



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

Új kerületi életmentő pontokat alakított ki az önkormányzat

A kerületben található hat életmentő pontot újabb két-tel egészítette ki a Hegyvidéki Önkormányzat. Az egyik defibrillátort a Hegyvidéki Rendészet autójában, a másikat pedig közterületen, a Királyhágó téren helyezték el.

„Megdöbbentő, hogy évente több mint huszonezer, naponta körülbelül hetven ember hal meg hirtelen szívhalál következtében” – ismertette a szomorú statisztikákat Pokorni Zoltán az önkormányzat által vásárolt két új defibrillátor átadásán. A kerület polgármestere elmondta: a Király-

hágó téren alakították ki a kerület első utcai életmentő pontját, annak érdekében, hogy a Hegyvidék központjában legyen egy



újraélesztő készülék, amelyhez szükség esetén könnyen, gyorsan hozzá lehet férni. A másik életmentő eszközt a Hegyvidéki Rendészet kamerákkal felszerelt járóautójában helyezték el.

Pokorni Zoltán hangsúlyozta, hogy a Királyhágó tére kihelyezett defibrillátort bárki használhatja, ha a közelben valakit újra kell éleszteni. A félautomata berendezés használata során egy gépi hang folyamatosan tájékoztatja a segítségnyújtót arról,

mit kell tenni a szív működés újrarendezéséhez, a műszer azonban azt is észleli, ha a rosszullet oka nem szívprobléma. A polgármester hozzátette: közös érdek, hogy minél többen ismerjék, és baj esetén alkalmazni is tudják az újraélesztés technikáit, ezért ezeknek az ismereteknek az átadására ingyenes képzéseket indítanak majd a kerületben.

Kovács Lajos alpolgármester elmondta, hogy az önkormányzat intézményeiben, ahol korábban már elhelyeztek defibrillátort, felkészítették dolgozókat az eszközök használatára, a polgármesteri hivatalban például tizenötven részesültek képzésben. A Hegyvidéki Rendészet munkatársai is részt vettek újraélesztési tanfolyamon, hiszen ezentúl az egyik járóautóban állandóan megtalálható lesz az életmentő készülék.

Az alpolgármester arra hívta fel a figyelmet, hogy a most átadott két új életmentő pont mellett hat olyan helyszín van a kerületben, ahol laikusok által is használható félautomata készülék található: a polgármesteri hivatalon kívül a MOM Sportban, a Városmajor utcai uszodában, a Hegyvidék Bevásárlóközpontban, a Budai Középiskolában, valamint a Belügyminisztérium Nemzetközi Oktatási Központjában.



A defibrillátor hirtelen keringésleállás esetén életet menthet

Ezeknek az intézményeknek az önkormányzat egy táblát készített, hogy az épületeikre kitéve felhívják a járókelők figyelmét, ott is van újraélesztésre alkalmas berendezés.

A defibrillátorok hirtelen keringésleállás esetén életet menthetnek. A hirtelen szívhalál leggyakoribb oka a kamrafibrilláció, a szív ritmuszavara, ami azonnali keringésleálláshoz vezet. Ezt leggyakrabban az akut oxigénhiányos állapot idézi elő, de felléphet baleset, az ionháztartás zavara, megerőltetés vagy erős mellkasi

ütés következtében is. Tünete az eszmélet elvesztése, a pulzus, illetve a légzés azonnali leállása.

A túlélés érdekében a szívet működtető elektromos hálózat rendellenes működését kell helyreállítani egy elektromos sokkot előidéző készülék, a defibrillátor segítségével. Minél gyorsabban próbáljuk meg ezt, annál nagyobb a túlélés esélye. Minden segítség nélkül eltelt perccel 10%-kal csökken az életesély, 3-5 perccel pedig megindul az agykárosodás.

z.



Életmentő pont a Királyhágó téren

Tovább bővült a térfigyelő rendszer

Tíz hegyvidéki helyszínen összesen tizenegy új térfigyelő kamerát helyeztek el az önkormányzat. A közbiztonság további javítása érdekében megvalósított jelentős fejlesztés részleteit Pokorni Zoltán polgármester ismertette a Királyhágó téren, ahol egy fix és egy mozgatható készüléket is üzembe helyeztek.

„Tavaly a Városmajorban kezdődött el a hegyvidéki térfigyelő rendszer kiépítése, ezt bővítettük az idén tíz újabb helyszínnel” – mondta el Pokorni Zoltán polgármester a Királyhágó téren újonnan telepített kamerák átadásán. A kamerák helyszíneit a rendőrség, valamint a Hegyvidéki Rendészet szakembereivel egyeztetve jelölte ki az önkormányzat. A készülékek rendkívül jó minőségű felvételeket

lyázatot hirdettek idősnek, hogy biztonságuk javítása érdekében hevederzárak szereltesse nek fel lakásaikra; továbbá gépjárművédelmi programot is indítottak, amelynek keretében műholdas járművédelmi rendszer kiépítéséhez adnak támogatást a hegyvidéki autósoknak.

Váci János alpolgármester elmondta, hogy mostanra az összes tervezett helyszínen felszerelték az új kamerákat. Szólt arról is, hogy a Városmajorban már közel egy éve működő rendszer kiválóan vizsgázott, a rendőrség számára több bűncselekmény felderítéséhez is segítséget nyújtottak a felvételek, illetve nemrégiben a Csaba utcánál egy közlekedési baleset, valamint ahhoz kapcsolódóan egy verekedés körülményeinek tisztázásához tudták felhasználni a kamerával rögzített képeket.

A Hegyvidék közterületein elhelyezett tizenegy kamera közül tíz 360 fokban forgatható, nappali fényviszonyoknál akár 150 méter távolságból képes a rendszám felismerésére, éjjel pedig egy úgynevezett infravető segítségével világítja meg az eszköz látómezéjét. A Királyhágó téren a mozgatható kamera mellett egy fix, éjjel-nappal látó készüléket is elhelyeztek a környék biztonsága érdekében. A felvételek optikai hálózaton jutnak a Hegyvidéki Rendészet erre a célra kialakított központjába.

z.



Járóautóban és az utcákon is kamerák működnek a közbiztonság érdekében

AZ ALÁBBI HELYEKEN MŰKÖDNEK ÚJ KAMERÁK:
Szent Orbán tér
Stromfeld Aurél út–Németvölgyi út kereszteződése
Böszörményi út–Istenhegyi út sarka
Böszörményi út 14.–Királyhágó tér (forgatható és fix kamera)
Németvölgyi út–Hegyalja út kereszteződése
Apor Vilmos tér 4.
Városmajor utca–Csaba utca kereszteződése
Gesztenyés kert, játszótér (Csörsz utca)
MOM Kulturális Központ (Csörsz utca)
MOM Sport (Csörsz utca)

készítenek, így arc- és rendszámfelismerésre is kiválóan alkalmazhatók. A kamerák képeit a Hegyvidéki Rendészet központjában figyelik a nap 24 órájában, s amennyiben bűncselekmény gyanúja merül fel, a felvételeket átadják a rendőrségnek.

Pokorni Zoltán megemlítette, hogy az önkormányzat finanszírozásával, a rendészet üzemeltetésében egy kamerákkal felszerelt gépjármű jár a kerület útjain. Emellett több más közbiztonsági program is megkezdődött az idén: a kerület anyagi segítséget nyújt a rendőrségnek egy járőrparólás foglalkoztatásához; pá-

Meghívó
október 23.

**ÜNNEPI MEGEMLÉKEZÉS
AZ 1956-OS FORRADALOM ÉS SZABADSÁGHARC
ÉVFORDULÓJÁNAK TISZTELETÉRE**

**2014. október 23-án 10 órakor
a MOM Kulturális Központ Színháztermében**
(Budapest XII. kerület, Csörsz u. 18.)

- Köszöntőt mond Pokorni Zoltán

PROGRAM:

- „Magyarország az én hazám” a Városmajori Gimnázium és Kós Károly Általános Iskola ünnepi összeállítása
- Kerületi kitüntetések és díszdiplomák átadása
- 12 órától ünnepi koszorúzás a Gesztenyés kertben

Kérjük, hogy koszorúzási szándékát előzetesen október 17-én 10 óráig a Virányosi Közösségi Ház 200 8713-as telefonszámán vagy a viranyosikh@gmail.com e-mail címen szíveskedjen bejelenteni!

HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT
www.hegyvidek.hu
www.facebook.com/hegyvidek



**Új az irány,
Hegyvidék!**

HAJDU MÁRIA
az LMP XII. kerületi polgármesterjelöltje

lmp
LEHET MÁS A POLITIKA

facebook.com/hajdumarialmp
www.lmp.hu

2014. október 12.

LMP



MSZP **jelöltjeink**

Dr Vince Géza **Papp Sándor**

Dr Mohácsi István **Tüttö Kata** **Turchányi Géza**

Szabó Róbert Károly **Dr Halmai Katalin**

MSZP

Az önkormányzati választás időpontja:

2014. OKTÓBER 12.

DEMOKRATIKUS KOALÍCIÓ

**FRISS LEVEGŐT
A HEGYVIDÉKRE!**

Az MSZP és az Együtt-PM által támogatott jelöltek

Vágó István
8. egyéni vk.

Kerék-Bárczy Szabolcs
2. egyéni vk.

A Demokratikus Koalíció XII. kerületi képviselő-jelöltjei

Zsolnai Júlia
1. egyéni vk.

Dzurdzik Jánosné
3. egyéni vk.

Hegedűs Sándor
9. egyéni vk.

Kádár Mihály
10. egyéni vk.

Dr. Kardos Imre
11. egyéni vk.

Hatházi Gáborné
12. egyéni vk.

**KÉRJÜK,
SZAVAZZANAK
JELÖLTJEINKRE!**

**ÖNKORMÁNYZATI
VÁLASZTÁS**
**OKTÓBER
12.**

KERÉK-BÁRCZY SZABOLCS
A DK XII. KERÜLETI POLGÁRMESTER-JELÖLTJE

**EGÉSZSÉGES HEGYVIDÉK,
EGÉSZSÉGES ÖNKORMÁNYZAT!**

**Elégedett Ön a Hegyvidék
szakorvosi ellátásával?**

Ha Ön is úgy gondolja, hogy
a Hegyvidék polgárai jobb ellátást érdemelnek,
akkor jöjjön el szavazni és válassza
az Együtt-PM képviselőjelöltjeit és polgármesterjelöltjét!

EGYÜTT PM

Adjon esélyt a józan észnek!
**Adja mindhárom szavazatát
a liberális jelölteknek!**

LIBERÁLISOK
MAGYAR LIBERÁLIS PÁRT

Nádasi Tibor
polgármesterjelölt

Bodnár Zoltán
főpolgármester-jelölt

A Helyi Választási Iroda tájékoztatója

a 2014. október 12. napjára kitűzött helyi önkormányzati képviselők és polgármesterek választásáról, valamint a nemzetiségi önkormányzati képviselők választásáról

A 2014. október 12. napjára kitűzött választáson kerületünkben az alábbi tisztségek betöltéséről dönthetünk.

A polgármester és Budapest főpolgármesterét mindenhol az egyéni polgármesterjelöltek közül lehet választani a jelöltek egyikére leadott szavazattal. Polgármester a legtöbb szavazatot elnyert jelölt lesz.

A helyi képviselők választása úgynevezett vegyes választási rendszerben történik, egyéni választókerületekben és kompenzációs listákon lehet mandátumot szerezni. A XII. kerületben 12 egyéni választókerületi és 5 kompenzációs listás mandátum sorsáról dönthetnek a választópolgárok.

Az egyéni választókerületekben egy-egy képviselőt választanak a polgármester-választás szabályaihoz hasonlóan egyszerű többségi rendszerben, részvételi limit nélkül, vagyis a szavazásban részt vevők számától és a szavazatoknak a jelöltek közötti megoszlásától függetlenül az a jelölt szerzi meg a mandátumot, aki a legtöbb szavazatot kapta.

Kompenzációs listát az a szervezet állíthat, amelyek az egyéni választókerületek több mint felében jelöltet állít. A kompenzáció során azokat a töredékszavazatokat kell számításba venni jelölő szervezetenként, amelyeket az egyéni választókerületekben meg nem választott jelöltekre adtak. Kompenzációs mandátumot csak annak a szervezetnek a listája kaphat, amelynek jelöltjei a települési szinten összesített kompenzációs szavazatok legalább 5%-át megkapták. Közös lista esetén a limit 10%, kettőnél több szervezet közös listája esetén pedig 15%.

A 33 tagú fővárosi közgyűlés összetétele a következőképpen alakul ki: egy tagja a megválasztott főpolgármester, 23 tagja a megválasztott fővárosi kerületi polgármes-

ter, míg a fennmaradó 9 tag a pártok és társadalmi szervezetek által állított fővárosi kompenzációs listáról kerül ki. A fővárosi kompenzációs lista a fővárosi kerületekben a polgármesterjelöltekre leadott, fővárosi szinten összesített töredékszavazatok arányában kap mandátumot. A közgyűlésekben csak azokról a listákról lehet mandátumot szerezni, amelyek esetében a kompenzációs szavazatok meghaladják az összes kompenzációs szavazat 5%-át. Közös lista esetén a limit 10%, kettőnél több szervezet közös listájának esetén pedig 15%.

A Hegyvidéken kilenc nemzetiség esetében ajánlottak jelölteket a települési nemzetiségi önkormányzati képviselők 2014. évi választására. A nemzetiségi jelöltekre – a választási eljárásról szóló törvény rendelkezéseinek megfelelően – egy közös szavazókörben adható le szavazat, amelyet a hegyvidéki polgármesteri hivatalban (1126 Budapest, Böszörményi út 23–25. földszint, építésigazgatási iroda) alakítanak ki.

A XII. kerületben a települési nemzetiségi önkormányzati képviselők száma – a nemzetiségi névjegyzékben szereplő választópolgárok száma szerint – a német nemzetiség esetében 4 fő, a többi nemzetiség esetében 3-3 fő lesz.

A nemzetiségi jelöltek az alábbiak nemzetiségüként.

ÖRMÉNY: Bérés László Attila, Hegedűs Annamária, Ispánkiné Somlyai Katalin (jelölő szervezet: Erdélyi Örmény Gyökök Kulturális Egyesület).

SZERB: Lásztity György, Dr. Lásztityné Dr. Kiss Anna, Dr. Lásztity Dömötör, Dr. Lásztity Borivoj (jelölő szervezet: Srpski Forum Egyesület).

ROMÁN: Fazakas Sándor, Fazakas Ágnes, Szemán Anna Éva, Kasnyik Éva (Budapesti Román Egyesület).

NÉMET: Deigner László, Gaál Tímea, Dr. Górszylvia, Horváth László, Kövesdiné Martin Nóra, Meskó Gyula (jelölő szervezet: Észak-magyarországi Német Önkormányzatok Szövetsége Egyesület).

Horváth Ármán, Kerekes Péter, Vendégh Zsolt (jelölő szervezet: Budapest XVI. Kerületi Német Kultúregylet).

ROMA: Lakatos Józsefné, Rupa Brigitta, Raffa Aranka (jelölő szervezet: Magyarországi Összefogás Roma Rom Szervezet).

Csébi Angelina Róza, Baranyi Zoltán, Német András (jelölő szervezet: 100 Roma Virtuóz Országos Kulturális Egyesület).

GÖRÖG: Parragh Lászlóné, Papageorgiu Szteliosz, Dr. Walterné Zgurális Vasziili Veronika (jelölő szervezet: Hellasz Görög-Magyar Kulturális [Közhasznú] Egyesület).

Kluka Katalin, Kökény Konstantin (jelölő szervezet: Magyarországi Görögök Kulturális Egyesület, Görög Ifjúsági Egyesület, a „Kariatidák” Görög-Magyar Nők Kulturális Egyesülete, valamint Helidonaki Görög Hagyományörző Egyesület).

HORVÁT: Mándity Marianna, Szabó Jenőné, Gyurity István (jelölő szervezet: Magyarországi Horvátok Szövetsége).

LENGYEL: Nyitrai Zoltán, Janiec-Nyitrai Agnieszka Joanna, Városi Veronika Juliana, Pietka Piotr (jelölő szervezet: Magyarországi Bem József Lengyel Kulturális Egyesület).

SZLOVÁK: Klausz Kornél (jelölő szervezet: Identita Szlovák Egyesület).

Klement Máttyás, Dr. Zsolnai János, Hrivnák Mihály, Karkalik János (jelölő szervezet: a Magyarországi Szlovák Szervezetek Uniója-Szövetsége, valamint Magyarországi Szlovákok Szövetsége Közhasznú Szervezet).

Karácsonyi vásár – pavilonbérlet

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

A vásár helyszíne: XII., Kiss János altábornagy utca–Margáreta utca–Böszörményi út közötti útszakasz.

A vásár időpontja: 2014. november 29.–december 24. (A vásári terület beépítése november 28-án történik.)

A bérbe vehető fapavilonok mérete: 4 m².

Bérelti díj: 8974 Ft/nap.

Jelentkezési határidő: 2014. október 15.

Jelentkezés és további információk: Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Gazdasági Ellátó Szolgálat, NóvÉ Katalin igazgató.

Cím: XII., Királyhágó utca 18. (Postacím: 1537 Budapest, 114. Pf.: 453/404.)

Telefon: 488-7924, 488-7925, 488-7927, 488-7928.

Fax: 201-8716.

E-mail: novek@gesz12.hu.

Változások a közlekedésben

A németvölgyi és a mártonhegyi térség kedvezőbb kiszolgálása érdekében a BKK 110-es jelzéssel új járatot indított a 112-es vonalán. A 105-ös és a 112-es vonalán végzett forgalmi felmérések alapján a 105-ös esténként és a hétvégeken sűrűbben jár. A 8-as, a 8A és a 108-as autóbuszvonalakat összevonták, a 8-as jelzésű járat a Keleti pályaudvar és Kelenföld (vasútállomás) között Gazdagrétén át közlekedik. Az 53-as autóbusz menetrendjét

szintén az utasigényekhez igazították, a járat szombaton és munkaszüneti napokon napközben 15 percenként jár. Az 59-es villamos vonalán a Márton Áron tértől a Szent János Kórházig közlekedő járatot az eddigieknél egy órával korábban váltja fel az 59A jelzésű villamos, amely csak a Széll Kálmán térig közlekedik. A Széll Kálmán tér és a János kórház közti szakaszt 19.30-tól az utolsó járat indulásáig a 61-es villamos szolgálja ki.

Köszönet az előttünk járó generációknak

Több mint hatszázan vettek részt az önkormányzat és a Hegyvidéki Egyesített Gondozási Központ idősök világnapja alkalmából rendezett programján. A 101. életévét az idén betöltő dr. Bartha Istvánt a kerületi vezetői külön köszöntötték az ünnepségen.

„Az ember lassan öregszik meg: először az élethez és az emberekhez való kedve öregszik, tudod, lassan minden olyan valóság lesz, mindennek megismered értelmét...” – ez a Márai Sándor-idezet fogadta az idősök világnapja alkalmából rendezett műsorra érkezőket a MOM Kulturális Központban. A több mint hatszáz vendéget üdvözölő Pokorni Zoltán örömet fejezte ki amiatt, hogy ismét sokan elfogadták az önkormányzat és a Hegyvidéki Egyesített Gondozási Központ meghívását.

„Önmagát becsüli meg minden nemzedék azáltal, hogy tudomásul veszi: a világ nem vele kezdődött – kezdte beszédét Sütő András gondolatát idézve a polgármester, majd hozzátette: – a mi felelősségünk, mit kezdünk azzal az örökséggel, amit az előttünk járó generációk ránk hagyományoztak, képesek vagyunk-e megővni, jobbra, szerethetőbbé tenni a világot. Mindenekelőtt azonban köszönetet kell mondanunk nekik mindazért, amit tőlük kaptunk.” Pokorni Zoltán szerint éppen erről, a köszönetről szól az idősök világnapja.

Egyre többen használják a szépkorúak kifejezést, amit sajnos nem minden idős ember gondol igaznak, mert nem érzik örömtelnek a helyzetüket – folytatta a polgármester. Éppen ezért az önkormányzat arra törekszik, hogy meg-

könnyítse, derűsebbé, szebbé tegye a nyugdíjasok mindennapjait. Ezt a célt szolgálja a Hegyvidéki Egyesített Gondozási Központ és az önkormányzat segítségével a közelmúltban életre hívott Szépkorúakért a Hegyvidéken program is, amely egyszerre ad feladatot és biztosít társaságot az időseknek.



Több mint hatszáz vendéget üdvözölt a polgármester a MOM Kulturális Központban rendezett ünnepségen

„Azt szeretnénk elérni, hogy ne legyen egyetlen egy magára hagyott idős ember sem a Hegyvidéken, mindenkinek legyen segítség, társasága, valaki, akivel beszélgetni is tud” – beszélt a program fő céljáról Pokorni Zoltán, hangszílyozva, hogy a tapasztalatok szerint az idősök elsősorban nem a betegségek, vagy a pénzhiány miatt látják kevésbé szépnek a nyugdíjas éveket – sokkal inkább arról

van szó, hogy feleslegesnek érzik magukat. Ezen változtatna a Szépkorúakért a Hegyvidéken, amelyhez már eddig is sokan csatlakoztak, köztük olyanok, akik nemrég mentek nyugdíjba. A polgármester szerint a program összehozza a segíteni akarókat és a segítségre szorulókat, amire a hivatalos intézményi keretek közt nem mindig nyílik lehetőség.

Pokorni Zoltán és Kovács Lajos alpolgár-

ban ment nyugdíjba. Ezt követően az Intertouristnál külföldi kiállításokat szervezett. Négy gyermeke, hét unokája és hét dédunokája van.

Az ünnepség színpadi produkciókkal folytatódott: először ifj. Balázs János zongoraművész Liszt Ferenc 2. magyar rapszodiáját játszotta el, majd Szersén Gyula Jászi Mari-díjas színművész prózai előadása következett. Kállay Bori és Berkes János Érdemes művészek



Tisztelt Ügyfeleink!
Tájékoztatam Önöket, hogy a **polgármesteri hivatal szervezeti egységei** a helyi önkormányzati képviselők és polgármesterek választásával kapcsolatos feladatellátás miatt

2014. október 13-án, hétfőn zárva tartanak.

Az ügyfélszolgálati iroda ezen a napon 8.00-tól 17.45-ig fogad ügyfeleket.
Szíves megértésüket köszönjük!

Gottfriedné dr. Tusor Gabriella jegyző

Segítség **sos** gombnyomásra

PÁNIKGOMB

APPLIKÁCIÓ A HEGYVIDÉKEN



A Hegyvidéki Önkormányzat az itt élők és a kerületbe látogatók biztonságának növelése érdekében kifejlesztette azt az egyedülálló kerületi okostelefon alkalmazást, amelynek segítségével **vészhelyzetekben két gyors mozdulattal tárcsázható a Hegyvidéki Rendészet** segélyhívó száma, miközben **az alkalmazás automatikusan megküldi a bejelentő aktuális tartózkodási helyének címét és GPS-pozícióját a rendészet számára. Így a segítség rövid idő alatt megérkezik.**

További információk: www.hegyvidek.hu

Az alkalmazás ingyenesen letölthető iPhone telefonokra az Apple Store áruházból, Android rendszerű telefonokra a Google Play áruházból.



www.hegyvidek.hu
www.facebook.com/Hegyvidek



Az alkalmazás használatához SIM-kártya, internet kapcsolat és helymeghatározás szükséges.

Pánikgomb a hegyvidékiek biztonságáért

Pánikgomb elnevezéssel új okostelefonos alkalmazást fejlesztett ki az önkormányzat a Hegyvidéken élők biztonsága érdekében. Ha valaki közterületen jut bajba a kerület bármely részén, az egyszerűen használható programmal a nap 24 órájában segélykérést adhat le a Hegyvidéki Rendészetnek.

„Bár az elmúlt években a rendőrségi statisztikák szerint javult a közbiztonság, a kerületben élők számára továbbra is kiemelten fontos ez a kérdés” – magyarázta a Pánikgomb elnevezésű okostelefonos alkalmazást bemutató sajtótájékoztatón a kerület polgármestere, hogy miért fogott bele az önkormányzat az idén több új, a hegyvidékiek biztonságáért növelő programba. Pokorni Zoltán megemlítette az idősök lakásainak hevederzárral történő megerősítését, a műholdas gépjármű-védelmi rendszer igénybevételenek támogatását, valamint a rendőrdjárőrök utcai jelenlétét. Szólt arról is, hogy néhány nappal ezelőtt tíz újabb helyszínen adtak át térfelügyelő kamerákat, a kerület útjain pedig a Hegyvidéki Rendészet kamerákkal felszerelt járműve járőrözik.

A polgármester bejelentette: a legújabb közbiztonsági célú fejlesztésük az egyedülálló Pánikgomb applikáció, amit ingyenesen lehet letölteni okostelefonokra. Az alkalmazás lényege, hogy ha valaki bajba jut a kerület bármely részén közterületen, a telefon kijelzőjén megjelenő pánikgomb megnyomásával a nap 24 órájában segélykérést adhat le a Hegyvidéki Rendészetnek.

Az új applikáció működéséről

Váczai János alpolgármester elmondta: a pánikgomb megnyomása esetén az okostelefon automatikusan felhívja a Hegyvidéki Rendészetet, ahol a segélykérő szóban bejelentheti a vészhelyzetet. A rendszer emellett automatikus e-mailt is küld a rendészeti központba, amelyben – a telefonban aktivált GPS pontosságától függően – a készülék megadja a bajbajutott aktuális helyzetét. Ez a

lisán – annak érdekében, hogy vészhelyzetben könnyebben beazonosítható legyen – a nevét, a nemét és az életkorát. Így később baj esetén elég lesz megadni a telefon kijelzőjén feltűnő, könnyen észrevehető „SOS” ikont, amellyel – egyetlen biztonsági megerősítés követően – már lehet is értesíteni a Hegyvidéki Rendészetet.



Az okostelefon automatikusan a Hegyvidéki Rendészetet hívja

funkció az alpolgármester szerint különösen hasznos lehet olyan szituációkban, amikor a segélykérő valamilyen okból nem tud beszélni. A hegyvidéki rendészek a kerületből érkező minden vészjelzés esetén a jelzést leadó segítségére szívesen, szükség esetén pedig rendőri intézkedést kérnek.

A Pánikgomb a sokak által ismert, már 15 ezer letöltés felett járó „Hegyvidék” alkalmazástól függetlenül használható – hangszílyozta Petrik Máté, a technikai megvalósítást végző Appsters Kft. munkatársa. Amennyiben valaki letölti a segélykérő programot, kötelező adatként meg kell adnia a telefonszámát, valamint opcionál-

A Pánikgomb az Android rendszerű telefonokra október 2-a óta, iOS-re pedig október közepétől tölthető le. Használatához SIM-kártya, internetkapcsolat és helymeghatározás szükséges. A hívás díja egy nem emelt díjas, mobilra kezdeményezett hívás költségének felel meg.

Fontos tudni, hogy a Hegyvidéki Rendészet azonnali elérését biztosító Pánikgomb csak a XII. kerületben, kizárólag közbiztonsági vészhelyzetet bejelentésére használható. A rendőrség, a mentők és a katasztrófavédelem változatlanul a 112-es segélyhívószámra érhetőek el.

Önkormányzati segítség a János kórháznak

Félmillió forint támogatással segíti a Hegyvidéki Önkormányzat a Szent János Kórház három osztályának működését. A koraszülött részlegén korszerű életjelmonitort helyeztek üzembe, a szemészeten hangbehívó rendszer kialakítása kezdődött el, a gasztroenterológián pedig speciális, diagnosztikai célú tablettát vásároltak a hozzájárulás összegéből.



A korszerű életjelmonitor az alacsony súlyú koraszülött babák megfigyelésére is alkalmas

„A Szent János Kórház biztosítja a hegyvidéki családok fekvő- és járóbeteg-szakellátását, ezért az önkormányzat erejéhez mérten igyekszik minden segítséget megadni az intézménynek” – mondta Kovács Lajos alpolgármester abból az alkalomból,

hogy a kerület támogatásával három osztályon is fontos, a betegek jobb ellátását szolgáló beszerzésekre nyílt lehetőség. Az alpolgármester hangsúlyozta, hogy az önkormányzat évről évre támogatja a kórházban az ellátás körülményeinek javítását, és a továbbiakban is szeretne hozzájárulni a korszerűbb feltételek megteremtéséhez.

A képviselő-testület a szeptember végi ülésén szándéknyilatkozatot fogadott el arról, hogy a következő öt évben összesen 250 millió forinttal kívánja támogatni a Szent János Kórház fejlesztéseit. Ennek feltételeként szabta, hogy kezdődjön meg a János kórház és a Semmelweis Egyetem Kútvölgyi Klinikai Tömbje közti szakmai integráció, az ezzel együtt járó pénzügyi előnyök kihasználásával ugyanis további jelentős, milliárdos nagy-



ságrendű fejlesztési forrásokhoz juthatna az intézmény. „Egy perspektivikus kapcsolat alakul, ami stabilizálhatja a kórház helyzetét” – jelentette ki az alpolgármester által is említett szakmai integráció kapcsán dr. Nyulasi Tibor, a Szent János Kórház orvos-igazgatója. Mint elhangzott, a fejlesztési tervek közt szerepel, hogy a hét minden napján 24 órában el tudják látni a betegeket az összes szakterületen, a jelenlegi rendszer szerint ugyanis ügyeleti időszakokban egyes problémák esetén pesti kórházakba irányítják a budai embereket. Az igazgató kiemelte, hogy a János kórház fejlesztésére felajánlott minden összeg nagy segítséget jelent, hiszen ez teremt lehetőséget újabb beruházásokra, így tudják javítani az ellátások színvonalát.

A Hegyvidéki Önkormányzat ezúttal a Szent János Kórház osztályaihoz kapcsolódó három alapítvány támogatásával nyújtott segít-

séget az intézménynek, összesen félmillió forint összegben. A gyermekosztály koraszülött részlege az Aprónép Alapítvány a Gyermek Megsegítésére elnevezésű szervezet közreműködésével olyan korszerű életjelmonitort szerzett be, amely már az 1300–1500 gramm súlyú babák megfigyelésére is alkalmas. Az oxigénszaturáció, pulzusszám, vérnyomás mérése, valamint EKG-vizsgálathoz egyaránt használható készülék nagy előnye, hogy hordozható, akkumulátorral is működik, így akkor is szolgáltató adatokat, amikor a gyermeket valamilyen vizsgálatra kell szállítani.

A Dr. Palich-Szántó Olga Alapítványnak nyújtott támogatással a szemészeti osztályon építenek ki új hangbehívó rendszert. Két évvel ezelőtt a szemészeti járóbeteg-szakrendelő a szemészeti osztály mellé költözött, aminek nagy előnye, hogy az osztályon megtalálható, ám nehezen mobilizálható műszerparkhoz már minden szak-

rendelő (gyermekambulancia, retinaambulancia, laserambulancia) szinte azonnal hozzáfér, és nem kell a betegeknek a kórház épületei közt bolyonganiuk a különböző szemészeti vizsgálatokat keresve. Sajnos azonban a jelenlegi adottságok sem mondhatók tökéletesnek – a hosszú, folyosós rendszerű váróhelyiségben a látássérültek nehezen tájékozódhatnak –, ezért döntöttek a hangos behívó rendszer kialakítása mellett.

A beteggyógyászati és gasztroenterológiai osztály a Dr. Kunitzer István Alapítvány bevonásával a ¹³C-urea jelzésű izotóp teszttablettát vásárlásához kapott segítséget az önkormányzattól – a készítmény beszerzését ugyanis nem támogatja az Országos Egészséggépzési és Akkreditációs Bizottság. A diagnosztikai célú gyógyszer a Helicobacter pylori kórokozó jelenlétét tudja kimutatni, amely az emberi szervezetben gyomorfekélyt és krónikus gyomorhurutot idézhet elő.

sz.

Újabb közműépítkezések

Tovább folytatódik a hegyvidéki csatornázás, a Budapest Komplex Integrált Szennyvízelvezetési projekt keretében 2015-ig összesen 6 kilométernyi csatorna épül a kerületben. A burkolatbontással járó munkálatok miatt októberben hat utcában korlátozzák az autóforgalmat.

A célprogram biztosításával teljes útzár mellett dolgozik a kivitelező Pulzus Plusz Kft. a Mártonlak utcában (a Mártonlak utca 19. és a Csorna utca 10. között), az Alkony úton (a 7/b és a 17–19. között), a Remete úton (a Remete út 16. és az Árnys út között), az Ada utcában (az Ada utca 5/b és a Városkút köz között), valamint a Galgóczy utcában (a Galgóczy utca 20. és a Felső-Svábhegyi út között). A Hajnalka utcában (a Hóvirág út és a Hajnalka utca között) felpályás útlezárásra kell számítani.

További információk: www.bpcsatornazas.hu. Telefon: 06/80-205-412 (ingyenesen hívható).

A Magyar Tudományos Akadémia csillebéri kutatóintézetében működik a svájci központú Európai Nukleáris Kutatási Szervezet (CERN) első szintű adatközpontja. A kutatási központ energiaellátásának érdekében 10 kV-os kábelhálózatot fektetnek az I. kerületi Kosciuszko Tádé utca és az autóforgalmat.

A Győri út–Csörsz utca–Apor Vilmos tér–Szendi árok–Németvölgyi út–Érdi út–Márton Áron tér–Törökbalinti út–Irhás árok–Adorján út–Nószirrom utca–Magas út–Konkoly-Thege Miklós út vonalon felbontják a járdát, valamint a csatlakozó utcákon is munkálatok zajlanak. Emiatt járdalezárásokra, útszűkítetésekre és sebességkorlátozásokra, továbbá a parkolási lehetőségek csökkenésére számíthatnak a közlekedők, az Adorján utat pedig várhatóan teljesen lezárják.

(m.)

Pályázati felhívás

A Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat pályázatot hirdet az alábbi, tulajdonában álló, lakások és nem lakás céljára szolgáló helyiségek nyílt versenytárgyalás útján történő értékesítésére.

Cím	Helyrajzi szám	Terület (m ²)	Megnevezése
1. Konkoly-Thege Miklós út 13. I. emelet 5.	9121/17/A/5	87	lakás
2. Avar utca 17. pincszint	7826/0/A/1	126	üzlethelyiség
3. Alkotás utca 15. II. emelet 34/A	7703/0/A/36	8	tároló
4. Hegyalja út 57. alagsor 1.	2676/3/A/1	52	öröklakás

A pályázati kiírás, amely részletesen tartalmazza az ingatlanok további adatait és a pályázati feltételeket, 2014. október 8. napján 9.00 órától 2014. október 15. napján 12.00-ig megtekinthető az önkormányzat polgármesteri hivatalának 108. szobájában, valamint a www.hegyvidek.hu internetes oldalon, a Hivatal/Licithirdetések elérési útvonalon.

Az érdeklődők kérdéseire a Jaczkovics Ügyvédi Iroda munkatársa munkapokon 9.00–18.00 között a +36-70-333-5110-es telefonszámon ad felvilágosítást.

Pokorni Zoltán polgármester

Megújult erdei játszótér a Libegőnél

Teljesen átalakult a Libegő felső végállomása mellett található erdei játszótér, amely a környezetbe illeszkedő új játékokkal, valamint fából készült növény- és állatfigurákkal egészült ki a rekonstrukció során. Az átépítés tervezési folyamatába az önkormányzat civil-szervezeteket is bevont, amelyek hasznos javaslatokkal segítették a tervezők munkáját.



A környezetbe jól illő fakéreg és homok borítja a játszótér talaját

„Befejeződött a Libegő felső végállomása mellett található játszótér rekonstrukciója, a kiránduló családok már birtokba vehetik az új játszóeszközöket” – jelentette be a kerület alpolgármestere. Váczi János elmondta, hogy a Hegyvidéki Önkormányzat tavasszal vette át a Normafa környéki erdőterület vagyonkezelését, ezt követően azonnal megkezdte a meglehetősen elhanyagolt állapotban lévő János-hegyi játszótér új-jáépítésének előkészítését. A kivitelezési munkálatokat az önkormányzat idején, nagyszabású rekonstrukciós programja keretében végezték el: ebben az évben összesen kilenc játszótéren történtek jelentős fejlesztések.

Az alpolgármester hangsúlyozta: a játszótér-felújítások tervezésébe bevonták a környékbeli családokat annak érdekében, hogy a különböző korosztályú gyerekek élvezettel, ugyanakkor biztonsággal tudják használni a megújuló játszóhelyeket. A János-hegyi játszótér rendbet-

telt széles körű egyeztetés előzte meg, hiszen jó időben az egész városból érkeznek ide családok, valamint a védett erdei környezet miatt a természetvédelmi szempontoknak is maximálisan érvényesülniük kellett. Az önkormányzat által kezdeményezett megbeszélésen több természetvédelmi szervezet mellett a mozgássérültek és a nagycsaládok egyesületeinek képviselői is részt



Kedves ffigurák is díszítik a teret

vettek, akik hasznos javaslatokkal segítették a tervezők munkáját.

A tervezést végző Objekt Tájépítész Iroda munkatársa, Pécsi Máté elmondta, hogy a civilek több praktikus kérését is beépít-

tették a koncepciójukba, így például az elképzeléseikben szereplő fapallós járórészeket a babakocsival közlekedők, valamint a kerekesszékesek érdekében klinkertéglá burkolattal helyettesítették. A környezettudatos szemlélet jegyében a használható állapotú régi játékokat felújították, ezek mellett pedig több új, főként fából készült játszóeszközt helyeztek ki: fészekhíntát, rugós hintákat, továbbá egy kisebb és egy nagyobb, csúszdával, kapaszkodókkal és mászókötelekkel felszerelt kombinált mászókat.

Tömörfából készített új padok és hulladékgyűjtők is vannak a téren, valamint az erdei tematikához kapcsolódva festett ffigurák – bagoly, béka, csiga, különféle gombák, például vargánya, légyölő galócák és csiperke – teszi még hangulatosabbá a játszótér. Utécsillapítási célból nem a máshol megszokott gumilapokat rakták le, hanem az erdei környezetbe jobban illő fakéreg, valamint homokot szórta a talajra. A tervező kiemelte: az új játszótér minden részletében megfelel a szigorú biztonsági előírásoknak.

d.



Budapest Főváros Önkormányzata és a Fővárosi Közterület-fenntartó Zártkörűen Működő Nonprofit Részvénytársaság (FKF Nonprofit Zrt.) lakossági fórumot tart a kerületi lakosok részére a szelektív hulladékgyűjtő edényzetek házhoz menő rendszerben történő kihelyezéséről.

A fórum célja, hogy a budapesti házhoz menő szelektív hulladékgyűjtési rendszer kapcsán felmerülő kérdéseket megvitassuk.

A fórum időpontja:

2014. október 22., szerda 18 óra

Helyszíne: MoM Kulturális Központ, Jókai Mór terem; 1126 Budapest, Csörsz u. 18.

SZÉCHENYI 2020



Európai Unió Kohéziós Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

Mesékkel ünnepeltek

Immár tíz éve ünneplik meg országosra a magyar népmese napját Benedek Elek születésének évfordulóján. Az olvasást, a magyar kultúrát és a hagyományok ápolását népszerűsítő programokhoz csatlakozva a Jókai Klub meseíró pályázatot hirdett „A ló szőre ragyog, mint az arany” címmel, aminek az eredményhirdetését a Lívia-villában tartották.

A felhívásra nem csupán a kerületből, hanem az egész országból érkeztek mesék, több mint hetven. Ezeket Kányádi Sándor Kossuth-díjas költő és Sándor Csilla, a Csodaceruza irodalmi magazin alapító szerkesztője értékelte.

„Jó volt megtapasztalni, hogy a gyerekek olvassák a magyar népmeséket, a történetek kilencvenkilenc százaléka Elek apót idézte” – mondta Sándor Csilla, aki szerint jó néhány megoldásban a népmesei elemek a min-

kat a nyerteseknek átadó Kányádi Sándor elmondta, hogy a világot egyre inkább a képek uralják, van olyan ország, ahol már a kézírás sem tanítják mindegyik iskolában. A költő szerint azonban ez nem is akkora baj, mert így a költészet visszatérhet az írásbeliség előtti hősorkorba, amikor a verseket mondták és énekeltek.

„Kosztolányi Dezső egyszer kijelentette, hogy a leírásból készült francia gyerek képes megírni hibátlanul egy regényt, a magyar viszont legfeljebb egy kérvényt. Most viszont kiderült, hogy az általános iskolások a mesékkel is nagyszerűen elboldogulnak, amire mindannyian büszkének lehetünk” – foglalta össze tapasztalatait Kányádi Sándor.

Az eredményhirdetés zárásaként Gryllus Vilmos programja szórakoztatta a gyereket, Kányádi Sándor megzenésített verseiből és más gyerekversekből



Kányádi Sándor és a legjobb mesék írói

dennapi életből merített és saját ötletekkel keveredtek. Feltűnt a sárkány, a király legkisebb fia és persze a mindenkit legyőző szegénylegény, ami azt bizonyítja, hogy a népmese a televíziós mesék ellenére sem ment ki a divatból. Az értékeléskor a fogalmazás, a mondatszerkesztés és a stílus mellett az eredetiség döntött – hangsúlyozta Sándor Csilla.

Az okleveleket és az ajándéko-

adott elő néhányat. A pályázat valamennyi díjazottja értékes ajándékot és újság-előfizetést kapott, míg az alsó tagozatos kategóriában győztes Száva Sára (Jókai Mór iskola) és a felsősök közt elsőként végző Édes Rebeka (Szilágyi Áron Református Gimnázium, Kiskunhalas) meséje megjelenik a Csodaceruza magazin következő számában.

-05

Állatkerti kalamajka az állatok világnapján

Kállai Nagy Kriszta XII. kerületi grafikusművész népszerű illusztrációiból, köztük a nagy sikerű Állatkerti kalamajka című könyvben látható rajzokból nyílt kiállítás az állatok világnapja (október 4.) alkalmából a Zölderdő Óvoda lép-

állatok iránti felelősségvállalás volt a központi téma. A gyerekek lehetőséget kaptak arra, hogy megmutassák a többieknek ismeretű házi kedvenceiket, és elmondják, hogyan foglalkoznak a rájuk bízott élőlényekkel.



Gekko és egér mellett díszhal is „vendégeskedett” a Mackós Óvodában

csőház-galériájában. A megnyitót a szokásokhoz híven bábéledés követte, majd állatokat ábrázoló rajzokat színezték és tematikus kézműves-foglalkozáson vettek részt a gyerekek. A „jutalom” sem maradt el, mindenki kapott a házi-lag készített – természetesen állatokat formázó – aprósüteményből.

Mozgalmasra sikeredett az állatok világnapja a Mackós Óvodában is, ahol az állatvédelem, az

Így került a Mackósba többek között házi fehér egér, díszhal, valamint egy gekko is, míg az egyik leleményes szülő egy befőttes üvegbe zárt poloskával lepté meg a kicsiket. Az állatok tanulmányozása mellett az óvodások az állatvilágot megjelenítő játékokat játszottak, valamint elkészítették saját állatos tablójukat.

(M)

Nemes célra gyűltek az öt forintok

Dobfelszerelést kaptak a Fekete István iskola diákjai a Hegyvidék Kártya jótékonyági akciójának eredményeképpen, amit Pokorni Zoltán polgármester és Kovács Lajos alpolgármester adott át nekik. A tanulók zenei fejlesztéséhez szükséges hangszert az új Multipont gyűjtőkártyához kapcsolódó „Többet tehet, mint gondolna” programban összegyűlt támogatásból vásárolták.

Több mint hétezeren szavaztak a Hegyvidék Kártya honlapján, hogy a szerintük legmegfelelőbb célra fordítsa az önkormányzat azt a pénzt, amely a Multipont-rendszer és a MOL támogatásával gyűlt össze május 15. és szeptember 15. között. A Kovács Lajos alpolgármester által koordinált jótékonyági programban mindenki részt vett, aki ebben az időszakban a Mészáros utcai vagy az Istenhegyi úti MOL-benzinkútnál tankolt, és használta az új Hegyvidék Kártyát.

Egy liter benzín után minden ilyen alkalommal öt forintot írtak jóvá a program számára, és ezt a pénzt a határidő leteltével félmillió forintba egészítette ki a MOL. Az így kapott összeget három lehetséges célra fordíthatta az önkormányzat, ezekre lehetett szavazni.

Az egyik cél egy kerületi gyermekrendelőben kialakítandó játszósarok lett volna, a másik szociális és kommunikációs készségfej-



Kovács Lajos alpolgármester (jobbra) koordinálta a jótékonyági programot

lesztő eszközök vásárlása az autista és Asperger-szindrómás gyerekekkel foglalkozó Egy Másik Út Tanácsadó és Terápiás Központ számára. A „befutó” végül a Fekete István Általános Iskola és Előképző Szakiskola lett: a sérültekkel foglalkozó gyógypedagógiai intézmény a diákok zenei fejlesztéséhez szükséges ritmushangszerekre pályázott, és az internetes voksolás

eredményeképpen meg is kapta a támogatást.

„Évek óta működik már zenekar nálunk. Ehhez innen-onnan szedtük össze a hangszereket, és régi vágyunk volt egy dobfelszerelés, amely még több gyereknek adhatna örömet és fejlesztési lehetőséget – mondta el lapunknak

dr. Somogyiné Takács Andrea igazgató. – Az ide járó fiatalok tanulási nehézségekkel küzdenek, nem sok sikerélményhez jutnak ismeretszerzés közben, a művészeti terápia és a sport viszont olyan lehetőséget nyújt számukra, amiben eredményesek lehetnek.”

Az igazgató a hangszerek átvételére rendezett kis házi ünnepségen külön köszönetet mondott



A 9 éves Szita Gergő játszott rajta először

Takács Nóra életmód-tanácsadónak, aki internetes közösségi oldalán gyűjtött szavazatokat az iskolának.

Egy kilencéves kisfiú, Szita Gergő ültetett először a dobok mögé azon az ünnepségen, amelyet Pokorni Zoltán polgármester, Kovács Lajos alpolgármester, valamint a MOL és az OTP Multipont képviselői jelenlétében rendeztek. Pokorni Zoltán elmondta, a program, amelynek ez csak az első felvonása volt, természetesen folytatódik, a tankolással a hegyvidékiek ismét jó cölökre gyűjtik az öt forintokat. Hozzátette, mindenkitől várják a javaslatokat, melyik intézmény vagy szervezet számára jönne jól, milyen célra lenne érdemes fordítani a következő időszakban összegyűjtött félmillió forintot.

Jubás Zsófia

Lisztérzékenység-szűrésen a nagycsoportos óvodások



A gyorsteszt azonnali eredményt hoz

Második éve végeznek lisztérzékenység-szűrésen a hegyvidéki gyerekek közt a Lisztérzékenység Egyesülete Szolnok munkatársai, akiket a kerületben lakó érintettek egyesülete hívott meg annak idején először előadást tartani a témáról. „Kevés olyan kerület van, amelyik áldoz arra, hogy ezt a nem túl olcsó, fejlenként kérezer-öttszáz forintos szűrővizsgá-

latot elvégezzük évente azon a négyszáz-öttszáz gyereken, aki belesik a hatéves körüli korosztályba” – mondta el lapunknak Pusztai János mentőtiszt, a szolnoki szervezet alapítója és elnökségi tagja.

A gyorsteszt azonnali eredményt hoz, és pozitív eredmény esetén két-három héten belül orvosi diagnózis is születik. „A ko-

rai diagnosztizálás azért fontos, mert így nem alakulnak ki társbetegségek – folytatta a szakember. – A lisztérzékenység egy veleszületett, génekben kialakuló rendellenesség, ami felszívódási zavarral jár. A mostani szűrésnek az a lényege, hogy az érintett panasz- és tünetmentes gyerekeket időben diétára fogjuk, s így megóvjuk őket a későbbi problémáktól.”

Pusztai János a Lisztérzékenység Egyesülete Szolnok munkatársával ezer önként jelentkezőnél az országban, de Európában is elsőként mérte vissza hat év elteltével a korábbi eredményeket, amelyek minden esetben megfeleltek az első szűrési eredményeinek. A vizsgálatot tehát elég egyszerű, lehetőleg hatéves kor körül elvégezni.

„Az Egészséges Hegyvidék program részeként indított Hegyvidéki Óvodások Egészségprogramja egyik fontos pontjaként szerveztük meg az óvodások körében a lisztérzékenység-szű-

rést – mondta Fonti Krisztina alpolgármester, aki hozzátette, a vizsgálatot eddig az általános iskola első osztályosai között végezték. – Mivel ehhez meg kell szűrni a gyerekek ujját, szükség van a szülők beleegyezésére, de az volt a tapasztalatunk, hogy ők nem tudtak kellő figyelmet fordítani erre az iskolakezdés egyéb gondjai mellett. Ezért, az idén először, megpróbálkoztunk a végzős óvodások szűrésével. A korábbi ötven százalék helyett így a szülők hetvenhét százaléka járult hozzá a vizsgálat elvégzéséhez.”

Fonti Krisztina hangsúlyozta, fontos, hogy a lehető legkorábban kiszűrjük a rendellenességeket a gyerekeknek. A Hegyvidéki Óvodások Egészségprogramja részeként ortopédiai, hallás- és látásvizsgálatot végeznek a nagycsoportosok körében, a fogászati szűrésen pedig évente kétszer minden óvodás részt vesz.

J. Zs.

Együtt énekeltek az iskolai kórusok

A hegyvidéki iskolákból mintegy hatszáz gyermek énekelte együtt október 1-jén, a zene világnapján a Kós Károly iskola udvarán. Bárdos Lajos születésének 115. évfordulója alkalmából a zeneszerző három művével kezdtek közös produkciójukat a gyerekkórusok, majd magyar népdalfeldolgozások következtek, végül két népszerű kánonnal, a Viva la Musicával és a „Glória szálljon a mennybe fel...” kezdetű dallal zárult a különleges műsor.

Az idei programon részt vettek az Arany, a Jókai, a Németvölgyi, a Pannonia Sacra és a Tamási iskola énekkarai, valamint a házigazda intézmény részéről a Kós Kicsinyek Kórusa, a Kós Gyermekkar és a Városmajori Gimnázium diákjai. A kórusokat

Blazsek Andrea, Koppán Szilvia, Mitók Monika, Opánszki Dávid és Szirányi Borbála vezényelte,

továbbá közreműködött Hraschek Katalin, aki évek óta lelkes szervezője a kerületi ének-zene

szakmai munkaközösség nagyszabású rendezvényének.

z.



FOTO: SÁRKÁZSY GÖRGY



XII., CSÖRSZ UTCA 18.
319-9854/202, 203, 204, 207, 212
WWW.MOMKULT.HU
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!
Merre voltam? – Családi Kriszta festőművész kiállítása október 8–31. A kiállítás díjtalanul látogatható.



Ámor és az Örület – fabulák Szarka Gyulától. Lemez-bemutató koncert október 9-én 19.00. Énekelt fabula La Fontaine és Heltai Gáspár nyomában. A megzenésített állatmesék, frappáns történetek tanulságai szórakoztatva ébresztik rá a hallgatókat az alapvető emberi tulajdonságokra, amelyek bennünket vagy a körülöttünk élőket mozgatják. A koncert után bor-kóstolás Szarka Gyulával. Jegyár: 2000 Ft. Jegyek kaphatók a mom.jegy.hu oldalon, valamint a MOM jegypénztárában.

Gájer Bálint lemez-bemutató koncertje október 9-én 19.00. Jegyár: 5900 Ft, 4900 Ft, 3900 Ft. Jegyek kaphatók a jegy.hu oldalon, valamint a MOM jegypénztárában.

Nosztalgia társastánc október 12-én 16.00. Tánc nosztalgikus dallamokra. Minden alkalommal táncbemutató nyugdíjas, amatőr táncosokkal. Standard táncok, latin táncok, swing, rock 'n' roll. Táncbemutatók között és után: ösztán! A belépés díjtalan.

Meditáció – ösvény a belső szabadsághoz október 12-én 19.00. Az előadás során egyszerűen elsajátítható meditációs technikákkal és a meditáció szépségei-

vel, előnyeivel ismerkedhetnek meg az érdeklődők. A belépés díjtalan.



Óvári Árpád előadásai. Október 13. 17.30 Erdély – túság a Bihar hegységben. Október 29. 17.30 Toscana: Firenze II. Jegyár: 500 Ft, Hegyvidék Kártyával díjtalan. Jegyek kaphatók a MOM jegypénztárában.

Munkácsy-est október 14-én 18.00. 170 éve született Munkácsy Mihály. A pódiumbeszélgetés egy művészettörténész és egy restaurátor közreműködésével arra vállalkozik, hogy felidézze az asztalossegédből lett világhírű festőművész életének színtereit és eseményeit, hatalmas vásznainak témáit. A beszélgetésnek nemcsak az évforduló ad aktualitást, hanem képeinek sorsa is: azok az új erőfeszítések, hogy legfontosabb művei visszakérülhessenek Magyarországra. A program díjtalan regisztrációs jeggyel látogatható, amit a mom.jegy.hu oldalon, valamint a MOM jegypénztárában lehet váltani.

Jazzy Fesztivál. Radics Gigi, Mario Bondi október 16-án 19.00. Peet Project, Jeff Lorber Fusion október 17-én 19.00. Fool Moon, Shakatak október 18-án 19.00. Háromnapos bérlet: 21 300 Ft. Október 16. – állójegy: 8990 Ft. Október 17. – állójegy: 7990 Ft, ülőjegy: 9900 Ft, 10 900 Ft. Október 18. – állójegy: 8990 Ft, ülőjegy: 10 900 Ft, 12 990 Ft. A földszinten kizárólag állóhelyek vannak. Jegyek kaphatók a jegy.hu honlapon, az Interticket hálózaton, valamint a MOM jegypénztárában.

Zurgó-dió Gyerektánc október 17-én és 31-én 18.00. Muzsikál: Zurgó együttes. Táncot tanít: Soós Réka. Betáncoló: gyereken-

ként 300 Ft. 20.00 Zurgó Táncház. Moldvai csángó népzene, tánc-táncítás, daltanítás. Muzsikál: Zurgó együttes. Táncot tanít: Fülöp Attila. 20.00–21.00 Tánc-tanítás. 21.00–22.00 Tánc-ház. 22.00–22.20 Énektanulás, közös éneklés Soós Réka vezetésével. 22.20–22.30 Nagy Bercel mesél. 22.30–00.30 Tánc. Jegyárak: 500 Ft, 300 Ft (diák). Jegyek a helyszínen kaphatók.

7 Fő Bűn – a Magyar Mozdulatművészeti Társulat előadása október 20-án 19.00 (Nemzeti Táncszínház). Jegyárak 2300 Ft, 2100 Ft. Jegyek kaphatók a nemzetitancszinhaz.jegy.hu oldalon, valamint a MOM jegypénztárában.

Úton útfélen – Nádasy Borbála könyvbemutatója október 21-én 18.00. A program díjtalan regisztrációs jeggyel látogatható. Regisztrációs jegy váltható a mom.jegy.hu oldalon, valamint a MOM jegypénztárában.

Holesch-film vetítése október 22-én 18.00. A szabadság rabságában – portréfilm Holesch Dénes festőművészről. A program díjtalan regisztrációs jeggyel látogatható. Regisztrációs jegy váltható a mom.jegy.hu oldalon, valamint a MOM jegypénztárában.

Kuklis Iván: Botlanc – könyvbemutató október 24-én 18.00. Az 1956 után börtönt viselt Kuklis Iván zenés irodalmi est keretében válaszol Szokolay Orsolya kérdésére. A válogatott írásokat Takács Bence Ervin Kazinczy-díjas televíziós műsorvezető adja elő. Közreműködnek: Kuklis Gergely hegedűművész, Polónyi Ágnes hárfaművész és Nagy Szilvia hegedűművész. A belépés díjtalan.

Gyerekmom. Babárium Jankó – a Ziráni Színház bábelőadása október 25-én 10.30. Jegyár: 500 Ft/gyerek, 300 Ft/kísérő. Jegyek kaphatók a mom.jegy.hu oldalon, valamint a MOM jegypénztárában.

Sakk – a Botafogo Táncgyüttes előadása október 26-án 19.00 (Nemzeti Táncszínház). Jegyárak:

3400 Ft, 3100 Ft. Jegyek kaphatók a nemzetitancszinhaz.jegy.hu oldalon, valamint a MOM jegypénztárában.

Lyukasóra Klub október 28-án 19.00. Mi az a Lyukasóra? Költőkből, színészekből, irodalmárokból álló összeszokott baráti társaság tagjai kalauzolják egymást és a nézőket a költészet izgalmas világába. Élő előadás: MOM Kulturális Központ. Online klub: www.facebook.com/lyukasoraklub. Jegyár: 1200 Ft, 600 Ft (diák, nyugdíjas), Hegyvidék Kártyával díjtalan. Jegyek kaphatók a mom.jegy.hu oldalon, valamint a MOM jegypénztárában. A kedvezmények online nem érvényesíthetők.



Budapest Bár lemez-bemutató koncert október 29-én 19.00. Az idén áprilisban jelent meg a Budapest Bár Húszezer éjszakás kaland című lemeze, amelynek című dala nyári sláger lett. Ennek a vidám, nyári albumnak jön az őszi párja október végén, kicsit melanholikusabb hangvételben. Jegyár: 5900 Ft, 4900 Ft, 3900 Ft. Jegyek kaphatók a mom.jegy.hu oldalon, valamint a MOM jegypénztárában.

Hitel-est október 29-én 18.00. Vizuális szakadék. Beszélgetés a művészeti élet aktualitásairól. A belépés díjtalan.

Babakonzert október 30-án 10.30. A babakonzert 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.

Egészségesen a Hegyvidéken – Szabadegyetem október 30-án 17.00. Táplálkozással összefüggő betegségek. Előadó: dr. Szolnoki Lajos háziorvos. A szakterületükön ismert és elismert előadókat a szakmai együttműködő partnerek (Budai Egészségközpont, Országos Gerincgyógyászati Központ, kerületi háziorvosok, János kórház stb.) biztosítják. A belépés díjtalan.



Szabadpólc október 31-én 15.00 (az őszi-téli időszakban minden hónap utolsó péntekjén 15.00–19.00). Könyvserebere szabadon a Sírály sétányon. A jó állapotban lévő, becsérélhető könyvek száma maximum tíz darab. A belépés díjtalan.

Őszikék nyugdíjas versmondó verseny november 14-én 11.00. Várják mindazon nyugdíjas irodalomkedvelő hölgyek és urak jelentkezését, akik kedvet éreznek ahhoz, hogy versmondásban megmérettessenek. Kéri, hogy a szabadon választott vers hossza ne haladja meg a 4 perct. Jelentkezni lehet: személyesen, jelentkezési lap kitöltésével, amelyet a MOM információ pultjánál adhatnak le. Levélben, jelentkezési lap elküldésével Simon Erzsébet részére, a MOM címére (1124 Budapest, Csörsz utca 18.). E-mailben a simonerzsebet@momkult.hu címen. Telefonon a 319-9854/222-es számon. Jelentkezési határidő: november 7.

Tücsökzene hétfőn 9.30 és 10.10, kedden 9.30, 10.10 és 17.00, pénteken 11.00. Ritmus-, ének-, zenefoglalkozás zenetanár vezetésével. Közös mondókázás, éneklés, zenélés. A legkisebb korosztály számára válogatott dalok



HELYTÖRTÉNETI VETÉLKEDŐ

A Hegyvidéki Gondozási Központ és a Hegyvidéki Helytörténeti Gyűjtemény, a Hegyvidéki Önkormányzat támogatásával, az Idősek Hónapja rendezvénysorozat keretében helytörténeti vetélkedőt hirdet a Hegyvidéken élő idősebb lakosság számára.

Az idei vetélkedő témaköre: hegyvidéki vendéglátás.

A verseny feladatait a Hegyvidéki Helytörténeti Gyűjtemény anyagából állítják össze a szervezők. A Hegyvidéki Helytörténeti Gyűjtemény (XII., Beethoven utca 1/b) kedden, csütörtökön és pénteken 10 és 18 óra között látogatható. A felkészülést segítő anyagot a jelentkezést követően adják át.

A vetélkedőre 5 fős csapatok jelentkezését várják. Nevezési díj nincs.

Jelentkezni személyesen a Kiss János altábornagy utca 33/b szám alatt lehet október 20-ig. Egy baráti társaságból, egyházközségből, lakóközségből, intézményből több csapat is jelentkezhet.

A helytörténeti vetélkedő időpontja: október 28. 14 óra.

Helyszíne: Hegyvidék Galéria (XII., Városmajor utca 16.).

A vetélkedőre jelentkező csapatok valamennyi tagja emléklapot és könyvjutalmat kap.

A verseny díjazása:

– a 3. helyezett csapat 10 fő részére közös színházlátogatást,

– a 2. helyezett csapat 10 fő részére szóló ebédmeghívást,

– az 1. helyezett csapat 10 fő részére szóló vacsorameghívást kap.

Bővebb felvilágosítás: Hegyvidéki Gondozási Központ, 457-0648, Bíró-Várfalvi Orsolya.

(Forrai Katalin által ajánlott mondókák, népdalok, Gryllus Vilmos dalai), játékok, ritmushangszerek szinte észrevétlenül fejlesztik a zenei hallást, a ritmusérzéklet, 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.tucsokzene.hu.

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

Baba-mama torna hétfőn, kedden, csütörtökön 10.30. Alakformáló torna anyukáknak. A gyerekek ugyanabban a légtérben, óvónő felügyelete mellett játszhatnak. Célcsoport: 18–100 év között az 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 hatékonyan kommunikáljanak a babákkal, jóval azelőtt, hogy beszélni tudnának. Megtudhatják, hogy mire gondol a még beszélni nem tudó kisbaba, segíthetnek neki, hogy világosan közölhesse, mit akar, és mire van szüksége. A jelelő babák nyugodtabbak, kiegyensúlyozottabbak, kevesebbet sírnak, 6-7 hónaposan elkezdhetnek jelekkel kommunikálni, hamarabb kezdenek el beszélni, gazdagabb szókincsrel. A babajelbeszéd segíti a gyermekek nyelvi, kognitív és érzelmi fejlődését, erősíti a szülő-gyermek kötelékét. 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-, készség- és képességfejlesztő kézműves foglalkozássorozat. Babok, játékszerek készítése különböző technikával: kollázs, festés, gyurmázás, agyagozás, nemezelés, gyöngyfüzés, fonás, barkácsolás. A témához a keretet az évszakokhoz, ünnepekhez kötődő mondókák, gyermekdalok, népdalok, bábjátékok adják. Célcsoport: 2–7 évesek, kisiskolások. Jelentkezés: Csizsér Jolán, 06/20-594-4957, csizser.jolan@gmail.com.

Gyermektánc-terápia – Tünder tánc. Léleksimító, gátlásoldó, a kapcsolatteremtés különböző lehetőségeit költségtől, 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: óvodás lányoknak 5 éves kortól kedden 15.30, 5. osztályos lányoknak 1–3. osztályig kedden 17.00. Jelentkezés: Cseri Ágnes, Vetier Panni, 06/30-410-7696, panniv@gmail.com, www.gyermektanctherapia.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 szolgálunk. 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@modern-tanc.hu.

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

Kölyökhípp 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.

Labdás Tücsök szerdán 10.00. Babás torna óriáslabdák mozgás-, masszázsterapeuta vezetésével. Saját testlény megismerésével, 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 csat-

MONSPART SAROLTA BEMUTATJA: ÉLETREVALÓK

"AZ ÉN FILMEM"
OKTÓBER 30. 19 ÓRA

A MOM Kulturális Központ és a Hegyvidéki Önkormányzat kulturális programsorozatában

Monspart Sarolta
világbajnok tájfutó

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.
Online jegyváltás: www.mom.jegy.hu

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

HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT MOM KULTURÁLIS KÖZPONT

ISMERT ARCOK ÚJ SZEREPBEN

lakozási lehetőség. Jelentkezés: Gál Gabriella, 06/30-999-4945, tucsok.zene@indamail.hu, www.tucsok-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 mozdulatművészetig 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 játszótér hétfőn, szerdán 9.00 (3 óras egyidő). A népművészet játékos megismerését szolgáló zenés, táncos, népmeséket dramatizáló, néphagyományokat, népi mestersegeket felelevenítő, komplex, tematikus, kiscsoportos foglalkozássorozat. Óvoda-előkészítő a kis közösségbe való beilleszkedéssel (szocializáció, tolerancia). Célcsoport: 7 éven aluliak, akik keresik a játszótársat, óvodába készülnek. Jelentkezés: Csiszér 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 órákon elsősorban az alapok elsajátítására és a sportág megszerettetésére koncentrálnak, de a zenére történő mozgással, illetve a ritmikus gimnasztika kézi szereivel is megismertetik a gyerekeket. Célcsoport: 4-7 éves kislányok. Jelentkezés: Mochlár Emese, 06/30-241-8352; Wágner Orsolya, 06/20-390-4839.

Rock and roll hétfőn, szerdán 16.15. Ismerkedés a tánc alapjaival,

mozgáskoordináció- és ritmusérzék-fejlesztés. Esztétikus táncok, 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 foglalkozásai jó hangulatban nevelnek egészséges életmódra, fejlesztik a koordinációs és egyensúlykészséget. Célcsoport: 7 éves kortól. Jelentkezés: Balázs Márta, 06/30-409-2400.

A világ körtáncai szerdán 18.15. Egészségmegőrző, mozgáskoordinációt, általános közérzetjavító 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 korhár és előképzettség nélkül mindenki számára elérhető, testet-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 TANÁCSTEREM

XII., BŐSZÖRMÉNYI ÚT 24.
A Hegyvidéki Trianon Társaság programja október 8-án 18.00. 1956 58. évfordulója. Megemlékezés. Nemzeti múltunk intézménye – Dr. Gedai István, a Nemzeti Múzeum nyugalmazott főigazgatója, a Nemzeti Emlékhely és Kegyeleti Bizottság elnökhelyettese. Magyarok Nagyasszonya ünnepnapja – Sinkovits Vitay András színész. Proksza Gyöngyi festőművész, grafikus képeinek egyestés kiállítása.



VIRÁNYOSI KÖZÖSSÉGI HÁZ

XII., SZARVAS GÁBOR ÚT 8/C
TELEFON/FAX: 200-8713
TELEFON: 275-1394
WWW.VIRANYSO.HU
VIRANYSO@T-ONLINE.HU
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

APS Stúdió: Hagományörző október 11-én szombat 17.00. Fotókiállítás a magyar népi kultúrkincsekről, hazánk legszebb tájairól és épített örökségünkről, egy szóval mindarról, amit „ránk hagytak a századok”. Megnyitja: Fabó Katalin, a MAFOSZ alelnöke. Közreműködnek: Szabó Péter (zene), Majer Liliána (vers), Majoros Árpád (gondolatszobrász). A kiállítás megtekinthető: november 4-ig, előre egyeztetett időpontban (200-8713).

Harmónia táncklub október 11-én 19.00-22.00. Klubvezető: Székely Attila. Belépődíj: 1000 Ft/fő.

A rút kiskacsa – zenés bábjáték az Ametist Bábszínház előadásában október 14-én 10.00. Belépődíj: 900 Ft/fő, óvodai csoportoknak 800 Ft/fő. Előzetes bejelentkezés szükséges: 275-1394.

Szabadság vándorai természetjárók klubja október 15-én 18.30. Terény – Sütő-Nagy István előadása. Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes.

APS Stúdió október 17-én 18.00. Olaszországi impressziók – úti beszámoló a csodálatos itáliai városokról, tájakról és tengerparti pillanatokról. Előadó a klubvezető: Abonyi Maya fotóművész. Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes.

Kertbarát Kör. Október 28. 16.30 Zöldségek, gyümölcsök betakarítása, téli tárolása, különös tekintettel a környezetvédelemre. Klubvezető: Bartók Sándor. Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes.

Virányosi filmklub. Október 30. 13.00 Good Will Hunting. A belépés díjtalan.



Skandináv Klub. Október 31. 18.30 A Norvég Követség munkatársainak előadása **Norvégjáról**. Klubvezető: Szabó Péter. Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes.

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 népművelésünkönkől merített ölbéli játékok, mondókák és dalok közt izelgetik a magyar néptánc alapjait. Círókázás, lovagoltatás, hintázás, népdalokkal, sétáltatókkal,

táncsal 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.

Fabriká kedden 10.00-11.00. Bábózás, 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. Első alkalom: október 21.

Hangszervarázs Zenetanoda. Dúr-Moll Ovi (6-8 éveseknek). Zeneovi, iskola-előkészítő kedden 13.00-15.45. Komplex, intenzív foglalkozás, amelyben a muzikánszó varázslatával és segédletével eljutnak a logikai gondolkodás, a beszéd, a mozgás koordinálásáig, nem kihagyva a matematika alapjait, a memorizálás folyamatát és a természettudományt. A tanoda által szerkesztett zenei feladatlapokat mutatnak a kottaolvasásig, ami mellett a furulya használatával a finommotorikát is fejlesztik. Moderato Zeneovi (4-5 éves középsősöknek) kedden 16.00-16.45. Saját szerkesztésű, a korosztálynak írt furulyaiskolával és módszerrel kezdik a kicsik a hangszerrel való ismerkedést. Fejlesztő feladatokat tartalmazó füzetek, matricalbum segítségével jutnak el a kottaolvasás alapjaihoz, mindent a játékos oldalról megközelítve. *Allegro* (5-6 éves nagycsoportosoknak) kedden 16.55-17.40. A Moderato Zeneovi folytatása. Foglalkozásvezető: Nagy Izabella. Információ: Kiss Cecília, 06/30-936-1711; Nagy Mária, 06/30-936-2040. E-mail: info@hangszervarazs.hu, weboldal: www.hangszervarazs.hu.

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: Mady 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. Néptáncok szerdán és pénteken 15.00-16.00 óvodásoknak, 16.15-17.45 kiskisiskolásoknak. Művészeti vezetők: Timár Sándor Kossuth- és Állami-díjas, Erdemes művész, a Hegyvidék díszpolgára, valamint Timár Böske táncművész. Információ: www.csillagszemu.hu.

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



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

(Folytatás a 10. oldalon)

Kis születésnap számvetés Balassa Lászlóval

A Hegyvidék Bevásárlóközpont igazgatójával a közelgő születésnap programozat apropóján találkoztunk, és évfordulókról, tervekről, kívánságokról beszélgettünk.

■ Október közepén két éves fennállását ünnepli a Hegyvidék Bevásárlóközpont. Hogyan készültek erre az alkalomra?

Eseményidőszak áll előtűnk, hiszen rengeteg program készülünk októberre. A születésnap programozat Shopping Napokkal (október 16-18.) és egy fergeteges Black & White partyval indul (október 16.). Akik részt vettek a legutóbbi, hagyományteremtő Fehér Éjszakánkon, azok tudják, mire számítsanak, de biztos vagyok benne, hogy az „első bálozó” sem csalódnak majd. A szülinapi ese-

ménynaptár Palya Bea-koncerttel folytatódik (október 17.), majd szombaton egy látványos szabadterei ökörsütéssel és az Eszter-Lánc Mesezenekar koncertjével zárul.

■ Ezek a programok kizárólag a vendégeknek, látogatóknak készülnek, vagy azért veled is találkozhat majd, aki fekete-fehérbe öltözik, és részt vesz, mondjuk, a Black & White Partyt?

Természetesen én is ott leszek az összes programon, hiszen például a Black & White éjszakáján vágjuk fel a születésnap történetét, de lesz divatbemutató, lesznek különböző játékok, értékes nyerevények, zene és tánc is. Mindenképp koccintani szeretnék majd a csapatommal az elmúlt két évre.

■ Egyébként társasági típusú vagy? Sok hasonló eseményen vesz részt?

Munkámból és széles baráti körömből adódóan gyakran kapok hasonló meghívásokat, és amikor csak tehetem, eleget is teszek az ilyen felkéréseknek. Három kisgyermekes apaként ez persze nehéz, de azért szeretek megragadni minden kínálkozó lehetőséget, és szeretem 100%-osan megélni a pillanatokat. A legjobb sztorik soha nem azzal kezdődnek, hogy „otthon maradtunk megnézni a híradót”...

■ Mi az, amire a legbüszkébbek vagytok a két év alatt elért eredményeitek közül?

Hú, hirtelen nehéz lenne egy példát kiragadni... Az apróságoknak is ugyanúgy örülünk, mint egy nagy volumenű szerződés létrejöttének, vagy egy fontos rendezvény sikerének. Az áruházzal 98%-os feletti telítettségű mutatója például egész jó értéknek számít, de persze nem dőlhetünk hátra.

■ Kialakult már egy konkrét képzetek arról, hogy ki a bevásárlóközpont vásárlója? Kik vásárolnak a Hegyvidékben, és miért?

Az egyedi divatmárkák szerelmesei jönnek hozzánk, akiknek fontos, hogy minőségi darabok közül válogathassanak. Vásárlóink tudják, hogy stílusnáciságért például a Schiffer UpperClass szalon munkatársaihoz fordulhatnak, ahol akár saját, egyénre szabott öltöztetést is elkészíthetjük. Több-

ször neveztek már bennünket „gourmet pláznak”, és nem is bánjuk, hogy így azonosít minket a szakma és a média. A divatcikkek mellett népszerűek éttermünk (Vörös Homár, Tanti, Szervusz) és a kulináris különlegességeket árusító delikatjaink is, mint például a Delizia Gourmet and More, vagy a Gurmi.

■ Irodalmi estek, Édesség Fesztivál... Nálatok soha nem unatkozik az ember, mindig történik valami a bevásárlóközpontban. Mit tartogattok még az idei évre?

Az év további része sem telik majd eseménytelenül nálunk, hiszen közeleg az újbor ünnepe és mindjárt utána az advent és a karácsonyi ünnepkör is. Sok meglepetést tartogattunk, a legfrissebb akciókról és Facebook-oldalunkról lehet majd első kézből értesülni, de érdemes feliratkozni Hírlevelünkre is, hiszen ezen a csatornán is folyamatos tájékoztatást nyújtunk a kedvezményekről és a bevásárlóközpont életéről.

■ Mit fogsz kívánni, mielőtt elfújjátok a bevásárlóközpont szülinapi tortájának gyertyáit? Még sok hasonló, sikeres évet, és hogy jó idő legyen a szabadterei ökörsütéskor (nevet).

■ Milyen tervekkel vágtok a következő éveknek? Nagyon jól indul a harmadik év, hiszen hamarosan három új bérlővel bővül a bevásárlóközpont. Az illatanyagmentes, természetes bőrápolás kedvelőinek örömeire beköltözünk hozzáunk a



bio natúrkozmetikumokat gyártó **HappySkin**, illetve a több mint tízezer múlttal rendelkező **Laptopszalón** számítástechnikai szaküzlet és szervizhálózat is nálunk nyit új üzletet. Héder Barna és felesége, Ildikó olasz nőruha-tüzlete, a **Please** október 15-én debütál nálunk. A márka őszi-téli kollekcióját nap-

rákés, egyedi, kortól független stílus és elegancia jellemzi.

(x)

HEGYVIDÉK
BEVÁSÁRLÓKÖZPONT

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

Születésnap különleges találásban

Születésnapunk alkalmából shopping napokkal, kedvezményekkel, Black and White Partyval, Palya Bea és Eszter-Lánc Mesezenekar koncerttel, valamint szabadterei ökörsütéssel készülünk 2014. október 16-18. között.

Ünnepeljünk együtt!

RÉSZLETES PROGRAM:
WWW.HEGYVIDEKKOZPONT.HU 06-1-951-0578 INFO@HEGYVIDEKKOZPONT.HU

A Szent Pál patakjából lett Ördögárok históriája

Régi budai szólás: Budának nem a Duna a fő folyója. Hanem az Ördögárok! Ez utóbbinak Buda határában ered mindkét ága, és itt is ér véget, a Gellért-hegy lábánál folyik a Dunába.

Az Ördögárok egyik ága északról és keletről karolja át a Nagy-Hárs-hegyet, a Petneházy-rét táján ered, a másik pedig Nagykovácsi felől érkezik a hűvösölgyi Nagyréthez, ahol a két ág egyesül. Az Ördögárok átszeli a Hűvösölgyet, Pasarétet, és a Riadó utcánál tűnik el a föld alatt, onnantól beboltozva halad a Városmajor, Maros utca, Vérmező, Pauler utca, egykori Horváth-kert nyomvonalon a Dunáig.

Az évezredek során az Ördögárok alakította ki a Hegyvidék e részeinek tájadságait. Zsolnay László régész

valószínűsítette azt is – mivel a terepadottságok ezt alátámasztották –, hogy a Vérmező lapálya a bronzkorban halastó lehetett. A középkorban a budaszentlőrinci pálos kolostor miatt (ez a Szépiuhász név közelében található) Hűvösölgyet és Pasarétet Pálvölgyének, az Ördögárok vizét Pálvölgyi-patakknak, vagy



A tabáni rész

Szent Pál patakjának hívták. Érdekes lenne tudni, de sajnálatos módon nem maradt fenn, Szent Pál patakjából hogyan vált Ördögárokká az elnevezés.

A középkorban még kristálytiszta vizű patak idővel egyre szennyezettebbé vált. A török 1686-os Budáról való kiűzését követően rohamosan megkezdődött a mai Krisztinaváros beépülése. Az egykor tiszta patak lassacskán Buda „rettegett rémei” közé kezdett tartozni.

1872-ben ezek a sorok jelentek meg a Vasárnapi Újságban: „... bűze nem érzik meg képünkön, mely híven ábrázolja egyik legérdekesebb részletét a Rácvárosból, de éppen jelenleg, járvány idején nem is akadna több rajzolónk – ha mindjárt fertőtlenítő savban és aranyban fűröszténék is –, aki a környék levegőjét megmértelvező ároknak többi festői részletével olvasóinkat megismertetni hajlandó volna...” A patak medrében és partjain felhalmozódott szemé-



Az Ördögárok az 1850-es években Barabás Miklós festményén



A Déli pályaudvar építése, közepén az Ördögárok (1972)

dombok a patkányok és a kolera táptalajai voltak, ezért a főváros a beboltozása mellett döntött.

A beboltozás előtt számos kő- és fából ácsolt híd ivelt át a patak medrén. A második világháború idején pusztult el egy Nepomuki Szent Jánost ábrázoló szobor, amely a Tabánban állt, a mai Petőfi gimnázium közelében. Ez egy egykori kőhíd hídszobra volt. Az érdekesség azonban az, hogy az Ördögárok mind a tizenhárom kőhídjánál állt egy-egy Szent János-szobor.

Ezek nem véletlenül kerültek a hídfőkre, mivel Szent Jánost a 14. században Prágában egy hidról

vetették a Moldvába, mert nem akarta elárulni a rábízott gyónási titkokat. Német és cseh budai telepek hozták magukkal a tisztelét. Feljegyzések szerint egy fából faragott Szent János-szobor még a Budát Pesttel összekötő hajóhid közepén is állt. A tizenhárom hídból mára csak egy maradt fenn, a II. kerületben, a Páfrány út és a Lipótczei út találkozásánál, de sajnós a szobrok közül egy sem élte túl a történelem viharait.

Visszakanyarodva az Ördögárokhoz: 1872-ből származó adat, hogy a Dunától a régi Horváth-kertig elkészültek a patak

boltozatával. 1875-ben hatalmas felhőszakadás és árvíz volt a Tabánban (erről részletesen írtunk lapunk egyik korábbi számában), ami csak siettetette a munkálatok befejezését.

Az Ördögárok Vérmezőn – amely ekkor katonai gyakorlóter volt – található szakaszát a 19. század utolsó éveiben terelték a föld alá. Az első világháború idején befejezték a Városmajor területének rendezését, majd az 1930-as években eljutottak a Riadó utcáig, ahol ma is nyílik az a hatalmas csatorna, amely a patak vizét a Dunába vezeti.

Balázs Attila

Az utánozhatatlan rétesek csárdája

Az Ördögórom csárda már névvel is kitért a fővárosi kocsmák közül, azonban jó marketingjével (régébbi megfogalmazás szerint: hírverésével) jelentősen tudta növelni látogatottságát. Az erózió vájta Ördögórom alatt, a szűk völgyben elhelyezkedő épület és kertje kiválóan alkalmas volt a vendégek fogadására, maga a hely és a környezetre való rálátás pedig szinte teljesen egyedivé tette.

Gruber Emil tulajdonos az 1924-es megnyitás előtt már dolgozott Berlin, London, Párizs és Bécs vendéglőiben is, így nagy szakmai tapasztalatra tett szert, és ezt kamatoztatta is budai csárdájában. Általában elégedett emberek álltak fel az asztaloktól, sokan visszatérő vendégekké váltak. Mivel a környék buszközlekedése sokáig nem volt túl kiterjedt, a farkasréti villamos-végállomástól ingyenesen használható autó szállította fel a csárdához a vendégeket.

Számos konkurenciával meg kellett küzdenie az Ördögórom-

nak, hiszen a környéken más vendéglők is működtek. Ez azonban nem jelentett haragot, a kocsmárosok többször összeültek megbeszélni a napi teendőket, gondjaitkat.

A farkasréti villamos vonala mentén számos búfelejítő kerthezység szolgálta a betérőket, s a

közeli és régebb óta üzemelő „Szerellem bolondjai” vendéglő úgyszintén számos embert csábított erre. A fénykor akkor érkezett el, amikor az 1930-as években Farkasréti hivataltalan üdülőhellyé nyilvánították. Ekkortájt egész nap mindenhol zsongott a vendégsereg.



Egyedi környezete miatt is igen népszerű hely volt

Nemcsak az Ördögórom csárdában, de a többi vendéglőben is szokás volt, hogy a közelben nyaralók részére napi panziót biztosítottak. Így aki nem túl messze vett ki szobát, az napjában többször is – aszerint, hogy milyen étkezési rendszert kért – oda- és visszagyalogolt a nyaralásra kivett szobája és a vendéglő között. A panziórendszerben a napi háromszori étkezés volt a bevett szokás, ezt lehetett megfajlítani uzsonnával és tízóráival. A rendszert az üdülőknél találták ki, jóval olcsóbb volt, mintha külön-külön fizettek volna az étkezésekért.

A téli szezónban is igen élénk volt a csárda látogatottsága, hiszen a Normafáról ide vezetett le a Farkas-völgyben használatos síutvonat. Ősszel és tavasszal az alkalmi kirándulók tovább gyarapították a vendégsereget; akiknek turistaigazolványa volt, tíz százalék kedvezményt kapott az ételek, italok árából. A környék még jórészt beépítetlen volt, így



Az Ördögórom csárda épülete

igazi kalandnak számított a hely felkeresése.

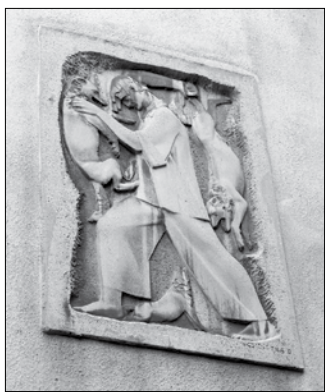
A megszűnés előtti bő másfél évtizedben olyan termékek is szerepeltek az Ördögórom étlapján, amelyek máshol ritkaságszámba mentek, például teát már akkor kínáltak, amikor az Magyarországon még kifejezetten kuriózumnak számított. Léteztek egyszerű palacsinták is, a rétes- és a

túrós palacsinta-kínálat pedig utánozhatatlan volt.

A csárda megszűnése valószínűsíthetően a nem megfelelő hírverés és a legutolsó időszakot uráló üzletpolitika miatt következett be. Az évtizedekig megfelelő áron és jó színvonalon működő hely bezárásának tényleges okai azonban nem ismertek.

B. A.

Hogyan került Arany János a Hollósy Simon utcába?



Böszörményi út 19/a

A Böszörményi úton sétálva a 19/a és a 19/c házak homlokzatán Arany János Toldi című munkájából tűnnek fel részletek domborműveken. Az egyik Toldi Miklós szerelmével, Roz-

sonyi Piroskával látható, a másikon éppen a farkasokkal harcol. Biztosan többeknek észébe jutott már, vajon miért épp itt kaptak helyet ezek az alkotások. Ráadásul a háztömb ellentétes oldalán, a Hollósy Simon utca 12-es számú ház falán egy nagyméretű, teljes alakos, Arany Jánost ábrázoló dombormű látható.

A történeti forrásokban kutakodva nyomát sem találni annak, hogy a híres költő megfordult volna a XII. kerület területén, valami tudatosságának mégis kellett lennie az alkotások elhelyezésében. A rejtély megfejtésében Szombathy Viktor író volt segítségünkre, aki a Hegyvidék-

ken, a Magyar jakobinusok terén élt hosszú évtizedekig. Az ő egyik írásában bukkantunk rá az Arany János- emlékek magyarázatára.

Szombathy Viktor a hetvenes években találkozott egy idős hölgygel, Csernay Lászlónéval, aki az első lakók között, az 1930-as években költözött be a Hollósy Simon (akkoriban: Bernáth Géza) utca 12. alatti házba. (Bernáth Géza 1845–1932 között élt, a Királyi Kúria másodelnöke, államtitkár volt. Hollósy Simon [1857–1919] híres impresszionista festőművész, a nagybányai festőiskola megalapítója.) Az utca képe a harmincas évek óta nem

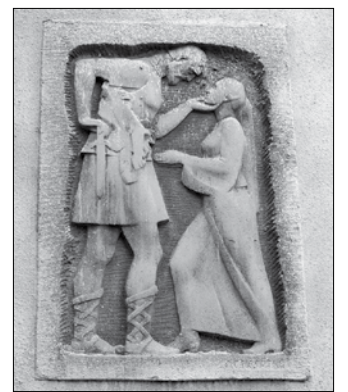
változott: térré szélesedő, árnyas park található benne, ahol játszótér alakították ki. A kis teret két-, háromemeletes családi házak és társasházak szegélyezik.

Az író a következőket tudta meg a hölgytől: Halász Antal tervező-építésmérnök a Németh és Mérő kivitelező céggel együtt nemcsak egy sor családi házat épített itt, hanem néhány nagyméretű bérházat is a Böszörményi úton. Ugyancsak a nevékhöz fűződik a Hollósy Simon utca 12-es számú ház, amely a már korábban elkészült Böszörményi úti házak „mögött” állt. Az építőknek az a kedves ötletük támadt, hogy az épületeket közös, költői

névvel kellene illetni. Így született meg az Arany János-házcsoport.

Az elnevezés tehát ötletszerű volt, a Böszörményi úti épületekre pedig felkerültek a Toldiból vett jelenetek, a Hollósy Simon utcai ház falára az Arany János-dombormű. A második világháborút szerencsésen átvészelte valamennyi épületdísz. Ha arrafelé sétálunk, érdemes kicsit megállni és kutakodni, mert magasan, néhol a fák lombjaitól takarva találhatók a műalkotások.

További érdekesség, hogy a Hollósy Simon utca többi épületcsoportjának is külön nevet akartak adni. A tervek szerint az utca



Böszörményi út 19/c

északnyugati házai kerültek volna sorra, és azok Zrínyi Miklós nevére kapták – ha a világháború el nem mossa ezeket a törekvéseket.

(b.)

A legszebb születésnap ajándék

Bohóc vagy színész? Szeretett volna lenni. Sokféle sportot kipróbált, de mint mondja, „sehová nem kellett”. Aztán jött a tájfutás. Az első versenyen csapatával a harmadik lett – más kérdés, hogy összesen három induló volt. Mégis beleszeretett a sportágba, és egy világot sikerült lefutnia. Aztán minden szertefoszlott... A nemrég szabadidősport kategóriában a MOB Fair Play-díjjal kitüntetett Monspart Saroltával beszélgettünk életről, halálról és arról, hogy mindig küzdeni kell. Önmagunkért, másokért, mindenkiért.

■ *Hogy van mostanság?*

– Ha röviden kérdezi, akkor köszönöm, jól. Ha hosszabban, akkor azt mondom, nagyon nehezen viselem a nyugdíjas életet.

■ *Pedig rengeteget dolgozik. A többi között idősöknek tart előadásokat az egészséges életmódról. Miről szólnak ezek a találkozások?*

– Az idősöknek mindig azt mondom, ha dolgoztunk negyven-nyolcvan évig, akkor most sem állhatunk le. Nem mutatjuk, hogy nem érezzük jól magunkat, csak akkor sírunk, ha senki nem lát, és fontos fortlyokat kell iktatunk az életünkbe! Az étkezésre különösen oda kell figyelni. Mindig hangsúlyozom, hogy hatvan után kistányéról, hetven után teás tányéról, nyolcvan felett pedig kávéstányéról eszünk. Nagyon nehéz ki-

rángatni őket a helyzetükből, megváltoztatni az életfilozófiájukat. Általában a humorral próbálkozom.

■ *Mondana egy példát?*

– Juliska szereti a férjét, Józsit. Eteti, eteti, majd Józsi, mivel egészségtelen életmódot folytatott, megy a temetőbe. Pedig Juliska csupa szeretetből etette. Próbálom nekik elmondani, hogy akkor etessük Józsit, ha megcsalt, vagy csúnyán bánik velünk. Na, akkor főzzük neki a kedvencét, tegyük a tányérra a hatodik szelet rántott húst, vigyünk neki pálinkát... Nincs az a bíróság, amelyik bebizonnyítaná, hogy a felesége ölte meg. Ezen jókat kacagnak, de közben végiggondolják a dolgot.



FOTO: SARLOTTA MONSPART

Száraz tényekkel is érvelek. Az egyik ilyen, hogy az első világháború után több mint négyszáz-ezer, a második világháború után hatszáz-ezer, míg 2009-ben a KSH adatai szerint nyolcszázötvennégyezer özvegyasszony élt hazánkban.

■ *Miért érzi szívügyének Józsi, Juliska és a többiek életét?*

– Sokáig élsportoló voltam, aztán jött a kullancsbetegség. A Jóistenen múlt az életem. Egy hétig nem tudtam magamról, édesanyámnak szóltak, ha hívó, hívjon papot. Aztán hirtelen felébredtem, az orvosok sem értették a dolgot. Később rájöttem, Isten azért nem vitt magával, mert célja van velem. Mindig azt gondoltam, életem végéig futni fogok. Most is azt csinálnám, csak akkor lehet, hogy nem lenne férjem, gyerekeim, unokám. Nagyon örülök, hogy van családom, de akinek nincs, az nem tudja, mit veszít. Én sem élhettem volna át az érzést, amikor a gyermekemet megsimogatom, azt, hogy milyen anyának vagy feleségnek lenni. Nagyon boldog vagyok. Tíz évembe került megtanulni az alázatosságát.

■ *Nem lehetett könnyű elfogadnia azt, hogy szertefoszlott minden, amit felépített, amiért küzdött.*

– Mindig veszekedtem a Jóistennel. Számtalanszor feltettem a kérdést: mi lett volna, ha...? Miért pont én? Egyszer egy papnak azt mondtam, hogy Isten nem igazságos. Annyi gonosz ember van, miért pont egy jó tájfutóval kell ezt tennie. Erre csak annyit felelt, hogy a Jóisten igazságai mások, mint az embereké. Nem értem, de ma már minden világos.

■ *Mi volt az első gondolata, amikor felébredt?*

– Arra emlékszem, hogy megkérdezték a nevemet, és hogy mióta alszom. Azt hittem, csak egy nap telt el, pedig egy hete feké-

tem már. Lassan beszéltem, a csézmét sem tudtam felelmeni. Tele voltam csövekkel, tudtam, nagy baj van. Két erdőszel fekédttem egy szobában az intenzív osztályon. Nekik is kullancsbetegségük volt. Láttam, ahogy meghalnak. Nekem mázlim volt, fiatalabb voltam, s mivel sportoltam, a szervezetem jól tudott regenerálódni. Végig azon gondolkodtam, hogy most június van, beteg vagyok, és ősszel rendezik a tájfutó-vb-t. Pár hetet kihagyok, nem olyan nagy baj az... Fejben a novemberi tokiói és New York-i maratónira készültem, ahová a '78-as atlantai szereplésem után hívtak meg. Nagyon lassan vettem tudomásul, hogy ez nem így lesz... Egyedül, vonattal lementem Pécsre egy híres idegsebészhez, akkor már valamennyire tudtam mozogni. Megnéztem, majd elmonda, hogy soha nem fogok már jól futni. Hazafelé végigsírtam az utat. Az első utcai versenyen én lettem az utolsó, pedig azelőtt mindig elől voltam. Eldöntöttem, ha már nem futhatok, akkor segítek másoknak. A lehetőségek is megtaláltak.

■ *Emlékszik az első versenyére?*

– 1960-ban volt, csapatban kellett futni. A harmadik helyen végeztünk, még az újságba is bekerültünk. Apámtól meg is kérdezték a kollégái, hogy nem a lánya neve szerepel-e a cikkben. Nagyon büszke volt! Aztán otthon mondtam neki, hogy jól van, papa, de ne mond meg senkinek: összesen három induló volt, tulajdonképpen utolsó lettünk...

■ *Végül miért lett tájfutó?*

– Négyen voltunk testvérek, nagyon szegény családból származom. A szüleim úgy gondolták, a lánynak otthon a helye. Menekültem a házimunka elől, ezért mindenféle sportot kipróbáltam, de sehova sem kellettem. Például kézilabdáztam is, elfoglaltam a fél-



Monspart Sarolta

A TESTMOZGÁS LEHÍTELESEBB HIRDETŐJE

Az idősök világnapja alkalmából Idősekért-díjat adományozott Monspart Saroltának Balog Zoltán, az emberi erőforrások minisztere. Az indoklás szerint „ahol futásról, mozgásról, egészségben élt életről van szó, Monspart Sarolta ott van. Aktív futóként kimagasló eredményeket ért el. Hosszú ideje azért dolgozik, hogy mások is – korosztálytól függetlenül – felismerjék a mozgás, az egészséges élet örömét. A szabadidősport, az egészséges élet, a futás, a testmozgás leghitelesebb hirdetőjeként ismerhetjük őt.” A magyar amatőr futóélet egyik alapítója számos egyéb kitüntetés birtokosa: kétszer kapta meg a Magyar Népköztársaság Sport Érdemérem arany fokozatát, Kiváló Sportoló, Érdemes Sportoló, Fair Play-díjas, tavaly átvehette a köztársaság elnökének érdeméremé kitüntetését. Tájfutó-világbajnok, tizenegyszeres magyar bajnok, hatszoros magyar sífutóbajnok. Jelenlegi pozíciójában azért harcol, hogy méltóképpen elismerjék a nem olimpiai sportágakat, és hogy a nők egyenrangú szereplői legyenek a sport világának.

kaput, de a másik felén bement a labda. Gimnáziumban szerettem meg a tájfutást.

■ *Ha nincsenek a sikerek, milyen szakmát választott volna?*

– Bohóc vagy színész szerettem volna lenni, de egyiknek sem voltam jó. Amikor a suliban előadtuk a János vitézt, én játszottam az öreg francia királyt. Végül matematika-fizika szakos tanár lettem, s a jó tanár kicsit színész is.

■ *Ha akkor valaki azt mondta, hogy világhírű tájfutó lesz, hitt volna az illetőnek?*

– Biztos, hogy nem. Röhögtem volna az egészen... Persze,

végül elhullott a bohóc, és ennek örülök is.

■ *A Városmajor mindig fontos szerepet játszott az életében. Mit szol az új futókörhöz?*

– A Majorban minden bokrot ismerek, rengeteget edzettem ott. Ráadásul mellette lakom. Hamarosan betöltöm a hetvenet, nem tudom, mit kapok a születésnapomra, de a legszebb ajándékot már a magaménak tudhatom: a futópályát, ahová mindennap kijárók. Csodálatos – annak ellenére is, hogy nagyon lassan haladok rajta.

Boussebaa Mimi

Ima a Budai Vörösboreért

Kadarka Kör négyéves erőfeszítésének egyik eredménye, hogy hagyománygyűjtés vált a Jókai-kertben rendezett svábhegyi szüret. A mulatság egy elfeledett borfajta, a Budai Vörös újraélesztését célzó program része, amelynek megvalósításán sokan dolgoznak.

„A Budai Vörösborszáz-százötven évvel ezelőtt híres terméke volt a városnak, a tokajijával egyező áron exportálták annak idején – mondta el lapunknak Buza Péter, a program szellemi atyja. – Mi ezt a bort szeretnénk újraéleszteni, s ehhez egy kilencszáz tőkes állományt hoztunk létre az ország különböző területein működő szőlészetek, borászatok oltyányaival Jókai Mór svábhegyi birtokának azon a területén, ahol annak idején az ő szőlőskertje volt.”

A Kadarka Kör elnöke komoly reményeket fűz a tervükhöz. „Jövőre fordul termőre a szőlőterület, attól kezdve ez a rég elfeledett és valamikor nagyon híres bor visszakerülhet akár a kereskedelmi, vendéglátó-ipari forgalomba is. A velünk együttműködő szakembereknek köszönhetően garantálható, hogy ez a Budai Vörös ugyanolyan jó lesz, mint egykor volt” – fogalmazott Buza Péter.

„A szőlő nem engedelmes jobbagy...”, a szőlő szolgabíró, aki munkára hajt, s halasztást nem enged. Aki szőlőt ültet, nagy urat



Ezzel kölcsönöszlőt tapostak a menyecskék

FOTO: SARLOTTA MONSPART

vesz magának” – idézte Jókai sorait V. Németh Zsolt, a Földművelésügyi Minisztérium környezetért, agrárfejlesztésért és a hungarikumokért felelős államtitkára, aki örömet fejezte ki, hogy a Kadarka Kör tagjai „önként és dalolva” hódoltak meg e nagy úr előtt. „A Budai Vörös legmarkánsabb összetevőjét tették meg szolgabíróknak, azt a fajtát, amely talán a leginkább magyar, leginkább a miénk – folytatta az államtitkár. – Ez a nagy úr munkába hívta nemcsak az ország legkiválóbb borászait, de a Hegyvidéki Önkormányzatot, a Környezetvédelmi Államtitkárságot a helyettes államtitkár őrrel az élen, valamint a Duna-Ipoly Nemzeti Parkot is, amely a jó földet biztosította Jókai egykori szőlőskertje helyén. A szőlő tényleg nagy úr, ha így egymás mellé

tudta állítani a versenyszféra szereplőit, a civileket, a borászokat és a kormányzati szereplőket.”

A negyedik alkalommal megrendezett svábhegyi mulatság, amelyen az önkormányzat részéről Kovács Lajos alpolgármester vett részt, a Lochberg Tánccsoport műsorával kezdődött. A sváb táncokat a Tamási Áron Általános Iskola és Német Két Tannyelvű Nemzetiségi Gimnázium kamarakórusa által előadott sváb énekek követték, a műsor fénypontja azonban kétségtelenül a Budakeszi Hagományörző Kör férfi dalárdájának száma volt – ezzel sikerült dalra fakasztani a közönséget is.

Az idei, országosan silány termésre való tekintettel ezúttal kölcsönöszlőt tapostak a sváb menyecskék. A munkában szorgosan közreműködtek a gumicsizmás gyerekek is. Miután az Istenhegyi Szent László-templom plébánosa, István atya közös ima mellett megáldotta a tőkéket, a vendégek átadhatták magukat a must, a bor és a zene társas örömeinek.

Egy pohár friss must, vagy a Somlai Pince Budai Vörösbora egy sváb tallérba került, csakúgy, mint a lilahagymás zsíros kenyér. Az ezer forintért kapható tallérokban az adakozó kedvű közönség jelképes adományai ölthettek testet. Ezeket a Kadarka Kör a szőlő gondozására fordítja majd a jövőben.

J. Zs.

Művészet határok nélkül

Több tízezer látogató, húsz nemzet, ötszáz művész, több ezer műtárgy – négy évvel ezelőtt a Hegyvidéken mutatkozott be az Art Market Budapest (AMB), amit ma már Európa egyik legjelentősebb művészeti vásáráként tartanak számon. A nagyszabású rendezvény ezúttal október 9–12-ig a Millenáris Parkban várja a kortárs művészetek kedvelőit. Sikerekről, célokról és tervekről beszélgettünk az AMB alapító-igazgatójával, Ledényi Attilával.

■ *A Hegyvidéken indult útjára 2010-ben a kizárólag kortárs alkotásokat felvonultató Art Market Budapest. Akkor Pokorni Zoltán polgármester történelmi fordulópontnak nevezte a kulturális vásár életre hívását. Négy évvel ezelőtt gondolták volna, hogy a kelet-európai régió legjelentősebb művészeti vásárává nőnek ki magukat?*

– A polgármester úr akkori megállapításaival tökéletesen egyetértve így, négy esztendő távlatából megerősíthetem a 2010-es merész kísérleti kiállítás megnyitáskor elhangzottakat. A megelőlegezett bizalomért hálásak vagyunk ma is, amikor kijelenthetjük, hogy októberben immár Kelet-Európa vezető kortárs vásáráként, Magyarország legnagyobb kortárs kiállításaként nyílik meg az Art Market Budapest.

■ *Nagyszabású vásárai – ahogyan fogalmaznak – egyszerűen globálisak és lokálisak. A művészetben nincsenek kulturális különbségek?*

– Az Art Market Budapest a globális képzőművészetet friss, újszerű tartalommal igyekszik inspirálni, felfrissíteni. Erre Budapestten nyilván elsősorban a volt szocialista országokból érkező kiállítási tartalom lehet alkalmas, de a vásárra húsz országból érkező kiállító sok régió kívüli művészt is felvonultat. Az ő esetükben is az újszerűség és az inspiratív jelleg, a globális hatás a hangsúlyos elvárás.

■ *Miért tekintik szívügyüknek a fiatal művészek sorsát?*

– Elsősorban természetesen a fiatalabb művészgenerációk alkalmasak arra, hogy a kiállított

ezzer műtárgyat mutatja be október 9–12-ig. Mire számíthatnak a művészetkedvelők?

– A valóban elképesztő mennyiség mellett elsősorban a színesség, a műfajok, stílusok rendkívüli sokrétűsége az, ami különleges vonzereje az eseménynek. Ráadásul a kiállítási csarnokokon kívül, a szabadterén is műalkotásokkal, egy több tucat tárgyból álló szoborparkkal találkozhatnak a látogatók.

■ *Mikor érkezik el az a pont az Art Market Budapest életében, amikor azt mondják: „igen, elértük a célunkat”?*

– Mivel minden évben, sőt,



Az Art Market Budapest Európa egyik legjelentősebb művészeti vására

anyag friss és inspiráló, ha kell, akár provokatív is legyen. De az Art Market Budapestben bemutató több mint ötszáz alkotó között helyet kapnak az értebb generáció tagjai, a már befutott sztárok is.

■ *A Millenáris Park B, C és D épületének hatezer négyzetméterén húsz nemzet száz kiállítója több mint ötszáz művész több*

szinte hónapról hónapra újabb célokot fogalmazunk meg magunknak az esemény folyamatos fejlesztése érdekében, ezért valószínűleg soha nem leszünk teljesen elégedettek. Ha viszont arra gondolunk, hogy a fő cél színvonalas és emlékezetes kulturális élményt nyújtani a több tízezer közönségnek, akkor már célba értünk.

B. M.

(Folytatás a 7. oldalról)

Jóga hétfőn 16.30–18.00 kezdőknek és 18.15–19.45 haladóknak. A jóga gyakorlása segíti a testi, lelki, szellemi egészséget 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. 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, edzésmódszer, szellemi gyakorlat, a test fizikai szintjén fejlesztés, 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.

Társastánc. Kezdő: szombaton 14.00–15.00. Részvételi díj: 12 000 Ft/10 alkalom. Versenytánc, 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. Középhaladó: vasárnap 17.00–18.00. Haladó: vasárnap 18.00–19.00. Kezdő: szombat 18.00–19.00. Klubvezető: Székely Attila (06/30-952-9477, titi@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, titi@mail.datanet.hu, www.harmoniatanclub.hu).

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

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



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

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

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

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

Bless you gym. Időpontok: hétfőn, kedden, szerdán, csütörtökön 8.00, 9.00, 17.00, 18.00; pénteken 8.00, 9.00, 15.00, 16.00; szombaton, vasárnap 8.00, 9.00, 10.00.

Információ: Gálbory Zsuzsa, 275-1555. Részvételi díj: 1300 Ft/alkalom, 11 900 Ft/24 alkalom.



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

Namasté. Asperger kortárs klub autizmussal élő fiataloknak minden hónap második vasárnapján 16.00–18.00. Változatos programok: kézművesség, drámajáték, színház- és kiállításátogatás, túrák. Segítségnyújtás, a munkavállalásban, a világ dolgaiban való eligazodásban. Vezető: Vadasné Tóth Mária (06/30-280-3779). Tagsági díj: 1000 Ft/fél év.

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

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

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



A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Talált szív – Horváth Ildikó grafikusművész Turbuly Lilla Aranyvackor-díjas mesekönyvéhez készített illusztrációinak kiállítása október 31-ig látogatható.



Bran-koncert és táncház október 11-én. 17.00 Táncház. 19.00 Kedvenc képeink – vetítéssel egybekötött előadás. 20.00 Bran-koncert. Belépődíj: 1000 Ft, gyerekjegy 600 Ft. Honlap: www.bran.hu.

Ismerkedés a számítógéppel idősebbeknek. A következő tanfolyam október 14-én 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 hasznos és érdekes információkat önállóan megkeresni, illetve távoli ismerőseikkel e-mailben kapcsolatot tartani. A foglalkozások kis csoportokban folynak, mindenki külön számítógéppel elöl ül. Részvételi díj: 3000 Ft/fő/kurszus. Vezető: Szentiványi Imre villamosmérnök, számítástechnika-oktató.

Rituális táncélmény október 18-án 18.00. Elérhetőség: saman.trance.dance@gmail.com, www.transztanc.hu, 06/20-333-5588 (Mondok Árpád).

Akrobatikus rock and roll pénteken 16.15–20.00. Vezető: Fekete Kinga tánctanárné (06/70-424-9423). 16.15–17.00 Magic Kid Dance (3–6 éves kor). 17.00–20.00 Magic Stars versenyző rocky. Folyamatos csatlakozási lehetőség, az első óra ingyenes.

Angolnyelv-oktatás, korai fejlesztés angolul és óvodásangol. Óvodás- és kisiskolás angol csütörtökön 17.00–18.00. Vezető: Andre Judit (06/30-313-6822). Bábangol csütörtökön 8.00–10.00 (22–36 hónapos korú gyermekek édesanyját, 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: 10 000 Ft/hó. www.helendoron.hu.

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

Csiri-biri torna pénteken 9.30. Vezető: Orszáczky Ildikó. A foglalkozásokon minden mozgásformát dalok, mondókák kíséretében hajtának végre. A Csiri-biri tornán 3 éves korig várják a már járnai tudó, izgó-mozgó babákat. Testvérdíj: 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.



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

Klasszikus balett hétfőn 16.15–17.00 és 17.00–18.00, szerdán 17.00–18.00. Klasszikus balett oktatása kezdőknek és haladóknak, már 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.

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

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

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

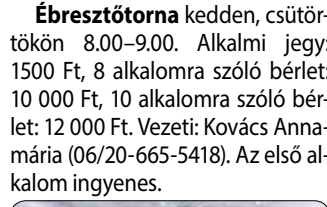
Zumba fitness gyerekeknek kedden 16.15–17.00, szerdán 15.15–16.15. Zumbakid: kifejezetten gyerekekre szabott játékos-táncos foglalkozás többségében latin zenére. Célja, hogy a gyerekek közösségben együtt élvezzék a zenét, a

táncot, átéljék a mozgás és az egészséges életmód örömét. A foglalkozások által nő önbizalmuk, fejlődik motorikus koordinációjuk, koncentrációjuk, valamint kifejező-készségük. A foglalkozásokat vezeti: Németh Krisztina okleveles aerobik- és zumbaoktató (06/20-549-0893, www.krisztinanemeth.zumba.hu). Ár: 6000 Ft/hó.

Zumba tiniknek. Kifejezetten tinikre szabott zumba fitnessórák. Nagyszerű csapattal és pörgős, 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).

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

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



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

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

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

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

Törzsi fúziós hastánc hétfőn 18.30–19.30. A hastáncnak egy különleges válfaja, amiben az afrikai, közel-keleti és ázsiai elemek, valamint a modern tánc technikák találkoznak. Várnak mindenkit a nyílt szintű órákra. Folyamatos csatlakozási lehetőség. Ár: 1600 Ft/alkalom, 11 000 Ft/8 alkalom. Vezető: Ládonyi Borbála (06/20-998-8586).

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

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

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

B.A.C. Jókai Táncklub hétfőn 18.30–20.30. Klubvezető: Juhász Vágvölgyi Györgyi szakosztályvezető, nívódíjas, Csokonai-díjas táncpedagógus. A táncgyűjtemény fiatal, lelkes tagjait a versenyekre készülés, a tánc szeretete összetartja, 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.jokaitanclub.hu

Nyugdíjasklub csütörtökön 13.30. Október 9.: filmvetítés. Október 16.: a Zsolnay-kiállítás megtekintése. Várják a kerületi nyugdíjasokat!

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

LÍVIA-VILLA

XII., KÖLTŐ UTCA 1/A

TELEFON: 395-8284

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Julianus barát és a felfedezések korának kezdete október 15-én 14.00. Előadó: dr. Török Zsolt Győző egyetemi docens (ELTE Térképtudományi és Geoinformatikai Tanszék). Az ismeretterjesztő előadások sorában a földrajzi felfedezések korát ismerhetik meg az érdeklődők. A következő alkalommal, novemberben Telegi Sámuel életét és munkásságát mutatják be.

Ahol a madár se jár – mese-mondó est a Lívia-villában október 16-án 19.00. Ez egy olyan este, ahol a természet semmi különös nem történik. Aztán mégis... Felnőtt 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 Palotájára mintájára rendezték 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 programjai

Csovelák Edit textilművész kiállítás megnyitóját október 10-én 17.00. Megnyitja: Makray János festőművész. A kiállítás megtekinthető: október 30-ig, előre egyeztetett időpontban (395-8284).

Jeles napok október 17-én 14.00–17.00. Kézműves játszóház a Kenderkőc Népi Játszóház vezetésével óvodások és általános iskolások részére. Őszi terménybetakarítás, süret, madáríjesztő- és bürök-duda-készítés. A belépés díjtalan.



Márton-nap november 7-én 14.00–17.00. Töklámpás-készítés és írás lúdtollal. A belépés díjtalan.

Advent november 28-án 14.00–17.00. Adventi asztaldísz és koszorú készítése. Adventi koszorúhoz gyertyát mindenki vigyen magával, alapot a helyszínen tud vásárolni 200 Ft-ért!



XII., BEETHOVEN UTCA 1/B

TELEFON: 457-0501

INFO@HEGYTORTENET.HU



Ismerd meg a Hegyvidéket! Folytatódnak a helytörténeti séták. Szilágyi Rita mutatja be a Farkasréti temető jeles síremlékeit az érdeklődőknek. Találkozó: október 11-én 10.00-kor a temető főbejáratánál (XII., Németvölgyi út 99.). A részvétel ingyenes.

Legendás Hegyvidék – 500 év. Az egyéves időszaki kiállítás a Mátyás király által használt Városháza Libegő megnyitásáig fél évezred izgalmas történetét, 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 44.

TELEFON: 319-9854/202

WWW.BARABASVILLA.HU

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Ismeretlen ismerősök október 8-án 18.30. Kondor Katalin vendége Piros Ildikó Kossuth- és Jászai Mari-díjas színésznő, érdemes művész. A belépés díjtalan.

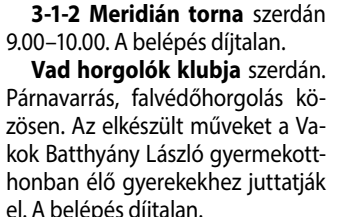


Villaséta Hartmann Hilda vezetésével október 11-én 11.00. A program díjtalanul látogatható.

Tánc hétfőn 18.45 (kezdő) és 19.45 (haladó). Táncanfolyam minden korosztálynak Tiborcz Zsuzsanna táncművész, koreográfus, táncoktató vezetésével. Swing, samba, rumba, charleston, shimmy, letkiss, rock 'n' roll, line dance, sirtaki, bécsi keringő, angolkeringő, tangó, party cha-cha-cha és így tovább. Jó zenék, jó hangulat. Folyamatos csatlakozási lehetőség. Jegyár: 1200 Ft/1 alkalom, bérlet 3600 Ft/4 alkalom (6 hét alatt felhasználható). 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.

Vad horgolók klubja szerdán. Párnavarrás, falvédőhorgolás közzösen. Az elkészült műveket a Vakok Batthyány László gyermekotthonban élő gyerekekhez juttatják el. A belépés díjtalan.



XII., VÁROSMÁJOR UTCA 16.

TELEFON: 201-6607

INFO@HEGYVIDEK.GALERIA.HU

Olajos György kiállítása a Magyar Festészet Napja alkalmából. Megnyitja: október 9. 18.00. Megtekinthető: október 30-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., HAJNÓCZY JÓZSEF UTCA 21.
TELEFON: 395-0336
BORZA@JOBECK.HU

Pálos Anna kiállítása november 1-jéig látogatható. Nyitva: vasárnap kivételével mindennap 14.00–22.00.



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

Szalon Egyetem. Október 8. 14.00 Színház az egész világ. Előadó: Köllő Miklós rendező, az Újbudai Kulturális Intézet művészeti vezetője. Október 22. 14.00 1956 a Hegyvidéken. Előadó: Balázs Attila, a Hegyvidéki Helytörténeti Gyűjtemény és Galéria igazgatója.

Répa-retek receptklub október 8-án 16.00 Nagy Katalin vezetésével. Nyersen, egészségesen.

Budai Lisztértevények találkozója október 8-án 17.30.

Kézműves-foglalkozás október 9-én 11.00 Virág Szilvia vezetésével. Az anyagszükséglet miatt előzetes jelentkezést kérnek.

HOK Hegyvidéki Osteoporosis Klub október 9-én 13.30. A lágyrészek reumatizmusa, a reumatológiai fájdalmak leggyakoribb oka – dr. Szekeres László reumatológus főorvos, az MOOT elnö-

kének előadása. Klubvezető: Mérszáros Lászlóné gyógytornász.

Derús percek Dolnával október 10-én 14.00. Életünk fordulópontjai történeteinkben, költészetben. Szakmai vezető: Kádár Magdolna (Dolna) magyar-ének szakos tanár, drámapedagógus.

Bridzstanfolyam a Magyar Bridz Szövetség szervezésében október 13-án 10.00–13.00. A tanfolyam ideje tíz alkalom (minden hétfőn), oktatója Hoffmann Tamás (tértítéses, a kiírás szerint).

Egyiptomi festészet 2. rész október 13-án 14.00. Konta Fanni előadása.

Cukorbeteg fiatalok klubja október 14-én 18.00.

Idősek Egészség Iskolája. Október 15. 14.00 A radiológia szerepe mozgásszervi betegségek esetén.

Önbizalom a mindennapokhoz október 15-én 18.00. Dr. Domján Mihály tanácsadó szakpszichológus és családterapeuta előadásorozata. Segítő kéz a családnak.

Kíváncsiskodók klubja október 20-án 14.00. Téma: Állatkertek története. Klubvezető: Nagy Katalin.

A Hegyvidéki Trianon Társaság estje október 21-én 18.00. Pokorni János: Emlékezés a 100 éve született Boldog Sándor István mártír, szalézi szerzetesre. Dégi András: A dicsőséges és győztes 1956-os forradalom. Szablya Ilona: Egyetlen lehetőségem – könyvbe-mutató.

Az ember származásáról – Pászli István társalgókora október 22-én 16.00. Beszélgetés tudományokról, kultúráról, érdekességekről.

A Hosszú, forró nyár Amerikában című könyv bemutatója október 22-én 18.00. A Kovács Imre Társaság programja. Válogatta és szerkesztette: Kovács András. A könyvet bemutatja: Szeredi Pál történész.

Házsongárdi temető – Konta Fanni előadása október 27-én 14.00.

Természetismereti sorozat. Téli madárvédelem – Botfalvai Zsolt természetvédelmi polgárőr előadása október 29-én 14.00.

Fiatal Rák-barát klub október 29-én 18.00. A Rákbeteg Országos Szövetségének programja.

Hegyvidéki Bélyeggyűjtők találkozója október 31-én 14.00.

Intim torna hétfőn 8.00–8.30. A részvétel ingyenes.

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

Alakformáló torna hétfőn 16.00–16.45. A részvétel ingyenes.

Tánclelésről tánclelésre kedden 9.00–10.00. Táncanár: Bojtor Mária. 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 találkozója 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 segédeszközökkel csütörtökön 8.15–9.15. A részvétel ingyenes. Előzetes jelentkezés szükséges.

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

Szupernagyi népdalkör minden páros héten csütörtökön 13.30–15.30. Énekvezető: Bucsei Anikó. Alapító: Karcagi Éva.

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

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

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

Do-in önmasszázs minden páros héten pénteken 9.00–9.45. A részvétel ingyenes.

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

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

Kölyökpoc pénteken 16.00–17.30. Kiskakukk Játsszóház kiskisakosoknak Kakuk Andrea vezetésével. A részvétel ingyenes.

Betyárbukfenc gyerektánc-ház minden páratlan héten pénteken 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 festészet műhelytitkairól a képzőművészettől a szintanon át a különböző technikai fogásokig. El-sajátíthatják a tusfestés, akvarellés, tempera-, akrilfestés és olajfestés módszereit. A kreatív műhelyben alkalomról alkalomra kincseket alkotnak. Nemezelnék magyar termelők gyapjújából, védik a környezetet, újrahasznosítják a papírt, a fát, a fémekeket, újjászövik régi textileket, festenek, mintáznak. A foglalkozásokat vezeti: Tóth Anna festőművész. Részvételi díj: 2500 Ft/alkalom.

UGOCSA UTCAI KÖNYVTÁR

XII., UGOCSA UTCA 10.
TELEFON: 225-1228, 411-5000/5586

Aurum király udvarában – dr.

Kürti Katalin gyermekgyógyász homeopata előadása a homeopátiáról szülőknek és gyerekeknek, továbbá a 2012-ben megjelent Aurum király című mesekönyvé-

nek bemutatója október 13-án 17.30.

Zöld Péter meséje – az Évkerék Társulat mesejátéka (kb. 45 perc) 3–12 éves gyerekeknek a Könyves Vasárnapon, október 19-én 11.00.



WWW.HEGYVIDEKKOZPONT.HU

XII., APOR VILMOS TÉR 11-12.

WWW.HEGYVIDEKKOZPONT.HU

Második születésnapját ünnepli a Hegyvidék Bevásárlóközpont! Ez alkalomból október 16-18. között születésnap programozással várják a kicsiket és a nagyokat. A programok az október 16-i Black & White Partyval indulnak, majd másnap Palya Bea ad koncertet, szombaton pedig egész napos ökörsütés lesz, délután 16.00 órától az Eszter-lánc Mesezenekear húzza a talpalávalót. Részletek a honlapon: www.hegyvidekkozpont.hu.

A Magyar Vöröskereszt szociális ruhavásárt szervez rászorulóknak október 13-án 8.00–16.00. Kedvezményes áron lehet vásárolni használt ruhaneműt, gyermek-, női, férfiruhatatot és játékokat. Az akció helye: II., Széll Kálmán tér 3. II. emelet. Telefon: 212-2783, 212-2811. A szociális vásárra elsősorban gyermeküket egyedül nevelő szülőket, kisnyugdíjasokat és kiskeresetű lakosokat várunk.

Senior Mentor Program. A Civil Vállalkozások közhasznú szervezet 55 év feletti felnőtteket keres, hogy – mint mentorok és oktatók – az olvasás elsajátításában segítsenek a helyi általános iskolás

diákoknak. Legyen Ön is a Senior Mentor Program tagja, segítsen egy fiatal diáknak, hogy sikeresen vegye a tanulmányi akadályokat, dolgozzon együtt csapatban más idősebb felnőttekkel, és kapjon havi ösztöndíjat! A pedagógiai tapasztalat nem előfeltétel. További információk: www.civilvallalkozasok.hu, info@civilvallalkozasok.hu.

Hozzáértő csoport a XII. kerületi Családsegítő és Gyermekjóléti Központ Félisziget Klubházában. A csoport célja a közös sors megélésén túl egymás segítése olyan egyéni, házi, határos viszonyulások átadása, amelyeket kipróbáltak, ami az egyes családokban bevált. Az aktuálisan megoldatlan helyzetekre közösen keresnek megoldást. Helyszín: Félisziget Klubház, XII., Kiss János altábornagy utca 34. Időpont: kéthetente csütörtökön 18.00–19.30. Csoportvezetők: Hanisch Erzsébet szakmai vezető (06/30-760-2422), Farkas Dalma klubháza vezető (212-9650). 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.

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

A HALLÁS NEM JÁTÉK

EZT LÁTTA A TV-BEN

Ingyenes hallásszűrést szervezünk és hallókészülék kipróbálási lehetőséget biztosítunk II. kerületi lakosok számára **2014. október 6-tól 24-ig** az Amplifon Hallásközpontokban. Bejelentkezéshez hívja a **06-1 221-5566-os** telefonszámot (II., Budagyöngye Bevásárlóközpont), vagy a **06-1 336-0298-as** telefonszámot (II., Margit krt. 31-33.)

Amplifon Hallásközpontok
Budapest II., Budagyöngye Bevásárlóközpont
Budapest II., Margit krt. 31-33.
amplifon.hu

A hallásspecialista

FOGSORRÖGZÍTÉS 2014

Rögzíttesse fogorát **MINI IMPLANTÁTUMOKKAL!**

A Mini Dental Implant (MDI) több évtizedes tapasztalattal rendelkező amerikai rendszer a fogprotézisek rögzítésére:

- minimális és egyszeri beavatkozás
- kedvező ár
- azonnali terhelhetőség
- stabilan ülő fogor
- akár a régi protézis felhasználásával is
- nem kell többé ragasztó
- bizonyítja 20+ év tapasztalat és >1 millió beültetett implantátum

VÉGRE NYUGODTAN BESZÉLHET, MOSOLOGYHAT ÉS EHETI KEDVENC ÉTELEIT!

Az Ön megoldása:
Dr. Faluhelyi Péter fogorvosi rendelője a Margit híd pesti hídfőjénél, a Pozsonyi út elején.

Bővebb információért:
Tel: 239 20 83 • mobil: 20/929 0701
www.fogsorrogzites.hu

www.drfuluhelyi.com
TELESKÖRŰ FOGÁSZATI ELLÁTÁS

3M ESPE
www.mini-implantatum.hu

3M ESPE/DENT-EAST REFERENCIA RENDELŐ

Komposztálók a környezetvédelemért

Hét éve hirdett először komposztálókeret-osztási akciót az önkormányzat. Az idén százötven környezetvédő eszközt igényeltek a hegyvidéki kerttulajdonosok.

Mivel Budapest teljes területén tilos az avar szabadtéri elégetése, a kerti zöldhulladéktól szabályosan kétféleképpen lehet megszabadulni. Az egyik megoldás, hogy a fűnyesedéket, a levágott növényi szárazakat, az avart és a lombot a kerttulajdonosok kifejezetten az FKF Zrt. erre a célra szolgáló zsákjaiba gyűjtik össze, ez azonban nincs ingyen, a cég logójával ellátott műanyag zsákok pénzbe kerülnek, igaz, az elszállításért nem kell külön fizetni.

A másik lehetőség a házi komposztálás, ami a kerti zöldhulladék és a háztartási szerves hulladék leginkább környezetbarát, egyúttal legolcsóbb hasznosítási módja. Ehhez nyújt segítséget az önkormányzat hét évvel ezelőtt életre hívott programja: minden ősszel, előzetes regisztráció után, a készlet erejéig ingyen juthatnak komposztálókerethez a hegyvidéki lakosok.

Az idén százötven darab a korábbiakhoz képest még erősebb komposztálóeszköz talált gazdára – mondta el lapunknak a komposztáló átadásában segédkező Kovács Lajos. A környezetvédelmi programokért felelős alpolgármester hozzátette, hogy a Hegyvidék a főváros legzöldebb kerülete, ahol a lakóépületek nagy részét kert, vagy valamilyen zöld terület övezi. Ebből adódóan jelentős a kerti zöldhulladék-termelés.

„A felmérések szerint a kukákba kerülő háztartási hulladék mintegy harmada komposztálható, szerves anyag, ami azt jelenti, hogy ennyivel lehet csökkenteni a lerakókba és égetőkbe kerülő szemét mennyiségét – folytatta Kovács Lajos, hangsúlyozva, hogy a szerves hulladékok szelektálása és helyben történő hasznosítása olyan környezetkímélő módszer, ami a fenntarthatósághoz járul hozzá. – Az önkormányzat kiemelt feladatának tekinti a környezet- és klímavédelmet, ezért támogatja a komposztálókeretek osztatásával a házi komposztálás elterjesztését.”



Egyre többen választják az olcsó és környezetbarát házi komposztálást

Az önkormányzat igyekszik jó példát mutatni a lakosság számára a környezetbarát megoldások terén. A MOM Kulturális Központban Magyarországon egyedülálló fűtő-hűtő rendszer üzemel, ami a Jagelló út alatt húzódó fűtőközpont szennyvízcsatorna hőjét használja. Néhány óvodában napelleneket helyeztek el, aminek köszönhetően jelentősen csökkent a villamosenergia-felhasználás. Több bölcsődében, óvodában és iskolában hőmeztartó nyílászárókat építettek be, valamint utólagos szigeteléssel látták el a homlokzatokat, ami szintén jelentős energiamegtakarítást eredményez – sorolta a közelmúltbeli fejlesztéseket Kovács Lajos.

Az önkormányzat beszüntette a PET-palackos italok vásárlását, ezzel is csökkentve a kerület ökológiai lábnyomát. Beszédesebb adat, hogy korábban évente sok ezer műanyag palack került

a polgármesteri hivatalból a szelektív gyűjtőkbe. A példamutatást szolgálja a nemrégiben beszerzett elektromos hajtású autó is, amit a kerületi útfelügyelők használnak.

A komposztálókeretek átadásában az önkormányzattal szorosan együttműködő Természet- és Környezetvédelmi Polgárőr Egyesület is segédkezett. Borfalvai Zsolt elnökhelyettes elmondta, hogy a komposztálás népszerűsítése az erdők megőrzése szempontjából is rendkívül fontos. A védett kerületi erdőterületeken ugyanis rendszeresen találunk illegálisan lerakott zöldhulladékot. Ennek az a veszélye, hogy az invazív fajok magjai így könnyebben bejutnak a kiegyensúlyozott növényi társulásokba, és felborítják a meglévő ökológiai egyensúlyt. „Az utóbbi években érezhetően javult a helyzet, a járórozéseink során azt látjuk, hogy egyre többen komposztálnak, ezzel párhuzamosan pedig csökken az erdős részre kidobott zöldhulladék mennyisége” – foglalta össze a polgárőrök tapasztalatait a szakember.

A komposztálásról a www.termeszetvedelmi-polgarorseg.hu honlapon részletes leírást olvashatnak az érdeklődők. Az info@termeszetvedelmi-polgarorseg.hu vagy a borfalvai.zsolt@termeszetvedelmi-polgarorseg.hu címre érkező kérdésekre pedig igyekeznek minél gyorsabban válaszolni az illetékesek.

MM.

Kedvező változás

Ismét fogad hegyvidékieket a Maros utcai labor

A Budavári Önkormányzat fenntartásában működő Maros utcai szakrendelőben a nyár végén a helyszínen tájékoztatták a nem I. kerületi betegeket, hogy a társadalombiztosítási finanszírozás korlátai miatt már nem tudják fogadni őket laborvizsgálatokra. Az intézmény környékén élő hegyvidéki lakosokat, akik eddig igénybe vették az ellátást, meglehetősen váratlanul érte az intézkedés.

A problémáról az érintettek szeptember közepén értesítették a körzet képviselőjét, dr. Beryák Adrienn, aki a helyzet rendezése érdekében azonnal tárgyalásokat kezdett Pokorni Zoltán polgármesterrel, valamint az egészségügyi területtel foglalkozó alpolgármesterrel, Kovács Lajossal. Ezek eredményeképpen néhány nappal ezelőtt Kovács Lajos és dr.

„Az Országos Egészségbiztosítási Pénztár a Maros utcai rendelőt felkeresők laborvizsgálatainak teljes költségét egy meghatározott beteglétszámmal fizeti, afölött viszont már csak a költségek egy részét állja. Ha tehát túl sok a vizsgálat, az ellátás jelentős veszteséget termel az intézménynek” – foglalta össze a finanszírozási gondok hátterét Kovács Lajos. Az alpolgármester szerint érthető, ha az I. kerület által fenntartott szakrendelő a helyi betegek ellátását tekinti elsődlegesnek, hiszen nem törvényi kötelessége a más kerületekből érkezők kiszolgálása. Azt azonban problémásnak tartja, hogy a rendelőnek nincs tájékoztatói kötelezettsége a hegyvidéki háziorvosok vagy az önkormányzat felé abban az esetben, ha felfüggeszti a XII. kerületiek ellátását.



A Maros utca 16/b alatti szakrendelő épülete

Bodroghelyi László, a Budavári Önkormányzat Egészségügyi Szolgálatának vezetője megállapodott arról, hogy a Hegyvidéki Önkormányzat finanszírozza a XII. kerületi betegek laborvizsgálatainak pluszköltségeit a Maros utcai szakrendelőben, amennyiben oda utalja be őket a háziorvosok.

Kovács Lajos hangsúlyozta: a Hegyvidéki Önkormányzat a lehető leghamarabban rendezte a felmerülő problémát. Azután, hogy értesült a gondokról, egy héten belül ismét megnyílt a Maros utcai rendelő laborja a hegyvidékiek előtt. A kedvező változásról már értesítették a kerületi háziorvosokat.

FOTÓ: SÁRKÁZSI GÖRGY

SZ.

Vadspark kicsiknek és nagyobbaknak

Szinte nincs olyan nap, amelyik ne tartogatna újabb izgalmat és élményeket a Budakeszi Vadsparkba látogatók számára. Legutóbb az állatok világnapja és az Erdők Hete elnevezésű rendezvénysorozat vonzott sokakat az idilli környezetbe, és ezzel még nincs vége az őszi programoknak.

Minden évben október 4-én van az állatok világnapja, amit egy természeti nevelést és állatbemutatót végző intézménynek, mint amilyen a Budakeszi Vadspark, kötelező kiemelten kezelni. Az idén a látogatók a Körös-Maros Nemzeti Park munkatársától hallgathattak meg előadást az év madaráról, a túzokról. A szakember első kézből adta át ismereteit, hiszen ő maga is a legnagyobb hazai szárnyasunkkal, sikeres természetvédelmünk egyik emblematikus madarával foglalkozik. A vendégek tudásszomját az állati „legekkel” foglalkozó sokszínű ismeretterjesztő előadás és a WWF munkatársai által tartott vezetések is próbálták enyhíteni.

A nap másik, szinte már hagyományos programja a kutyások egyesületének látogatása volt. Ilyenkor a vadak között a szelíd négylábúak is jól megférnek a parkban. Ha a kutyatulajdonosok és kedvenceik bárkiben kedvet éreztek a társállattartásra, akkor erre most lehetőség is nyílt, hiszen a gazdátlan ebek és macskák közül már aznap be lehetett fogadni egyet-egyét. Természetesen nem maradhattak el a szokásos látványteretek, állatbemutatók és a gyerekek körében kedvelt kézműves programok sem.



Mufongetés a parkban

társulásokat, az erdők nyújtotta táplálékokat, a mesékben is felbukkanó nagyvadakat és a rejtőzködő kisállatokat.

Ne feledkezzünk meg a Budakeszi Vadspark ötletes újdonságáról sem! Megújult ugyanis a terep-babakocsi park, így a kisgyerekek mostantól vadonatúj, kényelmes terepjáró kocsikban élvezhetik a fák lombkoronájának alulnézetét, amit számukra ebben a korban a vadspark látogatása jelent. A városban megfelelő, de a burkolatlan utakon, emelkedőkön kényelmetlenül rázós babakocsikat a park bejáratánál díjmentesen cserélhetik a családok a tíz kényelmes kocsi valamelyikére. Így a babák is nyugodtabbak, és a család számára is kelleme-sebb kikapcsolódási lehetőséget nyújt az erdei séta.

Az uszonnát a kifejezetten erre a célra készült nyugalmas kis szobában is elköltethetik a családok, ahol nem lehet gond a kicsik etetése, pelenkázása sem. Így már a legkisebbek is a lehető legjobb élményekkel távozhatnak a vadsparkból!

(Barta)

„EGYÜTT 70”

A harmincötödik születésnapjához érkező Budakeszi Vadspark együtt ünnepel a szintén 1979-ben alakított Jászberényi Állat- és Növénykerttel. A jászberényi munkatársak október 11-én ismét ellátogatnak a vadsparkba, és szokás szerint nem üres kézzel jönnek – de hogy pontosan milyen állatok lapulnak majd a szállítódobozokban, azt csak az aznap a parkba látogatók tudják meg. Annyi bizonyos, hogy a tavasszal nagy sikert arató kigyók feltétlenül képviseltek magukat, és afrikai óriás ezerlábú is lesz, amely a hazai vaspondrónk természetes rokona, s előszeretettel fon élő karkötőt a legbátrabb látogatók kezére.

FOTÓ: BARTAJSTIVÁN

IDŐSEK EGÉSZSÉG ISKOLÁJA A HEGYVIDÉKEN

ISMERJE MEG AZ AKTÍV,
EGÉSZSÉGES IDŐSKOR RECEPTJÉT

FOLYTATÓDIKI!

ELŐADÁSSOROZAT A KULTURÁLIS SZALONBAN AZ ORSZÁGOS GERINGGYÓGYÁSZATI KÖZPONT ÉS A BUDAI EGÉSZSÉGGYÓGYÁSZATI KÖZPONT KÖZREMŰKÖDÉSÉVEL

PROGRAMOK:

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

VÁLJÉK EGÉSZSÉGÉRE!

HEGYVIDÉKI
KULTURÁLIS
SZALON

1126 Bp. Bösztörményi út 34/A. • Telefon: (+36-1) 202-2509
info@kulturalisszalon.hu • www.kulturalisszalon.hu

ORSZÁGOS
GERINGGYÓGYÁSZATI
KÖZPONT

A Budai Egészségközpont Szakkarója

BUDAI
EGÉSZSÉGGYÓGYÁSZATI
KÖZPONT

Élet. Minőség.

HEGYVIDÉKI
EGÉSZSÉGGYÓGYÁSZATI
KÖZPONT





NORMAFA FUTÓ- ÉS TÚRANAP

2014. OKTÓBER 25.

VERSENY A VÁROS FELETT! FUSS VAGY
TÚRÁZZ 12 KM-T A 12. KERÜLETBEN!

LEGYEN
TIÉD AZ ESEMÉNY
PÓLÓJA!

1,4 km futás
rajt: 14:00

rajt és cél: a Libegő felső végállomásánál

Fuss egy kört a hegytetőn! Próbáld ki magad a Normafánál kialakított 1,4 km-es körön, hozd a családot is, kevésbé edzetteknek, gyerekeknek is ideális a táv!

12 km futás
rajt: 15:00

rajt: a Libegő felső végállomásánál, **cél:** Erzsébet-kilátó

Fuss 12 km-t kemény emelkedőkkel és meredek lejtőkkel a Normafa környéki aszfaltos utakon. A táv végén érj célba Budapest legmagasabb pontján, az Erzsébet-kilátónál!



TÚRÁZZ FEL A LIBEGŐ ALSÓ VÉGÁLLOMÁSÁTÓL
BUDAPEST LEGMAGASABB PONTJÁRA (527 M),
AZ ERZSÉBET-KILÁTÓHOZ!

12 km túra
rajt:
12:00-13:00
között

rajt a Libegő alsó végállomásánál,
cél: Erzsébet-kilátó

BŐVEBB INFORMÁCIÓ, NEVEZÉS:

- www.futanet.hu • BSI nevezési iroda (1138 Budapest, Váci út 152-156., M3 Forgách utcai megálló)
- Tel: (06 1) 220 8211, 06 20 965 1966 • e-mail: info@futanet.hu
- Nevezés előzetesen és az esemény helyszínén is lehetséges

SZOLGÁLTATÁS

ABLAK, AJTÓ, REDŐNY

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

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

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

ABLAKJAVÍTÁS, www.ajtoablakdoktor.hu 20 év vállalom igényesen, becsületesen 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, szünyogháló, roletta, harmonikaajtó. 6 légkamrás műanyag ablak 10 munkanap alatt. Garanciával. Kiss Zoltán, 06/20-957-5038, 06/1-362-41-12. Honlap: www.kissz.hu

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

ASZTALOSMUNKÁK

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

ZÁRSZERVIZ vállal zárszerelést, asztalosmunkát, pántok, zsanérok cseréjét, kúszóbbkésztést, 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

ELTARTÁS, GONDOZÁS, ÉLETJÁRADÉK

ÉLETJÁRADÉKI szerződést kötnek XII. kerületi lakos, idős személyvel megegyezés szerint. 06/70-328-1414.

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

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

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

ÉLETJÁRADÉKI szerződést kötne belső kerületi ingatlanra budai, többgyerekes család. 06/20-426-0015.

HÁZTARTÁSI GÉPEK, ELEKTRONIKA

TV-JAVÍTÁS a helyszínen is, garanciával! Távirányító-javítás. Tv-videó szerviz, mikroosztó- 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.

HEGYVIDÉK SZERVIZ
Háztartási, elektromos készülékek javítása, árusítása.
www.hegyvidekszerviz.com
06/30-942-2946,
06/1-421-5959

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

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

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

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

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

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

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

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

KERT, FAKIVÁGÁS

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

FAKIVÁGÁS, gallyazás, ereszcsonnatisztítás hegy-mászótechnikával, szállítással, 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.

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

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

VEZÉLYES fák kivágása szállítással, telkek kitakarítása, kertépítés. 06/30-852-3349.

FÜNYIRÁS, fakivágás, irtás szállítással, permetezés. 06/30-784-6452.

FAK szakszerű kivágása, gallyazása kötéltel-technikával és zöldhulladék-elszállítás. Ingysen felmérés. Kerületi vállalkozástól. T.: 06/30-907-5948, www.greenarbor.hu

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

KERTÉSZET ÉS VIRÁGÜZLET nyílt „PAEONIA”. Bp. XI. ker., Sasadi út 186. Nyitva tartás: H: zárva, K-Sz-Cs-P: 9-18, Sz-V: 10-14. Tel.: 249-0052, +36/30-942-3276.

„PAEONIA” kreatív virágüzlet, különleges alkalmi csokrok, koszorúk készítője. Kerteket tervezünk, építünk. Tel.: +36/30-942-3276.

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

KERTÉPÍTÉS, öntözőrendszerek, fakivágás, gallyazás, teljes körű kertészeti munkák, növényvédelem, minden, ami kert! Munkáinkat szakszerűen, garanciával vállaljuk! www.sunikertek.hu, Grünwald János kertész. 06/30-343-7318.

ingatlanROBOT.hu
ingyenes hirdető portál

METSZÉS, permetezés, fagyás, gypesítés, bozótirtás, kerítés építése, javítása. Törkövényesi, betonozási munkák. Tel.: 06/1-781-4021, 06/70-547-2584.

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

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

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

KÖLTÖZTETÉS, fuvarozás! Gyors ügyintéssel, precíz munkavégzéssel. Igény esetén kartondobozt biztosítok! 10%-os HÉTVÉGI KEDVEZMÉNY. T.: 06/70-214-4235. T.: 280-2542.

INGYEN LOMTALANÍTÁS! Lakók, házmesterek, közös képviselők! Ha felhalmozódtak pincéjében, padlásán lom, háztartási gépek stb., hívjon bizalommal! 06/20-931-9793.

KÖNYVELÉS

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

KÖMÜVSMUNKÁK

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

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

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

FÜRDŐSZOBA-FELJÁVÍTÁS anyagbeszeréssel, garanciával! Csempeburkolás, kőművmunkák, vízszelés, villanyzerelés! 06/20-961-6153. www.mesterur.hu

LAKÁSSZERVIZ

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

LAKATOS, zárszerelő, kerítések, korlátok, kapuk, előtörök. Bádógos-, teretőföld, ácsmunkák ipari alpinista technológiával. Kőművmunkák kerületi vállalkozástól. 06/30-900-4238. www.femmunka.hu; www.alpinmunka.hu

LAKÁSFEJLŐJTÉS! Szobafestés, tapétázás, parkettakerakás, -csiszolás, -javítás, csempézés, kőműves-, lakatos- és asztalosmunkák, ajtó-, ablakcsere, villanyzerelés, vízszelés garanciával. 202-2505, 06/30-251-3800.

ZÁRLAKATOS-GYORSSZOLGÁLATI

Zárnyitás, zárszerelés, hevederzár-szerelés, rácskészítés, lakatosmunkák. 06/30-299-1211.

KÖMÜVSMUNKÁT, szobafestés-mázolás, felújítást vállalok (kisebbit is!) anyagbeszeréssel, szállítással, elérhető áron. Cégünk alanyi áfamentességet élvez! 06/20-941-4200.

GARÁZS- és bejárati kapuk, kapunyitó automatikák, zárszerelés, lakatosmunkák, kerítések. Urbanek. Tel./fax: 214-7442, 06/20-978-7429, frimari53@gmail.com.

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

FESTŐMESTER vállal szobafestést, mázolás, tapétázást, penészes falak szakszerű rendbetételét garanciával. Tel.: 285-2882, 06/30-878-8977.

PARKETTÁZÁST, csiszolást, javítást, festést, tapétázást garanciával. 06/20-564-3807.

BÁDOGOSSZERKEZETEK, cserép-, palatető, tetőszigetelések javítása 1986 óta, kerületi kisiparosító. 249-2664, 06/20-944-9015.

LAPOS TETŐK csapadékvíz eleni szigetelés bádógos munkákkal együtt, garanciával, referenciával. Kőműves- és festőmunkák kivételével. 273-1857, 06/20-471-1870.

ALPINISTA munkák: homlokzatfelújítás, lefolyó és ereszcsonnák szerelése, kőműves- és festőmunkák, veszélyelhárítás, függőfolyások felújítása, dryvit szigetelés. 273-1857, 06/20-471-1870.

FAVÉDELEM! Családi és társasházak, nyaralók fadiszító elemeinek, homlok- és ereszcsonnák felújítása, drayvit szigetelés. Zsindelyezés és ácsmunkák. 273-1857, 06/20-471-1870.

TETŐFEDES—bádógozás, pala- és cseréptökök javítása, új tetők készítése. Zsindelyezés és ácsmunkák. 273-1857, 06/20-471-1870.

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

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

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

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

BÁDOGOZÁS, tetőfedőmunkák, javítások, felújítások, vízvezeték-szerelés. 06/20-391-5982, 607-0722.

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

LAKÁSOK, HÁZAK átalakítását, felújítását vállaljuk építészeti, belsőépítészeti tervezéssel. +36/30-274-5297. www.voros-architect.hu

KAPJA VISSZA RÉGI ÉLETÉT!

Étkezzen gond nélkül, beszéljen és mosolyogjon bátran!

KÜTVÖLGYI PREMIUM DENTAL
A KÜTVÖLGYI KÓRHÁZ Klinikai Tömbjében működő PREMIUM DENTAL fogászat minden problémájára megoldást kínálunk.

Akár hiányzó fogait szeretné pótoltatni, akár tartósan rögzíttetné meglévő fogprotézisét, **egyedülálló klinikai háttérünknek köszönhetően Ön biztos kezekben lesz!**

Implantáció, szájsebészeti beavatkozások, parodontológia, fogpótlás, fogsorrögzítés, fogszabályozás, 3D fogászati CT, szájhygiénés kezelések. **Éljen speciális őszi ajánlatainkkal!**

AKCIÓS AJÁNLATAINKÉRT KERESSEN BENNÜNKET, KÉRJEN IDŐPONTOT INGYENES KONZULTÁCIÓRA!

PREMIUM DENTAL FOGÁSZATI | KÜTVÖLGYI KÓRHÁZ KLINIKAI TÖMB | 1125 BUDAPEST, KÜTVÖLGYI ÚT 4.
Telefon: 225 3334 | 30 634 7729 | Email: hello@premiumdental.hu | Web: www.premiumdental.hu

HEGYVIDÉK TELEVÍZIÓ

A helyi érték

UPC: 210.25 MHz, Fibernet: 196.25 MHz

1122 Budapest, Hajnóczy József utca 2.

781-1787, 06/20-501-98-28;

htv@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	ÚTINFORM IDŐJÁRÁS	ÚTINFORM IDŐJÁRÁS
10.00	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS
15.00	KÉPÚJSÁG	KÉPÚJSÁG	KÉPÚJSÁG	KÉPÚJSÁG	KÉPÚJSÁG	KÉPÚJSÁG	KÉPÚJSÁG
19.00	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK
20.00	HEGYVIDÉKI MAGAZIN	MINŐSÉGI IDŐ	KULTÚRPONT	LÉLEKEMELŐ	KÉK HÍREK	KOMMENTÁR NÉLKÜL/DUETT	ALFA ÉS OMEGA
21.00	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK
23.00	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK

KIEMELT MŰSORAINK:

HEGYVIDÉKI HÍREKKEL MINDENNAP 19 ÓRAKOR JELENTKEZÜNK.

HÍREK CÍMŰ MŰSORUNKBAN MINDENNAP ÓRÁNKÉNT 3 PERCBEN TÁJÉKOZÓDhatnak a kerület legfontosabb híreiről, az összeállítás megújult honlapunkon is elérhető.

10. 09. HEGYVIDÉKI MAGAZIN: Interjú Pokorni Zoltán polgármesterrel az elmúlt négy évről.

10. 10. KÉK HÍREK: Vendégünk Hoffmann Kornél, a XII. rendőrkapitánya.

10. 21. HEGYVIDÉKI MAGAZIN: Hegyvidéki Fitparádé.

A műsorváltoztatás jogát fenntartjuk!

KEMPINGFELSZERELÉSEK szaküzlete
CAMPINGGAZ ENGEL bemutatóterem képviselet

Gázfűzők - Gázlámpák - Gázos grillék
Tartozékok - Palackok
Mobil WC és tartozékai
Engel, Campinggaz, Waeco hűtőboxok
Gázos Dometic hűtőboxok

Bp., XVII. Pest út 237.
Tel.: 06 30 488 7179
www.campingshop.hu

Diametrus Diametrus Kutató, fejlesztő, Szolgáltató Kft.

Kéménybélelés FuranFlex technológiával, bontás nélkül, elhúzásos kéményekben is. Gyűjtőkémények bélelésére is a legalkalmasabb. Zárt égésterű készülékek kéményét is elkészítjük. Gázkészülék csere, komplett fűtőkorszerűsítés. Ingyenes helyszíni felmérés.

www.diametrus.hu
tel: 464 5881
464 5812
fax: 464 5882
Bp. XI., Budafoki út 183.

STRESSZ HESS!
HR Pszicho Fitness

KINEZIOLÓGIA • GRAFOLÓGIA
COACHING • EGÉSZSÉGSZICHIOLÓGIA
TANULÁSMÓDSZERTAN

www.hrpszichofitness.hu
Stúdió címe: 1021 Budapest, Hűvösvölgyi út 32-34., Tel: (06) 30 849 5855

Pest-budai Látkép

A HetiVálasz havi melléklete



HetiVálasz

Az össze-fogás lapja

a Duna két partján

Keresse az október 16-i számban!

A HEGYVIDÉK LAPKIADÓ A HIRDETÉSEK TARTALMÁÉRT NEM VÁLLAL FELELŐSÉGET!

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

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

„EZERMESTER” MŰSZERESZTECHNIKUS háztartásban, garázsban, kertben BÄRMIT megjavít. 06/70-602-5203.

TÁRSASHÁZAK

LAPOSTETŐ-SZIGETELÉS, javítás, -csere, kapcsolódó munkák, fénycső, egyéb szigetelések. Tel.: 426-5000, 06/30-942-6500. a@prodiv.hu

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

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

TÁRSASHÁZAK közös képviselőt, kezelést vállalom. Tel.: 06/20-392-6368.

TÁRSASHÁZAK, magánzemélyek, figyelem! Dryvit hőszigetelés, műanyag ablak kedvező áron. 06/70-698-9084.

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

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

VÍZ, GÁZ, VILLANY, FŰTÉS

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

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

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

TISZTELT Hölgyem, Uram! Megbízható, korrekt szerelő vállalkozó, fűtés-szerelés, gázkészülékek javítását, duguláselhárítást! Már 13 éve az Önök szolgáltatásában. Most 30%-os akció! 402-0627, 06/20-433-1628.

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

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

VÍZSZERELÉS gyorsszolgálat. Csőrepedés, vízvezetékjavítás, kamerás csatornavizsgálat, duguláselhárítás. Kerti csap vízvezetékcsere ással is. 06/30-914-3588.

S.O.S.VÍZSZERELÉS-GYORSZOLGÁLAT, duguláselhárítás, csatornakerítés, műszeres csőrepedés-keresés, csőrepedés javítása, WC-k, csapok, teli elzárók szerelése ással. Hétvégen is. Gabona Róbert. 06/30-200-9905.

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

EGYÉB

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

ingatlanROBOT.hu ingyenes hirdető portál **AUTÓJÁT MEGVÁSÁROLÓM!** Lehet sérült vagy akár roncs is. Forgalmomból INGYENesen kivonom. Kiszállási díj nélkül a hét minden napján. 06/70-433-0123.

LAKÁS/INGATLAN/BÉRLEMÉNY

„BUDA VÁR ’89” Ingatlanközvetítő Magániroda! 201-7719, Zwilling.

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

AFA NÉLKÜL vállalom ingatlanok eladását-kiadását az I., II., XII. kerületben. Eged Zsuzsa ingatlanközvetítő. 201-9475, 06/70-237-9030.

XII., CSIPKE u., 5,5 szobás ikerfűtő, 140 nm-es + pince + terasszal, 450 nm-es saját kerttel, garázzsal + beállóval eladó. Ír.: 66,5 M Ft. ingatlan.com/20805795. Tel.: 201-9475, 06/70-237-9030.

NÉMETVÖLGYI út elején felújítandó, 81 nm-es lakás eladó. 06/30-944-9335.

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

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

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

ÉRDI, szerkezetkész, 70 nm-es ház 16 millióért sűrűségi eladó. 06/30-944-9335.

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

BUDAFOKI út elején 107 nm-es, liftes, felújítandó, polgári lakás eladó. 06/20-414-2342.

TÜKÖRHEGYEN 263 nm-es ház eladó. 06/30-944-9335.

MÓRICZ ZSIGMOND körtérben 140 nm-es lakás eladó. 06/20-414-2342.

216 NM-ES, kelenvölgyi ház eladó. 06/30-944-9335.

TÁTRA utcai, felújított lakás eladó. 06/20-414-2342.

ZÓLYOMI úti, 76 nm-es lakás eladó. 06/20-414-2342.

VÁROSMÁJOR utcai, 80 nm-es lakás 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 Kátyával 10% kedvezmény! 398-1501, www.berbead.ingatlan.com.

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

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

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

XXII., GERINC utcában eladó egy felújítandó, 58 nm-es, 3 szobás, I. emeleti lakás, garázzsal, 25 M Ft-ért. Tel.: 06/30-960-8862.

I., GELLÉRTHEGY utcában eladó egy felújított, 56 nm-es, 3 szobás, mfszr.-i lakás 22 M Ft-ért. 06/30-960-8862.

II., HÜVÖSVÖLGYI úton eladó egy csendes, felújított, 54 nm-es, 2 szobás, 2. emeleti lakás, gk.beállási lehetőséggel, 21,9 M Ft-ért. 06/30-960-8862.

XII., VIRÁNYOSON eladó egy 1681 nm-es telek. A telken 200 nm-es felújítandó vagy bontandó ház található jelenleg. A telek beépíthetősége 15%. Az ingatlan ára: 159 M Ft. Tel.: 06/20-935-0018.

XII., GYŐRI úton 106 nm-es, 1. emeleti, minimál stílusban felújított, 3 szobás, erkélyes, cirkófűtéses lakás eladó 42,5 M Ft-ért. Tel.: 06/20-955-9591.

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

PADKA lépcsőnél, hatlakásos társasházban, 43 nm-es, 1 + fél szobás, étkező-konyha, cirkófűtéses, erkélyes lakás eladó. Ár: 17,9 M Ft. 06/30-729-7546.

VÁSÁROLNÉK rendezett környezetben lévő ingatlant. 06/30-729-7546.

LIPÓTMEZEI út felső részén, négylakásos társasházban, 100 nm-es, erkélyes lakás garázzsal eladó. 39 900 000 Ft. 06/30-729-7546.

SASADON új építésű, luxus-, bruttó 420 nm-es ház, 1000 nm-es telken eladó. Rendkívüli ár/érték arány! 06/30-729-7546.

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

DIPLOMATCSALÁD részére bérbé adó 3-5 szobás lakást, házat keresek hosszú távra. 06/30-924-7165.

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

XII., KIKELET utcában eladó 65 nm-es, 1 + 2 szobás, zöldövezeti, felújított lakás! Szigetelt ház, új kombi cirkó, biztonsági bejárati ajtó és redőny, légkondicionáló, riasztó, tároló, 20 nm-es garázs (3 500 000) Irányár: 29 900 000 Ft. Tel.: 06/20-365-5141.

RAKTÁROZÁSRA, TÁROLÁSRA 16 nm-es, felújított, száraz helyiség bérbé 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.

KERESEK minimum 70 nm-es lakást minimum 25 nm-es terasszal, legfelső emeleten. 06/30-463-4830.

KERESÜNK eladó, kiadó ingatlanokat kp.-s ügyfeleink részére. Bakos Lak, 326-0618, 06/20-974-0571.

IGÉNYES, kiadó házat, ikerházat, sorházat, lakásokat keresünk diplomata ügyfeleink részére. Bakos Lak, 326-0618, 06/20-974-0571.

GARÁZS

RÁTH György utcában 26 nm-es (6 m x 4 m-es) garázs hosszú távra kiadó. Tel.: 3-553-107.

NÉMETVÖLGYI-BŰRÖK utca keresztlésénél garázs kiadó. 06/70-211-0485.

GARÁZS kiadó húzamosabb időre a MOL-kútnál, az Istenhegyi úton. 201-5331.

BEETHOVEN utcában, teremgarázsban parkolóhely kiadó. T.: 06/20-422-7084.

GARÁZS kiadó! Zugligeri út 28. Tel.: 275-1732. Mobil: 06/30-579-7385.

OKTATÁS

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

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

MATEKATANULÁS felelmek nélkül, örömmel, általános iskolásoknak, gyakorlóitl pedagógussal a Budapesti Könyvtárban. 06/20-571-7554. francia.matek@gmail.com, www.francia-matek-tanitas.hu

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

MATEMATIKA, fizika-, számítástechnika-, kémia tanítás általánostól felsőfokig. ÉRETTISÉGI szaktanártól. www.nemcsak-matek.hu 06/30-709-2362.

NÉMET diplomás nyelvtanártól. Tel.: 214-2420, 06/20-244-6565.

ANGOLBÓL, MATEMATIKÁBÓL intenzív felkészítés egyénileg, gyakorlott 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 Önnél! 06/20-959-0134.

NÉMET nyelvtanítás, korrepetálás, nyelv- vizsga-felkészítés – németországi diplomával. Beszédcentrikus. Tel.: 06/30-914-7003.

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

MEGTANÍTOM TANULNI GYERMEKÉT. Felsőszályosok, gimnazisták, magántanulók. Szövegértés, folyamatos haladás, hogy a képességeit felszínre tudja hozni: tároló, 20 nm-es garázs (3 500 000) Irányár: 29 900 000 Ft. Tel.: 06/20-244-7287.

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

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

ZONGORATANÁRT KERESÉK Zugligeri-be, kezdő szinten, kisiskolához. 06/30-942-3754.

MATEMATIKAKORREPETÁLÁS általános és középiskolások részére. A matematika nem ördög! Hívjon bizalommal! Benkő Zsuzsanna, 06/20-802-8999.

MATEMATIKATANÍTÁS háznál. 06/30-719-7418.

VEGYES

BÉLYEG, régi képeslap, pénz, kitértetés, papírrégiség. Vétel-eladás. Marnitz bélyeg-üzlet. Bp. XII., Nagyenyed u. 9. Nyitva: H-P: 12-18. Tel.: 213-9230, a Déli pályaudvarnál.

ÚJSZERŰ LEMEZJÁTSZÓ eladó Korda- és karácsonyi lemezekkel 5000-ért. 06/20-420-8547.

RÉGISÉG

DŰTALAN LAKÁSKIVITÉSSEL vásárolok mindenféle régi dolgot, konyha- és spejzartozékokat, festményt, bútort, romos székeket, ezüstöt. Elromlott háztartási gépeket. Pl.: mosógép, centrifuga, hűtő. 291-3101, 06/30-347-7713. Szellő János.

KELETI SZÖNYEG- ÉS MŰTÁRGYBESZÉLŐ vásárolok régi keleti szőnyegeket és műtárgyakat sérült állapotban is. Kiszállás díjtalan. Tel.: 06/30-456-3938.

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

KASTÉLYOK berendezéséhez vásárolok kisebb-nagyobb festményeket, ezüstöket, porcelánokat, bronzokat, órákat, bútorokat, stb., teljes hagyatékot. Első bevétőként a legtöbbet fizetek. 06/20-280-0151. herendi17@freemail.hu

KIRÁLYHÁGÓ ANTIK GALÉRIÁM újra nyílik a Böszörményi úton, és a legmagasabb áron vásárolok készpénzért arany ékszereket, régi borostyánokat, ezüsttárgyakat, antik és modern festményeket, herendi, Zsolnay porcelánokat, mindenféle nippelket, fali-, asztali, karórákat. 06/70-328-1414.

AZONNALI KÉSZPÉNZI Almásy Katalin vásárol legmagasabb áron! Bútorokat, tállalozékrényt, festményeket, órákat, dísz- tárgyakat, porcelánokat, könyveket, hangszereket, csillárokat, szőrméket, csipkét, bizsukat, borostyánt, írógépet, kitértetést, régi pénzt, hagyatékot, díjtalan kiszállással! Hérvégén is. 06/30-308-9148.

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

MINDENEMŰ régiséget vásárolok díjtalan kiszállással, értekezéssel. 06/30-973-4949, 466-8321.

KÁRPÁTI VIKTÓRIA kastélyok, színházak részére is készpénzért vásárolok könyveket, bútorokat, festményeket, dísz- és ezüsttárgyakat, ezüstműt, órákat, ruhaneműt, teljes hagyatékot, és hétvégen is hívható. 06/70-651-1028.

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

KIMAGASLÓAN értékes festményt, gyűjteményt venne ügyvédcsalád magánzemélytől. 06/30-822-8050.

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

EGÉSZSÉG/SZÉPSÉG

LÉZERTERÁPIA, reumatológia, akupunktúra, fogászat, szénanátha, gerincfájdalom, csonttrikulás, csípő- és térdkopás kezelése, fej- fájásellátás, lumbágógyógyászat, uzenorvosi vizsgálatok. Arcevitallalás biomasszázs. Tel.: 368-6349, 06/20-968-6886.

FOGSOROK, hidak készítése, javítása soron kívül. Fogszabályozó, fogfehérítő. Mozgáskorlátozottakhoz házhöz megyünk! Hétvégi ügyelet. Fogászati háttér biztosított. Törthné Húvós Katalin fogtechnikus mester. 1013 Budapest, Kristina krt. 51., 1. sz. Mobiltelefon: 06/30-222-3016.

EGYÉNI LŐDTALPBETÉT ÉS TALPMASSZÁZS központ. Kezeléseink: állapotfelmérés, talp- és testmasszázs, fülgymnázás, mágneses biozononcia kezelés, nyirokmasszázs és visszértérápiát, allergia bémérés és kezelés. Vivien Talpai orvos-terapeútgyógyász rendelő, II., Filler u. 10/a. Tel.: 316-2596. www.vivientalpai.hu

GYÓGYMASSZÁZS: 06/20-515-3370.

CSONTKOVÁCS-akupresszór Szilágyi Erzsébet faszor 51. alatt. Idegbeépítések, ízületi blokkok, lumbágó-izász megszüntetése. Térd- blokkok, gerincservek, szédületek műtét nélküli, eredményes gyógyítása. Fülakupunktúrák fogókúra. Dr. Garzó Péter természetgyógyász. 06/30-945-8477. www.drgarzo.segitek.hu

GYÓGYPEDIKŰR, KOZMETIKA (szem- pilla-, szemöldökfestés, gyantázás, arcmasszázs) otthonában. Hérvégén is. Tel.: 06/30-206-4801.

MALIBU SZÉPSÉGSZALON. Fodrász, manikűr, műköröm, gyógypedikűr, testmasszázs, kozmetika, 3D szempilla, sminktervezés és fából. 1126 Budapest, Beethoven utca 7. – az udvarban. Tel.: 06/30-372-4665, facebook.hu/malibuszalon.

ÁLLÁS

XII. KERÜLETI, Márvány utcai Duna House ingatlanirodánkba ingatlanértékesítő munkatársakat keresünk. Pályakez- dők jelentkezését is várjuk! Fényképes önéletrajzokat a mezes.peter@dh.hu címre várjuk.

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

MUNKANÉLKÜLI óvodó végzettségének megfelelő munkalehetőséget keres. Örömmel dolgozom! T.: 06/20-596-3394.

TAKARÍTÁST, házimunkát, orvoshoz, programokra kíséret, magányosidást, ügyinté- zést boldogan vállalom. T.: 06/20-596-3394.

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

ingatlanROBOT.hu ingyenes hirdető portál

AGDN ingatlanhálózat értékesítőket keres magas jutalékkal. koztolany@agn-ingatlan.hu

BUDAI ingatlanirodánkba keresünk tapasztalattal rendelkező értékesítőket bejelentett munkakörbe! 06/70-681-

