22.00 Quimby. 24.00 Söndörgő. 2.00 DJ. Jegyár: 5900 Ft. Jegyek kaphatók az ismert zeneboltokban, a mom.jegy.hu oldalon, valamint a MOM jegypénztárában.

Kazinczy Gyöngyvér: Tél. A kiállítás díjtalanul látogatható a Reich Károly Galériában 2015. január 5-ig.



Volt egy-két este – egy este Cseh Tamás dalaival 2015. január 21-én 20.00. A Vodku fiai 2010 óta időről időre összegyűlnek, hogy barátaik körében újra eljátszák a dalokat, amelyek nélkül más lenne ez a város, és mások lennének a lakói is. Nem öltönyben-nyakkendőben, nem csillogó színpadon, nem szimfonikus zenekarral, hanem ahogy egykor szóltak: közel egymáshoz és közel azokhoz, akik hallgatják. Mert Cseh Tamás dalai közelebb hoznak. A dalokat előadják a Vodku fiai: Bata István (gitár, ének), Szabó Árpád (hegedű, mandolin, ének), Takács Szabolcs (gitár, nagybőgő). Továbbá: Bede Sarolta (ének, harmonika), Mózes Tamara (zongora, ének), Jobbágy Bence (gitár), Bakos Csaba (ütőhangszerek), Nemes János (fuvola, kaval, basszusklarinét, szaxofon) és barátaik, Nagy-Kálózy Eszter, Tompos



Kátya, Jordán Adél, Hámori Gabriella, Rudolf Péter és Keresztes Tamás. Jegyár: 5500 Ft, 4500 Ft, 3500 Ft. Jegyek kaphatók az Interticket hálózatában, a mom.jegy.hu-n, valamint a MOM jegypénztárában.

Tücsökzene hétfőn 9.30 és 10.10, kedden 9.30, 10.10 és 17.00, pénteken 11.00. Ritmus-, ének-, zene-foglalkozás zenetanár vezetésével. Közös mondókázás, éneklés, 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 ritmusérzéket, a mozgást, az

összpontosítást, a memóriát. Célcsoport: 6 hónapos és 4 éves kor között. Jelentkezés: Gál Gabriella, 06/30-999-4945, tucsok.zene@indamail.hu, www.tucsok-zene.hu.

Babamasszázs kedden 9.00. A foglalkozáson részt vevők mesterszereket sajátíthatnak el ahhoz, hogyan kerülhetnek a mamák és a babák még közelebbi és bensőségesebb 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,

PÁL FERI ATYA
BEMUTATJA:
ÜTKÖZÉSEK 16

"AZ ÉN FILMEM"
DECEMBER 18. 19 ÓRA

A MOM Kulturális Központ és a
Hegyvidéki Önkormányzat kulturális programsorozatában

Pál Feri atya

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: **Lévai Balázs**

A belépés díjtalan, a rendezvény regisztrációs jeggyel látogatható.
Regisztrációs jegy a MOMKult jegypénztárában
2014. december 10-től váltható.

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

HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT MOM KULTURÁLIS KÖZPONT

ISMERT ARCOK ÚJ SZEREPBEN

MAKÁM
napének
30 év dalai és zenéi

2014. december 21. 19:30 • MOM

LEMEZBEMUTATÓ KONCERT + ÓS MAKÁM

Fellépnek:
Korzenszky Klára - ének
Kuczera Barbara - hegedű
Eredics Dávid - szaxofon, kaval
Boros Attila - basszusgitár
Keonch László - dob, ütőhangszerek

Bencze László - bőgő
Juhász Endre - oboa
Krudlik Zoltán - gitár
Szalai Péter - tabla, cajon
Szóke Szabolcs - gadulka
Thurnay Balázs - kaval, marimba

Vendégszólísták:
Bognár Szilvia, Lovász Irén, Szalóki Ági, Magyar Bori,
Grencsó István, Mizsei Zoltán

JEGYEK: mom.jegy.hu - Interticket - MOM jegypénztár

óvónó felügyelete mellett játszhatnak. Célcsoport: 18–100 év között az édesanyák, 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 a szülők hatékonyan kommunikáljanak a babákkal jóval azelőtt, hogy a babák beszélni tudnának. Megtudhatják, hogy mire gondol a még beszélni nem tudó kisbaba, segíthetnek neki, hogy világosan közölhesse, mit akar, 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 gyerekek nyelvi, kognitív és érzelmi fejlődését, erősíti a szülő és gyermek közti kötődést. Célcsoport: 6–36 hónapos gyerekek. Jelentkezés: Zentai Katalin, 06/20-479-2829, info@babakezek.hu, www.babakezek.hu.

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

Fakalinka csütörtökön 17.00. Fantázia-, kreativitás-, képzés- és képességfejlesztő kézműves foglalkozássorozat. Bábo, játékszerek készítése különböző technikával: kollázs, festés, gyurmázás, agyagolás, nemezelés, gyöngyfüzés, fonás, barkácsolás. A témához a keret az évszakokhoz, ünnepekhez kötődő mondókák, gyermekdalok, népdalok, bábjátékok adják. Célcsoport: 2–7 évesek, kisiskolások. Jelentkezés: Csizsér Jolán, 06/20-594-4957, csiszer.jolan@gmail.com.

Gyermektánc-terápia – Tünder-tánc. Léleksimító, gátlásoldó, a kapcsolat-teremtés különböző lehetőségeit kóstolató, empátiás

készséget és testtudatosságot fejlesztő, táncos, mozgásos, beszélgetős foglalkozás. A foglalkozások célja, hogy a gyerekek kapcsolatba kerülhessenek belső önmagukkal és társaikkal, ezzel utat nyitva személyiségük fejlődéséhez és a hétköznapi életben való boldogulásukhoz. A folyamat során az őket leginkább érintő lelki és közösségi témákkal foglalkoznak. Célcsoport: 5–10 évesek. Időpont: óvodásoknak 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.gyermektancterapia.hu

Hiphop- és moderntánc-tanfolyam kedden és csütörtökön 18.00. A Hegyvidék SE tanfolyamain 6 évestől a 18 évesig minden korosztály számára külön edzésprogrammal, eltérő nehézségű koreográfiákkal, valamint korosztályra szabott óratarással szolgálnak. Magas minőség, színvonalas tudás átadása, közösség építése, egészséges életmódra nevelés, ritmusérzék fejlesztése, tartásjavítás. Célcsoport: 6–18 évesek. Jelentkezés: Szöllősy Előd, 390-5713, 06/30-989-4130, elod@moderntanc.hu.

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

Kölyökhiphop szerdán 17.00. Hiphoptanfolyam kezdőknek. A táncórán a gyerekek megismerkedhetnek a hiphop különböző műfajaival. A tanfolyam célja a mozgáskoordináció javítása, a koreográfiák elsajátítása, a ritmusérzék fejlesztése. Célcsoport: 7–12

évesek. Jelentkezés: Berkes Dóra, 06/70-536-0277, berkesdor@gmail.com.

Nyugdíjasklub kéthetente (páratlan héten) szerdánként 14.00. A program tartalmas kikapcsolódást kínál a Hegyvidéken élő nyugdíjasok számára. A belépés díjtalan.

Labdás Tücsöktorna szerdán 10.00. Babás torna óriáslabdákon 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.

Óbuda Mozgásművészeti Iskola. A mozdulat megmarad. Az iskola fő profilja a gyerekek mozgáskultúrájának fejlesztése minden területen: a ritmikus gimnasztikától a baletten át a mozdulatművészeti és a modern táncig. Tevékenységük Berczik Sára módszerén alapszik, fókuszában a testképzés és a mozgásjavító gyakorlatok állnak. Célcsoport: kezdőknek, 4 éves kortól. Időpont: hétfőn 15.30, 18.00, kedden 16.00, csütörtökön 15.30, pénteken 16.00. Jelentkezés: Mikusik Márta, 06/20-946-0848, 200-0138, iroda@omisk.hu, www.omisk.hu

Óvóka – délelőtti játszóház hétfőn, szerdán 9.00 (3 óra). A népművészet játékos megismerését szolgáló, zenés, táncos, népmeséket dramatizáló, néphagyományokat, népi mesterségeket felelevenítő, komplex, tematikus, kiscsoportos foglalkozássorozat. Óvoda-előkészítő a kis közösségbe való beilleszkedéssel (szociáció, tolerancia). Célcsoport: 7 éves aluliak, akik keresik a játszótársat, óvodába készülnek. Jelentkezés: Csizsér Jolán, 06/20-594-4957, csiszer.jolan@gmail.com.

Ritmikus gimnasztika hétfőn,

csütörtökön 17.00. A Hegyvidék SE szakosztálya versenyzőkkel és tanfolyami csoportokkal egyaránt foglalkozik. Tanfolyami óráikon elsősorban az alapok elsajátítására és a sportág megszerettetésére koncentrálnak, de a zenére történő mozgással, valamint 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.



Rock and roll hétfőn, szerdán 16.15. Ismerkedés a tánc alapjaival, mozgáskoordináció- és ritmusérzék-fejlesztés. Esztétikus táncpéldák, 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.

Show-tánc kedden 17.00, csütörtökön 16.00. A Szivárvány Táncszínház foglalkozási 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 meditációs körtáncokkal is megismerkedhetnek. Célcsoport: női csoport, középkorúak és szeniorok. Jelentkezés: Istenes Emília, 06/20-579-5035, www.istenesemilia.hu

Nia kedden 19.30. A Nia korhatar 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 harcművészetek, a nyugati táncművészeti stílusok, valamint különböző terápiás irányzatok elméleti és gyakorlati elemeit. Célcsoport: 15–99 évesek. Jelentkezés: Balázs Mari, 06/30-973-2331, mari.maryss@gmail.com.

Sahaja jóga meditációs tanfolyam kedden 18.30. Shri Mataji Nirmala Devi által létrehozott spontán jógameitáció. Célcsoport: középkorúak kortól, felső korhatár nélkül. Jelentkezés: Jinda Erika, 203-2496.

BŐSZÖRMÉNYI IRODAHÁZ 'B' FÖLDSZINTI TANÁCS TEREM XII., BŐSZÖRMÉNYI ÚT 24.

A Hegyvidéki Trianon Társaság programja 2015. január 14-én 18.00. Dr. Raffay Ernő történész, politikus, volt honvédelmi államtitkár: Szabadkőművéség és Trianon. Proksza Gyöngyi festőművész, grafikus képeinek egyestés kiállítása.

(Folytatás a 19. oldalon)

Az önkormányzat ingyenesen hívható zöldszáma: 06-80/200-907

A hegyvidéki egyházközségek ünnepi programjai

Az alábbiakban a kerületi egyházközségek lapzártáig szerkesztőségünkbe eljuttatott ünnepi programjait közöljük.

BUDAHEGYVIDÉKI EVANGÉLIKUS EGYHÁZKÖZSÉG (KÉK GÖLYŐ UTCA 17.)

December 20. 17.00: gyülekezeti karácsonyi ünnepély kicsik és nagyok műsorával, teázással. **December 24.** 17.00: istentisztelet. **December 25.** 10.00: úrvacsorai istentisztelet (az MTV1 élő adásban közvetíti, kéri a pontos érkezést). **December 26.** 10.00: úrvacsorai istentisztelet. **December 31.** 18.00: óévesti úrvacsorai istentisztelet. **Január 1.** 10.00: újévi úrvacsorai istentisztelet.

BUDAHEGYVIDÉKI REFORMÁTUS EGYHÁZKÖZSÉG (BŐSZÖRMÉNYI ÚT 28.)

December 18. 10.00–11.00: idősök karácsonya. **December 22.** 9.00–13.00: kézműves- foglalkozás gyerekeknek. **December 24.** 15.00–16.00: családi karácsony cserkészek betlehemes műsorával. **December 25.** 8.00 és 10.00: úrvacsorás istentisztelet. 18.00: karácsonyi istentisztelet. **December 26.** 10.00: úrvacsorás istentisztelet. **December 31.** 18.00: úrvacsorás óévi istentisztelet. **Január 1.** 10.00: újévi úrvacsorás istentisztelet.

FELSŐKRISZTINÁVÁROSI KERESZTELŐ SZENT JÁNOS PLÉBÁNIA (APOR VILMOS TÉR 9.)

December 24. 15.00 pásztorjáték. 24.00 éjféleli szentmise. **December 25.** Szentmisék: 7.30, 9.00, 10.30, 12.00, 17.00 és 18.00. **December 26.** Szentmisék: 7.30 és 18.00. **December 28.** Szentmisék: 7.30, 9.00, 10.30, 12.00, 17.00 és 18.00. A 10.30-as misén a 25, 50 és 60 éves házasságok megáldása. **December 31.** 18.00: év végi hálaadás. **Január 1.** Szentmisék: 7.30, 9.00, 10.30, 12.00, 17.00 és 18.00.

ISTENHEGYI SZENT LÁSZLÓ PLÉBÁNIA (DIANA UTCA 15/A)

December 20. 16.00–19.00: gyóntatás a templomban. **December 21.** 15.30: hagyományos jótékonyági hallévsár a plébánia közösségi termében. **December 24.** 15.00: pásztorjáték. 24.00: éjféleli mise. **December 25.** Szentmisék: 9.00, 11.00 és 18.00. **December 26.** Szentmisék: 9.00, 11.00 és 18.00. **December 28.** 18.00: családok miséje, fiatal és jubiláns házasságok megáldása. **December 31.** 18.00: év végi hálaadás. **Január 1.** Szentmisék: 9.00, 11.00 és 18.00. **Január 6.** Szentmisék: 9.00, 11.00 és 18.00.

KÚTVÖLGYI SZŰZ MÁRIA-KÁPOLNA (GALGÓCZY UTCA 49.)

December 21. Szentmisék: 10.30 és 17.00. **December 24.** Karácsony vigíliája, engesztelő virrasztás egész éjszaka. 24.00: éjféleli szentmise. **December 25.** Szentmisék: 10.30 és 17.00. **December 26.** Szentmisék: 10.30 és 17.00. **December 28.** Szentmisék: 10.30 és 17.00. **December 31.** 17.00: év végi hálaadó szentmise (Te Deum). Engesztelő virrasztás egész éjszaka. 24.00: szentmise. **Január 1.** Szentmisék: 10.30 és 17.00. **Január 4.** Szentmisék: 10.30 és 17.00. **Január 6.** Szentmisék: 10.30 és 17.00.

SVÁBHEGYI REFORMÁTUS MISSZIÓI EGYHÁZKÖZSÉG (FELHŐ UTCA 10.)

December 19. 18.00: gyülekezeti filmklub. **December 21.** 10.00: gyermekkarácsony, istentisztelet, szeretetvendégség. 16.00: karácsonyi hallévsár. **December 22.** 15.00: betlehemes műsor a Kálvin Idősek Otthonában. **December 22–23.** 18.00: karácsonyi előkészítő áhítatok. **December 23.** 10.00: idősök karácsonya. **December 25.** 10.00: úrvacsorás istentisztelet. **December 26.** 10.00: úrvacsorás istentisztelet. **December 28.** 10.00: istentisztelet. **December 31.** 16.00: év végi hálaadó istentisztelet úrvacsorával. **Január 1.** 10.00: újévi áldáskérő istentisztelet úrvacsorával.

SZENT KERESZT-TEPLOM (TÁLTOS UTCA 16.)

Adventi szentmisék hétköznap 6.30. **December 24.** 15.00: pásztorjáték. **December 25.** 24.00: éjféleli szentmise. Ünnepi szentmisék: 8.00, 11.00 és 18.00. **December 26.** Szentmisék: 8.00 és 18.00. **December 28.** Szentmisék: 8.00, 11.00 és 18.00. **December 31.** 18.00: év végi hálaadó szentmise. **Január 1.** Újévi szentmisék: 8.00, 11.00 és 18.00.

VÁROSMAJORI JÉZUS SZÍVE PLÉBÁNIA (CSABA UTCA 5.)

Minden hétköznap reggel 6.00: hajnali, roráté szentmise. Szombatonként 18.00: adventi gyertyagyújtás és szentmise. **December 18.** 15.00: karácsonyi koncert (Tamási Áron Általános Iskola és Gimnázium kórusa). **December 24.** 15.00: pásztorjáték gyerekeknek. 24.00: éjféleli szentmise, előtte a jászolba helyezés szertartása. **December 25.** 11.00: ünnepi szentmise. A templom Bárdos Lajos Kórusának közreműködésével Halmos László: Karácsonyi mise és motetták előadása.

ZUGLIGETI SZENT CSALÁD PLÉBÁNIA (SZARVAS GÁBOR ÚT 52.)

Adventi szentmisék: december 24-ig minden hétköznap 6.30, szombat 18.00, vasárnap 9.00, 11.30 és 18.00. **December 24.** 16.00: pásztorjáték. 24.00: éjféleli mise. **December 25.** Szentmisék: 9.00, 11.30 és 18.00. **December 26.** Szentmisék: 9.00 és 18.00. **December 28.** Családok megáldása a reggeli szentmisében. **December 30.** 8.00–17.30: szentségimádás. **December 31.** 18.00: év végi hálaadás. **Január 1.** Szentmisék: 9.00, 11.30 és 18.00.

BUDAPEST voices

Újévi Nagykonzert / 2015. január 2.
MOM Kulturális Központ

Jegyek kaphatók 1600, 2000 és 2400 Forintos áron a MOM Kulturális Központ honlapján.

budapestvoices.hu
facebook.com/BudapestVoices

nusj
audio-technica
pr garden



MOM
KULTURÁLIS
KÖZPONT

OROSZ ZOLTÁN
Újévi Örömkoncert Világhírű Virtuózzal
BALOGH ZOLTÁN | BORBÉLY MIHÁLY | HORVÁTH KORNÉL | LATTMANN BÉLA
MEGHÍVOTT VENDEG: **ROBY LAKATOS**
2015. január 3. 19⁰⁰
MOM KULTURÁLIS KÖZPONT
Csörsz utca 18. | momkult.hu | jegy: mom.jegy.hu

**ÚJÉVI
GÁLAHANGVERSENY**

közreműködik a Solti György Zeneiskola Vonószeneke, Gítárszeneke, Fuvolazeneke, a zongora- és szolfézs tanárokból álló női kara, rézfúvós együttese, az egyesített tábori zenekar, valamint a Hegyvidéki Solti György Zenekar Vezényelnek: Bodon Ferenc, Bolla Milán, Szabó Mónika és Zulauf Emese.

A MŰSOR ELSŐ FELÉBEN NÉPSZERŰ DALLAMOK, MEGLEPETÉSEK, KÜLÖNLEGESSÉGEK, a második részben:

KACSOH PONGRÁC: JÁNOS VITÉZ
- keresztmetszet
Rendezte és vezényel: Bolyky Zoltán



2015. JANUÁR 11. | vasárnap 18:00
MOM KULTURÁLIS KÖZPONT
1124 Budapest, Csörsz u. 18. www.momkult.hu

UNISZ ALAPÍTVÁNY NKA Nemzeti Kulturális Alap MOM KULTURÁLIS KÖZPONT

Jegyár: 1200 Ft/diák/nyugdíjas jegy: 800 Ft
Jegyek kaphatók a mom.jegy.hu oldalon, a Solti György Zeneiskolában valamint a MOM Kulturális Központ jegypénztárában.

VILLABERÉK

Rutkai Bori Banda
interaktív mesekoncert sok játékkal, tánccal
2015.01.17. [SZO] 11:00
Jegyár | 800 Ft, gyerekek: 500 Ft | barabasvilla.jegy.hu

barabás.villa
VÁROSMÁJOR



GET Closer

Volt egy-két este...
Cseh Tamás dalai a Vodku fiaitól és barátaiktól

Nagy-Kálózy Eszter
Tompos Kátya
Hámori Gabriella
Jordán Adél
Rudolf Péter
Keresztes Tamás

2015. január 21. 20h
MoM Kulturális Központ
www.getcloserconcerts.com

PORT.hu GET CLOSER MOM KULTURÁLIS KÖZPONT ALABASZHU

(Folytatás a 17. oldalról)



VIRÁNYOSI KÖZÖSSÉGI HÁZ
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!

Ünnepvárás – Szutor Katalin ikonkiállítás. Megtekinthető: 2015. január 7-ig, előre egyeztetett időpontban (200-8713).

Porcelánbemutató és -vásár Gombos Piroska porcelánfestővel december 17-én és 19-én 15.00–18.00.

Szabadság vándorai természetjárók klubja. December 17. 18.30 Visszaemlékezés a szakosztály 2014. évi túsáiraira. Klubvezető: Sütő-Nagy István. Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes.

Skandináv Klub december 19-én 18.00. Adventi irodalmi zenés klubdelután. Klubvezető: Szabó Péter. Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes!

Harmónia Előszilveszter december 30-án 19.00–23.00. Klubvezető: Székely Attila. Belépődíj: 1200 Ft/fő.

Várak és Hegyvidék – Víz László festőművész kiállításának megnyitója 2015. január 10-én 17.00. Megnyitja: Rosch Gábor építész-művész. Közreműködik: Delényi Éva tárogatóművész és Mohai Gábor előadóművész. A kiállítás megtekinthető: február 3-ig, előre egyeztetett időpontban (200-8713).

Kerekítő Tippentő hétfőn 10.00–10.40. A foglalkozásokra pár hónapos kortól óvodáskorig várják a babákat, kisgyerekeket szüleikkel, nagyszüleikkel. A 40 perces foglalkozásokon a résztvevők néphagyományunkból merített ölbeli játékok, mondókák és dalok közt kalandoznak, és kötetlen módon ízelgetik a magyar néptánc alapjait. Círókázás, lovagoltatás, 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: www.csiribiri.hu. Vezető: Pásztor Brigitta, 06/30-997-1349.

Fabrika kedden 10.00–11.00. Bábózás, éneklés, kézműves-foglalkozás 2 éves kortól. Vezető: Németh Luca bábművész és Fráter Anna. Információ: 06/20-929-7904. Részvételi díj: 1200 Ft/alkalom, 5000 Ft/5 alkalom. A Fabrika műhely idei programja: I. asztali bábózás (15-25 perc). II. kézműveskedés (15-25 perc).

Hangszervarázs Zenetanoda – Rosales Zeneóvoda keddenként. Játékokkal megélt iskola-előkészítő és fejlesztő módszer 30 alkalomra kidolgozott tematikával, furulyahasználattal, egyedi zenei és érzékszervi játékgyűjteménnyel, feladat- és kottafüzetekkel, kiscsoportos zenei fejlesztés és hangszer-tanulás irányelvein alapuló egyedi pedagógiai és fejlesztő módszerrel. Dúr-Moll (6-8 éveseknek) – zeneóvoda, iskola-előkészítő kedden 13.00–15.45. Összetett, intenzív foglalkozás, amelyben a zene varázslatával és segédletével fejlesztik a nagymozgást, a finommotorikát, a beszédet és a helyes légzést, a matematika alapjai beépítésével a logikai gondolkodást és a

memorizálás folyamatát. A tanoda által szerkesztett zenei feladatlapok eljuttatnak a kottaolvasásig és a furulya magabiztos használatáig, ami szilárd alapot nyújt az iskolai tanulmányokhoz és a további zenei és hangszeres képzésekhez. Largo (3-4 éves kiscsoportosoknak) – zeneóvoda kedden 16.00–16.30. Nagymozgások, finommotorika, érzékszervek, matematikai készség és beszéd fejlesztése énekekkel, hangszerekkel, logikai, mozgásos és érzékszervi játékokkal. Év végére a gyerekek magasabb szintű zenei hallással és ritmusérzéssel a hangszer-tanulás alapjaihoz jutnak el. Moderato (4-5 éveseknek) – zeneóvoda kedden 16.45–17.30. A Rosales-módszerrel kidolgozott, korosztályra differenciált furulyaiskola füzetekkel és módszertannal a ritmus-hangszerek és a furulya használatát ismertetik meg a gyerekekkel. Fejlesztő feladatokat tartalmazó füzetek, matricalbum, érzékszervi és logikai eszközök segítségével játékosan jutnak el a kottaolvasás és a furulyázás alapjaihoz, amire biztonságosan felépíthetők a további általános és zenei tanulmányok. Allegro (5-6 éves nagycsoportosoknak) – a Moderato folytatása. Foglalkozásvezető: Nagy Mária, az Operaház zenekari művésze és gyerekprogramok játékmeistere. Információ: Nagy Teréz, 06/30-936-1713, 06/30-936-2040. E-mail: hangszervarazs@gmail.com. www.hangszervarazs.hu

Művészeti torna az Óbuda Mozgásművészeti Iskola szervezésében kedden és csütörtökön 15.30–20.30. Művészeti torna a Berczik-módszerrel, iskolarendszerűen egymásra épülő, korosztályos csoportokban, 4 éves kortól. Testképzés 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 17.10–17.55 (megfe-

lelő létszám esetén indul), csütörtökön 17.00–17.45. Beszédközpontú oktatás Helen Doron módszerével, 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-táncoktatás felnőtteknek pénteken 18.00–20.00. Vezető: Timár Böske táncpedagógus.

Csillagszemű Táncgyűttes. Néptánctanítás szerdán és pénteken 15.00–16.00 óvodásoknak, 16.15–17.45 kiskisakosoknak. Művészeti vezetők: Timár Sándor Kosuth- és Állami-díjas, Erdemes művész, a Hegyvidék diszpolgára, valamint Timár Böske táncművész. Információ: www.csillagszemu.hu.



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

Jóga hétfőn 16.30–18.00 kezdőknek és 18.15–19.45 haladóknak. A jóga gyakorlása segíti a testi, lelki, szellemi egészség és harmónia 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. Kez-

A Südi Iringó TáncStúdió tanfolyamai

A Südi Iringó TáncStúdió számos óratípussal várja a táncolni vágyó gyerekeket és felnőtteket!

Az induló tanfolyam típusok:

Princess Dance (4-7 éves korig) kedden és pénteken 15.30–16.30.

A gyerekek játékos formában ismerkedhetnek meg a tánc alapjaival.

Rouge Dance hétfőn 18.00–19.00.

Piloxing kedden és pénteken 18.30–19.30.

Gerinctréning kedden és pénteken 10.00–11.00.

Latin formáció csütörtökön 15.30–17.00 (9-12 éves korig), 17.00–18.30 (12-16 éves korig).

Ezt a táncosportot kizárólag lányoknak hozták létre, hogy azok, akik elegendő kíváncsiságot és tehetséget éreznek magukban, betekintést nyerhessenek a latin táncok világába. Latin-amerikai táncleptékekből látványos koreográfiákat tanulnak meg, amelyeket különféle rendezvényeken adnak elő, versenyeken vesznek részt. A táncon túl a lányok megtanulnak nőként viselkedni, tartást és önbizalmat szereznek, ami hasznukra válik később.

További információk, jelentkezés: www.iringo.hu, info@iringo.hu, 06/20-387-94-94.

dőknek és haladóknak 1400 Ft/alkalom, 4400 Ft/4 alkalom, 12 000 Ft/10 alkalom.

Sportjóga pénteken 18.00–19.30. A jóga testtudatos torna, edzés módszer, szellemi gyakorlat, a test fizikai szintjén fejleszti szervezetünk és idegrendszerünk egészségi állapotát. A légzéssel összekapcsolt nyújtó és lazító testhelyzetek, gyakorlatok erősítik izmainkat. Bármikor elkezdhető. Vezető: Ruff Annamari (06/20-205-9918). Részvételi díj: 1000 Ft/alkalom, 3200 Ft/4 alkalom.

Társastánc. Kezdő: szombaton 16.00–17.00. Haladó: szombaton 17.00–18.00. 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.

Felnőtt-társastánc. Középfaladó: vasárnap 17.00–18.00. Haladó: vasárnap 18.00–19.00. Kezdő: szombat 18.00–19.00. Klubvezető: Székely Attila (06/30-952-9477, titti@mail.datanet.hu). Részvételi

díj: 1500 Ft/alkalom. Információ: www.harmoniatanclub.hu.

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).

Felnőtt művészeti 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.



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

(Folytatás a 20. oldalon)

Ünnepi készülődés meghitt hangulatban a HEGYVIDÉK BEVÁSÁRLÓKÖZPONTBAN

Ünnepi menü, asztali dekoráció, apró ajándékok, személyre szóló kedvességek... Az év legmeghittébb ünnepére készülünk. Decemberben is exkluzív ajánlatokkal, egyedi divatmárkák, prémium gasztronómiai kínálat és vasárnaponként hosszabított nyitva tartással várja Buda legsikkesebb üzletháza, hogy az ünnepi készülődés alatt is maradjon ideje a legfontosabbra: a szeretteire.

TERÜLJ-TERÜLJ!

A december a családról és a baráti összejövetelekről szól. Amennyiben karácsonyi összejöveteleit inkább profi séfre bízni, válassza a **Tantit**, bevásárlóközpontunk legújabb éttermét.

A **Delizia Gourmet & More** néhány fős, meghitt vacsorától a

nagyobb céges partyig vállalja sajt-, antipasti- és sonkatalak elkészítését.

A halételek kedvelőinek öröme kibővített konyhával, megújult étlappal és december 20-ig karácsonyi előrendelési lehetőséggel vár mindenkit a **Vörös Homár** halkezeskedés.

A hal mellé válaszon bort a **Bortársaság** kínálatából, vagy a **Gurmitól**, hiszen hozzájuk is megérkeztek az ünnepi asztalra való borok, de a Gurmi háza táján már készülnek a karácsonyi Bergmann-finomságok is: díszes mézeskalács, különleges bejglit, gyümölcskenyér-variációk és ünnepi teasütemények.



Ami az édességeket illeti, az újról fogadalmak előtt nem könnyű ellenállni a kísértésnek, főleg ha olyan ínycsiklandó csokoládékról és bonbonokról van szó, mint a **SwissSelection** svájci csokoládéből ünnepi finomságai, és persze desszertjein érdemes a **La Praline** francia cukrászdába, vagy a klasszikus ízek kedvelőinek a **Szamos** csokoládéüzletbe is betérni.

A kiegészítők és féhéreműk mellett egy jól megválasztott illat is öltöztet, és ezt a **Glamour-Beauty** parfümériában is tudják. Egyedi karácsonyi parfümválasztékkal, varázslatos ünnepi sminkkollekciókkal és egyes termékekre akár 30%-os kedvezményt várják a látogatókat. Persze, nemcsak a felnőttek, a gyerekek is szeretnek csinosan öltözni, főleg karácsonykor. Az ün-

A SZERETET ÖLTÖZTET

Karácsonyra tervezni a lánykérést, vagy valami igazán exkluzív ajándékkal lepni meg kedvesét? A **Royal Diamonds** most megkönynyíti a választást, hiszen decemberben akár a gyűrűre is 20% kedvezményt biztosít.

A **Vathy's Corner** ismét rendhagyó ajándékkal kedveskedik vásárlóinak, egész hónapban 25%-os kedvezménnyel vásárolhatnak a prémium márkák közül.

A céges karácsonyi bulira válasszon egy rafinált olasz összeállítást a **Please** divatszalonból, de a ruha alatt sem mindegy, mit visel, cseppentsen egy kis varázslatot az ünnepekbe a **Fantasma** féhéreművel!

nepi készülődés alatt is érdemes szétnézni a **Jacadi** gyermekdivatüzletében.

KARÁCSONYFA ALÁ

Ki ne örülne egy jól megválasztott könyvnek karácsonyra? A **Líra** könyvesboltban, a klasszikusoktól az újdonságokig, fiatalok és idősek kedvenc olvasmányait is megtalálja.

Azoknak, akik inkább online olvasnak, a **Laptopszalomból** választhatnak, ahol most minden laphoz számos exkluzív szolgáltatás jár ajándékba.

A natúrkozmetikumok szerelmeseinek is van ajándéktippünk: lepje meg szeretteit a **HappySkin** üzlet stílusos, egyedi karácsonyi ajándéksomagjaival!

Természetesen gondoltunk a legkisebbekre is: legyen szó babaházról, autópályáról, építőkockáról vagy kreatív, fejlesztő játékokról, a **Szivárvány-mese** gondoskodik róla, hogy a világ legfontosabb emberei legyenek a legboldogabbak a karácsonyfa alatt.



Boldog karácsonyt és örömeinkben gazdag új évet kívánunk!

(x)

(Folytatás a 19. oldalról)

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

Rajztanoda csütörtökön 18.00–20.00. Rajzoktatás, felvételi előkészítés, festészeti technikák. Egyéni foglalkozás mindenkiel. Információ: 06/30-470-5193. Tan-díj: 11 000 Ft/hó.

Élj 100 évet egészségesen 3-1-2 meridián gyakorlatokkal szerdán 10.30. Bővebb információ: www.312.hu. A torna ingyenes, a terembérleti hozzájárulás 300 Ft/fő. A tornát vezeti: Hóka Ildikó 06/30-962-0211, hoildi@freemail.hu.



Zumba kedden és csütörtökön 10.00–11.00, kivétel minden hónap második keddjén. Egy óra teljes kapcsolódás. Kardiofitness latin alapítványokkal. Táncok 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.

Namasté – Asperger kortárs klub autizmussal élő fiataloknak minden hónap második vasárnapján 16.00–18.00. Változatos programok: kézművészet, drámajáték, színház- és kiállításlátogatás, túrák. Segítségnyújtás munkavállalásban, a világ dolgaiban való eligazodásban. Vezető: Vadásné Tóth

Mária (06/30-280-3779). Tagsági díj: 1000 Ft/fél év.



Baba-mama klub kedden és csütörtökön 9.00–10.00, kivétel minden hónap második keddjén. 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.

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

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

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



A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Térlmény két dimenzióban – Albert Farkas kiállítása. A fotó- és kispasztikai tárlat fő célja, hogy izelítőt adjon egy különleges itáliai szakmai útnak az alkotóra gyakorlati hatásairól. A képek és kispasztikák egymást erősítve tükrözik al-

kotójuk látásmódját, véleményét erről a színekben, formákban gazdag szakmai útról. A kiállítás megtekinthető: 2015. január 26-ig.



Bran-koncert és táncház december 27-én 17.00. A Bran együttes a magyarországi ír zenei élet egyik fontos résztvevője, rangos népzenei rendezvények és fesztiválok állandó szereplője. 17.00 Táncház. 19.00 Kedvenc képeink – vetítéssel egybekötött előadás. 20.00 Bran-koncert. Belépődíj: 1200 Ft, gyerekjegy 600 Ft. www.bran.hu



Ismerkedés a számítógéppel idősebbeknek. A legközelebbi tanfolyam 2015. január 20-án indul. 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 használni és érdekes információkat önállóan megkeresni, valamint távoli ismerőseikkel e-mailben kapcsolatot tartani. A foglalkozások kis csoportokban folynak, mindenki külön számítógép előtt ül. Részvételi díj: 3000 Ft/fő/kurzus. Vezető: Szentiványi Imre villamosmérnök, számítástechnika-oktató.

Akrobatikus rock and roll pénteken 16.15–17.15 kezdő és haladó csoport, folyamatos csatlakozási lehetőség. Vezető: Fekete Kinga tánctanár (06/70-424-9423). Az

első óra ingyenes. Kezdet: 2015. január 9.

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



NTC School Budapest (holland bölcsőde-óvoda) kedden 8.30–15.00 óvodásoknak. Holland tanmenet szerinti foglalkozások flamand és holland anyanyelvű családok részére. Felügyeleti szerv: Holland Oktatási Minisztérium. Információ: Bori Martina, 06/30-241-2546, lesbories@t-online.hu. Kezdet: 2015. január 6.

Csiri-biri torna pénteken 9.30. Vezető: Orszáczky Ildikó. A foglalkozásokon minden mozgásformát dalok, mondókák kíséretében hajtanak végre. A Csiri-biri tornán 3 éves korig várják a már járti tudó, izgó-mozgó babákat. Testvérekezzmény: 50%. Részvételi díj: 1200 Ft/alkalom, 10 000 Ft/10 alkalom (a bérlet három hónapig érvényes). Információ: www.csiri-biri.hu, info@csiri-biri.hu, Orszáczky Ildikó – 06/30-389-5500. Kezdet: 2015. január 9.



Ju-jitsu kedden 17.00–18.30-ig, szerdán 16.30–18.00 és 18.30–20.00. Vezető: Derkényi László (06/20-323-8160). A ju-jitsu rugalmas küzdősport, a csavarásokat, dobásokat, gáncsokat részesíti előnyben. Sokoldalú és változatos önvédelmi irányzat. Részvételi díj: 5500 Ft/hó. Kezdet: 2015. január 6.

Klasszikus balett hétfőn 16.15–17.00 és 17.00–18.00, szerdán 17.00–18.00. Klasszikus balett oktatása kezdőknek és haladóknak, már óvodás kortól. 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. Kezdet: 2015. január 5.

Művészi torna szombaton 9.30–15.00. Vezető: Pataki Rita mozgáspedagógus (06/30-483-1897). Berczik Sára módszere alapján, zongorakísérettel. Mozgáskoordináció- és ritmusérzékfejlesztő gimnasztika. Kezdet: óvodásoknak, kisiskolásoknak 4 éves kortól. Középfaladó: alsó tagozatosoknak. Haladó 1.: felső tagozatosoknak. Haladó 2.: 15–20 éves korig. E-mail: patakiri@freemail.hu. Zongorán kíséri: Gabora Mária. Részvételi díj: 3400 Ft/hó, 6000 Ft/hó. Testvérekeknél, valamint fél éves tandíj egyösszegű befizetése esetén kedvezmény. Kezdet: 2015. január 10.

Szívárvány 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. Kezdet: 2015. január 6.

Zumba fitness gyerekeknek kedden 16.15–17.00, szerdán 15.15–16.15. Zumbakid: kifejezetten gyerekek számára szabott 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 önbizalmuk, fejlődik motorikus koordinációs, koncentrációs, valamint kifejező-készségük. A foglalkozásokat vezeti: Németh Krisztina okleveles aerobik- és zumbaoktató (06/20-549-0893, www.krisztinanemeth.zumba.hu). Ár: 6000 Ft/hó. Kezdet: 2015. január 7.

Zumba tiniknek. Kifejezetten tinikre szabott zumba fitness-órák. Nagyszerű csapattal és pörgő, egyszerű, de látványos koreográfiákkal, 12 éves kortól.

Edzés: csütörtökön 15.30–16.30. Ár: 6000 Ft/hó (heti 1 alkalom). A foglalkozásokat vezeti: Németh Krisztina okleveles aerobik- és zumbaoktató (06/20-549-0893, www.krisztinanemeth.zumba.hu). Kezdet: 2015. január 8.

Zumba Gold kezdőknek, újrakezdőknek hétfőn 9.00–11.00, 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. Kezdet: 2015. január 5.

Meridián torna kedden 16.00–17.00. Élj 100 évet egészségesen a 3-1-2 meridián gyakorlatokkal! Egészségvédelem az évezredek kínai tapasztalatai alapján. A 3-1-2 meridián torna a meridiánokból áramló energiaegyensúly helyreállításával a szervezet immunrendszerét erősíti. Nincsenek mellékhatásai, bármikor, bárhol gyakorolható. Vezető: Hóka Ildikó (06/70-301-6788). A tornán való részvétel ingyenes. Kezdet: 2015. január 6.

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). Kezdet: 2015. január 7.

Bujutsu-Kai Kenshin-ryu szerdán 18.30–20.30. Vezető: Horváth Attila (06/20-945-3901). Jelenkezni személyesen edzésnapokon lehet. A foglalkozások 14 éves felüliek részére folyamatos jelentkezési lehetőség! Kezdet: 2015. január 7.

Törzsi fúziós hastánc hétfőn 18.45–19.45. A hastáncnak egy különleges válfaja, amiben az afrikai, közel-keleti és ázsiai elemek, valamint a modern tánctechnikák találkoznak. Várnak mindenki a nyílt szintű órára. Folyamatos csatlakozás.

„SZÍV SN a keringési betegségek megelőzéséért” mozgalom a Hegyvidéken



A Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat ismét **prevenációs programot indít** a kerületi felnőtt lakosság számára, amellyel megelőzhető a **keringési betegségek** kialakulása, és lehetővé válik a már fennálló betegségek mielőbbi kezelésének megkezdése a kialakított, stabil betegút segítségével.

A Hegyvidéki Önkormányzat a SZÍV SN Országos Beteggyógyászati Társasággal, valamint a Semmelweis Egyetem Kardiológiai Központjával együttműködve, utóbbi épületében biztosítja a szűréseket (vérnyomás-, vércukorszint- és koleszterinszintmérés, valamint EKG, két pozitív érték esetén további vizsgálatok). A szűrések mellett bemutatásra kerül a levédett „SZÍV SN” program.

A szűrőnapok időpontjai:

- ✓ 2014. november 8. 8.00-14.00 óra
- ✓ 2014. december 6. 8.00-14.00 óra
- 2015. január 17. 8.00-14.00 óra
- 2015. február 14. 8.00-14.00 óra

A szűréseket előzetesen telefonos bejelentkezéssel tudják az érdeklődők igénybe venni, amely az aktuális hónap első munkanapjától lehetséges.

Telefonos bejelentkezés: Trembeczkyné Árkosy Tímeánál
Telefonszám: 06 (30) 601-3008, munkanapokon 8-16 óráig

A vizsgálatokra a bejelentkezéskor kapott időpontban, a Semmelweis Egyetem Kardiológiai Központjának ambulanciáján (helyszíne: 1122 Budapest, Határőr út 18.) kerül sor.



TÖRŐDJÖN EGÉSZSÉGÉVEL, A KERINGÉSI BETEGSÉGEK MEGELŐZHETŐK!

RENDSZERES SZŪRŐVIZSGÁLATOK A HEGYVIDÉKEN



PREVENCIÓS SZŪRŐSZOMBATOK



- ✓ 2014. szeptember 27., 10–15 óráig
Emlőszűrés (emlőtapintás, önvizsgálatra való tanítás, életmód tanácsadás, a rák megelőzése),
Csontritkulás szűrés
helye: MoM Kulturális Központ, Budapest XII. ker., Csörsz u. 18.
Egészségnap rendezvény, jelentkezés a helyszínen, érkezési sorrendben.
- ✓ 2014. október 18., 10–14 óráig
Urológiai szűrés (prostatata vizsgálat, ultrahang vizsgálat, tanácsadás),
helye: János Kórház, Budapest XII. ker., Diós árok 1-3.
Jelentkezés előjegyzési telefon: 06-30-6565657, 9-15 óra között
- ✓ 2014. november 22., 10–14 óráig
Szemészeti szűrés (vízus mérés, szemfenék vizsgálat, szem-belnyomás vizsgálat, tanácsadás),
helye: János Kórház, Budapest XII. ker., Diós árok 1-3.
Jelentkezés előjegyzési telefon: 06-30-6565657, 9-15 óra között
- 2015. január 24., 10–14 óráig
Bőr- és nemibeteg szűrés (dermatoszkóp vizsgálat, insolációs ártalom, tanácsadás),
helye: János Kórház, Budapest XII. ker., Diós árok 1-3.
Jelentkezés előjegyzési telefon: 06-30-6565657, 9-15 óra között
- 2015. február 28., 10–14 óráig
Nőgyógyászati szűrés (fizikális vizsgálat, menopausa tanácsadás, rákszűrés),
helye: János Kórház, Budapest XII. ker., Diós árok 1-3.
Jelentkezés előjegyzési telefon: 06-30-6565657, 9-15 óra között
- 2015. március 28., 10–14 óráig
Neurológiai szűrés (stroke megelőző állapotok szűrése, carotis doppler/nyaki erek ultrahang vizsgálata, tanácsadás),
helye: János Kórház, Budapest XII. ker., Diós árok 1-3.
Jelentkezés előjegyzési telefon: 06-30-6565657, 9-15 óra között
- 2015. április 25., 10–14 óráig
Kardiológiai és érsebészeti szűrés (EKG, alsóvégtagi doppler/ultrahang vizsgálat, tanácsadás),
helye: János Kórház, Budapest XII. ker., Diós árok 1-3.
Jelentkezés előjegyzési telefon: 06-30-6565657, 9-15 óra között
- 2015. június 6., 10–15 óráig
Fül-Orr-Gégészeti szűrés
helye: Budapest XII. ker., Csörsz u. 14-16., MOM Sport Uszoda és Sportközpont, Hegyvidéki Napok – Egészségnap rendezvény, jelentkezés a helyszínen, érkezési sorrendben.

A szűrésekre bejelentkezni az aktuális hónap első munkanapjától lehetséges (kivéve Hegyvidéki Napok). A vizsgálatokra a bejelentkezéskor kapott időpontban, a helyszíntre történő megjelensé sorrendben kerül sor. Csak az előzetesen, a Szűrőszombatra bejelentkezett személyek tartózkodhatnak szombati napon a Szent János Kórház szakrendelésén.

További információ: gallai.dolores@hegyvidek.hu (Hegyvidéki Önkormányzat, egészségügyi referens)

GONDOSKODÁS - MEGELŐZÉS - EGÉSZSÉGES ÉLET

kozási lehetőség. Ár: 1600 Ft/alkalom, 11 000 Ft/8 alkalom. Vezető: Ládonyi Borbála (06/20-998-8586). Kezds: 2015. január 5.

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. Kezds: 2015. január 8.

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. Kezds: 2015. január 5.

Etka erõgyújtó módszer kedden és csütörtökön 9.30–11.00. Vezető: Nyerges Margit, az Etka-jóga erõgyújtó módszer oktatója (06/30-354-4399). Részvételi díj: 1400 Ft/alkalom, 6000 Ft/5 alkalom (a bérlet 6 hétig érvényes). Kezds: 2015. január 6.

B.A.C. Jókai Táncklub hétfőn 18.30–20.30. Klubvezető: Juhász-né Vágvölgyi Györgyi szakosztályvezető, nívódíjas, Csokonai-díjas táncpedagógus. A táncgyűjtemény fiatal, lelkes tagjait a versenyekre készíti, a tánc szeretete összetartó, jó hangulatú közösséggé formálta. A versenytáncosok évek óta kiemelkedő eredményeket érnek el hazai és külföldi versenyeken. Telefon: 06/20-213-0604. E-mail: jokaitanclub@gmail.com. www.jokaitk.uw.hu. Kezds: 2015. január 5.

Nyugdíjasklub csütörtökönként. December 18.: klubkarácsony, vendéglátás. Várják a kerületi nyugdíjasokat!

Színházjegy-árusítás. Színházjegyek vásárolhatók a Jókai Klubban minden páratlan hét szerdáján 15.00–18.00. Érdeklődés: Bódi Éva, 06/20-213-0479.

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 december 18-án 19.00. Ez egy olyan este, ahol látszólag semmi különös nem történik. Aztán mégis. Felöltött emberek összeülnek, mesélnek egymásnak, hallgatják és alakítják a mesét, nevetnek, szomorkodnak közösen. Belépődíj: 300 Ft.

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 rendhagyó matematikafoglalkozásokon mutatják be a matematika, a művészetek és a technika kapcsolatát. A többi között kézműves jellegű barkácmatek-foglalkozást, műhelyt és szakkört szerveznek. 7–77 éves korig várják az érdeklődőket. A csoportos foglalkozásokra a hoszafe@gmail.com címen lehet jelentkezni.

A Virányosi Közösségi Ház programja

Makray János Természetgyógyászati díjas festőművész kiállítása: Gyógyító festmények. A színek hatása testünkre és lelkünkre. Megtekinthető: 2015. január 10-ig, előre egyeztetett időpontban (395-8284).

barabás.villa

VÁROSMÁJOR

XII., VÁROSMÁJOR UTCA 44.
TELEFON: 319-9854/202
WWW.BARABASVILLA.HU

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Vad horgolók klubja szerdán 15.00–17.00. Párnavarrás, falvédő-horgolás közösen. A belépés díjtalan. December 17. 14.00 A Vakok Batthyány László gyermekotthonában átadják az év során készített ajándékokat.



Egyenlőség gyerekszemmel

– az Egyenlő Bánásmód Hatóság gyermekrajz-kiállítás megtekinthető 2015. január 7-ig, vasárnaptól csütörtökig 10.00–18.00, valamint a Barabás Villa programjaihoz igazodva.

Tánc hétfőn 18.45 (kezdőknek) és 19.45 (haladóknak). Táncanfolyam minden korosztálynak Tiborcz Zsuzsanna táncművész, koreográfus, táncoktató vezetésével. Folyamatos csatlakozási lehetőség. Jegyár: 1200 Ft/1 alkalom, bérlet 3600 Ft/4 alkalom. Jegyek kaphatók a program előtt a helyszínen, a mom.jegy.hu oldalon, valamint a MOM jegypénztárban.

3-1-2 Meridián torna szerdán 9.00–10.00. A belépés díjtalan.



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



Legendás Hegyvidék – 500 év.

Az egyéves időszak kiállítás a Mátyás király által használt Városháza Libegő megnyitásáig fél évezred izgalmas történeteit, helyszíneit mutatja be.

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



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

Adventi művészeti vásár, amelyen Munkácsy-díjas képzőművészek és fiatal, tehetséges alkotók munkáit mutatják be elérhető áron. Egyedi műalkotások már 10 000 Ft-tól. A kiállítás megtekinthető: december 20-ig, 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 mert! Nagymesterek műveinek másolásán keresztül ismerkednek különböző technikákkal. Információ: Makovecz Anna, 06/20-573-9339.



XII., BÖSZÖRMÉNYI ÚT 34/A
TELEFON: 202-2509
KULTURALIS.SZALON@GMAIL.COM
A Kulturális Szalon december 22-től zárva tart. Nyitás: 2015. január 5-én.

Idősek Egészség Iskolája. December 17. 14.00 A mozgás jelentősége időskorban. Az időskori betegségek megelőzése. Előadó: dr. Somogyi Annamária reumatológus szakorvos.

Megbocsátás, ünneplés, elköteleződés – dr. Domján Mihály tanácsadó szakpszichológus és családterapeuta előadás-sorozata. December 17. 18.00 Segítő kéz a családnak.

HOK Hegyvidéki Osteoporosis Klub. December 18. 13.30 Dr. Kricsfalusy Mihály traumatológus főorvos (Országos Baleseti Intézet)

előadása: Az osteoporosisos csonttörések. 2015. január 15. 13.30 Torna Valival. Kényelmes öltözet, váltócipő szükséges. Klubvezető: Mészáros Lászlóné gyógytornász.

Voll elektro-akupunktúrás állapotfelmérés január 5-én 14.00. Természetgyógyászati sorozat. Beszélgetés, bemutatás, mérés. Előadó: Pál-Szabó Gabriella természetgyógyász, fül-akupunktúrás addiktológus, Voll- és Joalis-terapeuta.

Takács Gabriella vetítéssel egybekötött úti élménybeszámolója január 6-án 18.00.

Natura 2000 – Botfalvi Zolt természetvédelmi polgárőr, a Természet- és Környezetvédelmi Polgárőr Egyesület titkárának előadása december 7-én 14.00.

Léleképítő könyvek baráti köre január 7-én 16.00. Klubvezető: Szép Ilona.

Tarka-barka varrőkör január 9-én 13.30 Mihálkoviczné Judit vezetésével. Ajándéktárgy-készítés (előzetes jelentkezés szükséges).

Sumér és akkád művészet – Konta Fanni előadása január 12-én 14.00.

Cukorbeteg fiatalok klubja január 13-án 18.00. Klubvezető: Muskát Erika.

Szalon Egyetem. Január 14. 14.00 Japán étkezési szokások – Borsányi Klára előadása.

Budai Lisztérzékenyek klubja január 14-én 17.00.

Deris percek Dolnával január 16-án 14.00. Életünk fordulópontjai történeteinkben, dalokban, költészetben. A foglalkozás művészeti vezetője: Mihálkó Kádár Magdolna magyar-ének-zene szakos tanár.

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.

Alakformáló torna hétfőn 16.00–16.45. A részvétel ingyenes.

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

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

MOM-nyugdíjasok találkozój 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.

Alakformáló torna szerdán 10.00–10.45. A részvétel ingyenes.

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

Hatha jóga segédesszközök csütörtökön 8.15–9.15 és 9.30–10.30. Részvételi díj: 900 Ft. Előzetes jelentkezés szükséges.

Szupernagy népdalkör minden páros hét csütörtökön 13.30–15.30. Énektanár: Bucsei Anikó. Alapító: Karcagi Éva.

Népek táncai Bojtor Marikával csütörtökön 17.00–17.45. Belépő: 500 Ft.

Tánc a Szalonban csütörtökön 18.00–18.45. Táncanár: Bojtor Marika. A részvétel ingyenes.

Nyugdíjastorna páratlan hét péntekjén 9.00–9.45, páros hét péntekjén 15.00–15.45. A részvétel ingyenes.

Do-in önmasszázs minden páros hét péntekjén 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.

Kölyökpoc pénteken 16.00–17.30. Kiskakukk Játszóház kisiskolásoknak Kakuk Andrea vezetésével. A részvétel ingyenes.

Betyárbukfenc gyerektánc-ház minden páratlan hét péntekjén 18.00–20.00. A részvétel ingyenes.

(Folytatás a 22. oldalon)

LAPTOP SZALON

MI TÖBBET A DUNK

1TB CPU FELHŐ TÁRHELY

+1ÉV GARANCIA

60 PERC HOTLINE TÁRSASÁG

hp Prémium márkabolt



129 900 Ft

HP PAVILION X2

PEHELYKÖNNYŰ ELEGANCIA: MOST AJÁNDÉK NOKIA LUMIA 530 OKOSTELEFONNAL

• Intel® Intel Atom Z3736F Quad-Core processzor • 2GB memória • 32GB-os háttértár • 10,1 colos HD felbontású érintőképernyő • Intel HD Graphics GPU • HDMI • szürke és türkiz színben • Windows 8.1 • 2 év háztól-házig garancia • 11 órás üzemidő, 900 grammos súly



149 900 Ft

HP PROBOOK 455 G2

• AMD® A8-7100 Quad-Core processzor • 4GB memória • 500GB-os merevlemez • AMD Radeon R5 2GB videokártya • 15,6 colos HD felbontású kijelző • Ujjlenyomat olvasó • HDMI • USB 3.0 • Fekete, ezüstös-fém külsővel • Linux • cseppálló billentyűzet • 5 év háztól-házig garancia

LAPTOP SZALON BUDA, LAPTOPSZALON HEGYVIDÉK



XII. ker. Budapest, Apór Vilmos tér 11-12. üzlet: +36 20/277-8222 (Hegyvidék Bevásárlóközpont)

LAPTOPSZALON.HU

Az akció 2014.11.24-től a készlet erejéig érvényes. A feltüntetett árak a 27%-os ÁFA-t tartalmazzák. A feltüntetett adatok kizárólag tájékoztató jellegűek, nem minősülnek ajánlattételnek. Az árvaltozás jogát fenntartjuk! A termékeknek megjelenített képek csak illusztrációk, a valóságtól eltérhetnek. Az esetleges nyomdai hibákért nem vállalunk felelősséget.

HappySkin natural handmade cosmetics

VARÁZSOLJA KÜLÖNLEGESSÉ A KARÁCSONYT A HAPPYSKIN AJÁNDÉKCSOMAGJAIVAL!

Natúrkozmetikumok stílusos, egyedi csomagolásban az egészséges bőrápolás szeretetével! Térjen be a HappySkin márkauzletébe, és válasszon egyedülálló kínálatunkból!



AJÁNDÉKOZNI TERMÉSZETES



14 990 Ft

STÍLUSOS RAGYOGÁS CSOMAG ZSOLNAY ÉKSZERREL

A csomag tartalma: Jade arctonik algával és uborkával (100ml) • Diamant ajakducsító szájfény (8,5ml) • Noir szempillaspirál ricinusolajjal (8ml) • Dívá Hyaluronsavas arczserum (30ml) • Zsolnay ékszer

KARÁCSONYI TÜNDÖKLÉS CSOMAG

A csomag tartalma: Miracle arckrém resveratrollal és béta-glükánnal (30 ml) • Jade arctonik algával és uborkával (100 ml) • Pandora áfonyás gyümölcsmaszk/ Dioné ananász-málnás gyümölcsmaszk (50 g) • Clementina arcradír sárgabarackmag örleménnyel/ Provence levendulás arcradír (50 ml) • Kirké mangóvaj arctisztító krém (100 ml) • HappySkin díszdoboz



12 450 Ft

Hegyvidék bevásárlóközpont (Apor Vilmos tér 11-12.)

Nyitva tartás: H-SZO: 10:00-20:00 | V: 10:00-16:00
info@happyskin.hu • 20 / 434-5110 • facebook.com/happyskin.hu • www.happyskin.hu

Az akció 2014.11.24-től a készlet erejéig érvényes. A feltüntetett árak a 27%-os ÁFA-t tartalmazzák. A feltüntetett adatok kizárólag tájékoztató jellegűek, nem minősülnek ajánlattételnek. Az árvaltozás jogát fenntartjuk! A termékeknek megjelenített képek csak illusztrációk, a valóságtól eltérhetnek. Az esetleges nyomdai hibákért nem vállalunk felelősséget.

(Folytatás a 21. oldalról)

Sahaja jóga. Kezdő meditációs kurzus szombaton 17.00–19.00. Jelentkezés a szervezőknél: www.onmegvalosulas.hu.

Alkotóműhely kicsiknek és nagyoknak vasárnap 10.00–12.00. A résztvevők mindent megtanulhatnak a festészet műhelytitkairól a képzőművészeti a szintanon át a különböző technikai fogásokig. El-sajátíthatják a tusfestés, akvarellézés, tempera-, akrilfestés és olajfestés módszereit. A kreatív műhelyben alkalomról alkalomra kincseket alkotnak. Nemezelenek magyar termelők gyapjújából, védik a környezetet, újrahasznosítják a papírt, a fát, a fémeteket, újjászönek régi textileket, festenek, mintáznak. A foglalkozásokat vezeti: Tóth Anna festőművész. A részvétel ingyenes.



BAJOR GIZI SZÍNÉSZMÚZEUM
XII., STROMFELD AURÉL ÚT 16.
TELEFON: 356-4294
WWW.SZINHAZIINTEZET.HU
A Bajor Gizi Színészmúzeum 2014. december 22-től 2015. január 13-ig zárva tart.

Kelemen László nyomában. A kiállítás Kelemen László halálának kétszázadik évfordulóján a magyar színjátszás kezdeteire emlékezik. Felidéz a színházteremtés nehézségeit, Pest és Buda színjátszásra alkalmas színhelyeit, az első társulat repertoárján szereplő műveket – Kelemen László életművét állítva a középpontba. Látogatható: december 21-ig, valamint 2015. január 13.–február 1-jéig, szerdától vasárnapig 14.00–18.00.

Színészkatonák, fogolyprímádonnák. Látogatható: 2015.

február 1-jéig, szerdától vasárnapig 14.00–18.00. Információ: 225-3161, www.szinhaziintezet.hu.

Bajor Gizi és a nagy háború – kiállítás: „...tűz és láng minden körülöttem...” Látogatható: 2015. február 1-jéig, szerdától vasárnapig 14.00–18.00. Információ: 225-3161, www.szinhaziintezet.hu.



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

„Angyalok küldik az értéket III.” – csoportos alkotóművészeti kiállítás. Megtekinthető: 2015. január 10-ig, hétfőtől péntekig 12.00–22.00, szombaton 16.00–22.00 (vasárnap zárva).



EGYENSÚLY BABA-MAMA KÖZPONT
(XII., Fodor utca 120.)
Minden edzés alatt vigyáznak a gyerekekre. Jelentkezés ingyenes próbára: www.babamamakozpont.hu, 06/20-913-1332.

Tompeti-koncert december 20-án. Jegyek elővételben a központban kaphatók.

Babás Pilates – kellemes nyújtó és mélyizom-erősítő torna kedden és pénteken 10.00–11.00 (bábakkal is lehet végezni).

TRX – ha szeretne visszaformálódni, vagy tartani a formáját, vagy kiegészíteni a futást valami jó kis edzéssel, akkor itt a helye! Bejelentkezés a fenti telefonszámon.

Helen Doron babaangol 6 hónapos kortól csütörtökön 10.30.

Gyerekdzsúdó a 3,5–7 éves korosztály számára a Ledényi Judo Team vezetőedzőjével, Ledényi Leventével kedden, csütörtökön 16.45.



Hozzáértő csoport a XII. kerületi Családsegítő és Gyermekjóléti Központ Felsősziget 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: Felsősziget Klubház, XII., Kiss János altábornagy utca 34., telefon 212-9650. Időpont: kéthetente csütörtökön 18.00–19.30. 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. Jelentkezés, 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 társalkodók indul német anyanyelvű gyerekek segítségével. A részvétel díjmentes.



Levendulamag Gyermekház. Dalolka zenés foglalkozás 10 hónapos kortól kiskisiskorúig Káráz Eszterrel minden kedden 17.00. Információk: www.karaszeszter.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 egy 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 ölbe, ringasd, énekelj! www.ringato.hu, www.hazay.hu



Menő Manó Torna. Zenés-tornás foglalkozás gyerekeknek 6 hónaposától 4 éves korig, élő hangszerjátékkal, ismert és rég hallott dalokkal, mondókákkal. A nagymozgások és az egyensúlyérzék fejlesztését speciális mozgásfejlesztő eszközökkel (például mászóalagút, egyensúlyozó tölcser, trambulín, szívárványos hintáztató ejtőernyő, billenő rácsinta, libikóka) segítik elő, és persze egyetlen órától sem hiányozhat a száz színes labda! Időpontok: szerdán 9.30 (Mini csoport) és 10.10 (Menő Manó Torna csoport). Cím: MOM Sport, XII., Csörsz utca 14–16. Ingyenes parkolás! Telefon: 06/20-392-1833. www.menomanotorna.hu

Menő Manó Torna. Zenés-tornás foglalkozás gyerekeknek 6 hónaposától 4 éves korig, élő hangszerjátékkal, ismert és rég hallott dalokkal, mondókákkal. A nagymozgások és az egyensúlyérzék fejlesztését speciális mozgásfejlesztő eszközökkel (például mászóalagút, egyensúlyozó tölcser, trambulín, szívárványos hintáztató ejtőernyő, billenő rácsinta, libikóka) segítik elő, és persze egyetlen órától sem hiányozhat a száz színes labda! Időpontok: szerdán 9.30 (Mini csoport) és 10.10 (Menő Manó Torna csoport). Cím: MOM Sport, XII., Csörsz utca 14–16. Ingyenes parkolás! Telefon: 06/20-392-1833. www.menomanotorna.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 információk, illetve próbára jelentkezés: www.kmzsusza.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: Ferenczsné Saás Kinga, 06/20-986-8601, skmuhely@hotmail.com, www.keramia-skmuhely.hu.

Kreatív festőklub a Városmajorban. Korhatár nélkül, családias környezetben, anyaghasználat, 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

Lendüli 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.



Shuhari Dojo Japán Kulturális és Harcművészeti Központ. Tanfolyamok: Karate-do harcművészet, Aikido, Iaido – a samuráj kardforgatás ősi művészete, Shito-ryu ka-

rate, Shuhari karate, Jóga, Manó tánc, Dance for Fun, konditréning. Egyéb programok, foglalkozások: Origami, Do-in önmasszázstanfolyam, 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.



HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADÉMIA
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, kettebell, krav maga, Aikikai aikido. A Facebookon is lehet jelentkezni!

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 fegyelmzetttségüket és mozgáskoordinációs képességeiket. Tagdíjak: 8000 Ft/hó. További információk: Rajcsányi Gergő, 06/30-221-9992, grajcsanyi@hotmail.com.

BOKFENŐ FEJLESZŐ MŰHELY
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

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

MATT BIANCO

2015.02.07. | MOM SPORT

Jegyvásárlás: mom.jegy.hu, InterTicket
www.momspport.hu

Kapunyitás DJ-vel 18:30 h. Koncertkezdés 20:20 h.

MOM SPORT

LEGYÉL TE IS MOM SPORT ANGYAL!

VÁLTSD VALÓRA EGY GYERMEK KARÁCSONYI ÁLMÁT!

Tegyél jót karácsonykor, hogy az ünnep mindenkinek szép legyen! Lepj meg egy állami gondozásban élő gyermeket azzal az ajándékkal, amiről álmodik.

Keress fel a **MOM SPORT FACEBOOK OLDALÁT** (www.facebook.com/MomSport), ahol kiválaszthatod a kicsik levelei közül azt a kívánságot, amelyet teljesítenél. Vedd meg az ajándékot és hozd be hozzánk legkésőbb december 17-ig, hogy átadhassuk nekik egy karácsonyi korcsolyázás keretében.

A jótékonyasági akció időtartama: **DECEMBER 7-17.**

Köszönjük, hogy segítesz! Az ajándékozók közül valakit mi is meglepünk és kisorsolunk egy karácsonyi csomagot.

További információ: www.facebook.com/MomSport

Angyalvasút és Páros-János helyett: Libegő

Az előmunkálatai egy kábelvasútnak 1933-ban kezdődtek meg, és a Zugligetből a János-hegyre vezetett volna. A fogaskerekű és a zugligeti villamos végállomásától is másfél órányi gyalogútra esett a sokak által látogatott János-hegyi plató, ahol ma a Libegő felső állomása található. A tervezett pálya 922 méter hosszú volt, 261 méter tengerszint feletti magasságról indult, és 488 méter magasan érkezett volna meg a platóra.

„Az utazás semmiféle kellemetlen érzéssel nem járna” – írta egy

kodott, így egészen 1967-ig kellett várni arra, hogy ismét napirendre kerüljön a drótkötelpálya terve.

A XII. kerületi Tanács úgy döntött, hogy 1968-ban el kell kezdeni az építkezést. Az illetékes minisztérium támogatta az ötletet, s az Út- és Vasútervező Vállalatra bízta a kivitelezést. Érdeklőség, hogy később, amikor a Libegő rendkívül népszerűvé vált a budapestiek körében, újabb elképzelések láttak napvilágot, ám ezek nem valósultak meg (1820 méteres pálya vezetett volna Far-

rengésre – felüljön-e, vagy ne –, máris alácsúszik a szék, és libegni kezd az ég és a hegyoldal között felfelé” – írták egy helyütt 1995-ben.

Több elképzelés is született arról, hol legyen a völgyállomás, végül a Csiga utca alsó vége mellett döntöttek. A tervezéskor még nem tudhatták, hogy az 58-as villamos végállomása a villamosvonallal együtt már csak hét évig üzemel. Felső állomásként az Erzsébet-kilátó melletti terület, valamint a János-hegyi plató merült fel – a nagyobb hely miatt, és

biztonságos megérkezését, később ezt is korszerűsítették: 1990-től egy Lada gépkocsi motorjára cserélték.

Az építkezés fővállalkozója az Országos Bányagépgyártó Vállalat volt, Pataki Lászlót bízták meg az irányítással, ő lett a Libegő első igazgatója is. A betonlapok lerakása után a Tatabányán gyártott acél tartóoszlopok érkeztek meg, amelyeket kézi erővel, szánokon csúsztatva le a hegyen. A kötélpálya építése miatt le kellett bontani egy földszintes házat és a Révész Margit Gyógy- és Rehabilitációs Központot. A köteleket biztonsági okokból úgy tervezték, hogy többszörös igénybevétel is kibírjon.

A korabeli gazdasági-politikai szemléletnek megfelelően igyekeztek minden szükséges alkatrészt itthon előállítani, vagy a szocialista tömbből beszerezni, csak a drótköteleket vették Ausztriából. Az importált kötélt kilenc év alatt 20 méterrel nyúlt, négy alkalommal rövidítették. Az 1979-ben behelyezett kötelnek hasonló volt a nyúlási hossza, ami általánosnak tekinthető ilyen igénybevételnél.

1970. augusztus 20-án nyílt meg az első személyszállító kötélpályánk. Elnevezésére előzőleg pályázatot írtak ki, amire több tízezer ötlet érkezett. Néhány jobb-rosszabb ezek közül: Angyalvasút, Acélpók, Bűvös-szék, Páros-János, Úrbusz, Villamos-szék. A zsűri végül olyat választott, amely nem szerepelt a javaslatok között, így lett a kötélpálya neve Libegő.

A Csiga utcai állomástól indulva bal kézre a Klára-sziklát (Remetefej-sziklát) látjuk, alatta a Csiga lépcső tart a Remete úthoz, az erdőt dolomitsziklát tarkítják. A pálya közvetlenül magánkertek fölött halad. Érde-

kező, hogy a kilátó környékét ne csúfítsa el egy modern épület, az utóbbi mellett döntöttek. Először ket- vagy négy utas szállításra alkalmas kabinokat akartak forgalomba állítani, végül az ülészekkel mellett döntöttek.

A Libegő völgyállomása 228, a felső állomása pedig 490 méter tengerszint feletti magasságban van. Az utazási távolság 1041 méter. A két kilométernél is hosszabb drótköteleket 17 acélállvány tartja, valamint 2 oszlop nyomja le a vezetékét a homorú szakaszokon. A 102 függőszék öt-nyolc méter magasan közlekedik. A völgyállomáson 4500 kilós feszítőszíj helyezett el a szállítókötél feszességének biztosítására.

1990-ig 12 perc alatt jutottak el az utasok a János-hegyre, ez mára 9 percre rövidült. Meghibásodás esetén egy Trabant-motor biztosította volna a fent rekedtek



A felső állomás 490 méter tengerszint feletti magasságban van

kező, hogy ezek a házak már a Libegő megindulása után épültek, mégis számos pert indítottak az ott lakók az üzemidő csökkentésének szándékával.

Feltűnik alattunk a háromszáz éve használt útvonal, a Remete út, valamint számos neves épület, így a névadó Remete kocsmája, a Kaiser-villa és a Freund-villa. Látható a Révész Margit Gyógy- és Rehabilitációs Központ is.

A Libegő az első tíz évét rendkívül pozitív mérleggel zárta, habár a készítőik szándékai közt nem szerepelt célként a megtérülés. A 19. század végén a János-hegyi vendéglő állt a felső végállomás hely-

lén. Többször szóba került, hogy ismét étterem működjön a hegytetőn, de ez az ötlet sem valósult meg.

„Téli-park” néven sípályatervezés készült rögtön a Libegő üzembe állását követően. A terület a Pilis Parkerdő igazgatása alá került, amely 10 000 hektáros részt tisztított meg a bokroktól, és fűvesített. Higanygőz világitást és két sífelvonót terveztek, a Tündérhegyi útnál a Libegőre is felszállhatna volna a sportolók. A hiányzó havat hógyűllyel pótolták volna. A felső szakasz el is készült, de egy halálos baleset megakasztotta az építkezést.

Az elmúlt több mint negyven évben csak háromszor történt üzemzavar a Libegőn, de sosem kellett leszállítani róla utasokat. A rendszert többször felülvizsgálták, a drótköteleket újra cserélték. Az 1990-es évekre az első esztendő 600 ezres forgalma a felére esett.

A Libegő egész évben közlekedik, kivéve a heti-kétheti üzemzárakat és az ünnepek napjait. A pálya üzemeltetése 1977-ben a XII. kerületi Tanácstól a BKV-hoz került, majd két évvel később közös irányítás alá vonták a fogaskerekűvel és a Budavári Siklóval. Többször felmerült, hogy eladják, de jelenleg is köztulajdonban van.

B. A.



1970. augusztus 20-án nyílt meg, és nagyon hamar közkedelvé vált a kirándulók körében

korabeli tájékoztató. Az elképzelések szerint tíz-tizenkét év alatt térült volna meg a beruházás. Azaz is csábították a befektetőket, hogy a beruházás hatására majd emelkednek a felső végállomásnál fekvő telkek árai. Végül mindebből semmi sem lett. Az 1940-es években a Fővárosi Villamos Vasút Vállalat „vette elő” a drótkötelpálya építésének ötletét, a cég ingajáratú, nagyméretű állókabinokkal szállította volna az utasokat.

A második világháború után, 1945-ben Óbudáról akartak indítani libegőt a Hármashatár-hegyre, ám ez a terv is meghiúsult, mivel a katonaság vette bírtokba a hegy tetejét. Ezzel egy időben katonai hírközlő bázis épült a Kis-Sváb-hegyre, a Sas-hegyre és a János-hegy tetején. Az új politikai rendszer inkább az úttörővasút megvalósításában gondol-

kasról a Széchenyi-hegyre, a Hűvösvölgyből a Hármashatár-hegyre lehetett volna elérni egy 3120 méteres drótkötelpályán, onnan pedig Óbudára továbbmenni egy 2200 méter hosszú pályán, emellett a Citadellához is tervezték egy pályát.

Ekkor már több megoldás létezett drótkötelpályára Nyugat-Európában, ahol több száz ilyen szállítóeszköz működött régóta. A magyar tervezők a leg gazdaságosabbat választották: egyetlen kötélt szállítja le- és felfelé az utasokat, akik rögzített függőszékben utaznak.

Néhányan attól tartottak, hogy a mozgó székekbe nem mernek majd szállni az emberek, de mint a gyakorlat bebizonyította, ez nem okozott különösebb problémát. „Ha valaki már háttal a szék elé áll, és valami szorongásféle fogná el, nincs ideje töp-



Több mint egy kilométert tesznek meg az utasok a föld felett libegve

Emléktábla Orbán Antal szobrászművésznek

Emléktáblát avattak a Bűrök utca 7. alatti épület falán Orbán Antal szobrászművész, a ház egykori lakója tiszteletére. „Jelen értékeinket csak akkor tudjuk megbecsülni, ha tisztában vagyunk múltunk nagyságával” – mondta az ünnepségen Fonti Krisztina. A kerület alpolgármestere szerint fontos, hogy megemlékezzünk a Hegyvidéken élt jeles emberekről, ezért örömmel fogadták a szobrászművész leszármazottainak kezdeményezését, akik ez év nyarán keresték meg az önkormányzatot. Az aktualitást az adta, hogy júniusban felavatták Orbán Antal legjelentősebb alkotása, a Zala Györggyel közösen tervezett – 1945-ben lerombolt – Tisza István-szobor másolatát a megújult Kossuth téren.



Fontos, hogy megemlékezzünk az itt élt jeles alkotókról

Az emléktáblát állító család nevében Kazatsay Imre – akinek nagybátyja a szobrászművész – felidézte, hogy Orbán Antal az első világháborút követően számos hősi emlékmű elkészítésére

kapott megbízást. Pályája csúcspontját jelentette a Tisza István emlékére készített szoborkompozíció, amelyet 1934-ben állítottak fel a Kossuth téren. Orbán Antal a Tisza-szobor után kapott honoráriumából vásárolt telket a Bűrök utcában, és építette fel új otthonát, ahol a családja lakik mindmáig.

Orbán Antal két hegyvidéki templom számára is dolgozott. A felső-krisztinavárosi plébániának Szent József és Keresztelő Szent János szobrát formázta meg, míg a városmajori plébánia kistemploma részére a stációkról készített domborműsorozatot. E sorozat egy darabjának másolata látható az 1940-ben elhunyt művész farkasréti síremlékén.

k.

Megemlékezés a holokausztról

Megemlékezés a 70 évvel ezelőtt történt holokausztról címmel rendhagyó tudományos ülést tartott a Szent János Kórház és Észak-budai Egyesített Kórházak Tudományos Bizottsága, a Magyar Orvostörténeti Társaság Fogászattörténeti Köre, valamint a Magyar Természettudományi Társaság Tudománytörténeti Szakosztálya. A Szent János Kórházban megjelent vendégeket dr. Jánosi András professzor, a tudományos bizottság elnöke köszöntötte.

Dr. Schmidt Mária, a Terror Háza Múzeum főigazgatója „70 évvel a holokauszt után” című előadásában főként a holokauszt társadalmi következményeiről beszélt. Emlékeznünk kell a tettekre és az áldozatokra, jelentette ki, de azokról sem feledkezhetünk meg, akik mentették az üldözötteket. Név szerint említette id. Antall Józsefet, Apor Vilmost, Esterházy Jánost, Karády Katalint, Mindszenty Józsefet, Slachta Margitot és Szehtlo Gábert.

Dr. Forrai Judit professzor amerikai dokumentumok felhasználásával tartotta meg „Hitler halálának kétségei és bizonyítása fogászattörténeti vizsgálatok alapján” című előadását. Mint mondta, a bizonyítás azért várható magára, mert Hitler elszegényedett állkapocsmaradványai a Szovjetunióba kerültek, fogorvosa, Hugo Blaschke pedig az amerikaiaknak adott információkat.

Dr. Szalai György és dr. Kenderfi Gábor „Budapest ostroma, a Szent János Kórház helyzete és működése a vészkorszakban” című előadásukban megemlékeztek Góth Endréről, aki 1944-ben mint munkaszolgálatos a Szent János Kórházból került az orosz frontra, átszökött az oroszokhoz, fogságba esett, majd miután hazatért, más kórházakban lett főorvos. 1958-ban visszatért a János kórházba, és átvette a II. belgyógyászati osztály vezetését. Dr. Kéry Rezső nem volt ilyen szerencsés. Jóllehet az első világháborúban mint honvéderorvos

több kitüntetést kapott, és közkezdelt közgyógy orvos is volt, a nyilasok a kórház területén agyonlőtték.

Dr. Katona József „A gyilkos elme: Adolf Eichmann a pszichiátria szemszögéből” című előadását az inspirálta, hogy az Eichmann elmeállapotának vizsgálatára felkért pszichiáter, dr. Kulcsár (Slomo) István 1936 és 1944 között a Szent János Kórház ideg- és elmeosztályán dolgozott, s fia, akivel az ülése is találkozhatunk, Katona doktor rendelkezésére bocsátotta Eichmann tesztrajzainak másolatát.

Két előadás között Kathy Horváth Lajos adott elő részleteket saját holokauszt-szimfóniájából. A hegedűművész a megbánásra és a megbüntetésre is utalt bevezető szavaiban.

A tudományos ülés után a résztvevők megtekintették Ernőfy Krisztina kerámiáit. A Bécsben élő művész korábban a Szent János Kórházban dolgozott aszisztensként.

kg.

Ünnepi menü karácsony napjaira és szilveszterre

„A jótettek javarészt titokban születnek. Semmiféle műszer nem jelzi őket, semmiféle statisztikai apparátus nem készíti róluk táblázatot. De jelenlétük annál valószínűsőbb.”

A jótetteknek elenyésző az írott történelme. Ha azonban megszűnének egyszer cselekvően részt venni a földi életben, ez éppoly súlyos és elviselhetetlen csapás lenne, mintha glóbusunk egyik pillanatáról a másikra elvesztené a légkörét.” (Pillinszky János)

Zárjuk szívünkbe ezeket a gondolatokat, s ebben a szellemben készülődünk az ünnepekre, az ajándékozás örömeire – nem utolsósorban pedig a karácsonyi ízek kiválasztására. Reméljük, mindnyájan találunk kedvükre való az alábbi ételsorban!

RÁKLEVES

Hús-huszonöt – lehetőleg zalai – rák kell ehhez a különlegességhez. A rákokat óvatosan megfogjuk a hátukon, vigyázva, nehogy csíphessenek.

Krúdy szerint „... azt a csalánt szereti (mármint a rák), amely a legmérgezőbb, és megtámadja a nőket, ha azok ügyetlenül veszik őket a kezükbe a takarítás, kefézés idejében. Nem szereti, ha lesúrolják az iszapot, mert tudja, hogy az a halálát jelenti.” Tehát folyóvíz alatt kefével jól meg-

páncélt, kómoszárbán megtörte azokat, és ebből főzte a zöldséges, tejszínes, konyakos ráklevés alapját.

RÁKTORTA

Könnyű, kellemes előétel ez a torta, „becézett” különlegesség. A recept előnye, hogy előre elkészíthető. Hat nagy szeletre vágható, de több is kihozható belőle, ha több vendég várható. Kiváló indítója egy halas vacsorának.



Pulykasült diós, aszalt gyümölcsös kéregben

Először a tésztahoz fogjunk hozzá! Enyhén sós vízben megfőzünk 1 közepes (kb. 12 dekás) burgonyát héjában, nyomban melegen meghámozzuk, és villával összetörjük.



Ráklevés

káljuk, majd a farkuk középső lemezét kihúzzuk, amit eltávolítunk, mivel nem fogyasztásra való. Ezután sós, köménymaggal, frissen aprított petrezselyemmel, durvára őrölt fekete borssal fűszerezett vízben vörösré főzzük.

A rák húsát, ami a farkában és az ollóiban található, kihámozzuk, félretesszük, és melegen tartjuk. Főzőlevét diónyi vajjal, 1 csapott kiskanál liszttel, fél mokkáskanálnyi pirospaprikával lehetőleg könnyen berántjuk.

Egy kiskanál vajjal kikeverünk 2-3 tojás-sárgáját, és még azon forrón ráöntjük a rákhúsról a paprikás rántásos főzőlevet. A levest még pikánsabbá varázsolhatjuk 1 deci száraz fehérborral vagy fél deci jóféle konyakkal.

Híres pesti konyhaművészek, séfek még fokozták a ráklevés ízét. Kalla Kálmán, a Gundel korábbi neves konyhafőnöke úgy emlékszik vissza az általa kreáltra, mint ami nagyképűség nélkül legendának számított. Ő úgy készítette, hogy különválogatta a rákollókat, a farkakat meg a



Ráktorta

Időközben 25 deka mélyhűtött rákot szobahőmérsékleten hagyunk, hogy felengedjen, lecsöpögtetjük, majd a tészta alá halmozzuk. Ezután összekeverünk 2 tojást és 2 deci tejet 1 csokor friss, finomra vágott kaporral és 7-10 deka reszelt trappista sajttal. Megsózzuk 1 csapott kiskanál fokhagymás sóval.

A keveréket a rákra öntjük, és előmelegített sütőben, a közepesen kissé erősebb lángon (200 fokon) 32 percig sütjük. Ehhez a fogáshoz 1 pohár száraz pezsgő illik, de helyette egy jól behűtött (12 fokos) villányi rozéval sem valunk szégyent.

PULYKASÜLT DIÓS, ASZALT GYÜMÖLCSÖS KÉREGGEBEN

A halat kevésbé kedvelők körében mindig sikere van a pulykamellnek. Az alábbi változat a gyerekek örök kedvence. Addig a pontig, hogy köröskörül elősütjük, előre elkészíthető. Am a puhára párolás és a készre sütés csak azon a napon az igazi, amikor a pecsenye tálalását tervezük.

A leöblített, leszárogatott 60 deka pulykamellfilét sóval és frissen őrölt borssal dörzsöljük be, majd egy serpenyőben 3 evőkanál olajon köröskörül elősütjük. Ezután 220 fokra előmelegített sütőben 35 perc alatt elősütjük.

A serpenyőben visszamaradt olajban megfuttatunk 1 fej felaprított vöröshagymát, majd felengedjük 1 deci száraz fehérborral. Hozzáadunk apróra vágott, vegyes aszalt gyümölcsöt (szilvát, sárgabarackot, mazsolát), fűszerezzük 1 csipetnyi őrölt fahéjjal. Addig pároljuk, amíg a folyadék elpárolog, és a hagyma szinte krémessé válik.

Ekkor beleszórunk 10 deka durvára vágott diót és 5 deka durvára őrölt zsemlemorzsát. Az így kapott keveréket rákanalazzuk, rákenjük a sült húsról. A tepsihez visszatevé a sütőbe toljuk, és készre sütjük.

Néhány percig pihentetjük, majd kisujnyi vastag szeletekre vágjuk, párolt rizzzel és salátával tálaljuk. Azzal a fehérborral kóstoljuk meg a pecsenyét, amivel az aszalt gyümölcsös ragut is pároltuk! Javasunk egy 2013-as Balaton-felvidéki chardonnay-t, 11 fokra hűtve.

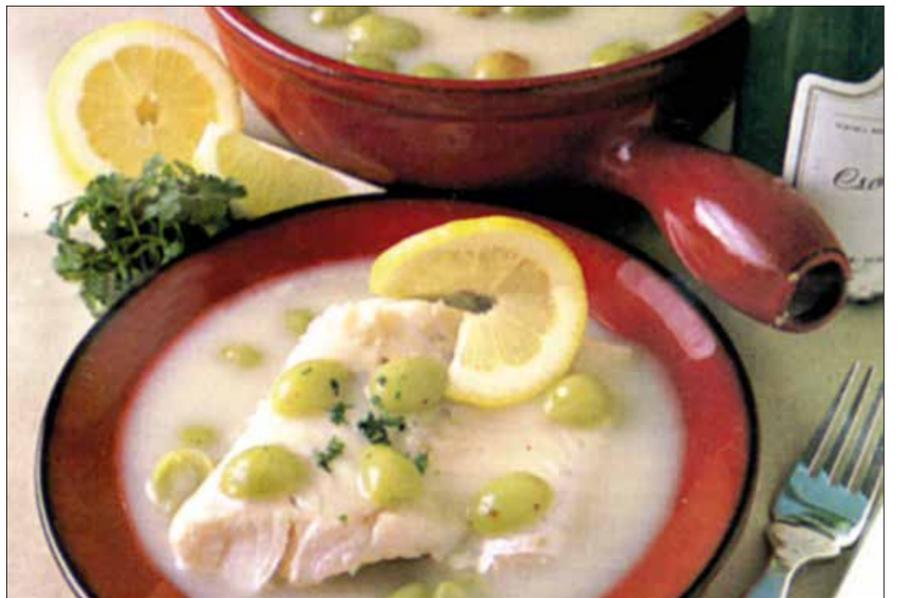
GESZTENYETORTA

Ezzel az édességgel a tészta megsüteménye „előre menekülhetünk”, de a többi foglalatosság arra a napra marad, amikor asztalra tesszük, és a tányérokba porciózzuk.

A tészta hozzávalóit 16 szeletes tortára számítva állítjuk össze: 8 tojássárgáját a fehérédesítő keverünk ki 30 deka kristálycukorral, elektromos habverővel, kb. 4-5 perc alatt. Bekeverünk még 1 deci vizet.

Egy másik tálban 15 deka finomlisztet és 15 deka őrölt diót összeforgatunk fél csomag sütőporral, és a tojásos masszához adjuk. Végül a 8 tojásfehérjét kemény habbá verjük, majd az előzőekkel óvatosan összeforgatjuk.

Ezt a masszát egy 24 centi átmérőjű, sütőpapírral kibélelt tortaformába kanalazzuk, és előmelegített sütőben, először közepes lán-



Fogasfilé fehérborban

gon, 25 percig sütjük. Ekkor csökkentjük a sütés erősségét, a takerékosabbra állítva újabb 25 percig sütjük.

Közben elkészítjük a töltelék: 20 deka kristálycukrot 0,75 deci vízzel kevergetve lassan felforralunk, ha a cukor teljesen felolvadt, lehúzzuk a tűzről. Habosra keverünk 15 deka margarint, majd belemorzsolunk 50 deka gesztenyemasszát, és ezzel is habosra keverjük. Három cent rumot belekeverve lazítunk a töltelék állagán. Amint kihűlt a cukorszirup, azt is apránként hozzáadagoljuk a gesztenyemasszához.

A túpróbával ellenőrzött, megsült tortalapot hagyjuk egy kissé kihűlni, azután lapjában három részre szeljük, és megtöltjük a gesztenyekrémmel. Ügyeljünk, hogy az oldalára és a tetejére is jusson!

A tetejére szánt 40 deka gesztenyemassza felét krumplinyomón átnyomjuk, a másik feléből nedves tenyérrrel 16 kis gombócot formázunk, és 10 deka olvasztott (tortabevető) étcsokoládéval vonjuk be. Amikor megszáradt, megdermedt, még 5 deka olvasztott fehér csokoládéból egy-egy szemet csöppentünk rájuk. A torta tetejére rányomjuk a gesztenyepürét, és körben ráültetjük a „gesztenyemeket”. Az így feldíszített tortát legalább 1 órára hűtőszekrénybe tesszük, jól behűtjük. Tálaláskor forró vízbe mártott késsel 16 szeletre vágjuk fel.



Gesztenyetorta

Jól illik hozzá az édes fehérbor. Ajánlatunk a 14 fokra lehűtött debrői hárslevelű.

FOGASFILÉ FEHÉRBORBAN

Ehhez a főfogáshoz nemcsak a drága fogasfilé felel meg, hanem az olcsóbb tengeri hal is, például tonhalat, ikekehalat is vásárolhatunk. Azért a fogas a páratlan ízével, húsa állagával felülmúlja a tengeri halakat.

Bármelyik mellett döntünk, kb. 1,8 kiló halat vásároljunk, sze-

leteljük fel, sózzuk be, és hagyjuk állni vagy 2-3 óra hosszat. Egy magasabb oldalú lábasban 3 ujjnyi vizet forralunk, enyhén sózzuk, fűszerezzük 6-8 szem egész fekete borssal, 2-3 szem babérlevéllel és 1 kisebb fej megtisztított, felkarikázott vöröshagymával.

A fűszeres lébe befektetjük a

a főzőskor használtunk! Jó szívvel ajánljuk a 14 fokra hűtött, két-éves tokaji furmintot Mádról.

HÚSGOMBÓCOS KÁPOSZTALÉLVES

Ezt a gazdag ünnepi levest szilveszterre ajánljuk, és legalább öt vagy több személyre főzzük meg!



Húsgombócós káposztaléves

sózott halszeleteket. Lefedve 4-5 perc alatt megpároljuk. Kizárólag lapátkanállal – nehogy eltörjön a halhús – egyenként kiemeljük, majd tálalásig melegen tartjuk. A párolólevet leszűrjük, és hozzátöltünk 5 deci száraz fehérbor.

Ezután egy magasabb falú serpenyőben vagy lábasban 15 deka vajból és 10 deka lisztből világos

Kóstoljuk meg a savanyú káposzta levét – amiből kb. 1-1,5 literre lesz szükségünk –, hiszen csak kellemesen savanykás-sós lehet jó levesalap! Megtisztítunk és karikákra vágunk 2-3 szál közepes sárgarépát és 2 szál petrezselyemgyökeret, ha túl nagyok, megfélézzük a karikákat.

Egy lábasban rászórjuk 4 evőkanálnyi felhevített olajat, és megfuttatjuk. Ráöntünk fél liter vizet, sózzuk, borsozzuk ízlésünk szerint, de óvatosan, mivel a később hozzáadandó káposztalé is sós! Lefedjük, és kb. 12 percig főzzük, éppen felpuhára.

Közben szabályos kolbászhuszt készítenk: 40 deka darált sertés- és kecskesajt keverékét 1 csapott kiskanál jóféle, nem csípős pirospaprikával, 2 kisebb gerezd zúzott fokhagymával és 1 csapott kiskanál durvára őrölt színes borssal. Beletöltünk 1 tojást, alaposan összedolgozzuk, és nedves tenyérrrel apró gombócokat gömbölygetünk az ízes masszából.

A zöltségekhöz hozzáöntünk még fél liter leszűrt savanyú káposztalevet, s amikor gyöngyözve forrni készül, beleeresztjük a húsgombócokat, majd újabb 12-15 perc alatt megfőzzük. A maradék fél liter káposztalevet simára keverjük ki 2 deci tejföllel és 1 púpozott evőkanál liszttel, ezzel sürítjük be a levest.

Tálaláskor egy kis darab frissen reszelt tormát oszthatunk szét a leveses tányérokban, amire rámerjük a forró levest. Egy pohár somlói rizling jótékonyan hat a savanykás, fűszeres, laktató levesre. (Hargitai György mesterszaksács receptje nyomán.)

Járay Mari

Megkezdődhetnek a tüdő-transzplantációk

Az egészségügyi kormányzat 900 millió forintos fejlesztése nyomán megkezdődhetnek a tüdő-transzplantációk Magyarországon. Ez azt jelenti, hogy a környező országokban, Ausztrián kívül, egyedül nálunk lesz lehetőség tüdőátültetésre – jelentette be Kurucz Éva kormányzóvivő az Országos Onkológiai Intézetben (OOI) megtartott sajtótájékoztatón.

Magyarország 2013 májusában csatlakozott teljes jogú tagként az Eurotransplant intézményrendszeréhez, amelynek révén a hazai betegek nagyobb eséllyel juthatnak egészséges szervekhez. Bár a tüdőátültetésnek személyi feltétele korábban

plantációs program minden eleme rendelkezésre áll hazánkban.

A beruházás az onkológiai intézet nemrég átadott sebészeti tömbjében, az OOI és a Semmelweis Egyetem (SE) együttműködése alapján valósult meg. Az Eurotransplanthoz csatlakozás következtében itthon több mint 34 százalékkal nőtt az átültetett szervek száma – mondta az államtitkár.

Orvostörténelmi jelentőségűnek nevezte a tüdőátültetés lehetőségének megteremtését Kásler Miklós, az OOI főigazgatója. Hozzátette: azok a magyar szakemberek, akik eddig Bécsben végeztek tüdő-transzplantációt, már itthon is végrehajthatnak életmen-



Az Országos Onkológiai Intézet nemrég átadott sebészeti tömbje

is megvolt, hiszen a magyar orvosok a világ élvonalába tartoznak, ám eddig csak külföldön volt lehetőségük a műtétek elvégzésére.

A társadalombiztosítás korlátozás nélkül finanszírozza ezeket a beavatkozásokat – hangsúlyozta Zombor Gábor egészségügyért felelős államtitkár. Ugy vélekedett, hogy a fejlesztés a teljes magyar egészségügy presztízsét növeli, így ugyanis már a transz-

tó műtéteket – Szél Ágoston, az SE rektora szerint várhatóan 2015 első negyedévtől kezdődően.

Rényi-Vámos Ferenc főorvos, aki eddig Bécsben végzett hasonló műtéteket, szintén azt emelte ki, hogy Budapesten a kintivel megegyező feltételek jöttek létre. Az idén húsz magyar ember kapott új tüdőt, s reményei szerint jövőre már legalább negyven beteg életét tudják megmenteni tüdőátültetésel. *d.*

Külön gyűjthetnek a vállalkozások

Mostanra a kerület egészében elindította a házhoz menő szelektív gyűjtést az FKF Zrt. Az új hulladéktörvény alapján a lakosság által szelektíven gyűjtött hulladékot már csak a főváros hulladékkezelő társasága viheti el, az Asco Hungária Kft. azonban – amely az elmúlt években az önkormányzat közreműködésével több száz hegyvidéki társasházat vont be gyűjtési rendszerébe – a kerület belső részein továbbra is fenntartja kapcsolatát azokkal a házzal, ahol üzlet vagy más csomagolási hulladékot termelő vállalkozás működik.

Az Asco Hungária Kft. a Hegyvidéki Önkormányzattal együttműködve 2011 szeptemberében indította el a kerületben a házhoz menő szelektív hulladékgyűjtési szolgáltatását. A társaság vállalta, hogy amennyiben a rendszerhez csatlakozó társasház kedvezményes áron – az Asco és az önkormányzat támogatásával – megvásárolja a papír, valamint a műanyag és fém gyűjtésére alkalmas edényeket, abban az esetben ingyen elviszi a lakók által szelektíven gyűjtött hulladékot. A lakóközösségek nemcsak környezetünk védelme érdekében tehetek egy jelentős lépést a csatlakozással, hanem spórolhattak is, ha oly mértékben sikerült csökkenteniük a kommunális hulladék mennyiségét, hogy több kuka közül legalább egyet vissza tudtak adni az FKF-nek.

Nagy Zita, az Asco Hungária Kft. stratégiai igazgatója arról tájékoztatta lapunkat, hogy a három évvel ezelőtt bevezetett szolgáltatást kedvezően fogadták a

Hegyvidéken élők, rövid idő alatt mintegy 450 társasház csatlakozott a rendszerhez. Tapasztalataik szerint a közreműködő lakóközösségek rendkívül felelősen szellektáltak, az adott frakcióba nem való hulladék aránya minimális volt.

Számos helyen, főleg a nagyobb társasházaknál az eredetileg tervezettnél több gyűjtőedényt helyeztek ki a lakók kérésére. Igyekeztek rugalmasan igazodni az igényekhez: nemegyszer előfordult, hogy a például új lakó érkezésekor, vagy felújításkor keletkező extra mennyiségű hulladékot – bejelentésre – a lehető legrövidebb idő alatt térítésmentesen elvitték a háztól.

Az Asco az elmúlt három évben folyamatosan növelte a kerületben az újrahasznosításra begyűjtött hulladék mennyiségét. Míg 2012-ben 56 tonna PET-palackot és alumíniumdobozt, továbbá 167 tonna papírt, addig 2013-ban már 97, illetve 244 tonnát gyűjtött be. Az október 30-ig feldolgozott adatok szerint az idén eddig 84 tonna műanyagot és alumíniumot, vala-



Szelektív hulladékgyűjtők a MOM Kulturális Központ kertjében

mint 193 tonna papírt szállítottak el a hegyvidéki házaktól.

Az igazgató elmondta, hogy az új hulladéktörvény megjelenésével összefüggő változások miatt 2013 márciusától nem tudtak szerződést kötni több házzal, ez év novemberében pedig a kerület felső részén megszüntették a szolgáltatást. Ugyanakkor a kerület belső, sűrűn lakott övezetében – ahol többen is jelezték, hogy a társasházban bolt, vagy más olyan vállalkozás működik,

amelyik csomagolási hulladékot termel – az Asco, mivel ennek nincs törvényi akadálya, a kihelyezett edényeket további használatra bocsátotta a házaknál működő vállalkozások részére időkorlát meghatározása nélkül. Abban az esetben, ha már nincs szükség az Asco tulajdonát képező kukára, egyeztetett időpontban visszazárják azt a cég telephelyére.

A társaság az önkormányzat által működtetett intézményekkel fenntartja az elmúlt években kialakított kapcsolatot. Így a KIMBI Óvodából, az Arany János, a Tamási Áron és a Zugligeti iskolából, a Családsegítő és Gyermekjóléti Központból, továbbá a MOM Kulturális Központból és a MOM Sportból – ahol különleges designkukákat helyeztek el – változatlanul elviszi a szelektíven gyűjtött hulladékot. *d.*

KÖLTÖZIK A SZELEKTÍV UDVAR

A Hegyvidéki Önkormányzat 2014. december 31-ével elköltözteti szelektív hulladékgyűjtő udvarát a Böszörményi úti irodaház területéről. Az új helyszín a Hágó Kft. Búrók utca 77-87. szám alatti telephelye, a továbbiakban ott lehet leadni az újrahasznosítható papír- és műanyag hulladékokat. Az irodaház környezetébe, illetve a Hegyvidék központjába nem illő hulladékudvar költözését a házhoz menő szelektív hulladékgyűjtés teljes körű bevezetése tette lehetővé, ennek köszönhetően ugyanis már nincs szükség arra, hogy az önkormányzat a városközpontban tartsa fenn ezt a szolgáltatást.

Mégis, kinek az érdeke?

A betegek önértékelésének volt a témája a Magyar Rákellenes Liga és a Magyar Hospice Alapítvány szervezésében megtartott tizenegyedik betegjogi konferenciának. Az előadásokon és a kerekasztal-beszélgetésen egyebek mellett az eutanáziáról, valamint a beteg- orvos kapcsolatáról is szó esett.

Az eutanáziáról szóló kerekasztal-beszélgetéssel kezdődött a tizenegyedik betegjogi konferencia, amelyet a Magyar Rákellenes Liga és a Magyar Hospice Alapítvány közösen rendezett meg a Kék Golyó utcai Budahegyvidéki Evangélikus Gyülekezeti Köz-

pontban. Előadás hangzott el a beteg- orvos kapcsolat csapdáiról, valamint – konkrét esetek bemutatásával – a beteg- orvos párbeszéd is terítékre került. Végezettül Nagy-Kálózy Eszter és Rudolf Péter a Mégis, kinek az élete? című, az eutanáziáról szóló darral kapcsolatos élményeit osztotta meg a jelenlévőkkel.

Mindnyájan eltávoztunk egyszer, azonban nem mindegy, mikor és milyen körülmények között – fogalmazott dr. Simon Tamás professzor a konferencián. A daganatos betegségek sokszor hosszú szenvedéssel járnak, ilyenkor felmerül bennünk a hogyan tovább kérdése. Bár az életmeghosszabbító kezeléseket vissza lehet utasítani, az eutanázia Magyarországon nem megengedett

– hangsúlyozta a Magyar Rákellenes Liga elnöke, hozzátéve, hogy a haldoklók jelentős része erős fájdalomra panaszkodik. Ennek az az oka, hogy a rázorú 60 százaléka nem kap megfelelő fájdalomcsillapítást, ugyanakkor az orvosok és betegek között is szép számban vannak olyanok, akik tartanak a morfin tartalmú szerektől – pedig nem kellene.

Ezért is fontos a megfelelő kommunikáció, a felmérések szerint ugyanis a páciens nem mindig érti, mit akar vele közölni az orvos – ami nem a beteg hibája –, ezért úgy érzik, „tárgyesetbe tetek”. A professzor szerint az orvosokat meg kell tanítani arra, hogy közérthetően fogalmazzanak. *-os*



Emésztési panaszokkal küzd? Nem tudja élvezni az élet ízeit? Puffadás, teltségérzet, gyomorégés, reflux, savtúltengés, netán IBS (irritábilis bélszindróma) gyötri? Ég, görcsöl, feszít?

Nem az ünnepi menü a hibás! Ezeket a tüneteket nem csak a nehéz, puffasztó ételek okozzák!

Emésztésünket, ha jól működik, mikrobák, baktériumok segítik, s a kórokozó mikrobák meglepedésétől, mint a Candida albicans, a Helikobakter, a Giardia lamblia, a bélféreg stb., védenek bennünket. Sajnos a ma emberének emésztőrendszere már nem érintetlen, a bélfőrája megváltozott. Ennek oka a megváltozott életkörülményekben, táplálkozási szokásokban, a túlzott gyógyszerfogyasztásban, az antibiotikumok,

Élvezze az ünnepi menüt emésztési panaszok nélkül!

éltartósító szerek százaiban, kemizált, motorizált környezetünkben keresendő. Az emésztési tünetek hátterét azonban tisztázni kell!

Akinek rendben van az emésztése, annak egy kiadósabb karácsonyi vacsora meg sem kottyan!

Önök sem kell együtt élnie emésztési problémáival! Az IBS, a Colitis Ulcerosa, a Crohn-betegség, a reflux véglegesen megszüntethető! Megtapasztaltam – immár 40 éves orvosi praxisomban több ezer emésztési problémából véglegesen gyógyult pácienssel a hátam mögött!

Hogyan?

Az Ön egészségéért összefogó orvoscsapattal és egy az egész embert figyelembe vevő, holisztikus, integratív gyógyításon alapuló szemlélettel, mint

az MPK-módszer a Medic Poliklinikán. Ez egy olyan diagnosztikai és terápiás eljárás, melynek segítségével kideríthető a betegségek mélyebb okai, vagyis személyre szabottan kimutathatók mindazon kémiai anyagok, mikrobák, fizikai tényezők, sugárterhelések, amelyek az emésztőrendszer energiakárosodásait okozhatják. A kitesztelt, személyre szabott homeopátiás-izopátiás terápiával pedig e káros mikrobák, káros anyagok kivezetődnek a szervezetből, és a betegségek okait megszüntetve a páciens végleg meggyógyul!

Ne szenvedjen! Mondjon igent a karácsonyi ízeire!

Áldott ünnepeket kívánva:

dr. Kecskés Gabriella (x)

SZENT DONÁT KÓRHÁZ VÁRPALOTA

Ápolásra szoruló, valamint Alzheimer-kórban, demenciában, időskori elbutulásban szenvedő, gondozást igénylő betegek ellátását vállaljuk az alábbi szolgáltatásokkal Várpalotán:

- 24-órás szakorvosi, valamint pszichiátriai szakorvosi ellátás,
- jól felkészült, tapasztalt szakmai csapat: pszichológusok, pszichiáterek, képzett foglalkoztatók, mozgásterapeuták, gyógymasszőrök, szociális munkások, pszichiátriai szakápolók, szocioterápiás team, felfekvés szakszerű kezelése (decubitus team),
- komplett szakrendelői hátterünk révén akut probléma esetén azonnali orvosi ellátás,
- színvonalas hotelszolgáltatás, minőségi étkeztetés,
- a hitélet gyakorlásának lehetősége, rendszeres misék, gyóntatás,
- 24-órás elérhetőség, ágy melletti telefonok, a hozzátartozók rendszeres tájékoztatása

Igény esetén ingyenes háztól-házig szállítási lehetőség betegünk hozzátartozói részére!

Budáról, szinte végig autópályán, egy órán belül elérhető közelségre!



Kérje személyre szóló tájékoztatónkat!

H-8100 Várpalota, Honvéd út 2-3.

Tel.: 06 / 30 203 5555
info@szentdonatkorhaz.hu

www.szentdonatkorhaz.hu

26 ■ www.hegyvidekujzag.eu

SZOLGÁLTATÁS

ABLAJK, AJTÓ, REDŐNY

REDŐNY (fém, műanyag, alumínium), relaxa (alu, fa), szalagfüggöny, szúnyogháló, 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-, szúnyogháló-, függönykarnis-javítás, -készítés. 356-4840, 06/30-954-4894.

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

REDŐNY-RELAXA, napellenző, szalagfüggöny, aluredőny, motoros is, szúnyogháló, 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

LAKATOS, ajtózáruk, ablakzáruk, hevederzárak szerelése. Nyílászárók szigetelése. Rácsok készítése garanciával. Tel.: 06/20-945-0316, 06/30-450-3308.

ABLAKSZIGETELÉS és -felújítás, valamint épületek hőszigetelése. 06/70-235-0886, 06/70-510-7868

ABLAJKAVITÁS.HU Ablakok és ajtók zárjavítása, zárcseréje. 06/20-344-4999, 06/1-303-2447.

ASZTALOSMUNKÁK

ZÁRSZERVIZ vállal zárserelést, asztalosmunkát, pántok, zsanérok cseréjét, küszöbök tisztítását, szigetelést, mázolás. A legkisebb munkát is vállalom. Kiszállás díjtalan. Szigeti 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

ÉLETJÁRADÉK, GONDOZÁS, GYERMEKFELÜGYELET

OTTHONÁPOLÁS, idősgondozás, házzelvezetés 24 órában. Szentanna otthonápolási szolgálat. T.: 06/30-238-9003.

ÉLETJÁRADÉKI szerződést kötnek XII. kerületi lakos, idős személlyel meg egyeztetés szerint. 06/70-328-1414.

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

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

NYUGDÍJÁT EGÉSZÍTSE KI életjáradék-szerződéssel! Nagy összegű készpénz és havi járandóság. Éljen otthonában gondtalanul, és élvezze a többletpénz nyújtotta kényelmet, biztonságát. Pintér Judit. 406-5699, 06/30-921-2418.

FIATAL, kedves és leinformálható pár eltarítási szerződést kötne idős névelvel vagy bácsival. A lakhatásunk megoldott – nagyszüleinél viszont sajnos már nincsenek – jó lenne egy pótnagyi. 06/20-520-8197.

ingatlanROBOT.hu
ingyenes hirdető portál

FIATAL nő kötne életjáradék, illetve eltarítási 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, mikrosütő- 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 GYORSSZOLGÁLAT! Hűtőgépek, mosógépek, mosogatógépek, szárítók, villanybojlerok, fűzőlapok-sütők helyszíni javítása, hétvégén is. Javítások a kiszállás díjtalan. www.hegyvidekszerviz.com, 06/30-942-2946, 06/1-421-5959

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

TÉVÉJAVÍTÁS AZONNAL! Digitális átállítás! 06/20-471-8871.

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

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

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

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

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

KERT, FAKIVÁGÁS

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

FAKIVÁGÁS, gallyazás, ereszcsatorna-tisztítás hegy-mászótechnikával, reális áron, referenciamunkákkal. 426-5000, 06/30-942-6500, a@prodiva.hu.

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

METSZÉS, ásást, kapálást, gazolást, lombseprést, sövényvágást, fűnyírást, vállalunk. Metz Máté. 06/20-349-5395.

FAKIVÁGÁS 06/70-331-3236.

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.diokoltoztetes.hu, 417-1975.

LOMTALANÍTÁS vállalunk a hét minden napján. www.lomtalanitas.com, 419-3341.

MINŐSÉGI KÖLTÖZTETÉS
Hivatásos kollégák
www.herkulestrans.hu
06/30-999-8619
06/1-385-1802
info@herkulestrans.hu

KÖNYVELÉS

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

KÖMŰVESMUNKÁK

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

ANTIALKOHOLISTA csapat: szobafestés, mázolás, tapétázás, csempézést gipszkartonozást, szőnyegpadlózást, víz-, villany-szerelést, nagytakarítást, parkettázást, favágást, ács-alpinista-, kőművesmunkát vállal. delabt@vipmail.hu, 06/20-998-2369.

CSEMPÉZÉS, padlóburkolás, csempejavítások, falazás, vakolás, betonozás, kerítések, járdák készítése. 06/30-341-3423.

FÜRDŐSZOBA-FELÚJÍTÁS anyagbeszereléssel, garanciával! Csempeburkolás, kőművesmunkák, vízszelvény, villanyzselvény! 06/20-961-6153. www.mesterur.hu

LAKÁSSZERVIZ

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

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

LAKÁSFELÚJÍTÁSI Szobafestés, tapétázás, parkettakerítés, -csiszolás, -javítás, csempézés, kőműves-, lakatos- és ácsosmunkák, ajtó-, ablakcsere, villanyzerelés, vízszelvény garanciával. 202-2505, 06/30-251-3800.

ZÁRLAKATOS-GYORSSZOLGÁLAT! Zárnyitás, zárserelés, hevederzár-szerelés, rácskészítés, lakatosmunkák. 06/30-299-1211.

KÖMŰVESMUNKÁK, szobafestés-mázolás, felújítás vállalk (kisebbit is!) anyagbeszereléssel, szállítással, elérhető áron. Cégünk alanyi áfamentességet élvez! 06/20-941-4200.

GARÁZS- és bejárati kapuk, kapunyitó automatikák, zárserelés, lakatosmunkák, kerítések. Urbanek. Tel./fax: 214-7442, 06/20-978-7429, frimari53@gmail.com.

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

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

TETŐTŐL a pincéig! Lakás-, ház-, irodafelújítás minden szakmában, magyar, megbízható szakemberekkel, ingyenes árajánlattal, gyors kezdettel. Tétény-Építő Kft. 226-4539, 06/20-946-7557.

PARKETTÁZÁST, csiszolást, javítást, festést, tapétázást garanciával. 06/20-564-3807.

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

ALPINISTA munkák: homlokzatfelújítás, lefolyó és ereszcsatorna szerelése, kőműves- és festőmunkák, vízszelvény, függőfolyók felújítása, dryvit szigetelés. 273-1857, 06/20-471-1870.

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

TETŐFEDÉS-bádogos, pala- és cseréptetők javítása, új tetők készítése. Zsindelezés és ácsmunkák. 273-1857, 06/20-471-1870.

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

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

EZERMESTER-SZOLGÁLAT! Falfúrás, munkalapcsere, bútorszerelés... www.999mester.hu. Bármilyen! 06/30-960-4525.

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

VILLANYSZERELŐ GYORSSZOLGÁLAT! Hibaelhárítás, villanybojlerjavítás, háztartási készülékek bekötése. EPH, érintésvédelmi vizsgálatok. Tel.: 06/20-976-0005.

BÁDOGOS, tetőfedőmunkák, javítások, felújítások, vízvezeték-szerelés. 06/20-391-5982, 607-0722.

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

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

FESTÉS-MÁZOLÁS-TAPÉTÁZÁS, kisebb munkák, kőműves javítások, gipszkar-tonozás. 06/30-568-6255, Kovács Gergely.

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

„EZERMESTER” MŰSZERESZ-TECHNIKUS háztartásban, garázsban, kertben BÄRMIT megjavít. 06/70-602-5203.

TETŐK javítása, szigetelések, festések. 06/70-331-3236.

TAKARÍTÁS

KARÁCSONYI nagytakarítást, ablaktisztítást vállal precíz, leinformálható, érdeklő, I. kerületi, középkorú nő. 202-2785, 06/30-492-0315.

TÁRSASHÁZAK

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

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

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

LÉPCSŐHÁZ-TAKARÍTÁST vállalunk. Metz Máté. 06/20-349-5395.

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

VÍZ, GÁZ, VILLANY, FŰTÉS

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

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

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

TISZTELT Hölgyem, Uram! Megbízható, korrekt szerelő vállal víz-, fűtészselvényt, gáz- és csőtörések, duguláshárítást! Már 13 éve az Önök szolgálatában. Most 30%-os akció! 402-0627, 06/20-433-1628.

VILLANYSZERELŐ. Kisebbit munkákat is vállalok. Pálfi Zoltán, 06/30-947-6036. 12 éve a kerületben. Lakás, társasház, üzlet. 06/20-237-9030.

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

VÍZSZERELÉS gyorsszolgálat. Csőrepedés műszeres keresése-javítása. Kamerás csatornavizsgáló, duguláshárítás. Kerti csap vízvezetékcsere ással is. 06/30-914-3588.

S.O.S.VÍZSZERELÉS-GYORSSZOLGÁLAT, duguláshárítás, csatornakerítés, műszeres csőrepedés-keresés, csőrepedés javítása, WC-k, csapok, téli elzárók szerelése ással. Hétfévégén is. Gabona Róbert. 06/30-200-9905.

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

EGYÉB

KONTÉNERES szállítás. Sóder, homok, murva, zöldség, termőföld. 06/20-464-6233.

NYUGDÍJBIZTOSÍTÁS kötés 20%-os adóújítással. 06/70-235-0886.

DIGITALIZÁLÁS. Videofilmek, keskenyfilmek, fényképek, hanganyagok, dokumentumok. Hibás DVD- és CD-lemezek, videóanyag restaurálás. www.videomaster.hu 06/1-355-8549.

ARCHIVÁLÁS, szkennelés, nyomtatás akár A1-A2-AO méretben is! Tervrajzok, műszaki leírások, földmérési és egyéb térképek, oklevelek digitális archiválását vállaljuk gyorsan és kedvező feltételekkel, színes és fekete-fehér formátumban, mérnökirodáknak, tervezőirodáknak, intézményeknek, magánüzemeknek. ALFA COPY Studio, XI., Krusper utca 10/a. XII. kerületen belül az anyagok visszajuttatása díjmentes. Információ: apress.design@gmail.com. Telefon: +36/30-575-5118.

LAKÁS/INGATLAN/BÉRELEMÉNY

„BUDAVAR ’89” Ingatlanközvetítő Magániroda! 201-7719, Zwillingen.

IMMOTÉKA Ingatlaniroda 1998 óta a budai ingatlanok specializálta. Empátia, diszkrét, referenciák. Külföldi, belöldi ügyfélkör. Kárpáti Klára, 201-1821, 06/30-202-1892; Kárpáti Péter, 06/30-921-9029. www.budapestliving.com, www.immoteka.hu

XII., CSIPKE u., 5,5 szobás ikerfló, 160 nm-es + pince + terasszal, 450 nm-es saját kerttel, garázzsal + beállóval eladó. Iá: 66,5 M Ft. ingatlan.com/20805795. Tel.: 201-9475, 06/70-237-9030.

HEGYVIDÉK TELEVÍZIÓ

A helyi érték

Budapest I., II. és XII. kerületekben
UPC: 505-ös csatorna. Invitel Zrt.: UHF 189,25 MHz.
1122 Budapest, Hajnóczy József utca 2.
781-1787, 06/20-501-98-28
hvt@hegyvidektv.hu, www.hegyvidektv.hu



Heti műsorstruktúránk:

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
7.00	ÚTINFORM IDŐJÁRÁS	ÚTINFORM IDŐJÁRÁS	ÚTINFORM IDŐJÁRÁS	ÚTINFORM IDŐJÁRÁS	ÚTINFORM IDŐJÁRÁS	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS
10.00	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS
15.00	KÉPÚJSÁG	KÉPÚJSÁG	KÉPÚJSÁG	KÉPÚJSÁG	KÉPÚJSÁG	KÉPÚJSÁG	KÉPÚJSÁG
19.00	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ
20.00	HEGYVIDÉKI MAGAZIN	MINŐSÉGI IDŐ	KULTÚRPONT	LÉLEKEMELŐ	KÉK HÍREK	KOMMENTÁR NÉLKÜL/ DUETT	ALFA ÉS OMEGA
21.00	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ
23.00	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ

KIEMELT MŰSORAINK:

HEGYVIDÉKI HÍREKKEL MINDEN NAP 19 ÓRAKOR JELENTKEZÜNK.

HÍREK CÍMŰ MŰSORUNKBAN MINDEN NAP ÓRÁNKÉNT 3 PERCBEN TÁJÉKOZÓDhatnak a kerület legfontosabb híreiről, az összeállítás megújult honlapunkon is elérhető.

12. 17. HEGYVIDÉKI MAGAZIN: Hogyan lehet egészséges a karácsonyi menü?

12. 24. KULTÚRPONT: Karácsonyi népszokásaink – vendégünk: Tátray Zsuzsanna néprajzkutató.

12. 26. DUETT: Krassó László vendége Zilai Zoltán, a Magyar Bor Akadémia főtitkára.

A műsorváltoztatás jogát fenntartjuk!

Budapesten, a Budai oldalon,

parkos, ősfás, csendes környezetben igényesen felépített kis létszámú családi

IDŐSEK OTTHONA

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

http://szentistvanotthon.hu

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

Diametrus Diametrus Kutató, fejlesztő, Szolgáltató Kft.

Kéménybélelés FuranFlex technológiával, bontás nélkül, elhúzásos kéményekben is. Gyújtókémények bélelése is a legalkalmasabb. Zárt égésterű készülékek kéményét is elkészítjük. Gázkészülék csere, komplett fűtőkorszerűsítés. Ingyenes helysz

A HEGYVIDÉK LAPKIADÓ A HIRDETÉSEK TARTALMÁÉRT NEM VÁLLAL FELELŐSÉGET!

VÁROSMÁJORBAN

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

216 NM-ES, kelenvölgyi ház eladó. 06/30-944-9335.

TATRA utcai, felújított lakás eladó. 06/20-414-2342.

VÁROSMÁJOR utcai, 80 nm-es lakás eladó. 06/20-414-2342.

ORCZY úti, nagypolgári, 380 nm-es, felújított villa eladó. 06/20-414-2342.

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

PARTINGFON Bt., Dezső bácsi ingatlanközvetítő 20 éve az önköz szolgálatában. Áfa nincs. 214-5473, 06/30-973-0113. partingfont@gmail.com

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

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

MADÁRHEGYEN, építési övezetben, befektetési célra telkek eladók. 3,5 M Ft-tól (280 nm). Madárhegyi Ingatlaniroda. 06/70-275-9064.

27 MILLIÓ forintig keresek emeleti, utcai öröklakást. Februári költözéssel! 06/30-590-2571.

VÁSÁROLNÉK rendezett környezetben lévő ingatlan. 06/30-729-7546.

SAJÁT RÉSZRE keresek 60-70 nm-es, 1. em.-i, 2-2,5 szobás, felújított, teraszos, csendes, világos, igényes lakást lehetőleg nem kockaházban, zöldövezeti vagy bel-budai. Tel.: 201-9475, 06/70-237-9030.

XII., BÖSZÖRMÉNYI úton, az Apor Vilmos térenél, 66 nm-es, 2 szoba + hallos, polgári lakás eladó. 06/20-911-8689.

II., BEM József utcában eladó egy 100 nm-es, 3 és fél szoba + hallos, jó állapotban lévő lakás. 06/20-239-3036.

II., GÉZA fejedelem útján kiadó egy 340 nm-es, 7 szobás, duplakomfortos, luxus családi ház extrákkal. 06/20-911-8689.

XII., BÖSZÖRMÉNYI úton januártól kiadó egy 2 szoba-hallos lakás. 06/20-460-1639.

XI., FACSEMETE u.-ban kiadó egy 150 nm-es, bútorozott ház extrákkal, garázzsal. 06/20-911-8689.

XII., GAÁL József úton kiadó egy 120 nm-es, 4 szobás, panorámás lakás. 06/20-239-3036.

VI., BENCZÜR u.-ban eladó egy 5. emeleti, 126 nm-es, 3 szoba + 2 fél szobás, erkélyes lakás. 06/20-911-8689.

WWW.PIRAMISINGATLAN.HU 06/1-335-5965, 1025 Verecke út 8. Húsz év tapasztalattal. Hívjon! Segítünk!

GELLÉRT-hegyi, 116 nm-es, napfényes, felújított, polgári, 4 szobás otthonunkat eladnánk, vagy nagyobbra cserélnénk XI., XII. kerületben. Ir.: 56 M Ft. 36/30-848-4824.

RAKTÁROZÁSRA, TÁROLÁSRA 16 nm-es, felújított, száraz helyiség bére adó XII. kerületben. 06/20-592-2509.

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

XII., ISTENHEGYI úti, 61 nm-es, földszinti, kertkapcsolatos lakás, kocsibeállóval, 21,8 M Ft áron eladó. 06/70-251-5198.

GYÖRI úton 53 nm-es, 2 szobás lakás eladó. 06/30-960-9580.

EGYETEMISTA lányomnak keresek emeleti, felújítandó öröklakást készpénzfizetéssel, magánszemély. 06/20-496-6601.

TULAJDONOSTÓL világos, felújított/részben felújított, zöldövezeti lakást keresek. (max. 17,5 M Ft) vilagalucska@gmail.com. Tel.: 06/70-232-5959.

KIADÓ, bútorozott, gépesített lakást keres egy egyetemista, dolgozó férfi a XII. kerületben 60 000 forint alatt. 06/20-516-8045.

XII., SZT. ORBÁN térenél 625 nm-es, panorámás építési telek eladó! Egy lakásos, többszintes családi ház építhető. Irányár: 49,9 M Ft. 06/70-770-6776.

ingatlanROBOT.hu
ingyenes hirdető portál

KERESÉK 2-3 szobás, erősen felújítandó, emeleti lakást saját részre! 06/20-426-0015.

ingatlan.com
A legjobb ingatlan egy helyen.

BUDAPEST II., Lotz Károly utca 24., 102 nm-es, téglalapú lakás eladó. Földszinti. Ár: 45,8 millió Ft. +36/20-477-3448. www.ingatlan.com/21125668

SZEZONON kívül vegyen VÍZPARTI apartmant SIÓFOKON, a szállodából átalakított Apartmanházban! www.aranyhid.hu, 06/30-944-8486. www.ingatlan.com/21059511

GARÁZS

GARÁZS kiadó, Thomán I. u. 1-3. Érd. 06/30-933-8600, 395-4538.

DIÓS árok 31.-ben 2 garázs kiadó. 06/30-921-0272.

OKTATÁS

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

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

MATEK TANULÁS felelmek nélkül, örömmel, általános iskolásoknak, gyakorolt 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-, kémia tanítás általánostól felsőfokig. ÉRETTSÉGI szaktanártól. www.nemcsak-matek.hu 06/30-709-2362.

NÉMET diplomás nyelvtanártól. Tel.: 214-2420, 06/20-244-6565.

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

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

OKJ-s dajka-, pedagógiai és gyógypedagógiai segítő szakképzés, felkészítés. Telefon: 06/30-269-1061. www.kaszaszakkepzes.hu (01006404)

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

NÉMET nyelvtanítás. 06/30-511-4167.

OROSZ nyelvtanítás. 06/30-222-9080.

MATEMATIKATANÍTÁS háznál. 06/30-719-7418.

VIDEOTECHNIKA-OKTATÁS Kameratekezelés. Felvételtechnika. Multimédiás szoftverek betanítása. Szaktanácsadás. www.videomaster.hu, 06/1-355-8549.

VEGYES

BÉLYEG, régi képeslap, pénz, kiténtetés, papírrégiség. Vétel-eladás. Marnitz bélyegüzlet. Bp. XII., Nagyenyed u. 9. Nyitva: H-P: 12-18. Tel.: 213-9230, a Déli pályaudvarnál.

ingatlanROBOT.hu

ingyenes hirdető portál

ÜZLETÜNK készpénzfizetéssel vásárol márkás kar- és zsebórákat! Klasszikus nagy neveket keresünk: Patek Philippe, Audemars Piguet, Jaeger-LeCoultre, Rolex, IWC, Breitling stb. Ugyanírt platina-, palládium-felvásárlás! Akár húzal, tárgy, drót, ipari. Üzlet: Bp. V., Bajcsy-Zsilinszky út 24. 06/30-332-7442.

RÉGISÉG

DÍJTALAN LAKÁSKIÜRÍTÉSSEL vásárolunk mindenféle régi dolgot, konyha- és spejzartozékokat, festményt, bútor, romos székeket, ezüstöt. Elromlott háztartási gépeit. Pl.: mosógép, centrifuga, hűtő. 291-3101, 06/30-347-7713. Szellő János.

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

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

BUDAI üzletünkbe kiemelt áron, készpénzért vásárolunk magyar és külföldi festményeket, ezüztárgyakat, mindenféle antik műtárgyat. Történelmi felvásárlás: 5500-10 000 Ft/fg. Történelmi felvásárlás: 100-1000 Ft/fg. Cím: I. ker., Alagút u. 4. (Attília és Alagút u. sarka). Tel.: 201-5607, 06/20-319-0292.

KASTÉLYOK berendezéséhez vásárolunk kisebb-nagyobb festményeket, ezüsttárgyakat, bronzokat, órákat, bútorokat, stb., teljes hagyatékot. Első vevőként a legtöbbet fizetnek. 06/20-280-0151. herendi17@freemail.hu

KIRÁLYHÁGÓ ANTIK GALÉRIÁM átköltözik az Andrassy útra. Nyitás előtti felvásárlás miatt ha elsőként hív, hajlandó vagyok az értékei dupláját is kifizetni készpénzben. Arany ékszerek, régi borostyánok, ezüsttárgyak, antik és modern festmények, herendi, Zsolnay-porcelánok, mindenféle nippel, fali-, asztali, karórák. Díjtalan kiszállítás. 06/70-328-1414.

MINDENMEMŰ régiséget vásárolok díjtalan kiszállással, értékbecsléssel. 06/30-973-4949, 466-8321.

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

KIMAGASLÓAN értékes festményt, gyűjteményt venne ügyvédcsalád magánsemeletyől. 06/30-822-8050.

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

BOROSTYÁN ÉKSZER felvásárlása 10 000-100 000 Ft-ig. Mindenféle régiséget, dísztárgyakat, hagyatékot stb. Arany 8500 Ft-tól, ezüst 350 Ft-tól, készpénzért. V. ker., Szent István krt. 25. 06/20-914-0150.

Antik, kortárs festmények, műtárgyak VÉTELE-ELADÁSA. Várjuk megkeresésüket a MAMMUT II. földszintjén. **KUBINYI GALÉRIA** 06/20-980-7570

ingatlanROBOT.hu

ingyenes hirdető portál

KP felvásárlás azonnal! Borostyán, arany- és ezüsttárgyakat, karórákat, festményeket és Zsolnay-porcelánt vásárolok. Üzlet: Villányi u. 48/b. Tel.: 06/1-212-9356.

PLATINA, palládium, ezüst, arany felvásárlás! Akár húzal, drót, tárgy, ipari, ékszer, tábla, kanál, hibás, fémjel nélküli stb. Készpénzért érdeklülj üzletünk! Budapest V., Bajcsy-Zsilinszky út 24. 06/30-332-7442.

EGÉSZSÉG/SZÉPSÉG

LÉZERTERÁPIA, reumatológia, akupunktúra, fogyás, szénanátha, gerincferdülés, csonttritkulás, csípő- és térdkopás kezelése, fejfájásellátás, lumbágógyógyászat, uzenmorvosi vizsgálatok. Arcrevitalizálás biomaszázzsal. teledoktor.hu 368-6349, 06/20-968-6886.

FOGSOROK, hidak készítése, javítása soron kívül. Fogszabályozó, fogfémhívó. Mozgáskorlátozottakhoz házhöz megyünk! Hétfégyelet. Fogászati háttér biztosított. Tóthné Húvós Katalin fogtechnikai mester. 1013 Budapest, Krisztina krt. 51., szft. Mobiltelefon: 06/30-222-3016.

GYÓGYMASSZÁZS: 06/20-515-3370.

CSONTKOVÁCS akupresszór Szilágyi Erzsébet fasor 51. alatt. Idegbeépítődések, ízületi blokkok, lumbágó-izás megszüntetése. Térdblokkok, gerincservek, szédülések műtét nélküli, eredményes gyógyítása. Fülakupunktúrás fogköpúra. Dr. Garzó Péter természetgyógyász, 06/30-945-8477. www.drgarzo.segitek.hu

GYÓGYPEDIKŰR, **KOZMETIKA** (szempilla-, szemöldökfestés, gyantázás, arcmasszázs) otthonában. Hétfégyén is. Tel.: 06/30-206-4801.

MALIBU SZÉPSÉGSZALON. Fodrászat, manikűr, műköröm, gyógypedikűr, testmasszázs, kozmetika, 3D szempilla, sminktovalás és flabélos. 1126 Budapest, Beethoven utca 7. - az udvarban. Tel.: 06/30-372-4665, facebook.hu/malibuszalon.

TELJES KÖRŰ FOGASZAT és fogszabályozás. Várakozás nélkül, fájdalommentesen. Kiváló ár-érték arányban. 06/30-718-9567.

ÁLLÁS

XII. KERÜLETI, Márvány utcai Duna House ingatlanirodánkba ingatlanértékesítő munkatársakat keresünk. Pályakezdekedők jelentkezését is várjuk! Fényképes önéletrajzokat a meszaros.katalin@dh.hu címre várjuk.

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

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

HÁZVEZETŐNI munkát keresek! Középkorú, megbízható és szorgalmas nő vagyok. A XII. ker.-ben lakom, kérésére önéletrajzot küldök. Elérhetőségem: tel.: +36/30-829-7316, e-mail: piroska.pejtsik@gmail.com

ingatlanROBOT.hu

ingyenes hirdető portál

BUDAI ingatlanirodánkba keresünk tapasztalattal rendelkező értékesítőket bejelentett munkakörbe! 06/70-681-4500.

TÁRSKERESŐ

65 ÉV körüli, a jóra nyitott hölgyet keres hasonlító korú, 164 cm-es úr. T.: 06/70-508-6006.

KÖNYV

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

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

SZABADIDŐ

TENISZPARTNERT keres amatőr szinten játszó, nyugdíjas mérnök. Tel.: 06/20-509-2281.

Gondoltad volna?

A korszerűsített távfűtéses panellakás tökéletes az életkezdéshez

A távfűtéses lakások rezsije korszerűsítéssel

akár a **felére** is csökkenthető!

Továbblépéskor a korszerűsített lakások könnyen értékesíthetők!

A lakótelepeken a családok számára minden szükséges megtalálható



AKTÍV TÉLI PROGRAMOK HEGYVIDÉK



ÚSZÁS
Vasárnap 8.00-12.30.
Utolsó alkalom 2014-ben: december 14-én.
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
Foglalkozásokat csak iskolaidőben tartanak, iskolaszünetekben nem!
Téli szünet: 2014. december 20. – 2015. január 4.
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.), 19.30-20.30 Tamási Áron iskola (XII., Mártonhegyi út 34.).
Péntek 17.00-18.00 Arany János iskola (XII., Meredek utca 1.).



KIMÉLŐ TORNA
Foglalkozásokat csak iskolaidőben tartanak, iskolaszünetekben nem!
Téli szünet: 2014. december 20. – 2015. január 4.
Hétfő 17.30-18.30 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.), 18.15-19.15 Zugligeri Általános Iskola (XII., Zugligeri út 113.).
Szerda 18.30-19.30 Tamási Áron iskola (XII., Mártonhegyi út 34.).
Péntek 16.00-17.00 Arany János iskola (XII., Meredek utca 1.).



SIÓKTATÁS
Vasárnap 13.00-14.00.
Utolsó foglalkozás 2014-ben: december 21-én.
Első foglalkozás 2015-ben: január 11-én.
Fogarasi Síiskola (Piarista sporttelep – XII., Költő utca 38.).
Előzetes bejelentkezés: Fogarasi Orsolya, 06/30-931-06-15.



NORDIC WALKING
Vasárnap 14.00-15.00.
Utolsó foglalkozás 2014-ben: december 21-én.
Első foglalkozás 2015-ben: január 11-én.
Fogarasi Síiskola (Piarista sporttelep – XII., Költő utca 38.).
Előzetes bejelentkezés: Fogarasi Orsolya, 06/30-931-06-15.



„LÉPÉSELŐNY” FUTÓKLUB
Vasárnap 15.00-16.00.
Utolsó foglalkozás 2014-ben: december 21-én.
Első foglalkozás 2015-ben: január 11-én.
Fogarasi Síiskola (Piarista sporttelep – XII., Költő utca 38.).
Futás, illetve kocogás szakavatott edző segítségével, tanácsadással. Edzési állapot felmérése, személyes edzésterv készítése.
Előzetes bejelentkezés: Fogarasi Orsolya, 06/30-931-06-15.



TERMÉSZETJÁRÓ TÚRA
Túrávezetők: 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 menetek változhatnak, ennek megfelelően az utazások időpontjai módosulhatnak. A változások a szabadsagvador.fw.hu honlapon jelennek meg.



NORDIC WALKING A VÁROSMAJORBAN
Szerda 16.30-17.30, péntek 17.30-18.30.
Utolsó foglalkozás 2014-ben: december 12-én.
Első foglalkozás 2015-ben: január 7-én.
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.
Kedd 20.00-21.00.
Utolsó foglalkozás 2014-ben: december 16-án.
Első foglalkozás 2015-ben: január 6-án.
Testnevelési Egyetem – atlétikacsarnok (XII., Alkotás utca 44.).
Programvezető: Katus Tamás egyetemi adjunktus, a TFSE aerobik-szakosztályának vezetője.
Oktatók: a torna-rg-tánc-aerobik tanszék oktatói és a TFSE edzői, versenyzői.
Belépés: csak XII. kerületi lakcímkártyával!



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



GERINCJÓGA
Kéthetente szombatoként 16.00-17.30.
Karmayoga Stúdió (XII., Bőszörményi út 44-46. II. emelet)
Figyelem! A jógaórák létszáma az év végéig belet, az új érdeklődőket januártól várják!

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

Kártyákkal a MOM Sportban

Ismét üzemel a műanyag borított korcsolyapálya

A bankkártyás fizetés biztosítása mellett a Hegyvidék Kártyát és a Sportkártyát is elfogadják a MOM Sportban. A kedvezménykártyákat elsősorban az uszodai szolgáltatásra lehet igénybe venni. Újdonság, hogy ismét használható a kertbe áthelyezett, műanyag borítású korcsolyapálya.

Januártól kétféle kártyatípust fogad el a MOM Sport: a szolgáltatások árából a vendégeknek testre szabott kedvezményeket adó Sportkártyát és a Hegyvidék Kártyát. A fizetésre használható kártyákkal – ilyen a Visa, a MasterCard, a Maestro vagy a SZÉP-kártya – a szolgáltatások ellenértékét egyenlíthető ki.

Sokan élnek a lehetőséggel, a MOM Sport uszodáját havonta igénybe vevő mintegy húsz ezer vendég három ezer-öttszáz kedvezménykártya-tranzakciót kezdeményez, míg harminc százalé-

kuk bankkártyát használ. November óta az épületben működő mindhárom online pénztárgép Pin Paddal ellátott, így pappasos bankkártyákkal is lehet fizetni.

A többcélú felhasználásra alkalmas Sportkártya-programhoz bárki csatlakozhat, míg az ingyenes Hegyvidék Kártyát az önkormányzat jóvoltából a XII. kerületben élők igényelhetik. A két kedvezménykártya közötti különbség a kínált szolgáltatásokban van. A Sportkártya-kedvezmények jellemzően rövidebb idejűek, például a kétórás úszójegyre vonatkoznak, a Hegyvidék Kártyához egész napra szóló szolgáltatás is társítható. További előnyt jelent a kerületiek számára, hogy a csúcsidezőkban, vagy a nyári hétvégeken a MOM Sport kizárólag a Hegyvidék Kártyával rendelkező vendégeknek nyújt engedményt.

A SZÉP-kártya, bérlet kívüli juttatásként, csak a munkáltatótól igényelhető – kedvezményes adózás mellett 450 ezer forint

összeg. Meleg étkezésre, egészségmegőrzésre, sportolási lehetőségekre, kulturális programokra és egyéb szabadidős tevékenységekre irányuló szolgáltatás ellenértékének kifizetésére használható. A szabadidős alszámlán jelenleg 75 ezer forint lehet a maximális összeg.

Újdonság a MOM Sportban, hogy ismét működik a műanyag borított korcsolyapálya, amelyet az épület tetejéről a kertbe helyeztek át. A téli hangulathoz járul hozzá az újonnan kialakított, a vendéglátás színvonalát emelő hütte is. Azokat is várják, akik még nem tudnak jól korcsolyázni, lehetőség van korcsolyabérlésre, aminek ötszáz forint az ára.

Bár a műanyag borításnak köszönhetően a korcsolyázáshoz nincs szükség minuszokra, esős időben, a balesetek elkerülése érdekében, lezárják a pályát. Ezért indulás előtt érdemes érdeklődni a nyitva tartásról.



A szemkötő használata közel egyenlővé teszi az esélyeket

Baráti karácsonyi focitornát szervezett a Látássérültek Szabadidős Sportegyesülete a MOM Sportban, ami az évvértékelésre is alkalmat adott. Magyarország egyetlen vakfocicsapata folyamatosan fejlődik: soha annyi meccset nem játszott a határokon túl, mint az idén, és egyre jobbak az eredményei.

„Voy, voy!” – hangzott fel ismét a MOM Sport műfüves foci pályáján már jól ismert figyelmeztető kiáltás. Ezzel jelzik a vakfocisták, hogy éppen merre helyezkednek.

A hagyományteremtő szándékkal megrendezett karácsonyi vakfocitornán biztosítva volt a baráti hangulat, hiszen a kihívó, egyben házigazda Látássérültek Szabadidős Sportegyesülete (LÁSS) – amely évek óta a Csőrsz utcai sportközpontban tartja az edzéseit

FOTO: SZABADIDŐ

Karácsonyi vakfocitorna

– mellett ezúttal a MOM Sport, a Hegyvidék-YBL vízilabdacsapat utánpótláskorú játékosaival megerősített F&M fitness and more, valamint a vakfocisták régi ismerőse, a MALÉV-Old boys csapata lépett pályára.

A LÁSS továbbra is Magyarország egyetlen vakfocicsapata. Mint Szelei Emília, az egyesület képviselője elmondta, éppen ezért egyik fő feladatuknak tekintik a sportág népszerűsítését, amire kiváló alkalom, ha látókkal játszhatnak. Természetesen, az esélyegyenlőség érdekében, kötelező a szemkötő használata.

„A MOM Sportban megrendezett Generációk Találkozója programmal kezdődött a szezon, ekkor találkoztunk először a MALÉV-os öregfiúkkal. Ezt követően a nemzetközi tornák, soha

ennyi meccset nem játszottunk a határokon túl” – beszélt az idei évről Szelei Emília.

A csehországi Bučovicében nyolccsapatos tornán vettek részt a LÁSS focistái, immár második alkalommal léptek pályára Prágában, a Közép-európai Városok Kupáján – itt lehetőségük volt üdvözölni a Budapesten fogadott olasz csapatot is –, míg Lipcseben egy meghívásos tornán szerepeltek. Az év egyik legnagyobb sikerét a Vakok Nemzetközi Sportszervezete által megrendezett Europe Challenge Cupon érték el, amelyen az elődöntőbe jutottak. A MALÉV-Old Boys meghívására pedig, immár hazai földön, a Varga Nándor-emléktornán nyílt lehetőségük a vakfoci népszerűsítésére.

„Tavaly a külföldi csapatok ellen rendre több góllal kaptunk ki, az idén viszont mindenkivel szoros meccset játszottunk, és sikereket is elértünk, úgyhogy bátran

kijelenthetjük: fejlődik a csapatunk” – vont mérleget a LÁSS képviselője. Hozzátette, tavasszal szeretnének ismét nemzetközi tornát tétő alá hozni a MOM Sportban, méghozzá már hat csapat részvételével.

Emellett szívesen folytatnák a külföldi és vidéki túrákat is, ehhez azonban mindenképp szponzorokra lenne szükségük, hiszen jelenleg nem bővelkednek támogatókban. Az MLSZ Grassroots programjának köszönhetően tudják kifizetni a méltányos áron biztosított pályahasználatot, ezenkívül a Látó-Tér Alapítványtól kaptak támogatást, míg a TOTI Sport az idén már a második garnitúra mezt biztosítja a csapatnak.

A karácsonyi tornát, némi meglepetésre, a MOM Sport csapata nyerte, második lett a LÁSS, harmadik a MALÉV-Old Boys, míg a negyedik helyen az F&M fitness and more végzett.

em.

Öregdiák-győzelem a John Gold Cupon



A Gold Members csapata újoncként nyerte meg a tornát

A foci még mindig a legnépszerűbb sportág, legalábbis a diákok körében biztosan. Mi sem bizonyítja ezt jobban, mint a Sashegyi Arany János Általános Iskola és Gimnáziumban hat évvel ezelőtt életre hívott labdarúgó torna töretlen sikere. Jelentkezőből soha nincs hiány, ráadásul a 12 óras

John Gold Cup az öregdiákok fantáziáját is megmozgatja. Ezúttal sem volt ez másként, hiszen a részt vevő tizennégy csapatból hatban egykori Aranydiákok szerepeltek.

A szabályok nem változtak, idegenlégiosok most sem húzhatk szerelést, a labda pedig to-

vábbra is tizenkét órán keresztül pattogott folyamatosan az iskola sportcsarnokában. Bár a házi bajnokságot elsősorban a gimnazistáknak írták ki, azért meghívásos alapon a fiatalabbak is szóhoz juthatnak a meccseken, az idén egy nyolcadikos játékos képviselte az általános iskolás korosztályt.

A csoportokzdelmek és az elődöntők után kialakuló döntőben a két évvel ezelőtti győztes, sokszoros bajnok AranyA és a HINI fúziójából létrejött AranyA1N1 nem bírt a kupában abszolút újonc, azonban rendkívül rutinos Gold Members csapattal. A tizenégy évvel ezelőtti érettségizettek nagy csatában hódították el a bajnoknak járó vándorszerleget.

Színvonalas játékot hozott a bronzmeccs is. Ezen a tavalyi győztes és sokáig a mostani tornán is favoritnak számító Peach eater pee cheates az első John Gold Cupon diadalmaskodó Rutincsigák ellen szerezte meg a harmadik helyet.

Aranyak Lengyelországból

Nemzetközi szinten is kiváló eredményeket érnek el a Hegyvidék Harcosai Küzdősport Akadémia versenyzői. Lacza Ádám Illés sportigazgató tanítványai ezúttal a Lengyelországban megrendezett WSJO Sport Jiujutsu Európa-bajnokságon remekeltek: három arany- és egy bronzérmert szereztek. A sikerből a csapat felkészítésében szeptember óta segédkező Herédi Ákos dzsúdómester is kivette a részét.

Megeri Szabina duplázni tudott a kontinensviadalon, a 15 éves korosztály –75 kg-os súlycsoportjában versenyző lány a sport jiujutsu fighting és a grappling kategóriában sem talált legyőzőre. A 11-12 évesek –35 kilogrammos sport jiujutsu fighting versenyszámában Lacza Ábelnek sikerült elhódítania az Európa-bajnoki címet. Az ifjú harcművész a tavalyi vb-arány után újabb értékes trófeával gazdagodott.

Karácsonyi Krisztián sport jiujutsu fightingban, a 17-19 évesek –69 kilogrammos mezőnyében szerzett bronzérmert. Ugyanebben a versenyszámban a felnőttek között tatamira lépő Megeri Benjámin a hatodik, míg Lakatos Richárd az ötödik helyen zárta az Eb-t.



sm. Megszokott kép: felül a magyar versenyző

em.

HEGYVIDÉK

HIRDETÉSFELVÉTEL:

H-SZ-CS 9.00-16.00, P 9.00-12.00.

Kiadja: Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat megbízásából a Hegyvidék Lapkiadó

Főszerkesztő: SCHILLINGER ERZSÉBET • Felelős szerkesztő: STOFF CSABA • Szerkesztőség titkár: ARATÓ SZILVIA • Cím: 1126 Budapest, Beethoven utca 2/a fszt. Telefon: 356-3446, 355-2494. Fax: 225-8868. Internet: <http://www.hegyvidekujsag.eu>. E-mail: hegyvid@mail.datanet.hu. • Eng. szám: 84-5965 • Nyomdai előkészítés: Alfa Press Design Kft. Felelős vezető: IBOS FERENC ügyvezető igazgató. Tördelőszerkesztő: SZABÓ KÁROLY • Nyomdai előállítás: Magyar Közlöny Lap- és Könyvkiadó Kft., Lajosmizse (www.mhk.hu). Felelős vezető: MAJLÁTH ZSOLT ügyvezető igazgató • Kereset hirdetések felvétel: 06/30-378-0708, hegyvidekhirdetes@t-online.hu. Apróhirdetés-felvétel: 356-3446, 355-2494. Apróhirdetéseinket továbbra is a szerkesztőségben várjuk! • Terjesztő: Jetpress Kft. (www.presslog.hu, telefon: 3360-435) • Kéziratokat, rajzokat, fotókat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza! •