



Mosolyt varázsoltak az arcokra a hegyvidéki gyerekek

„És mégis, ma is, így is, örökké mennyit ad az élet! Csendesen adja, két kézzel, a reggelt és a délutánt, az alkonyt és a csillagokat, a fák füledet illatát, a folyó zöld hullámát, egy emberi szempár visszfényét, a magányt és a lármát! [...] Ajándék ez, csodálatos ajándék” – így ír Márai Sándor az életről, amit minden évben a karácsonyi időszakban adománygyűjtésekkel tesznek még boldogabbá a hegyvidéki gyerekek.

A rászorulókat támogatása, a szolidaritásra nevelés szervezője a XII. kerületi iskolák nevelési programjainak. Nem véletlen tehát, hogy az ünnepek idején valamilyen intézmény fontosnak tartotta, segítsen a nélkülöző családokon, amelyek számára sokat jelent a gondoskodás, az önzetlen odafigyelés.

A **Kós Károly Ének-zene Emeltszintű Általános Iskola** évek óta részt vesz az Igazgyöngy Alapítvány cipődoboz-akciójában. Ezúttal mintegy száz aján-

décsomag állt össze, játékokkal, ruhákkal, tartós élelmiszerekkel, iskolaszerekkel telerakva. Szintén hagyomány, hogy a tanulók ruhát gyűjtenek egy vidéki kisteleplés diákjainak – így történt ez most is. Az ötszáknyi, használt, ám kizárólag kifogástalan minőségű ruhanemű még karácsony előtt eljutott a címzettekhez.

A **Sashegyi Arany János Általános Iskola és Gimnázium** 2016 januárjában csatlakozott a Budapest Bike Maffia (BBF) civil kerékpáros futárszolgálat „+ 1 szendvics – diákok a rászorulóknak” elnevezésű országos projektjéhez. Már akkor felmerült, hogy a hegyvidéki tanintézmény ruhákkal, takarókkal is támogatná a nélkülözőket. Erre egy héttel karácsony előtt nyílt lehetőség, ugyanis akkor hirdették gyűjtést az utcán élők számára a BBF. Három nap alatt rengeteg meleg ruha gyűlt össze, ezeket a diákok és a pedagógusok közösen vitték el az Astoriánál kialakított átvevőponthoz.

A **Városmajori Gimnázium** 9. e és 8. a osztályos tanulói ismét csatlakoztak a Magyar Máltai Szerepeltársulat, a Rákóczi Szövetség és a Szent László Társulat akciójá-

hoz, könyveket, játékokat és tartós élelmiszereket gyűjtöttek. Az adományokat határon túli magyar óvodák, iskolák és gyermekottho-



Külhoni nehéz sorsú magyaroknak gyűjtöttek adományokat a Zugligeti Általános Iskolában

nok kapták. Ezenkívül téli ruhákkal támogatták az Ózdon működő Van Helyed Alapítvány Budapesti tanuló Stúdió plusz diákjait.

A **Budai Középsőiskola**, az OTP Bank, az OTP Fáy András Alapítvány, a Humanitas szociális alapítvány és a Jászárokszállási Deák

kok fel is díszítették, hogy még nagyobb örömet szerezzenek a jászági, nyírségi és dél-alföldi rászoruló családoknak. A Humani-

Nemzetiségi Gimnázium hagyományos Luca-napi vásárán a tanulók, szülei és a pedagógusok saját készítésű ajándéktárgyait lehetett megvásárolni. A program végére több száz ezer forint gyűlt össze. Tavaly a Szent Egyed (Sant' Egidio) közösség Béke Iskoláját segítették a bevételből, két éve pedig a közönség adakozásának köszönhetően – a Hospice Gyermek Alapítványon és a Leukémiás Gyermekekért Alapítványon keresztül – tizennyolc beteg gyermek részesült anyagi támogatásban. Az azt megelőző két esztendőben a magyar-mecskai óvodások részére új kabátokat, cipőket, az iskolásoknak ajándécsomagokat vásároltak.

A **Németvölgyi Általános Iskola** diákjai rendszeresen együtt nyaralnak moldvai csángó gyerekekkel az önkormányzat balatoni táborában. Innen a baráti kapcsolatot, amit karácsonykor ajándékozással tesznek még szorosabbá. Most játékokat, finomságokat küldtek a diószéni iskolásoknak. A pedagógusok névre szóló ajándékokat is csomagoltak „keresztgyermeküknek”. A felajánlásokat a Moldvai Csángómagyarokért Egyesület juttatta célba.

(Folytatás a 3. oldalon)

Fűtési támogatás a rászorulóknak

Számtalan feladat ellátása mellett a szociális támogatások bővítésére is lehetőséget biztosít a Hegyvidéki Önkormányzat 2018-as költségvetése, amit tavalyi utolsó, decemberi ülésén fogadott el a helyi képviselő-testület. Új ellátási forma a fűtési támogatás, ezt novembertől márciusig vehetik igénybe a rászorulóknak.



Módosította a Hegyvidéki Önkormányzat szociális és gyermekvédelmi rendeleteit a helyi képviselő-testület a legutóbbi ülésén. A pénzügyi és természetbeni ellátások jogszabályi összefoglalója – a nyugdíjmelés mértékének figyelembevételével – 88 100 forintról 90 700 forintra emelkedett 2018. január 1-jétől.

A gyógyászati támogatás esetében a jövedelemhatárok emelése mellett csökkent a jogosultsági életkor. A szüneteltetés támogatás, a táborozási támogatás és a gyerekek részére nyújtott gyógyászati-segédessz-köz-támogatás folyósításának feltételei között – a lakásnagyság kritériumának eltörlésével – csak a jövedelmi és a vagyoni értékhatár maradt meg, így a rászorulóknak közül még többen

kaphatnak segítséget. Új ellátási formaként fűtési támogatást vezetett be az önkormányzat (erről részleteket a 2. oldalon olvashatnak). A szociális és gyermekvédelmi támogatások bővítésére a területi ülésen ugyancsak tárgyalta a 2018-as költségvetés teremt fedezetet. Szűtsné Kiss Zsuzsanna polgármesteri tanácsadó elmondta, hogy a költségvetés számol a rászoruló idős emberek számára kedvező változást jelentő adókedvezmény-

Kulturális és Rendezvényközponttal – bővült. A kormányhivatal észrevétele nyomán önálló rendeletbe foglalták a helyi népszavazás kezdeményezésének szabályait, amelyek eddig az önkormányzat szervezeti és működési szabályzatának (szmsz) részét képezték, tartalmi módosítás azonban nem történt.

Az szmsz-ből kikerültek a helyi népszavazásra vonatkozó rendelkezések, ugyanakkor szélesedett a

nyekkel, ugyanakkor az önkormányzat nem tervezi a helyi adók emelését.

A Svábhegyi Bölcsőde új szárnyának kialakításával közel ötven további bölcsődei férőhely jön létre a Hegyvidéken. A kultúra területén is jelentős fejlesztések zajlanak: nemrég nyílt meg a Lóvasút Kulturális és Rendezvényközpont, továbbá hamarosan elkészül a Hegyvidéki Kulturális Szalon új központja.

Újraalkotta a képviselő-testület a közművelődési feladatellátásról szóló rendeletet. Ennek egyik oka, hogy a MOM Kulturális Központ új telephelyekkel – a Hegyvidék Galériával, a Hegyvidéki Helytörténeti Gyűjteménnyel, a Hegyvidéki Kulturális Szalonnal, valamint a Lóvasút

képviselő-testület tulajdonosi és városfejlesztési bizottságának feladatát. A továbbiakban ez a szakterület vitatja meg és hoz döntést arról, hogy a partnerségi egyeztetés keretében az önkormányzat elfogadja-e, vagy sem a településrendezési tervek kapcsán beérkezett véleményeket, észrevételeket.

A nagy esőzések hatására megromlott a balesetveszélyesség vált az utat tartó támfal és a hozzá kapcsolódó burkolt részt a Lóránt köz 3. számú ingatlan mellett, a helyreállításához a Belügyminisztériumtól igényel vis maior támogatást az önkormányzat. A munkálatok tervezett költsége 63,5 millió forint, az igényelt támogatás összege 44,5 millió forint.

(Folytatás a 2. oldalon)

Az első ideai hó a Normafán



Ünnepi ebéd és jókedv

Repült a spagetti, bőgtek a motorok, elnászpángoltak egy indián favágót, majd vidáman jódliztak egyet – szó se róla, a Brass in the Five tagjai gyorsan megalapozták a jó hangulatot a hegyvidéki szépkorúak részére rendezett ünnepi találkozón. A nem mindennapi műsor után Pokorni Zoltán köszöntötte a megjelenteket. A polgármester szerint a kerület igen büszke lehet arra, hogy itt élnek a legtovább az emberek. Mint mondta, az önkormányzat számára örömteli feladat, hogy gondoskodjon a nyugdíjasokról.

„Folyamatosan azon dolgozunk, hogy segítsünk az időseknek. A magány felemészti a lelket – éppen ezért fontos, hogy ne zárkózzunk be. Az önkormányzat és intézményei csak a találkozások apropóját tudja megteremteni. Jó látni, hogy ezek az alkalmak összehozzák az időseket. A mai ebéddel nemcsak élményt szeretnénk adni, de a szépkorúak iránt érzett tiszteletünket is igyekszünk

kifejezni” – fogalmazott a polgármester, aki külön megköszönte az időseket segítő nyugdíjas önkéntesek, a Hegyvidéki Szociális Köz-

szervezet, a hegyvidéki szépkorúak élete minél méltóságtelebbről és örömtelibb legyen. Ennek az egész éves gondoskodásnak a meg-

közösen szervezte az ünnepi ebédet. A vendégek csirkecomb, tört burgonyát, párolt lilakáposztát és bejglit kaptak. A gasztronómiai minőségről ezúttal is a Kakas Vendéglő szakácsai gondoskodtak.

„Ötödik kapta meghívást, ismét fantasztikusan finom volt az ebéd! A műsor mindnyájunknak tetszett, jókat neveltünk – mondta mosolyogva Kiss Irén. – Ugyanakkor nem csak ezért vagyok hálás: sokkal kevesebb időm van, amióta nyugdíjas lettem, hiszen a kerületi programoknak köszönhetően mindig találom magamnak valamilyen elfoglaltságot. Jó hegyvidéki idősnek lenni!”

(bm.)



A Brass in the Five vidám műsora alapozta meg a hangulatot

pont, a Hegyvidéki Gondozási Központ és a Jókai Klub lelkiismeretes munkáját.

„Intézményeinkkel karöltve próbálunk mindent megtenni

koronázása ez a program is, amelyet immáron tizenötödik alkalommal rendeztünk meg” – fűzte hozzá Fonti Krisztina alpolgármester, aki Pokorni Zoltánnal

Fűtési támogatás a rászorulóknak

(Folytatás az 1. oldalról)

A korábban tervezetthez képest magasabb áron, nettó 240 millió helyett 264 millió forint + áfa vételáron kívánja értékesíteni a kerület a Felhő utca 8. szám alatti ingatlanát a magyar állam részére, ezért erről új határozatot hoztak a képviselők. Döntés született arról is, hogy új elektromos gépjárművet szerezzen be az önkormányzat, és ehhez vegye igénybe a Nemzetgazdasági Minisztérium pályázati támogatását.

Újabb öt évvel meghosszabbították Buranits Ildikó, a Hegyvidéki Sportcsarnok és Sportköz-

pont Kft. ügyvezetőjének kinevezését. Az önkormányzati tulajdonú kft. bérleti szerződését szintén újabb öt évre kötötték meg a MOM Sport épületére, valamint a kapcsolódó sportpályákra és a gépjárműparkolóra vonatkozóan.

A testületi ülés végén Pokorni Zoltán polgármester elmondta, hogy a Normafa rehabilitációs programja túl van egy fontos fázison, lezárultak a fogaskerekű vasút vonalának meghosszabbításához és az Eötvös út új nyomvonalának kialakításához szükséges kisajátítások.

z.

ÚJ TÁMOGATÁSI FORMA

A települési fűtési támogatás a szociálisan rászoruló háztartások részére a háztartás tagjai által életvitelszerűen lakott lakás téli hónapokban megnövekedett fűtési kiadásainak enyhítésére nyújt segítséget a november 1. és március 31. között időszakban. Fűtési támogatásra jogosult az a személy, aki a kérelem benyújtásának hónapjában lakásfenntartási támogatásra jogosult, ebben az esetben a támogatás összege 8000 Ft/hónap. Jogosult továbbá az az egyszemélyes háztartásban élő, 65. életévét betöltött, nyugdíjban vagy nyugdíjszerű rendszeres ellátásban részesülő személy is, aki lakásfenntartási támogatásra nem jogosult, ha jövedelme nem haladja meg a 118800 Ft-ot. Ebben az esetben a támogatás összege 12000 Ft/hónap. A kérelmet március 31-ig lehet benyújtani a polgármesteri hivatal népjóléti irodájára. A támogatás a kérelem benyújtása hónapjának első napjától 2018. március 31-ig szól.

Parkolási engedélyek igénylésének ügyintézése



Tisztelt Ügyfelünk! Tájékoztatjuk, hogy **2018. év január hónapban** ügyfélszolgálatunk **hétfői napokon** meghosszabbított nyitvatartási időben, **19.00-ig** fogadja az ügyfeleket, tekintettel a lakossági várakozási hozzájáruláshoz kapcsolódó engedélyek kiadására.

A 2018. évre szóló engedély igénylése az alábbi módokon történhet:
– **Elektronikus ügyintézés keretében, az egyintezes.hegyvidek.hu weboldalon*, OTTHONRÓL, SORBAN ÁLLÁS NÉLKÜL, KÉNYELMESEN, KÖRNYEZETTUDATOSAN INTÉZHETŐ.**

– Hagyományos ügyintézés keretében személyesen vagy meghatalmazott útján a polgármesteri hivatal ügyfélszolgálatán.**

* Az **ügyfél elektronikus ügyintézésre kizárólag** a megjelölt weboldalon történt regisztrációja és a polgármesteri hivatalban történő, jogszabályi követelményeknek megfelelő személyes azonosítást követően jogosult (ez utóbbit a polgármesteri hivatal ügyfélszolgálatán soron kívül intézhető). Amennyiben az ügyfél rendelkezik a **magyarország.hu** weboldalon történő ügyintézésre jogosító ügyfélkapuval, akkor ezen keresztül belépve a személyes azonosításra nincs szükség.

** 2017. január 1-jétől lehetőség van időpontot foglalni a **egyintezes.hegyvidek.hu** oldalon, regisztrációt követően.

1% A **Mesevár Alapítvány** kuratóriumának elnöksége köszönetet mond mindazoknak, akik 2016. évi adójuk 1%-át alapítványunknak ajánlották fel. A kapott összeget, 492 138 Ft-ot céljainknak megfelelően udvari játékeszköz építésére, kirándulások támogatására, gyermekeink tehetség gondozására, gyermekprogramok szervezésére és megvalósítására fordítottuk. Köszönjük az 1%-felajánlást, támogatásukat továbbra is örömmel fogadjuk!

A kuratórium elnöke

Meghívó

településrendezési tervi egyeztetésre lakossági fórum keretében

Tisztelt Hegyvidéki Polgárok, Érdekképviselők, Civil és Gazdálkodó Szervezetek!

A partnerségi egyeztetés szabályairól szóló 6/2017. (II. 27.) önkormányzati rendeletnek megfelelően ezúton tájékoztatjuk Önöket, hogy a Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat partnerségi véleményezésre bocsátja a készülő új, a **Testnevelési Egyetem és környékének Kerületi Építési Szabályzata** (a továbbiakban: KÉSZ) tervezetét.

A tervezet **2018. január 16-tól tekinthető meg** az önkormányzat honlapján (www.hegyvidek.hu), valamint a Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Városrendezési és Főépítési Irodáján.

A széles körű társadalmi egyeztetés érdekében a fenti témában lakossági fórumot tartunk, melyre ezúton hívjuk Önöket. A

lakossági fórum

időpontja: **2018. január 24.** (szerda) **15.00 óra**,
helyszíne: polgármesteri hivatal, Budapest XII. kerület, Böszörményi út 23–25., **alagsor I–II.**

A tervekkel kapcsolatos **javaslataikat és észrevételeiket 2018. február 1-jéig várjuk írásban** a következő címre:

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Városrendezési és Főépítési Iroda, 1126 Budapest, Böszörményi út 23–25., vagy a kszt@hegyvidek.hu e-mail-címre.

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

Felhívjuk tisztelt figyelmüket, hogy az önkormányzat honlapján (www.hegyvidek.hu) elérhető a kerület egészére vonatkozó térinformatikai rendszer (Minerva). A térinformatikai rendszer segítségével teljeskörűen tájékozódhatnak az aktuális szabályozási előírásokról, beépítési lehetőségekről. Lehetőség van a rendszerből utcanévre, házszámra, helyrajzi számra keresni, valamint méretarányos nyomtatást készíteni.

Együttműködésüket előre is köszönjük!

Dr. Váczai János alpolgármester

Öt új jármű a rendőrségnek



December végén mintegy 2600 új gépjárművet szerzett be a rendőrség, ebből több mint 1800-at a rendőri szolgálati gépkocsik amortizációs cseréjeként helyezett üzembe. Ez év márciusának végéig, a bünygyi és ügyintézői autók cseréjéhez kapcsolódva, újabb közel 600 jármű érkezik. A fejlesztés eredményeként 6,4 évről 2,4 évre csökken a rendőri személygépkocsik átlagos életkora. Az új szolgálati gépjárművek közül ötöt a Budapesti Rendőr-főkapitányság XII. kerületi Rendőrkapitánysága vehetett át (*képünkön*).

(z.)

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat

az alábbi ingatlant kínálja nyilvános versenyztetés keretében egyfordulós licites értékesítésre:

Cím	Helyrajzi szám	Terület (m ²)	Megnevezése	Megtekinthető
„Címképzés alatt”	Budapest XII. kerület, belterület, 8916 hrsz.	670 m ²	Művelési ágból kivett beépítetlen terület	Előzetes egyeztetés alapján az információs csomagban meghatározott időpontban

A licit feltételeiről érdeklődni és az ingatlanokról készült információs csomagot 5000 Ft + áfa térítési díj ellenében megvásárolni **Jaczkovics Ügyvédi Iroda** munkatársánál lehet (cím: 1126 Budapest, Böszörményi út 23–25., I. emelet 108.; munkanapokon 9–18 óra között; telefonszám: +36-70-333-5110) **2018. január 16. napja 9.00 órától 2018. január 26. napja 12.00 óráig.**

Az információs csomagnak a **licitálni szándékozó által a fenti határidőben történő megvétele** a liciten való részvétel és a megtekintés feltétele!

Pokorni Zoltán polgármester

Aki eddig kételkedett benne, a MOM Sport jótékonykági kakaópartiján megbizonyosodhatott arról, hogy léteznek angyalok. Ők azok, akik az idén is teljesítették a kerületben élő állami gondozott

tesen leírt, vagy éppen lerajzolt kéréseket teljesítették.

„Öt év alatt több mint kétszázötven álmodtunk valóra. Most karácsonykor ötvennégy gyermeknek okoztunk örömet, és

hoz, mások mellett Bicskeiné Anna, az egykori szövetségi kapitány, Bicskei Bertalan özvegye is, aki a kezdetek óta részt vesz a kakaópartikon. Meghatónak nevezte a programot Vladár Tamás

év közben plakátokkal, CD-kkel, koncertbelépőkkel támogatják a rászorulókat, a fellépéseikre pedig rendszeresen meghívják ke-rekesszékes gyerekeket. Nem volt tehát kérdés, hogy az idén új szerepben is kipróbálják magukat, így lettek MOM Sport Angyalok.

Ganxsta Zolee, azaz Zana Zoltán szerint az állami gondozott gyerekek, különösen az ünnepek idején, még inkább igénylik a szeretetet, a törődést. A Kartel együttes tagja, Big Daddy Laca azzal egészítette ki zenésztársa szavait, hogy családapaként különösen fontosnak tartják azoknak a támogatását, akik ezt a szüleiktől nem mindig kaphatják meg.

A Csemete Alapítvány nagyköveteként is dolgozó Nagy László kézilabdázó elmondta, hogy szíven viseli a nehéz helyzetben lévő gyerekek sorsát. Igyekszik mindenhol ott lenni, ahol segítségre van szükség, ezért is fogadta el a felkérést.

Az ajándékok átadása után természetesen mindenkit megvendégelték, a MOM Sport jóvoltából finomságokkal megrakott asztalok várták a gyerekeket.

(mm.)



Az állami gondozott gyerekek legtitkosabb kívánságait is teljesítették az „Angyalok”

gyerekek legtitkosabb karácsonyi kívánságait.

Buranits Ildikó igazgató elmondta, hogy ötödik alkalommal hirdették meg az akciót. Ezúttal is arra kérték az önkéntes MOM Sport Angyalokat, hogy az előze-

remélem, emlékezetes pillanatok” – tette hozzá Buranits Ildikó. Voltak, akik megőrizték az anonimításukat, mások viszont vállalták, hogy személyesen adják át ajándékaikat. Több közéleti személyiség csatlakozott a felhívás-

testépítő bajnok, aki szerint különösen fontos, hogy mindenki azt a meglepetést kapja, amit valóban szeretne.

A Hooligans zenekart képviselő Ördög Tibor „Csipa” és Készmárki Zsolt arról beszéltek, hogy

Szülők az iskolapadban

Folytatódik a Hegyvidéki ONvédelem

Míg az előző tanévben a MOM Kulturális Központ biztosított helyet a Szülői Akadémiáknak, ezúttal „házhoz mentek” a Hegyvidéki ONvédelem Program részeként megrendezett fórumok. A Hintalovon Alapítvány, a XII. kerületi rendőrkapitányság és a Magyar Telekom szakembereinek bevonásával nyolc hegyvidéki iskolában hirdette meg a helyi ön-

tanúskodnak, hogy a túlnyomó többség hasznosnak és fontosnak találta az iskolai összejöveleket, hozzájutott új információkhoz, éppen ezért szívesen részt venne újabb hasonló tematikájú találkozók. A válaszadók 90%-a szeretné, ha folytatódna a Szülői Akadémiák sorozata.

Az immár másfél éve zajló Hegyvidéki ONvédelem Program



Nem szabad lebecsülni a gyerekekre leselkedő internetes veszélyeket!

kormányzat az interaktív kerekasztal-beszélgetéseket.

A találkozó célja az volt, hogy a szülők képbe kerüljenek a gyermekeikre veszélyt jelentő internetes jelenségekkel kapcsolatban, továbbá megfelelő módon nyújthassanak segítséget akkor, ha csemetéjük valamilyen sérelem éri. A megjelentek sokszor megdöbbentő beszámolókat hallgattak végig, számos kérdést tettek fel az előadókhoz, és jó néhányan személyes, konkrét tanácsokat is kértek a szakemberektől.

A beszélgetések után a résztvevők több mint kétharmada kitöltötte a programmal kapcsolatos kérdőívet. Az eredmények arról

keretében a tervek szerint ez év őszén is tartanak szülői fórumokat. Folytatódik az úgynevezett kortársmentor-képzés is, amelyen szakemberek önként jelentkező középiskolásokat készítenek fel arra, hogy az online világ veszélyeivel kapcsolatban néhány évvel fiatalabb diáktársaiknak tarthassanak majd interaktív foglalkozásokat.

Végül, de nem utolsósorban a pedagógusokat is további kurzusokra várják. Épp a napokban veszi kezdetét a legújabb, óvodapedagógusok részvételével folyó szakmai továbbképzés, amit szintén az önkormányzat finanszíroz.

z.

Mosolyt varázsoltak az arcokra

(Folytatás az 1. oldalról)

A **Virányos Általános Iskola** a PontVelem Okos Programban megjelenő „Varázsolj mosolyt egy társad arcára!” című felhíváshoz csatlakozott. Minden osztályból érkeztek felajánlások, volt közöttük könyv, puzzle, logikai játék, baba, plüssfigura, focistakártya. A csomagokra ráírták, hogy milyen nemű és korú gyermeknek szánják. A harminc karácsonyi csomagolópapírral díszített dobozt a Magyar Máltai Szeretetszolgálat juttatja el a rászorulókhöz.

Az **ELTE Gyertyánffy István Gyakorló Általános Iskolába** járó tanulók 114 cipősdoboznyi játékot, édességet, gyermekruhát és tisztálkodószereket, valamint 23 zsák tartós élelmiszert adtak össze. A Gyakorlóiskolák Iskolaszövetségének felhívására december elején kezdődött a gyűjtés, az adományokat tanárai segítségével életkor szerint összeválogatva juttatták el a nehéz sorban élő csángó magyar gyerekekhez Lábnyikba és Magyarfaluba.

A **Gennaro Verolino Általános Iskola, Készségfejlesztő Iskola és Kollégiumban** karácsonyi vásárt rendeztek. A bevételből a következő évben a gyerekek szabadidős tevékenységeit finanszírozzák, ebből mennek osztálykirándulásra.

A **Svábhegyi Jókai Mór Általános Iskola és Német Nemzetiségi Általános Iskola** az idén is csatlakozott a Polgár Alapítvány jótékonyági

cipőgyűjtő-akciójához. A fiatalok és szüleik több száz pár cipővel járultak hozzá a kezdeményezés sikeréhez. A lábbeli-eket rossz körülmények között élő családok kapták meg.

A **Zugligeti Általános Iskola** is részt vett abban a karácsonyi adománygyűjtésben, amit dr. Halzl József, a Rákóczi Szövetség elnöke és Majnek Antal, Kárpátalja katolikus püspöke fővédnökségével a Szent László Társulat szervezett a külhoni magyar gyermekotthonoknak, iskoláknak és óvodáknak. Az ajándékok Kárpátaljára, a ráti



Meleg ruhákat gyűjtöttek az utcán élők számára az Arany iskolában

iskolákba, óvodákba (Barót környéke), a vajdasági 3 Lurkó Ház intézményeibe, valamint a keletfelvidéki magyar közösségekhez

az Erdélyi Magyarokért Közhasznú Alapítvány „Angyalok a Mezőségeken” akciója, amihez a Zugligeti iskola is csatlakozott. A felajánlott élelmiszerekből, tisztítószerekből, könyvekből, játékokból, DVD-kből és sok minden egyébből az alapítvány önkéntesei személyre szabott csomagokat állítottak össze.

A **Testnevelési Egyetem Gyakorló Sportiskolai Általános Iskola és Gimnázium** két kezdeményezésben is szerepet vállalt. A „díánások” gyerekeknek gyűjtöttek a „Varázsolj mosolyt egy társad arcára!” program keretében: az Emberi Erőforrások Minisztériuma és a Magyar Máltai Szeretetszolgálat közös akciója nemcsak a megajándékozottaknak, hanem az ajándékozónak is örömet okozott. Emellett a Rákóczi Szövetség keretében juttatták el az ajándékaikat – tartós élelmiszereket, édességeket, játékokat és gyermekkönyveket – határon túli oktatási, nevelési intézményekhez.

mm.



Tartós élelmiszert, téli ruhát, játékokat adományoztak a Városmajori Gimnázium diákjai

Szent Mihály árvaházba, Bőjte Csaba gyermekotthonai közül Gálospertribe, Székelyhidra és a székelyföldi erdővidéki magyar

kerültek. Mezőségi és székelyföldi nehéz sorban élő magyarok, idősek, gyerekek és családok karácsonyához járul hozzá minden évben

Emléktábla dr. Kertai Pál tiszteletére

Nagy tudású, humoros, ám végtelenül szerény ember volt. Most biztosan azt mondaná: minek ez a felhajtás? Ekképpen jellemezték egykori kollégái dr. Kertai Pált, volt országos tisztifőorvost, az Állami Népegészségügyi és Tisztiorvosi Szolgálat (ÁNTSZ) megalapítóját, amikor emléktáblát avattak egykori otthonánál, a Csaba utca 16/b szám alatti háznál.

Dr. Kertai Pál, az ÁNTSZ megalapítója, volt országos tisztifőorvos családjával 1961-ben költözött a Csaba utca 16/b szám alatti házba. Az orvosprofesszor 2016 májusában, 90 évesen hunyt el.



Kertai Helga (középen), mellette dr. Oroszi Beatrix (balra) és Fonti Krisztina

Tiszteletére a Hegyvidéki Önkormányzat, a Magyar Higiénikusok Társasága és a tisztiorvosi kar nemrég emléktáblát avatott egykori lakóhelyénél.

egykori tanítványa leszögezte: Kertai Pál példája a ma és a holnap szakemberei számára is kimeríthetetlen forrás. „Míndezt hallva azonban minden bizonnyal egy csöndes

félmosollyal, udvariasan tiltakozna. Emlékszünk, hogy mennyire szerény volt. Pedig számtalan oka lett volna a büszkeségre, mert nemcsak a kísérletes közegészségügy tudósa, felelős köztisztviselő, gyakorlati higiénikus, hanem kiváló tanár is volt” – tette hozzá.

„Fontosnak tartjuk, hogy emléket állítsunk azoknak az embereknek, akik hegyvidékiékként maradandót alkottak, akik életük során sokat tettek a ma és a jövő nemzedékéért. Ilyen volt Kertai Pál is, akire mindnyájan büszkék lehetünk” – hangsúlyozta Fonti Krisztina alpolgármester, aki Gonda Attilával, a Hegyvidéki Önkormányzat közművelődési referensével közösen helyezték el koszorút az orvosprofesszor egykori lakóházánál.

BM

Újévi gálakoncertet adott a Solti

Immár tizenegyedik alkalommal kívántak dallamokban gazdag új esztendőre a Solti György Zeneiskola tanárai és növendékei. A gálakoncert sikerét mi sem bizonyítja jobban, mint hogy zsűfólásig megtelt a MOM Kulturális Központ színházterme – voltak, akik már nem tudtak jegyet váltani, és a bejáratnál, az ajtókon kívül hallgatták végig az előadásokat.

Zsigmond-kori töredékek és tangó is felcsendültek.

A Hegyvidéki Önkormányzat, a Közép-Budai Tankerület Központ és az Unisono Alapítvány támogatásával létrejövő gálakoncertet Fonti Krisztina alpolgármester ekképpen méltatta: „Évről évre kimagaslóan profi és szórakoztató műsorszámokkal örvendeztetik meg a hegyvidékieket a fellépők. Köszönetet érdemel az

a leginkább: „Minden darab különleges volt, de a szívemhez az ütőhangszerek állnak a legközelebb. Hosszú éveket küzdöttem a tanszék elindulásáért; nagyon jó látni, hogy ma már ők is értékes tagjai kerületünk egyik legnívósabb oktatási intézményének.”

„Iskolánk életében kiemelt helyen szerepel ez a koncert, minden évben izgatottan készülünk rá. A megszólaló darabok a kötelező



Egyedi és a kötelező tantervtől merőben eltérő darabokkal szórakoztatták a közönséget a fellépők

A színpadra lépők ezúttal is emlékeztetők pillanatokkal gazdagították a közönséget. A repertoár lehetőségét adták a növendékek bemutatkozására, de magas színvonalú, újévi hangversenyhez méltó programmal kedveskedtek a publikumnak. A szünetben lapunknak azt is elmondta, melyik tanszék produkciója tetszett neki

iskola igazgatója, Dióssy Krisztina és tanár kollégái, hiszen nemcsak lehetőséget adtak a növendékek bemutatkozására, de magas színvonalú, újévi hangversenyhez méltó programmal kedveskedtek a publikumnak. A szünetben lapunknak azt is elmondta, melyik tanszék produkciója tetszett neki

tantervtől merőben eltérnek, egyediek, újak és rendkívül szórakoztatók” – beszélt a kulisszatitkokról Dióssy Krisztina, a Solti György Zeneiskola vezetője, aki azt is hozzátette, hogy az este során mintegy 130 diák és közel 60 tanár lépett fel.

bm.

Önkormányzati rendeletek

BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK 43/2017. (XII. 20.) ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE A KÖZMŰVELŐDÉSRŐL

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testülete a muzeális intézményekről, a nyilvános könyvtári ellátásról és a közművelődésről szóló 1997. évi CXL. törvény 83/A. § (1) bekezdésében kapott felhatalmazás alapján, Magyarország helyi önkormányzatairól szóló 2011. évi CLXXXIX. törvény 23. § (5) bekezdés 13. pontjában meghatározott feladatkörében eljárva a következőket rendeli el:

A rendelet célja

1. §

A rendelet célja, hogy Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat (a továbbiakban: Önkormányzat) a helyi társadalom művelődési és kulturális szükségleteinek figyelembevételével, a helyi hagyományok, lehetőségek és sajátosságok alapján, egységes alapelvek szerint meghatározza az Önkormányzat kulturális feladatait, azok ellátásának formáját, módját és finanszírozásának elveit.

A rendelet hatálya

2. §

A rendelet hatálya kiterjed

- a XII. kerületi helyi közművelődési tevékenység megvalósításában résztvevőkre, a közművelődési szolgáltatókra,
- az Önkormányzat közművelődési intézményeire, gazdasági társaságaira, egyéb szervezeteire, közösségi színtereire,
- azokra a nem önkormányzati közművelődési intézményekre, társadalmi és civil szervezetekre, egyházakra, gazdasági társaságokra, társulásokra és magánszemélyekre, amelyekkel (akkikkel) az Önkormányzat Képviselő-testülete – a kerület közművelődését gazdagító tevékenységek, szolgáltatások, feladatok ellátására – külön közművelődési megállapodást köt,
- a közművelődési szolgáltatást igénybe vevő polgárokra.

A közművelődési feladatok ellátásának alapelvei

3. §

A XII. kerület minden polgárának és közösségének joga, hogy

- igénybe vegye az önkormányzati fenntartású közművelődési intézmények, önkormányzati tulajdonú gazdasági társaságok és egyéb szervezetek szolgáltatásait, továbbá a közművelődési megállapodások alapján biztosított ellátásokat;
- műveltségét gyarapítsa, közművelődési jogainak érvényesítése, művelődési céljainak megvalósítása érdekében az Önkormányzat közművelődési intézményeitől, közművelődési feladatokat ellátó gazdasági társaságaitól és egyéb szervezeteitől színteret, szakmai segítséget kapjon.

4. §

(1) Az Önkormányzat közművelődési feladatait elsősorban az általa fenntartott intézmények, valamint az Önkormányzat tulajdonában lévő közművelődési feladatokat ellátó gazdasági társaságok, egyéb szervezetek (a továbbiakban együttesen: szervezetek) útján látja el.

(2) Az Önkormányzat és intézményei, szervezetei biztosítják, hogy a kerület polgárai megfelelő tájékoztatást kapjanak a közművelődési lehetőségekről.

5. §

(1) Az Önkormányzat közművelődési megállapodás megkötésével segítheti elő a rendeletben meghatározott közművelődési feladatok ellátását.

(2) Az Önkormányzat közművelődési feladatai ellátása során együttműködik a civil közösségekkel, szervezetekkel, valamint a kulturális tevékenységet is végző gazdasági vállalkozásokkal, igényli és elősegíti ilyen irányú tevékenységüket.

Az Önkormányzat közművelődési feladatai

6. §

(1) Az Önkormányzat közművelődési feladatkörében

- a kerületben kialakult művelődési hagyományokra, a kerület fejlesztésének koncepciójára építve, a közművelődési intézmények, szervezetek, a civil szervezetek és a polgárok tevékenységére alapozva közművelődési feladatstratégiát fogalmaz meg, és valamennyi korosztály számára biztosítja a rendelet szerinti közművelődési ellátást;
- a közművelődés sajátos köznevelési feladatát a kerület lakosságmegetartó képességének növelését, a civil társadalom önszerveződési folyamatának erősítését, a kerületi polgárok életminőségének, életesélyeinek javítását;
- elősegíti a kerület kulturális értékeinek (környezeti, szellemi, művelődési), hagyományainak feltárását, megismerését, ápolását, gazdagítását, továbbá a környezeti kultúra javítását, a városesztétikai kultúra fejlesztését;
- elősegíti a nemzetudat erősödését, az egyetemes, a nemzeti, a nemzetiségi és más kisebbségi kultúrák megismerését, gyarapítását, a kultúrák közötti kapcsolatok ápolását;
- közreműködik az iskolarendszeren kívüli ismeretszerzési, tanulási, továbbképzési lehetőségek megteremtésében, támogatja az amatőr alkotó, művelődő közösségek tevékenységét;
- részt vesz a szabadidő kulturált és művelődési célú eltöltésének feltételei biztosításában;
- gondoskodik a közművelődési lehetőségek, szolgáltatások, programok nyilvános meg hirdetéséről.

(2) Az Önkormányzat közművelődési feladatait közpértávközművelődési koncepció és éves feladatstratégia alapján látja el. Ennek tartalmát az Önkormányzat Képviselő-testülete a közművelődési intézményekkel, szervezetekkel, a civil szervezetekkel és a lakossággal egyeztetve határozza meg.

Az önkormányzati közművelődési feladatok ellátásának szervezeti keretei

7. §

(1) Az Önkormányzat a rendelet 6. §-ában felsorolt feladatok ellátása érdekében közművelődési intézményeket, szervezeteket működtet.

(2) Az Önkormányzat által fenntartott közművelődési intézmények, szervezetek felsorolását a rendelet melléklete tartalmazza.

8. §

- Az Önkormányzat közművelődési feladatainak ellátásában együttműködik
- a XII. kerületben működő nem önkormányzati fenntartású közintézményekkel,
- a XII. kerületi székhelyű közművelődési célú társadalmi szervezetekkel,
- a XII. kerületi székhelyű, kulturális tevékenységet is végző gazdasági társaságokkal,
- közművelődési feladatokat is ellátó civil szervezetekkel,

- egyházakkal,
- nemzetiségi önkormányzatokkal és
- közművelődési feladatokat ellátó országos, helyi önkormányzati, valamint egyéb szervezetekkel.

(2) Az Önkormányzat a rendeletben meghatározott közművelődési feladatok megvalósítására az (1) bekezdésben felsorolt intézményekkel, szervezetekkel közművelődési megállapodást is köthet.

Az Önkormányzati közművelődési feladatok ellátásának finanszírozása

9. §

A közművelődési feladatok ellátásának pénzügyi fedezetét az Önkormányzat az éves költségvetési rendeletében biztosítja.

Záró rendelkezések

10. §

(1) Ez a rendelet a kihirdetést követő napon lép hatályba.

(2) Hatályát veszti Budapest Főváros XII. kerületi Önkormányzat Képviselő-testületének a Budapest Főváros XII. kerületi Önkormányzat közművelődési feladatairól szóló 14/2000. (VII. 12.) önkormányzati rendelete.

Dr. Gottfried-Tusor Gabriella sk.
jegyző

Pokorni Zoltán sk.
polgármester

Melléklet Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testületének a 43/2017. (XII. 20.) önkormányzati rendelethez

Az Önkormányzat által fenntartott közművelődési intézmény, valamint az Önkormányzat tulajdonában lévő közművelődési tevékenységet végző gazdasági társaság, egyéb szervezet felsorolása

1. Virányosi Közösségi Ház
telephelyei:
Jókai Klub
Livia Villa

2. MOM Kulturális Központ Nonprofit Kft.

telephelyei:
Barabás Villa
Hegyvidék Galéria
Kulturális Szalon
Lóvasút Kulturális és Rendezvényközpont, Hegyvidéki Helytörténeti Gyűjtemény Helytörténeti Kutatóhely

BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK 44/2017. (XII. 20.) ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE

A SZOCIÁLIS RÁSZORULTSÁGTÓL FÜGGŐ PÉNZBELI ÉS TERMÉSZETBENI ELLÁTÁSOKRÓL SZÓLÓ 2/2015. (II. 27.) BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE MÓDOSÍTÁSÁRÓL

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testülete a szociális igazgatásról és szociális ellátásokról szóló 1993. évi III. törvény 10. §-ának (1) bekezdésében, 25. §-ának (3) bekezdésében b) pontjában, 26. §-ában, 32. §-ának (1) bekezdésében b) pontjában, 32. §-ának (3) bekezdésében, 45. §-ában, 132. §-a (4) bekezdésében g) pontjában kapott felhatalmazás alapján, a Magyarország helyi önkormányzatairól szóló 2011. évi CLXXXIX. törvény 23. §-a (5) bekezdésének 11a. pontjában meghatározott feladatkörében eljárva a következőket rendeli el:

1. §

A szociális rászorultságtól függő pénzbeli és természetbeni ellátásokról szóló 2/2015. (II. 27.) Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testületének önkormányzati rendelete (a továbbiakban: Ör.) 2. § (1) bekezdés a) pontja helyébe a következő rendelkezés lép:

(E rendelet alkalmazásában)

„a) jogosultsági összeghatár: 90 700 forint;”

2. §

Az Ör. 3. § (1) bekezdése helyébe a következő rendelkezés lép:

„(1) A Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat (a továbbiakban: Hegyvidéki Önkormányzat) az Szt. rendelkezései alapján nyújtott pénzbeli és természetbeni ellátások kiegészítéséért települési támogatást biztosít

- rendkívüli települési támogatás,
- lakásfenntartási támogatás,
- fűtési támogatás,
- adósságkezelési támogatás,
- gyógyászati támogatás formájában.”

3. §

Az Ör. a következő alcímmel, és 21/A–21/C. §-okkal egészül ki:

„6. Fűtési támogatás

21/A. §

(1) Fűtési támogatás a szociálisan rászoruló háztartások részére a háztartás tagjai által éltvitelszerűen lakott lakás téli hónapokban megnövekedett fűtési kiadásainak enyhítéséhez nyújtott támogatás.

(2) Fűtési támogatásra jogosult az a személy, aki a kérelem benyújtásának hónapjában lakásfenntartási támogatásra jogosult.

(3) Fűtési támogatásra jogosult a (2) bekezdésben meghatározottakon kívül az egyszemélyes háztartásban élő, 65. életévét betöltött, nyugdíjban vagy nyugdíjszerű rendszeres ellátásban részesülő személy is, ha jövedelme nem haladja meg a jogosultsági összeghatár 131%-át.

21/B. §

(1) A fűtési támogatás iránti kérelmet minden év október 1-je és október 31-e között kell benyújtani, a támogatás november 1-jétől a következő év március 31-éig állapítható meg. Ha

a kérelmet november 1. és március 31-e között nyújtják be, a támogatás a kérelem benyújtása hónapjának első napjától március 31-éig állapítható meg.

(2) A támogatás havi összege 8000 forint.

(3) A (2) bekezdéstől eltérően a támogatás havi összege 12000 forint, ha az egyszemélyes háztartásban élő, 65. életévét betöltött, nyugdíjban vagy nyugdíjszerű rendszeres ellátásban részesülő személy számára kerül megállapításra, függetlenül attól, hogy lakásfenntartási támogatásban részesül-e.

21/C. §

(1) A fűtési támogatás iránti kérelmet a Polgármesteri Hivatal Népjóléti Irodájához kell benyújtani. A 21/A. § (3) bekezdésében meghatározott személynek a kérelemhez csatolni kell a jövedelmi viszonyait tanúsító igazolásokat.

(2) A fűtési támogatást a Hegyvidéki Önkormányzat polgármestere állapítja meg.”

4. §

Az Ör. 22. § (1) bekezdés b) pontja helyébe a következő rendelkezés lép:

((1) Az adósságkezelési szolgáltatás a szociálisan rászorult személyek részére nyújtott, lakhatást segítő ellátás, melyben az a család vagy személy részesíthető)

„b) akinek a háztartásában az egy főre jutó havi jövedelem nem haladja meg a jogosultsági összeghatár 70%-át, fokozottan rászoruló kérelmező esetén 81%-át, valamint”

5. §

Az Ör. 31. § (1) bekezdése helyébe a következő rendelkezés lép:

„(1) Gyógyászati támogatásra való jogosultság annak

- a 70. életévét be nem töltött szociálisan rászorult személynek állapítható meg, akinek a családjában az egy főre jutó havi jövedelem nem haladja meg a jogosultsági összeghatár 79%-át, fokozottan rászoruló kérelmező esetén a jogosultsági összeghatár 97%-át;
- a 70. életévét betöltött, de 80. életévét el nem érő szociálisan rászorult személynek állapítható meg, akinek a családjában az egy főre jutó havi jövedelem nem haladja meg a jogosultsági összeghatár 106%-át, fokozottan rászoruló kérelmező esetében 117%-át;
- a 80. életévét betöltött, de 100. életévét el nem érő szociálisan rászorult személynek állapítható meg, akinek a családjában az egy főre jutó havi jövedelem nem haladja meg a jogosultsági összeghatár 125%-át, fokozottan rászoruló kérelmező esetében 128%-át.

6. §

(1) Ez a rendelet 2018. január 1-jén lép hatályba.

(2) A rendelet rendelkezéseit a hatályba lépés után induló ügyekben kell alkalmazni.

Dr. Gottfried-Tusor Gabriella sk.
jegyző

Pokorni Zoltán sk.
polgármester

BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK 45/2017. (XII. 20.) ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE

A GYERMEKEK VÉDELMI BIZTOSÍTÓ PÉNZBELI ÉS TERMÉSZETBENI ELLÁTÁSOKRÓL SZÓLÓ 40/2015. (XII. 22.) BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE MÓDOSÍTÁSÁRÓL

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testülete a gyermekek védelméről és a gyámügyi igazgatásról szóló 1997. évi XXXI. törvény 18. §-ának (2) bekezdésében és 131. §-ának (1) bekezdésében kapott felhatalmazás alapján, a Magyarország helyi önkormányzatairól szóló 2011. évi CLXXXIX. törvény 23. §-a (5) bekezdésének 11. pontjában meghatározott feladatkörében eljárva a következőket rendeli el:

1. §

A gyermekek védelméről és a gyámügyi igazgatásról szóló 40/2015. (XII. 22.) Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testületének önkormányzati rendelete (a továbbiakban: Ör.) 2. § (1) bekezdés b) pontja helyébe a következő rendelkezés lép:

(E rendelet alkalmazásában)

„b) jogosultsági összeghatár: 90 700 forint;”

2. §

(1) Ez a rendelet 2018. január 1-jén lép hatályba.

(2) A rendelet rendelkezését a hatályba lépés után induló ügyekben kell alkalmazni.

3. §

Hatályát veszti az Ör. 4. § (1) bekezdésének d) pontja, a 4. § (2) bekezdése, az 5. § (1) bekezdésének c) pontja, valamint a 8. § (2) bekezdésének c) pontja.

Dr. Gottfried-Tusor Gabriella sk.
jegyző

Pokorni Zoltán sk.
polgármester

BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK 46/2017. (XII. 20.) ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE

A BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT 2018. ÉVI KÖLTSÉGVETÉSÉRŐL

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testülete az Alap-törvény 32. cikk (2) bekezdésében meghatározott eredeti jogalkotói hatáskörében, az Alap-törvény 32. cikk (1) bekezdés f) pontjában meghatározott feladatkörében eljárva a következőket rendeli el:

1. Az Önkormányzat bevételei és kiadásai

1. §

(1) A Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat (a továbbiakban: Önkormányzat) Képviselő-testülete az Önkormányzat 2018. évi költségvetési bevételek előirányzatait 18 185 507 ezer forintban, tárgyévi költségvetési kiadások előirányzatait

20 520 912 ezer forintban határozza meg. A tárgyévi költségvetési bevételek és kiadások különbözeteként a 2018. évi költségvetési hiány összege 2 335 405 ezer forint.

(2) Az Önkormányzat Képviselő-testülete az (1) bekezdésben megállapított költségvetési hiány finanszírozását 2 335 405 ezer Ft maradvány felhasználásával biztosítja.

(3) Az Önkormányzat 2018. évi költségvetésének bevételi főösszege belső finanszírozási műveletekkel együtt 20520912 ezer forint, mely a kiadási főösszeggel egyező.

2. §

(1) Az Önkormányzat Képviselő-testülete az Önkormányzat 2018. évi működési költségvetésén belül a

személyi juttatásokat 3 597 847 ezer forintban,
munkaadókat terhelő járulékokat és szociális hozzájárulási adót 775 916 ezer forintban,
dologi kiadásokat 6 202 867 ezer forintban,
egyéb működési célú kiadásokat 1 077 970 ezer forintban

állapítja meg.

(2) Az Önkormányzat Képviselő-testülete az Önkormányzat 2018. évi felhalmozási költségvetésén belül a

beruházások előirányzatát 3 277 352 ezer forintban,
felújítások előirányzatát 5 075 340 ezer forintban,
egyéb felhalmozási célú kiadások előirányzatát 374 135 ezer forintban

állapítja meg.

(3) Az Önkormányzat Képviselő-testülete az 1. § (3) bekezdés szerinti kiadási főösszeg előirányzat-csoportok, kiemelt előirányzatok szerinti összegeit a rendelet 1. melléklete szerint határozza meg.

(4) Az Önkormányzat Képviselő-testülete az 1. § (3) bekezdés szerinti bevételi főösszeg előirányzat-csoportok, kiemelt előirányzatok szerinti összegeit a rendelet 2. melléklete szerint határozza meg.

(5) Az 1. § (3) bekezdés szerinti bevételi-kiadási főösszegen belül a költségvetési szervek kiemelt bevételi és kiadási előirányzatait, valamint az Önkormányzat kiemelt bevételi és kiadási előirányzatait kiemelt feladatok szerinti bontásban, továbbá kötelező és önként vállalt önkormányzati, valamint államigazgatási feladatokra összesítve a rendelet 3/a–3/b. melléklete tartalmazza.

(6) Az Önkormányzat Képviselő-testülete az Önkormányzat bevételeinek részletes előirányzatait a rendelet 4. melléklete szerint határozza meg.

(7) Az Önkormányzat Képviselő-testülete a Polgármesteri Hivatal és az Önkormányzat kiemelt feladatainak részletes előirányzatait a rendelet 5/a–5/d. mellékleteiben foglaltak szerint határozza meg.

(8) Az Önkormányzat Képviselő-testülete az Önkormányzat összes kiadásai:

a) beruházási kiadásait célonként a rendelet 6/a–6/b. melléklete,
b) felújítási kiadásait feladatonként a rendelet 7/a–7/b. melléklete,
c) működési és felhalmozási célú támogatásokat a rendelet 8/a–8/b. melléklete szerint határozza meg.

(9) Az Önkormányzat Képviselő-testülete az Önkormányzat költségvetési tartalékainak előirányzatait a rendelet 9. melléklete szerint határozza meg.

2. A Hegyvidéki Polgármesteri Hivatalban foglalkoztatott köztisztviselők 2018. évi illetményalapjának megállapítása

3. §

Az Önkormányzat Képviselő-testülete a Polgármesteri Hivatalnál foglalkoztatott köztisztviselők illetményalapját 2018. január 1-jétől 45 000 forintban állapítja meg. A magasabb illetményalap szerint megállapított havi illetmény megállapításakor tekintettel kell lenni a Magyarország 2018. évi központi költségvetéséről szóló 2017. évi C. törvény 59. § (6) bekezdésében foglaltakra.

3. Az önkormányzati költségvetési szervek működésének, gazdálkodásának általános szabályai

4. §

(1) Az önkormányzati költségvetési szervek (a továbbiakban: intézmények) elemi költségvetéseiket az e rendeletben meghatározott költségvetési előirányzatoknak megfelelően – a költségvetési rendelet hatálya lépésétől számított 60 napon belül – elkészítik.

(2) Az Önkormányzat Képviselő-testülete felhatalmazza az intézményeket a saját költségvetésükben előírt bevételek beszedésére és a jóváhagyott kiadási előirányzatokon belül a kiadások teljesítésére. A költségvetési gazdálkodás a bevételi előirányzatok teljesítésének kötelezettségét és a kiadási előirányzatok felhasználásának jogosultságát jelenti. A kiadási előirányzat nem jár felhasználási kötelezettséggel.

(3) Az intézményeknél a tervezett bevételek elmaradása nem vonja maga után az önkormányzati támogatás növekedését. A kiadási előirányzatok a tervezett bevételek időarányos teljesülése alapján teljesíthetők.

(4) Az intézmények kiadásait az alábbi esetekben teljesíthetik készpénzben a készpénz kímélő fizetési módok előnyben részesítésének követelményét szem előtt tartva:

a) készlet- és kis értékű tárgyi eszköz beszerzések, kiküldetési, reprezentációs, valamint egyes kisösszegű szolgáltatási kiadások az intézmény pénzkézelési szabályzatában meghatározottak szerint;
b) az ellátottak pénzbeli juttatásainak készpénzben kifizetendő összege.

(5) Az intézmények „Személyi juttatások” kiemelt előirányzatán belül „Normatív jutalmak” és „Céljuttatás, projektpremium” tervezhetők, ezek együttes összege nem haladhatja meg az intézmény „Személyi juttatások” kiemelt előirányzatán belül tervezett „Törvény szerinti illetmények, munkabérek” előirányzatának 12%-át.

(6) Az Önkormányzat intézményeinél foglalkoztatott közalkalmazottak részére béren kívüli juttatásként 170 000 Ft/fő/év összeghatárig helyi közlekedési bérlet biztosítható, a személyi jövedelemadó hatályos szabályai szerint.

4. Az Intézmények önkormányzati támogatásainak folyósítása

5. §

Az Önkormányzat az intézmények részére jóváhagyott, működési kiadások fedezetére szolgáló támogatást a tényleges kiadások felmerülésekor és annak fedezete mértékéig folyósítja. A dologi kiadások fedezetét az év I–III. negyedében havi egyenlő részletekben utalja az intézmények bankszámlájára, a költségvetési év utolsó negyedében egy hónap időtartama szóló előirányzat-felhasználási (likviditási) terv alapján, amelyet a tárgy hónapot megelőző hónap 25-ig a Polgármesteri Hivatalnak meg kell küldeniük.

5. Előirányzatok módosítása és átcsoportosítása az önkormányzati intézményeknél

6. §

(1) Az Önkormányzat intézménye bevételi és kiadási előirányzatait az államháztartásról szóló 2011. évi CXCV. törvény (a továbbiakban: Áht) 34. § (3) bekezdésben foglaltak szerint saját hatáskörben módosíthatja, a kiadási előirányzatait egymás között átcsoportosíthatja.

(2) Az Önkormányzat intézménye a jóváhagyott költségvetésében megtervezett, az eredeti előirányzatot meghaladó és a térítési díjon felüli, esetenkénti saját többletbevételét a bevétel megszerzése érdekében felmerült költségek levonása után felhasználhatja, ha

a) a kiadási előirányzatokon egyidejűleg túllépés nem mutatkozik, és

b) többletbevétel nem haladja meg az 5000 ezer Ft-ot.

Az 5000 ezer Ft-ot meghaladó többletbevétel csak a Képviselő-testület által jóváhagyott előirányzat-módosítás után használható fel.

(3) Az (1)–(2) bekezdésben meghozott intézkedésekről az intézmény a Gazdasági Ellátó Szolgálaton keresztül a Polgármesteri Hivatalt a tárgyhónapot követő hónap 5-éig írásban tájékoztatja.

6. Előirányzat átcsoportosítás a polgármester hatáskörében

7. §

(1) Az Önkormányzat Képviselő-testülete felhatalmazza a polgármestert, hogy az Önkormányzat címeinek kiemelt feladatai előirányzatai között, esetenként legfeljebb 25 millió Ft összegben átcsoportosítást hajtson végre.

(2) A polgármester az átruházott átcsoportosítási jogkörében meghozott intézkedéseiről a Képviselő-testületet a következő ülésén írásban, tételesen tájékoztatja.

7. Az általános és céltartalékkal kapcsolatos szabályok

8. §

(1) A költségvetésben elkülönített általános tartalék felhasználásáról esetenként 30 millió forint erejéig a polgármester dönt. A polgármester a Képviselő-testületet a következő ülésén írásban, tételesen tájékoztatja a felhasználásról meghozott intézkedéseiről. Az általános tartalék 30 millió forint egyedi értéket meghaladó felhasználásáról a Képviselő-testület dönt.

(2) Az Önkormányzat év közben képződött, nem tervezett, felhasználási célhoz nem kötött többletbevételével az általános tartalékot kell növelni.

9. §

Az Önkormányzat a rendelet 9. mellékletében részletezett kiadások fedezetére céltartalékot képez. A céltartalék felhasználására év közben a feladatok függvényében kerülhet sor, a polgármester döntése alapján, kivéve a céltartalékok közötti átcsoportosítást. A céltartalék felhasználásáról a polgármesternek a Képviselő-testületet a soron következő ülésén írásban, tételesen tájékoztatnia kell.

8. Évközi beszámoló a költségvetés végrehajtásáról

10. §

A polgármester a költségvetés végrehajtásának 2018. július 31-ei állapot szerinti helyzetéről 2018. szeptember 30-ig beszámoló a Képviselő-testületnek.

9. Egyéb rendelkezések

11. §

(1) A Képviselő-testület felhatalmazza a polgármestert, hogy civil szervezetek, egyházak, egyéb szervezetek – az alapítványok kivételével – 2 millió Ft egyedi összeget meg nem haladó évközi támogatásáról döntsön, és az ehhez kapcsolódó támogatási szerződést megkösse.

(2) Az Önkormányzat Képviselő-testülete felhatalmazza a polgármestert, hogy pályázatot nyújtson be az önkormányzatok fejlesztési, és egyéb célú támogatására kiírt pályázataira, ha a pályázat önrésze nem haladja meg a 150 millió forintot, és az önrész fedezete a tárgyévi költségvetésben biztosított.

(3) Az Önkormányzat Képviselő-testülete felhatalmazza a polgármestert, hogy az átmenetileg szabad pénzeszközöket betétként lekösse, vagy azoknak rövid lejáratú – kizárólag állampapírokban történő – lekötéséről döntsön.

(4) Az (1)–(2) bekezdés szerinti döntéseiről, intézkedéseiről a polgármester a Képviselő-testületet soron következő ülésén tájékoztatja.

10. Záró rendelkezés

12. §

(1) Ez a rendelet 2018. január 1-jén lép hatályba.

(2) E rendelet rendelkezéseit az Önkormányzat 2018. évi költségvetésének végrehajtása során, valamint az államháztartásról szóló 2011. évi CXCV. törvény 25. § (3) bekezdésében meghatározott esetben kell alkalmazni.

Dr. Gottfried-Tusor Gabriella sk.

jegyző

Pokorni Zoltán sk.

polgármester

A rendelet mellékletei a Polgármesteri Hivatal Képviselői Csoportjánál és az Önkormányzat www.hegyvidek.hu honlapján közérdekű adatok címszó alatt tekinthetők meg.

BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK 47/2017. (XII. 20.) ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE

A HELYI NÉPSZAVAZÁS KEZDEMÉNYEZÉSÉHEZ SZÜKSÉGES VÁLASZTÓPOLGÁROK SZÁMÁRÓL

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testülete a népszavazás kezdeményezéséről, az európai polgári kezdeményezésről, valamint a népszavazási eljárásról szóló 2013. évi CCXXXVIII. törvény 92. §-ában kapott felhatalmazás alapján, az Alaptörvény 32. cikk (1) bekezdés a) pontjában meghatározott feladatkörében eljárva a következőket rendeli el:

1. §

(1) Helyi népszavazást a Budapest Főváros XII. kerület helyi népszavazásban részvételre jogosult választópolgárainak legalább 10%-a kezdeményezheti.

(2) A Képviselő-testület köteles a helyi népszavazást elrendelni, ha azt a Budapest Főváros XII. kerület helyi népszavazásban részvételre jogosult választópolgárainak legalább 25%-a kezdeményezi.

2. §

Ez a rendelet a kihirdetést követő napon lép hatályba.

Dr. Gottfried-Tusor Gabriella sk.

jegyző

Pokorni Zoltán sk.

polgármester

BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK 48/2017. (XII. 20.) ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE

A PARTNERSÉGI EGYEZTETÉS SZABÁLYAIRÓL SZÓLÓ 6/2017. (II. 27.) BUDAPEST FŐVÁROS

XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE MÓDOSÍTÁSÁRÓL

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testülete az Alaptörvény 32. cikk (2) bekezdésében meghatározott eredeti jogalkotói hatáskörében, a Magyarország helyi önkormányzatairól szóló 2011. évi CLXXXIX. törvény 23. § (5) bekezdés 5. pontjában meghatározott feladatkörében eljárva a következőket rendeli el:

1. §

A partnerségi egyeztetés szabályairól szóló 6/2017. (II. 27.) Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testületének önkormányzati rendelete 5. § (2) bekezdése helyébe a következő rendelkezés lép:

„(2) A beérkezett vélemények elfogadásáról vagy el nem fogadásáról a Képviselő-testület Tulajdonosi és Városfejlesztési Bizottsága dönt. A vélemény, észrevétel el nem fogadása esetén a Bizottságnak a döntést indokolnia kell.”

2. §

Ez a rendelet a kihirdetését követő napon lép hatályba.

Dr. Gottfried-Tusor Gabriella sk.

jegyző

Pokorni Zoltán sk.

polgármester

BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK 49/2017. (XII. 20.) ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE

A BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK SZERVEZETI ÉS MŰKÖDÉSI SZABÁLYZATÁRÓL SZÓLÓ 13/2013. (IV. 30.) BUDAPEST XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE MÓDOSÍTÁSÁRÓL

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testülete az Alaptörvény 32. cikk (2) bekezdésében meghatározott eredeti jogalkotói hatáskörében, az Alaptörvény 32. cikk (1) bekezdés a) és d) pontjában meghatározott feladatkörében eljárva a következőket rendeli el:

1. §

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testületének Szervezeti és Működési Szabályzatáról szóló 13/2013. (IV. 30.) Budapest XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testületének önkormányzati rendelete 4. melléklet 7. pontja a következő 7.50. alponttal egészül ki:

(7. Tulajdonosi és Városfejlesztési Bizottság

A Képviselő-testület által a Bizottságra átruházott hatáskörök)

„7.50. A Tulajdonosi és Városfejlesztési Bizottság dönt a településfejlesztési koncepcióról, az integrált településfejlesztési stratégiáról és a településrendezési eszközökről, valamint egyes településrendezési sajátos jogintézményekről szóló 314/2012. (XI. 8.) Korm. rendelet szerinti településrendezési eszközök tervezetével kapcsolatban beérkezett vélemények elfogadásáról vagy el nem fogadásáról. A vélemény, észrevétel el nem fogadása esetén a Bizottságnak a döntést indokolnia kell.”

2. §

(1) Ez a rendelet a kihirdetést követő napon lép hatályba.

(2) Hatályát veszti az SZMSZ 56. §-a és 57. §-a.

Dr. Gottfried-Tusor Gabriella sk.

jegyző

Pokorni Zoltán sk.

polgármester

BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK 50/2017. (XII. 20.) ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE

AZ EGYES ANYAKÖNYVI ESEMÉNYEK ENGEDÉLYEZÉSÉNEK SZABÁLYAIRÓL, VALAMINT AZ ANYAKÖNYVI ESEMÉNYEKÉRT FIZETENDŐ DÍJAK MÉRTÉKÉRŐL SZÓLÓ 24/2017. (VI. 30.) BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE MÓDOSÍTÁSÁRÓL

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testülete az anyakönyvi eljárásról szóló 2010. évi I. törvény 96. §-ában kapott felhatalmazás alapján, az Alaptörvény 32. cikk (1) bekezdés a) pontjában meghatározott feladatkörében eljárva a következőket rendeli el:

1. §

Az egyes anyakönyvi események engedélyezésének szabályairól, valamint az anyakönyvi eseményekért fizetendő díjak mértékéről szóló 24/2017. (VI. 30.) Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testületének önkormányzati rendelete 1. § d) pontja helyébe a következő rendelkezés lép:

(E rendelet alkalmazásában:)

„1. § d) többletszolgáltatás: hivatali helyiségen, valamint hivatali munkaidőn kívüli házasságkötés, illetve bejegyzett élettársi kapcsolatok létesítése, kivéve, ha a házasságkötés, valamint a bejegyzett élettársi kapcsolatot létesíteni kívánók valamelyikének állapota közeli halállal fenyeget, és ez indokolja a hivatali helyiségen, valamint a hivatali munkaidőn kívüli szertartást.”

2. §

Ez a rendelet a kihirdetést követő napon lép hatályba.

Dr. Gottfried-Tusor Gabriella sk.

jegyző

Pokorni Zoltán sk.

polgármester

„A gyerekekért érdemes ezt a pályát választani”

A tiszteletr, egymás elfogadására, az értékek megőrzésére épülő négy évtizedes kimagasló szakmai munkája és vezetői tevékenysége elismerésül Budapestért díjat vehetett át Tarlós István főpolgármestertől Kovács Zsuzsa. A Süni Óvodák vezetője egyedüli óvodapedagógusként részesült az elismerésben, vele beszélgettünk.

– Nyáron Német László-díjat kaptam, néhány hónappal később a főváros is kitüntette. Melyiket tartja nagyobb becsben?

– Mindkettő nagy megtiszteltetés és öröm számomra. Nem tudok különbséget tenni, mivel állami és fővárosi szinten egyaránt a negyvenéves pedagógusi munkámat jutalmazták.

– Egy ennyire hosszú szakmai pályafutással a háta mögött meglepte a fővárosi kitüntetés?

– Igen, valóban nagy meglepetés volt. Hívták a fővárostól a hírel, első hallásra hitetlenkedtem, később hivatalos értesítést és meghívót is kaptam.

– Több mint negyven éve dolgozik a Süni Óvodákban, harminc éve vezeti az intézményt. Van még, ami motiválja?

– Természetesen! A munkám során folyamatosan gyerekekkel vagyok körülveve, akik rengeteg szeretetet, örömet nyújtanak. Jó látni a fejlődésüket az óvodai életük alatt. Ezekért a mindig megújuló és örökké megmaradó élményekért, értük, a gyerekekért érdemes ezt a pályát választani.

Motivál az is, hogy kiváló csapatban, közösségben lehetek.

– Szakértőként is dolgozik. Mit jelent ez a gyakorlatban?

– Mindig is igyekeztem a magyar pedagógiát, a nevelés ügyét szolgálni, amibe a szakértői tevékenység is beletartozik. Ennek során a minőségirányításban szerzett tapasztalataimmal járultam hozzá a kerületen kívüli óvodák minőségbiztosítási programjának kidolgozásához. Az óvoda-iskola

– Nagy sikerű kerületi programokat is szervez.

– Hosszú éveken át koordináltam a Fővárosi Pedagógiai Napok keretén belül a hegyvidéki intézmények szakmai bemutatkozását, amivel, úgy érzem, sikerült tovább öregbítenem a kerületi óvodák hírnevét. Mindemellett a Hunniareg Pedagógiai Szolgáltató szaknapszakai több éve szervezem a kerületi óvodák gyermekeinek szóló sporttalálkozót és kiállítást.

Évekkel ezelőtt minden óvoda kialakította a saját minőségirányítási programját, amiben szerepet kap az intézmény és a pedagógus ellenőrzése, értékelése. A jelenben pedig a pedagógusi életpályamodell bevezetésével, működtetésével történik az ellenőrzés, az értékelés és a pedagógus minősítése. Elmondható, hogy az óvodák és a pedagógusok adminisztrációs kötelezettségei megnövekedtek.

– És a gyerekek? Ők változnak?

– Annyi biztos, hogy a mai gyerekek nagyobb tempóban lépnek át az egyes fejlődési szinteken. Például amíg korábban a kiscsoportosok inkább egymás mellett játszottak, az utóbbi években sokkal inkább a szerepjáték a jellemző, ami magával hozza a szocializációs felgyorsulást. Szintén különbség, hogy a technikai eszközökkel való ismerkedés és az azokban való jártasság megszerzése egyre kisebb korban történik.

– A Süni Óvodákban különös hangsúlyt kap az integráció.

– Elköteleztem magam az integráció és befogadás irányába. A Süni Óvodák befogadó, inkluzív intézmény – alapító okiratunk is ezt tükrözi –, az egyéni kibontakoztatás és fejlesztés szemléletét képviseli. Kihívást jelent számomra, ha a családokon segíthetek, vagyis a kiemelt figyelmet igénylő gyerekek nálunk mindig helyet kapnak. A sok türelem, alázat, szakmai tudás meghozza gyümölcsét, a gyerekek örömmel járnak az óvodába, sikereket érnek el, ami mindennél fontosabb.

sm.



„A sok türelem, alázat, szakmai tudás meghozza gyümölcsét”

átmenet megkönnyítését, a hátrányos helyzetű gyerekek integrációját szolgáló harmincórás tréning előadójaként támogattam a fővárosi pedagógusok képzését. A tizenkettedik kerületben működő szakmai szolgáltatók szaktanácsadójaként 1998 óta segítem a helyi pedagógusok munkáját tanfolyamok, továbbképzések, előadások szervezésével és gyakorlati tanácsaimmal. Kiemelt figyelmet fordítok a pályakezdő és a kerületünkbe érkező pedagógusok gyakorlati munkájának alakítására, és a mai napig tanácsokat adok az óvodavezetőknek a tanügyigazgatási munkájukhoz.

Együttműködők a szintén minden évben megtartott környezeti találkozó lebonyolításában is.

– Végigjárta az óvodapedagógusi hivatás valamennyi lépcsőfokát. Hogyan látja, mennyiben változott ez idő alatt az óvodák feladata?

– Alapvetően nem változott, ugyanakkor nagyobb hangsúlyt kap az egészséges életmód és az anyanyelvi nevelés. Ezek megvalósítását a modern kor eszközeit használva, többféle módszerrel végzik a pedagógusok. Gondolok itt a nevelés és fejlesztés során alkalmazott kötetlen munkaforma bevezetésére, az infokommunikációs eszközök igénybevételére.

Manó-zug Zugligeten – mesélnek a gyerekek

A Zugliget Óvoda zöld csoportos pedagógusai a gyerekekkel együtt megírták, az egyik szülő pedig rajzokba foglalta Pukli manó és társai történetét. Így született meg a Manó-zug meséi című kötet, amely az óvodások nézőpontjából – manóperspektívából – mutatja meg a mindennapjaikat, az őket körülvevő világot.

Nagy kalandba fogtak a Zugliget Óvoda zöld csoportos óvónői, Divényiné Farkas Katalin és Fodor-Vass Réka, amikor 2016 nyarán megalkottak egy mesebeli világot, a Manó-zugot, huszonnégy kis lakóval, azaz manóval. Tették ezt azért, hogy így segítsék az újonnan érkezők beilleszkedését.

Az óvónők huszonnégy aprócska, a benne lakó manó jellemző tulajdonságát megjelenítő házikót készítettek. Sütfőz, Manó-zug szakácsának házáat apró kis fakanál, Kincses manóét csillogó anyagból varrt zsák különbözőt meg a többiekétől. Amikor a gyerekek először jártak szüleikkel az óvodában, rögtön meg is ismerkedtek Manó-zuggal. Pontosabban a manóalakokkal és házaikkal, amelyek meglepetéssel is szolgáltak, hiszen az óvónők ezekben rejtették el az óvodások jeleit.

„Olyan történetet találtunk ki, amibe a gyerekek hamar bele tudják képzelni magukat, azonosulhatnak a szereplőkkel” – beszélt a kezdetekről Fodor-Vass Réka, aki elmondta, hogy a kicsik minden nap újabb mesét szeretnek volna hallani Manó-zugról, vagyis saját magukról. Hiszen a történet az



A huszonnégy aprócska házikó lakóinak történetei most már könyvben is olvashatók

óvodások élményei, játéka, ötletei alapján folytatódott.

Gyakran kirándultak a közeli erdőbe, ahol Odu manó nyomait kutatták, és próbálták kitalálni, vajon merre bókászhat, mit csinál éppen. A gyerekek egyik nagy kedvence Rosszcsont manó, aki néha bizony szófogadatlan, vagy nem szívesen osztja meg a játékot a barátjaival, esetleg ráripakodik a lányokra. Ekkor Bölcs manó szépen elmagyarázza neki, hogyan lehet megegyezni a többi manóval, hogy mindenki tudjon azzal a játékkal játszani. Sőt, azt is elmondta neki, hogy nem szabad kiabálnia a lányokkal, sokkal többet ér el, ha halkán, kedvesen beszél hozzájuk – mutatta be a karaktereket az óvodapedagógus.

Természetesen minden óvodásnak van már kedvence: Merse az örökké morgó Pukkancs manót, Petra a segítőkész Csupasziót, Samu a Pukli kezét gyógyító Gyógymanót szereti a legjobban. A történetek közül Pancsi a hajóépítés részt kedveli, mert abban az összes manó részt vesz, míg Marci valamennyi „zöld óvodás” nevében kijelentette: a Manó-induló az egyik legkedvesebb éneke.

Amikor elég kaland gyűlt össze, az óvónők úgy döntöttek, készítenek a csoportnak egy fa mesekönyvet, amibe fotók, rajzok is belekerülnek. „Megkértük az egyik édesapát, Timár András grafikust, hogy legyen a segítségünkre, és rajzolja meg a borítót. Az ő ötlete volt, hogy szülessen egy papír me-

sekönyv is, amihez elkészíti az összes illusztrációt” – emlékezett vissza a decemberben megjelenő kötet születésének körülményeire Divényiné Farkas Katalin, hozzátéve, hogy a grafikus két verset is gazdagította a kötetet.

A megzenésített Manó-altató, Szalóczy Pál előadásában, megtekinthető a Youtube-on. A folytatásra sem kell már sokat várni, hiszen jelenleg is írják a Hegyek óriása és a Boszorkány új ruhája című fejezetet.

A Manó-zug meséit bárki megvásárolhatja a Pagyony könyvesboltban, vagy megrendelheti a www.manozug.com weboldalon, ahol további érdekességek olvashatók a különleges könyvről.

MM.

Családokból közösség

Vidám program a Fekete iskolában

Néptánc, romantikus duettek, frenetikus rockkoncert, színes városi forgatóg – különleges élményekben lehetett részük mindazoknak, akik ott voltak a Fekete István Általános Iskola és Előkészítő Szakiskola hagyományos Luca-napi programján. A mottó ezúttal az volt, hogy „Büszke vagyok a családomra”, és ennek megfelelően nemcsak a kisdíjak, hanem szülei, sőt még tanáraik is felléptek.

Dr. Beneda Attila család- és népesedéspolitikáért felelős helyettes államtitkár köszöntőjében elmondta: családunk és tanáraink gyermekkorunk meghatározó sze-

gukat” – fogalmazott dr. Somogyiné Takáts Andrea, a Fekete igazgatója.

„Végelentül tiszteltreméltó az a munka, amit a Fekete István iskola pedagógusai végeznek” – hangsúlyozta Hajnissné Anda Éva. A Közép-Budai Tankerületi Központ vezetője példaeértékűnek tartja az oktatási intézmény szemléletmódját.

„Ahogy a családtagok, úgy a tanárok sem lehetnek magányos hősök: szükség van az együttműködésre. Fontos, hogy gyermekeinket ne elszigetelten neveljük. A társadalmi akadálymentesítés nagyon erős és szeretettel teli vilá-



A diákok, szülei és tanáraik együtt léptek fel

replői – többek között rajtuk is múlik, hogy kik leszünk, ha felnövünk. „Az iskola és a szülők közti kapcsolat harmóniája nagyban hozzájárul a gyerekek fejlődéséhez. Ezen a vidám eseményen egymásra mosolyoghatnak a tanárok, a diákok és a szülők” – fűzte hozzá az államtitkár.

A speciális fejlesztést igénylő, értelmi sérült gyerekekkel foglalkozó tanintézmény életében kiemelt szerepet kap a család. „Nagyon fontos, hogy jó kapcsolatunk legyen a szülőkkel, hiszen csak együtt, egymást kiegészítve nyújthatunk segítséget a tanulóknak. Szükség van olyan programokra, amiken a gyerekek rokonai is részt vesznek, jól érzik ma-

got eredményez. Büszkék vagyunk a Fekete István iskolára, hiszen sokat tesz azért, hogy a családokból közösséget formáljon” – mondta Pokorni Zoltán polgármester, aki arról is beszélt, hogy bár a fenntartó szerepét a Klebelsberg Intézményfenntartó Központ vette át, a Hegyvidéki Önkormányzat továbbra is a szívén viseli az iskola sorsát.

Az épületen nemrégiben jelentős felújításokat végeztek szakemberek. A homlokzati falakat és a tetőt hőszigetelő réteggel borították be, lecserélték a nyílászárókat, valamint napelemeket telepítettek, így csökkentve az iskola energiaszükségletét.

B. Mimi

Kárpátaljaiakat segítenek a zugligeti cserkészek

Nemes zugligeti hagyomány, hogy a helyi Báthory László Cserkészcsapat adományokkal segíti a kárpátaljai magyar családokat. A kapcsolatot 1995 óta él, az utóbbi öt évben pedig minden esztendőben sikerül megszervezni a találkozót. Ezúttal huszonöt fős csapat indult útnak. A fiatalok hat helyen, a híres, epig-

Valamennyi helyszínen tempó- és szalóczy misztériumjátékot, emellett – a zugligeti hívek adományozásának köszönhetően – könyveket, ruhákat, tartós élelmiszereket és közel félmillió forintnyi képzőanyagot is magukkal vittek a szóróanyagban nehéz anyagi és kulturá-



A vendégek templomokban adták elő csíkomszói misztériumjátékukat

ramába foglalt romváru Huszton, a szállásukat adó Bustyaháza, a magyarság megmaradásáért foglalkozó körrel, de leginkább új magyar óvodaépítéssel küzdő Gyertyánligeten, a járászékhely Rahón, a lassan a fokozatosan növekvő bánya-áldozatává váló Aknaszlatinán és a leghálásabb közönségű Nagyszőlősen jártak.

lis körülmények között élő magyaroknak. Sokat elmond a kinti magyar közösségek nemzeti érzéséről, hogy bár az elmúlt évekhez képest nem történt náluk gazdasági fejlődés, mégis az anyanyelvükön megszólaltatott és megjelenített szép előadásért voltak a leghálásabbak.

(-ály)

Díszoklevél nyugdíjas pedagógusoknak 2018.

Tisztelt Hegyvidéki Pedagógusok! Önkormányzatunk hosszú évek óta lehetőséget nyújt az 50–60–65–70 éve tanítóként vagy óvónőként végzett pedagógusoknak, hogy díszoklevelüket lakóhelyükön, a XII. kerületben, az önkormányzat október 23-i kerületi ünnepségén vehessék át. Ez ebben is segíteni szeretnénk az ügyintézésben.

Akik élni kívánnak a lehetőséggel, azoknak az alábbi dokumentumokat szükséges benyújtaniuk:

- Aranydiploma esetén:**
 - az 50 évvel ezelőtt szerzett oklevél fénymásolata,
 - a munkakönyv 9–12. oldalának fénymásolata vagy munkahelyi igazolás az eltöltött évekről (**minimum 30 évnek kell lennie!**),
 - rövid szakmai önéletrajz,
 - személyi adatok (név [leánykori név], lakcím, adószám, tájszám, bankszámlaszám, telefonszám).

2. **Gyémánt (60 év), vas (65 év) és rubin (70 év) oklevél esetén:**

- a korábban kapott díszoklevél másolata,
- rövid szakmai önéletrajz,
- személyi adatok (név [leánykori név], lakcím, adószám, tájszám, bankszámlaszám, telefonszám).

A fenti dokumentumok **2018. február 23-ig (péntekig)** a Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Polgármesteri Hivatal Oktatási és Közművelődési Irodájában (1126 Budapest, Böszörményi út 23–25. fszt. 28.) adhatók le.

Amennyiben további információra van szükségük, vagy időpontot szeretnének egyeztetni személyes találkozási, kérem, forduljanak a téma felelősehez, **Kulifai Sylviához**.

Telefon: 224-5940 vagy 06/70-938-9052.

E-mail: kulifai.sylvia@hegyvidek.hu.

Gilicze Zoltán irodavezető

SZÜLŐI FÓRUM

Kedves Édesanyák, Édesapák!

A Hunniareg Pedagógiai Intézet Nonprofit Kft. szervezésében szeretettel várunk minden kedves érdeklődőt az

„Óvodakóstoló”

című rendezvényünkre.

Téma: ismerkedés a kerület óvodáival, tájékoztatás a hegyvidéki óvodák beiratkozási lehetőségeiről, az óvodába lépés feltételeiről



Időpont: 2018. február 7. (szerda) 17 óra.

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

(Megközelíthető: 21, 21A, 212 jelzésű busszal, fogaskerekűvel, Svábhegy megálló).

Időseknek adtak műsort a virányosi diákok

Az év végi ünnepek előtt ismét műsort adtak a Virányos Általános Iskola tanulói a Zugligeti úti idősek otthonában. Az elsősöktől a nyolcadikosokig több osztályból

hiszen az iskolások más alkalmakkor, például farsangkor is ellátogatnak az otthonba. A pedagógus szerint fontos hozzáadéka ezeknek a programoknak, hogy a diákokban



A fiatalok iskolájukban is bemutatták a betlehemes játékokat

verbuvalódó, örvényfős, lelkes csapat pasztortjátékkal szórakoztatta az otthon lakóit.

A látványos, jelmezes előadást betanító Tóth Emese elmondta, hogy a két intézmény közötti jó kapcsolat ápolása hagyományává vált, a közös ünnepléssel két korban távoli generáció találkozása valósulhat meg évről évre. Még-hozzá nemcsak karácsony idején,

felelősítik az idősek iránti tisztelet érzését, a törődésre való igényt. Az általános iskolás kor ebből a szempontból az egyik legfogékonyabb időszak.

A betlehemes játékokat a gyerekek az iskolájukban nagyobb létszámúban is előadták, műsorukat fuvolajáték, táncok, versek és „anyagi mécsesek” bevonuló színesítették. *M.*

Együttműködési szerződést írt alá a Zugligeti Általános Iskola és a Moholy-Nagy Művészeti Egyetem

Két háromdimenziós nyomtatót nyert a GE Additive Technology pályázatán a Zugligeti Általános Iskola és a Moholy-Nagy Művészeti Egyetem. A különleges printerek az általános iskola tulajdonában vannak, de a kisdíjak az egyetemen tartott interaktív foglalkozásokon ismerkedhetnek meg annak működésével. Az erről szóló megállapodást ünnepélyes keretek közt írta alá a két hegyvidéki tanintézmény.

„Változik a világ. Azok a kisdíjak, akik nemrég kezdtek meg tanulmányaikat, a MOME felvételére ösztönöz buszokkal mennek majd, táskájukban pedig ott lesz az uszonnajuk, amit indulás előtt egy 3D ételnyomtatóval nyomtattak ki” – jövedelme dr. Barcza Dániel. A Moholy-Nagy Művészeti Egyetem (MOME) rektorhelyettese komoly lehetőségeket lát a Zugligeti Általános Iskola és a MOME együttműködésében, ami az oktatás hatékonyságát növelő STEAM módszerre fókuszál. A program célja, hogy a

sem bizonyítja jobban, mint az, hogy tavaly nyáron sikeresen szerepeltek a General Electric (GE) Additive Technology elnevezésű pályázati kiírásán, amelyen két háromdimenziós nyomtatót nyertek.

A különleges printerek a Zugligeti Általános Iskola tulajdoná-

atv oktatásra, ez a megállapodás még izgalmasabbá teszi az iskola mindennapjait. Úgy gondolom, nagyon jól döntöttünk, hogy igent mondtunk az együttműködésre” – fogalmazott Bernyák Adrienn, aki azt is elmondta, hogy a programban minden diákjuk részt vehet, aki érdeklődik a technológ-

projektről, amit Hajnissné Anda Éva, a Közép-Budai Tankerületi Központ vezetője is üdvözölt.

„Felsőoktatási intézményként akkor tudunk tovább fejlődni, ha a jövőben olyan diákok jelentkeznek hozzánk, akik már készségszinten tudják használni ezeket az eszközöket” – fűzte hozzá dr.



A Zugligeti és a MOME közötti megállapodás még izgalmasabbá teszi az általános iskola mindennapjait

ban vannak, ám a MOME épületébe kerültek. Az általános iskola tanulói az egyetemen tartott foglalkozások során ismerkedhetnek meg az eszközökkel. Az erről szóló megállapodást dr. Bernyák Ad-

gjai újdonságok és a művészetek iránt.

Az innovatív szerkezet működésébe a zugligeti tanulókat avatták be lapunkat: „Először megolvastam egy szalagot, majd abból rétegenként felépítettem azt a tárgyat, amit beprogramoztunk. Két-három óra alatt elkészül a remekmű. A tapintása igen érdekes: selymes, és jó érzés megfogni” – magyarázta a hatodikos Simon, aki focilabdát, vagy edzőcipőt is szívesen nyomtatna magának. „Olyan hangja van, mint a kávéfőzőnek” – tette hozzá Emma.

„A GE számára fontos, hogy a jövő generációja olyan kreatív tudást szerezzen, amit később akár nálunk, munkavállalóként kamatoztathat. Jó, hogy a gyerekek már az általános iskolában megismerkedhetnek a digitális technológiákkal” – hangsúlyozta Marton Éva, a General Electric munkatársa.

„A workshopokat a MOME kampuszán, az új technológiai központunkban tartjuk. Már most nagyon sikeres az együttműködés. Tanáraink és hallgatóink legalább annyit tanulnak a gyerekektől, mint ők tőlünk” – beszélt Barcza Dániel a közös

Lipóczki Ákos, a MOME Tárgyaló Tanszékének vezetője.

Pokorni Zoltán polgármester gratulált a Zugligeti iskola sikeréhez – mint mondta, az elmúlt öt esztendőben a duplájára nőtt a jelentkezők száma, ezért szükség van az épület bővítésére. A tervek szerint a Normafa rehabilitációja keretében, a kormány támogatásával, a Fácános területén lévő neoklasszista házat alakítják majd át erre a célra. Az új, két-szintes szárny várhatóan a 2018–19-es tanév kezdetére készül el.

„Bernyák Adrienn kiváló vezetésének köszönhetően a Zugligeti szépen fejlődik, az iskola virágzásába jól illeszkedik az ország egyik legnépszerűbb felsőoktatási intézményével kötött megállapodás – zárta szavait a polgármester. – Egy kisdíjak csak akkor ismerhetik meg a tárgyalókat egyetemi művészetét, ha megmutatjuk neki. Az együttműködésnek köszönhetően tágul a gyerekek pályaválasztási horizontja. Bizunk benne, hogy sokan lesznek majd azok, akik a MOME-ra szeretnének jelentkezni, hiszen az intézmény igen értékes végzettséget ad.”

Boussebaa Mimi

Ösztöndíjak a nemzetiségi tagozatosoknak

Öt tamási diák is ösztöndíjban részesült ebben az évben tanulmányi eredményei, valamint a német nemzetiségi közösségben végzett munkája alapján. Az Emberi Erőforrások Minisztériumának pályázatán Áprili Máté kapott támogatást: a Tamási Áron Általános Iskola és Német Két Tannyelvű

„Az iskola nemzetiségi kórusának tagjaként rendszeresen fellépnek a budai sváb hagyományokat felelevenítő programokon, míg a családom révén egy igazi sváb falu, Vértestolna közösségi eseményeinek is aktív résztvevője vagyok kiskorom óta” – mondta el lapunknak Áprili Máté, aki az érettségit követően germanisztika vagy szabad bölcsészeti szakon tanulna tovább, de gondolkodik azon is, hogy Németországban járjon filmművészetkurzusra. Ösztöndíját elsősorban arra szeretné költeni, hogy középiskolai tanulmányai után külföldre utazhasson.

Míg a minisztérium immáron hetedik alkalommal hirdette meg országos pályázatát a nemzetiségi képzésben részt vevő középiskolásoknak (köztük a Tamási diákjainak), a Fővárosi Német Önkormányzat a 2017–18-as tanévben először biztosított lehetőséget arra, hogy a hegyvidéki



Áprili Máté

Nemzetiségi Gimnázium 11. évfolyamos, nemzetiségi tagozatra járó tanulója tanulmányaihoz két tanéven át havi hatvan ezer forinttal járul hozzá az állam.

zépiskolásoknak (köztük a Tamási diákjainak), a Fővárosi Német Önkormányzat a 2017–18-as tanévben először biztosított lehetőséget arra, hogy a hegyvidéki



Molnár Kinga, Vas Gréta, Bácskay Tamara és Molnár Illés

iskolába járó fiatalok is jelentkezhetnek az általa kiírt ösztöndíjpályázatra. A nemzetiségi tagozat tanulói ki is használták ezt a lehetőséget: a 10. évfolyamos Bácskay Tamara és Molnár Illés, a 11.-es Vas Gréta, továbbá a 12.-es Molnár Kinga egy éven át folyósítandó, havi nyolcezer forintos támogatást kaptak.

„Az egyik alapító tagja vagyok a nemzetiségi tagozat kórusának, és évek óta szinte az összes sváb hagyományörző programon részt veszek” – mesélte az érettségi előtt álló Molnár Kinga. Mint mondta, nemzetközi tanulmányok vagy hotelmenedzsment szakon szeretne továbbtanulni, emellett a Ta-

mási nemzetiségi kórusába is szívesen visszajárna „öregdiákként”.

„A nemzetiségi tagozat lelkes diákjai, köztük az ösztöndíjban részesített tanulók nagyban hozzájárulnak a közösségi programok sikeréhez – mondta Meskó Gyula igazgatóhelyettes, a XII. kerületi német nemzetiségi önkormányzat tagja. – A Pünkösdi Búcsútól a Kadarka Kör szüreti fesztiválján át a Sváb Disznótorig, ami az idén január huszadikán lesz Budakeszin, sok rendezvényen fellépnek a gyerekek. Műsoraik mindig örömmel töltik el az idősebbeket, akik szívügyüknek tekintik a hagyományok továbbörökítését.”

sz.

Mozgásszervi szűrés gyerekeknek

A mozgásszervi elváltozásokra különösen igaz, hogy a korai felismerés után jelentősen javítható a betegek állapota, sőt a kedvezőtlen folyamatok akár vissza is fordíthatók. Ezt a célt szolgálja a Hegyvidéki Önkormányzat szervezésében 2000 óta minden évben megtartott ortopédia szűróvizsgát, amin a XII. kerületi általános iskolákba és óvodákba járó gyerekek vesznek részt.

Az iskolás évek kezdetekor a padban ülés megszokása, aztán a nehéztáska cipelése alaposan megterheli a gyerekek fejlődésben lévő csontozatát. Könnyen kialakulhatnak tartásproblémák, -elváltozások, amiket vagy észrevesz a szülő, és orvoshoz fordul, vagy nem, hiszen a gyermek hatévesen kikerül a védőnői hálózat látóköréből.

Ezt a hiányosságot ismerte fel a Hegyvidéki Önkormányzat, amely országosan az elsők között indította el a mozgásszervi szűrést. A vizsgálatokat a kezdetek óta a korábban a Budai Gyermekkorházban is dolgozó dr. Andrassy Ilona végzi.

A legutóbbi szűrés eredményeit ismertette a Levendula utcában rendelő ortopéd szakorvos arra hívta fel a figyelmet, hogy a civilizáció fejlődésével hazánkban is növekszik a mozgásszervi megbetegedések száma. Ebben közrejátszhat a tévé és a számítógép elterjedése, a „grundok”, szabad területek beépítéséből következő kevesebb sportolási lehetőség, valamint az iskolai különórak számának növekedése miatt a szabad idő csökkenése is.

A szakember először a 2000–2001-es tanévben végezte el a szűróvizsgát a kerület 11 általános és 8 középiskolájában. Jelenleg 11 általános és 5 középiskolában, valamint a 2014–2015-ös tanévtől kezdve 15 óvoda nagycsoportjában évente megismétli a felmérést.

Mint elmondta, korábban az iskolaorvosok által további vizsgál-

gyerekek mozgását. A szűrés másik hozadéka, hogy a szakrendelésre csak a valóban orvosi segítségre szorulókat küldik, ezzel csökkenteni lehet a szülők és a szakrendelők terhet is.

Dr. Andrassy Ilona az elmúlt években a tanulók mintegy 40 százalékánál tapasztalt követést igénylő mozgásszervi eltérést, ami lehet

gálatot végzünk, ki lehet szűrni a valódi elváltozásokat. Nagyobb fokú görbületek esetén intenzívebb, egyéni szabott gyógytorna kezelésre, esetleg fűzőviselésre szorulnak, miközben az iskolai testnevelésen való részvételtől sem tiltjuk el őket” – magyarázta a szakember, hozzátéve, hogy a gyermekkori tünetek feltárással és a szükséges kezelés megkezdésével megelőzhető az egyébként már fiatal felnőttkorban jelentkező panaszok.

A szűréseken részt vevők mintegy 15 százalékánál derült fény enyhébb elváltozásra, elsősorban hanyagtartásra, amikor az alapvetően rossz testtartás még nem rögzült, és a gerinc fokozott görbületei aktív izomerővel korrigálhatók. Ehhez leginkább izomerősítő gyakorlatok, rendszeres torna, úszás, labdasportok javallottak, fokozatosan emelt terheléssel.

A szakember tapasztalatai szerint gyakorinak mondható a lúdtalp is, a tanulók körülbelül 11 százalékánál jelentkezett talpboltozat-süllyedés. Csak az esetek tízedénél kell betétet viselni, a többi rendszeres lábtornával, megfelelő, kemény kérgű, jó felépítésű cipő viselésével egyensúlyban tartható. Örömteli, hogy a gyerekek többsége már ilyen cipőt használ az óvodákban, ezt a jó példát kellene még inkább kiterjeszteni az iskolások körében.

Ebben megkerülhetetlen a szülők szerepe is, akiknek dr. Andrassy Ilona azt javasolja, figyeljék gyermekük mozgását, tartását. Ösztönözzék őket arra, hogy minél többet mozogjanak, ha pedig szükséges, járjanak tartásjavító tornára, gyógytestnevelésre.

M.



Dr. Andrassy Ilona évente megismétli a felmérést

latra küldött tanulókat – a szakrendelők kapacitása miatt – csak később látta szakember, ezért a gyógyítás sokszor nem kezdődhet meg időben. Ezt a késedelmet szünteti meg a tanév eleji mozgásszervi felmérés, ami után a kevésbé súlyos esetekben a gyerekek az év elejétől részt vehetnek gyógytestnevelésen. Ez fejleszti az egyébként egészséges, de teljesítményorientált testnevelésőrára nem küldhető

kóros oldalirányú görbület (scoliosis), vagy olyan fokú „püpos” tartás, ami már ízületi mozgáskorlátozottsággal is jár (M. Scheuermann).

„Természetesen egyetlen vizsgálat után nem mondható ki, hogy ezeket a tüneteket valamilyen komoly eltérés váltja ki. De azzal, hogy célzottabb, intenzívebb mozgásra, gyógytestnevelésre küldjük a gyerekeket, és évente kontrollviz-

Az év fája 2018-ban a virágos kőris

Már megszokhattuk, hogy az év elején különböző szervezetek megválasztják az év madarát, vadvirágát, állatát, rovarát, meggyását. Az idén a fák között egy olyan fajra esett a választás, amelyik nem hivalkodik, pedig kerületünkben is gyakori, így házunk táján is találkozhatunk vele.

Az év fájának megválasztása nem hazai találmány. Németországban született az ötlet 1989-ben, hogy minden évben egy fajra kapjon a szokásosnál kicsit több publicitást mind tudományos és szakmai berkekben, mind pedig a széles nyilvánosságot elérő ismeretterjesztés formájában.



Koronája szabálytalan alakú, ágrendszere görbe karokból áll

Magyarországon hét esztendővel később választottak először év fájat, és az Országos Erdészeti Egyesület szervezésében azóta is minden évben lezajlik a szavazás. Tavaly, a már-már szokásosnak nevezhető élénk érdeklődés mellett, a virágos kőris lett a „befutó”. A fa kedveltsége bő 700 szavazatot ért, ami nem csekélység, különösen a második helyre szoruló fehér fűz 450 szavazatához viszonyítva. Okkal kérdezhetjük: miért éppen a virágos kőris (*Fraxinus ornus*)?

A kőrisek nemzetsége mintegy hetven fajt számlál, ezek az északi félteke mérsékelt övi erdeinek lakói. Jellemzően lombhullató fák vagy cserjék. A virágos kőris Dél-Európában és Kis-Ázsiában őshonos, elterjedési területének északi pereme a Kárpát-medence. Vadon a középhegységi erdőket kedveli, de ott sem alkot tiszta állományo-

hasonlóan keresztben átellesnek, páratlanul szárnyaltak. Méretük arasznyi is lehet. Ősszel szépen és változatosan színeződnek.

Kétféle növény, azaz vannak porzós és termős egyedek is. Pollenje allergén. A növény legfeljebb díszes a – névadó – virágzata, ami a hajtások csúcán fejlődik. A nagy, tollseprűszerűen laza bugavirágzatban számtalan sárgásfehér szirmú virág nyílik, általában májusban.

A rokonoktól eltérően rovarbeporzású virágok gyorsan lehullnak, helyükön zöld, később sötétzöld színűre érő lependék termékek fejlődnek. Ezek a levelszerű, kis vitorlák ősszel megszáradva és kissé megpödrödvé megszire képesek repíteni a végükön ülő magot. A szél által terjesztett

milliónyi mag aztán a környék kertjeiben tömegesen csirázik, a kertbarátok mérsékelt öröme.

A virágos kőris természetközeli erdőben is szokták nevezni, mert a törzs és a vastagabb ágak sérüléseiből ragacsos folyadék szívárog. Ez az alapvetően a sérülés fertőzések elleni védelmére szolgáló gyanta a népi gyógyászatban köhögés csillapítására, a konyhaművészetben pedig diabetikus szűrőanyagként szerzett hírnevet. A manna leggyakrabban a virágos kőrisre specializálódott, 2,5 centiméteres mannakabócák szűrőanyag helyén figyelhető meg. Mivel nálunk ezek az „énekűk” híres mediterrán kártevők csak elvétve fordulnak elő, a mannafakasztáshoz mesterségesen kell sérüléseket okozni.

A virágos kőris kedveli a kellemesen meleg, meszes domboldalakot, így a Hegyvidék egyik viszony-



A hajtások csúcán fejlődő virágok általában májusban nyílnak

lag gyakori fája. Egyszerre elterjedt a természetközeli erdőben és a kertekben, utcákon. A budai Hegyvidék mozaikos szerkezete sok olyan nyílt erdőt, kisebb tisztást vagy parkos ligetet rejt, ahol a kőris is megtalálhatja életfeltételeit.

Mivel elviseli a szárazságot és a poros városi levegőt, ezért útsorfalnak is kiválóan alkalmas. A virágzási idejét kivéve talán csak ősszel vesszük észre, amikor levelei és termései lehullnak, és vastagon beborítják a járdákat. Pedig kifejezetten tetszetős virágzása megérdemelné egy kis figyelmet nemcsak a kertbarátok, hanem a Hegyvidéken élők és kirándulók részéről is. Legalább az idén, amikor a virágos kőris éve van!

Törzse általában görbe, szabálytalan alakú koronája pedig „rendezetlen” elágazásokkal épül fel. Kérge síma, világosszürke, amely az idős példányoknál sötétedik és rücskössé válik. Ágrendszere is csavarodott, görbe karokból áll. Levelei a kőrisrokonokhoz

lag gyakori fája. Egyszerre elterjedt a természetközeli erdőben és a kertekben, utcákon. A budai Hegyvidék mozaikos szerkezete sok olyan nyílt erdőt, kisebb tisztást vagy parkos ligetet rejt, ahol a kőris is megtalálhatja életfeltételeit.

Mivel elviseli a szárazságot és a poros városi levegőt, ezért útsorfalnak is kiválóan alkalmas. A virágzási idejét kivéve talán csak ősszel vesszük észre, amikor levelei és termései lehullnak, és vastagon beborítják a járdákat. Pedig kifejezetten tetszetős virágzása megérdemelné egy kis figyelmet nemcsak a kertbarátok, hanem a Hegyvidéken élők és kirándulók részéről is. Legalább az idén, amikor a virágos kőris éve van!

(Barta)

Díjazott méz a Hegyvidékről

Kutasi Tamás valószínűleg méhésznek született. A budai Hegyvidék peremén már gyerekként rácsodálkozott a jól szervezett társadalomban élő és termelő méhekre, és a döngicséllő rovarok annyira lenyűgözték, hogy tizenévesen immár saját méhcsaládokkal bíbelődött.

Mire a pályaválasztásra került a sor, egyértelmű volt, hogy a közben szépen felgyarapodó méhészet hobbiból hivatássá válik, még akkor is, ha a fővárosi életnek nem magától értetődő velejárója a méhtartás. Persze, mindez kevés egy magas rangú elismeréshez, márpedig Kutasi Tamás okleveles méhészmester, Hegyvidéki szomszédunk erdei termék kategóriában termékdíjat nyert erdei virágmézzel a 78. Országos Mezőgazdasági és Élelmiszeripari Kiállítás és Vásáron.

A díjazott méznek legelőször is szigorú beltartalmi elvárásrendszernek kell megfelelnie. Ez önmagában nem okozott nehézséget, hiszen a méhészet ökológiai szem-



Normafa méze

léttel termel, azaz kőznapien „biomézeteket” állít elő, amihez nagyszerű alapot biztosít a budai Hegyvidék, ahol – gyakran meg is fedkezünk róla – még bőven van

tiszta, érintetlen természeti környezet. A termékdíj zsűrije figyel a kőritésre, így például a címkéje is, mert nemcsak a termék minősége, hanem az esztétikum, sőt a



Kutasi Tamás mézei a budai Hegyvidék ritka értékeire hívják fel a figyelmet

fogyasztók pontos tájékoztatása is szempont.

A részletek ismeretében már sejteni lehet, hogy egy ilyen díjat nem véletlenül ítélnek oda valakinek. Kutasi Tamás is tudatosan készült, bár nem elsődlegesen nyerni akart, hanem olyan terméket előállítani, ami a legmagasabb elvárásoknak is megfelel.

Folyamatosan kereste és keresi a környék legjobb méhlegelőit. Iseri a hegyeket, tudja, melyik lejtő éghajlata inkább mediterrán, melyik völgyé inkább alpokaljai. Iseri a növényeket, és képes a méhek összetett szemével nézni a tájat. Ahol a kiránduló egy tisztást lát, ő már sejti, milyen mézbe lehet majd belenyúlni a pergetés után. A legalkalmasabb helyek kiválasztásánál a Duna-Ipoly Nemzeti Park munkatársaival is egyeztet, más különben nem is lehetne ezeken a védett területeken méhészkedni.

Ezután következik a száraz papírmunka, végül pedig, a virágnyi-

lás ütemének figyelembevételével, a kaptárok helyszínre szállítása. Kutasi Tamás szemléletét átszövi a természet szeretete és tisztetele, ezért sosem visz több méhet egy

lados oldalirányú görbület (scoliosis), vagy olyan fokú „püpos” tartás, ami már ízületi mozgáskorlátozottsággal is jár (M. Scheuermann).

„Természetesen egyetlen vizsgálat után nem mondható ki, hogy ezeket a tüneteket valamilyen komoly eltérés váltja ki. De azzal, hogy célzottabb, intenzívebb mozgásra, gyógytestnevelésre küldjük a gyerekeket, és évente kontrollviz-

lados oldalirányú görbület (scoliosis), vagy olyan fokú „püpos” tartás, ami már ízületi mozgáskorlátozottsággal is jár (M. Scheuermann).

A legelőt után szépen megtelek a lépek. Ekkor következik a pergetés, amikor kiderül, hogy a méz mennyit tükröz a virágzó tervekben. Most, az erdei virágméz esetében – úgy tűnik – elég sokat!

A díjnyertes méz főleg a gyűjtés helyén elérhető réti virágmézből, kis hársmézből és mézharmatból tevődik össze, mindabból, amit júniusban-júliusban gyűjteni lehetett. Mivel a kiszemelt szennyezésmentes terület kicsi, így évente csak 1500 üveg telik meg erdei virágmézzel. Viszont ha meg akarjuk kóstolni a díjazott mézet vagy társait, akkor nem kell messzire menni, mert például a Hegyvidék Központban is kaphatók.

Már körvonalazódik egy Hegyvidéki bemutatóméhészet kialakításának terve, ahol a kerületi gyerekek – méhszűrők nélkül – ismerkedhetnek meg ezzel az ősi szakmával. A kivitelezésben szerepet vállal a Hegyvidéki Önkormányzat a fenntarthatóság érdekében történő szemléltetést szorgalmazó zöld irodája. A méhészet látogatása során már a legfogékonyabb korban megérezhetik a gyerekek, hogy a XII. kerületi erdőben, réteken gyűjtött mézben ugyanazokat a polleneket veszik magukhoz, amelyek között a mindennapjaik telnek, így ez a méz pótolhatatlan kincs!

(Barta)

Színes, ízletes fogásokat a hétköznapokra is!

Túl az ünnepi súlyos étkeken, itt az ideje, hogy kissé fellélegezzünk! Könnyű, ám ízletes ételekkel készülünk a januárra. Vöröslencseleves, juhtúrós csirke, mandarinos tarte, lila burgonyás zsemle szerepel a menüben, és szokás szerint praktikus, őszi fortélyokat is előástunk a múltból.

LILA BURGONYÁS FONAT

A napokban nem tudtam ellenállni, és beruháztam egy nagyobb adag lila burgonyára. Olyan gyönyörű volt a színe, hogy azt gondoltam, valami szépséget biztos lehet varázsolni belőle. És lón!



Mutatós és finom!

Hozzávalók
33 dkg lila édesburgonya
10 g száraz élesztő
1,2 dl szobahőmérsékletű tej
1 tk cukor
25 dkg liszt
2 tk sütőpor
csipetnyi tengeri só
2 ek csomag
2 evőkanál növényi olaj

Hámozzuk meg a burgonyát, és jól öblítsük le. Kockázzuk fel, majd tegyük forrásban lévő víz fölé a gőzölőre. Tizenöt perc alatt pároljuk puhára. Azért fontos a kíméletes hőkezelés, hogy a krumplicsészék ne veszítsen túl sokat élénk színéből. Ha puha, csepegtesse le, és törjük össze.

Az élesztőt keverjük el a langyos tejjel és a cukorral, majd hagyjuk

buborékosodni jó tíz percig. Egy nagy tálban keverjük össze a lisztet, a sütőport és a sót. Öntsük az élesztőkeveréket a lisztkeverékhez, adjuk hozzá a burgonyát és a csomagot is, és gyúrjuk belőle ruganyos tésztát. Akkor jó, ha nem ragad többé a kezünkhöz.

Helyezzük a tésztát kelesztőtáliba, és fedjük le tiszta konyharuhával, majd egy-másfél órán át hagyjuk kelni. Osszuk tizenöt egyforma darabra, formáljunk belőlük golyókat, és konyharuhával lefedve hagyjuk fél óráig kelni. Végül egyenként nyújtjuk őket ovális lapokra, kenjük meg olajjal, majd vagdossuk csíkossá hosszanti irányban, és tekerjük fel.

Formázzunk belőlük finoman csomókat, a füleket tüntessük el a tészta alatt, majd helyezzük a csomókat tizenöt sütőpapírnegyzetre, amit előzőleg kivágtunk. Ismét egy óra kelesztés következik.

Végül, fedő nélkül, tíz percig rácson pároljuk a zsemleket. Rácson hűtsük ki teljesen, mielőtt elfogyasztjuk. Mutatók kínálnivaló különféle kencékhez, pástétomokhoz!

VÖRÖSLENCSELEVES SÜTŐTÖKKEL

Ez a forró leves, amellyel, hogy fehérjékben, vasban és foszforban



Nemcsak színével, de beltartalmával is kiténik levestársai közül



A juhtúrós szószban úszkáló csirkemell kellemesen omlós lesz

gazdag, színt csempész a szürke téli napokba. A vöröslencsét azért szeretem, mert hirtelen felindulásból is el lehet készíteni, mivel más rokonaival ellentétben nem igényel különösebb előkészítést.

Hozzávalók
1 kg sütőtök
1 hagyma
75 ml víz
15 dkg vöröslencse
3 ek olívaolaj
1 csipet szerezendió
petrezselyem
só, bors

Vágjuk ki a sütőtök belsejét, és szeljük nagy darabokra. Kockázzuk fel a hagymát, tegyük min-

dent egy lábosba, és a vízzel, egy kis sóval együtt forraljuk fel. Adjuk hozzá a vöröslencsét is, és bugyogtassuk húsz percen át. Végül botmixerrel pürésítsük, és tetszés szerint hígítsuk egy kevés vízzel. Keverjük bele az olívaolajat és a borsot a szerezendióval együtt. Tálalás előtt hintsük meg finomra metélt petrezselyemmel.

JUHTÚRÓS CSIRKEMELL

A csirkemellből készült ételek nagy előnye, hogy gyorsan készülnek, de veszélyük, hogy szárazak, rágósak lesznek. Ez a recept kiküszöböli a fenti hátrányt, mivel itt bő, juhtúrós szószban úszkálva sül a mell. Az idén felülkerekedett az újévi malacsültlen is!

Hozzávalók
80 dkg vékonyra szelt csirkemell
20 dkg füstölt mangalicasonka
20 dkg juhtúrós tejszín
snidling
parmezán sajt

Hozzávalók a fűszervajhoz
10 dkg vaj
20 ml tejszín
1 nagy gerezd fokhagyma
petrezselyem
snidling
só, bors

A szép, vékonyra metszett csirkemellszeleteket kicsit kiklopfoljuk, majd egy éjszakára fokhagymás, enyhén sós tejbe áztatjuk. Másnap puha vajból elkészítjük a fűszervajot. Ehhez áttörjük a fok-



Gyerekek kedvenc desszertje a mandarin tarte

hagymát, nagyon finomra metéljük a petrezselymet és a snidlinget, s minden hozzávalót alaposan kikeverünk.

Leszárítjuk a szeleteket, megszózzuk, megborozzuk, és megkenjük a belső oldalát a fűszeres vajkrémmel. Rátesszük a sonkaszeletet, és összetekerjük. A kizsírított tepsi egyenlőre mellé helyezzük a göngyölegeket, és leöntjük a juhtúrós szósszal. (A juhtúrót felhígítjuk a tejszínnel, belekeverjük a snidlinget és a parmezánt.)

Sztanióval letakarva sütjük nagyjából egy óra hosszat 200 fokon sütőben, majd a sztanió levéve róla a tetejét is lepirítjuk.

MANDARIN TARTE

Illatos, könnyű, édes, mégis kissé fanyar, és csodaszép színe van – a mandarin minden gyerek álma, nem csoda, ha ez a torta is pillanatok alatt eltűnik az asztalról egy jó vasárnapi ebéd után. Narancslikőrrel, vagy nélküle, üdítő desszert!

Hozzávalók a tésztához
12,5 dkg vaj
25 dkg liszt
½ kk só
1 ek cukor
3-4 ek hideg víz

Hozzávalók a krémhez
6 tojás sárgája
1,75 dl friss mandarinlé



A mandulás piskótának jót tesz, ha fogyasztás előtt pár napig pihen

19 dkg cukor
6 dkg vaj
3 mandarin héja lereszelve
1 ek narancslikőr

Először a tésztát készítjük el. Ehhez minden hozzávalót összegyúrunk. Hideg vajjal, gyors mozdulatokkal dolgozzunk, és ha elkészültünk, légmentesen elzárt edényben tegyük hűtőbe a tésztát egy órára.

Nyújtjuk ki, majd béleljük ki vele egy tortaformát, és így is tegyük vissza fél órára a hűtőbe. Ezalatt melegítsük elő a sütőt 200 fokra. Borítsuk be a tésztát alufóliával, és helyezzük rá szárazbabot, hogy ne púposodjon fel sütés közben. Az első tíz perc után lecsavarhatjuk a hőfokot 180 fokra. Így süssük tovább még 15-20 percen keresztül, amíg szép aranybarna lesz.

A töltékhez keverjük össze egy lábosban a tojások sárgáját a gyümölcsök levével és a cukorral, majd gőz fölött, állandó kevergetés mellett, főzzük sűrűre. Emel-

jük le a gőzről, és keverjük bele a mandarinok héját, a vajat és a likőrt. Öntsük a kihűlt tésztára, amiről eltávolítottuk az alufóliát és a babokat. A tortát legalább 3 órán át hűtsük tálalás előtt!

CITROMOS MANDULASZELET

Szaftos, savanykás desszertet készítettünk, ami sokáig eláll. A citromos szeleteknek, mint minden mandulával készült piskótának, kifejezetten jót tesz, ha néhány napig pihen, mielőtt az asztal díszévé válik.

Hozzávalók
20 dkg puha vaj
20 dkg cukor
30 dkg liszt
10 dkg mandula
6 tojás
2 teáskanál citromhéj
4 meyer citrom
1 tasak sütőpor

Melegítsük elő a sütőt 160 fokra! A puha vajat keverjük ki a porcukorral és a citromhéjjal. Egyenként adjuk hozzá a tojásokat, majd a porrá őrölt, hámozott mandulát, amit előzőleg elkevertünk a liszttel és a sütőporral. Végül finom keverjük bele a citromlevet is.

Vajazzunk, lisztezzünk ki egy sütőformát, és öntsük bele a masszát, majd hintsünk rá szeletelt mandulát. Süssük 40 percig 160 fokon.

Háztartási fortélyok a régmúltból

Elmúltak az ünnepek, a vizsga jól sikerült, hátradőlhetünk végre, nem maradt más teendő, mint a romeltakarítás. A nagy sürgés-forgás, bizony, áldozatokat is követel, én például levertem a zománccot a legkedvesebb lábosomról egy kis helyen. Nincs szívem kidobni, ezért utánajártam, mit lehet tenni.

A régiek üvegragasztót, vagyis a Pál utcai fiúk-féle gittet használtak erre a célra. Meleg kézzel gyúrták össze, hogy jól megpuhuljon, majd a hibás helyre nyomva tűzbe tartották, hogy a ragasztó megkeményedjen. Az így megfoltozott edény újra teljesen használhatóvá vált. Ha nagyon hibás lett a zománc, nem volt mese, újra kellett zománcoztatni.

Savanyú gyümölcs vagy más savanyú étel főzése után gyakran sötét színt kap az edény, amit ecetes sóoldattal tisztíthatunk. Azt is ellenőrizni tudjuk, van-e az edény anyagában ólom, ha kicsit felmelegítjük, és az aljára cseppentünk egy kis salétromsavat, amit hagyunk rajta megszáradni. Ha utána kén-hidrogénnel megnedvesítjük a kezelt foltot, és az megfeketedik, biztos, hogy ólmot is tartalmaz, ami nagyon ártalmas az egészségre.

Komoly veszély fenyegeti az értékes porcelánt, ha netán szorgos kis unokakezek teritene. Ne engedjük a kísértésnek, inkább rakjuk el mi magunk, és biztos,

ami biztos, ne sajnáljuk a fáradságot, tegyük minden tányér fölé egy darab fehér papírost!

Még egy jó tanács: ha a vendég dohányzott, és a porcelán foltos lett a cigarettaparázstól, semmi baj, dörzsöljük meg nedves, sóba mártott dugóval! Ha a porcelán a hosszabb használatból, esetleg a mosogatógéptől kissé megfakult, elkopott, dörzsöljük meg rongyra szórt citrompótlóval, amíg kifényesedik. (Ha kényesebb porcelán-csészébe vagy üveg-pohárba forró folyadékot töltünk, úgy óvhatjuk meg a repedéstől, hogy a pohárba ezüstkanalat teszünk, és így öntjük bele a teát, csokoládét, kávét.)

Megfeketedett fémtárgyat úgy tudunk kifényesíteni, hogy egy félbevágott krumplicsészékbe mártunk, és ezzel dörzsöljük át. Lakktalcát, lakktampedit se mossunk el forró vízzel, mert az árt a lakknak. A legjobb, ha tiszta olíva- vagy más ételolajba mártott ronggyal dörzsöljük át addig, amíg az edény egészen száraz lesz. Ha még piszkosnak látszik, szórjunk rá kevés lisztet, majd dörzsöljük le róla a

ronggyal. Tisztítás után állott vízzel öblítsük le a tárgyat, és azonnal töröljük szárazra. Jól jegyezzük meg: lakkozott faanyagot sohasem szabad mosogatószerrel tisztítani!

Ünnepek idején az ember sokszor ételt is szállít a családtagok-



Porcelánfényesítés citrompótlóval

nak, ezért fontos tudni, hogy a a befőttesüveg gumikarikája nem zár rendesen, akkor kenjük be tojásfehérjével!

Engem egy kicsit mindig zavarba ejt a húsvágó deszka tisztításának kérdése. Használat után ugyanis nem lehet olyan gyorsan elmosni, hogy be ne szívódjon valami a húsléből, a fűszerekből. Öreganyáink – mosogatószer nélkül – egyszerűen ledöröglték kő-

porral vagy tiszta fehér homokkal a fadeszkát. Azt ajánlom, havonta egyszer főzzük ki mosószeres forró vízben 20-25 percig, aztán aki akarja, dörzsölgesse kőporral vagy fehér homokkal, ha nem tud lemondani erről...

Ha az üvegpalackot, kristályüveget nem tudjuk jól kimosni, mert az alján már lerakódás van, tegyük bele nyers, hámozott krumplidarabokat, öntsünk rá egy kis pálinkát, vagy ha más nincs, szódavizet. Rázunk fel néhányszor, aztán hagyjuk benne egy éjszakára. Végül jól öblítsük ki, szárítsuk meg.

Másik módszer, hogy a burgonyaszzeletekre ecetes sóval öntünk, egy kis vízzel hígítva, és ezt hagyjuk állni benne. Kristálytisza lesz tőle a palack!

Könnyebben eltávolítható foltoknál (beleszáradt tej, piszok) a nyers krumplidarabokra tegyük kávézaccot, összetört tojásfehérjét és egy kis vizet, hogy könnyen ki tudjuk öblíteni. Ez, persze, már egészen boszorkányosan hangzik, belátom.

Újságíróknak ajánlott az utolsó ötlet: újságpapírral is könnyen célt érhetünk. Tépjük szét apró darabkára az újságot, töltsük meg velük az üveget, és rázogassuk, amíg az teljesen megtisztul.

Lehet, hogy így az olvasó is jobban jár?

(Kövesdy)

Természetjárás és sportélet a Zugligetben

Zugliget gyönyörű fekvésének és egészséges éghajlatának köszönhetően a főváros egyik legkedveltebb kirándulóhelye volt a 19. században. Kora tavasszal százak lepték el a vidéket, hogy még időben lefoglalják nyári szállásaikat. A Szarvas vendéglőhöz közel (a mai Szarvas Gábor út–Zugligeti út kereszteződésében) Szakál Lukácsné vendéglős és Klóze Róbert fűszerkereskedő segítette szívélyesen a lakáskeresőket, és a Béla király úton lévő fácskatelepi fűszerkereskedőnél, Engelhardt Lénárdnál, valamint a közeli bérkocsitulajdonosoknál is lehetett érdeklődni a nyári szállásokról.

A pihenő polgárság kényelmét szolgálta, hogy az állandó boltosokon kívül a környező falvakból házhoz hozták a kávékat is érkeztek, a központi tejszárnyak emberei és a helyi majorosok pedig gondoskodtak arról, hogy a vendégek mindig friss tejhez jussanak, és a mézárnyak is házhoz szállították a húst. Hírlapok ugyancsak jártak a Zugligetbe is, már a korai órákban kézhez lehetett venni ezeket, és az esti lapokat is még aznap olvashatták az előfizetők. Külön postahivatal és telefon működött a lóvasút-végállomás épületében.

Garay János költő így emlékezett vissza Zugligetre 1837-ben: „Az első osztályba azok tartoznak, kik hiúságból mennek sétálni, hogy szép ruhájukat mutogassák; a második osztályba a tudósokat lehetne tenni, kik mozgás és emésztés kedvéért sétálnak; a harmadik osztályban végre az élni szeretők vannak ezeknek végcéljuk a mulatás, evés, ivás. – Olyanok a pestiek, mint egy nagy nyugtalan szittyacsapat; megszállják kicsapásaikkal a szomszédságot, a Zugligetet, Laszlovszkyt, Miksaárkát, a Szép Juhásznét, Svábhegyet, Mária-völgyét. A főút-



Kirándulók a Remete-sziklánál egy 1908-as felvételen

is van csarnoka, t. i. a Laszlovszky-majort. Itt az ember kiugrik poros kocsijából, mivel tisztátalanul nem szabad belépnie, a kocsi után már messziről szaladó suhancok által előbb jól le és megkeféltek, mielőtt a küszöbön átléphet, a természet palotájába, a domború tetőkre és nevető ligetekbe, amelyek mintha szerelmi titkot súgnának egymásnak, a szózatos berkekbe, az öblös völgyekbe, amelyeket bejár a lebegő szellő, miközben édes enyhülésben ringatja a fáradt utast.”

Hazánkban a szervezett természetjárás kezdete az 1870-es évekre tehető, akkoriban országsszerte sorra jöttek létre a turistaszervezetek. Elsőként a Magyar Turista Egyesület alakult meg a Magyarországi Kárpát Egyesület Budapesti Szakosztályából, 1891-ben. Elnöke a Sváb-hegyen élő báró

Budapest-Hegyvidéki Turista Egyesület.

Korabeli feljegyzések alapján halás terület volt a Zugliget a természetbarát fiatalok számára, akik már kora tavasszal bejárták a környéket, hogy hóvirágot, ibolyát, kökörcsint, kankalint vagy más virágokat szedhessenek. Pünkösdkor ugyancsak ezrével tódultak ki a kirándulók, hogy leheveredhessenek a zöld pázsitra, és gondtalanul tölthessék el az ünnepnapot. A séták alkalmával sokszor lehetett amatőr fényképezéssel találkozni, akiknek a környék ihlette a valóságos aranybányát jelentett.

Mivel a közvilágítás a 19. században nem volt megoldott, mindenki úgy szervezte a kirándulását, hogy sötétedés előtt haza tudjon indulni. Ez szép időben nem okozott gondot, esőben azonban – a kortársak visszaemlékezései alapján – rettenetesen nehéznek bizonyult: ki gyalog, ki lovon, ki pedig a sárban kúszva-mászva igyekezett eljutni a városig. Az esővíz elvezetéséről ekkor még nem gondoskodtak, ezért felhőszakadások esetén nemegyszer előfordultak halálos szerencsétlenségek is.

A természetjárás túl számos sportolási lehetőséget kínált Zugliget. Júliusban és augusztusban a közeli Hidegkúti úton lévő Hadapródiskola nyári uszodája nyitva állt a nyaralók részére, és az Istenzeme fodor mellett kis tóban is sokan fürödtek. Számos villatulajdonos építtetett saját teniszpályát, és sok nyilvános pálya is várta a sportolókat, sőt még a gyermekszanatóriumnak is volt saját teniszpályája.

A nyári időszakban leginkább természetjáró túrák és kirándulások színhelye volt Zugliget, emellett több futó- és tornaversenyt is tartottak a környék adta természeti lehetőségekből adódóan. A

zésében az 1920-as években. Az országúti verseny útvonala a következő volt 1923-ban: Apponyitér (ma: Ferenciek tere), Erzsébet-híd, Budai rakodópart, Vörösvári-út, Pilisvörösvár, a 121-es kilométerkö, Pilisszentiván, Solymár, Pesthidegkút, Szép Juhásznét, Tündérhegy-út, Mátyás király-út, a Svábhegyi Nagyszálló, Mártonhegyi-út, Németszőlgyi út, Isstenhegyi-út, Béla király út, Zugligeti út. Szép Ilona, Budakeszi-út, Szép Juhásznét, Jánoshegy, ismét a Svábhegyi Nagyszálló, Csillagvölgyi- és Csermely-utak, majd végül a Zugligeti végállomás. Ez a táv körülbelül 73 kilométer lehetett.

A hegyi verseny útvonala szinte egy az egyben Zugligetben haladt. A zugligeti villamos-végállomástól a felette ívelő hídon át a Zugligeti-út, Szilassy-út, Disznófó, végül a Szent Anna-kápolna melletti cél volt az útvonala a közel 2,2 kilométeres távnak.

A téli sportok meghonosítására a Budapest-Zugligeti Egyesület és a Budapesti (Budai) Torna Egylet tett kedvező lépéseket. Kérésükre a főváros tanácsa kidolgozta a téli sportok üzésére vonatkozó szabályzatot, utakat jelölt ki szánkó-

üzésénél óriási akadályt képez az, hogy már a korai délutáni órákban sötét van és a legjobb ródlipályán a Zugligeti-úton a mostani pislogó petróleumlámpák mellett a ródlizás veszélyes. A főváros lakosságának egészsége meg kívánna azt az áldozatot, hogy a főváros ez útvonalat villannyal világítaná, ami lehetővé tenné 4 óra után is a sportolást és azok is egészséges sporttal eltölthetnének néhány órát, akik délelőtt munkával van elfoglalva.”

Sielésre is volt alkalmas terület, a Normafa és a Disznófó között rendszeresen versenyeket is szerveztek. Bár ez a sportág leginkább a Normafánál volt népszerű, sok sítúra indult Zugligetből, vagy ért véget ott. Jellemző a hely felkapottságára, hogy a látogatók hatalmas tömegétől többször nem fértek fel a villamosokra a helyi lakosok, emiatt panaszos levelek áradata indult meg a főváros vezetéséhez.

Ugyancsak a Budai Naplóban jelent meg az alábbi írás 1929. január 27-én: „Leszorulnak a zugligetiek a sportolók miatt most télen és épen ezért az új iker villamos kocsinak a zugligeti vonalon való járatását kérte a Virányos-Külvöl-



A Zugligeti út és a Tündér-hegy környéke 1916-ban



Zugligeti híd (1908)

irány a Zugliget. Mint minden pompateremnek egy csarnoka szokott lenni, hol a vendégeket cipős és nemcipős családok fogadják, felsőruhát elszedik stb., úgy a Zugligetnek

Eötvös József volt. A terület aktivitását a turizmus terén mi sem bizonyítja jobban, hogy 1888-ban, szinte az elsők között, az Eötvös-villa épületében alakult meg a

Nemzeti Torna Egylet 1867-ben sportnapot szervezett, ennek keretében futóverseny zajlott a Fácán vendéglőnél. Sőt a Vadász és Vessenyi újság megemlíti, hogy 1867. június 29-én Mustiere Oszkár egy zugligeti kirándulás alkalmával bevezetett magasugrásversenyre, és 174 centiméteres eredménnyel elnyerte az első díjat.

Hegyi versenyyel egybekötött országúti motorkerékpár-verseny is érintette Zugligetet a Királyi Magyar Automobil Klub szerve-

pályáknak, és azokat karban is tartotta. Szánkózásra a legalkalmasabb a Zugligeti út, továbbá az Árnas út és a Béla király út volt. A Budakeszi úton pedig csak ünnep- és vasárnapokon, a délutáni órákban volt lehetőség szánkózni.

A zugligeti tél hangulatát a Budai Napló így őrizte meg 1921. november 27-i számának hasábjain: „Az első hó hullásával ismét elrejtte a Zugligetet a téli sportot üző közönség. Vidám és hangos lett az egész Zugliget. Az egészséges sport

gyi Egyesület. Kiemelték azt, hogy nyáron a kirándulók, most télen a sielők és ródlizők oly nagy számmal lépik el a zugligeti kocsikat, hogy azokon a Zugliget állandó lakói alig tudnak helyhez jutni, amely bajon segítené ily tömegnapokon a két kocsiból álló új ikerkocsik beállítását.”

Zugliget is környezet egészében hangulatos és kedvelt kirándulóhely volt. A nyári szezon után is ugyanúgy megtelt kirándulókkal és a téli sportok szerelmeseivel. Balázs Attila

A Budapest-Zugligeti Egyesület története

Az első hegyvidéki civil társaság, a Budapesti Hegyvidéki Turista Egyesület 1888-as létrejötte után másodikiként négy évvel később, 1892. július 13-án alakult meg a Budapest-Zugligeti Egyesület. Elnöke Sigray Pál, titkára és pénztárosa Eperjessy István lett.

Az alapítók így fogalmaztak: „Az egyesület célja a Zugliget iránti érdeklődés felébresztése és terjesztése, valamint anyagi és magyar kulturális érdekeinek előmozdítása, lakossága között a társadalmi élet élénkítése. E célját az egyesület akként igyekszik elérni, hogy egyrészt a Zugliget szépítését, a körülményekhez képesti rendezését, kocsik- és gyalogutak, ösvények létesítése által a közlekedést előmozdítsa, útmutatók, térképek kiadásával stb., másrészt pedig a társadalmi élet társas összejövetelek, táncvígalmak, hangversenyek, felolvasások, társas kirándulások stb. rendezése által élénkíti.”

Az egyesület közvetlenül a megalakulása után már aktív programokat szervezett a zugligeti fogadóknak: táncmulatságokat a Laszlovszky-majortban és a Fácán Nagyvendéglőben, tornaegyleti megmozdulásokat a Disznófó forrásnál. Folyamatos tevékenységéből külön is érdemes kiemelni két eredményt. Az 1905–1906-os években adta ki Eperjessy István a Zugliget és vidéke című turistakalauzát, amihez mellékletként egy szintvonalas turistatérképet is járt. A Budapest-Zugligeti Egyesület a Szabad Polgári Körrrel közösen egy Kossuth-szobor – a főváros első Kossuth-szobrának – felállítását kezdeményezte a Disznófó-forrás felett, a Mátyás király út és a Tündérhegyi út találkozásánál (ma ezt a helyet Kossuth-pihenőnek nevezik). Tóth István alkotása már 1912 májusára elkészült, de bő egy esztendő

kellott várni, amíg a politikai helyzet megengedte, hogy – 1913. június 22-én – ünnepélyesen felavassák a szobrot. A ceremóniára díszes meghívót, az eseményről

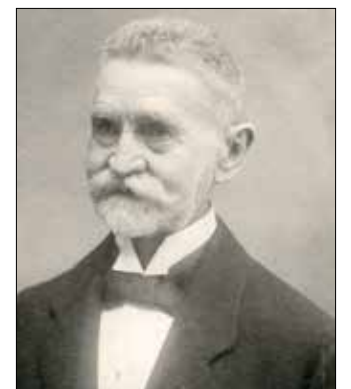
pedig emlékfüzetet adott ki az egyesület.

A Budapest-Zugligeti Egyesület a két világháború között továbbra is védte, szépítette Zugli-

getet. A második világháború után, a szovjet megszállás alatt minden egyesület tevékenységét megszüntették. Az 1989-es politikai változás idején, fél évszázados szünet után alakult újjá a szervezet – az egykori Budapest-Zugligeti Egyesület céljait felvállalva –, ugyanazon a néven. Első elnöke és titkára Krizsán György és dr. Mészáros György lett. 1990-től dr. Salamin András vállalta az elnöki teendőket.

A szépítő feladatok helyére a még megmaradt természeti és építészeti értékek védelme lépett. Sikeresült megóvni a teljes pusztulástól a Fácán fogadó kilenc hektáros területét, és megmaradhatott a zugligeti villamos-végállomás épülete is.

Az elmúlt fél évszázad alatt az egyesület számos alkalommal felhívta magára a figyelmet. Segédkezett a Szent Anna- és a



Sigray Pál, az első elnök

Farkasvölgyi Úti Madonna kápolna helyreállításában, valamint fontos része volt a Kossuth-szobor talpazatán lévő bronz dombormű és az Erzsébet-térdeplő helyreállításában. Kezdeményezte és támogatta több tuat hely- és kultúrtörténeti könyv megjelenését, emellett számos helytörténeti sétát szervezett, amely Zugliget és környéke emlékhelyeit, természeti szépségeit mutatta be a főváros lakosainak. (Balázs A.)



A Zugliget és vidéke című turistakalauz borítója

Belső utazás

A Galéria 12-ben megnyílt kiállítás címevel – Ideje a szemléldésnek – Kádár Katalin képzőművész a prédikátor Salamon könyvére emlékeztet, amely így szól: mindennek rendelt ideje van. „Énnám a szemléldésnek jött el az ideje, noha egész életemben szemléldő típus voltam, most, ahogy időszöm egyre inkább így élek – vallja. – Azelőtt sokat utaztam, az volt az ihletet adó élmény. Most már inkább belső utazás, amit teszek, figyelem a szobában, ahogy a fény-árnyék játszik a fa-

három alkalommal rendezett egyéni tárlatot.

A mostani kiállítást megnyitó Balázs Sándor művészettörténész szerint „az alkotó ember számára természetes foglalatosság a tárgya feletti higgadt vagy izgatottabb vizsgálódás, figyelme azt keríti körül, aminek jelzésére, kimondására késztetést érez. E tárlaton az időszertűséget hangsúlyozó címjelzés, a szemléldés önkéntelen folyamatát a szokványostól áthatóbb, mélyebb, az emberi egzisztencia egészét alapjaiban érintő mozzanattá



Kádár Katalin képzőművész

lon, vagy nézem, ahogy nő a fű a kertben, szénesednek a levelek, ezek az élmények inspirálnak az alkotásra.”

Kádár Katalin 1973-ban diplomázott a Képzőművészeti Főiskolán, ahol Zelenák Crescencia, Barcsay Jenő, Kádár György, Tamási Zoltán és Kocsis Imre tanították. Alkalmazott grafikusként végzett, és tervezett emlékműveket, plakátokat, televíziós és diafilmeket, kiállításgrafikákat, illusztrációkat, gyerekjátékokat, képeslapokat. 1980 óta főként autonóm grafikával foglalkozik, de fest és fotózik is. Ez idáig ötven-

emeli. Noha a földbe gyökerezünk, a szimbolikus értelemben vett ég felé növekszünk, ezt jelzik az alkotások, a Felhőeltár, a Misztérium, a Gondolatok félalomban vagy a Csendes csodák.”

A tárlat hangulatába belesimult a Szikora Borbála által fuvolán előadott Elégia, Szervánszky Endre műve.

Balajthy Anna

■ A kiállítás megtekinthető: január 27-ig, hétfőtől péntekig 14–22, szombaton 16–22 óráig. Cím: Galéria 12 Kávészó és Borbár, XII., Hajnóczy József utca 21.

Zenei csemegék az ideji Cziffra Fesztiválon

Első alkalommal a MOM Kulturális Központ színház- és kupolaterme adott otthont a Cziffra Fesztiválnak, tavaly bekapcsolódott a Zeneakadémia, az idén pedig már a Művészetek Palotája is „csatasorba” áll. A világhírű vendégművészek pusztá felsorolása is zenei „kicsoda” lehetne. A nagyszabású rendezvénysorozat ötletgazdája, Balázs János zongoraművész tervei között nemcsak a helyszínek és a neves résztvevők sorának folyamatos bővítése szerepel, hanem a fesztivál rangos külföldi koncerttermekbe való eljuttatása is a névadó születésnap centenáriumára, 2021-re.

Az ideji programban három helyszínen tíz koncertet hallgathat végig a közönség. A sort február 19-én a fesztivál Kamarazenekarának hangversenye nyitja a MOM Kultúrában, Kállai Ernő Junior Prima díjas hegedűművész irányításával. Közreműködnek: Balázs János zongorán, Darko Briek klarinéton és Gwendolyn Masin hegedűn. A fellépők Mozart, Weber, Ravel és Chopin műveiből játszanak.

Másnap este ugyanott a fesztivál egyik legérdekesebb zenei csemegéje lehet a ZongOpera. A Kossuth- és Prima Primissima díjas koloratúrszoprán énekesnő, Miklósa Erika Balázs János zongorakísérettel Mozart, Erkel, Puccini, Bizet és Verdi legismertebb operáriáit adja elő. Ezek mellett Liszt-művek Cziffra-átiratai is felcsendülnek.

Február 21-én és 22-én hagyományos értelemben vett klasszikus zenei koncertek lesznek a Bartók Béla Nemzeti Hangversenyteremben és a Zeneakadémián. Az első estén Arcadi Volodos világhírű zongoraművész tolmácsolásában

hallgathatjuk meg Schumann Pillangók című művét, Brahms zongoradarabjait és Schubert A-dúr szonátáját. Másnap Beethoven

színházteremben, a korábbi évek gyakorlatának megfelelően, Bárest ideji fel Cziffra György szórakoztató zenei és jazzes kötődéseit. A

versenyt – hallgathatja meg a publikum a Magyar Rádió Szimfonikus Zenekarának előadásában, Vásáry Tamás vezényletével. Köz-



Jandó Jenő és Balázs János közös fellépése a tavalyi fesztivál egyik fénypontját jelentette

Hammerklavier címen ismert zongoraszonátája, majd orosz zeneszerzők, Prokofjev, Obukhov és Szkrjabin művei hangoznak el Piere-Laurent Aimard zongoraművész előadásában.

A következő napon, február 23-án ismét egy zenei „kakukktójás” következik, ezúttal a Zeneakadémia nagytermében. Az improvizáció című programban három művész három műfajban mutatja be a rögtönzés művészetét. Balázs János a klasszikus zenét, Presser Gábor a progresszív pop/rockot, Szakcsi Lakatos Béla pedig a jazzt képviseli.

Másnap délelőtt a MOM Kultúrában hangszerebementő koncert lesz gyerekeknek. Eötvös József Liszt-díjas gitárművész katalizálja a fiatalokat, a zeneirodalom nagyobb állomásait érintve. Este a

múlt század első felének legnagyobb magyar és külföldi slágerei egyedi hangszerelésben szólalnak meg a Hot Jazz Band és a Sárközi Lajos vezette cigányzenekar előadásában.

Február 25-én délelőtt a MOM Kultúrában színházteremben a Virtuozok és a Junior Prima díjasok ugyancsak hagyományos örmökoncertje következik. A jövő generációja címmel. Két ifjú hegedűs, zongorista, klarinétos és csellista, valamint egy szopránénekesnő tolmácsolja Mozart, Händel, Saint-Saëns, Paganini és Rahmanyinov legismertebb műveit.

Este a Zeneakadémia ad otthont az Homage a Cziffra gálahangversenynek, amelyen a szervezők átadják a fesztivál díjait. Liszt Ferenc két közkedvelt művét – a Les Préludes-öt és az Esz-dúr zongora-

reműködik: a tavalyi Bartók-világverseny győztese, Cosima Soulez Larivére hegedűművész és Balázs János. Két nappal később, kedd este a MOM Kultúrában nagytermében Bősze Ádám, a fesztivál műsorvezetője Cziffra „After” című zenei stand-up-estjén személyes gondolatait és élettapasztalatait osztja meg a zeneszerető közönséggel.

A harmadik Cziffra Fesztiválhoz kapcsolódó számtalan rendezvény felsorolása szinte lehetetlen. Mesterkurzustól kiállításokig, rajzpályázattól vetélkedőig sok minden megtalálható a sorban, sőt még a gasztronómia is helyet kap a felejthetetlennek ígérkező tavaszi programsorozatban. A részletekről a www.cziffrafesztival.hu honlapon olvashatnak az érdeklődők.

Márton Attila

Megnyílt a hegyvidéki Makovecz-emlékház

A tavaly novemberi hivatalos átadás után a napokban a nagyközönség előtt is megnyitotta kapuit a Makovecz Központ és Archivum, ahol kiállítás látható a Hegyvidék díszpolgára, Makovecz Imre terveiből és személyes tárgyaiból. A Városkúti út letelején álló, szolid, gömbölyded házat magának tervezte az építész, ám már nem érthette meg, hogy beköltözhesen új otthonába.

Makovecz Imre egykori irodájának mását is megtekinthetik a látogatók a napokban megnyílt hegyvidéki emlékházban, a Makovecz Központ és Archivumban. A Városkúti úti épületbe a ma is működő óbuda, Kecse utcai építészirodából költöztették át az alkotó bútorait, könyveit, makettjeit, továbbá a barátaitól kapott különféle használati és dísz tárgyakat. Elhozták az íróasztalát is, rajta az utolsó vázlatával, valamint a ceruzával, amivel a rajz készült.

„Úgy rekonstruáltuk édesapám dolgozószobáját, hogy azt a hatást keltse, épp most állt fel, és ment el onnan. Mert tényleg ilyen hirtelen

távozott el közülünk: egy pénteki napon még a rajzán dolgozott, hétfőn már nem érezte jól magát, kedden pedig itt hagyott ben-

otthonához közel. A beköltözésre azonban már nem maradt ideje.

„Nem akartuk az ingatlanpiacot értékesíteni az épületet, az

berendezést és a felbecsülhetetlen értékű terveket, rajzokat, személyes tárgyakat a család bocsátotta rendelkezésre.



A tervek szerint előadásoknak és kamarakoncerteknek is otthont ad majd a Városkúti úti épület

nünk” – mondta el az építész fia, Makovecz Pál, a Makovecz Imre Alapítvány kuratóriumi elnöke, aki a látogatók számára vezetést tartott a házban.

A mester magának és feleségének tervezte a 128-as busz végállomása melletti telken lévő házat, hogy ott éljen, három gyermeke

méltatlan lett volna édesapám emlékéhez” – folytatta Makovecz Pál. Felidézte, hogy hosszú egyeztetések után az állam a Magyar Művészeti Akadémián keresztül megvásárolta a házat, amiben a Makovecz Imre Alapítvány közreműködésével létrejött a Makovecz Központ és Archivum. A

Makovecz Pál a rekonstruált dolgozószoba mellett az épületben kialakított kis tárlatot is bemutatja az érdeklődőknek, ahol néhány terv, vázlat mellett a „Makovecz-zászló” is helyet kapott. Ezen a papírból készített lógogón egymásra ragasztva függenek az építész feljegyzései, levelei, valamint számos általa érdekesnek tartott újságcikk. Egyszer az egészet összetekerte és lerakta a pincébe, így sokáig azt hitték, már nincs is meg. A hagyaték rendezése közben bukkantak rá, leírhatatlan állapotban, ezért restaurátorokkal állították helyre. Ebből az izgalmas kordokumentumból, a „zászló” lapjainak másolatából könyvet szeretnének összeállítani, amelyet még az idén kiadnának.

A kiállított relikviákon túl sok olyan értéket is őriz az emlékház, ami polcokon, fiókokban hever. Megtalálható a Makovecz-tervek

teljes archívuma, amelyek feldolgozása folyamatosan zajlik. Várhatóan még egy év kell a hagyaték rendezéséhez, hogy azt kutatási céllal közzétehesék.

A Makovecz Központ és Archivum a tervek szerint rendezvényeknek is helyet biztosít majd, az épület központi terében közösségi programokat tartanak ösztöl. Szellemi műhelyek, előadások, kamarakoncertek helyszíne lehet az eredetileg nappalnak készült, tágas, világos, kupolával fedett tér, ahol egyszerre akár negyven embert is le lehet ültetni.

„Feladatunk a programszervezés, az archívum rendezése és a kutatások előkészítése, valamint a folyamatban lévő beruházások, felújítások, továbbá a papíron maradt tervek megvalósításának koordinálása, szakmai felügyelete” – foglalta össze a Makovecz Köz-



kus templom épül. Jelenleg összesen tizennyolc beruházás zajlik Magyarországon, amely Makovecz Imréhez köthető.

Mindazokat az épületeket, amik a Makovecz-tervek alapján eddig elkészültek, rövidesen egy kulturális úthálózat köti majd össze az országban, hogy az érdeklődőknek segítséget adjon a felfedezésükhöz. A fővárost és a Dunakanyart magában foglaló régióban tizenöt épület bevonásával már összeállt a kijelölt utak rendszere. A XII. kerületben a Makovecz Központ és Archivum épülete mellett a Farkasréti temető ravatalozóját, míg Buda többi részén a kis-hárs-hegyi kilátót, a kommunizmus üldözöttjeinek tabáni em-



Mintha épp most ment volna el... – Makovecz Imre íróasztala

ment és Archivum előtt álló munkát Csernyus Lőrinc építész, az alapítvány kuratóriumának tagja, aki harminc évig volt Makovecz Imre munkatársa. Mint mondta, mestere terveinek megvalósítása nem állt le: Makón könyvtár, Zalaegerszeg mellett kápolna, Rákostertén pedig egy ökumeni-

lékművét, valamint Makovecz Imre Kecse utcai irodaházát érinti az útvonal.

sz.

■ A Makovecz Központ és Archivum minden hétfőn, szerdán és pénteken 14–17 óráig látogatható. Cím: XII., Városkúti út 2.

MOMkULT

MOM KULTURÁLIS KÖZPONT
XII., CSÖRSZ UTCA 18.

319-9854/202, 203, 204, 207, 212
WWW.MOMKULT.HU

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Dalban mondom el! – Lóci & Szeder interaktív, 45 perces előadása január 20-án 9.30 (Bonbon Matiné Bérlet). Kriszti és Lóci az előadás során készíti el az idei év legnagyobb slágerét a gyerekekkel közösen, amiből az is kiderül, hogy milyen lett volna, ha ezt a dalt Cseh Tamás, Paul McCartney vagy éppen egy DJ-producer írja meg. Az előadás 4 éves kortól ajánlott.

Európa Kiadó-koncert január 20-án 19.00. A nyolcvanas évek kultikus csapata, az Európa Kiadó újra aktívan koncertező zenekar. Rövid idő alatt a korabeli hazai alternatív rockzenei élet meghatározó együttese lett, amely kisebb-nagyobb megszakításokkal a kilencvenes évek közepéig működött. 2004-ben az Európai Unióhoz való csatlakozás alkalmából újra koncertet adott az A38 Hajón, ezt követően 2013-ban új albummal, új felállással jelentkezett. 2016 év végén jelent meg legfrissebb anyaga, Valahol lenni címmel. A zenekar 2017-ben a fesztiválok, zenei klubok rendszeres szereplője lett.

10 Példázat. Jézus tanulságos, elgondolkodtató történetei különleges zenei környezetben elevenednek meg Gryllus Dániellel január 22-én 19.00 órakor, a Magyar Kultúra Napja alkalmából. A dalsorozat az ősforrás-hoz visszatérve, mégis mai módon fogalmazza újra és tolmácsolja az evangéliumi tanítást, ahogy a szerző eddigi bibliai dalai (Pál Apostol, Hegyi beszéd, Zsoltárok) is tették. A belépés díjtalan, de regisztrációhoz kötött. A regisztráció díja: 200 Ft.

Miklósa Erika: Msképp január 22-én 19.30. Miklósa Erika Msképp című lemezének anyagát hosszú évek után először hallhatja élőben a közönség. A nemzetközi hírű trombi-

taművésszel, Fekete-Kovács Kornélal egyedülálló és egyszeri alkalomra készül az énekesnő. A két szólista különleges és személyes estre hívja a közönséget, amelyen a lemezen hallható dalok mellett duettet is énekelnek majd. Az egyedi koncertprogramban a világjáró, Kossuth-díjas művész a szívéhez legközelebb álló áriákból és dalokból válogat, míg Fekete-Kovács Kornél saját szerzeményeiből és hangszereléseiből mutat be darabokat. Közreműködik: Modern Art Orchestra.

Babakonzert január 26-án 10.30. A műsorban a klasszikus zeneirodalom népszerű dallamai csendülnek fel. A Babakonzert előadói a Duo Clarino tagjai: Nagy Míra (zongora), Gudor Judit (klarinét).

Pamukkale. Ókori romvárosok a Török Rivierán – Óvári Árpád előadás-sorozatának következő része január 24-én 17.30 (digitális feldolgozású vetített képekkel illusztrált előadás-sorozat). A római örökség, Pamukkale termálfürdőjének és a hozzá kapcsolódó természeti csoda, a hóféhér travertin teraszok megtekintése után Aphrodisias ókori görög városába, „kirándulnak” a résztvevők, majd Alanya erődvárosát tekintik meg. Az ókori emlékek közül kiemelkedik Aspandos szinte teljes épségben megmaradt színháza. Az „antik” városok közül érdeklődésre tarthat számot Perge romterülete. Jegyár: 500 Ft, Hegyvidék Kátyával díjtalan. Jegyek kaphatók a MOMkult jegypénztárában.

Apám ablakából az ég – január 26-án 19.00 (Hagyományok Háza). Az előadás visszaemlékezésen keresztül, közös élményként megfogalmazza, hogy végül mindenki ugyanarra gondol: az apjára. A nő ugyanúgy része a történetnek, mint a férfi – hiszen nincs borsó a héja nélkül, és nem akad levél fa nélkül. Egyszerre kacsint a múltba és a jelenbe. Az előadás sokféle színpadi és hétköznapi eszközzel vezet végig egy képzelt történeten, nemcsak táncsal és zenével, hanem a bábszínház, a film és az élő szó eszközeivel is. Nem egy „hagyományos” táncelőadás, sem muzsikájában, sem



tánclepeiben, de minden egyes mozzanata a régi gyökerekből táplálkozik, a múlt őszinte tiszteletével rajzolja meg és ábrázolja – saját dalokkal, mozzadatokkal, sajátos formanyelvvel – egy apa-fiú kapcsolat sokdimenziós érzelmi kötődéseit. Az előadásban megfér a fájdalom a szépséggel, a sírás a jókedvvel. Jegyár: Táncról táncra szabadbérlet, 3500, 2800 Ft, 2200 Ft. Hagyományok Háza-jegypénztár (bérlet- és jegyvásárlás), 225-6056 vagy jegy@hagyomanyokhaza.hu.

Gögös Gúnár Gedeon január 27-én 10.30. A Gögös Gúnár Gedeon mesekönyvön nemzedékek nőttek fel. Két évvel ezelőtt a szerző unokája, Tarján Veronika zenekarával, a Veronakival feldolgozta nagymamája közkedvelt verseit. Számátalan sikeres koncert után a közönség most színházi előadás formájában is találkozhat a gazdag anyaggal. Hat kiváló zenész, öt táncos-színész kelti életre a dalok, mesék ihlette egyedi világot. Humorral, varázslattal átszőtt jelenetek, játékok

formájában kerül szemünk elé megannyi ismert alak, helyzet a Libabáltól Gyuri kakasig, a Kiugrott a gombóctól Gögös Gúnár Gedeonig.

Hangszerek világa január 28-án. 10.00 Balázs János hangszerbemutató koncertje gyerekeknek (3–6 éves korúaknak ajánlott). 11.30 Balázs János hangszerbemutató koncertje gyerekeknek (7–14 éves korúaknak ajánlott). A koncertek ingyenesek, de regisztrálni kell a hangszerekvilaga@gmail.com e-mail-címen.

Lyukasóra január 30-án 19.00. A Lyukasóra költőkből, színészekből, irodalmárokból álló, összeszokott baráti társaság, tagjai egymást és a nézőket kalauzsolják a költészet izgalmas világába. Vidám és bánatos anekdoták, remek versek elevenednek meg a pódiumon.

Lumidance: Urban – Folk kiállítás január 31-ig. A lumidance olyan sajátos összetett szó, ami egyaránt utal a fotográfiában is fontos fényjelenség fogalmára, és utal a táncra: a zene, a ritmus, a harmónia, a lüktetés, a tempó, az energia, a szenvedély, a közös mozgás- és térélmény kommunikációjára. A lumidance megálmodója és alkotója, Váradi Levente a Magyar Kultúra Napja alkalmából olyan fotósorozatot válogatott össze, amiben a néptáncot modern városi környezetbe helyezi, jelezve a népi kultúra reneszánszát. A belépés díjtalan.

Szabadpolc január 31-én 15.00. Könyvcserébe szabadon a Sirály sétányon. Ha elviszi régi, megunt, esetleg több példányban meglévő szépirodalmi vagy ismeretterjesztő könyvét, becserélheti a Szabadpolcon található kötetek bármelyikére. Az állomány folyamatosan cserélődik, újul. A jó állapotban lévő, becserélhető könyvek száma maximum tíz darab.

Fair play – Sportóriások legendája – a Coincidence Táncszínház műsora január 31-én 19.00. Az előadás egy fiatal fiú álmain és küzdelmein keresztül mutatja meg, mit jelent a semiből indulni, kitalálni, végül célba érni. Mi az, amiért érdemes küzdeni, és mit ad, mire tanít, miben nevel, miben támogat a sport.

Nyugdíjasklub február 2-án és 16-án 14.00. A kéthetente jelentkező program tartalmas kikapcsolódást kínál a Hegyvidéken élő nyugdíjasok számára. A belépés díjtalan.

Zurgó dió február 2-án 18.00. Soós Réka tanítja a táncokat, gyermekjátékokat és énekeket. Muzsikál: Zurgó együttes. Benke Grátsy dobol, Erdei Tamás kobozol, Nagy Bercel furulyázik. Állandó vendég: Barna Gyuri hegedűs (PASO, Kolompos együttes) és Szabó Márton furulyás (Festeres zenekar). A táncokat Gyurka Fábrián tanítja.

Zurgó február 2-án 20.00. Moldvai csángó népzene, táncok, dalok. Az idén 22 éves Zurgó együttes várja régi és új ismerőseit, barátait moldvai csángó magyar tánczárba.

Édes kettes február 2-án 19.00. Humoros színpadi sütő-show Liptai Claudia és Pataki Ádám könyve alapján. Közreműködnek: a szerzőpáros jó barátai, Hajós András és Majka. Sajátos humoruk és előadásmódjuk garantált szórakozást ígér.

Ennio Marchetto február 3-án 16.00 és 20.00. A művész Disney-meséken felnőve, Pina Bausch modern koreográfiáin edződve, valamint a Velencei Karnevál meghatározó figurái által inspirálva eleinte szűk baráti körét és családját szórakoztatta szennázó produkcióival, de tehetsége utat tört magának, és meg sem állt a világot jelentő deszkákig. Alkotótársa a híres divat- és jelmeztervező, Sothen Hennekam. A kilencvenes évek közepén Ennio Marchetto olyan ünneplést szárokkal állt színpadra az európai MTV Music Awards berlini díjátadóján, akiket ő maga is imitált.

Nosztalgia Társastánc február 4-én 16.00. Tánc nosztalgikus dallamok. Minden alkalommal táncbemutató nyugdíjas, amatőr táncosokkal. Standard táncok, latin táncok, swing, rock 'n' roll. Táncbemutatók között és után: ösztánc. A belépés díjtalan.

Vitéz László és Vas Juliska – Fabók Marcsi Bábszínháza február 6-án 10.00. Ismeritek-e Vitéz Lászlót? S az ő csuda egy beszédét? Láttátok-e, mint küzd nagymamucikája báli legyezőjé-

BEREGSZÁSZI OLGA

TIZENNEGYEDIK JÓTEKONYSÁGI KONCERTJE A KÁRPÁTALJAI NEHÉZ SORSÚ CSALÁDOK MEGSEGÍTÉSÉRE

MOM KULTURÁLIS KÖZPONT
1124 BUDAPEST, CSÖRSZ UTCA 18.
2018. JANUÁR 21-ÉN,
VASÁRNAP, 18:00 ÓRAKOR

Fővendők:
SCHMITT PÁL

Védnők:
MÁDL DALMA
SCHMITTNÉ MAKRAY KATALIN

Köszöntőt mond:
BABJÁK ZOLTÁN

Beregszász polgármestere
ZUBÁNIC LÁSZLÓ
az UNDSZ elnöke

Közreműködnek:

VADKERTI IMRE színművész, énekes
HOT JAZZ BAND színművész zenekar
KOKAS BANDA táncszínház, kárpátaljai
KÖKÉNY TAMÁS színművész, a Viharokok Kórusa 2014-2018
SZAX NORBERT színművész
SZÜTS APOR zongoraművész

HAMPEL KATALIN
DIVAT-SHOW
PROMINENS SZEMÉLYTISZTÉSEKEL

TAKÁCS BENCE
MŰSORVEZETŐ, ELŐADÓMŰVÉS

JAROSS VIKTÓRIA
RENDEZŐ

A jegy ára: 3.000,- Ft és 5.000,- Ft
A jegyek a helyszínen megvásárolhatóak:
www.mom.jegy.hu
MOM, Csörz utca 18. Telefon: 319 9854 / 222
HAMPEL KATALIN Szalon, Váci u. 8., 318-9741

MOM KULTURÁLIS KÖZPONT BÉRES Vitézy Áron HAMPEL KATALIN KÖKÉNY TAMÁS JÓVÁJUTÓ ALAPJEGYZÉK DEMOKRATA SZKÍTIA ALAPFESTŐ KEMENES

MÉG TÖBB FÁT A HEGYVIDÉKRE!



Az itt lakók segítségét kérjük abban, hogy kerületünk még tovább zöldülhessen.

Olyan, faültetésre alkalmas közterületek megjelölését várjuk,

- ahol rendelkezésre áll minimum 2,25 m² víz- és légáteresztő felület,
- valamint a fa lombkoronájának növekedéséhez szükséges tér biztosított.

A javaslatokat a faulettes@hegyvidek.hu e-mail címre várjuk, a helyszín pontos megnevezésével, lehetőség szerint a helyszínt bemutató fénykép csatolásával.

Köszönjük együttműködésüket!



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

vel sok gonoszok ellen? S ha hallottatok is órola, ismeritek-e Vas Juliskát? Tudjátok-e, mint aprít pokolfiakat seperőjével, s pusztát két kezével? S láttatok-e már igaz, szép szerelmet? Hát jertek, serkenjete! Tekintsétek Őket, kiknek félelme nincsen, s kiknek ölése Halált is legyőzi!

Békakirály – a Kabóca Bábszínház marionettbábos előadása február 6-án 14.00. A közismert történet ezúttal marionettzsinpadon elevenedik meg, amelyet Henrik, a Békakirály hú szolgálja, egyben legjobb barátja működtet. Miközben elmeséli az elátkozott királyfi és a királykisasszony barátságának történetét, mives bábok kelnek életre és szórakoztatják a nézőket. A humorral átított történet egyszerre szól a legmélyebb baráti kapcsolatokról, az elfogadásról és arról, hogyan láthatjuk meg önmagunk hibáit mások szemén keresztül.

Izstambultól Trójáig – Óvári Árpád előadás-sorozatának következő része február 7-én 17.30 (digitális feldolgozású vitetett képekkel illusztrált előadás-sorozat). Az egykori Bizánc, a későbbiekben az Oszmán Birodalom fővárosa, Izstambul és magyar vonatkozású emlékei tárulnak fel. A résztvevők megismerkedhetnek a legendák homályából a mítoszok világába emelt trójai háború történetével és a Homérosz leírása alapján Schliemann által megtalált város feltárásának kalandos körülményeivel. Pergamon és Ephesos története a bibliai időkbe vezet vissza.

Hogyan találjuk meg a nyugalmat? Tudatos jelenlét a gyakorlatban – dr. Szondy Máté klinikai szakpszichológus előadása február 9-én 19.00. Az évezredek hagyományokban gyökerező – és a modern tudomány által hatékonynak ítélt – gyakorlat megtanít arra, hogyan találjuk meg a nyugalmat a hajszolt világban. Segít biztonságos kapacitásokat találni a jelen pillanatban, amikor magával ragadna a felidézett múlt vagy a félt jövő, és segít abban, hogy elfogadjuk, kíváncsi módon forduljunk önmagunk, az élményeink és mások felé.

Misztrál 20 február 13-án 17.00. A másfél tucat dalból álló Misztrál kóruskoncert kórusátíratrai döntően Vedres Csaba nevéhez fűződik. A több mint 70 taggal megszólaló Csíkszerda kórust Tóth Árpád kar-nagy vezeti. A Misztrál együttesen és a kóruson kívül közreműködnek az együttes korábbi (2003–2014) tagja, Hoppál Mihály BassPoetry, továbbá Balog Péter és zenésztársai.

Művészek és szerepek február 14-én 18.00. „A téboly lárvája mögött – művészek és az örület” – bohémek, zenek, tudósok. Párbeszédés előadásai Széchenyi Ágnes irodalomtörténész, az MTA főmunkatársa és Bellák Gábor művészettörténész, a Magyar Nemzeti Galéria gyűjteményvezetője a magyar és egyetemes kultúra történetéből villantanak fel jellemző művészpályákat. Hol a bohémiség eredetét vizsgálják karakteresen bohém művészek életén és munkán keresztül, hol a művész-szenek, tudós művészek, vagy éppen a deviáns, nem egyszer a törvénnyel is szembekerülő művészek személyiségét próbálják megérteni. A belépés díjtalan, de regisztrációhoz kötött.

Tátrai trend február 15-én 19.00. A trend Tibusz megfogalmazásában „egy kellemes, érthető és szerethető élő zene”. A két gitárost, Tibuszt és Pintér Tibort Glaser Péter bőgőn, Czibere József különböző ütőhangszereken kíséri. A formáció, amely 2008 őszétől működik, számos pubban és fesztiválon fellépett. A zenekar kizárólag saját dalokat játszik, leginkább smooth jazz és rhythm 'n' blues stílusban.

Anyatorna gyereklégyellett hétfőn, kedden és csütörtökön 10.30. Alakformáló torna mamáknak, óvónői gyereklégyellett a babáknak. A foglalkozást vezeti: Balázs Mari táncművész. Információ: 06/30-973-2331, mari.maryss@gmail.com.

Beszélő Babákezek. Babajelbeszéd-tanfolyam csütörtökön 9.30. A babajelbeszéd lehetővé teszi, hogy hatékonyan kommunikáljunk a babákkal jóval azelőtt, hogy ők beszélni tudnának. Célcsoport: 6–36 hóna-

posak. Jelentkezés: Zentai Katalin, 06/20-479-2829, info@babakezek.hu.

Babamasszázs kedden 10.00. A foglalkozáson részt vevők mesterszolgátok sajátíthatnak el ahhoz, hogyan kerülhetnek egymással még közelebbi, még bensőségebb viszonyba a mamák és a babák. Célcsoport: 1 éves kor alatt. Vezeti: Bajzath Erzsébet IAIM csecsemőmasszázs- oktató. Jelentkezés: 06/30-989-2427.

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

Fakalinka szombaton 10.00. Fantázia-, kreativitás-, készség- és képességfejlesztő kézművesfoglalkozás-sorozat 2–7 éveseknek és kisiskolásoknak. Kisebbségben a felnőtt kísérők is részt vesznek a foglalkozásokon. A készített darabokat a gyerekek hazavihetik. Információ: Csizsér Jolán óvodapedagógus, 06/20-594-4957, csizsér.jolan@gmail.com.

Gyermekbalett-tanfolyamok hétfőn és kedden 16.00, szerdán 17.30. Korosztályon megfelelő csoportbeosztás szerint, kis létszámú csoportokban. A foglalkozást vezeti: Stubna Enikő táncpedagógus. Információ: 06/30-994-3118, info@mmistudio.hu, www.mmistudio.hu.

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

Labdás Tücsöktorna szerdán 10.00. Babás torna óriáslabdákön mozgás-masszázsterapeuta vezetésével. A szervezők minden gyermeknek külön nagy labdát biztosítanak a sok-sok apró labda mellett. Célcsoport: 6 hónapos és 4 éves kor közötti gyerekek és szüleik. Folyamatos csatlakozási lehetőség. Jelentke-

zés: 06/30-999-4945, tucok.zene@indamail.hu.

Nia kedden 19.30. A Nia holisztikus fitneszirányzat, hozzásegít a test-szellem-lélek egészségének megteremtéséhez. A foglalkozást vezeti: Balázs Mari (mari.maryss@gmail.com, 06/30-973-2331).

Óvóka hétfőn és szerdán 9.00. A népművészet játékos megismerését szolgáló, zenés, táncos, népmeséket dramatizáló, néphagyományokat, népi mesterségeket felelevenítő, komplex, tematikus, kis csoportos foglalkozássorozat. Óvoda-előkészítő a kis közösségbe való beilleszkedéssel (szocializáció, tolerancia). Célcsoport: 7 éven aluliak, akik keresik a játszótársat, akik óvodába készülnek. Jelentkezés: Csizsér Jolán, 06/20-594-4957, csizsér.jolan@gmail.com.

Rock and Magic hétfőn és szerdán 17.30. Ismerkedés a tánc alapjaival, mozgáskoordináció- és ritmus-érzék-fejlesztés. Esztétikus táncképzés, modern és klasszikus táncok szabályainak elsajátítása, különböző koreográfiák, komplex táncok, amiket a tanítványok fellépéseken, a leggyesebbek pedig versenyeken mutatnak be. Célcsoport: 6 éves kortól. A foglalkozást vezeti: Szalma Lilla (06/70-586-6111).

Ritmikus gimnasztika hétfőn 17.00, csütörtökön 17.15. A Hegyvidék SE szakosztálya versenyzőkkel és tanfolyami csoportokkal egyaránt foglalkozik. A tanfolyami órákon a szakemberek elsősorban az alapok elsajátítására és a sportág megszeretetésére koncentrálnak, de a zenére történő mozgással és 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.

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

Tücsök Zene hétfőn 9.30, 10.10, pénteken 11.00. Ritmus-, ének-, zenefoglalkozás zenetanár vezetésével. Közös mondókázás, énekelgetés, zenélés. Célcsoport: 6 hónapostól 4 évesig. További információk: www.tucok.zene.hu. Jelentkezés: 06/30-999-4945, tucok.zene@indamail.hu.

Modern tánc hétfőn 18.00, pénteken 17.00. A modern tánc a klasszikus balett elemeit ötvözi a kortárs és modern technikákkal. A kurzus csak 12 éves kortól ajánlott, de előkészítő csoport indul 6 éves kortól. A foglalkozásokat vezeti: Csöngői Barbara moderntánc-pedagógus. Információ: www.omisk.hu, iroda@omisk.hu, 06/20-946-0848, 200-0138.

Művészi torna hétfőn 15.30, kedden 16.00, csütörtökön 15.30. Az Óbuda Mozgásművészeti Iskola negyedik évszázada foglalkozik gyerekek esztétikus test- és mozgásfejlesztő képzésével. Alapanyagát a művészi torna, aminek kezdőanyagát Berczik Sára óvodáskorú gyerekekre dolgozta ki. A foglalkozásokat vezeti: Benis Katalin Berczik Sára-díjas művészitorna-edző, Paulné Zoltán Zsuzsanna művészitorna-edző és moderntánc-pedagógus. Információ: www.omisk.hu, iroda@omisk.hu, 06/20-946-0848, 200-0138.

Mozdulatművészet hétfőn és csütörtökön 18.00. A kurzuson a résztvevők az esztétikus testképzés mozgásanyagára építve, azt a klasszikus balett és modern tánc technikák elemeivel kiegészítve hoznak létre táncokoreográfiákat. Bővebben: www.omisk.hu, iroda@omisk.hu, 06/20-946-0848, 200-0138.

Klasszikus balett hétfőn 18.00, pénteken 16.00. A balett a tánc alapvető akadémikus formanyelve. A műfaj csak 7 éves kortól ajánlott. Bővebben: www.omisk.hu, iroda@omisk.hu, 06/20-946-0848, 200-0138.

Gyermektánc-terápia (tündértánc). Léleksimító, gátlásoldó, a kapcsolatteremtés különböző lehetőségeit kóstolgotó, empátiás készségeit és testtudatosságát fejlesztő, táncos, mozgásos, beszélgetős foglalkozások. Célcsoport: 5–10 évesek. Óvo-

dás lányoknak 5 éves kortól: kedden 15.30. Alsó tagozatos lányoknak (1–3. osztályig): kedden 17.00. Információ és jelentkezés: Cseri Ágnes, 06/70-564-1911; Csontos Zoltán, csontos9@gmail.com.

A világ körtáncai szerdán 18.15–19.45. Balkáni, breton, ír, izraeli, hazai és a világ minden tájáról származó néptáncok, valamint szakrális és meditációs táncok mindig más összeállításban. Női csoport – partner és előképzettség nem szükséges. Idősebbeknek is ajánlott. Bármikor lehet csatlakozni. Az első alkalom kedvezményes. A táncot vezeti: Istenes Emília festőművész (06/20-579-5035, www.istenesemilia.hu).

Csipeverők baráti köre minden páratlan hét szombatján. Információ: Semsey Ágnes, 06/20-573-2775.

barabás.villa

VÁROSMÁJOR

XII., VÁROSMÁJOR UTCA 44.
TELEFON: 319-9854/222
WWW.BARABASVILLA.HU
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Sztehlo Lili üvegfestő színpompás ablakainak nyomában február 4-ig. Stehlo Lili üvegfestő emlékére a Stehlo Lili Kulturális Egyesület kiállítás rendez, amelyen az Én színes ablakom rajzpályázat munkái is láthatók. A kiállítás megtekinthető: hétfőtől csütörtökig 9.00–18.00, vasárnap 9.00–13.00 óráig, valamint a Barabás Villa programjaihoz igazodóan. A belépés díjtalan.

Festőiskola hétfőn 17.00–19.30. Bővebb információ és jelentkezés: Makovecz Anna, 06/20-573-9339. Egy alkalom 150 perc, a részvételi díj 3000 Ft. Fizetési lehetőség a helyszínen, a festőiskola vezetőjénél.

3-1-2 meridián torna szerdán 9.00–10.00. Az érdeklődők heti rendszerességgel ismerkedhetnek meg a dr. Eöry Ajándok által kidolgozott egészségvédő tornával. A belépés díjtalan.

(Folytatás a 14. oldalon)

KÖZKÍVÁNATRA!

BURGONYAOSZTÁS

65 év feletti hegyvidékieknek



A Hegyvidéki Önkormányzat természetbeni alapélelmiszerként burgonyát biztosít térítésmentesen minden XII. kerületi, 2018. december 31-ig a 65. életévét betöltő idős személy részére.

Hogyan tudja igénybe venni?

Kérje az 5 kg burgonyára jogosító kupont 2018. január 17. és január 29. között, munkanapokon 9 és 15 óra között a Hegyvidéki Szociális Központ székhelyén és telephelyein:

- Böszörményi út 20.
- Szarvas Gábor u. 8.
- Kiss János altb. u. 33/b.
- Normafa út 1.

A kupon átvételéhez személyi igazolvány és XII. kerületi lakcímkártya bemutatása szükséges.


A burgonyát 2018. január 22-ét követően a Polgármesteri Hivatal előtt lehet átvenni, a részletekről a kupon átvételkor tájékozódhat.

Segítünk az új évben is!

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




BIZTONSÁGBAN A NETVILÁGBAN



WWW.HOP12.HU

HEGYVIDÉKI VÉDELEM



(Folytatás az 13. oldalról)

Maszatoló foglalkozás 1,5-3 éveseknek szerdán 10.00. Anyukák és gyerekeik együtt tapasztalhatják meg a közös alkotás örömeit. Ajánlott a nem túl kényes ruházat vagy egy „festős póló” használata. A foglalkozást vezeti: Hillier-Szalay Enikő. Információ: hilliereni@gmail.com. Részvételi díj: 1500 Ft/alkalom, ami tartalmazza az anyag- és eszközigényt. Részvételi díj befizetésére a helyszínen van lehetőség, a foglalkozásvezetőnél.

Vad horgolók klubja szerdán 15.00-18.00. A belépés díjtalan.



XII., KIRÁLYHÁGÓ TÉR 10.
TELEFON: 225-7160
INFO@HEGYVIDÉKGALERIA.HU
Párizs vonzásában – Csernus Tibor festőművész és Boldi szobrászművész kiállítása megtekinthető: január 22-ig, keddtől péntekig 10.00-18.00, szombaton 10.00-14.00.

Finisszázás – Párizs vonzásában – Takács Bence előadóművész, műsorvezető versmondó estje január 22-én 18.00. A részvétel ingyenes. A galéria a megszokott nyitvatartástól eltérően aznap látogatható, 10.00-18.00 óráig.

Until Titled – kiállítás megnyitót február 6-án 18.00. A kiállítást a Kaposvári Egyetem fotográfia szakának egykori hallgatói 2015-ben mutatták be a pozsonyi OFF Fesztivál keretében, miután Interventions című kiállításukkal megnyerték az előző évi fesztivál fődíját, az ON Awardot. Az Intervention 2015 januárjában Budapesten, a MONO Art & Design-ban is megtekinthették az érdeklődők, viszont az Until Titled itthon a Hegyvidék Galériában látható először. A munkák a 2015-ös fesztivál „interpret art” tematikájára reflektálnak, a műalkotások befogadásának, létrejöttének, utóéletének, újradolgozásának és értelmezésének kérdéskörét járják körül. Alkotók: Biró Dávid,

Dobokay Máté, Neogrady-Kiss Barnabás, Regős Benedek, Riga Eszter, Schumann Bianka, Szántói Lilla, Zellei Éva Boglárka. A kiállítás megtekinthető: március 1-jéig.



Önképzőkör január 22-én 11.00. A Hegyvidéki Szomszédok önképzőkörének újratervezése. Vezető: Elekes Irén. Információ: 06/70-562-0462, neribor@gmail.com.

Oskar Kokoschka – Konta Fanni, a II. Rákóczi Ferenc Gimnázium volt tanárának előadása január 22-én 14.00.

Szalon Egyetem. Január 24. 14.00 Heltai Jenő élete és munkássága. A könnyed, bölcs és fanyar humorista. Előadó: Kemény András könyvkiadó, Heltai-rajongó.

Kovács Imre Társaság – PC Magister Alapítvány estje január 26-án 18.00. Vendég: Babák László hagyományörző ezredes, a Centenáriumi Hadtörténeli Egyesület elnöke.

Festőtanfolyam akril- és olajfestéssel január 27-én 9.00. A foglalkozást tartja: Borombovits Magdolna művész. Részvételi díj: 5000 Ft/alkalom. Érdeklődés, előzetes jelentkezés szükséges: 06/30-196-7383, borom19@hotmail.com. Facebook: Magdolna Borombovits.

Kézműveskedés a Szalonban. Január 29. 11.00 Papírfonás Szabó Ica vezetésével. Előzetes jelentkezés szükséges. A foglalkozás kerületi lakosoknak lakcímkártya bemutatásával ingyenes.

Mesélnek a Hegyvidékiek – Wolf Magda önkéntesköre január 29-én 11.00.

Rovásitanítás és játék január 29-én 14.00. Anyanyelvi felfedezőműhely felnőtteknek számos játékos feladattal. Előadó: Kovácsné Szilvási Éva, a Kerek a világ rovással és a Mesés nyelvünk című könyvek szerzője. Előzetes jelentkezés szükséges.

Harmónia Életmód Klub 60 év felettieknek január 29-én 16.00. Az egészségtudatosság jegyében. Klubvezető: Szép Ilona. Téma: Alvásjavítás a gyakorlatban – a kognitív terápia az EFT kopogtatós módszerig a működő egyéni stratégiák. Csináljuk együtt: Autogén tréning a jobb alvásért.

Kulisszák mögött – színháztörténeti előadás január 31-én 14.00. Sinkovits Imre, a nemzet színésze. Előadó: Szabényi Ágnes színháztörténet, múzeum-pedagógus.

Kapcsolatok – Hubert Tibor tanár, festőművész kiállításának megnyitója január 31-én 16.00.

Hegyvidéki Családepítő Klub. Január 31. 19.00 Kiütérés az apagyermek kapcsolatok nehézségeiből. Előadó: dr. Domján Mihály tanácsadó, szakpszichológus és családterapeuta. A klub alapítója és vezetője: Komáromi Mária tanár.

Az ingyenes tornákon csak Hegyvidék Kártyával, illetve XII. kerületi lakcímkártyával rendelkező lakosok vehetnek részt. A fizetős tornákon az első alkalom ingyenes.

Gyaloglóklub. Normafa: január 30-án, február 13-án és 27-én, március 13-án és 27-én, április 10-én és 24-én, május 8-án és 22-én, június 5-én – minden alkalommal 9.00 órakor. Margitsziget: január 23-án, február 6-án és 20-án, március 6-án és 20-án, április 3-án és 17-én, május 15-én és 29-én, június 12-én – minden alkalommal 9.00 órakor.

Pilates Szávai Andreával hétfőn 6.45-7.45. Részvételi díj: 1500 Ft/alkalom. Bérlet 5 alkalomra: 7000 Ft. Bérlet 10 alkalomra: 13000 Ft. Információ: 06/70-328-8039, andi@pilateszona.hu.

Élj 100 évet egészségesen a 3-1-2 meridiántorna-gyakorlatokkal! – hétfőn 8.30-9.15. Az egészségmegőrző gyakorlatsor a meridiánokban áramló energia-egyensúly helyreállításával a szervezet immunrendszerét erősíti. Vezető: Haide Éva. A részvétel ingyenes.

Hegyvidéki Osteoporosis Klub tornája Valival idősebbeknek hétfőn 9.30-10.30. Testtartást javító gyakorlatok Mészáros Lászlóné gyógy-

tornász vezetésével. A foglalkozás ingyenes.

Élj 100 évet egészségesen a 3-1-2 meridiántorna-gyakorlatokkal! – kedden 8.15-8.45. Vezető: Péter Ildikó. A részvétel ingyenes.

Jóga az egészséges gerincért kedden 8.50-9.50. Jógaoktató: Ott Cecília. Ár: 1000 Ft/alkalom.

Szenior Örömtánc kerületi lakosoknak kedden 10.15-11.15. Ár: 600 Ft/alkalom, nem kerületi lakosoknak 800 Ft/alkalom. Bérletkonstrukció: 3300 Ft/6 alkalom, 5000 Ft/10 alkalom. Tánc-tanár: Tóth Krisztina (06/70-775-8625).

Nyugdijasztorna kedden 11.30-12.15. Vezető: Latin Anikó. A részvétel ingyenes, előzetes jelentkezés szükséges. A jelentkezők két hónapra kapnak lehetőséget a tornán való részvételre, utána újra kell jelentkezni.

MOM-nyugdijasok találkozója kedden 13.00-17.30. Érdeklődés: Fischer Péterné, 466-4973, 06/20-394-5473.

Pilates Szávai Andreával szerdán 6.45-7.45. Részvételi díj: 1500 Ft/alkalom. Bérlet 5 alkalomra: 7000 Ft. Bérlet 10 alkalomra: 13000 Ft. A bérlet két hónapig használható fel. Információ: 06/70-328-8039, andi@pilateszona.hu.

Szenior torna Balázs Marival szerdán 9.00-9.45. A foglalkozás ingyenes.

Nia Tánc szerdán 9.45-10.45. Vezető: Balázs Mari Blue Belt Nia-oktató, koreográfus. Részvételi díj: 1000 Ft.

Gerinctorna szerdán 11.00-11.45. Vezető: Glatz Zsuzsa. Részvételi díj: 700 Ft. Információ: 06/30-295-1833.

Hatha jóga segédeszközökkel csütörtökön 8.15-9.15, 9.45-10.45. Részvételi díj: 1000 Ft/alkalom. Jóga-oktató: Ott Cecília.

Élj 100 évet egészségesen a 3-1-2 meridiántorna-gyakorlatokkal! – csütörtökön 11.00-11.35. Vezető: Pál-Szabó Gabriella. A részvétel ingyenes.

Szupernagy népdalkör minden páros hét csütörtökön 13.00-15.30. Alapító: Karcagi Éva. Ének-tanár: Bucsa Anikó.

Népek táncai Bojtó Marikával csütörtökön 17.00-18.45. Részvételi díj: 1500 Ft.

Pilates Szávai Andreával csütörtökön 19.00-20.00. Részvételi díj: 1500 Ft/alkalom. Bérlet 5 alkalomra: 7000 Ft. Bérlet 10 alkalomra: 13000 Ft. A bérlet két hónapig használható fel. Információ: 06/70-328-8039, andi@pilateszona.hu.

Torna Nórával pénteken 8.00-8.45. A foglalkozást tartja: Fürediné Lauf Nóra. A részvétel ingyenes.

Urak tornája pénteken 8.45-9.30. Vezető: Fürediné Lauf Nóra. A részvétel ingyenes.

Nyugdijasztorna pénteken 10.00-10.45. Vezető: Latin Anikó. A részvétel ingyenes, előzetes jelentkezés szükséges. A jelentkezők két hónapra kapnak lehetőséget a tornán való részvételre, utána újra kell jelentkezni.

Gerinctorna pénteken 11.00-11.45. Vezető: Glatz Zsuzsa. Részvételi díj: 700 Ft. Információ: 06/30-295-1833.

Kiskakukk játszótér kiskisiskolásoknak pénteken 16.00-17.30. Vezető: Kakuk Andrea hitoktató pedagógus. A részvétel ingyenes.

Keleti tánc nőknek vasárnap 9.00-10.30. Részvételi díj: 1200 Ft/alkalom, bérlet 4x1000 Ft. Vezető: Rezes Molnár Eszter.



XII., ZUGLIGETI ÚT 64.
HEGYTORTENET@GMAIL.COM

Családi alkotóműhely minden hónap harmadik vasárnapján. A résztvevők kreatív foglalkozás keretében ismerkedhetnek meg a XII. kerület, a Hegyvidék izgalmas történetével, híres alakjaival és érdekességeivel. Következő alkalom: január 21. 10.00-11.30, majd február 18. és március 18. A program az óvodás és általános iskolás korosztály számára ajánlott. A részvétel ingyenes. További részletek: 06/70-429-9448, hegytortenet@gmail.com.

XII., SZARVAS GÁBOR ÚT 8/C
TELEFON: 200-8713
WWW.VIRANYOS.HU
VIRANYOSIKH@GMAIL.COM

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!
Szabadság vándorai természetjárók klubja. Január 17. 18.30 Utazás Erdélyen keresztül a Duna torkolatához – előadás vetítéssel. Ismerkedés motorcsónakból a deltavidék vízi világával, valamint kisebb-nagyobb településeivel. Előadó: Koppány Zsuzsa. Klubvezető: Sütő-Nagy István. Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes.

APS Stúdió. Január 19. 18.00 Krakkói képek – vetítés Mann Judit fotóiból. Klubvezető: Abonyi Maya fotóművész. Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes.

Képi gondolatok a zoltárok könyvéből – Baán Katalin fotókiállítás-megnyitója január 20-án 16.00. Megnyitja: Jakus Katalin újságíró. Közreműködik: Kövesdi László színművész. Baán Katalin fotóművész így vall kiállítás témájáról: „A Zoltárok Könyve képi-szerű. Ez egy imádság, ami tele van gondolatokkal, érzésekkel, megmutatja az emberi élet minden oldalát, a gyarlóságunkat, az esendőségünket, azt, hogy egyszerű vagyunk jók és rosszak, szépek és gonoszok, bennünk van az öröm és a bánat, a sírás és a nevetés, és tudjuk, hogy van számunkra feloldozás.” A kiállítás a Magyar Kultúra Napja előtt is tiszteleg. Megtekinthető: február 6-ig.

A Harmónia Táncklub farsangi bálja felnőtteknek január 27-én 19.00-23.00. Klubvezető: Székely Attila.

Kertbarát Kör január 30-án 16.30. Klubvezető: Bartók Sándor (06/30-360-2414). Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes.



XII., SZARVAS GÁBOR ÚT 8/C
TELEFON: 200-8713
WWW.VIRANYOS.HU
VIRANYOSIKH@GMAIL.COM

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Szabadság vándorai természetjárók klubja. Január 17. 18.30 Utazás Erdélyen keresztül a Duna torkolatához – előadás vetítéssel. Ismerkedés motorcsónakból a deltavidék vízi világával, valamint kisebb-nagyobb településeivel. Előadó: Koppány Zsuzsa. Klubvezető: Sütő-Nagy István. Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes.

APS Stúdió. Január 19. 18.00 Krakkói képek – vetítés Mann Judit fotóiból. Klubvezető: Abonyi Maya fotóművész. Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes.

Képi gondolatok a zoltárok könyvéből – Baán Katalin fotókiállítás-megnyitója január 20-án 16.00. Megnyitja: Jakus Katalin újságíró. Közreműködik: Kövesdi László színművész. Baán Katalin fotóművész így vall kiállítás témájáról: „A Zoltárok Könyve képi-szerű. Ez egy imádság, ami tele van gondolatokkal, érzésekkel, megmutatja az emberi élet minden oldalát, a gyarlóságunkat, az esendőségünket, azt, hogy egyszerű vagyunk jók és rosszak, szépek és gonoszok, bennünk van az öröm és a bánat, a sírás és a nevetés, és tudjuk, hogy van számunkra feloldozás.” A kiállítás a Magyar Kultúra Napja előtt is tiszteleg. Megtekinthető: február 6-ig.

A Harmónia Táncklub farsangi bálja felnőtteknek január 27-én 19.00-23.00. Klubvezető: Székely Attila.

Kertbarát Kör január 30-án 16.30. Klubvezető: Bartók Sándor (06/30-360-2414). Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes.

A Harmónia Táncklub farsangi bálja felnőtteknek január 27-én 19.00-23.00. Klubvezető: Székely Attila.

Kertbarát Kör január 30-án 16.30. Klubvezető: Bartók Sándor (06/30-360-2414). Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes.

Kertbarát Kör január 30-án 16.30. Klubvezető: Bartók Sándor (06/30-360-2414). Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes.

Kertbarát Kör január 30-án 16.30. Klubvezető: Bartók Sándor (06/30-360-2414). Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes.

GYORS E-ÜGYINTÉZÉS KÉNYELMES
a Hegyvidéken
RUGALMAS
KÖRNYEZETBARÁT

Intézzé ügyeit online! Regisztráljon!

<https://eugyintezes.hegyvidek.hu>

⚙️ **Adóegyenleg** lekérdezés, bankkártyás befizetés

⚙️ **Adóbevallások** benyújtása

⚙️ **Időpontfoglalás** Hivatali ügyintézéshez

⚙️ **Parkolási engedély** kiváltása, lemondása

⚙️ **Óvodai jelentkezés** benyújtása

⚙️ **Kerületi bírság** befizetés

⚙️ **Irat benyújtása** hivatalos kapcsolatfelvétel segítségével

A regisztráláshoz csupán egyetlen alkalommal kell a Polgármesteri Hivatallal kapcsolatba lépnie.

Ezt soron kívül megteheti személyesen az Ügyfélszolgálatunkon, illetve amennyiben rendelkezik ügyfélkapuval, akkor a <https://eugyintezes.hegyvidek.hu> címen online is, ha a belépésnél a magyarorszag.hu lehetőséget választja.

HEGYVIDÉKI
ÖNKORMÁNYZAT

3 LÉPÉS NEM NAGY DOLOG



1. BECSOMAGOLNI 2. BECSÚSZTATNI 3. BEDOBNÍ

MÁR 200 KUTYAPISZOKGYŪJTŐ SZEMETESÉDÉNY, A TISZTÁBB HEGYVIDÉKÉRT.

2012-ben több mint 12 000 hegyvidéki polgár már megtette az első lépést, és támogatta kampányunkat a kutyapiszokmentes kerületért.

A Hegyvidéki Önkormányzat azóta **200 speciális kutyapiszokgyűjtő szemetesedényt** helyezett ki a leginkább problémás területekre.

Kérünk minden gazdit, hogy – bár rendszeresen feltöltjük a zacskóadagolókat – minden sétáltatáshoz vigyenek magukkal zacskót otthonról is, hiszen a felelős kutyatartáshoz ez is hozzátartozik.

LEGYEN TISZTÁBB, KUTYAPISZOKMENTES A HEGYVIDÉK!

A **200 szemetesedény** helyéről tájékozódjon a www.lepjunk12.hu és a www.hegyvidek.hu weboldalon.



Támogatók:



Kerekítő tippentő hétfőn 10.00–10.40. A 40 perces foglalkozásokra pár hónapos kortól óvodáskorig várják a babákat, kisgyerekeket szüleikkel, nagyszüleikkel. A gyerekek a magyar néphagyományból merített ölbéli játékok, mondókák és dalok közt kalandozhatnak, és kötetlen módon izelgethetik a magyar néptánc alapjait. Círókázás, lovagoltatás, hintáztatás, népdalokkal, sétáltatókkal, táncszínesítve. Bővebb információ, bejelentkezés: www.kerekito.hu. Foglalkozás-vezető: Cseke-Maros Eszter tánc- és drámapedagógus.

Csillagszemű Táncgyűttes – néptáncok szerdán és pénteken 15.00–16.00-ig óvodásoknak, 16.15–17.45-ig kisiskolásoknak. Művészeti vezető: Timár Sándor Állami díjas, Kossuth-díjas, Erdemes művész, a Hegyvidék diszpolgára, valamint Timár Böske táncművész. www.csillagszemu.hu

Angolnyelv-oktatás gyerekeknek csütörtökön 16.00–17.45. Beszédközpontú oktatás Helen Doron módszerével, speciálisan képzett tanárokkal, folyamatosan továbbfejlesztett tananyagokkal, középső és nagycsoportos óvodásoknak, 4-8 fős csoportokban. Jelentkezés folyamatosan: Endre Judit, 06/30-313-6822. A tanfolyam díja: 12 000 Ft/hó.

Művészeti torna az Óbuda Művészeti Iskola szervezésében kedden és csütörtökön 15.20–20.30. Torna a Berczik-módszerrel: iskolarendszerűen egymásra épülő, korosztályos csoportokban, 4 éves kortól. Testképző és mozgásfejlesztő gimnasztika sok tartásjavító gyakorlattal, zenei kísérettel. Vezető: Mady Krisztina (200-0138, 06/20-946-0848).

Társastánc. Kezdő tánciskola: vasárnap 14.00–15.00. Haladó tánciskola: vasárnap 15.00–16.00. Részvételi díj: 12 000 Ft/fő/10 alkalom. Verseny-tánc-előkészítő: vasárnap 16.00–18.00. Részvételi díj: 6 000 Ft/fő/hó. Klubvezető: Székely Attila (szekelya67@gmail.com). www.harmoniatanclub.hu

Hangszerarvás Zenetanoda, Rosales Zeneóvoda kedden. 13.15–16.00 Dúr-moll. 16.20–17.05 Moderato. 17.20–18.05 Allegro. Játéknak megélt

Szépkorúakért a Hegyvidéken – Hegyvidéki Szomszédok

Közösségfejlesztő önkéntes csoport

Egészségmegőrző erdőjárás nyugdíjasoknak és hozzátartozóknak szerdán, szombaton és vasárnap 9.30. Találkozó: Szépjuhászé, 22-es busz megállója (megközelíthető a Széll Kálmán térről vagy a Szent János Kórháztól). Előzetes megbeszélés: T. Magdi, 06/70-57-67-253.

„Önképzőkör-Könyvképzőkör” január 22-én 11.00–12.30-ig a Hegyvidéki Kulturális Szalonban (XII., Bözörményi út 34.). Vezető: Elek Irén. További információk: 06/70-562-0462, neribor@gmail.com.

„Rozi-szalon” (beszélgetés, kézműveskedés) minden páratlan hét szerdáján (legközelebb január 31-én) 13.00–16.00-ig a Hegyvidéki Szociális Központ Németvölgyi klubjában (XII., Kiss János altábornagy utca 33/b). Vezető: Fazekas Rozália. További információk: 06/30-570-9730, r.fazekas@citromail.hu.

Hegyvidéki Szomszédok közösségfejlesztő önkéntes csoport. Érdeklődés és csatlakozás: Fazekas Rozália, 06/30-570-9730, 12.kerulet.kozossege@gmail.com.

Kopp-kopp 12. kerület! A helyi online újság szerkesztőségének megbeszélése minden csütörtökön 9.00–12.00-ig a Hegyvidéki Szociális Központ Németvölgyi klubjában (XII., Kiss János altábornagy utca 33/b). Minden érdeklődőt örömmel látnak. Helyi Nyilvánosság Műhely – telefon: 06/30-504-2184, Márkon Erzsébet; e-mail: koppkopp12kerulet@gmail.com.

iskola-előkészítő és fejlesztő módszer 30 alkalomra kidolgozott tematikával, furulyahasználattal, egyedi zenei és érzékszervi játékgyűjteménnyel, feladat- és kottafüzetekkel. Információ: Nagy Teréz kulturális menedzser, 06/30-936-1713. Vezető: Nagy Mária, a Magyar Állami Operaház zenekari művésze és gyerekprogramok játék mestere (06/30-936-2040, hangszerarvas@gmail.com). www.hangszerarvas.hu

Ifjúsági sakkszakör 6 éves kortól szerdán 17.00–18.30. Vezető: Rollinger Károly. Részvételi díj: 500 Ft/alkalom, 1600 Ft/hó, 4800 Ft/fél év.

Csillagszemű Táncgyűttes – néptáncoktatás szerdán és pénteken 18.00–20.00. Művészeti vezető: Timár Sándor Állami díjas, Kossuth-díjas, Erdemes művész, a Hegyvidék diszpolgára, valamint Timár Böske táncművész. www.csillagszemu.hu

Preventív gerinctrénings szerdán és pénteken 11.00–12.00. Célja: a helyes testtartás megéreztetése, megtartása. A gyakorlatok rendszeres végzésével elkerülhető a porckorongsérv, az izületi kopás, a csonttritkulás. Heti két-három alkalom csodát tesz. Minden korosztály számára ajánlott! Részvételi díj: 1500 Ft/alkalom, 13 000 Ft/10 alkalom. Vezető: Borbély Enikő.

Éj 100 évet egészségesen 3-1-2 meridián gyakorlatokkal – kedden 9.00. Egyszerű, eszköztelen, életkorhoz nem kötött, frissítő-összehangoló, egészségjavító és -fenntartó mozgássor. Vezető: Szigeti Magdolna. A torna ingyenes. Terembérelti hozzájárulás: 300 Ft/fő. Bővebb információ: www.321.hu.

Zumba kedden és csütörtökön 10.00–11.00 (kivételek: minden hónap második keddje). Egy óra teljes kikapcsolódás. Kardiofitness latin alaptánc-

lépésekkel. Tánc tudás nem szükséges, minden korosztályt ajánlott! Vezető: Borbély Enikő. Részvételi díj: 1300 Ft/alkalom, 11 000 Ft/10 alkalom.

Jóga hétfőn 16.30–18.00-ig kezdőknek, 18.15–19.45-ig haladóknak. A jóga gyakorlása segíti a testi, lelki és szellemi egészség és harmónia megteremtését, a jó közérzet kialakítását és fenntartását. A tanfolyam felépítése lehetővé teszi, hogy a kezdő és haladó csoportba is bármikor be lehet kapcsolódni. Vezető: Bucher Katalin (06/30-298-3147).

Egészségjóra pénteken 18.00–19.30. A hatha jóga az ászánák gyakorlásával megtanít arra, hogyan legyünk egészségesebbek testünkben és lelkünkben, a természet erőit tudatosan felhasználva, fokról fokra fejlesztve akaratunkat. Vezető: Ruff Annamari (06/20-205-9918). Részvételi díj: 1000 Ft/alkalom, 3500 Ft/4 alkalom.

Felnőtt-társastánc. Haladó: vasárnap 18.00–19.00. Kezdő: vasárnap 19.00–20.00. Részvételi díj: 2000 Ft/fő/alkalom. Klubvezető: Székely Attila (06/30-952-9477, szekelya67@gmail.com). www.harmoniatanclub.hu

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

Karantán torna kedden és pénteken 10.00–11.00 és 11.00–12.00. A test teljes átmozgatása, gerinc-, csípő-, vénás torna, légző gyakorlatok. Vezető: Krizsáné Bucsu Andrea gyógytornász. Információ: 06/20-960-6473.

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

Foltos MaMoK – Magyar Modern Patchwork Klub minden hónap

negyedik szerdáján 18.30–20.30. A foltmunkák szerelmesei havonta egy alkalommal közös varrással hódolhatnak szenvedélyüknek. Tagsági díj: 2000 Ft/év. Alkalmi látogatóknak: 500 Ft/klubnap.

Baba-mama torna kedden és csütörtökön 9.00–10.00 (kivételek: minden hónap második keddje). A szervezők várnak minden kisgyermekes édesanyát, aki kikapcsolódásra, baráti kapcsolatokra, testmozgásra vágyik. Amíg a mamák tornáznak, addig a gyerekek felügyelet mellett játszanak. Vezető: Borbély Enikő fitnessoktató. Részvételi díj: 1300 Ft/alkalom, 11 000 Ft/10 alkalom.

Téry Ödön Turista Baráti Társaság kedden 18.30–21.00. Vezető: Mézáros János.

Asperger Kortárs Klub autizmussal élő fiatalok számára minden hónap második vasárnapján 16.00–18.00. A klub változatos programokkal várja a fiatalokat: kézművesség, drámajáték, színház- és kiállításlátogatás, túrák. Segítségnyújtást a munkavállalásban, a világ dolgaiban való eligazodásban. Vezető: Vadász Tóth Mária (06/30-280-3779). Tagsági díj: 1000 Ft/fél év.

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



XII., HOLLÓS ÚT 5.
TELEFON/FAX: 395-8284
WWW.JOKAIKLUB.HU

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Bran-koncert és tánccház január 27-én. 18.00 Vetítéses előadás. 19.00 Koncert. A Bran együttes a magyarországi ir zenei élet egyik fontos résztvevője, rangos világzenei rendezvények és fesztiválok állandó szereplője. Belépődíj: 1200 Ft. www.bran.hu

Görög farsang február 3-án. A Jókai Klub ezzel a programmal csatlakozik a Kultúrházak Éjjel-Nappal (KHÉN) országos rendezvénysorozathoz, amit több mint tíz éve minden évben meghirdet a Magyar Népművelők Egyesülete. Az idei év mottója: Helyben van a sokszínűség. 16.00 Ékszerkészítés meander mintával drótból és gyöngyszövésrel – kézműves-foglalkozás kicsiknek és nagyoknak. 18.00 Zeys és barátai-koncert és tánccház. Gasztronómiai bemutató, autentikus görög ételek. Belépődíj: 1000 Ft, gyerekeknek 12 éves korig ingyenes.

Batjus bál február 10-én 18.00. A Svábhegyi Hagyományörző Egyesület, a Budapesti Hegyvidék XII. Kerület Német Nemzetiségi Önkormányzat és a Jókai Klub hagyományörző bálja. Részletek a Svábhegyi Hagyományörző Egyesület és a Jókai Klub honlapján olvashatók: www.hagyomanyorzo.com.

Fest'ész hegye-utcája – Rosta Marian kiállítása. Rosta Marian „fest'ész” neve nem ismeretlen azok számára, akik előtt felröppent a FŐINFORM-os arc vagy hang. A több évtizedes rádiós-tévé múlt után a mikrofont az ecset váltotta fel. Az út- és építészternő Rosta Marian tájképein gyakran visszatér a hegy, az óda vezetők utca, ugyanakkor nem szakad el a visszafogott színvilágtól, a nyújtott formájú fatáblától, a nyugalmot, mint ahogy azt ifjúként is tette. A kiállítás megtekinthető: január 27-ig. www.rostamarian.hu

Fit-Teen program kedden 16.00–17.30. A tinédzser korosztály számára kidolgozott, komplex, táncos edzésprogram ötvözi a zumba, a balett és a jóga elemeit. Minden foglalkozás 90 perces: vidám, táncos kardiorészből, célzott alakformálásból és nyújtásból áll. Kiemelt hangsúlyt kap a helyes testtartás és a természetes nőies mozgás elsajátítása. Az edzések résztvevői különböző fitnesseszközöket is használnak. További információk: Németh Krisztina, 06/20-549-0893; Barta Sylvia, 06/30-626-6065. Ár: 7000 Ft/hó.

(Folytatás a 16. oldalon)



»Vertreibung, Zeichnung von Josef de Ponte

Gedenken an die Vertreibung der Ungarndeutschen zum 72. Jahrestag

Kranzniederlegung und Heilige Messe

Koszorúzás és emlékmise a magyarországi németek kitelepítésének 72. évfordulója alkalmából

A XII. Kerület Német Nemzetiségi Önkormányzata és a Svábhegyi Hagyományörző Egyesület tisztelettel meghívja Önt a megemlékezésekre.

2018. január 19-én

12:00 **Megemlékezés és koszorúzás** a XII. kerület Eötvös úti **Német Keresztnél** (közel a svábhegyi műemlék Víztoronyhoz)

2018. január 21-én

9:00 **Emlékmise** az istenhegyi Szt. László Plébániatemplomban (Diana Park)

Einladung – Meghívó

A Schwabenberg–Svábhegy csapata a XII. kerület képviselőiben szeretettel várja Önt és családját!

Legyen a vendégünk és erősítse jelenlétével csapatunkat!

www.hagyomanyorzo.com

Sautanz
2018. január 20.
Hozzávalók:
12 CSAPAT, 12 DISZNÓ,
7 TAGÉ ISZÁRI,
1 ORIAS SORSÁTOR,
ÉLŐZENE, SVAB INYENSÉGEK,
SÜLTET ÉS LEVESEK

Versenyprogram:
6:45 Kapunyitás
7:00 Szürás
10:00-18:00 Élőzene a lósátorban
15:00 Eredményhirdetés
18:00 Zárás

Köszönjük a részvételüket és a csapatuknak köszönjük a közreműködését, illetve a lósátorban készített a rendezvény teljes ideje alatt.
Megközelíthető: 22-es busszal a Szent Kálmán térről, a helyes útmutatással.

(Folytatás az 15. oldalról)

Budapest Musical- és Tánciskola. Kezdő csoport: hétfőn 16.00–17.30, csütörtökön 16.00–18.00, pénteken 16.00–17.30. Haladó csoport: hétfőn 17.30–19.30, csütörtökön 16.00–18.00, pénteken 17.30–19.00. Vezető: Finta Gábor koreográfus, táncművész és táncpedagógus. A szervezők olyan diákok jelentkezését várják, akik szeretnek táncolni és/vagy énekelni, s szívesen részt vennének profi színvonalú gyermekmusical-produkciók létrehozásában. A növendékek heti kétszer két órában alapos táncképzésben részesülnek, megismerkednek a balett, az akrobatika és a különböző táncstílusok alapjaival. Rendszeres ének-, színjátszási és beszédtechnikai tréninget kapnak. A tantárgyak külön-külön is felvehetők. Jelentkezés online: bpmusicaliskola@gmail.com, musicaliskola.hu; telefonon: 06/20-549-0893.

Zumba gyerekeknek hétfőn 15.15–16.15, kedden 18.00–19.00, szerdán 16.00–17.00. A Zumbakids kifejezetten gyerekekre szabott, játékos, táncos foglalkozás többségében latin zenére. Célja, hogy a gyerekek közösségben élvezzék a zenét, a táncot, átéljék a mozgás és az egészséges életmód örömeit. A foglalkozások által nő az önbizalmuk, és fejlődik a motorikus koordinációs, koncentrációs, valamint kifejezőképességük. Vezető: Németh Krisztina okleveles aerobik- és zumbaoktató. Ára: 6000 Ft/hó/heti egy alkalom. Telefon: 06/20-549-0893. Web: www.krisztinanemeth.zumba.com.

Szivárvány Táncszínház show-tánc és hiphopoktatás kedden 17.00–18.00, csütörtökön 17.30–19.00. Formációs tánc, show-tánc és hiphop 7 éves kortól. Fiúk jelentkezését is várják. Vezető: Balázs Márta táncpedagógus (06/30-409-2400). Ára: 10000 Ft/hó.

NTC School Budapest (holland bölcsőde-óvoda) óvodásoknak kedden 8.00–15.00. Holland tanmenet szerinti foglalkozások flamand és holland anyanyelvű családok részére. Felügyeleti szerv: Holland Oktatási Minisztérium. Vezető, információ: Bori

Martina, 06/30-241-2546, lesbories@t-online.hu.

Klasszikus balett hétfőn és szerdán 17.00–18.00. Klasszikus balett oktatása kezdőknek és haladóknak, már óvodáskortól. Vezető: Kiss Stefánia balettművész (06/20-269-2314). Ára: 9000 Ft/8 alkalom (heti egy óra), 14000 Ft/16 alkalom (heti két óra).

Akrobatikus rock and roll pénteken 15.30–19.00. A jó hangulatú foglalkozásokon a 4–6 éves korosztály számára összeállított mozgásanyag fejleszti az alapvető koordinációs képességeket és a ritmusérzéklet, mindent játékos gyakorlatokon keresztül. A közösen, zenére végzett mozgások között a gyerekek figyelmét összpontosít, és képesek lesznek többfelé is figyelni. Vezető: Fekete Kinga akrobatikus rock and roll-szakember (06/70-424-9423).

Angolnyelv-oktatás, korai fejlesztés angolul csütörtökön 10.00–11.00. Babaangol 22–36 hónapos korú gyerekeknek. A Helen Doron Early English az angolnyelv-tanulás egyedülálló, könnyű és természetes módja, a gyermek anyanyelvtől függetlenül a világ minden országában alkalmazható. A nemzetközileg elismert tanulási rendszer a gyermek természetes képességére épít, a speciálisan kifejlesztett tananyag ismételt otthoni hallgatása és a játékos foglalkozások pozitív, vidámsággal teli környezete megadja számára azt, hogy az angol a második anyanyelve lehessen. Előjelentkezés szükséges! Érdeklődés: Endre Judit, 06/30-313-6822 vagy www.helendoron.hu. Ára: 11000 Ft/hó.

Művészeti torna szombaton 9.30–13.30. Mozgáskoordináció- és ritmusérzék-fejlesztő gimnasztika Berczik Sára módszere alapján. Kezdő: 9.30–10.30, óvodásoknak, kiskisiskolásoknak, 4 éves kortól. Kishaladó: 10.45–11.45, alsó tagozatosoknak, 6 éves kortól. 8–10 éves alsós: 12.00–13.30. Felső: 13.45–15.00. Vezető: Pataki Rita mozgáspedagógus (06/30-483-1897, patakiri@gmail.com).

Csiri-biri torna hétfőn 10.00–10.45. Az országos népszerűségnek örvendő Csiri-biri mozgásfejlesztő

torna olyan 45 perces, dalolás, mondókázós, irányított foglalkozás, amelyen a gyermek a hétköznapitól eltérő mozgásformákkal ismerkedhet meg. Mivel a tornafoglalkozások nem egymásra épülnek, év közben bármikor lehet csatlakozni. Előzetes jelentkezés nem szükséges. Bővebb információ: Orszáczky Ildikó, www.csiri-biri.hu, info@csiri-biri.hu. Alkalmi jegy: 1500 Ft. Tíz alkalomra szóló bérlet: 12000 Ft (6 hónapon belül használható fel). Testvérkedvezmény: 50%.

Zumba fitness szerdán 11.00–12.00. Vezető: Taraczkó Judit okleveles zumbaoktató (06/30-474-8428). Iskola szünetek idején csak előzetes egyeztetés után vannak órák. Ára: 1800 Ft/alkalom. Bérlet: 14000 Ft/10 alkalom.

Zumba fitness kedden és csütörtökön 20.00–21.00. Egyszerű, de eredeti és izgalmas latin mozdulatokkal, fülbemászó ritmusokkal. Vezető: Németh Krisztina okleveles aerobik- és zumbaoktató (06/20-549-0893). Ára: 1800 Ft/alkalom. Bérlet: 14000 Ft/10 alkalom.

Zumba Gold kezdőknek, újrakezdőknek hétfőn és szerdán 9.00–10.00. Ízületkímélő, táncos mozgás latin zenére, egyszerű, de látványos koreográfiákkal, korhatár nélkül. Vezető: Barta Sylvia Zumba Fitness, ZumbaGold-, ZumbaKid's-instruktor és aerobikoktató. Ára: 1800 Ft/alkalom. Bérlet: 14000 Ft/10 alkalom.

Beauty body hétfő, szerdán és pénteken 10.00–11.00. Heti egészségmegőrző, alakformáló, preventív edzésprogram. Vezető: Barta Sylvia Zumba Fitness-, ZumbaGold-, ZumbaKid's-instruktor és aerobikoktató. Ára: 1500 Ft/alkalom. Bérlet: 12000 Ft/10 alkalom.

Fit-Ball gerinctorna pénteken 8.30–10.00. A Fit-Ball segítségével harmonikusan fejleszthető a kondíció és a koordinációs képesség, az egyensúlyozó képesség, valamint a gerinc, a hát és a törzs izmai. Hatékony a külföldi eredetű hát- és derékfájások megszüntetésében, így iskoláskorú gyerekeknek, aktív dolgozóknak és idősebbeknek egyaránt ajánlott. Ve-

zeti: Barta Sylvia okleveles aerobikoktató és ZumbaBasic-, ZumbaGold-instruktor (06/30-625-6065). Ára: 1500 Ft/alkalom. Beauty body-bérlettel: 12000 Ft/10 alkalom.

Meridián torna kedden 16.00–17.00. Él 100 évet egészségesen a 3-1-2 meridián gyakorlatokkal! Egészségvédelem az évezredek kínai tapasztalatai alapján. A 3-1-2 meridián torna a meridiánokból áramló energia-egyensúly helyreállításával a szervezet immunrendszerét erősíti. Nincsenek mellékhatásai, bármikor, bárhol gyakorolható. A tornán való részvétel ingyenes. Vezető: Hóka Ildikó (06/70-546-6498).

Jiu-jitsu szerdán 16.30–18.00. Rugalmas küzdősport, a csavarásokat, dobásokat, gáncsokat részletesen előnyben. Sokoldalú és változatos önvédelmi irányzat. Vezető: Derkényi László (06/20-323-8160). Ára: 5500 Ft/hó.

UJI Lady Force szerdán 18.30–20.00. Teljes körű programot tartalmazó, önvédelmi alapoktól felépített tanfolyam. A megszokott önvédelmi foglalkozásoktól eltérően a konfliktus megértését, a traumák feldolgozását és magát a válságot, annak kezelését helyezi fókuszba. Vezető: Derkényi László (06/20-323-8160). Ára: 5500 Ft/hó.

Bujutsu-Kai Kenshin-ryu szerdán 18.30–20.30. Egy ősi samuráj család hagyatéka, célja és feladata a személyiség fejlesztése a harcművészet útján. Jelentkezni személyesen edzésnapokon lehet. Az edzésekre 14 éven felüliek részére folyamatos a jelentkezési lehetőség. Vezető: Horváth Attila 2. danos mester (06/20-945-3901). www.jokaiklubdojo.hu

Etka-jóga Erőgyújtó Módszer kedden és csütörtökön 9.30–11.00. Hogyan szerezzük vissza gyermekkor rugalmasságunkat, frissességünket, velünk született lélegző- és mozgáskészségünket, tartásunkat, energiaszintünket? Erre bárki képes lehet, nemtől, kortól, egészségi állapottól függetlenül. Erről szól az Etka-jóga Erőgyújtó Módszer. Vezető: Nyerges Margit, az Etka-jóga Erőgyújtó Módszer oktatója (06/30-354-4399). Ára:

1400 Ft/alkalom, 6000 Ft/5 alkalom (a bérlet 6 hétig érvényes).

Hatha jóga hétfőn 19.30–21.00, csütörtökön 18.30–20.00, pénteken 9.30–11.00. A hatha jóga rendkívüli hatással van a testre és a lélekre egyaránt. A jóga az egészségvédelem és betegségmegelőzés mindennapos eszköze. A szervezők várnak mindenkit, 14–100 éves korig, jó hangulatú, kis csoportokba. Kényelmes ruha és törölköző szükséges, minden mást adnak. Vezető: Pazonyi Mónika jógaoktató, rekreációs sportoktató (06/20-952-4685). Ára: 1600 Ft/alkalom, 7000 Ft/5 alkalom (a bérlet 2 hónapig érvényes). Újjonnan érkezőknek az első alkalom ingyenes!

„Ismerkedés a számítógéppel” – idősebbeknek kedden 9.00–11.00 (kezdő), 11.00–13.00 (haladó). A program célja, hogy megtanítsa az idősebb korosztály tagjait a számítógép használatára, elsősorban az internet elérésére. Előzetes jelentkezés szükséges a 395-8284-es telefonszámon. A következő tanfolyam február 6-án indul. Vezető: Szentiványi Imre villamosmérnök, számítástechnika-oktató. Ára: 3000 Ft/fő/kurzus. Megfelelő számú jelentkező esetén indul!

Nyugdíjasklub csütörtökön 14.00. Január 18.: látogatás a Magyar Olimpiai és Sportmúzeumba. Január 25.: zenés délután Komlós Andrásal.

Színházjegy-árusítás minden páratlan hét szerdáján 16.00–18.00 óráig Bódi Évánál (06/20-213-0479).

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

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

A Virányosi Közösségi Ház programja **Az akarat anatómiája** – Ammer Gerő szobrász kiállításának megnyitóját január 22-én 18.00 órakor, a Magyar Kultúra Napja alkalmából. Ammer Gerő munkáit köztereken és galériákban egyaránt megtalálhatjuk. A kiállítást megnyitja: Kodolányi Gyula író, költő. Megtekinthető: február 5-ig, hétfőn, szerdán és pénteken 10.00–18.00.



XII., HAJNÓCZY J. UTCA 21. TELEFON: 395-0336 BORZA@JOBECK.HU **Ideje a szemléldésnek** – Kádár Katalin képzőművész kiállítása. Megtekinthető: január 27-ig, hétfőtől péntekig 14.00–22.00, szombaton 16.00–22.00.



BAJOR GIZI SZÍNHÁZMÚZEUM XII., STROMFELD AURÉL UT 16. TELEFON: 225-3161, 375-1184 WWW.SZINHAZIINTEZET.HU, WWW.OSZMI.HU

Kassák Filmklub 3. Január 24. 16.00 Caligariól Hitlerig. A német expresszionista némafilm a húszas években. Vendég: Kiss Csaba filmtörténész (ELTE BTK). 15.00 órától Galács Judit, a Kassákizmus 3. kiállítás kurátora tárlatvezetést tart. A filmklub januári alkalmával foglalkozik, hogy milyen kapcsolat mutatható ki az expresszionista némafilmek és a korban egyre terjedő szélsőjobboldali ideológiai változások között. A válogatásban szereplő filmek (a többi között): Robert Wiene: Dr. Caligari (1920). Friedrich Wilhelm Murnau: Nosferatu (1922). Fritz Lang: Metropolis (1927), Dr. Mabuse, a játékos (1922), Dr. Mabuse végrendelete (1931). Belépő: 500 Ft/fő.

A televízió aranykora – jeles alkotók, neves alkotások, érdekes történetek a Magyar Televízió életéből. Emlékezés Szurcs Évára. Könyvbemutatóval egybekötött beszélgetés január 25-én 16.00. Vendégek: Szurcs Kati színművész és Babiczky László tévérendező. Belépő: 500 Ft.

FIGYELEM!

Ideiglenes változás a Fodor utca 2/c. szám alatti háziiorvosi ellátásban!

A Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat folytatja a 2016-2019 között megvalósuló „Háziiorvosi és Házi Gyermekorvosi Rendelők Felújítása” programot.

A felújításban következő a Budapest XII. kerület Fodor utca 2/c. szám alatti háziiorvosi rendelő, amely a felújítás ideje alatt

2017. december 13-tól 2018. február 21-ig ideiglenes helyen, a Budapest XII. kerület Böszörményi út 42. szám alatt

(volt gyermekrendelő) várja betegeit.

Megközelíthető: az 59-es villamossal, 102-es, 212-es és 105 autóbusszokkal (Kiss János altábornagy utcai megálló).

A költözés napján 2017. december 11-12-én, valamint a visszaköltözés napján, 2018. február 22-23-án a betegek folyamatos ellátását a háziiorvosok rendelési ideje alatt a Központi Háziiorvosi Ügyelet fogja biztosítani a Budapest Beethoven u. 8. szám alatti ügyeleti rendelőben (telefonszám: 212-6636).

Kérjük, amennyiben lehetséges, csak sürgős esetben vegyék igénybe a Központi Háziiorvosi Ügyelet.

Az ideiglenes orvosi rendelőben az érintett háziiorvosok rendelési ideje és telefonszáma az alábbiak szerint változik.

1. Háziiorvosi Rendelő

2017. december 13-tól 2018. február 21-ig

dr. Büky Vera háziiorvos

telefon: 06 (1) 356-0330

Rendelési idő:

hétfő-szerda-péntek: 16.00-20.00

kedd-csütörtök: 8.00-12.00

dr. Lehel István háziiorvos

telefon: 06 (1) 201-0308

Rendelési idő:

hétfő-szerda: 7.30-12.00

kedd: 17.00-19.00

csütörtök: 16.00-19.00

péntek: 7.30-11.00

2. Orvosi Rendelő

2017. december 13-tól 2018. február 21-ig

dr. Szolnoki Lajos háziiorvos

telefon: 06 (1) 214-8233

Rendelési idő:

hétfő-szerda-péntek: 16.00-20.00

kedd-csütörtök: 8.00-12.00

Budapest Hegyvidék, 2017. november 20.



HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT

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

CSOBBANJ A VÍZBE VELÜNK!

Miért a MoM Sportban tanuljon gyermeke úszni?

Csoportos oktatások
hétköznap
16.00-19.00 óra
között

UV technológiával
előtisztított és
antibakterizált vízű
medencéinkben élmény
az úszás

Szakképzett oktatóink
mosolygósak és kedvesek

5 csillagos
uszodánkban 4 hetes
tumasokat indítunk

Képességük alapján
versenyúszó,
szinkronúszó,
vízilabda és triatlon
sportágakba delegáljuk a
gyerekeket

Magán oktatás időpont
egyeztetéssel

MOMSPORT szakképzett oktatás

www.momsporthu Superárak

Kassákizmus 3. Új dráma, új színpad. A magyar avantgárd színházi kísérletei. A kiállítás megtekinthető: február 25-ig, szerdától vasárnapig 14.00–18.00.

Művészek 2D-ben. A kiállítás tisztelgés a 100 éve született Cenner Mihály színház-történész előtt. Két helyszínen tekinthető meg március 18-ig: a Bajor Gizi Színház-múzeumban szerdától vasárnapig 10.00–18.00 óráig, valamint az Országos Színház-történelmi Múzeum és Intézet épületében (I., Krisztina körút 57.) hétfőtől csütörtökig 10.00–16.00, pénteken 10.00–14.00 óráig.



(KÖZHASZNÚ, NONPROFIT, CIVIL SZERVEZET)
ECSOSZ.HU@GMAIL.COM
WWW.ECSOSZ.HU
WWW.FACEBOOK.COM/
ECSOSZHU

A programok ingyenesek!

Kondicionáló torna hétfőn és szerdán 20.00–21.00 a Testnevelési Egyetem (TF) barakképületében (XII., Alkotás utca 44.).

Torna a szabadban kedden 16.00–17.00 óráig a Vagon étterem (mozdony) mögötti részen, a Déli pályaudvartól két percre (I., Vérmező út 70–72.). Csütörtökön 16.00–17.00 óráig a Devescseri parkban, a Svábhegyen.

Nordic walking kedden 17.00–18.00 óráig a Vagon étterem (mozdony) mögötti részen, a Déli pályaudvartól két percre (I., Vérmező út 70–72.). Sporteszközt a szervezők ingyen biztosítanak.

Nordic walking-kirándulások: részletek az egyesület honlapján.

Ökumenikus küldetésünk – dr. Beer Miklós, a Váci Római Katolikus Egyházmegye püspökének előadása január 29-én 18.30. A Keresztény Értelmiségi Fórum következő alkalmát a Budahegyvidéki Evangélikus Templomban (XII., Kék Golyó utca 17.).

A Kereszténydemokrata Néppárt XII. kerületi alapszervezete ingyenes jogi tanácsadást tart minden szerdán 17.00–18.00 óráig az alapszervezet Kék Golyó utca–Schwartz Ferenc utca sarkán lévő helyiségében.

A Budapest XII. kerületi Lengyel Nemzetiségi Önkormányzat minden hónap utolsó vasárnapján megszervezi azoknak az idős embereknek a lengyel templomba szállítását, akiknél ez családi segítséggel nem megoldható. Jelentkezni a Budapest XII. kerületi Lengyel Nemzetiségi Önkormányzat elnökénél, Nyitrai Zoltánnál lehet minden hónap 20. napjáig, a 06/30-335-4720-as telefonszámon.

A Mozgássérültek Budapesti Egyesületének hegyvidéki szervezete minden hónap harmadik szerdáján 15.00 órától várja az érdeklődőket klubnapra a Németvölgy Gondozási Központban. Téma: a mozgássérült emberek érintő információi, közös séták, beszélgetések, kirándulások, akadálymentes helyszínek beazonosítása a kerületben. Érdeklődés: Fejérmé Anna, 06/30-743-8475.

Hozzáértő csoport a XII. kerületi Családsegítő és Gyermekjóléti Központ Felsősziget Klubházában kéthetente csütörtökön 18.00–19.30. A csoport célja a közös sors megélésén túl egymás segítése. Az aktuális helyzetekre a résztvevők közösen keresnek megoldást. A csoport tagja lehet bárki, akinek családjában, barátai körében pszichiátriai problémában érintett ember él, és vele közvetlen, rendszeres kapcsolatban van. A részvétel ingyenes. Helyszín: Felsősziget Klubház, XII., Kiss János altábornagy utca 34. Telefon: 212-9650.

A Felsősziget Klubház pszichés problémákkal élőknek ad lehetőséget arra, hogy barátokat találjanak, kapcsolatokat alakítsanak ki, és minél teljesebb életet élhessenek. Közösségi gondozói személyes támogatást nyújtanak, akár lakókörnyezetben is, a következő területeken: ügyintézés,

Szatszang Jógaközpont 2018-as programjai



és további információk a tanfolyamokról a www.jogaunio.hu honlapon.

• **Ingyenes előadás-sorozat Jóga és egészség témakörben 2-3 hetente vasárnap délutánonként.**

1. előadás: január 28-án 16.00-tól 18.30-ig testi, lelki, társadalmi egészség a Jóga a mindennapi életben gyakorlásával. Van, hogy az ember úgy érzi, otthontalan a világban, amelyben élni kényeserül. Akkor eljött az idő a változtatásra. Hogyan segíthet a jóga abban, hogy az ember jól érezze magát a bőrében, és jól kijöjjön mindenkivel – még önmagával is? Kerényi Mária jógaoktató, textilművész, írodalmár, alternatív pedagógus, családanya és himalájai zarándok inspiráló előadása a Szatszang Jógaközpontban.

• **Ingyenes, 12 alkalmas hátfájás elleni jógatanfolyam** indul szerdánként 10.30-tól 12.00-ig, január 24-től. Teljesen kezdőket és már jógázókat is várunk a hát- és törzsizmok erősítésére, a gerinc mobilizálására fókuszáló jógatanfolyamon. A tanfolyam segítséget nyújt az ülőmunka, rossz tartás, stressz következtében kialakult hátfájás kezeléséhez, illetve annak megelőzéséhez.

A tanfolyamok és előadások helyszíne: Szatszang Jógaközpont, Nagyenyed utca 16. I. em. 3., 12-es kapucsgöngy. A helyek száma korlátozott, bejelentkezés minden tanfolyamra és programra szükséges a jogabuda@gmail.com vagy a 06/20-315-8857 elérhetőségek valamelyikén.

www.jogaunio.hu

kríziskezelés, segítő beszélgetés, tanácsadás, készségfejlesztés, mentális-pszichológiai gondozás. Akiket várunk: budapesti lakosok, akik 18 éven felüliek, pszichés problémával élnek, és nem adták fel. Cím: XII., Kiss János altábornagy utca 34. Nyitvatartás: hétfőn, szerdán, csütörtökön, pénteken 12.00–18.00, kedden 10.00–16.00. Telefon: 212-9650. A klubház szolgáltatásai térítésmentesek.

Felsősziget Klubház Önszolgáltató Csoport. A csoport célja, hogy a ta-

gok elfogadó légkörben bátorítsák, támogassák egymást problémáik feltárásában és megoldásában. A kéthetenkénti találkozások során a résztvevők segítenek egymásnak saját erőforrásaik felismerésében és mobilizálásában. Akiket várunk: pszichiátriai problémával élő budapesti érdeklődők. Találkozások: kéthetente keddenként 16.15–17.45. A jelentkezést követően egy csoporttag fogadja a jelentkezőt beszélgetésre, ezután látogatható a csoport. Helyszín: XII., Kiss János altábornagy utca 34. Telefon:

212-96-50, 06/30-579-1772. E-mail: felszigetklubhaz@gmail.com.

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.



A Napközi Plusz Svábhegyi Tanulószoza díjmentes integrált foglalkozásokat tart a Szent László Plébánia közösségi termében (XII., Diana utca 15/a) hétfő délutánonként. Előzetes egyeztetés után szülői tanácsadás a tanulási, viselkedési nehézségekkel küzdő gyerekek szüleinek. Információ: Horváth-Jovány Tünde tanító, Horváth László tanár, Napközi Plusz Tehetséggyógyító és Képességfejlesztő Központ, XII., Szépkilátás út 3., 06/20-985-5137, talent@t-online.hu, www.tanuloszoza.uw.hu

Gerinctorna 50 év felettieknek. Torna a testtartás javítására, megtartására, gerincproblémák kezelésére és megelőzésére, aminek során figyelembe veszik az egyéni adottságokat és a terhelhetőséget. Időpontok: hétfőn 11.00–12.00, csütörtökön 10.00–11.00 és 11.00–12.00. Helyszín: a MOM Sport Uszoda és Sportközpont (XII., Csörz utca 14.) földszinti különterme. A foglalkozás vezetője: Mészáros Lászlóné Vali gyógytornász és rekreációs mozgásprogram-vezető. Jelentkezés és információ: meszaroslaszlonet-online.hu, 06/30-306-0760. Tíz alkalomra szóló bérlet: 8000 Ft. Az első részvétel ingyenes.

Lendüly formába! Életmód- és alakformáló edzések a Virányos Általános Iskola tornatermében (XII., Virányos út 48.) hétfőn és szerdán 16.00–16.50 és 16.50–17.40 hölgyeknek, 17.50–18.50 és 19.00–20.00 hölgyeknek és uraknak. Információ: 275-0669, 06/30-476-9132.



HEGYVIDÉK HARCOSAI KÜZDŐSPORT AKADEÉMIA

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

Ökölvívás (edzők: Nagy „Csonttörő” János, Régi Dániel). Junior, felnőtt: hétfőn, szerdán, pénteken 15.30–17.00. Felnőtt: hétfőn, szerdán, pénteken 17.30–19.00, kedden, csütörtökön 17.00–18.30. Felnőtt–vegyes: kedden, csütörtökön 19.00–20.30.

Kempo (edző: Lacza Ádám Illés). Haladó: hétfőn, szerdán, pénteken 17.30–19.00. Kezdő, gyerek: kedden, csütörtökön 16.00–17.30. Kezdő, felnőtt: kedden, csütörtökön 17.30–19.00.

Brazil jiu-jitsu (edző: Varga Lente). Gyerek: kedden, csütörtökön 15.00–16.00.

Kettlebell (edző: Topánka Szilárd): hétfőn, szerdán, pénteken 19.00–20.00.

Krav Maga (edző: Topánka Szilárd): hétfőn, szerdán 20.00–21.30.

Kick-box (edző: Görbics Gábor): kedden, csütörtökön 19.00–20.30.



Tanfolyamok: Karate-dó harcművészet, Aikido, laido – a samuráj kardforgatás ősi művészet, Shito-ryu karate, Shuhari karate, jóga, Manó tánc, DanceforFun, konditréning. Egyéb programok, foglalkozások: origami, Do-in önmasszázs tanfolyam, szerdán Nikken egészségnap, japán kulturális és vizuális tanfolyamok, Japán Klub. Cím: XII., Győri út 5–7. Telefon: 06/70-779-5577. Részletek a honlapon: www.shuharidojo.hu.

Próbáld ki a kézilabdát!

Kézilabdaedzések Hegyvidéken!

A Hegyvidéki Sportközpont kézilabdaoktatást (szivacskezilabda) indít 2018. februártól!

Korosztály: 2009–12-ben született fiúk és lányok (az érdeklődők számától függően idősebb/fiatalabb gyermekeket is szívesen fogadunk)

Helyszín: 1126 Kiss János altábornagy u. 31-33. Érdeklődés/jelentkezés: +36 70 490 3044 vagy a krajczar.antal@hegyvideksport.hu

Edzések tervezett időpontja: hétfő/szerda 16:30-tól 17:30-ig

Első alkalom tervezett időpontja: 2018. február 05. hétfő

Áraink:

Heti 1-szer:	– 3.000 Ft/hó
	– 12.500 Ft/félév
	– 10.000 Ft/félév testvérkedvezmény
Heti 2-szer:	– 4.000 Ft/hó
	– 19.000 Ft/félév
	– 14.000 Ft/félév testvérkedvezmény

HEGYVIDÉKI SPORT

2018. 02. 17.

FITT LESZEL, HA ITT LESZEL!

VÁRUNK MINDEN XII. KERÜLETI ÓVODÁST, ALSÓ TAGOZATOS KISISKOLÁST ÉS SZÜLEIT. A 10. ALKALOMMAL MEGRENDEZÉSRE KERÜLŐ JÁTÉKOS SORVESENYÜNKRE!

Helyszín: Mom Sport

Program:

- 8.15 Ünnepeles megnyitó
- 8.30 Közös bemelegítés
- 8.45 Iskolások játékos akadályversenyének kezdete
- 10.30 Iskolás verseny eredményhirdetése
- 11.00 Óvodások játékos sorversenye
- 12.00 Óvodás verseny eredményhirdetése

HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT

A HEGYVIDÉK LAPKIADÓ A HIRDETÉSEK TARTALMÁÉRT NEM VÁLLAL FELELŐSÉGET! • A HEGYVIDÉK LAPKIADÓ A HIRDETÉSEK TARTALMÁÉRT NEM VÁLLAL FELELŐSÉGET!

SZOLGÁLTATÁS

ABLAK, AJTÓ, REDŐNY

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

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

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

ABLAKJAVÍTÁS! www.ajtoablakdoktor.hu 24 éve vállalom kedvező árakon ablakok, ajtók javítását, illesztését, zárcseréjét, festését, hőszigetelő üvegezést és szigetelést, 1 év garanciával. Felmérés díjtalan! Horváth Ákos, 06/70-550-0269.

RELUXA, redőny, aluredőny – motoros, távirányítás. Napellenző, akár teljes automatikával, szalagfüggönyök, roletták, harmonikaajtók, szünyoghálók, műanyag ablak, akár bontás nélküli beépítéssel, garanciával. Kiss Zoltán. www.kissz.hu. Tel.: 06/1-362-4112, 06/20-957-5038.

ZÁRSZERELÉS vállalkozásunkat, ajtók, ablakok, szekrények illesztését, zárcseréjét, küszöbök, pántok, zsanérok cseréjét, szigetelést. Szegedi László. 251-5983, 06/20-381-6703.

ANTIALKOHOLISTA csapat: szobafestést, mázolás, tapétázást, csempézést gipszkartonozást, szövegpadlózatot, víz-, villanyzerelést, nagytakarítást, parkettázást, favágást, ács-alpínistát, kőművmunkát vállal. delabr@vipmail.hu, 06/20-998-2369.

ingatlanROBOT.hu
ingyenes hirdető portál

MINDENFAJTA kapsolt gerébtokek, bukó-, nyíló-, tessaur ajtók és ablakok teljes körű és szakértői javítását és szigetelést vállalom! Több éves, magas szintű szakmai tapasztalattal, 1 év garanciával! 06/70-548-8829.

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

ELTARTÁS, GONDOZÁS, ÉLETJÁRADÉK

IDŐSGONDOZÁS-ÁPOLÁS. Idősek házi gondozását, kórház utáni utógondozását, ápolását vállalja szakképzett, gyakorlott, leinformálható ápolónő. Nappali gondozás, éjszakai felügyelet is! Érd.: 06/30-414-0217.

AUTÓVAL rendelkező hölgy vállalja idős hölgy vagy úr gondozását, takarítást, bevásárlást. 06/70-625-1345.

ingatlanROBOT.hu
ingyenes hirdető portál

FIATAL házaspár életjáradéki szerződést kötne. Tel.: 06/70-252-4897.

28 ÉVES, leinformálható, stabil jövedelemmel rendelkező nő életjáradéki vagy tartási szerződést kötne, hetente akár 2 nap alkalmával történő látogatással, bevásárlással, orvoshoz kíséréssel. Kérésre erkölcsi bizonyítványt szívesen bemutatok. +36/30-477-3060.

HÁZTARTÁSI GÉPEK, ELEKTRONIKA

TV-JAVÍTÁS a helyszínen is, garanciával! Távirányító-javítás. Tv-, videoszerviz, mikrosütő és háztartási kisgépek javítása. Telefon: 249-3678, 06/20-961-4400.

HŰTŐGÉPSZERVIZ a kerületben! Hazai, külföldi hűtőgépek javítása 39 éve. Kiszállási díj nélkül. Várhídi, tel.: 250-0921, 06/20-972-5032.

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

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

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

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

KERT, FAKIVÁGÁS

FAKIVÁGÁS, gallyazás, ereszcsatornatisztítás hegyásztechnikával, reális áron, referenciamunkákkal. 426-5000, 06/30-942-6500, a@prodivo.hu

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

KÖLTÖZTETÉS, LOMTALANÍTÁS, SITTSZÁLLÍTÁS

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

KÖLTÖZTETÉS, fuvarozás! Gyors ügyintézés, precíz munkavégzés. Igény esetén katonadoboz biztosítok! 10%-os HÉTVEGI KEDVEZMÉNY. T.: 06/70-214-4235. T.: 280-2542.

KONTÉNERES síttszállítás. Sóder, homok, murva, zöldhulladék, termőföld. 06/20-464-6233.

KŐMŰVESMUNKÁK

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

CSEMPÉJAVÍTÁSOK, falazás, vakolás, betonozás, kerítések, járdák készítése. 06/30-341-3423.

LAKÁSSZERVIZ

DUGULÁSELHÁRÍTÁS! XII. kerületi gyors-szolgálat szakszerűen, bontás nélkül, azonnal, garanciával. Tel.: 06/30-921-0948.

LAKATOS, zárszerelés, kerítések, korlátok, kapuk, elötétek. Bádigos, tetőfedő, ács munkák ipari alpínista technológiával. Kőművmunkák kerületi vállalkozástól. 06/30-299-1211. www.femmunka.hu

LAKATOS, zárcsere, kerítés, korlát, rács, rácsos ajtó, féltető, üsző- és tolokajtó gyártása, ajtóbehúzó cseréje, épületlakatos munkák. 06/20-380-8988.

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

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

KŐMŰVESMUNKÁT, szobafestést-mázolást, felújítást vállalok (kisebbit is), anyagbeszereléssel, szállítással, elérhető áron. Az áfát elengedjük. 06/20-941-4200.

TETŐTŐL a pincéig! Lakás-, ház-, iroda-felújítás minden szakmában, magyar, megbízható szakemberekkel, ingyenes árajánlattal. Tétény-Épszer Kft. 226-4539, 06/20-946-7557.

KÉMÉNYBÉLELÉS, DUGULÁSELHÁRÍTÁS, kéményjárda, nyitott és zárt égésterű készülékek kéménybélése. METAL KÉMÉNY KFT. 06/30-688-3683, 06/70-518-1451.

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

BÁDIGOS, tetőfedő munkák, javítások, felújítások, vízvezeték-szerelés. 06/20-391-5982, 607-0722.

FESTÉS: 1500 Ft-tól, tapétázás: 2000 Ft-tól. Duguláselhárítás. Minőség, garancia! festoguru. webby.com, 06/70-250-9132.

DUGULÁSELHÁRÍTÁS! Mosdó-kád: 12000 Ft-tól. WC: 15000 Ft-tól, kamerás csővizsgálat: 18000 Ft-tól. Festés, tapétázás. 06/70-250-9132.

TAKARÍTÁS

VÁLLALOM lakások takarítását rendszeresen, ablaktisztítást. 06/30-617-0351. www.gyorstakaritas.atw.hu

TÁRSASHÁZI lépcsőházak takarítását és kertjük gondozását, lakások és közintézmények takarítását vállaljuk. Telefon: 06/30-453-2832.

ingatlanROBOT.hu
ingyenes hirdető portál

LÉPCSŐHÁZAK, irodák teljes körű takarítását vállaljuk. Csapatunk precíz, kifogástalan munkájára 100%-os garanciát biztosítunk! Tel.: +36/30-455-1522.

TÁRSASHÁZAK

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

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

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

LÉPCSŐHÁZ-TAKARÍTÁST vállalunk. Metz Máté, 06/20-349-5395.

TÁRSASHÁZKEZELÉS, lakásszövetkezetek kezelése. Mob.: 06/30-990-7694. www.aktivhazkezo.hu

A Baár-Madas Református Gimnázium és Általános Iskola

felvételt hirdet elsősorban református vallású gyerekek számára a 2018. őszen induló **általános iskolai első osztályába**.

Az iskoláról és a felvételi részleteiről tájékoztatást adunk a **nyílt napon**, amelyet **2018. február 7-én**, szerdán **7.40 órai** kezdettel tartunk a jelentkezők szüleinek. A jelentkezéshez szükséges adatlap letölthető az iskola honlapjáról, illetve beszerezhető az iskola portáján és a nagyobb budapesti és főváros környéki református gyülekezetek lelkesi hivatalában.

Az iskola címe: **1022 Budapest, Lorántffy Zsuzsanna u. 3.**

Az adatlap beküldési határideje: **2018. február 19.**

Az érdeklődő családokat szeretettel várjuk **játékos kézműves foglalkozásunkra 2018. január 19-én**, pénteken, délután 16.30 órára.

EGYÉB

ÉPÍTÉSI, MŰSZAKI ellenőrzést vállalok Budapesten és agglomerációban. +36/30-655-7825. www.epitstellenor.hu

LAKÁS/INGATLAN/BÉRELEMÉNY

„BUDAVAR '89” Ingatlanközvetítő Magániroda. 201-7719, Zwillingert.

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

FELBOLYDULT az ingatlanpiac? Segíthetek ingatlan eladásában? Tizenöt éves tapasztalat. Schmidt Péter, www.budaihegyek.hu. Tel.: 06/70-523-1969.

ZUGLIGETI úton 136 nm-es, emeleti lakás, kétlakásos házban, 65900000 Ft. Tel.: 06/70-523-1969. www.budaihegyek.hu

SZEMLŐHEGYEN 2012-ben épült, 100 nm-es, panorámás, emeleti, liftes lakás 105000000 Ft. 06/70-523-1969. www.budaihegyek.hu

PASARÉTEN, Torockó utcában, 180 nm-es, felújított lakás, egy szinten, emeleten, 170 millió Ft. 06/70-523-1969. www.budaihegyek.hu

BIMBÓ úton 78 nm-es, emeleti, cirkós, háromszobás, felújított lakás, garázs, 58500000 Ft. 06/70-523-1969. www.budaihegyek.hu

VÁSÁROLNÉK lakást, vagy minimum egy évre bérelnék. 06/30-729-7546.

2500 €-IG keressünk 4 hálószobás, igényes családi házat külföldi bérleti részére azonnali költözéssel. Bakoslak, tel.: 326-0618, 06/20-974-0571.

BAKOSLAK Ingatlan KERES hosszú távra KIADÓ, igényes házat, ikerházat, sorházat és lakásokat diplomata és külföldi ügyfelei és családjaik részére. Tel.: 326-0618, 06/20-974-0571.

BAKOSLAK Ingatlan kp-es ügyfelei részére keres ELADÓ ingatlanokat azonnali fizetéssel. Bakoslak, tel.: 326-0618, 06/20-974-0571.

DIPLOMATA család részére keresek bérebe adó lakást, házat hosszú távra. 06/30-924-7165.

INGATLANKÖZVETÍTÉS 1%-tól. alacsonyjutalek.hu, 06/30-984-3962.

BUDAPESTEN, belvárosban, palotanevelőben, újonnan épülő házban, kedvező áron lakások vásárolhatók. alacsonyjutalek.hu, 06/30-984-3962.



Cím: 1122 Budapest, Hajnóczy József utca 2.
Telefon: 781-1787, 06/20-501-98-28.
E-mail: hvt@hegyvidektv.hu
Web: www.hegyvidektv.hu

HETI MŰSORSTRUKTÚRÁNK:

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
7.00	ÚTINFORM IDŐJÁRÁS	ÚTINFORM IDŐJÁRÁS	ÚTINFORM IDŐJÁRÁS	ÚTINFORM IDŐJÁRÁS	ÚTINFORM IDŐJÁRÁS	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS
10.00	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS
15.00	KÉPÚJSÁG	KÉPÚJSÁG	KÉPÚJSÁG	KÉPÚJSÁG	KÉPÚJSÁG	KÉPÚJSÁG	KÉPÚJSÁG
19.00	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ
20.00	BUDAI MAGAZIN / PÉNZ-TÁRCA	MINŐSÉGI IDŐ	KULTÚRPONT	LÉLEKEMELŐ	KOMMENTÁR NÉLKÜL/ZICCCER	DUETT/HEGYLAKÓ MAGAZIN	ALFA ÉS OMEGA
21.00	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ
23.00	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ	BUDAI HÍRADÓ

KIEMELT MŰSORAINK:

BUDAI HÍRADÓVAL MINDEN NAP 19 ÓRAKOR JELENTKEZÜNK.

HÍREK CÍMŰ MŰSORUNKBAN MINDEN NAP ÓRÁNKÉNT 3 PERCBEN TÁJÉKOZÓDhatnak A KERÜLET LEGFONTOSABB HÍREIRŐL. AZ ÖSSZEÁLLÍTÁS HONLAPUNKON IS ELÉRHETŐ.

KULTÚRPONT: ROSTA MARIANN KÜLÖNLEGES KÉPEI A JÓKAI KLUBBAN.

BUDAI MAGAZIN: A MATHIAS CORVINUS COLLEGIUM IDEI KURZUSAI.

DUETT: KRASSÓ LÁSZLÓ VENDÉGE SZABADOS TAMÁS OPERATŐR.

A műsorváltoztatás jogát fenntartjuk!

HEGYVIDÉK TELEVÍZIÓ „A helyi érték”

Már teljes Budapesten látható a Hegyvidék Televízió 24 órás adása a DIGI Tv hálózatának 410-es csatornahelyén. Továbbá Budapest I., II. és XII. kerületében a UPC digitális kábelének 505-ös csatornáján, analóg kábelének UHF 210,25 MHz-en, a TELEKOM IPTV-s hálózatának 226-os csatornáján, valamint az Invitel Zrt. kábelszolgáltató UHF 189,25 MHz-en.

FASHION BAZAAR

A BELÉPÉS INGYENES!

FEBRUÁR 17. | 11:00-16:00
ÁPRILIS 07. | 11:00-16:00
JÚNIUS 09. | 11:00-16:00

MOM SPORT - KÜLÖNTEREM & AULA & PASSÁZS & GALÉRIA
1123 BUDAPEST, CSÖRSZ U. 14.

LUXUS MÁRKÁK GARDRÓB VÁSÁRA

Kiallító társaság: **06 70 502 9416**
FASHIONBAZAAR@MOMSPORT.HU
WWW.MOMSPORT.HU

AKTÍV TÉLI PROGRAMOK HEGYVIDÉK

AEROBIK

Foglalkozásokat csak iskolai tanulmányi időszakban tartanak, iskolaszünetekben nem!

Hétfő 18.00–19.00 Jókai Mór iskola (XII., Diana utca 4.). **19.30–20.30 Tamási Áron iskola** (XII., Mártonhegyi út 34.).

Kedd 18.00–19.00 Tamási Áron iskola (XII., Mártonhegyi út 34.).

Szerda 18.00–19.00 és 19.00–20.00 Jókai Mór iskola (XII., Diana utca 4.). **19.30–20.30 Tamási Áron iskola** (XII., Mártonhegyi út 34.).

Péntek 17.00–18.00 Sashegyi Arany Áron iskola (XII., Meredek utca 1.).

KÍMÉLŐ TORNA

Foglalkozásokat csak iskolai tanulmányi időszakban tartanak, iskolaszünetekben nem!

Hétfő 18.30–19.30 Tamási Áron iskola (XII., Mártonhegyi út 34.). **19.00–20.00 Jókai Mór iskola** (XII., Diana utca 4.).

Kedd 18.30–19.30 Zugligeti Általános Iskola (XII., Zugligeti út 113.).

Szerda 18.30–19.30 Tamási Áron iskola (XII., Mártonhegyi út 34.).

Péntek 16.00–17.00 Sashegyi Arany Áron iskola (XII., Meredek utca 1.).

NIA

Foglalkozásokat csak iskolai tanulmányi időszakban tartanak, iskolaszünetekben nem!

Csütörtök 17.30–18.30.

Németvölgyi Általános Iskola (XII., Németvölgyi út 42–46.).

A Nia egy sajátos, keleti filozófiával átitott, nyugatias stílusú tánc. A módszert kilenc mozgásformából gyúrták össze.

ZUMBA

Foglalkozásokat csak iskolai tanulmányi időszakban tartanak, iskolaszünetekben nem!

Hétfő 18.30–19.30.

XII., Városmajor utca 29., tornaterem.

ÚSZÁS

Vasárnap 8.00–12.30.

(Kivéve: március 18., április 1. és 29., május 20.)

Testnevelési Egyetem – uszoda (XII., Alkotás utca 44.).

Belépés: 12.30-ig, csak XII. kerületi lakcímkártyával! Négy év alatti gyerekek ebben az időpontban nem használhatják az uszodát!

TERMÉSZETJÁRÓ TÚRA

Január 20.: budai hegyek. Túrávezető: dr. Arday Lajosné. **Találkozó:** 8.30 Normafaparkoló, 21A busz végállomása. **Útvonal:** Normafa-Sötét-vágás-Szent Mihály-szikla-Piktortéglá-üregek-Frank-hegyi th.-Irhás árok-Ördögórom-Úti Madonna-Széchenyi-hegy, fogaskerekű végállomása. **Táv-szint:** 11 km, +–450 m. **Érkezés:** 14.00–15.00 óra között. **Költség:** nincs

A menetrendek változhatnak, ennek megfelelően az utazások időpontjai módosulhatnak!

Túrávezetők: Sütő-Nagy István (202-7849, 06/30-934-6968), dr. Arday Lajosné (356-0073).

NORDIC WALKING A VÁROSMAJORI PARKBAN

Szerda 16.30–17.30.

Péntek 15.00–16.00.

Szükséges felszerelés: időjárásnak megfelelő sportruházat, gyalogláshoz kényelmes sportcipő. A botokat a szervezők biztosítják. További információk: Schwarz Mária, 06/30-961-7731.

HEGYVIDÉKI SPORTMIX

Játékos sportélet után alsó tagozatos diákoknak.

Foglalkozásokat csak iskolai tanulmányi időszakban tartanak, iskolaszünetekben nem!

Péntek 15.30–16.30.

XII., Városmajor utca 29. (tornaterem).

INTEGRAL YOGA

Foglalkozásokat csak iskolai tanulmányi időszakban tartanak, iskolaszünetekben nem!

Csütörtök 20.00–21.00.

XII., Kiss János altábornagy utca 31–33.

MUDITAYOGA

Foglalkozásokat csak iskolai tanulmányi időszakban tartanak, iskolaszünetekben nem!

Kedd 17.30–19.00.

Péntek 16.30–18.00.

XII., Győri út 2/b.

Előzetes bejelentkezés szükséges: info@muditayoga.hu.

JÓGA HÁTFÁJÁS ELLEN

Első alkalom: január 24.

Szerda 10.30–12.00.

XII., Nagyenyed utca 16. I/3.

Előzetes bejelentkezés szükséges: jogabuda@gmail.com, 06/20-315-8857.

www.jogaunio.hu

A programok – a többnapos túrák (szállás, étkezés, utazási díjak) kivételével – a hegyvidéki polgárok számára ingyenesek!

Hegyvidéki Szabadidősport Nonprofit Kft., 1122 Budapest, Városmajor utca 29. Lohm Angéla sportszervező: lohm.angela@hegyvidoksport.hu, 06/70-442-2135.

Nia, a test és a lélek harmóniája

A Hegyvidék lakói már megszokhatták, hogy az Aktív Hegyvidék program részeként a legkülönbözőbb ingyenes sport- és mozgásprogramokon vehetnek részt. Az idén tovább bővült a kínálat, januártól Balázs Mari moderntánc-koreográfus, táncelméleti szakíró és munkatársai Nia-óraira várják a fizikai és szellemi felgyógyulást vágyókat a Németvölgyi Általános Iskola tornatermében.

A Nia (Neuromuscular Integrative Action) immár több mint harmincéves technika, az amerikai Debbie és Carlos Rosas alkotta meg. Spirituális elemekkel fűszerezett, táncos mozgásforma, megjelenik benne a taekwondo, a tai chi, az aikido, a jazztánc, a modern tánc, a Duncan-technika, valamint a jóga, a terápiás célú Feldenkrais-módszer és az Alexander-technika is. Testet és lelket egyaránt felüdítő hatását a speci-

ális légző gyakorlatok teszik teljes-

lét között. Energiát ad, beindítja a test öngyógyító folyamatait, jól-

létet biztosít, miközben az elmét is megnyugtatja. Nagyszerű mód-

ja a stressz megszüntetésének, a harmóniateremtésnek, mozgás közben, testünk üzeneteit figyelve, könnyedén, mosolyogva, táncol-

va, erőlködés nélkül győzhetjük le saját korlátainkat. Összesen ötvenkét táncmozdulatot variál, gyakorlatilag végtelen kombinációkban, speciálisan a technikához írt vagy válogatott zenékre. Egy-egy óra zenéje és koreográfiája kötött és jogvédett.

Kortól, nemtől és fizikai állapottól függetlenül művelhető, bármikor el lehet kezdeni és csatlakozni hozzá, nincs kezdő vagy haladó szint. Az órák szabadon látogathatók, pusztán elhatározásra van szükség – no, meg váltórúhára (külön cipőt nem kell vinni). A Hegyvidék mostantól kitüntetett helyet foglal el a Nia népszerűsítésében, hiszen a Magyar Nia Egyesületet a kollégáival, Kocsis Anitával és Zsarnóczky Zsanettel közösen megalapította Balázs Mari a XII. kerületet tekintve a bázisuknak.

(-os)



Energiát ad, öngyógyító folyamatokat indít be a szervezetben, és az elmét is megnyugtatja

„Lehet-e sízni a Kárpátok alatt?”

1892. december 4-én a Budapesti Budai Torna Egylet két tornásza, Bély Mihály és Demény Károly Norvégiából hozott lécekkal megtették az első lépéseket a Vérmezőn, majd „díszkíséret mellett” felmentek a Kis-Sváb-hegyre, ahol elsőként Demény Károly csúszott le a fogaskerekű felé tartó lejtőn. Két évvel később már versenyt is rendeztek a Normafán.

Innen eredeztethető a magyar sí-sport története, amit megannyi igaz történetet, anekdotát, személyes élményt és történelmi tény felidézve mutat be Jeszenszky Géza és Neidenbach Ákos új könyve. A „Lehet-e síelni a Kárpátok alatt?” című, hiánypótló, a Kárpát-medence magyarságának sísportját elsőként összefoglaló kötetet a Virányos Közösségi Házban mutatták be a nagyközönségnek.

Fehér Gyula, a Chernel István Sí és Turisztikai Klub vezetője mindenekelőtt arra hívta fel a figyelmet, hogy az összes hazai sí-pálya és a legtöbb szakmai szervezet képviselteti magát a klaszterben, amelynek munkájában Je-

szenszky Géza is részt vesz. A könyv első két fejezetét jegyző egykori külügyminiszter, történész elmondta, hogy a korabeli fotókkal, képekkel gazdagon illusztrált kiadványban az Európában az elsőként útjára induló magyar sísporthoz teljes története

gédedzőként is dolgozott, a sporttal kötött örök barátságát elsősorban a Börzsönynek köszönheti. 1993-ban ismerkedett meg a könyv egyik fejezetét jegyző Neidenbach Ákos hegymászóoktatóval, sialpinistával, aki gazdag képanyaggal rendelkezik. Arról

nem igazán tudja, mi felett jár, ezzel szemben a gyalogos, a hegymászó minden egyes lépésével, csákányozással információt kap a hőmezőről, a helyről, amit éppen felfedez. Az Egy síző alpinista tapasztalatai című fejezet éppen ezért a kiépítetlen hegyoldalak meghódító sialpinizmussal foglalkozik. Fehér Gyula erre reflektálva megemlítette az alacsony-tátrai gerinctúrát, ami varázslatos élmény, a sialpinizmus nagyszerű példája.

Jeszenszky Géza szerint érdemes itthon megtanulni síelni, a szezon pedig hazai pályán indítani, hogy felkészültebbek legyünk a nagy külföldi túrára. S persze olcsóbb is Magyarországon síelni, arról nem beszélve, hogy egy-két órán belül bárholnan elérhetünk egy itthoni sípályát. A volt politikus külön is kiemelte a Hideg-hegy történetét, amelynek múltját – a többi kárpát-medencei helyszínnel együtt – feldolgozza a kötet, kedvet adva ahhoz, hogy minél többen megismerjék, bejárják a magyar csúcsokat.

A könyvbemutató végén Mikó Gergely beszélt röviden a Normafán várható önkormányzati fej-



Téli életkép a Sváb-hegyen 1927-ből

olvasható. Nemcsak adatokat tartalmaz, hanem – ami talán még fontosabb – a magyar sí szellemiségét is bemutatja azokkal a gondolatokkal, amik az első sízőktől származnak.

Jeszenszky Géza tízéves korában kezdett el síelni, később se-

beszéltek, hogy ezt szövegesen is érdemes lenne feldolgozni – így született meg a kötet.

Neidenbach Ákos a síelés és az alpinizmus szoros kapcsolatára emlékeztetett a bemutatón. Ez egy különleges kötet, hiszen a síelő leginkább csak átsuhan a pályán,



lesztésekről. A Normafa Park Fenntartó és Üzemeltető Intézmény vezetője elmondta, hogy 2018-ban várhatóan megépül a sí- és szánkópálya, majd a következő évben az alpesi pálya. Mobil eszközök üzembeállításával megoldható a hópótlás is. Valamennyi beruházás a környezetvédelmi szempontoknak megfelelően valósul meg.

Szintén a közeljövőben megtörténhet a fogaskerekű meghosszabbítása is, ami azt mutatja, hogy a kormányzat támogatja a sísport fejlesztését – hangsúlyozta Mikó Gergely. Végezetül kiemelte, hogy az ausztriai síparadicsomokban nyáron legalább akkora az élet, mint télen, ezt pedig a magyarországi turizmus alakításakor is érdemes figyelembe venni.

sm.

Hegyvidéki éremeső a kempokupán

Harmincszor állhattak fel a dobogóra a Hegyvidék Harcosai Küzdősport Akadémia sportolói a II. Hegyvidék Nyílt Nemzetközi Kempo Kupán. A Magyar Kempo Szövetség tavalyi évzáró versenyén huszonöt magyar és külföldi együ- süllet több mint százötven sportolója lépett tatamira a városmajori sportközpontban.

A tizenkét fős hegyvidéki csapatot Lacza Ádám Illés szakosztályvezető és Karácsonyi Krisztián segédedző készítette fel a tornára, mint az eredmények mutatják, sikerrel. Triplázott a világ- és Európa-bajnok Ódor Lili és Lacza Ábel, mellettük Szilárdi Olivér is három arannyal gazdagította gyűjteményét. Két arannyal és egy

ezüsttel zárt Komlencz Roland és Ódor Erik, egy elsőszéssel és második hellyel Kovács-Siklósi Lázár és Szabó Zete Zalan. Gebe Marcell egy ezüstöt és két bronzot, Halász Mía két ezüstöt és egy bronzot, Mundrusz Dániel két bronzot és egy negyedik helyet, Szabó Domonkos egy bronzot és egy negyedik helyet, míg Hullik Bertalan egy ezüstérmet szerzett.

A hegyvidéki versenyzők számára ezzel be is fejeződött

az idény, egyedül Ódor Lilire vált még egy igencsak komoly feladat. A Hegyvidék Harcosai Küzdő-

sport Akadémia tehetsége ugyan- is lehetőséget kapott arra, hogy szorítóba lépjen a World Fighting



Népes és rangos mezőnyben harcoltak kiválóan a hegyvidéki sportolók

Corporation (WFC) junior magyar bajnoki övéért az 57,5 kilogrammos súlykategóriában.

A budapesti Harcosok Klubja 30 K-1 küzdősportgála címmel rendezte az eredetileg tervezett négyeszer két perces, végül Ódor Lili pontozással maradt alul Dóka Alízzal szemben. A hegyvidéki sportoló nem volt elkéservedve, mint mondta, már a felkérés is nagy megtiszteltetésnek tartja, hiszen bajnoki övért küzdhetett, és megmutathatta magát a K-1 szabályok között. Külön kiemelte, hogy végig bírta a harcot, amelyből rengeteget tanult, és ezeket a tapasztalatokat a későbbiekben kamatoztathatja.

m.

HEGYVIDÉK

HIRDETÉSFELVÉTEL:

H-SZ-CS 9.00–16.00, P 9.00–12.00.

Kiadja: Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat megbízásából a Hegyvidék Lapkiadó

Főszerkesztő: SCHILLINGER ERZSÉBET • Felelős szerkesztő: STOFF CSABA • Szerkesztőségi titkár: ARATÓ SZILVIA • Fotók: SÁRKÖZY GYÖRGY; a Hegyvidék Lapkiadó archívuma • Cím: 1126 Budapest, Beethoven utca 2/a fszt. Telefon: 356-3446, 355-2494. Fax: 225-8868. Internet: <http://www.hegyvidekujsga.eu>. E-mail: hegyvid@mail.datanet.hu. • Eng. szám: 84-5965 • Nyomdai előállítás: Magyar Közlöny Lap- és Könyvkiadó Kft., Lajosmizse (www.mhk.hu). Felelős vezető: KÖVES BELA ügyvezető igazgató • Apróhirdetés-felvétel: 356-3446, 355-2494. Apróhirdetőinket továbbra is a szerkesztőségben várjuk, fizetés kizárólag készpénzben! Online apróhirdetés-felvétel a nap 24 órájában: https://www.ingatlanrobot.hu/hegyvidok_ujsga/ – Fizetési lehetőség: az interneten keresztül bankkártyával, vagy készpénzzel bármely bankfiókban, vagy banki utalással. • Terjeszti: Jetpressz Kft. (www.presslog.hu, telefon: 3360-435) • Kéziratokat, rajzokat, fotókat nem örzünk meg és nem küldünk vissza!