



## Folytatódik a hajléktalanok rehabilitációs programja

A hajléktalanok rehabilitációját szolgáló program folytatásáról, valamint az utcán élők téli krízis-ellátási tervéről is döntött az önkormányzati képviselő-testület. Az egészségügyi és szociális ellátások szakmai integrációja, továbbá a Művész úti óvoda és bölcsőde átvétele szintén téma volt a legutóbbi ülésen.

A Hegyvidéki Önkormányzat és a Magyar Máltai Szeretetszolgálat együttműködésével tovább folytatódhat az a két évvel ezelőtt elindított, egyedülálló program, amelynek célja, hogy komplex segítséggel – például képzés, munkalehetőség biztosításával, a lakhatás megteremtésével és az alapvető háztartási eszközök beszerzésének támogatásával – megvalósítsa a kerületben élő hajléktalanok társadalmi integrációját. A szeretetszolgálat 15 ember ellátásával vállalja. Az önkormányzat képviselő-testülete a jövő évre mindehhez 2 millió forint támogatást hagyott jóvá novemberi ülésén.



A képviselők legutóbbi ülésükön elfogadták a téli időszakra vonatkozó krízisellátási tervet

Elfogadták a képviselők a téli időszakra vonatkozó krízisellátási tervet. Ennek alapján a hajléktalanok ellátásával megbízott Magyar Máltai Szeretetszolgálat az utcai szociális munkán túl központi telefonos diszpécser-

szolgálattal, éjszakai krízisautószolgálattal, kibővített orvosi ellátással, meleg italt és szendvicset kínál „teajaratok” indításával, időszakos éjjeli menedékhelyek kialakításával, valamint a munkásszállókon történő lakhatás tá-

mogatásával kíván segítséget nyújtani a rászorulóknak.

Az önkormányzatokról és a népszavazási kezdeményezésekről szóló törvények új rendelkezései miatt módosították a képviselő-testület szervezeti és működési

szabályzatát (szmsz). Martinez Gábor (Jobbik) az ülésen felvette: mivel az önkormányzati törvény nem szabályozza, hogy a polgármesternek – aki egyben a fővárosi közgyűlés tagja is – be kell számolnia a testület előtt a

kerületet érintő fővárosi tervekről, döntésekről, ezért javasolta, erről is rendelkezzenek működési szabályzatukban. Pokorni Zoltán polgármester elmondta: a kialakult gyakorlat szerint rendszeresen beszámol a fővárosi kerülettel kapcsolatos döntéseiről, de támogatja, hogy ezt a kérdést a jövőben pontosan szabályozzák.

Sor került a 2014. évi költségvetés harmadik módosítására, aminek nyomán a bevételi-kiadási főösszeg összesen 286 millió forinttal növekedett. Szűtsné Kiss Zsuzsanna polgármesteri tanácsadó tájékoztatása szerint a többletbevételek legjelentősebb része a kormány által vállalt adósságonkonszolidációhoz kapcsolódik. Tüttő Kata (MSZP) kritikája kapcsán, miszerint az önkormányzat költségvetése nem elég közérthető, a tanácsadó elmondta: évről évre a fővárosi közgyűlés tagja is – beforma egységének megteremtésével átlátható, közérthető költségvetést készítsenek – ezzel együtt természetesen minden jobbitó szándékú javaslatot szívesen fogadnak a képviselőktől, akiknek eddig nem volt gondjuk a költségvetés átláthatóságával.

(Folytatás a 2. oldalon)

## Közmeghallgatás a polgármesteri hivatalban

Veszélyes fákról, szabálytalanul sétáltatott kutyákról, megnőtt autóforgalomról és egy újonnan kialakítandó útról egyaránt szó esett az önkormányzat közmeghallgatásán, amelyen a kerület lakói Pokorni Zoltán polgármesternek és munkatársainak tehető fel közérdekű kérdéseiket.

a Gyógyfű utcából a víz által kihordott föld, homok eltömíti a lefolyókat.

Többek szerint rendkívül veszélyes a Tamási Áron utca járda nélküli szakasza, és problematikusnak neveztek, hogy a Tamási iskola által vonzott nagy autóforgalom csak tovább növekedhet az intézmény újabb bővítésével. Az iskola mellett élő egyik tulajdonos a tervezett új épület kapcsán

váncsi, mikor teszi közzé az önkormányzat a Normafával kapcsolatos Natura 2000-es hatásvizsgálatok eredményeit.

Pokorni Zoltán polgármester elmondta, hogy a nem önkormányzati, hanem például a fővárosi közlekedési, vagy közbiztonsági vállalatok érintő feladatok kapcsán az illetékes társaságok intézkedését kéri. Hozzátette, a Hegyvidéki Útfejlesztési Testület

rá pénz. Mivel az út kialakítása a területrendezéssel, kisajátítással, utépítéssel a becslések szerint mintegy 220 millió forintba kerülne, ezért az önkormányzat hozzájárulást vár majd az érintett lakóktól az építkezés költségeihez, hiszen a fejlesztéssel jelentősen növekedik az ingatlanok értéke.

A Lidérc utcai magánépítkezés kapcsán az építésigazgatási iroda vezetője, Ráduly Tímea elmondta: megtevesztették az önkormányzatot, mert úgy alakították ki engedély nélkül futballpályát, hogy arra földreterget szórtak a használatbavételi engedély kiadása miatt tartott helyszíni szemle idejére. A polgármester hozzátette: az ügy felhárított, és amint megtudták, mi történt, haladéktalanul értesítették az építésfelügyeletet.

Pokorni Zoltán a szabálytalanul sétáltatott kutyákkal kapcsolatban fokozottabb odafigyelést vár a Hegyvidéki Rendészet részéről, míg a Mátyás király utat „menekülőútként” használó autósok miatt arra kérte a kerületi rendőrkapitányság vezetőjét, ellenőrizze munkatársaival az ott közlekedőket. A polgármester bejelentette, előreláthatólag e hónap végén készül el a Normafát és környékét érintő Natura 2000-es vizsgálat, amelynek eredményeit közzéteszik az interneten.

A Széll Kálmán tér átépítése, ami fővárosi feladat, a polgármester tájékoztatása szerint a környéken lakók fellebbezései, valamint a vesztes cégek által megtámadott közbeszerzési pályázat elhúzódnása miatt szenvedett jelentős késedelmet. Információi szerint az átépítés tavasszal kezdődhet, ami komoly próbatétel lesz mindazok számára, akik a környéken élnek, vagy rendszeresen arra felé közlekednek.

## Újjáépítették a lépcsőt a Tamási Áron közben

Több közterületi fejlesztés is befejeződött november közepén a XII. kerületben. Az alapokat is beleértve az önkormányzat újjáépítette a Tamási Áron köz lépcsőjét, aminek köszönhetően a Tamási Áron iskola diákjai még könnyebben és biztonságosabban érhetik el az intézményhez tartozó, a menzának is otthont adó Dobsinai utcai épületet. A húsz méter hosszú, részben támfallal szegélyezett lépcsősorhoz korlát és csapadékvíz elvezető folyóka is készült, valamint leaszfaltozták a felső részéhez csatlakozó járdaszakaszt.

A lakók kérésére négy sebeségcsillapító küszöböt építettek a Fűrj utcában. Erre azért volt szükség, mert a 30-as övezetben az autósok jelentős része lényegesen gyorsabban haladt, ami veszélyeztette a gyalogosok, különösen a gyerekek biztonságát.

November végéig elkészül a Zólyomi lépcsőt a Németvölgyi út szervizútjával összekötő, három méter hosszú járda felújítása. Az egyenletlen felületű bazaltburkolatot felszedik, pluszlépcsők beépítésével a meredekségét

cökkentik, a teljes közterületet kicserélik, és olyan csúszásmenetes aszfaltfelületet építenek, ami nagyon jól bírja még az esetleges sózást is a téli időszakban. Az időkérésének megfelelően ezen a szakaszon – a garázsbejárók miatt csak az egyik oldalon – kapaszkodó is készül.

Szintén még ebben a hónapban befejeződik a zebra átépítése a Kék Golyó és a Ráth György utca csomópontjában. A rendőrség javaslatára a Budapesti Közlekedési Központ hozzájárulásával történő biztonságtechnikai fejlesztés során a gyalogátkelő előtt, az úttest mindkét oldalán piros viacolorral burkolt szűkítőfüleket építenek. Ezek a forgalomtechnikai eszközök lassítják az autók, valamint gyorsabb átkelést biztosítanak a gyalogosoknak.

Folytatódnak a kátyúzások, a balesetveszélyes részeket rövid időn belül kijavíttatja az önkormányzat. A kerületi polgárok a „Hegyvidék” okostelefonos alkalmazással felületű bazaltburkolatot felszedik, pluszlépcsők beépítésével a meredekségét

(-ály)



A polgármester válaszolt a felmerülő kérdések többségére

Ismét sokféle témában fordultak a lakók az önkormányzat vezetőihez a polgármesteri hivatalban megtartott ez évi közmeghallgatáson. Volt, aki a Szilágyi Erzsébet fasornál található veszélyes fák miatt kért intézkedést – ezek, mint kiderült, BKV-területről lógnak át lakóterületre –, más a Városmajorban szabálytalanul szabadon engedett kutyák miatt panaszkodott. A Magyar jakobinusok terén, egy hölgy beszámolója szerint, kisebb esőzés után is megáll a víz, főképp amiatt, mert

a helyszínválasztást kifogásolta. Egy Lidérc utcai lakó arra hívta fel a figyelmet, hogy a szomszéd-juk a szabályokat áthágva épített foci pályát a telkén.

A Csillebércen élők közül ketten a Névtelen utca megnyitása iránt érdeklődtek, míg más arra kérdezett rá, mikor kezdődik a Széll Kálmán tér átépítése. A Harangvölgyből egy úr a többi között a Mátyás király út erdei szakaszán tapasztalható, engedély nélküli átmenő forgalom ellenőrzését kérte, valamint arra volt kí-

mérlegeli majd a Tamási Áron utcai járdaépítés és a Gyógyfű utca fejlesztésének lehetőségét.

A csillebérci Névtelen utca kiépítése, mint elhangzott, rendkívül bonyolult és költséges feladat: az utca tizenhat helyrajzi számon húzódik keresztül, ezek közül négy ingatlan tulajdonosával még nem tudtak megállapodni – egy esetben valószínűleg kisajátítási eljárást kell majd indítani. A jogi procedúra egy éven belül lezárulhat, ezt követően kezdődhet el az építkezés, amennyiben lesz



Az új lépcső segíti a tamási diákok biztonságos közlekedését is





## Kazettás magnók a hulladékgyűjtésen

Több mint egy évtizede szervez papír-, elektronikai hulladék- és akkumulátorgyűjtést az önkormányzat. A környezetvédelmet népszerűsítő, tavasszal és ősszel meghirdetett akciókat a kezdetektől a Feparec Kft. bonyolítja, a cég minden évben a polgármesteri hivatal előtt, valamint a Fodor utca–Pagony utca kereszteződésében alakítja ki az alkalmi átvételpontokat, ahol a papírhulladék mellett – ennek kilójáért tíz forintot adnak – a veszélyes anyagoknak minősülő akkumulátorokat, elemeket és elektronikai eszközöket is átveszik.

Ezúttal is sokan igénybe vették a szolgáltatást, volt, aki egy-két kisebb konyhai gépet, vagy épp rádiót vitt, mások papírral, régi tévékkel megrakott autókba érkeztek. Az előző évekhez hasonlóan számítógépekből, nyomtatókból, monitorokból és régi, katódos televízió-készülékekből gyűjtött össze a legtöbb, ezeken kívül most meglepően sok kazettás

magnó került a Feparec Kft. teherautójára.

Két nagydoboznyi számítógép-alkatrészsel, valamint konyhai gépekkel érkezett a polgármesteri hivatal előtti gyűjtőpontra Molnár Gyula. Mint a Németvölgyben élő mérnök elmondta, az áprilisi akciót követően kérte meg a családtagjait és ismerőseit, hogy hozzák el neki a kidobandó elektromos eszközeit. „A környezetben azt tapasztaltam, sokan azért nem csatlakoznak a felhíváshoz, mert úgy gondolják, egy-egy kisebb készülék kedvéért nincs értelme idejönni. Ezért döntöttem el, hogy segítek, és megszervezem az otthoni begyűjtést” – mondta.

A tapasztalatok szerint több társasházban hasonlóan jártak el a lakók, ennek is köszönhető,



Az elektromos eszközöket feldolgozzák, hogy kinyerjék az értékes anyagokat

hogy végül közel egy tonna papír és tíz köbméter elektronikai hulladék jött össze. Az előbbiből újrafelhasznált papírt gyártanak, az akkumulátorokat felújítják, míg az elektromos eszközöket a Feparec a saját szétzerelő üzemé-

ben dolgozza fel. Az értékes anyagok kinyerése után a maradékot fajta szerint szétválogatják, majd a különböző gyártási folyamatok során felhasználható daralékokat készítenek belőlük.

mm.

## Önkéntesek takarítottak a Normafánál

Többéves múltra visszatekintő együttműködés zajlik a Hegyvidéki Önkormányzat és a XII. kerületi székhelyű Beiersdorf Kft. között: a Nivea-termékek gyártója és forgalmazója támogatja a nyári hónapokban igénybe vehető ingyenes szolgáltatást, az UV-riasztást. A gyümölcsöző kapcsolat most újabb szakaszába lépett, ezúttal a társadalmi felelősségvállalás és a környezetvédelem területén.

A cég önkéntesen jelentkező dolgozói megtisztították az eldobált hulladéktól az Anna-rét alatti területet, a Tearóza út környékét, valamint a gyermekvasút

Ennek máris megvan az eredménye, hiszen végre rendezettek, tiszták a népszerű turistaútvonalak, pihenőhelyek – foglalta össze az utóbbi bő fél év tapasztalatait Mikó Gergely, az önkormányzati tulajdonú Normafa Fenntartó és Üzemeltető Intézmény igazgatója.

Hozzátette, hogy a kevésbé intenzíven használt területek gondozásakor szívesen veszik az önkéntesek segítségét. A Természet- és Környezetvédelmi Polgárőr Egyesület közreműködésével kerületi diákok már több alkalommal végeztek önkéntes munkát a Normafánál. Nemrég az Arany János iskola tanulói újrastartották



FOTÓ: SÁRKÖZY GYÖRGY

## Befedett szökőkutak

Közeleg a tél, a szakemberek megkezdtek a Hegyvidéki Önkormányzat kezelésében lévő közterületek szökő- és ivókútjainak állagmegóvási munkálatait. A Turul-emlékműnél és a Királyhágó téri szökőkútjánál (képiútkön) kifestették és lefedték a vízmedencéket, valamint a Királyhágó teret átszelő patakmedret. November végéig víztelenítik és magas nyomású levegővel átfújják az automata öntözőrendszerek csöveit, egyúttal a fagyások megelőzése érdekében lezárják és beburkolják a parkokban, játszótéren található ivókutakat.



M.

## Forgalomkorlátozások csatornaépítés miatt

Az ütemtervnek megfelelően zajlik a hegyvidéki csatornafejlesztés, november 23-ig kilenc helyszínen kell számítani forgalomkorlátozással járó munkálatokra.

A célforgalom biztosításával teljes útzár mellett dolgozik a kivitelező az Alkony úton (a 7/b és a 17–19. között), az Ada utcában (az 5/b és a Városkúti köz között), a Városkúti közben (a 4/c és a Városkúti út között), az Istenhegyi lejtőn (a 4. és a Zsolna utca 38. között), a Lóránt úton (a 13/b és az Óra út között), az Óra úton (a

10/b és a 16/a között), a Szendrő utcában (a Bartha és a Diana utca, valamint a Szendrő köz és a Bartha utca között), a Szendrő közben (a Kakukk út és a Vöröskő utca között), valamint a Galgóczy utcában (a 20. és a Felső-Svábhegyi út között).

További tájékoztatás a munkálatokról: 06/80-205-412 (ingyenesen hívható hétköznapokon 8–18 óráig). Honlap: www.bpcsatornasz.hu. E-mail: info@bpcsatornasz.hu.

m.

Normafa megállója mögötti erdőrészt. Nagy Andrea HR-vezető elmondta, mindenképpen olyan munkát szeretnek volna végezni, ami a Hegyvidék épülését és az itt élők érdekeit szolgálja.

A Hegyvidéki Önkormányzat áprilisban vette át a Normafa kezelését. „Azóta egyebek mellett megújult a Libegő felső végállomásánál található játszótér. A Pili Parkerdő Zrt.-t azzal bíztuk meg, hogy naponta takarítsa a háromszázhatvan hektáros Normafa leginkább látogatott nyolcvenhaktáros részét.

az erdei bútorokat, valamint a parkolási és behajtásigátló oszlopokat a parkolónál, a lejtő tetején és a tündérhegyi kőfejtőnél.

A jövő évi tervekkel kapcsolatban Mikó Gergely kiemelte: a Normafa Fenntartó és Üzemeltető Intézmény (amely a mostani szemétszedéshez biztosította az eszközöket és a hulladékgyűjtő konténert, valamint kijelölte a helyszíneket) saját munkatársakkal oldaná meg a takarítási, parkogatózási feladatokat.

mm

## „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 Betegegyesülettel, 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!



## Karácsonyi akció az Optimadent Fogászati és Implantológiai Központban!

Jöjjön el a **MOM Park Medical Centerben** található rendelőnkbe **2014. november 17-e és december 23-a között**, és **ingyenes konzultációval** ajándékozzuk meg. További **3000 forintot** pedig jóváírunk első kezelésé árából.

**Jelentkezzen be hozzánk, és vágjon bele! Őrizzük meg együtt hosszú távon egészséges mosolyát, és előzzük meg a komolyabb problémákat!**

**Optimadent MOM Park**  
1123 Budapest, Alkotás u. 53.

Tel.: 06 1 202 3830

[www.optimadent.hu](http://www.optimadent.hu)  
[facebook.com/pages/Optimadent-Fogaszati-Kozpont](https://facebook.com/pages/Optimadent-Fogaszati-Kozpont)









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

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

**Porcelánbemutató és -vásár**  
Erzsébet- és Katalin-nap alkalmából Gombos Piroska porcelánfestővel november 19-én, 21-én és 26-án 15.00–18.00. Karácsonyi asztaldíszek és készletek: december 12-én, 17-én, 19-én 15.00–18.00.

**Szabadság vándorai természetjárók klubja.** November 19. 18.30 Nyári túra a Gömör-Szepesi-érchevységben. Előadó: Glódi Margarita. December 17. 18.30 Visszaemlékezés a szakosztály 2014. évi túráira. Klubvezető: Sütő-Nagy István. Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes.



**Kertbarát Kör.** November 25. 16.30 Mesterfogatások az őszi telepítéshez fajták ismeretében. Előadó: András Károly. December 16. 16.30 Baráti összejövetel. Klubvezető: Bartók Sándor. Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes.

**Az Oklahoma Modern Quilt Guild** 25 céntagja patchworkmunkáinak kiállítása. Megtekint-

hető: november 26-ig, előre egyeztetett időpontban (200-8713).

**Virányosi filmklub.** November 27. 13.00 Vezet a ritmus. A belépés díjtalan.

**Skandináv Klub.** November 28. 18.30 Volt egyszer egy OPNI. A hazai pszichiátria, neurológia és a stroke-gyógyítás fellegvára. Debrecenyi István fotós és Mók Mihály kultúrtörténész tart előadást a hajdani Sárka Háznál. December 19. 18.00 Adventi irodalmi zenés klubdelután. Klubvezető: Szabó Péter. Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes.

**Ünnepvárás** – Szutor Katalin ikonkiállítása november 29-én 17.00. Megnyitja: Nagy Márta egyetemi docens. A kiállítás megtekinthető: 2015. január 7-ig, előre egyeztetett időpontban (200-8713).

**Egészségvédő Klub** december 2-án 17.00. Mora terápia. Beteg? Fáradt? Túlterhelt? Allergiás? Megoldás a Mora terápia! A Mora rendszer alapját az ősi kínai meridián rendszer és a nyugati orvoslás elemeinek kombinációja alkotja. Előadó: Kovács Adrienn. A belépés díjtalan.

**Harmónia Mikulás** december 6-án 19.00–23.00. Klubvezető: Székely Attila. Belépődíj: 1200 Ft/fő.

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

**Kerekítő Tippető** 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 izlelgetik a magyar néptánc alapjait. Cirókázás, lovagoltatás, hintáztatás, népdalokkal, sétáltatókkal, táncval 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 járt 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.

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

**Hangszervarázs Zenetanoda** – Rosales Zeneóvoda keddenként. Játéknak megélt iskola-előkészítő és fejlesztő módszer 30 alkalomra kidolgozott tematikával, furulyahasználattal, egyedi zenei és érzékszervi játékgyűjteménnyel, feladat- és kottafüzetekkel, kiscsoportos zenei fejlesztés a 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 ritmushangszerek és a furulya használatát ismeretik 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 játékmestere. Információ: Nagy Teréz, 06/30-936-1713, 06/30-936-2040. E-mail: hangszervarazs@gmail.com. www.hangszervarazs.hu

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

**Angolnyelv-oktatás gyerekeknek** hétfőn 17.05–17.50, csütörtökön 16.00–16.45 és 16.45–17.30. Beszédközpontú oktatás Helen Doron 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 Táncgyűttes.** Néptánc-tanítás szerdán és pénteken 15.00–16.00 óvodásoknak, 16.15–17.45 kiskisiskolásoknak. Művészeti vezetők: Timár Sándor

# Sakk-Matt

A Virányosi Községi Ház szervezésében kerül megrendezésre a

## XXIII. ERKEL FERENC SAKK EMLÉKVERSENY

kerületünk általános- és középiskolás tanulói, sakk szakkörrei és klubjai, valamint felnőtt polgárai részére

**2014. november 23-án, vasárnap 9 órától**

a VIRÁNYOSI KÖZÖSSÉGI HÁZBAN

1125 Budapest Szarvas Gábor út 8/c

A Községi Ház megközelíthető a Stéll Kálmán térről induló 155-ös autó busszal a Pécsiek utcai megállóig.

A nevezéseket e-mailben kérjük elküldeni az alábbi címre: viranyosikh@gmail.com

A versenyzők a szakkörüket és iskolájukat egyaránt képviselik a pontversenyben is.

Kossuth- és Állami-díjas, Érdemes művész, a Hegyvidék díszpolgára, valamint Timár Böske táncművész. Információ: www.csillagszemu.hu.

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

**Ifjúsági sakkszakkör** 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 haladóknek. A jóga gyakorlása segíti a testi, lelki, szellemi egészség és harmónia megteremtését, a jó közérzet kialakítását és fenntartását. Ve-

zeti: Bucher Katalin (06/30-298-3147). Részvételi díj: nyugdíjasoknak 1100 Ft/alkalom, 3200 Ft/4 alkalom, 9000 Ft/10 alkalom. Kezdőknek és haladóknak 1400 Ft/alkalom, 4400 Ft/4 alkalom, 12 000 Ft/10 alkalom.

**Sportjóga** pénteken 18.00–19.30. A jóga testtudatos torna, edzés módszer, szellemi gyakorlat, a test fizikai szintjén fejlesztő szer-vezetünk 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.

(Folytatás a 8. oldalon)

A „Beaujolais Nouveau” napja a sikeres szüret öröme rendezett, tradicionális francia ünnepség. A Hegyvidék Bevásárlóközpont hagyományteremtő Francia Borünnepén a Bortársaság, a Delizia Gourmet & More és a La Praline is sok-sok finomsággal, autentikus francia falatkákkal és persze francia újborokkal várja látogatóit.

**Időpont:** 2014. november 21 – 22.

Médiatámogatónk: **PORT.hu**

FRANCIA BORÜNNEP 2014

HEGYVIDÉK BEVÁSÁRLÓKÖZPONT

WWW.HEGYVIDEKKOZPONT.HU  
1124 BUDAPEST, APOR VILMOS TER 11-12.

További információért olvassa le a QR kódot.









**Kölyökpolc** pénteken 16.00-17.30. Kiskakukk Játsszoház kisiskolásoknak Kakuk Andrea vezetésével. A részvétel ingyenes.

**Betyárbukfenc gyerektáncháza** minden páratlan hét péntekjén 18.00-20.00. A részvétel ingyenes.

**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 festéssel műhelytitkairól a képszerkesztéstől a színtanon át a különböző technikai fogásokig. Elszajátíthatják a tusfestés, akvarellézést, tempera-, akrilfestést és olajfestés módszereit. A kreatív műhelyben alkalomról alkalomra kincseket alkotnak. Nemezelnek magyar termelők gyapjújából, védik a környezetet, újrahasznosítják a papírt, a fát, a fémeket, újjászönek régi textileket, festenek, mintáznak. A foglalkozásokat vezeti: Tóth Anna festőművész. A részvétel ingyenes.



**BAJOR GIZI SZÍNÉSZMŰZEUM**  
XII., STROMFELD AURÉL ÚT 16.  
TELEFON: 356-4294  
WWW.SZINHAZIINTEZET.HU

**Színészatonák, fogolyprimadonnák.** 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.



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

**Beaujolais Nouveau – Francia Borünnep.** A Hegyvidék Bevásárlóközpont hagyományteremtő Francia Borünnepén a Bortársaság, a Delizia Gourmet & More és a La Praline is sok-sok finomsággal, autentikus francia falatkákkal és persze francia újborkokkal várja látogatóit. Időpont: 2014. november 21-22. További információk: www.hegyvidekkozpont.hu.



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

**Találkozunk nálunk a Mikulás-sal!** December 5. 16.00 Mikulás-csomagot oszt a fehér szakállú; bábelőadás (A három fenyőfa); mécses- és ajándékvaró kosár készítése. Előzetes jelentkezés szükséges!

**Tompoti-koncert** december 20-án. Jegyek elővételben a központban kaphatók.

**Babás Pilates** – kellemes nyugtató és mélyizom-erősítő torna kedden és pénteken 10.00-11.00 (bábákkal is lehet végezni).

**TRX** – ha szeretne visszafornálódni, vagy tartani a formáját, vagy kiegészítené a futást valami jó kis edzéssel, akkor itt a hely! Bejelentkezés a fenti telefonszámon.

**Helen Doron babaangol** 6 hónapos kortól csütörtökön 10.30.

**Gyerekdzsidó** a 3,5-7 éves korosztály számára a Ledényi Judo Team vezetőedzőjével, Ledényi Leventével kedden, csütörtökön 16.45.



**Hangolódjon az ünnepekre a MOM Parkban!** November 22. és 30. között ismét karácsonyi fotózás a bevásárlóközpontban! Ünnepi 3D-s háttérben profi fotós készít képeket az érdeklődőkről családokkal, barátokkal vagy akár egyedül. A fotók pedig nemcsak szép emlékek lehetnek, de segíthet is velük. A MOM Park ugyanis minden megvásárolt kép után 200 forintot ajánl fel a Bátor Tábor Alapítványnak. Látogasson el a MOM Park Bevásárlóközpontba, vegyen részt a fotózáson, majd küldje el a fotót elektronikus képeslapként, és ezzel még egy nyereményjátékban is részt vehet! További információk: mompark.hu/xmas



**Ellis Potter 3 elmélet a mindenségről** című könyvét ismertetik a városmajori könyvtárban november 23-án 16.00-18.00. Cím: XII., Csaba utca 5. (a torony földszinti termében).

**Keresztény Értelmiségi Fórum.** November 24. 18.30 A jelenlegi gazdasági tendenciák háttéréről – dr. Kocsizsly György egyetemi dékán, a monetáris tanács tagja előadása. Helyszín: Budahegyvidéki Evangélikus Templom (XII., Kék Golyó utca 17).

**Hozzátartozói csoport** a XII. kerületi Családsegítő és Gyermekjóléti Központ Felsősziget Klubházában. A csoport célja a közös sors megélésén túl egymás segítségnyújtásának átadása, amelyeket kipróbáltak, ami az egyes családok-

ban 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 pszichiátriai 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 napkozplusz@fw.hu e-mail címen. A Napközi Plusz szervezésében angol és német nyelvű játékos gyermek társalkodó indul német anyanyelvű gyerekek segítségével. A részvétel díjmentes.

**Levendulamag Gyermekek háza.** Dalolka zenés foglalkozás 10 hónapos kortól kisiskoláskorig Kárász Eszterrel minden kedden 17.00. Információk: www.karaszester.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 Egyházközség templomának gyülekezeti termében (XII., Böszörményi út 28.) minden hét péntekjén 9.30-10.00 és 10.15-10.55. Információ: Hazay Annamária, 06/30-377-2693. A foglalkozások az óvoda előtti korosztálynak szólnak, néhány hónapostól 3 éves korig. Családi bérlet: 4000 Ft/5 alkalom. Egy foglalkozás részvételi díja: 1000 Ft/család. Vedd ölbé, ringasd, énekelj! www.ringato.hu, www.hazay.hu

**Kindermusik** nemzetközi zenei program angol nyelven, 7 éves korig. A foglalkozások szerdán 9.00-kor kezdődnek a Happy Kids Óvodában (XII., Fodor utca 36.). Az első foglalkozás ingyenes. További információk, illetve próbaórára jelentkezés: www.kmzsusza.hu, www.happykids.hu, www.kindermusik.com, valamint 356-2440.

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

**Kreatív festőklub a Városmajorban.** Korhatár nélkül, családi környezetben, anyaghasználattal, Végheő Klára festőművész vezetésével. Óradíj: gyerekeknek 1000 Ft, felnőtteknek 1200 Ft. Telefon:

355-5605 vagy 06/20-823-0176.  
www.festoklub.blog.hu, www.veghseoklara.hu



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

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

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



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

# Gyógyászati Segédeszközök Boltja

1122 Budapest, Városmajor utca 1/C.

Tel: 06 1 950 9749

Nálunk a minőség számít!



**További szaküzleteink:**

1026 Budapest, Szilágyi Erzsébet fasor 65. Tel: +36 1 212 9374  
1027 Budapest, Margit körút 3. Tel: +36 1 212 2833  
2030 Érd, Felső utca 7. Tel: +36 23 360 699  
2030 Érd, Felső utca 37. Tel: +36 23 632 692

TB által támogatott eszközök vényes kiszolgálása és egészségpénztári kártyák, valamint bankkártyák elfogadása.

www.meditter.hu

e-mail: kapcsolat@meditter.hu









